



Fødsels- og familieforbereelse

Fødsels- og familieforbereelse er et gratis tilbud til dig og din samlever.

Undervisning

Undervisningen er fordelt på 5 moduler. Du/l vælger selv hvilke moduler du/l ønsker at deltage i og hvornår du/l ønsker at starte. Vi anbefaler, at du/l tager modulerne over flere gange.

Medbring evt. en pude at sidde på, da stolene kan være hårde for en gravid.

Modul 1

Hovedtemaerne på dette modul er graviditet, herunder:

- Graviditets gener
- Forældreskab og tidlig tilknytning
- Sundhedsplejersken tilbud

Modul 2

Hovedtemaerne på dette modul er amning, herunder:

- Den første amning
- De 4 ammeråd
- Eventuelle udfordringer
- Partnerens rolle

Modul 3

Hovedtemaerne på dette modul er den normale fødsel, herunder:

- Fødsels faser
- Forståelse, forventninger og udfordringer.
- Partners rolle

Modul 4

Hovedtemaerne på dette modul er fødslen fortsat og smertelindring, herunder:

- Ikke-medicinsk og medicinsk smertelindring
- Overvågning af barnet under fødslen
- Når fødslen tager en drejning; kejsersnit, igangsættelse af fødslen m.m.

Modul 5

Hovedtemaerne på dette modul er barselsperioden, herunder:

- Den første kontakt
- Søvn, gråd og tristhed
- Partners rolle

Tid

Se datoer og mødetidspunkter for temaeftermiddagene på hjemmesiden.

Mødested

Auditoriet i kantine- og servicebygningen på Sjællands Universitetshospital, Roskilde, Vestermarksvej 16.

Der er fri parkering på hospitalets område efter kl. 16.00.

Aflysning af undervisning

Det kan desværre under særlige omstændigheder være nødvendigt at aflyse temaeftermiddagene med kort varsel. Vi beklager, hvis nogle i den situation kommer forgæves.

Venlig hilsen
Jordemødrene
Marts 2022, Roskilde

Oversigt over moduler

Modul 1	Modul 2	Modul 3	Modul 4	Modul 5
Graviditeten	Amning	Den normale fødsel	Fødsel og smertelindring	Barselsperioden
Fra kl. 15.00 – 15.45	Fra kl. 16.00 – 17.00	Fra kl. 17.15 – 18.15	Fra kl. 18.45 – 19.45	Fra kl. 20.00 – 21.00