



Vahvuutta
vanhem-
muuteen

VANHEMPAINRYHMÄ



#Mielekäsarki



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELUITTON
Hänen piiri

Haluan oppia tuntemaan Sinut

Tervetuloa vauvat ja vanhemmat -vauvaperheryhmään

Ryhmässä on mahdollisuus tutustua samassa elämäntilanteessa oleviin vanhempiin ja keskustella vauvan myötä tulleista arjen muutoksista. Keskustelun teemat pohjautuvat vanhemman ja lapsen kokemusten tutkimiseen ja ymmärtämiseen. Näiden kautta saattaa avautua uusia näkökulmia ja oivalluksia vanhemmuuteen. Kokoon-tumiskertoja on kahdeksan.

Kenelle?

Ryhmä on tarkoitettu ensimmäistä kertaa vanhemmaksi tulleille ja heidän alle kuuden kuukauden ikäisille vauvoilleen. Ryhmään mahtuu mukaan noin kuusi perhettä. **Syksyn 2021 ryhmä kokoontuu kahdeksan kertaa.** Tapaamiskertojen alussa vanhemmille on tarjolla pientä syötävää.

Ryhmän ohjaajina toimivat neuvolan terveydenhoitaja Elina Ojala ja perhepalveluiden kuntoutusohjaaja Jenni Ruotsalainen.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen:

Kuntoutusohjaaja jenni.ruotsalainen@riihimaki.fi

Ilmoittautuminen sähköpostilla 28.9.2021 mennessä (viestiin vanhempien ja vauvan nimet ja yhteystiedot sekä mahdolliset erityisruokavaliot).

Lähetämme ilmoittautuneille vahvistuskutsun sekä tarkemmat tiedot lähempänä ajankohtaa.

” Ryhmässä parasta oli vuorovaikutus, kokemusten jakaminen sekä vauvan maailmaan uppoutuminen.”

” Keskustelu oman olemisen heijastumisesta lapseen, niin iloissa kuin suruissakin, oli hyödyllinen.”

Missä?

Riihimäen neuvola, Ryhmähuone
Kallionkatu 10 - 16, E-ovi, 5.krs

Milloin?

Tiistaisin klo 17.00 – 19.00

Kertojen ajankohdat ja teemat:

- 12.10 Olen ainutlaatuinen vauvasi – vauva omana yksilönä
- 26.10. Minä olen minä – luonteenpiirteiden vaikutus
- 2.11. Mitä odotat minulta – odotukset ja toiveet vaikuttavat
- 16.11. Sinun ilosi ja surusi ovat myös minun – vaikutamme toisiimme
- 30.11. Joskus tunnen, että aivan pakahdun – voimakkaiden tunteiden käsittely
- 14.12. Mitähän ympärilläni tapahtuu? – arjen muutostilanteet
- 11.1. Minä tarvitsen sinua – samanaikainen tarvitsevuus ja omatoimisuus
- 25.1. Minua itkettää ja naurattaa! – Samanaikaisia ja ristiriitaisia tunteita



RIIHIMÄEN SEUDUN
TERVEYSKESKUKSEN KY

RIIHIMÄKI