

# *“de verloskundige draagt”*

## **Zwangerschapscursus Liefdevolle verwachting**

Alle informatie over de eerste 2 jaar Wat verwacht jullie kleintje van het leven buiten de buik? Wat verwacht je baby van jullie? Wat verwachten jullie van je baby en van elkaar als partners?

Deze unieke cursus gaat in op thema's waar alle aanstaande ouders over nadenken. Jullie krijgen alle informatie die jullie voorbereidt op het leven met een kleintje. Wat zijn de signalen die een baby afgeeft en hoe kun je daar als ouders op reageren? Wat verwacht je kleintje van de wereld en hoe kunnen jullie je baby helpen optimaal te ontwikkelen. Hoe zorg je ervoor dat je elkaar niet uit het oog verliest en waar let je op bij de aanschaf van babyspullen? Allemaal onderwerpen waar je in de zwangerschap vast al wel over nadenkt maar waar krijg je juiste informatie die niet gekleurd is door reclame of eigen ervaringsverhalen... Bij Liefdevolle verwachting!

We gaan in op veel thema's namelijk: hechting, slapen, huilen, de partnerrelatie, het sociale netwerk, voeding voor je baby, ergonomisch dragen, (aanschaf van) babyproducten, fysieke en mentale ontwikkeling. Een heel compleet en waardevol geheel!

Aantal bijeenkomsten groep: 4 x 2 uur

Aantal bijeenkomsten privé: 2x 2,5 uur

Kosten: 10% korting indien je bij de provinciale kraamzorg staat ingeschreven

Groep: €175,- (-10%)

Privé: €250,- (-10%)

Het is ook mogelijk bij mij geboorte verwachting te volgen (met korting) en één dagdeel voorbereidt op jouw bevalling! Ook het boeken van een draagconsult met korting is een optie.

## **Zwangerschapscursus Geboorte verwachting**

Als verloskundige hoorde ik steeds vaker.. Een cursus? Ja lijkt me wel nuttig maar ik heb geen puf en tijd om naar een aantal bijeenkomsten te gaan. Daarom heb ik Geboorte verwachting uitgewerkt. Theorie en praktijk in één dagdeel een complete voorbereiding op je bevalling.

Ik kan jullie in een korte tijd het complete plaatje schetsen van wat een bevalling inhoudt en welke praktische vaardigheden je nodig hebt om ontspannen te kunnen bevallen. Als verloskundige heb ik de ervaring van honderden bevallingen die ik heb mogen bijstaan, daardoor kan ik jullie vertellen wat echt belangrijk is om te weten vooraf. We nemen praktische tips door, ademhalingstechnieken, massageopties en houdingen.

Na afloop krijg je de informatie in een reader mee naar huis met daarin de mogelijkheid het opstellen van een geboorteverwachting.

Wat verwachten jullie van de geboorte? Wat verwachten jullie van elkaar? Wat verwachten jullie van de zorgverlener(s)?

Door dit uit te werken krijgen jullie een helder beeld wat bij jullie past.

Alle oefeningen kun je nalezen en thuis oefenen.

Aantal bijeenkomsten groep 1x 3 uur

Aantal bijeenkomsten privé 1x 3 uur

Kosten: 10% korting indien je bij de provinciale kraamzorg staat ingeschreven

Groep: € 90,-

Privé: €150,-

Het is ook mogelijk om bij mij Liefdevolle verwachting te volgen. Een unieke zwangerschapscursus die jullie voorbereidt op de eerste 2 jaar met je kleintje. Ook het boeken van een draagconsult is een optie.

*Katja van Aller*

[www.deverloskundigedraagt.nl](http://www.deverloskundigedraagt.nl)