

Inbjudan till Föräldragrupp

Som blivande/nyblivna föräldrar är ni/du välkomna att delta på Mödra- och barnhälsovårdens föräldragrupper. Grupperna är till för att förbereda inför förlossning och föräldraskap, att tillsammans med andra föräldrar få samtala och reflektera om föräldraskap och om barns hälsa och utveckling. Den som jobbar har rätt att ta föräldraledigt för att gå på grupperna.

Gruppledare är: _____

Telefonnummer: _____ (vi önskar att ni ringer och meddelar om ni inte kan komma).

Lokal: _____

Datum:

Den _____ klockan: _____

Den _____ klockan: _____

Den _____ klockan: _____

Den _____ klockan: _____

Den _____ klockan: _____

Den _____ klockan: _____



Teman som kommer att diskuteras innan barnet kommit är:

- Att vänta barn
- Den första tiden hemma
- Förlossnings- och föräldraförberedelse
- Relationer och föräldraskap

Föräldragruppen fortsätter när barnen kommit och till cirka 1års ålder.

Teman som diskuteras då är:

- Ny i världen
- Leva med barn
- Vad behöver små barn för att må gott
- Äta, växa och må bra
- Barnsäkerhet, infektioner och egenvård



Ni/du kommer också att bli erbjudna spädbarnsmassage samt folktandvården erbjuder även de ett tillfälle för information om tandhygien.

Varmt välkomna!