

四川省营养学会

川营会〔2020〕14号

关于举办2020年首期“产后运动指导师资培训班”的通知 (第一轮)

各医疗妇幼保健、产后母婴康复及母婴服务机构:

产后康复保健工作是妇幼保健工作的重要内容之一,是继婚前保健、孕前保健、孕产期保健之后,生育健康保健服务的延续和完善。女性在孕产期,身体都会受到不同程度的损伤,为了让广大女性在产后能够得到更好的运动康复指导,加强产后运动康复服务人员素质和专业技术水平,四川省营养学会定于2020年7月中旬举办“产后运动指导师资培训班”。具体事宜通知如下:

一、组织及培训机构

主办单位:四川省营养学会

承办单位:四川省营养学会产后母婴营养与健康促进工作委员会

四川华西营养健康培训中心

二、培训安排

(一) **培训时间:** 2020年7月中旬(1+4天)

(二) **培训地点:** 成都市妇女儿童中心医院附近酒店

(培训具体时间和地点,以第二轮通知为准)

(一) **主要培训内容**

第 1 天（理论）：产后营养指导 产后减脂餐

孕产体重管理

产后妈妈的生理变化及特点

如何读懂产后盆底检查报告

如何根据产后盆底报告制定产后训练计划

课堂体验 1 产后康复训练课程

课堂体验 2 产后形体球瑜伽

课堂体验后讨论

第 2 天（理论+实操）：产后运动的注意事项及禁忌

产后如何做好评估

一阶段产后 7 天内运动理论讲解及体式编排

二阶段产后 7—42 天运动理论讲解及体式编排

第 3 天（理论+实操）：三阶段 42 天后产后康复瑜伽体式精讲

产后瑜伽体式串联实践及练习

第 4 天（理论+实操）：产后塑形瑜伽体式精讲 1

产后塑形瑜伽体式精讲 2

串联实践及练习

第 5 天（理论+实操）：产后塑形球瑜伽体式精讲

理论考核

编排及体式考核

三、师资力量

培训教师由四川省营养学会整合省内外三甲医院产科、孕期产后运动康复、营养及健康教育等领域的知名专家授课，为学员提供高品质的教学内容。通过系统专业的培训，帮助学员掌握相关专业理论知识理

论和核心技能，以显著提高学员在相关岗位的知识水平和工作能力。

四、报名须知

（一）培训对象

- 1、妇产科、妇保科及产后康复工作的医护人员；
- 2、产后康复及母婴服务机构的相关人员；
- 3、致力于支持产后母婴康复的相关人员。

（二）**报名材料**：身份证（正、反面）复印件一张、学历（资格证）复印件一张、小 2 寸免冠彩色证件照两张。

（三）培训费用：

理论及课程体验：299 元/人（仅限第 1 天培训，无师资认证），费用包含午餐及学习资料。

师资认证培训：3980 元/人（5 天培训，师资认证），费用包含午餐、学习资料及证书。

（四）交费方式

1、**银行转账**：学员须在开课 前 10 天内将培训费转至以下帐户（转账时请注明“姓名 + 产后运动指导师资”）：

单位名称：四川省营养学会

账 号：4402 2480 0902 4916 013

开 户 行：工行成都跳伞塔支行

2、**现场交费**：学员须在开课当天现场一次性付清培训费，现场交费仅支持微信、支付宝付款，不收现金。

（五）**师资认证培训学员**，经考核合格，由四川省营养学会颁发《产后运动指导师专业能力证书》，可通过四川省营养学会网站 www.scyy.org.cn 查询。优秀学员可参与临床一线实战课程观摩学习。

五、培训注意事项

本次培训仅提供午餐，其他食宿及交通费用学员自理。

六、联系方式

现场咨询地点：成都市妇女儿童中心医院（中心院区）临床营养科办公室

联系人：傅老师 18080040730（微信同号）缴费后请添加微信进入培训班群

办公室电话：028-85503141 85502068 85503025

附：2020年首期产后运动指导师资培训班报名表



2020 年首期产后运动指导师资培训班报名表

| | | | | | |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----------|----|---------|
| 姓名 | | 性别 | | 民族 | |
| 出生年月 | | 学历 | | 专业 | |
| 职务/职称 | | 身份证号 | | | |
| 联系电话 | | | 邮箱 | | |
| 工作单位 | | | | | |
| 报名类别 | 首日培训 () | | 五日认证 () | | 请在括号里打勾 |
| 发票抬头 | | | (开票) 税号 | | |
| 教育经历 | | | | | |
| 工作简介 | | | | | |
| 备注 | <p>1. 报名时请携带 2 张小 2 寸证件照 (请在照片背面注明身份证号和姓名)</p> <p>2. 身份证复印件 1 份 (正、反面)</p> <p>3. 学历证或职称证复印件 1 份</p> <p>4. 报名回执表请回邮至邮箱 1091983686@qq.com</p> | | | | |