



# ”Spiloppen”

## Ung gravid eller nybagt mor!

Januar 2020



**Halsnæs**  
Kommune

*Oplev det rå og autentiske Halsnæs*

# Spiloppen:

Et åbent tilbud til dig som er ung gravid eller nybagt mor.  
Her vil du få mulighed for at møde andre unge mødre.  
Spiloppen er et sted hvor nye venskaber opstår, og hvor vi i fællesskabet kan dele erfaringer og støtte hinanden.

## Hvornår:

Hver torsdag kl. 11.30 – 14.00  
Vi har lukket i skolernes ferie.

## Hvor:

Familiehuset  
Vognmandsgade 12  
3300 Frederiksværk

## Hvem:

Der vil være 2 sundhedsplejersker hver torsdag.

## Hvad:

Vi bruger tid på at snakke om hverdagen med et spædbarn og de udfordringer det fører med sig.

Vi tager forskellige aktuelle emner op og relevante fagpersoner kommer på besøg og giver spændende input.

Vi har tavshedspligt, forstået på den måde, at det der bliver sagt i gruppen bliver i gruppen.

Vi har en lukket Facebook-gruppe "Spilopperne" som du kan blive medlem af. Her kan man spørge hinanden om stort og småt, ligge billeder op og lave aftaler indbyrdes.

Der serveres altid kaffe/te og frokost undervejs.

## **Kommentarer fra Facebook om Spiloppen:**

Det er så hyggeligt! Jeg startede allerede da jeg var gravid og min søn er nu 6,5 måneder nu.

Der er så skønt dernede – en masse dejlige tøser!

Kommer til at savne det rigtig meget. Torsdag var ugens højdepunkt for Alma og jeg. Håber aldrig at Spiloppen lukker ned, - alle unge mødre kan få det godt af at komme ned til jer!

Ville ønske at jeg stadig kunne komme, savner det så meget.

**Håber at se dig i Spiloppen.**

**Vi ser frem til at være sammen med dig.**

**Hvis du vil vide mere, eller vi lige skal mødes med dig i døren første gang, så kontakt os.**

**Kirsten Lauritsen  
Sundhedsplejerske  
Tlf. 24 65 92 69**

**Christel Simming  
Sundhedsplejerske  
Tlf. 21 39 04 44**

**Halsnæs Kommune**  
Sundhedsplejen  
Rådhuspladsen 1  
3300 Frederiksværk  
Telefon 4778 4000

PART OF  
**GREATER  
COPENHAGEN**