

# Mama-groep

## Pré- en postnatale zorg



HUIS VAN HET KIND

Brasschaat

Mama worden is intens. Of het nu voor de eerste keer is of je al kleintjes hebt rondlopen. Denk maar aan (borst)voedingen en dutjes plannen, luiers verversen aan de lopende band en was die maar blijft opstapelen.

En tussen alle wasjes en plasjes door mag je ook jezelf niet vergeten.

De Mama-groep is er om je aan te moedigen, te ondersteunen en positieve feedback te geven.

*Scan de QR-code en schrijf je in!*



## Praktische info

De sessies worden begeleid door een klinisch psycholoog en therapeut.

- Voor wie? Mama's met baby's
- Kostprijs? Gratis
- Wanneer? Vrijdag van 13.00u tot 15.00u - start op 19/04/2024
- Waar? Huis van het Kind Brasschaat (Hemeldreef 1)
- Inschrijven? Via mail naar [ontspannenzwanger@outlook.com](mailto:ontspannenzwanger@outlook.com) (max. 8 deelnemers)



In samenwerking met OLO-Rotonde vzw