

## KLAR TIL BABY

### HVAD ER KLAR TIL BABY?:

Klar til baby er et tilbud til forældre, der starter i graviditeten og løber til og med barnets første leveår. Forløbet er for kommende forældre, der har brug for hjælp og støtte til at kunne håndtere de nye udfordringer som forældre, samt til at kunne skabe en god og nær kontakt til barnet. Forløbet skal gerne bidrage til, at gøre dig og din partner klar til en tryk start som forældre.

I Klar til baby vil I møde forskellige fagpersoner fra Sundhedsplejen, Børnerådgivningen samt jordemoder.

### ET GRUPPEFORLØB FOR KOMMENDE FORÆLDRE:

Klar til baby henvender sig til gravide og deres partnere samt enlige, som har forskellige problematikker og udfordringer, der kan have betydning for graviditet og det at blive forældre. Før fødslen vil I bl.a. få viden om fødsel og spædbørn herunder kost, søvn, udvikling, kontakt og tilknytning til barn, parforhold, familie, forælderrolle, sundhed, vaner og livsstil. Efter fødslen vil vi drøfte nogle temaer som passer løbende til barnets udviklingsniveau, samt tage udgangspunkt i jeres hverdag med barnet. Igennem oplæg og gruppedrøftelse vil vi bl.a. tale om at aflæse barnets behov og skabe en god og udviklingsstøttede kontakt. Håndtering af barnets gråd, samt tillade og forstå barnets behov for at udforske mm.

Vi tilstræber sammen med jer at skabe et trygt og fortroligt rum.

### PRAKTISK INFORMATION:

**For hvem:** Gravide og deres partnere samt enlige med opstart omkring 18.-20. graviditetsuge

**Af hvem:** Gruppeforløbet ledes af en Familierådgiver og en sundhedsplejerske

**Hvor mange:** Op til 8 gravide og deres partnere

**Hvor ofte:** 6 sessioner á 2 timer før fødsel og 8 sessioner á 2 timer i løbet af barnets første leveår

**Hvor:** Borgmester Andersens Vej 26, 6400 Sønderborg