



Możesz skorzystać z usług Healthy Little Minds:

- Jeżeli potrzebujesz wsparcia w zakresie:
 - Nawiązania więzi z dzieckiem
 - Zrozumienia swoich uczuć wobec dziecka
 - Poprawy relacji z dzieckiem
 - Problemów związanych z ciążą, traumatycznym porodem lub utratą dziecka w przeszłości
- Jesteś w 20 tygodniu ciąży lub masz dziecko w wieku poniżej 2 lat
- Mieszkasz w mieście Nottingham

// Zespół Healthy Little Minds chętnie porozmawia o Twojej sytuacji i wszelkich wyzwaniach. //

Aby skorzystać z usługi, należy wypełnić formularz skierowania, który można pobrać tutaj:



www.smallstepsbigchanges.org.uk/healthy-little-minds

lub proszę zadzwonić do zespołu, aby dowiedzieć się więcej:

0115 876 1771

Pracownik służby zdrowia, np. położna, pielęgniarka środowiskowa lub mentor rodzinny może wystawić skierowanie po uzyskaniu Twojej zgody.



Pomoc w budowaniu silnych relacji między rodzicami a ich nowo narodzonym dzieckiem



Nottingham
City Council

Healthy Little Minds: Jest to projekt partnerski pomiędzy Radą Miasta Nottingham a organizacją Small Steps Big Changes, który stanowi uzupełnienie obecnych usług, zapewniając wczesne interwencje z ukierunkowaniem na relacje rodzic-niemowlę.

Relacje między dziećmi i ich rodzicami są bardzo ważne dla rozwoju zdrowych, małych umysłów.

Zespół Healthy Little Minds współpracuje z rodzinami, aby wspierać te relacje. Zapewnia dodatkową pomoc i narzędzia do zrozumienia potrzeb dziecka.



Zespół Healthy Little Minds:

- Pomoc w radzeniu sobie z trudnościami
- Skoncentrowanie się na potrzebach dziecka w zakresie zdrowia emocjonalnego i psychicznego
- Zapewnianie wsparcia w celu rozwijania mocnych stron rodzica
- Świadczenie usług dostosowanych do indywidualnych potrzeb

Przystosowanie się do życia z dzieckiem to wyzwanie dla każdego rodzica. Czasami nie wszystko idzie po naszej myśli.



Zespół Healthy Little Minds może pomóc Ci zrozumieć, dlaczego tak się czujesz. Będzie wspierać Cię w budowaniu pozytywnych interakcji z dzieckiem.

Będzie wspierać Ciebie i dziecko poprzez przepracowanie Twoich zmartwień i obaw.

Wszystkie dzieci są wyjątkowe, tak jak ich rodzice. Nauczenie się, jak się ze sobą komunikować, pomoże zbudować wyjątkową więź.

Każda rodzina otrzyma pakiet opieki, który zaspokoi jej własne potrzeby.



Wsparcie:

- 1-2-1 (można korzystać z niego w domu)
- Grupa
- Online

Popraw pozytywne interakcje z dzieckiem poprzez masaż dla niemowląt.

Pomożemy Ci poznać swoje dziecko oraz sposób, w jaki komunikuje, czego chce i potrzebuje.

Zrozum swoje dziecko i to, co wnosisz do relacji z nim. Skup się na zaufaniu i dobrym samopoczuciu, aby rozwijać przywiązanie (więź emocjonalną) do dziecka.

Zwróć uwagę na mocne strony swojej relacji z dzieckiem i pracuj nad budowaniem pewności siebie.