

MamaBabbels

Groepsaanbod | Na de geboorte



MamaBabbels is een laagdrempelig concept om mama's met elkaar in verbinding te brengen. Je bent van harte welkom om aan te sluiten met je baby van zodra deze 6 weken oud is.

Onder begeleiding van **Olivia Van Raemdonck** (Klinisch Psycholoog & Psychotherapeut) en **Inge Van Gorp** (Vroedvrouw & Perinataal Counselor) wordt er gedurende 5 sessies stilgestaan bij diverse thema's. In kleine groep kan je zelf de rijkdom van het samen delen en verbinden met andere mama's ervaren.

Thema's die o.a. aan bod zullen komen, zijn:

- Sessie 1: Introductie. Verbinden met jezelf en met je baby via babymassage, ...
- Sessie 2: Spanning en stress. Stilstaan bij 'Window of Tolerance', ...
- Sessie 3: Veranderde relatie met je partner en gezin van herkomst.
- Sessie 4: Terug aan de slag? Of niet?
- Sessie 5: Invulling door de groep. Ruimte om sommige thema's nog verder te verdiepen of stil te staan bij nieuwe thema's, vragen, bezorgdheden, ...

Praktisch

Je schrijft je in voor een reeks van 5 sessies. De MamaBabbel gaat wekelijks door op maandag van 13-14.30u bij Blauwe Maan (August Van Putlei 203, 2100 Deurne). Start nieuwe reeks op 19/02/2024

Voor de organisatie en snack vragen we een bijdrage van 12,5 euro voor de volledige reeks.

Inschrijven kan via de website: <https://www.blauwemaan.be/aanbod/groepsaanbod/mamababbels/>

Vragen?

Stuur gerust een mailtje naar info@blauwemaan.be