

PREVENTIEF GROEPSAANBOD VOOR OUDERS EN KINDEREN TUSSEN DE 0 EN 4 JAAR

IN CONTACT MET JE BABY (OUDERS EN HUN BABY TOT 1 JAAR)



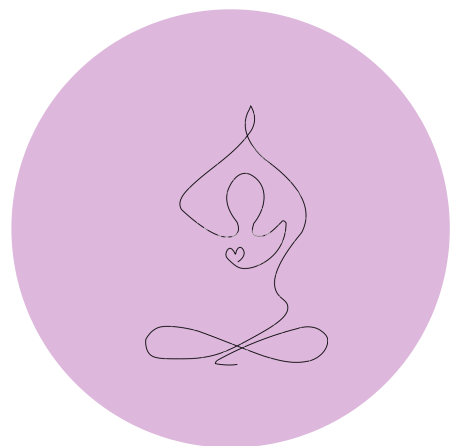
Voor ouders die minder goed in hun vel zitten na de geboorte van hun kindje en/of onzekerheid ervaren over hun nieuwe ouderrol. Dat kan verschillende oorzaken hebben: een zwangerschap of bevalling die anders liep dan gehoopt, slaapgebrek, een baby die veel huilt, gevoel van eenzaamheid of iemand binnen het gezin die niet lekker in zijn of haar vel zit. Ouders komen samen met hun baby naar de training en leren onder andere de Shantala babymassage bij hun baby toe te passen. Ook wordt er gezamenlijk met andere ouders gesproken over onder andere goed genoeg ouderschap, om hulp vragen en goed voor jezelf (blijven) zorgen.

De groep wordt in samenwerking met het OKT en de GGD gegeven. Via de QR-code of <https://www.jeugdpreventieamsterdam.nl/?course=beter-contact-met-je-baby> vind je onderaan de pagina een overzicht van de eerstvolgende groepen die plaatsvinden.

IN CONTACT MET JE DREUMES (OUDERS EN HUN KINDJE TUSSEN DE 1 EN 2,5 JAAR)

Voor ouders en kinderen die te maken hebben (gehad) met spanning en/of stress, bijvoorbeeld door ziekte, een familielid die niet lekker in zijn of haar vel zit, een scheiding of ruzies thuis. Dreumesyoga- en massage oefeningen voor ouder en kind worden gecombineerd met spelletjes en liedjes. Ouders kunnen de kracht van positieve aanrakingen gebruiken om hun kindje te troosten, met hem of haar te communiceren en om de hechting te stimuleren. Ook wordt er gezamenlijk met andere ouders gesproken over onder andere goed genoeg ouderschap, om hulp vragen en goed voor jezelf (blijven) zorgen.

De groep wordt in samenwerking met het OKT en de GGD gegeven. Via de QR-code of <https://www.jeugdpreventieamsterdam.nl/?course=in-contact-met-je-dreumes-1-25-jaar> vind je onderaan de pagina een overzicht van de eerstvolgende groepen die plaatsvinden.



PIEPJE (OUDERS EN HUN KINDJE TUSSEN DE 2,5 EN 4 JAAR)

Voor ouders en kinderen die te maken hebben (gehad) met spanning en/of stress, bijvoorbeeld door ziekte, een familielid die niet lekker in zijn of haar vel zit, een scheiding of ruzies thuis. De bijeenkomsten van Piepje hebben een gezamenlijke start waarbij er stilgestaan wordt bij thema's zoals ontspanning, de vier basisemoties, zelfbeeld en steunteam. Ook wordt er samen gespeeld en geknutseld ter versterking van de ouder-kind relatie. Vervolgens gaan ouders en kinderen kort uit elkaar: met de kinderen lezen we boekjes, zingen we liedjes en doen we spelletjes om op een speelse wijze bij het thema van die dag stil te staan. Met de ouders wordt gesproken over onder andere omgaan met de emoties van je kind, goed genoeg ouderschap en goed voor jezelf (blijven) zorgen.

Via de QR-code of <https://www.jeugdpreventieamsterdam.nl/?course=nieuw-piepje> vind je onderaan de pagina een overzicht van de eerstvolgende groepen die plaatsvinden.



**Al het aanbod is kosteloos en zonder verwijzing beschikbaar. Er wordt geen dossier opgebouwd.
Vragen, een vrijblijvend gesprek of aanmelden? Neem contact met ons op via koppkov@arkinjeugd.nl
(Mariëlle Benic)**