



Forældreforberedelse

ET TILBUD TIL KOMMENDE FORÆLDRE

Når I kommer hjem efter fødslen, følger en tid, hvor I skal finde jer til rette som en familie, og I skal lære jeres lille nyfødte barn at kende. Det er også nu, I skal fokusere på amning, og at jeres nyfødte barn trives og får en god start på livet.

Vi tilbyder jer forældreforberedelse, hvor I kan få suppleret jeres viden om den første tid hjemme med jeres nyfødte. Forløbet foregår som et tema-kursus på gruppebasis og varer 1 time.

Vi anbefaler, at I deltager i kurset omkring 28. – 32. svangerskabsuge. Vi ser gerne, at I begge deltager.

KURSUSINDHOLD

Vi tager udgangspunkt i jeres og de andre deltageres spørgsmål, forventninger og tanker om den første tid hjemme og om det at være forældre til et lille barn.

PRAKTISKE OPLYSNINGER

Tilmelding

Se datoer og tilmeld jer online på www.booking.rn.dk.

Tid og sted

Kurset afholdes i Skou Auditoriet på Regionshospital Nordjylland i Hjørring. Det foregår normalt den første og sidste torsdag i hver måned.

Undervisere

Jordemoder og barselssygeplejerske

Jeres forberedelse

Hvilke tanker gør I jer i forhold til disse emner:

- Den første tid hjemme med et nyfødt?
- Hvordan passer og plejer vi vores nyfødte barn?
- Er der noget, vi skal være særligt opmærksomme på i forhold til vores barns trivsel?
- Skal vores barn undersøges?

- Hvad kan mor forvente i forhold til sin krop efter en graviditet og fødsel?
- Hvilke tilbud er der til os efter fødslen?
- Hvor kan vi finde information og hjælp?
- Hvornår kommer sundhedsplejersken?

Skriv eventuelt her, hvad I gerne vil drøfte:

Afbud

Giv os besked, hvis I bliver forhindrede i at deltage.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har I spørgsmål, er I velkomne til at kontakte os.



Kontakt

Jordemodercenter Vendsyssel

Tlf. 97 64 07 00

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag 9.00 – 13.00