

# opendeur

## met gratis infomomenten



Wanneer? vrijdag 18 januari 2019 van 13 tot 20 uur

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



Doorlopend opendeur en informatie over kraamzorg en vroedvrouw

Deze infomomenten zijn gratis. Inschrijven is niet nodig.

13.00 uur

BEVALLEN ZOALS HET JE BEVALT EN  
GOED VOORBEREID NAAR HUIS

Kies bewust en geïnformeerd hoe je wil bevallen! Wie kan je daarbij begeleiden? Sneller terug naar huis na de bevalling: hoe regel je dat? We geven je ook realistische tips voor een rustige kraamtijd. Wie kan je de eerste weken/ maanden thuis ondersteunen? Hoe krijg je het allemaal voor elkaar: de zorg voor je baby, je eigen rust, aandacht voor je partner en andere kinderen, je huishouden, bezoek...? Wat als je kindje huilt? Hoe krijgt je baby een dag- en nachtritme?

14.30 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.



15.30 uur

ADMINISTRATIE BIJ ZWANGERSCHAP  
EN BEVALLING: DE 'TO DO'S'  
OP EEN RIJTE

Ook op administratief vlak komt er heel wat kijken wanneer je een kindje verwacht.



Kraamzorg en kinderopvang regelen, je baby erkennen en aangeven, je baby een naam geven, de geboortepremie en groeipakket aanvragen, bevallingsrust, ouderschapsverlof of borstvoedingspauzes aanvragen, je mutualiteit en hospitalisatieverzekering inlichten,... Een praktische infosessie met duidelijke uitleg over wat je wanneer moet regelen. We geven je een handige checklist mee.



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

16.30 uur

EEN BABY IN HUIS,  
EEN HUIS VOL SPULLEN?



Je verneemt alles over de zin en onzin van bepaalde babyspullen. Wat heb je écht nodig om je baby comfortabel en veilig te verzorgen, te voeden, te baden, te kleden en te slapen te leggen? Welke babyspullen hebben hun nut wetenschappelijk bewezen?

18.00 uur

EHBO BIJ BABY'S TOT 6 MAANDEN

Hoe kan je wiegendood voorkomen? Wat te doen wanneer je baby zich bezeert, verbrandt, verslikt? Je leert verschillende noodsituaties juist in te schatten en goed te reageren.

