

Opendeur met gratis infomomenten



vrijdag 24 april 2020 van 16 tot 20 uur

Dienstencentrum 'De Bres', Veurnestraat 15, 8970 Poperinge

Doorlopend opendeur en informatie over kraamzorg en vroedvrouw. Inschrijven is niet nodig. Meer informatie: tel. 0479 95 17 90 - www.dewieg.be

16 UUR BEVALLEN ZOALS HET JE BEVALT



Kies bewust en geïnformeerd hoe je wil bevallen! Wie kan je daarbij begeleiden? Is een natuurlijke bevalling zonder epidurale verdoving haalbaar? Kan je (een deel van) de arbeid thuis doormaken? Waarom is het eerste uur na de bevalling zo belangrijk? Sneller terug naar huis na de bevalling: hoe regel je dat?

17 UUR (OVER) LEVEN MET JE PASGEBOREN BABY

We geven je tips om de intense kraamperiode goed door te komen. 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 met (nacht) voedingen? Wat als je kindje huilt? Hoe krijgt je baby een dag- en nachtritme? Wat als het allemaal anders of moeilijker loopt dan je had verwacht?

18 UUR SLAAP VEILIG, SLAAP ZACHT

Al vanaf de geboorte zijn rust en voorspelbaarheid belangrijk voor een goede ontwikkeling. Hoe ziet het slaapritme van een baby eruit? Nachstvoedingen, zijn die lastig of nuttig? Hoe kan je een gezond slaappatroon voor je kindje creëren? Welke rol spelen rituelen hierin? Wat kan je doen als je kindje moeilijk kan inslapen of doorslapen? We hebben ook aandacht voor veiligheid en geven tips om wiegendood en ongelukken in de slaapomgeving te voorkomen.



19 UUR EERSTE HULP 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. Ook leer je de richtlijnen rond levensreddende handelingen bij baby's. Wie dat wenst, kan de reanimatietechnieken inoefenen op de pop.



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