# 亲亲妈妈产后恢复中心

来源：网络 作者：情深意重 更新时间：2025-04-17

*第一篇：亲亲妈妈产后恢复中心亲亲妈妈产后恢复中心郑州亲亲妈妈产后恢复中心在河南产后恢复行业名列前茅，已经有数百位妈妈成为亲亲妈妈的会员伙伴，百度百科及各大媒体都对亲亲妈妈进行了专题报道。在亲亲妈妈做产后恢复，得到的不仅仅是美丽，更是一份对...*

**第一篇：亲亲妈妈产后恢复中心**

亲亲妈妈产后恢复中心

郑州亲亲妈妈产后恢复中心在河南产后恢复行业名列前茅，已经有数百位妈妈成为亲亲妈妈的会员伙伴，百度百科及各大媒体都对亲亲妈妈进行了专题报道。在亲亲妈妈做产后恢复，得到的不仅仅是美丽，更是一份对健康的承诺和生命的尊重！

百度百科词条

亲亲妈妈的官方网址：

亲亲妈妈产后恢复中心采取一站式消费，没有任何隐形消费

亲亲妈妈的承诺：不吃药，不节食，不注射，不打针，健康为主，安全有效，签约保证。

亲亲妈妈产后恢复国际连锁机构

相关介绍

●关于亲亲妈妈

亲亲妈妈产后恢复中心是一家专业服务于产后妈妈的机构，本机构从美国西雅图引进一整套科学完善的产后健康调理、身材恢复技术和设备，结合亚洲女性的身体特质，加入博大精深的中医调养理念，不论你是正常分娩还是剖腹产，无论是哺乳期还是产后恢复期，不同阶断，不同技术，均能在产后最短的时间内恢复到完美身姿。亲亲妈妈产后

恢复中心以女性的健康为出发点，提倡合理饮食，加上营养师的指导和理疗师的协助，让你不仅变得窈窕动人，而且更加健康持久，多位医学健康专家和心理咨询专家为妈妈的健康做顾问，使妈妈们享受更加安全舒心的服务，在这里您得到的不仅仅是美丽，更是一份对健康的承诺和生命的尊重！

~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~

●亲亲妈妈在产后恢复行业的地位

★100%顾客满意度

★河南省十佳诚信先进单位

★中国妇女儿童最喜爱的品牌

★中国口碑最好的产后恢复机构

★创一流品牌，做一流服务，不做最全，只做最专

~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~ 亲亲妈妈 幸福全家

●亲亲妈妈企业文化

※亲亲妈妈精神：

追求卓越 挑战自我 超越极限

极度渴望成功，愿付非凡代价

※经营理念：

诚信为本，客户第一

※管理理念：

尊重 关爱 训练员工，使每位员工都具备领导素质，学会自我激励，激励别人

※企业使命：

打造健康，阳光，快乐的妈妈

※工作精神：

服从，责任，认真，执着

※价值观：

诚信，激情，敬业，团队合作，拥抱变化

※亲亲妈妈的灵魂：

爱，爱企业，爱员工，爱顾客，爱家人，爱自己

※企业愿景：

让全球的妈妈拥有健康，美丽，快乐

~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~ ●亲亲妈妈七大法宝

1：专业的服务人员：

80%的服务人员具有高等医学教育背景，受过系统的产后健康管理专业培训。

2：以自然疗法为核心：

汲取国医精粹，秉承自然疗法精髓，减少对针剂、药物、化学生物制剂的使用和依赖，更安全更健康。

3：个性化的产后恢复方案：

由具备专业知识的产后健康管理顾问，针对产后妈妈的身体特点，提供一对一的产后恢复整体解决方案。

4：100%的客户满意度：

众多成功的客户服务案例，显著的效果带来广泛的顾客好评。5：公益产后健康咨询热线：

7×24小时的专家咨询，技术支持及客户服务热线，为产后妈妈提供更便捷、更贴心、更专业的咨询服务。

6：一条龙服务，一站式消费：

不欺瞒，不乱收费，一朝客户，终身服务。真正做到公正透明，消费者更省心、更放心。

7：标准化的服务流程：

严格的产品质量控制系统，完整客户服务跟踪流程，坚决做到：不吃药、不节食、不注射、不打针、健康为主，安全有效，永不反弹。

~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~ ●亲亲妈妈标准服务流程：

一对一的健康体检和评测——个性化产后恢复方案设计——制定科学的专项恢复计划——安全有效的理疗服务——量身定制的营养膳食，健康指导——疗程实施效果的跟踪和监测——毕业评估和建议书——产后专家咨询热线

~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~ ●国际尖端科技：

源自美国的专业产后恢复理念，融合传统中医：结合东方女性的身体特质，添加中国传统中医按摩，更健康，更安全。

贴心服务：一对一的跟踪式服务，为您的课程添加保障。

签约保证效果：有效才是硬道理，约定服务，一个瘦身课程保证减脂减重8--16斤，哺乳期绿色安全修身，一小时=瘦腰1-5公分。

**第二篇：产后恢复的项目**

产后恢复的项目

金职伟业《产后康复师》教材内容联合湖南中医药大学、南京中医药大学、湘雅医院、长沙民政职业技术学院医学院、北京高校多位专家教授编写而成。《产后康复师》教材为金职伟业自主研发的专业教材，由湖北科学技术出版社出版，现正式上市发售。

一、教材内容

产后恢复的项目《产后康复师》，以培训人员就业为向导，以实际工作任务为引领，以产后康复为基本课程主线，强调实践性能操作，使培训人员具备从事母婴保健的职业能力。全书内容涵盖中医基础、中医妇产学基础、西医妇产学基础、运动康复学基础、中医诊断学基础等知识。全书12个章节，分别从中医学基础、女性系统解剖、女性生理特点、产后资料收集、孕期、产后脊柱骨盆的变化及康复，如高低肩、骨盆不正、耻骨联合分离、脊柱侧弯。阴道松弛、心理疏导和产后康复运动、产后营养等进心里详细的讲解。

产后恢复的项目电子课件： 产后恢复的项目《产后康复师》，金职伟业产后恢复的项目包含相应电子课件，该电子课件针对教材内容进行教学，方便老师备课，并且包含实操手法技巧阐述，实用性高，如需获取相关资料您可以直接加客服微信联系。

附部分课程表

课程1 中医推拿、中医常用外治法理论 课程2 中医常用外治法教学 课程3 中医常用外治法练习课程4 女性生殖系统解剖 课程5 脊柱、骨盆、盆底解剖 课程6 女性生理特点

课程7 产、乳期生理变化及护理 课程8 中医基本特点 课程9 气、阴阳

课程10 五行 课程11 气血津液 课程12 藏象

课程13 病因、辩证 课程14 经络 课程15 腧穴

课程16 产康常用腧穴 课程17 腧穴点穴 课程18 腧穴点穴练习

课程19 服务礼仪及接待流程 课程20 产妇资料收集

课程21 产后高低肩的康复

课程22 产后脊柱侧弯、骨盆不正的康复 课程23 产后耻骨联合分离的康复

课程24 产后高低肩、骨盆不正、脊柱侧弯、耻骨联合分离的康复实操练习课程25 产后颈肩腰腿痛康复

二、师资课程

负责产后恢复的项目研发的金职伟业，除了基础的技能培训课程和相关教材外，还有专业的师资培训课程。

金职伟业商学院的精品师资课程系采用三段式教学，即技术、教学和试讲，力求达到标准教学。

金职伟业商学院精品师资课程体系包括两个阶段的教学内容，不仅包含技术体系，更重要的是涵盖培训师基础理论、教学文件设计、演讲技巧、教学过程设计、课程管理与开发等内容。

第一阶段课程为技术课程+师资课程，让师资独立完成教学目标。第二阶段为名师打造，师资晋级，包括技术升级课程余师资提升课程，全方位打造名师。您可以跟根据自身需求选择相关师资课程：

月嫂师资课/育婴师师资课/催乳师师资课/小儿推拿师资课产后康复师师资课

三、特聘专家

金职伟业由高校教师组成的双师型专职师资团队，90%以上师资来自医学院校，教学经验丰富，理论讲授与实践、案例分析相结合，生动易懂。更有知名医药大学、三甲医院医院等专家教授亲临指导。

黄政德

湖南中医药大学，湖南中医药大学原党委副书记、副校长、教授、党员。全国第五批名中医，享受国务院政府特殊津贴专家。全国高等中医药教育学会常务理事，湖南省中医学会副会长，湖南省高教学会副会长。

唐四元

中南大学护理学院教授，博士研究生导师，生理学博士，临床医学博士后，现任中南大学护理学院院长。中国生理学会会员、湖南省生理学会会员、湖南省护理学会理事、国家自然科学基金一审评委、教育部科技成果奖一审评委。近年来在核心期刊上发表教学、科研论文近50篇，其中8篇被国外的SCI期刊收录，7篇发表在CSCD杂志上。

冯觉新

被誉为“中国家政第一人”，中国第一所家政专业学校（武汉现代家政学院）的创办者。曾多次出席港澳地区和亚洲、世界的家政学会会议；1995年当选为亚洲家政学会理事，是第一位走上国际讲坛的人；1995年在印尼首都雅加达获得亚洲家政学有贡献金质奖章；1996年曼谷会议上当选为世界家政学会理事；编撰出版了中国有史以来具有中国特色的家政学丛书500多万字。

四、开放加盟-全国100个分校等你来

产后恢复的项目-目前金职伟业面向全国推出月嫂培训学校加盟、催乳师培训学校加盟、小儿推拿师培训学校加盟、产后康复师培训学校加盟，您可选择单项目和组合项目加盟的模式。

目前，金职伟业已在湖南、贵州、广西、山东、宁夏、山西、上海开设有多家分校，更多城市正在全面布局中。

未来三年，金职伟业将在全国各地开设100家母婴职业培训分校，为全国提供有专业保障的母婴服务人才，期待您的加入。您可至金职伟业企业网站联系在线客服详细了解。

五、企业简介

湖南金职伟业现代家庭产业发展有限公司扎根家庭服务领域，致力于构建立体化、全方位的现代家庭服务产业体系，集家庭服务新职业研发与培训、家政高端人才输出、企业管理咨询、一站式现代家庭服务中心商业模式设计于一体，为母婴和养老领域提供服务技术人员培训、管理人员培训、家庭健康培训，为家政企业输出高端技能型、管理型人才，提供企业管理咨询、移动互联O2O技术平台开发与系统服务，连锁体系的支持服务，帮助千万妇、幼、老实现健康家庭生活，立志打造全国一流的现代家庭服务产业生态平台。

六、知识分享

行之有效的减肥心理操

减肥要想要行之有效，只有二字谏言，那就是意志，不断的告诉自己，想要成功瘦下来，一定要管住嘴，这种心理暗示能够帮助减肥人士合理控制饮食，减肥心理暗示已经获得了很多减肥达人的认可，以下的几种目前流行的减肥心理操就是如此。

第一、受刺激法

心理上受刺激就会大大的抑制食欲，当自己想要大快朵颐，吃很多高热量的时候不妨让自己的心理受到一些刺激，例如看一些超模的身材或是贴上由于体态臃肿而受到嘲笑的漫画，这样子自己减肥的信念会战胜口腹之欲，对于一些高热量食物也就自然而然的摒弃了。

第二、奖励法

有了奖励才会有进一步的突破，减肥也是如此，利用自己对奖励的追求心理来坚定自己减肥的决心，奖励的方式有多种，减肥人士不妨可以按照自己的心理偏好来设置奖励，当然奖励也要分难度阶梯，例如坚持了五天给自己买漂亮的衣服等，但是请记住，千万别往嘴里奖食物。

第三、重量实化法

如果你觉得自己减肥坚持不下去，那是因为你不知道自己减下的重量其实很可观了，不妨标新立异一点，将每次减肥减掉的重量具体化，即体重每减轻一斤就往袋子里放一斤沙子或是其他的东西等，并且时常掂量下那个袋子，鼓励自己再接再厉。

第四、避免单独进食

对于减肥人士来说，要尽量避免一个人独享美食，因为没有了家人或是朋友的监督，很容易敞开肚皮吃，一旦敞开肚皮吃东西的话还容易自暴自弃，觉得自己反正都在吃了也不差这些了等，和家人，朋友一起吃饭则可以控制饮食，也可以找寻有着同样苦衷的减肥者，一起鼓励，共同努力，建议有空可以去减肥沙龙里转转，里面的朋友很多哦！

总结：利用对自己的心理暗示或是注意力转移等方式来达到减肥的目的，坚持下去就能够看到成效，清醒的思考，坚持不懈，相信您最终会摆脱不良的饮食习惯，达到自己满意的理想体重。

**第三篇：爱韵东方产后恢复中心品牌文化**

品牌文化

1）服务人员的专业性系统的产后恢复健康管理专业培训，多年的门店实践，针对各种问题的解决有了更多的方案策略

2）服务项目的全面性

爱韵东方的服务项目包括孕前孕期调理，产褥期调理，产后恢复，等多个王牌项目，满足妈妈的需求。

3）一站式的服务

集合具备美容和健康管理为一体，针产后妈妈的产后的健康管理要求，提供产后恢复整体解决方案专业指导。

4）服务流程的标准化

严格的产品质量控制体系，完整的客户服务跟踪流程，动态的方案执行监测与评估为客户服务品质及疗效提供有力的保证。

5）营销全程指导 专业营销管理公司护航 全程的品牌监护和维护

**第四篇：亲亲妈妈说课稿**

说教材

具体形象思维是幼儿思维的典型方式。随着年龄的发展,幼儿的思维正处在直觉行动思维向具体形象思维过度的时期。他们情感外露、不稳定，带有很大的情绪性。他们喜欢直接用耳朵去听，用眼睛去看，用手去触摸。他们学习、活动的特点是只关心活动的过程，不关心活动的结果。强调让幼儿在愉快、轻松、自由的游戏中自娱自乐，玩中学，玩中获发展。因此，教材的选择至关重要，正如《纲要》中所说的，“即符合幼儿的现实需要，又有利于长远发展，既贴近幼儿的生活，选择幼儿感兴趣的事物或问题，又有助于拓展幼儿的经验和视野。” 所以我选择了和幼儿生活贴近的这一主题,亲亲妈妈.《幼儿园教育指导纲要》在语言领域中提出：“发展幼儿语言的关键是创设一个能使他们想说、敢说、喜欢说、有机会说并能得到积极应答的环境”以及要“鼓励幼儿大胆、清楚地表达自己的想法和感受，发展幼儿语言表达能力和思维能力。” 活动的目标是教学活动的起点和归宿，对活动起着导向作用。根据这一目标和要求以及布卢姆的《教育目标分类学》为依据，确立了认知、能力、情感方面的目标，其中既有独立表达的成份，又有相互融合的一面结合中班幼儿年龄特点和语言发展水平，因此，我提出了本次活动的目标：

1.为了通过谈话及观看录像使孩子初步了解宝宝的成长

2.感受母亲在自己成长过程中付出的艰辛。

3.尝试用美好的语言表达对妈妈的爱。

活动准备

包括录像片

幼儿的妈妈们怀孕时的照片

线和枕头(有一定重量个的)

小卡片和彩色笔

室内场景布置

中班幼儿的理解能力和模仿能力较强，语言发展比较好，但让他们将自己的生活经验表现出来还是有一定难度的，培养幼儿的口语表达能力和创造性思维的能力，确定教材的重点为理解，而培养内功孩子的动手能力则成了活动的难点.新《纲要》指出：“教师应成为学习活动的支持者、合作者、引导者。”活动中应力求“形成合作探究式”的师互动。教法遵循“幼儿是通过自由观察，积极探索进行学习的”这一认知发展规律，为了给幼儿今后独立学习、独立思考奠定基础，教育心理学认为“学习者同时开放多个感知通道，比只开放一个感知通道，能更准确有效地掌握学习对象。”

根据幼儿的学习情况，本次活动我运用了

（教法）提问法：设计提问，引导幼儿想问题，回答问题。在问答的过程中，发展幼儿的思维能力和口语表达能力，这也是语言教育的任务之一。

直观法:以看图片、看课件的形式直接刺激幼儿的视听器官，能使教学进行得生

动活泼，激发幼儿学习的兴趣。通过多媒体，把妈妈孕育新生命的过程演示给幼儿看，帮助他们获得一定的认识，多媒体的运用，引导幼儿去听去听去想,使幼儿主动探究，积极思考，使幼儿的理解和认识更加深刻。使幼儿对母亲的辛苦有了初步了解.操作法：它是幼儿进行科学探索的基本方法，就是幼儿根据教师准备的物品进行操作，探索。即\"扮孕妇”这一活动.纲要中提出：“为幼儿创设展现自己作品的条件，引导幼儿相互交流，相互欣赏，共同提高，及满足他们交流成果的愿望。”因此，我请幼儿把自己添画的作品在面墙上展示出来，课后可以让他们相互欣赏，相互仿编，获得成功的满足感，并从与他人的交流中获得有益的经验，让每一位幼儿得到提高。所以我采用了交流讨论法：在给学生示范了小卡片的制作方法后，我创造了一个自由环境，通过介绍，让幼儿相互交流自己获得的知识和经验，深化了幼儿各自的认识。有效地解决了活动的重难点。

运用这些教学方法交替使用，互相补充，教师亲切自然的激励性语言、宽松的学习氛围等，初步培养幼儿的感受力、理解力和欣赏力。

三、学法

遵循幼儿学习的规律和幼儿的年龄特点，在《纲要》新理念的指导下，整个学习活动，始终以幼儿为主体，变过去的“要我学”为现在的“我要学”。遵循由浅入深的教学原则，幼儿在看看、听听、想想、说说、玩玩的轻松气氛中掌握活动的重、难点。幼儿将运用观察法、讨论谈话法等。

以幼儿为主体，创造条件让幼儿参与探索活动，不仅提高了认识，锻炼了能力，更加升华了情感，在本活动中，幼儿采用的学法有，观察法：幼儿通过视、听觉感官积极参与活动，幼儿通过观看情境表演直接获得印象。讨论谈话法：幼儿在讨论、谈话中无拘无束地说出自己的理解与看法，是幼儿练习说话的好机会。

体验法：心理学指出，“凡是人们积极参加体验过的活动，人的记忆效果就会明显提高”。为了让幼儿对萝卜的生长过程有更深的印象，我们就采用了游戏体验法，让还子自己当一次孕妇，让他们记忆更深刻。

此外我还采用了教师和幼儿合作对答法，给幼儿提供了表现的机会，让幼儿在积极对答教师的活动中，循循善诱，让多方位的参与。

活动过程

本次活动一新纲要为指导从“理解——感受——体验”三大块，由浅入深，从理解到感受，使幼儿已有经验与新经验之间建立有机联系，让幼儿在互动式、开放式、直观式的教育活动中，自主地、能动地、创造性地学习。

第一部分：幼儿通过直观的看、听、想，教师启发式的运用课件，感知宝宝的孕育.二：了解胎儿孕育过程及这一阶段母亲的辛劳，通过扮孕妇让幼儿对妈妈的辛苦有更直接的体会。

然后引导孩子在众人面前用优美的语言表达自己对母亲的爱。

最后动手制作小卡片送给妈妈。

四、活动延伸

如还有时间可让幼儿画出自己的妈妈，组织幼儿唱赞美妈妈的儿歌，让幼儿回家和妈妈留影并亲亲妈妈。

**第五篇：产后妈妈瘦身食谱**

产后妈妈瘦身食谱：一个汤和两个茶

生了宝宝后，你是不是变成了水桶腰，那么就看一看史上最强大的瘦身食谱吧，保证你瘦到尖叫，如有疑问咨询快快减肥网

产后瘦身汤

材料：海带丝100g，冬瓜400g，薏仁10g，海米10g,清水适量

制作方法：1.海带，薏仁，海米洗净，冬瓜洗净后切片

2.锅中加入清水，然后加入薏仁，煮沸后10分钟加海带和海米，水再次煮沸后加冬瓜煮熟。

3.吃的时候可以适当的加些食盐和香油。

4.效果：通便利水，有效解决产后妈妈便秘，浮肿的现象。

产后消脂瘦身茶

材料：苦丁茶2根，荷叶5g，菊花2朵

制作方法：以上材料先用热水清洗一下，然后用沸水冲泡即可。

效果：消脂解油，对产后肥胖特别是腹部赘肉效果明显。记得白天喝，晚上喝容易睡不着。

产后降火瘦身茶

材料：绿豆50g，决明子5g，枳壳3g

制作方法：先把绿豆洗净，放在高压锅上煮开花，然后把用清水洗过的决明子和枳壳，放在绿豆汤里，然后闷上10分钟即可。可以一次多煮些，放在冰箱里。不限次数饮用，可代替日常饮茶。

效果：绿豆降火，决明子和枳壳能帮助纤体顺肠，有利于体内排毒和产后体形的恢复。这个食谱是经过无数个产后妈妈试验过的，绝对是最给力的减肥食谱，也是产后妈妈 恢复形体效果最明显的食谱呀。行动不如行动，为了美丽 一块努力吧。

如果你想得到更多的有效的减肥食谱，你想拥有更多简便快捷的减肥方法，那么就登陆快快减肥网吧，这里有瘦身界的达人和你一起分享她们的减肥心得，这里有专业的瘦身专家，帮你制定详细而又有效的瘦身计划。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！