|  |
| --- |
| Tilbud til både første- og flergangsforældre: |
| GRAVIDITETSBESØG |

|  |
| --- |
| Tilbud fra Sundhedsplejen om  GRAVIDITETSBESØG |

Som både første- og flergangsforældre har du mulighed for at få besøg af Sundhedsplejen til et graviditetsbesøg.

Under graviditetsbesøget kan vi til­byde en snak om:

* Tanker og spørgsmål, som optager jer i graviditeten
* Forventninger til fødslen
* Forventninger til barnet
* At blive forældre (for første gang eller ”igen”)
* Ændringer af familiens livsrytme
* Babyudstyr
* Amning/ernæring til jeres baby
* Den første tid efter fødslen
* Forældregrupper (Familie På Vej)
* Sundhedsplejens øvrige tilbud

Men det kan også være noget helt andet, alt efter hvad I ønsker.

Vi foreslår, at graviditetsbesøget ligger omkring 30. graviditetsuge, men det kan tilpasses jeres behov og ønsker.



**Hvem er sundhedsplejersken?**

Sundhedsplejersken er en sygeple­jerske, som har gennemgået en videreuddannelse specielt med henblik på, at kunne vejlede familier med børn.

Sundhedsplejersken samarbejder med mange forskellige faggrupper i Vording­borg Kommune.

Når sundhedsplejersken kommer på be­søg, er det en god idé, at begge kommende forældre deltager.

|  |
| --- |
| **Sundhedsplejen**  Sankelmarksvej 10 A  4760 Vordingborg |

|  |
| --- |
| 55 36 36 36  vordingborg.dk |

|  |
| --- |
| **Find din sundhedsplejerske**  Du kan finde din sundhedsplejerske på:  **vordingborg.dk/sundhedsplejen**  Samtidig vil vi også opfordre dig til at følge os på Facebook. Her får du løbende den nyeste viden om sundhed og trivsel i forhold til dit barn – både i forhold til kost, motorik, pædagogik og meget mere. Og så laver vi løbende forskellige mini-kurser - eksempelvis førstehjælp til spædbørn – som alle annonceres via vores Facebookside.  **facebook.com/sundhedsplejenivordingborgkommune** |