

INFORMATIE

Voor wie?

Deze workshops zijn bedoeld voor **aanstaande ouders** (of je komt samen met iemand die ook nauw betrokken is bij de opvoeding van je kind).

Niet alleen voor de moeder, maar zeker ook voor de partner is het van belang om goed voorbereid te zijn op de komst van de baby. Tenslotte heeft ook de partner een heel belangrijke rol in deze periode.

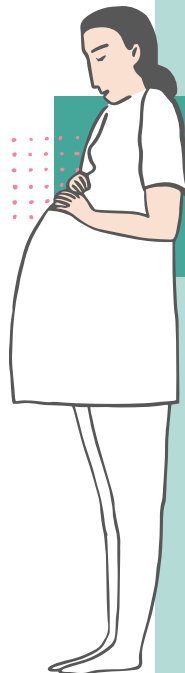
Een goede start doe je samen! Het is niet alleen goed, maar ook erg leuk om samen naar dat moment toe te leven. Deelname aan de workshops raden we bij voorkeur aan in de periode tussen de 5^e en de 9^e maand van de zwangerschap.

AANMELDEN

Kijk voor meer informatie op:
www.jgzkennemerland.nl

Je kunt je hier ook meteen aanmelden.
Deelname is gratis.

Voor vragen zijn wij telefonisch bereikbaar op:
088-995 96 00



Workshops voor aanstaande ouders



ONLINE

Ga voor meer informatie over onze workshops en informatiebijeenkomsten naar:

www.jgzkennemerland.nl

WORKSHOP

Een band met je baby opbouwen

Vanaf de zwangerschap en na de geboorte.

De band met je baby begint al in de buik. Je baby leert je stem kennen, reageert op jouw dagritme en wanneer je een hand op je buik legt.

Je kunt voelen hoe je baby beweegt, wat je baby rustig maakt of druk. In deze workshop leer je allerlei manieren om contact te maken met je baby: in de buik en net na de geboorte. We vertellen je iets over de taal- en hersenontwikkeling van baby's en waarom een goede band met je baby vanaf de buik zo belangrijk is. Er is volop ruimte voor het stellen van vragen.



WORKSHOP

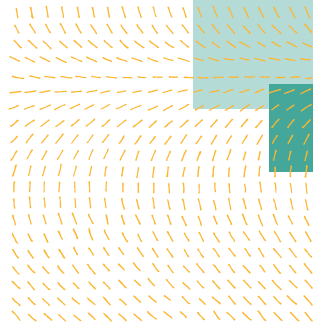
Vader of moeder worden, en dan?

Bereid je voor op deze nieuwe fase in jullie leven.

Wanneer je voor het eerst vader of moeder wordt, is het heel moeilijk om je voor te stellen hoe dit gaat zijn.

Omdat er heel veel verandert, is het fijn om je goed voor te bereiden. Tijdens deze workshop denk je vast na over wat voor ouder je wilt zijn en wat de komst van je kind met je doet. We hebben het over het verdelen van taken in huis en bij de zorg voor jullie kind.

Hoe ga je werk en gezin combineren? Wat zijn jullie ideeën over opvoeden? Hoe verandert jullie relatie en hoe verander je zelf? Bij deze workshop word je voorbereid op deze nieuwe fase in jullie leven.



INFORMATIEBIJEENKOMST

Borstvoeding

Ben je zwanger en wil je borstvoeding gaan geven? Dan is deze informatiebijeenkomst een prima start!

Zo leer je hoe je kunt zien wanneer je baby honger heeft, hoe je je baby aanlegt en hoe je weet of je baby genoeg gedronken heeft. Ook bespreken we wat je kunt doen als het geven van borstvoeding niet loopt zoals je had gehoopt. We geven veel praktische informatie en laten filmpjes zien. Er is volop ruimte om vragen te stellen. Zo kun je een goede start maken met het voeden van je baby.

Neem vooral je partner of iemand anders mee, zodat jullie deze goede start samen kunnen maken.

