



Mor og barn gruppen

Unge Mødre

– er Hedensted Kommunes gruppe-tilbud til unge mødre under 25 år og deres spædbørn.

Mødre og børn, der af forskellige grunde har behov for særlig støtte, kan henvises til Unge Mødre-gruppe gennem deres sundhedsplejerske, jordemor eller læge.

Formål

- At styrke dit og dit barns trivsel og sundhed
- At få viden og oplysning om både dine og barnets behov
- At hjælpe dig med at få tillid til dig selv og opgaven som mor
- At hjælpe dig på vej til at komme i gang med en uddannelse eller et arbejde, når du er færdig med din barselsorlov
- At styrke netværket til andre mødre i området.

Hvor og Hvornår?

Vi mødes en gang om ugen kl. 10 - 13, på Ankersvej 10, 8722 Hedensted.

Hvad laver vi?

Vi taler med hinanden om:

- Børnenes behov og sundhed – f.eks. mad, søvn, hvile, gråd, kontakt, kærlighed og udvikling
- Hverdagens problemer
- Hvordan man kan tage sig af både sine egne og barnets behov
- Hvordan familiemæssige og sociale forhold spiller en rolle
- Mulighed for kontakt f.eks. jobkonsulent, dagplejepædagog og, tandplejer, fysioterapeut, tale-høreplejepædagog og andre.

Regler

- Rygning kan ikke foregå
- Mobiltelefoner sættes på lydløs og tjekkes kun i pauserne
- Alle har tavshedspligt
- Fravær skal altid meldes til en af gruppelederne.

Forplejning

Der vil altid være kaffe, the, vand og frugt.
Ofte vil vi lave et fælles måltid.

Kontakt (gruppeledere)

Gruppen ledes af en sundhedsplejerske og en tilknyttet socialrådgiver.

Sundhedsplejerske Janne Søby Rønsholt

mobil 5118 2404 - E-mail: janne.s.ronsholt@hedensted.dk

Sundhedsplejerske Dorte Davidsen

mobil 2449 3671 - E-mail: dorte.davidsen@hedensted.dk



Citater er fra mødre som har gået i gruppen:

- Det giver noget til mit barn, at være sammen med andre børn.
- Et godt sted, at få råd og sparre med andre jævnaldrende mødre.
- Ser frem til at komme hver gang og føler mig velkommen.
Der er en god stemning og det er hyggeligt.
- Skaber venskaber, der fortsætter uden for gruppen.
- Løbende tjek af børnene og vejledning, da der altid er en sundhedsplejerske til stede.
- Udstyr - så man ikke selv behøver at medbringe selv.
- Mulighed for kørsel





HEDENSTED
KOMMUNE

Sundhedsplejen
T: 79 75 50 00

[hedensted.dk](https://www.hedensted.dk)