

## INDIVIDUELE PRENATALE INFO- SESSIE DOOR EEN VROEDVROUW

- ▶ enkel vanaf 30 weken zwangerschap
- ▶ duurt 1 uur
- ▶ volledig terugbetaald door de mutualiteit

### Thema's die aan bod komen:

- ▶ opmaken individueel dossier
- ▶ sociale wetgeving
- ▶ arbeid en bevalling, hoe kan je pijn opvangen
- ▶ borstvoeding
- ▶ algemene inlichtingen en rondleiding
- ▶ opstellen bevallingsplan

### Breng zeker mee:

- ▶ je moederboekje
- ▶ 4 x kleefvignet mutualiteit
- ▶ bloedgroepkaartje

Je kan een individuele infosessie aanvragen via:  
Raadpleging Gynaecologie: 09 224 87 81. Of online  
inschrijven via de website van het ziekenhuis.

## COMBINATIE VAN INFOMOMENTEN

Deze mogelijkheden kunnen ook gecombineerd worden, je kan bijvoorbeeld naar de borstvoedingsles komen en ook een Individuele Infosessie bij de vroedvrouw volgen. Of naar de algemene infoavond komen en ook naar de borstvoedingsles of de prenatale lessen.



AZ JAN PALFIJN  
GENT

Meer inlichtingen:

Kraamafdeling  
T +32 (0)9 224 83 70  
Verlosafdeling  
T +32 (0)9 224 83 85

Watersportlaan 5 - 9000 Gent  
T +32 (0)9 224 71 11 - F +32 (0)9 224 70 42  
info@janpalfijngent.be - www.janpalfijn.be



AZ JAN PALFIJN  
GENT

versie folder mei 2019 - vu... Rudy Coddens, voorzitter

Prenatale  
informatie  
*Overzicht van het aanbod*

INFORMATIE VOOR PATIËNTEN

Ben je zwanger en wil je goed voorbereid zijn op de bevalling? Wens je meer informatie en praktische tips over je zwangerschap, de borstvoeding, de bevalling en de verzorging van je baby?

Het team van de Kraamafdeling van het Jan Palfijnziekenhuis Gent biedt jou en je partner vier mogelijkheden.

## ALGEMENE INFORMATIEAVOND

### I.S.M. KIND & GEZIN

- ▶ iedere eerste dinsdag van de maand
- ▶ van 19 tot 21.45 uur in het AZ Jan Palfijn Gent
- ▶ voor elke zwangere vrouw én partner
- ▶ volledig gratis
- ▶ inschrijving niet noodzakelijk

### Thema's die aan bod komen:

- ▶ Hoe vraag je kraamgeld en kinderbijslag aan?
- ▶ Kennismaking met Kind en Gezin: Wat doet Kind & Gezin? Info over baby- en peuteruitzet en veilig slapen.
- ▶ Hoe kan je je goed voorbereiden op de geboorte?
- ▶ Wat moet er in je valies?
- ▶ Wanneer kom je naar het ziekenhuis om te bevallen en waar aanmelden?
- ▶ Hoe verloopt de weeënperiode en hoe kan je omgaan met de intensiteit van de weeën?
- ▶ Hoe verloopt de geboorte en het verblijf op de materniteit?
- ▶ Borstvoeding: hoe begin je eraan?

- ▶ Welke zorg heeft een baby nodig?
- ▶ Opvolging na de geboorte door de vroedvrouw en Kind en Gezin.
- ▶ Rondleiding op kraamafdeling en verloskamer.

## VIJF LESSEN VOOR AANSTAANDE OUDERS

- ▶ meestal op donderdag
- ▶ van 19.30 tot 21.30 uur in het AZ Jan Palfijn Gent
- ▶ vanaf 20 weken zwangerschap
- ▶ volledig terugbetaald door de mutualiteit

### Thema's die aan bod komen:

- ▶ de zwangerschap en de weeënperiode (deel 1)
- ▶ de weeënperiode (deel 2): hoe pijn opvangen
- ▶ de bevalling en rondleiding op de Kraamafdeling en Verlosafdeling
- ▶ borstvoeding, een mondvul natuur (babyfriendly)
- ▶ de eerste levensweken van de baby en de geboorte van een mama en een papa

### Inschrijven is noodzakelijk:

09 224 71 01 (Secretariaat Kraamafdeling)  
prenatale.lessen@janpalfijngent.be

## EENMALIGE LES OVER BORSTVOEDING DOOR EEN VROEDVROUW

- ▶ elke tweede en vierde dinsdag van de maand (behalve in juli en augustus, zie website voor details)
- ▶ van 19.30 tot 21.30 uur in het AZ Jan Palfijn Gent
- ▶ door een vroedvrouw - lactatiekundige
- ▶ voor elke zwangere én partner
- ▶ volledig terugbetaald door de mutualiteit
- ▶ **zeer sterk aanbevolen**

### Thema's die aan bod komen:

- ▶ de voordelen van de borstvoeding
- ▶ de 10 vuistregels van de WHO voor een geslaagde borstvoeding
- ▶ huid op huid contact onmiddellijk na de geboorte
- ▶ voeden op verzoek
- ▶ hongersignalen
- ▶ uitsluitend borstvoeding
- ▶ manueel kolven
- ▶ over de praktijk
- ▶ hulp na ontslag uit het ziekenhuis

### Bij voorkeur inschrijven:

09 224 71 01 (Secretariaat Kraamafdeling)  
09 224 87 81 (Raadpleging Gynaecologie)

### Opmerking:

deze les is ook voorzien in het pakket van de vijf lessen voor aanstaande ouders