

BINNENKORT EEN VROEDVROUW AAN JOUW VOORDEUR?



MAAK AL EEN AFSpraak
TIJDENS JE ZWANGERSCHAP!



WWW.VROEDVROUWENPRAKTIJKDEWOLK.BE



de wolk



CHECKLIST ZWANGERSCHAP

Hoera, een baby. Een baby! Eén van de meest ingrijpende veranderingen in je leven: daar mag je gerust een professional voor inschakelen.

Want elke mama verdient een vroedvrouw: iemand die je begeleidt van A tot Z, van prenatale vraag tot postnatale zorg. Jouw steun en toeverlaat. Een vroedvrouw die er voor al je zorgen én dromen is, eender wanneer.

TIJDENS DE ZWANGERSCHAP

TE REGELEN

- Vroedvrouw: plan tijdig je intakegesprek
- Kinderopvang
- Werkgever op de hoogte brengen
- Aanvraag startbedrag (voordien kraamgeld)
- Mutualiteit op de hoogte
- Check polis hospitalisatieverzekering
- Aanvraag kraamhulp
- Erkenning (ongetrouwde koppels)

VOORBEREIDING

TE PLANNEN

- Zwangerschaps cursus
- Starten met borstvoeding
- Survivaltips kraamperiode
- Weeën: wanneer naar het ziekenhuis?
- Omgaan met pijn - Hoe persen?
- Voldoende beweging
- EHBO voor baby's

MEER WETEN - HANDOUTS

www.vroedvrouwenpraktijkdewolk.be



PRAATKRAAM



VROEDGEVONDEN

Paswoord:

wantelkemamaverdienteenvroedvrouw

ZWANGERSCHAP MEDISCH

- Vaccinatie kinkhoest
- Suikertest (24-28w)
- CBS -wisser
- Griepvaccin (seizoen)
- Geboorteplan

0468187772

NA DE GEBORTE

TO DO

- Verwittig vroedvrouw (binnen 24u)
- Verwittig kraamhulp
- Geboorteaangifte
- Verwittig mutualiteit - verzekering
- Aangifte uitbetaler groeipakket
- Bloedprikje baby tussen 72u-96u
- Sprokkel slaap waar je kan