Aabenraa
Kommune



Klar til barn

”Klar til barn” er et gruppeforløb, som forbereder dig på forældrerollen

Klar til barn - forældreforberedelse

At blive forældre er en af livets største forandringer. For mange er det en tid fyldt med glæde, forventninger og spørgsmål. Med Klar til barn får I mulighed for at forberede jer på den nye rolle og skabe et trygt fundament for den første tid som familie.

Klar til barn er et tilbud til alle første gangs forældre i Aabenraa Kommune.

Hvad får I ud af at deltage?

Gennem forløbet får I viden, inspiration og konkrete redskaber til at forstå jeres barns behov og styrke jeres egen tro på forældrerolle fx:

- Indsigt i, hvordan I kan skabe tryghed, nærvær og gode relationer fra start.
- Redskaber til at håndtere de forandringer, som følger med at blive forældre.
- Inspiration til, hvordan I kan styrke samarbejdet som forældre og bevare et godt familieliv.
- Kendskab til barnets tidlige udvikling og betydningen af samspil og nærvær.

Klar til barn består af fire mødegange, som ledes af en sundhedsplejerske og en konsulent fra Tidlig Forebyggelse.

Tre mødegange afholdes før fødslen, og én mødegang afholdes efter fødslen.

Eksempler på tematikker som vil indgå:

- Barnets behov og udvikling
- Parforholdet som forældre
- Værdier og ønsker for familielivet
- Barnets hjernemæssige udvikling
- Børns søvn og trivsel
- Erfaringer fra fødsel og den første tid

I vil møde andre gravide og kommende forældre. Der vil være plads til dialog, refleksion og erfaringsudveksling, så I kan dele tanker, bekymringer og glæder med andre, der står i samme livssituation.

Tilmelding og mere info

Tilmelding til gruppeforløbet foregår ved at kontakte Tidlig Forebyggelse (se bagside) eller **www.tidligforebyggelse.dk**



Tidlig Forebyggelse
Balance i familien

Sundhedsplejen

Tidlig Forebyggelse
Storegade 30
6200 Aabenraa

Tlf. 73 76 71 11
Tidligforebyggelse@aabenraa.dk

www.tidligforebyggelse.dk