

Moedergroep II: Samen groeien in het moederschap

Type

Groepsaanbod (verdiepend)

Startdatum

12/03/2025 - 05/11/2025

Locatie

Ter Lo 40, 8310 Brugge, Belgium (Binnenruimte, praktijk voor psychotherapie en ontwikkeling)

Door

Annemarie Makay

Misseeuw Charlotte (Externe partner)

Praktische info

Datums

12 maart 2025 - 19:30 - 21:00

02 april 2025 - 19:30 - 21:00

30 april 2025 - 19:30 - 21:00

28 mei 2025 - 19:30 - 21:00

25 juni 2025 - 19:30 - 21:00

10 september 2025 - 19:30 - 21:00

08 oktober 2025 - 19:30 - 21:00

05 november 2025 - 19:30 - 21:00

Prijs

Prijs voor groepsaanbod en kampen:

0-23 jaar = gratis

+23 jaar= 2,5 per sessie

Prijs voor lezingen

Gratis voor iedereen

Aantal sessies

8

Duur sessies

90

Voor wie

Voor moeders met milde tot matige psychische klachten die graag willen samenkomen in een veilige groep. We werken rond verschillende thema's en vaardigheden.

Hulp bij

Eenzaamheid, Gezinsdynamieken, Ondersteuning bij kinderen (0-5 jaar), Ouderschap/opvoeding

Bereikbaarheid

Gratis parking, Met de bus

Inhoud

Moedergroep II: Samen Groeien in het Moederschap

Ben jij moeder en op zoek naar een plek waar je kunt delen, leren en groeien? Sluit je aan bij onze moedergroep, een veilige en ondersteunende omgeving waarin we samen tien waardevolle thema's verkennen. Elke sessie staat in het teken van een onderwerp dat centraal staat in het moederschap.

Wat kun je verwachten?

In 8 bijeenkomsten verdiepen we ons in verschillende thema's, zoals:

• De reis van het moederschap: verwachtingen en realiteit

• Grenzen stellen: voor jezelf en je gezin

• Zelfzorg: tijd nemen voor jezelf zonder schuldgevoel

• Relatie met je partner: verbinding en balans vinden

• Intimiteit: liefde en nabijheid in elke fase

• Emotionele ontwikkeling van je kind

• Opvoeden, hoe doe je dat?

• Omgaan met stress en vermoeidheid

• De kracht van kwetsbaarheid en steun vinden

• Je eigen identiteit behouden naast het moederschap

Voor wie?

Voor alle moeders die willen groeien, ervaringen willen delen en steun willen vinden in een warme groep. Of je nu net moeder bent geworden of al jaren ervaring hebt, je bent welkom!

Praktische informatie

• **Aantal sessies:** 8

• **Duur per sessie:** 1,5 uur

• **Locatie: Ter Lo 40, 8310 Sint-Kruis**

• **Kosten:** 2,5 euro

• **Startdatum:** 12 maart 2025

maandelijks op woensdagavond van 19u30-21u

(12/03, 02/04, 30/04, 28/05, 25/06, 10/09, 08/10, 05/11)

• Begeleiding: Annemarie Makay en Charlotte Misseeuw

Wil jij meedoen of meer informatie ontvangen? Je kan mailen naar annemarie@binennruimte.be of bellen naar 0474 73 64 88

Contact en inschrijven

E-mailadres

annemarie@binnenruimte.be

Meer info op elpen.be

https://www.elpen.be/initiatieven/moedergroep-ii-samen-groeien-het-moederschap