**Velkommen til foreldre- og fødselsforberedende kurs!**

**Temaer på kursdagene vil være:**



* **Parforholdet / foreldrerollen, tiden som nybakte foreldre**
* **Fødselsforberedelse;**
* Hvordan starter fødselen
* Når skal du ta kontakt med fødeavdelingen
* Fødselens ulike faser,
* Fødestillinger
* Smertelindring,
* Fars / ledsagers rolle under fødsel
* Barseltiden.

Kursholdere er familieterapeutene Hege Gulliksen og Cecilie Reed, og jordmødrene Jane Nedberg og Laila Tveiten.

Første kurskveld har fokus på parforholdet og foreldrerollen, mens andre kurskveld er tema fødselsforberedelse.

**Sted: Vikersund helsestasjon**

**Tid: Tirsdag 05.03.19 kl. 17.00 – 19.00 med familieterapeutene og tirsdag 12.03.19 kl. 17.00-21.00 med jordmødrene**

**Pris: kr. 300,- pr.par** inkl. enkel servering

**Max 8 par på kursdagen, « først til mølla prinsippet»**

Giro sendes ut etter kursdagen.

**Bindende påmelding innen onsdag 22.02.19**

For påmelding og evt. mer informasjon om kurset, ta kontakt med:

Jordmor Jane Nedberg / Laila Tveiten

Tlf. 32 78 95 80 / 84

Mail: jane.nedberg@modum.kommune.no

 laila.tveiten@modum.kommune.no