



Creation
verloskundigenpraktijk

Nijverheidslaan 3 • 3903 AL Veenendaal
Barneveldseweg 11* • 6741 LH Lunteren • (0318) 55 34 65
www.creationverloskundigen.nl • info@creationverloskundigen.nl
KvK 30259609 • IBAN-nummer NL57ABNA0476349559

Clëntenfolder

Babyreis

Vorbereidingscursus

Hartelijk welkom bij Babyreis, onze voorbereidingscursus!

Gefeliciteerd, je krijgt een baby! Op het moment van een positieve test gaat er vast al van alles door je heen. Je maakt lijstjes, bedenkt klusjes en gaat op pad om de babyuitzet te verzamelen. Het krijgen van een baby is een life-event en het is belangrijk om daar goed op voorbereid te zijn. Om je daar bij wegwijs te maken bieden we je een volledig pakket aan met betrouwbare informatie. Ook leuk, je hebt gelijk de gelegenheid om vijf keer dezelfde zwangeren te ontmoeten en ervaringen uit te wisselen. Hieronder vind je een overzicht van de inhoud van de avonden (met partners) en ochtenden.

BABYBAND

Tijdens de eerste avond maak je kennis met de groep zwangeren en partners. Er komen diverse praktische regelzaken aan bod, zoals verlof, erkenning, vrije dagen, kraamzorg en kinderopvang. Ook besteden we aandacht aan leefstijl: denk aan voeding in de zwangerschap, sporten, werken en slapen. Vervolgens gaan we in op de hechting met de baby en wat je tijdens de zwangerschap daar al aan kan doen. Tot slot krijg je een demonstratie en uitleg over het gebruik van een draagdoek.

BABYKOMST

Tijdens de avond Babykomst gaan we het hebben over de start en plaats van de bevalling. We bespreken verschillende fasen tijdens de bevalling en je krijgt praktische tips over diverse bevallingshoudingen. Er wordt uitgelegd wat de rol van pijn is en hoe je daar het beste mee om kan gaan. Verder wordt er wat verteld over medische indicaties en de rol van de verloskundige. En niet onbelangrijk; de partners krijgen praktische tips hoe ze hun vrouw het beste kunnen ondersteunen tijdens de bevalling.

BABYBORST

Er zijn verschillende redenen te bedenken voor het geven van borstvoeding, maar borstvoeding is iets wat moeder en kind moeten leren en niet vanzelf gaat. Tijdens de 3^e avond krijg je de basiskennis voor het geven van borstvoeding aangereikt. We bespreken onder andere de eerste voeding, het aanleggen, verschillende houdingen en het verloop van borstvoeding in de kraamtijd. Termen als 'hongersignalen' en 'stuwing' komen aan de orde. Ook gaan we in op de verwachtingen van borstvoeding op de lange termijn.

BABYPROOF

Je verlof is begonnen! Tijd om bij te kletsen met de andere zwangeren onder het genot van een kopje koffie of thee met wat lekkers. Tijdens deze ochtend bespreken we onder andere de verwachtingen van de kraamtijd, huilgedrag van de baby en de rol van het consultatiebureau. Ook wordt er wat verteld over babymassage en babygebaren.

BABYSHOW

De enerverende periode van zwanger zijn, bevallen en kraamweek ligt achter je. Nu begint het leven met jullie kind. Tijdens de ochtend Babyshow bewonderen we elkaars kindjes en praten we na over de bevalling en de start met jullie kind. Er is gelegenheid om tips en ervaringen uit te wisselen. Het onderwerp starten met werken en opvang komt aan bod en we bespreken het verdere verloop van borstvoeding en/of flesvoeding.



Locatie

Lunteren : bij binnenkomst rechtsaf, volg bordjes Educatorium, 1^e verdieping
Veenendaal : eigen inforuimte Creation, 2^e verdieping – einde van de gang

Agenda en tijden

Avond: inloop 19:15, einde 21:15 uur | Ochtend: inloop 9:45, einde 11:15 uur

Kosten

Je betaalt € 60,- om alle bijeenkomsten te volgen. Je partner is ook welkom, zonder meerkosten! De kosten zijn inclusief koffie/thee en een hand-out van de presentaties.

Aanmelden

Aanmelden kan handig én snel via onze webshop. We maken groepen van zwangeren die ongeveer even ver zwanger zijn. Je ziet vanzelf welke serie bijeenkomsten voor jou bedoeld is!

Andere suggesties

Wil je een andere cursus volgen? Check dan eens deze websites:

- Samen Bevallen Leonieke Bos www.leoniekebos.nl
- ZwangerFit fysiotherapie NederVeluwe www.fysionederveluwe.nl
- Goed Geweven Maartje den Hartog www.goedgeweven.nl
- Zwangerschapscursus Alida Achterberg www.cesarveenendaal.nl

Vragen over deze folder?

Voor meer informatie of vragen zie ook onze website of bel ons op 0318-553465

Deze folder is zorgvuldig samengesteld door Creation Verloskundigen. Als er wijzigingen in beleid of in prijzen zijn, geldt de toelichting tijdens het spreekuur. Versie januari 2020



Creation
verloskundigenpraktijk