

opendeur met gratis infomomenten

Wanneer? vrijdag 28 juli 2017 van 13 tot 19 uur

Waar? kraamcentrum 'de wieg'
Ezelpoort 5, 8000 Brugge



doorlopend opendeur en informatie over kraamzorg en vroedvrouw
inschrijven is niet nodig

info@dewieg.be - www.dewieg.be - 0473 45 14 38



13.00 uur

BEVALLEN ZOALS HET JE BEVALT!

Kies bewust en geïnformeerd hoe je wil bevallen! Hoe kan je je voorbereiden tijdens je zwangerschap? Is een natuurlijke bevalling zonder epidurale verdoving haalbaar? Hoe kan je de weeën opvangen? Heeft water een helende werking? Kan je (een deel van) de arbeid thuis doormaken? Wie kan je de eerste weken/maanden thuis ondersteunen?



Deze infomomenten zijn gratis.
Inschrijven is niet nodig.



'de wieg' is een initiatief van Familiezorg West-Vlaanderen vzw.
V.U.: algemene directie Familiezorg West-Vlaanderen vzw,
Biskajersplein 3, 8000 Brugge.
Niet op de openbare weg gooien.

14.30 uur

THUIS MET MIJN PASGEBOREN BABY. TIPS VOOR EEN RUSTIGE KRAAMTIJD

De eerste weken thuis met je pasgeboren baby: een roze wolk of een kwestie van overleven? Hoe kan je er zijn voor je baby, je andere kinderen, je partner, je huishouden rondkrijgen, bezoek ontvangen én tegelijk ook nog eens zorgen voor jezelf en de nodige rust inbouwen? Wat met (nacht-)voedingen? Wat als je kindje huilt? Hoe krijgt je baby een dag- en nachtritme? We geven je gouden en realistische tips voor een rustige kraamtijd. We wijzen je ook de weg naar wie je die eerste weken thuis concreet kan bijstaan.



16.00 uur

BORSTVOEDING: ECHT DE MOEITE WAARD!



Wat is nu eigenlijk de meerwaarde van borstvoeding? Hoe begin je eraan? Wat kan je doen om je borstvoeding alle kansen te geven? Hoelang kan je borstvoeding geven en kan je dit wel combineren met werken?

18.00 uur

BABY'S EERSTE WASJE EN PLASJE
We demonstreren hoe je je baby een badje kan geven. Verder geven we ook tips over de algemene verzorging van je kindje.

