

# 中国妇幼保健协会

---

中妇幼便函〔2021〕436号

## 中国妇幼保健协会关于举办 “第三期网络孕妇学校师资培训暨孕产期运动指导师（瑜伽） 培训班”（第三轮）的通知

各级妇幼保健院、医疗机构、会员单位及母婴健康服务机构：

党的十九大明确提出推进健康中国建设，全面实施《“健康中国2030”规划纲要》适应新时期健康教育与健康促进工作发展的需要，落实健康中国行动。为规范孕妇学校管理，提高全省母婴健康教育水平，提升孕产妇健康管理水平，进一步规范和提升各级医疗机构孕妇学校建设管理水平及孕校教师授课能力，培养骨干师资力量。由中国妇幼保健协会主办，柳州市妇幼保健院承办的2021年《第三期网络孕妇学校师资培训暨孕产期运动指导师（瑜伽）培训班》，原定于9月5日~10日在广西柳州举办，鉴于目前全国各地对新冠肺炎疫情防控的要求，为确保参会人员的健康安全，将延期至11月5日-11月10日在广西柳州市妇幼保健院召开，报到时间为2021年11月5日。参加本次培训人员，经考核合格者，由中国妇幼保健协会颁发培训合格证书及专业能力证书，并授予广西壮族自治区继续教育I类学分8分。具体事宜通知如下：

### 一、主办、承办单位

主办单位：中国妇幼保健协会

承办单位：柳州市妇幼保健院

### 二、培训内容

- （一）新时代健康教育工作要求及授课技巧
- （二）新形势下孕妇学校发展
- （三）孕产期运动与健康管理
- （四）孕妇学校运行常见问题及解决方案
- （五）健康促进医院建设

- (六) 孕期营养与体重管理
- (七) 妇幼健康教育工作要求及辖区管理
- (八) 互联网+孕妇学校健康教育经验分享
- (九) 如何教授孕产期课程
- (十) 妊娠期水肿、腰背痛、骨盆带疼痛的预防和处理方法
- (十一) 孕产期瑜伽安全性练习及注意要点
- (十二) 拉玛泽减痛分娩呼吸训练+实操
- (十三) 分娩期运动指导+实操
- (十四) 产后生理变化与产后评估
- (十五) 产后康复瑜伽体式练习
- (十六) 产后亲子瑜伽体式练习
- (十七) 孕期球瑜伽及动感球瑜伽课堂
- (十八) 呼吸、瑜伽体式在产程中的应用
- (十九) 分组训练

### 三、会议时间及地点

- (一) 会议时间：2021年11月6日~11月10日（共5天）
- (二) 会议地点：柳州宾馆
- (三) 报到时间：2021年11月5日 12:00-20:00
- (四) 报到地点：柳州宾馆1楼

### 四、培训对象

从事孕产期技术服务、产后康复的医务人员、孕妇学校授课老师、健康教育及孕产行业人员等。

### 五、费用及缴费方式

- (一) 网络孕妇学校师资培训费：（1天培训）

1. 线下培训（现场参会）：培训费 980 元/人，提供中午、晚餐简餐，交通住宿费自理。

- 2. 线上培训（非现场参会）：780 元/人。

参加网络孕妇学校师资培训的学员，经考核合格者，由中国妇幼保健协会颁发《培训合格证》。线上、线下报名费可开具中国妇幼保健协会正式发票（详见附件2）。

- (二) 孕产期运动指导师（瑜伽）培训费：（5天培训）4980元

/人，提供中午、晚餐简餐，交通住宿费自理。

（三）报名材料：本人身份证（正反面）、学历（或资格证）电子照片或扫描件以电子邮件形式发至 lzfyjkjyk@163.com，2 张 2 寸免冠蓝底彩色证件照片（背面正楷注明姓名+身份证号），请在报到时上交。

（四）经考核合格的学员，由中国妇幼保健协会颁发《网络孕妇学校师资培训合格证》、《孕产期运动指导师（瑜伽）》专业能力证书。

（五）报名截止时间：2021 年 11 月 4 日前。

1. 线上、线下报名成功后，请参会代表于 2021 年 11 月 4 日前将报名材料发回联系邮箱，以便会务组安排住宿。

2. 全程参加 5 天培训人员，可获“广西壮族自治区继续教育 I 类学分 8 分”。

（六）缴费方式：

1. 请参会代表在 11 月 4 日之前登陆“中国妇幼保健协会服务号”进行报名，详见附件 2。

2. 转账汇款：

收款单位：中国妇幼保健协会

开户行：招商银行北京万泉河支行

账户号：110906850910605

汇款备注：网络孕妇学校师资班+学员或孕产瑜伽培训+学员姓名

### 六、其他事项

（一）参加孕产期运动指导师（瑜伽）培训的学员，需自备瑜伽服或运动服。

（二）住宿标准

柳州宾馆（柳州市龙城路 2 号），标准间住宿：280 元/间/天。或自选住宿。

总台电话：0772-2308881 地址：柳州市龙城路 2 号（柳州市工贸大厦）。

（三）会议疫情常态化防控要求

1. 根据新冠肺炎疫情防控要求，中、高风险地区及和新冠肺炎有

密切接触者谢绝参加会议；

2. 会前 14 天无发热等身体不适症状，并提供 48 小时内核酸检测“阴性”报告参会。

3. 根据疫情防控要求，对参训人员实行“二码联查”，原则上无接种禁忌的未接种新冠病毒疫苗人员不参加本次培训请参训人员手写健康承诺书上交会务组；

4. 参会期间请全程佩戴口罩，保持安全社交距离，进入会场时请配合出示健康码和接受体温测量，体温正常和健康码绿码者方可进入。

#### （四）联系人及联系方式

##### 1. 会议疫情防控责任人

第一责任人:马守玉 中国妇幼保健协会 副秘书长

第二责任人:唐 勇 15928613248

##### 2. 会议联系人及联系方式

唐 勇 15928613248（北京）

徐 燕 13978019370（柳州） 邱翠萍 13877229328（柳州）

会议联系邮箱：lzfyjkjy@163.com

附件：1. 会议日程

2. 中国妇幼保健协会会议报名系统使用说明

3. 会议交通图



## 附件 1

## 会议日程

日期	时间	内 容
11 月 5 日	13:00-21:00	报到
11 月 6 日	8:00-9:00	《健康中国行动视角下医生健康教育与风险沟通》
	9:00-10:00	健康教育平面传播材料的设计
	10:00-10:10	休息
	10:10-11:40	辖区妇幼健康教育业务管理及线上孕妇学校的应用
	11:40-12:20	孕产妇心理危机的预防与干预
	12:20-14:00	午餐、休息
11 月 6 日	14:00-15:00	内融外合柳州模式妇幼保健中医发展
	15:00-16:00	等级评审中医院健康教育工作开展及迎检策略
	16:00-16:10	休息
	16:10-17:00	妊娠期糖尿病一日门诊运营及管理
	17:00-18:00	孕妇学校运营及常见问题解决方法
11 月 7 日	8:00-12:00	1. 孕期瑜伽安全习练原则及禁忌； 2. 孕期正确的坐、卧、立行姿势； 3. 孕期呼吸及如何将呼吸与体式完美的结合； 4. 孕期体重管理。
	12:00-14:00	午餐、休息
	14:00-18:00	1. 孕期 26 体式：坐立、跪立、站立、平衡、仰卧、放松术； 2. 孕期肩颈、双腿、腰骶等不适的按摩方法； 3. 孕期盆底肌锻炼方法。
	18:00-19:00	晚餐、休息
11 月 8 日	8:00-12:00	1. 孕中晚期运动课程编排及教学技巧； 2. 多套适合不同孕周不同身体特征的实践教学； 3. 一节完整的孕期课：孕期助力顺产； 4. 增加入盆的瑜伽练习方法； 5. 减少侧切、撕裂几率的瑜伽练习方式。

	12:00-13:30	午餐、休息
	13:30-18:00	1. 孕期疼痛分析； 2. 预防与缓解疼痛的解决方法（骶髂关节、耻骨、尾骨、坐骨神经、腹股沟、抽筋、肩颈、腰背、手指关节、手腕痛、水肿等）； 3. 妊娠期胸闷、失眠、妊娠纹、便秘的预防解决方法； 4. 如何安全避免患孕期糖尿病、控糖三部曲的练习方法； 5. 32W-36W 胎位不正调整方法。
	18:00-19:00	晚餐、休息
11月9日	8:00-12:00	1. 运动安全指导原则与禁忌症； 2. 产程中自由体位与呼吸技巧； 3. 分娩期运动指导及训练； 4. 一节完整的月子课及上课流程。
	12:00-13:30	午餐、休息
	13:30-18:00	1. 如何在医疗机构运营孕产运动课程； 2. 分娩期运动及分娩呼吸减痛训练； 3. 如何根据产后盆底报告设计产后运动； 4. 产后生理变化与产后评估； 5. 益智胎教训练及新生萌宝宝益智操。
11月10日	18:00-19:00	午餐、休息
	8:00-12:00	1. 产后腹直肌分离检测评估方法及修复手法与训练方法； 2. 月子里促进恶露排出的方法； 3. 产后肋骨外翻危害和调整方法； 4. 如何用瑜伽的方法改善产后子宫及脏器下垂。
	12:00-13:00	午餐、休息
	13:00-15:00	1. 产后有氧操； 2. 亲子瑜伽； 3. 双人爱力助产操。
	15:00-18:00	分组考试
	18:00	会议结束

## 附件 2

# 中国妇幼保健协会会议报名系统使用说明

一、使用微信扫描右侧二维码关注“中国妇幼保健协会服务号”进入“会议广场”。

二、填写报名信息：

1. 在会议列表中找到会议“第三期网络孕妇学校师资培训暨孕产期运动指导师（瑜伽）培训班”点击进入“会议详情”页面；

2. 点击“我要报名”，进入“填写订单”页面；

3. 选择分会场：勾选分会场；

4. 选择参会人：在跳转的页面中勾选需要报名的人员信息，第一次使用本系统报名，需添加参会人信息（可添加多人）后再进行勾选（每次报名只能勾选一人）；

5. 选择发票抬头：在跳转的页面中勾选发票信息，第一次使用本系统报名，需添加发票信息后再进行勾选，然后点击“选择此发票抬头”；

说明：正确的发票信息，包括单位发票抬头和税号即统一社会信用代码（正确税号为 15 或 18 位，部队医院或无税号的单位填写 15 个“0”。自费不需要开发票的参会人员抬头填写姓名，税号填写 15 个“0”）；

6. 选择学分信息（无学分会议，请忽略此步骤）：在弹出项目中点击“选择学分信息”，第一次使用本系统报名，需添加参会人学分信息后再进行勾选，在跳转的页面中勾选参会人的学分信息，点击“选择此学分信息”。

7. 支付注册费：核查报名信息填写是否有误，确认无误后点击“确认报名”并支付注册费。

三、报名成功的订单存储位置：

1. 已支付会务费：【会议广场】→【个人中心】→【已支付会议】；

2. 未支付会务费：【会议广场】→【个人中心】→【待支付会议】。

四、观看直播方式（非网络直播会议，请忽略）：

1. 第一次需要微信登录，验证手机号，必须是报名填写的手机号。

2. 报名成功后可以点击《跳转直播界面》，进入直播观看。

3. 请于直播开始前到《直播回看》点击会议名称直播观看。

五、本次会议将全程通过“中国妇幼保健协会服务号”进行会议事项通知，敬请关注。如有疑问或参会人员变更，请联系：会议服务热线 400-004-2599、苑福仁 13311319458（同微信）。



