



» Als het anders
loopt dan
verwacht



► De moeder-babygroep is er voor jou

Waar is die roze wolk?

Moet je er nog aan wennen dat je moeder bent?

Hoe houd je alle ballen in de lucht?

Hoera?

Je baby is geboren! Het grote genieten kan beginnen. Maar misschien voelt het voor jou niet zo. Het krijgen van een baby is voor vrouwen fysiek en emotioneel een ingrijpende verandering. De vrouw die je voor de geboorte van je baby was, is nu moeder. Een verandering die niet vanzelf gaat en de blijdschap over de zwangerschap en/of geboorte kan overschaduwen

Zit je niet op een roze wolk?

Het moederschap is een zoektocht. Misschien is je zwangerschap en/of bevalling anders verlopen dan verwacht. Of je bent nog erg aan het wennen aan deze nieuwe of volgende fase in je leven. Het kan ook zijn dat het contact met je baby nog niet zo vertrouwd voelt. Of dat deze baby heel anders is dan je eerdere kind(eren). Alle moeders ervaren momenten van onzekerheid en kwetsbaarheid.

Je staat er niet alleen voor

Herkenbaar? Blijf niet met deze gevoelens rondlopen en kijk of je er over kan praten. In de moeder-babygroep kun je in alle veiligheid alles delen. De band tussen jou en je baby staat centraal in deze groep.

Thema's moeder-babygroep:

Kijken naar je baby

- Wat gaat er in je baby om en hoe kun je daar als moeder op reageren?

Praten met je baby

- Het delen van gevoelens en elkaar beter leren kennen.

Het moederschap

- Hoe voelt het om naast o.a. vrouw, partner, vriendin en werknemer nu ook moeder te zijn? Hoe houd je alle ballen in de lucht?

Ondersteuning

- Hoe zorg je ervoor dat je het niet allemaal alleen hoeft te doen?

Liefdevol opvoeden en grenzen stellen

- Hoe pak je dat aan? En wat neem je mee uit je eigen jeugd?

Jeugdgezondheidszorg is er voor jou!

We komen met een klein groepje moeders en baby's tot 1 jaar samen. Er zijn in totaal 7 bijeenkomsten. Ze worden geleid door 2 jeugdartsen en/of jeugdverpleegkundigen.

Om je al een beetje te leren kennen, nemen we vooraf telefonisch contact met je op. We vragen je om alle bijeenkomsten bij te wonen, om elkaar optimaal te steunen en zoveel mogelijk ervaringen te kunnen delen.

Deelname is gratis!

► Jeugdgezondheids- zorg is er voor jou!

Vragen of aanmelden?



Mail naar: ouderenkind@ggdzl.nl

Bel naar: 088 - 880 50 44. Voor de actuele bereikbaarheid, check de contactpagina.

www.ggdzl.nl/jgzcontact