

Grupy

GBSN prowadzi siedem cotygodniowych grup na terenie Gloucestershire: w Cheltenham (BAPS, GLOBES), Cirencester (BEST), Stroud (MOBS), Dursley (MOBS), Churchdown (CRIBS) i Tewkesbury (BABES). Grupy są prowadzone przez doświadczone mamy, które zostały przeszkolone przez GBSN – tzw. peer supporters. Peer supporters oferują wsparcie i informację dla rodzin na każdym etapie ich drogi karmienia piersią. Na każdej grupie jest także wykwalifikowana i doświadczona konsultantka laktacyjna, a także duża selekcja książek i DVD, które możesz wypożyczyć za darmo.

Będzie nam bardzo miło powitać Cię na naszych grupach. Poniżej znajdziesz więcej informacji o poszczególnych grupach.

Tutaj znajdziesz informacje o tym jak szczęśliwie rozpocząć karmienie piersią (informacja w języku angielskim): <https://padlet.com/chair12/m1nu3l6337l6>.

BAPS: Breastfeeding and Peer Support

Wtorki, 10:00 – 12:00

Hesters Way Children's Centre,

Dill Avenue,

Cheltenham,

GL51 0ES

BAPS oferuje informację i wsparcie dla rodzin na każdym etapie ich podróży związanej z karmieniem piersią: w trakcie ciąży, w pierwszych tygodniach po narodzinach, jeśli napotkałaś przeszkody lub jeśli chcesz zakończyć karmienie – jesteśmy tu dla ciebie.

Nasza grupa jest prowadzona przez karmiące mamy, dla karmiących mam. Wszystkie nasze mamy karmiły swoje dzieci piersią i wzięły udział w kursie wsparcia dla karmiących mam. Mamy także dwie doświadczone konsultantki laktacyjne.

Naszym celem jest zapewnienie przyjaznego miejsca do spotkań, gdzie można porozmawiać, uzyskać informację i wsparcie, jeśli go potrzebujesz. Możesz przyjść do nas nie tylko do nas z konkretnym problemem – wiele mam przychodzi by po prostu spotkać się w przyjaznym towarzystwie, napić ciepłej herbaty i zjeść pyszne ciasto!

Na nasze grupy przychodzą głównie mamy z dziećmi, ale zapraszamy także partnerów i partnerki, dziadków i przyjaciół, którzy wspierają karmiące lub przyszłe mamy.

Na naszej grupie znajdziesz również:

- szeroki wybór książek i DVD na temat karmienia i rodzicielstwa (do wypożyczenia bezpłatnie)
- wiele informacji na praktycznie każdy aspekt dotyczący karmienia
- zabawki dla starszych dzieci

Zachęcamy mamy w ciąży do odwiedzenia naszej grupy jeszcze przed narodzinami dziecka. Wiele mam, które odwiedziły nas w trakcie ciąży, przyznaje, że było to bardzo przydatne doświadczenie. Pierwsze tygodnie z niemowlakiem są zazwyczaj trudne, a przyjście z noworodkiem na grupę może nie być łatwe, dlatego zapoznanie się z nami przed nadejściem dziecka może ułatwić sprawy praktyczne, jak znalezienie miejsce do parkowania, ale także emocjonalne – być może będziesz chciała spotkać znajomą twarz i pochwalić się dzidziusiem!

Nasza grupa jest bezpłatna. Jesteśmy małą fundacją, która utrzymuje się ze środków własnych, dlatego wszelkie darowizny finansowe są dla nas bardzo ważne i jesteśmy za nie bardzo wdzięczni (przyjmujemy gotówkę lub wpłaty na nasze konto paypal).

Parkowanie i transport publiczny

Parking jest dostępny po prawej stronie od wejścia, można także parkować na ulicy naprzeciwko budynku. Budynek jest przystosowany dla osób niepełnosprawnych. Wózki dziecięce można wprowadzić do sali, w której odbywa się grupa, ale jeśli jest dużo uczestników, poprosimy o ich parkowanie pod wiatą.

Transport publiczny: Trasa autobusu A jest oddalona o 5 min spacerem, przy St Thomas More Church. Autobus zatrzymuje się tu po oby stronach pomiędzy Princess Elizabeth Way i Prestbury (przez centrum Cheltenham). Autobus C zatrzymuje się na końcu Dill Avenue, na trasie pomiędzy Springbank i centrum, przez Tewkesbury Road.

Od 21 kwietnia do 14 Lipca BAPS odbywa się w budynku Elliott, który znajduje się obrębie parkingu szkolnego.

MOBS: Mothers Offering Breastfeeding Support – Dursley

Poniedziałki

10:00 – 12:00

St James Parish Hall,
St James The Great Church,
Broadwell,
Dursley,
Gloucestershire,
GL11 4JE

MOBS w Dursley to nieformalna, przyjazna grupa wsparcia. Mamy miejsce przeznaczone do towarzyskiej rozmowy w gronie innych mam i tzw. Peer supporters oraz spokojniejsze miejsce, gdzie możesz porozmawiać z naszą konsultantką laktacyjną. W sali znajduje się duża mata z zabawkami dla niemowląt i starszych dzieci, które zawsze są bardzo mile widziane. Zawsze mamy wybór ciepłych napojów i ciastek!

Sprzedajemy także biustonosze do karmienia, które mogą być dobrane przez jedną z naszych przeszkolonych mam. Mamy również biblioteczkę, z której możesz wypożyczać książki nieodpłatnie.

W trzeci poniedziałek miesiąca odbywa się specjalne spotkanie dla kobiet w ciąży – MumsToBe@Dursley (mamy z dziećmi również mogą uczestniczyć). Przyszłe mamy są jednak mile widziane każdego tygodnia!

Nasza grupa jest bezpłatna. Jesteśmy małą fundacją, która utrzymuje się ze środków własnych, dlatego wszelkie darowizny finansowe są dla nas bardzo ważne i jesteśmy za nie bardzo wdzięczni (przyjmujemy gotówkę lub wpłatę na nasze konto paypal).

MOBS Dursley odbywa się w każdy poniedziałek między 10 a 12 (z wyłączeniem Bank Holidays) w St James Parish room przy kościele St James – dużym kościele w centrum Dursley przy markecie. Przejście przez główną bramę kościoła, następnie z prawej lub lewej strony kościoła wiedzie ścieżka do Parish rooms.

Budynek jest przystosowany dla osób niepełnosprawnych. Wózki dziecięce można parkować w sali. Nie posiadamy osobnego pomieszczenia z wyposażeniem do przewijania dzieci, prosimy to robić w jednym z naszych dwóch pomieszczeń (możemy zapewnić matę do przewijania). Prosimy o niepozostawianie pieluch na terenie budynku.

W okolicy znajduje się kilka parkingów, najbliższy znajduje się na Long Street, kilka minut spacerem od MOBS.

Transport publiczny: centralna stacja autobusowa w Dursley znajduje się przy bibliotece i jest oddalona o 5 minut spacerem od MOBS. Na stacji zatrzymują się autobusy z Bristol, Thornbury, Berkeley, Wotton, Gloucester, Stroud, Uley i Nympsfield. Więcej informacji pod linkiem: <https://www.dursleytowncouncil.gov.uk/travelling-by-bus.html>

BABES: Breastfeeding and Babies' Early Support

Środy

10.30 – 12.00

Noah's Ark Children's Centre,
York Road,
Priors Park,
Tewkesbury,
GL20 5HU

BABES to grupa dla karmiących mam, oferująca wsparcie i informację w przyjaznej, zrelaksowanej i nieformalnej atmosferze. Mamy w ciąży, które chciałyby dowiedzieć się więcej o karmieniu piersią są również mile widziane, jak również tatusiowie, babcie lub przyjaciele oferujący wsparcie.

Grupa prowadzona jest przez wytrenowane mamy, które odbyły kurs wsparcia, a także konsultantkę laktacyjną.

Oferujemy:

- wsparcie i informację
- wybór napojów i domowe ciasto/ciastka
- okazję do podzielenia się swoimi doświadczeniami

- dostęp do wykwalifikowanej konsultantki laktacyjnej
- mnóstwo zabawek i przestrzeń dla niemowlaków i starszych dzieci
- wybór książek, ulotek i DVD które można wypożyczyć
- darmowe dopasowanie biustonosza do karmienia
- możliwość zakupu biustonosza 'Bravado'

W pierwszą środę miesiąca odbywa się specjalne spotkanie dla kobiet w ciąży – BUMPS@BABES (mamy z dziećmi również mogą uczestniczyć). Przyszłe mamy są jednak mile widziane każdego tygodnia!

Nasza grupa jest bezpłatna. Jesteśmy małą fundacją, która utrzymuje się ze środków własnych, dlatego wszelkie darowizny finansowe są dla nas bardzo ważne i jesteśmy za nie bardzo wdzięczni (przyjmujemy gotówkę lub wpłaty na nasze konto paypal).

Niestety nie ma dedykowanego parkingu. Przed budynkiem znajduje się kilka miejsc parkingowych, prosimy o rozsądne parkowanie w pobliskich uliczkach.

CRIBS: Churchdown Region Information and Breastfeeding Support

Czwartki

09:30 – 11:30

Church Hall,
St John's Church,
Churchdown,
GL3 2DB

CRIBS to przyjazna i otwarta grupa wsparcia. Znajdujemy się w holu kościoła St John's, gdzie mamy miejsce przeznaczone do rozmowy z innymi mamami i peer supporters. Mamy wybór mat i zabawek dla niemowlaków, a także miejsce przeznaczone dla starszych dzieci. Starsze dzieci, partnerzy, dziadkowie itd są zawsze mile widziani. Wybór napojów (i ciastek!) jest gwarantowany.

W przykościelnym parkingu jest zawsze dużo wolnych miejsc. Wózki można wprowadzać do holu (dobra drzemka gwarantowana!).

Mamy zasób biustonoszy do karmienia, które mogą być dopasowane z zachowaniem prywatności przez jedną z naszych przeszkolonych mam. Mamy również duży wybór książek na różne tematy związane z rodzicielstwem.

Nasze przeszkolone mamy karmiły swoje dzieci i mają także doświadczenie w BLW (baby led weaning lub 'bobas lubi wybór'). Na naszej grupie znajduje się także wykwalifikowana konsultantka laktacyjna.

Jeśli jesteś w ciąży lub karmisz dziecko – zajrzyj na naszą grupę, jesteś zawsze mile widziana!

W trzeci czwartek miesiąca odbywa się specjalne spotkanie dla kobiet w ciąży – BUMPS@CRIBS (mamy z dziećmi również mogą uczestniczyć). Przyszłe mamy są jednak mile widziane każdego tygodnia!

Nasza grupa jest bezpłatna. Jesteśmy małą fundacją, która utrzymuje się ze środków własnych, dlatego wszelkie darowizny finansowe są dla nas bardzo ważne i jesteśmy za nie bardzo wdzięczni (przyjmujemy gotówkę lub wpłatę na nasze konto paypal).

Kościół St John's znajduje się na rogu Parton Road i St John's Avenue, naprzeciwko Hare & Hounds. Wejście jest od strony St John's Ave, znajduje się tu też mały parking. Przystanki autobusów 94 i 97/98 znajdują 2/3 minuty spacerem. Budynek jest dostosowany do potrzeb osób niepełnosprawnych. Wózki dziecięce można wprowadzać na salę lub zostawić w korytarzu.

GLOBES: Gardners Lane Offering Breastfeeding Encouragement and Support

Czwartki

12:30 – 14:00

Family room,
Gardner's Lane Children's Centre,
Cheltenham,
GL51 9JW

GLOBES to świetna grupa dla mam, które mają starsze dzieci. Mieścimy się w dużym pokoju rodzinnym, gdzie jest dużo przestrzeni, zabawek, soft play i pokój sensoryczny.

GLOBES jest prowadzone przez peer supporters, gdzie możesz:

- karmić swoje dziecko w zrelaksowanej, przyjaznej atmosferze
- poznać inne mamy i podzielić się swoimi doświadczeniami
- porozmawiać w zaufaniu z konsultantką laktacyjną
- uzyskać pomoc w dobraniu stanika do karmienia i/albo kupić stanik z naszej selekcji
- wypożyczyć książki i DVD na temat karmienia i innych zagadnień związanych z rodzicielstwem
- po prostu pogadać i zjeść ciastko, nie ważne czy byłaś tu już wcześniej, czy jest to twój pierwszy raz.

Zapraszamy również mamy w ciąży, które chcą dowiedzieć się więcej o karmieniu i dostępnych rodzajach wsparcia, lub po prostu poznać inne mamy przed nadejściem wielkiego dnia.

W czwarty czwartek miesiąca odbywa się specjalne spotkanie dla kobiet w ciąży – BUMPS@GLOBES (mamy z dziećmi również mogą uczestniczyć). Przyszłe mamy są jednak mile widziane każdego tygodnia!

Nasza grupa jest bezpłatna. Jesteśmy małą fundacją, która utrzymuje się ze środków własnych, dlatego wszelkie darowizny finansowe są dla nas bardzo ważne i jesteśmy za nie bardzo wdzięczni (przyjmujemy gotówkę lub wpłatę na nasze konto paypal).

Parking – miejsce parkingowe w Gardners Lane są zazwyczaj zajęte. Wolne miejsca można zazwyczaj znaleźć naprzeciwko w Waterloo Street i Hope Street.

BEST: Breastfeeding Encouragement and Support

Czwartki, 10:00 – 11:30

Springboard Children's Centre,
Trinity Road,
Cirencester
GL7 1JU

BEST to mała, przyjazna grupa wsparcia. Mamy wygodne miejsce do siedzenia z zabawkami dla niemowlaków oraz przestrzeń dla starszych dzieci, które są zawsze mile widziane. Zapewniamy również spokojniejsze miejsce do rozmowy z naszą konsultantką laktacyjną.

Posiadamy szeroki wybór książek i broszur na różne tematy, które można wypożyczyć za darmo. Mamy także wybór staników do karmienia, które mogą być dopasowane przez naszą wyszkoloną mamę.

Zawsze zaoferujemy Ci napój i ciastko do przekąszenia, abyś mogła poczuć się jak w domu.

W drugi czwartek miesiąca odbywa się specjalne spotkanie dla kobiet w ciąży – BUMPS@BEST (mamy z dziećmi również mogą uczestniczyć). Przyszłe mamy są jednak mile widziane każdego tygodnia!

Nasza grupa jest bezpłatna. Jesteśmy małą fundacją, która utrzymuje się ze środków własnych, dlatego wszelkie darowizny finansowe są dla nas bardzo ważne i jesteśmy za nie bardzo wdzięczni (przyjmujemy gotówkę lub wpłatę na nasze konto paypal).

Prosimy o rozważne parkowanie w pobliskich uliczkach.

Atobusy:

Z Cheltenham lub Swindon możesz dostać się do Cirencester atobusem Stagecoach 51.

855 Pulham bus przyjeżdża z Burton-on-the-water i Northleach.

882 Pulham bus przyjeżdża z Tetbury, Coats i Kemble.

Autobusy te zatrzymują się w centrum Cirencester. Stąd będziesz musiała iść do Watermoor.

MOBS: Mothers Offering Breastfeeding Support – Stroud

Czwartki

10:00 – 12:00

Rodborough Community Hall,
Butterow West,
Stroud,
GL5 3TZ

Nasza przyjazna grupa odbywa się w czwartki w Rodborough Community Hall. Jest tu dużo miejsc parkingowych. Napoje, ciasto i ciastka są zawsze zapewnione. Mamy mnóstwo zabawek i przestrzeń dla starszych dzieci.

Możemy pomóc w dopasowaniu stanika do karmienia, wypożyczyć książkę lub DVD.

W pierwszy czwartek miesiąca odbywa się specjalne spotkanie dla kobiet w ciąży – Bobs@MOBS – Babies on Board (mamy z dziećmi również mogą uczestniczyć). Przyszłe mamy są jednak mile widziane każdego tygodnia!

Nasza grupa jest bezpłatna. Jesteśmy małą fundacją, która utrzymuje się ze środków własnych, dlatego wszelkie darowizny finansowe są dla nas bardzo ważne i jesteśmy za nie bardzo wdzięczni (przyjmujemy gotówkę lub wpłaty na nasze konto paypal).

Budynek jest dostosowany do potrzeb osób niepełnosprawnych. Wózki dziecięca można wprowadzać na salę, zazwyczaj parkowane są po prawej stronie.