

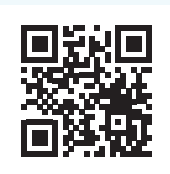
PRAKTISCH

WAAR

AZ Maria Middelaes
Buitenring Sint-Denijs 30
9000 Gent

WANNEER

Er zijn vijf opeenvolgende sessies met je baby.
Je vindt een overzicht terug op onze website:
www.mariamiddelares.be.



DEELNEMERS

We creëren een veilige vaste groep van minimum vier ouders met hun kindje tussen 0 en 12 maand. Het aantal deelnemers is beperkt tot maximum 12.

KOSTPRIJS

Je schrijft je in voor de volledige reeks en je betaalt enkel het remgeld van 2,5 euro per sessie (in totaal 12,50 euro). Daarvoor krijg je een factuur na de lessenreeks. Het cursusmateriaal is gratis.



MEER INFO?

Het is mogelijk dat je na het lezen van deze folder nog vragen hebt. Aarzel dan niet om contact op te nemen met Lisa Van Loo (klinisch psycholoog):

- 09 246 35 80
- lisa.vanloo@azmmsj.be

AZ Maria Middelaes heeft deze informatiefolder met de grootste zorg opge-maakt. Deze folder is indicatief en vervangt een raadpleging bij de arts niet. Mocht deze folder vergissingen of onvolledigheden bevatten, dan zijn AZ Maria Middelaes, zijn medewerkers en zijn artsen hiervoor niet aansprakelijk.



Buitenring Sint-Denijs 30 | 9000 Gent
09 246 46 46 | info@azmmsj.be

mariamiddelares.be | virtueelziekenhuis.be | jouwjob.be

Volg ons ook op:     

Mindful met je baby



PATIËNTENINFORMATIE



GezondheidsZorg met een Ziel

MINDFUL MET JE BABY ...

... helpt je als ouders om:

- beter in contact te komen met jezelf en je baby, en zo de band met je baby op een gezonde manier te versterken;
- je veerkracht in het ouderschap te verhogen;
- je inlevingsvermogen in je baby te stimuleren;
- bewuster in het ouderschap te staan.



Voor wie?

De lessenreeks is bedoeld voor ouders die:

- bewuster met de opvoeding van hun baby willen bezig zijn;
- meer geduld willen leren hebben met hun baby;
- hun baby beter willen leren kennen;
- zich overspoeld of overvraagd voelen door het ouderschap.

Wat doen we?

Mindful Ouderschap is een methode die ontwikkeld werd door professor Susan Bögels. Het helpt om stress in de opvoeding en automatische ouderlijke reactiepatronen te herkennen, begrijpen en verminderen. De lessenreeks zet in op educatie rond verschillende thema's en het uitvoeren van ervaringsgerichte oefeningen met je baby.

Door wie?

De lessenreeks wordt gegeven door:

- Lisa Van Loo, klinisch psycholoog en perinataal consulent, AZ Maria Middelaars;
- Ulrike De Taeye, klinisch psycholoog en perinataal consulent, AZ Maria Middelaars.

Engagement is belangrijk

Mindful ouderschap valt of staat met de bereidheid om dagelijks aan de slag te gaan. Een betrokken houding in de groep en huiswerkopdrachten horen daar bij.

Een engagement voor de volledige reeks wordt verwacht.

Aanmelden

Aanmelden om de groepsreeks te starten, doe je bij Lisa Van Loo (klinisch psycholoog):

- **09 246 35 80**
- lisa.vanloo@azmmsj.be

Opgelet: het aantal deelnemers is beperkt.

