



SAMSPIL SUND UDVIKLING NÆRHED DYBDE

- Udvidet sundhedspleje - et gratis tilbud til gravide og familier med børn op til 1½ år.
- Efterfødselsreaktionstilbud.

Sundhedsplejen



DET ER DEJLIGT AT BLIVE FORÆLDER, MEN LIVET MED ET SPÆDBARN KAN VÆRE ANDERLEDES END FORVENTET

Måske kender I til...

- at I har svært ved at forestille jer barnet i maven?
- at I oplever det som en stor omvæltning at blive forælder?
- at I gerne vil hjælpe jeres barn, men er i tvivl om den rigtige måde at hjælpe på?
- at I gerne vil gøre det bedste for jeres barn, men er i tvivl om, hvad det bedste er?
- at I har mistet tålmodigheden og er i tvivl om, hvad I kan stille op?
- at I er inde i en ond cirkel?
- store krav til dig selv i hverdagen?
- at være alene om problemerne i hverdagen?
- Humørsvingninger
- At der er enighed/uenighed i forældreskabet



SUNDHEDSPLEJENS SUND-INDSATS KAN MEDVIRKE TIL AT DEN ONDE CIRKEL BRYDES

SUND-indsats er et gratis tilbud, hvor vi kan styrke dig/jer i

- at aflæse dit barns signaler
- relationen til dit barn
- at ændre de negative mønstre
- at arbejde med din/jeres efterfødselsreaktion

VI TILRETTELÆGGER ALTID ET SÆRLIGT FORLØB MÅLRETTET DIG

Det kan foregå som

- individuelle samtaler
- forældresamtaler
- særligt tilrettelagte gruppeforløb
- forløb, hvor vi optager små filmklip af dig og dit barn
- kursus i tryghedscirkelen



KONTAKT SUNDHEDSPLEJEN FOR AT LAVE EN AFTALE ELLER HØRE MERE OM TILBUDET.

Sundhedsplejerske
Lone Nørgaard
Mobil - 4191 2756
Sygehusvej 6, 9460 Brovst

Sekretær Sundhedsplejen
Inge Knudegaard
Tlf. 7257 7667

Har du brug for at sende en mail til Sundhedsplejen, kan du se
sende sikker mail fra vores hjemmeside:
www.jammerbugt.dk/sundhedsplejen

Sundhedsplejen
Jammerbugt kommune

