

## Infobrochure

# Aanbod informatie- avonden tijdens de zwangerschap



Beste toekomstige ouder

Het team van de materniteit wil u optimaal voorbereiden op uw zwangerschap, de arbeid en de bevalling en de kraamperiode op de materniteit en thuis. Daarom organiseren we een aantal thema - en begeleidingsavonden voor aanstaande ouders, die wij zeer warm aanbevelen. Deze avonden staan onder deskundige begeleiding van een vroedvrouw. U bent van harte welkom.

## BEGELEIDINGSVONDEN

Er zijn 4 begeleidingsavonden, die telkens een ander thema bespreken. Om u zo goed mogelijk te kunnen voorbereiden, raden wij u aan om deze 4 lessen te volgen.

### **Zwangerschap**

Tijdens deze avond wordt de ontwikkeling van de baby besproken alsook enkele specifieke aspecten van een zwangerschap. Daarnaast komt de zwangerschapshygiene en de verschillende onderzoeken die gebeuren aan bod.

### **Kraamperiode**

In de avond van de kraamperiode hebben we het over jullie verblijf op de materniteit en de verschillende onderzoeken.

We bespreken de opvolging door gynaecoloog, kinderarts en vroedvrouw na de bevalling, de sociale wetgeving (geboorteaangifte, ...) en relationele veranderingen.

### **Normaal verloop arbeid en bevalling**

Er zal toegelicht worden hoe je de start van de arbeid kan herkennen, hoe de arbeid en bevalling verlopen en wat alarmsignalen zijn. Deze avond krijg je tips voor het opvangen van de weeën.

Daarnaast worden de mogelijke interventies besproken, die een vroedvrouw of gynaecoloog mogelijk tijdens je arbeid en bevalling verricht. Wat is de reden waarom een vroedvrouw of gynaecoloog een bepaalde ingreep doet?

### **Arbeid en bevalling met rondleiding**

Naast een rondleiding op de materniteit en verloskamer, worden deze avond een aantal praktische zaken toegelicht, zoals hoe je je moet aanmelden, wat je allemaal moet meebrengen, ...

## Inschrijven?

U dient zich voor elke les in te schrijven, dit kan telefonisch via de materniteit 03 760 77 00 (optie 4). Indien mogelijk graag bellen tijdens de kantooruren. Bij de inschrijving kan u kiezen welk uur uw voorkeur geniet.

Er is een vroege groep 18u30-20u en een late groep 20.15-21.45 uur.

Voor de start van elke les, dient u zich eerst aan te melden via de inschrijvingskiosken, zodat u patiëntenetiketten heeft. Deze mag u afgeven aan de vroedvrouw. Deze avonden worden volledig terugbetaald door de mutualiteit.

## Locatie?

De begeleidingsavonden gaan door in de vergaderzalen van campus Sint-Niklaas, Moerlandstraat (straat 758).

## Wanneer?

### **Zwangerschap**

23 januari 2020	28 mei 2020	24 september 2020
20 februari 2020	25 juni 2020	22 oktober 2020
19 maart 2020	23 juli 2020	20 november 2020
23 april 2020	20 augustus 2020	3 december 2020

### **Kraamperiode**

2 januari 2020	23 maart 2020	29 juni 2020	28 september 2020
27 januari 2020	27 april 2020	27 juli 2020	26 oktober 2020
4 februari 2020	25 mei 2020	24 augustus 2020	24 november 2020
3 maart 2020	4 juni 2020	3 september 2020	22 december 2020

### **Normaal verloop van Arbeid en bevalling**

7 januari 2020	21 april 2020	7 juli 2020	6 oktober 2020
21 januari 2020	30 april 2020	30 juli 2020	20 oktober 2020
30 januari 2020	5 mei 2020	4 augustus 2020	29 oktober 2020
18 februari 2020	19 mei 2020	27 augustus 2020	18 november 2020
17 maart 2020	9 juni 2020	8 september 2020	27 november 2020
26 maart 2020	23 juni 2020	22 september 2020	8 december 2020

### **Arbeid en bevalling met rondleiding**

9 januari 2020	20 april 2020	9 juli 2020	8 oktober 2020
20 januari 2020	28 april 2020	28 juli 2020	19 oktober 2020
28 januari 2020	7 mei 2020	6 augustus 2020	27 oktober 2020
6 februari 2020	18 mei 2020	25 augustus 2020	17 november 2020
17 februari 2020	26 mei 2020	10 september 2020	25 november 2020
5 maart 2020	11 juni 2020	21 september 2020	10 december 2020
16 maart 2020	22 juni 2020	29 september 2020	21 december 2020
24 maart 2020	30 juni 2020		

## INDIVIDUELE VOORBEREIDING

Naast de thema-avonden en begeleidingsavonden kan u terecht bij de vroedvrouw voor een individuele voorbereidings sessie. Tijdens deze sessie start de vroedvrouw uw ziekenhuisdossier op en wordt er een zorgplan opgesteld, rekening houdend met uw individuele noden. Deze individuele voorbereiding kan al dan niet samen gaan met het afnemen van de suikertest.

### Inschrijven?

Vooraf inschrijven is noodzakelijk, meer informatie: 03 760 77 00 (optie 4). Indien mogelijk graag bellen tijdens de kantooruren. Deze individuele voorbereiding wordt volledig terugbetaald door de mutualiteit.

### Locatie?

AZ Nikolaas  
campus Sint-Niklaas, Campus Beveren, Campus Sint Gillis Waas en Campus Temse

## THEMA-AVONDEN

De thema-avonden gaan door in AZ Nikolaas, campus Sint-Niklaas – Moerlandstraat, in de Audiovisuele zaal – straat 758.

Voor deze avonden is vooraf inschrijven niet nodig en zijn gratis.

### **Borstvoedingsavond**

Tijdens deze thema-avonden wordt u voorbereid op het geven van borstvoeding.

### Wanneer?

Maandagavond, telkens van 19.30 tot 21.00 uur

6 januari 2020	6 april 2020	6 juli 2020	5 oktober 2020
3 februari 2020	4 mei 2020	3 augustus 2020	3 november 2020
2 maart 2020	8 juni 2020	7 september 2020	7 december 2020



### **Kind & Gezin**

Kind en Gezin geeft u meer informatie over de sociale wetgeving met betrekking tot zwangerschap en geboorte, de babyuitzet en kinderopvang.

### Wanneer?

Onderstaande data, telkens van 19.30 tot 21.30 uur

4 maart 2020	3 juni 2020	2 september 2020	2 december 2020
--------------	-------------	------------------	-----------------