

Välkommen på

Föräldrautbildning

Första barnet på väg



Plats: Folkhälsanhuset i Brunakärr, Mannerheimvägen 97, Helsingfors

Tid: Måndagarna 2.9, 9.9, 16.9, 23.9, 30.9 och 7.10 2019, kl. 18.00-20.00. Sista träffen hålls då bebisarna är födda, datumet bestäms under kursens gång.

Kursavgift: 45 €/familj

Anmäl dig via <https://kurser.folkhalsan.fi>, under 'Första barnet på väg'

Väntar ni ert första barn? Har ni frågor och funderingar? Vill ni träffa andra i samma situation? Eller är du ensam väntande mamma?

Folkhälsans Förbund ordnar i samarbete med SFV Bildning föräldrautbildningen 'Första barnet på väg'. Kursen riktar sig till blivande föräldrar och tar upp frågor kring barn och föräldraskap som du kan ha nytta av då du förbereder dig inför livet med en baby.

Program

- | | |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Träff 1 | Introduktion: det startar vid förlossningen... |
| Träff 2 | Att förbereda sig inför förlossningen. |
| Träff 3 | Förberedelser i hemmet, om prylar och andra förnödenheter.
Den dagliga vården av babyn. |
| Träff 4 | Hur komma igång med amningen? Hur vårda babyn när den blir sjuk? |
| Träff 5 | Snart blir vi föräldrar, graviditeten som förberedande tid.
Vad betyder baby blues? |
| Träff 6 | Vi bekantar oss med babyn. Hur kommunicerar en liten baby och vad handlar den tidiga anknytningen om? Min roll som förälder. |
| Träff 7 | Nu är vi föräldrar! Den nya familjemedlemmen presenteras. Diskussion kring aktuella frågor om vardagen med babyn. |

Välkommen med!

Kursledare:

Malin von Koskull tfn: 044-788 1011,

malin.vonkoskull@folkhalsan.fi

Karola Forstén tfn: 0400-984843

karola.forsten@gmail.com