

Ønsker du at deltage
i ung mødregruppe
så kontakt din
sundhedsplejerske.



Med venlig hilsen



Silkeborg Kommune

Sundhedsplejen og
Familiecentret

Layout og tryk: Silkeborg Kommune · B&F.1992 · 03-2009

-et tilbud fra Sundhedsplejersken og Familiecentret



Ung mødregruppe

- et tilbud til dig
under 23 år



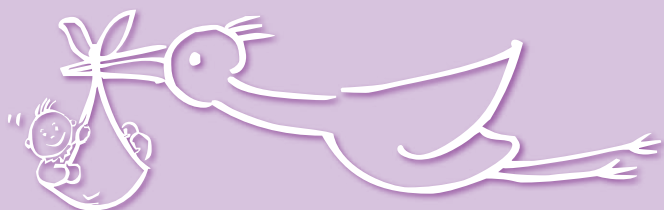
Ung mødregruppe er et tilbud til unge under 23 år.

Vi mødes igennem 1½ år i alt 40 gange.

Gruppen ledes af en familiekonsulent og en sundhedsplejerske.

I gruppen har du mulighed for at:

- få samvær og aktiviteter med andre unge mødre bl.a. baby-svømning, juletræsfest og sommerudflugt
- få råd og vejledning vedrørende dit barns udvikling
- udveksle erfaringer med andre unge mødre
- dele glæder og sorger med nogle som "ved hvordan det er"
- støtte og hjælpe hinanden
- få nye venskaber
- blive mere bevidst om hvordan dine fremtidsdrømme kan blive til virkelighed



Hvordan bliver en mødregruppe god?

- Du lytter til andre, og de lytter til dig.
- Du respekterer jeres forskelligheder.
- Du møder op hver gang eller melder afbud.
- I gør ting sammen.
- I bruger hinanden udenfor gruppen.
- Du opfatter det, der tales om i gruppen som fortroligt.



Hvorfor vælge ung mødregruppe?

- Det at få et barn er en stor forandring i dit liv.
- Du vil gerne vide mere om børns udvikling og behov.
- Du er usikker på at blive mor og synes, der følger en masse spørgsmål med.
- Du ønsker at tale med andre om dagligdags problemer.
- Du ønsker at tale med andre om, hvordan du kan være sammen med dit barn på en positiv måde.
- Måske er du alene med barnet.
- Du får en mulighed for nye venskaber.