



## Die Babygruppe - Informationen für Eltern

Eine Gruppe für Babys (0-1 Jahre) und ihre seelisch belasteten oder psychisch erkrankten Eltern

### Die Idee

Eltern werden und Eltern sein ist eine Herausforderung für alle frisch gebackenen Mütter und Väter. Im ersten Lebensjahr des Kindes ist vieles neu und Mütter und Väter haben Fragen und Sorgen und wünschen sich einen Austausch mit anderen, die sich in derselben Situation befinden. Diese Babygruppe gibt Unterstützung im Umgang mit der neuen Lebenssituation. Darüber hinaus ist es bei allen Teilnehmer\*innen so, dass eine psychische Belastung oder Erkrankung vorliegt. Die Treffen in der Gruppe laden dazu ein, sich auch über diese Herausforderungen auszutauschen.

### Der Inhalt

Bis zu 8 Familien können an der Gruppe teilnehmen und alle Teilnehmer\*innen lernen sich in der ersten Sitzung kennen. Jede Sitzung beginnt mit einem Begrüßungslied und Fingerspielen. Außerdem gibt es die Möglichkeit, kindgerechte musikalische und kreative Angebote für Eltern und Kind auszuprobieren. Anschließend gibt es einen Input zu verschiedenen Themen. Hierbei kann es um Entwicklungsschritte des Babys, Kinderkrankheiten, Erziehung, Ernährung oder den Umgang mit der psychischen Erkrankung im Kontakt mit dem Baby gehen. Jede Gruppensitzung wird mit einem Abschlusslied beendet.

### Zeit & Ort

Die Gruppe findet immer **montags von 9.30 – 11.00 Uhr** in den Räumen des **Familiennetzwerks Wandsbek in der Bärenallee 33a, in 22041 Hamburg** statt. Die Gruppe wird von Martina Gillich und Sophia Groffmann geleitet und findet insgesamt über einen Zeitraum von ca. 3 Monaten statt. Die Gruppe beginnt am 22.01.2018.

### Weitere Infos & Anmeldung

Jonas Pop (Aladin gGmbH)  
Tel.: 040/6008835-17  
Mail: [jonas.popp@aladin-hamburg.de](mailto:jonas.popp@aladin-hamburg.de)

