



GROEPSSESSIES

Vorbereiden op geboorte en daarna

Wat en voor wie?

Een universeel groepsaanbod voor elke ouder **vanaf de twintigste week van de zwangerschap**.

Elke zwangerschap is een kwetsbare periode voor ouders. We bieden een ruime ondersteuning aan aanstaande ouders in hun ouderschap, gebaseerd op de 'eerste 1000 dagen'. Juiste informatie en goede ondersteuning kunnen tijdens deze periode het verschil maken. Aan de hand van verschillende thema's willen we toekomstige ouders voorbereiden op de komst van hun baby. We koppelen thema's rond gezondheidsvoorlichting op fysisch en mentaal vlak, veerkracht, opvoeding en het emotioneel welzijn van de baby aan, in een **gratis** geïntegreerd **groepsprogramma**.

Inhoud

In vijf sessies praten we met de deelnemers over:

- wat je baby nodig heeft tijdens de zwangerschap en na de geboorte
- wat het betekent om ouder te worden
- bevalling en geboorte
- zorgen voor jezelf en je baby
- wijzigend partnerschap

Doelstelling

Met dit universeel en preventief programma streven we ernaar dat:

- Aanstaande ouders leren van elkaar waardoor het geloof in de eigen kracht wordt verhoogd (empowerment)
- Aanstaande ouders een formeel en informeel ondersteunend netwerk opbouwen.
- De participatie van kwetsbare ouders aan het zorgpad op maat verhoogt, zowel op medisch vlak als op de levensdomeinen die invloed hebben op het welbevinden van ouders en baby.



Begeleiding

De sessies worden gegeven door een perinatale counselor en/of IMH-deskundige. Tijdens elke sessie is er de mogelijkheid tot opvolging door een vroedvrouw.

Het partnerschap neemt een draaischijffunctie op indien er individuele vragen of kwetsbaarheden verdere ondersteuning vragen.

Partnerschap

Huis van het Kind Blankenberge-Zuienkerke
Vroedvrouwenpraktijk De Regenboog
AZ Zeno
CKG Kapoentje
CIG Ten Anker
ECK De Wieg

Data verschillende reeksen

Reeks 1: 12/09 – 19/09 – 3/10 – 10/10 – namiddag: 13 - 15 uur

Reeks 2: 05/10 – 12/10 – 19/10 – 26/10 – avond: 19.30 - 21.30 uur

Reeks 3: 13/11 – 20/11 – 27/11 – 04 /12 – namiddag: 13 – 15 uur

De 5e sessie wordt afgesproken met de groep.

Contactpersoon

Huis van het Kind Blankenberge – T 050 235 975 - huisvanhetkind@blankenberge.be

V.U. Björn Prasse, burgemeester, Jordaenslaan 34, 8370 Blankenberge

