

opendeur

met gratis infomomenten

Wanneer? vrijdag 20 oktober 2017 van 13 tot 20 uur
Waar? kraamcentrum 'de wieg'
Sint-Rembertlaan 20, 8820 Torhout



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

BORSTVOEDING: ECHT DE MOEITE WAARD.

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



14.30 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?

15.30 uur

SIGNALEN VAN JE BABY.

De kraamperiode is ideaal om je kindje te leren kennen. Waarom huilt je baby? Welke andere signalen zendt hij/zij uit om duidelijk te maken wat hij/zij wil of nodig heeft? Wat kan je doen om je baby te troosten? Hoe bouw je een goed contact met je kindje op? Hoe kan je van bij het begin communiceren met je baby?

17.00 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?

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.



19.00 uur

JE BABY DRAGEN IN EEN DRAAGDOEK

Baby's hebben huidhonger en in een draagdoek kan je hen deze geborgenheid geven. Maar hoe kies je het systeem dat voor jou het handigste is? Hoe draag je je kindje veilig?



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.