

# 아가마지 산모교실...



## 1강 : 산후우울증 대비하기와 모빌만들기

2시간 동안 진행됩니다.



산후우울증은 산모만 걸린다?

산후우울증은 내 이야기가 아니다?

산후우울증은 누구에게나 올 수 있고 남편에게도 올 수 있습니다.

산후우울증에 대해 알아보고 대처방법을 알아보세요

육아는 아이템빨!

신상 모빌을 직접만들어 아기에게 선물할 수 있습니다~!

## 2강 행복한 육아하기와 모빌 완성하기

2시간 동안 진행됩니다.



행복한 육아를 위해 준비해야 할 것?

나를 알고 아기를 알면 행복한 육아가 보인다!

행복한 육아를 위한 솔루션을 경험해보세요

아기를 위한 모빌 완성의 시간! 1강에 시작한 모빌을 완성하고 집에 가져가실 수 있습니다



## 아가마지 산모교실

### • 신청방법

#### · 전화, 이메일 접수

도봉지역 접수 : 02-3493-8235 / chunja0113@naver.com

광진지역 접수 : 02-458-8235 / mykirin2013@naver.com

관악지역 접수 : 02-878-8235 / woorisai01@hanmail.net

수원지역 접수 : 031-224-8679 / hkcmir@naver.com

부천지역 접수 : 032-323-9408 / heemang@heemang.biz

\* 지역별 선착순 20명 모집합니다.

\* 전화 또는 이메일로 신청자 이름, 나이, 연락처, 사는 곳을 알려주시면 강의 일시와 장소를 문자로 안내드리겠습니다.

## 아가마지 소개

### • 아가마지 산후조리서비스

#### · 산모건강관리

- 유방관리, 부종관리, 영양관리
- 좌욕지원, 산후 위생관리
- 산후 체중관리 및 체조지원

#### · 신생아건강관리

- 신생아 청결, 위생관리 (목욕, 배꼽관리, 기저귀 교체, 용품소독 등)
- 수유 및 예방접종 지원

#### · 산모 정보제공 및 정서지원

- 응급상황 발견 및 대응
- 정서상태 이해 및 지지

#### · 산모,신생아 가사지원

- 산모식사준비
- 산모 및 신생아 주 생활공간 청소



▶ 아가마지는 자연주의를 지향합니다.

▶ 아가마지 산후관리사는 전문가입니다.

▶ 아가마지는 함께 누리는 행복공동체를 지향합니다.