

Düsseldorf
Nähe trifft Freiheit

Wege zum Mutterglück

Fokus psychische Gesundheit

Gruppenangebot für Schwangere und Mütter mit psychischen Belastungen und Krisen in der Schwangerschaft und nach der Geburt bis zum dritten Lebensjahr des Kindes

Eine Schwangerschaft und die Zeit nach der Geburt sind mit großen Veränderungen verbunden. Diese Veränderungen bringen nicht immer Freude mit sich, sondern können auch sehr belastend sein. Die dauernde Beanspruchung, Einfeldung in eine neue Rolle, Sorge um das Kind und Schlafmangel können einen aus der Bahn werfen. Zudem können körperliche Veränderungen herausfordernd sein. In manchen Fällen gerät die psychische Gesundheit dabei ins Wanken.

Das Gruppenangebot ermöglicht Raum zum Austausch mit anderen und vermittelt hilfreiche Informationen. Neben Themen zu psychischen Problemen rund um Schwangerschaft und Geburt, beschäftigt sich die Gruppe mit der Stärkung der psychischen Gesundheit und individuellen Lösungsmöglichkeiten aus der Krise und nimmt Fragen zur Elternschaft in den Fokus.

Termin

Donnerstag von 15 bis 16.30 Uhr
(im Abstand von drei Wochen)

Ort

Beratungsstelle für Schwangere und Schwangerschaftskonflikte Gesundheitsamt Düsseldorf
Kölner Straße 180
40227 Düsseldorf
3. Etage, Raum 312

Kontakt

Telefon 0211 89-92664

Anmeldung

schwangerschaftskonfliktberatung@duesseldorf.de

Nach Anmeldung oder erster Kontaktaufnahme erhalten Sie weitere Informationen zu konkreten Terminen. Die Teilnahme am Gruppenangebot ist kostenfrei und jederzeit möglich.

Sie können zudem gerne vorab in die kostenfreie Sprechstunde **Hilfe und Beratung bei psychischen Belastungen während der Schwangerschaft und nach der Geburt** kommen. Terminvereinbarungen sind über die obenstehende Telefonnummer oder per E-Mail möglich.