



BABY EXTRA OUDERCURSUS

Informatie voor ouders

ALS JE PAS EEN BABY HEBT



Baby Extra oudercursus

Als je pas een baby hebt, brengt dat een hele verandering met zich mee. Er is nieuw persoontje in je wereld gekomen dat jou nodig heeft en dat ervoor zorgt dat je op een andere manier tegen het leven aankijkt. Je bent moeder of vader geworden!

Je merkt dat je moeder- of vadergevoel meer inhoudt dan de dagelijkse verzorging. Je kindje kijkt naar jou, doet een beroep op jou, leert de wereld kennen door jou. Alles wat je kind leert, leert hij van jou. Maar hoe ga je hiermee om, als jij je hier niet zo zeker in voelt?

In deze Baby Extra oudercursus praat je hier met andere moeders en vaders over. Maar het blijft niet bij praten; we doen ook oefeningen en bespreken videobeelden. Je zult merken dat je niet de enige bent die vragen heeft of onzeker is. Aan de hand van voorbeelden van jezelf en van de andere cursisten komen verschillende thema's aan bod. Je leert van andere ouders maar andere ouders ook van jou.

In de zes bijeenkomsten komen de volgende thema's aan bod:

- zwangerschap en bevalling
- ervaringen ouderschap
- 'goed genoeg' ouderschap
- sociaal netwerk
- contact met je baby
- denken, voelen, doen
- eigen grenzen
- rust, respect en regelmaat

Deze zes bijeenkomsten zijn zonder je baby. Er wordt een extra bijeenkomst gepland met je kindje waarin je de eerste beginselen van babymassage leert.



Cursusdata en locatie

Voor informatie over de eerstvolgende cursus kun je contact opnemen met Baby Extra.

Trainers

De cursus wordt gegeven door twee trainers, één van ZuidZorg en één van Baby Extra.

Aanmelden

Aanmelden kan bij Baby Extra (040) 880 16 40
info@babyextra.nl.

Over Baby Extra

Het expertisecentrum Baby Extra is een samenwerkingsverband van verschillende instellingen in Eindhoven en omgeving, dat kennis bundelt op het gebied van psychische gezondheid, psychiatrische problematiek en babyontwikkeling. Baby Extra wordt uitgevoerd vanuit het consultatiebureau van ZuidZorg.

Aysia "Ik kon in de cursus mijn verhaal kwijt en heb er veel begrip gekregen. Ik heb ook leuke fijne contacten overgehouden aan de cursus"

Marian "Ik heb in de cursus geleerd te kijken naar mijn baby, en naar mijn gevoel en eigen intuïtie te handelen"

Theo "Ik ben me bewuster geworden van de dingen die ik goed doe als vader"

Bezoekadres Baby Extra:

Wenckenbachstraat 40, 5621 HB Eindhoven

