

Materniteit van Braine-l'Alleud

02/434.95.10



**Bijeenkomsten rond voorbereiden op
de geboorte en op het ouderschap**



Chirec - Site Braine-l'Alleud
Rue Wayez 35 - 1420 Braine-l'Alleud



BIJENKOMSTEN ROND VOORBEREIDEN

OP DE GEBOORTE EN OP HET OUDERSCHAP

Beste toekomstige ouders,

De materniteit biedt u de mogelijkheid deel te nemen aan **een cyclus van vijf bijeenkomsten als voorbereiding op de geboorte**.

De bedoeling van deze bijeenkomsten is u kennis te laten maken met de materniteit, om beter te begrijpen hoe wij de medische en psychologische begeleiding van de zwangerschap zien, van de geboorte tot het verblijf in de materniteit, om u te informeren over de technieken die we toepassen, et cetera.

U krijgt de gelegenheid om naar geprojecteerde video's te kijken, leden van het zorgteam te ontmoeten (gynaecoloog, pediatr, anesthesist, vroedvrouw, kinesist, sociaal verpleegkundige, psycholoog), met hen te praten en met andere toekomstige ouders over de vragen die u heeft, over uw wensen, uw angsten, uw opmerkingen, et cetera.

Deelname aan deze ontmoetingen is uitaard niet verplicht : het is een dienst van de materniteit als aanvulling op de medische follow-up van uw zwangerschap.

Om te weten welke bijeenkomst uw voorkeur heeft, vindt u hieronder een kort overzicht van de thema's die tijdens één van de vergaderingen aan bod kunnen komen.

Voor een virtueel bezoek aan de materniteit en andere informatie, surf naar de website van de materniteit.

ONTHAAL VAN

TOEKOMSTIGE OUDERS

Gemodereerd door **de psycholoog** van de materniteit

- 'Filosofie' van de materniteit : medische en psychologische ondersteuning, mogelijkheden voor de opvang van de pasgeborene na de geboorte, rol en houding van de verschillende zorgverstrekkers rond de ouders en de pasgeborene, na de geboorte en tijdens het verblijf in de materniteit, belang van technieken bij een vlot verloop van de zwangerschap en de bevalling, et cetera.
- Praktische informatie over de aanwezigheid van uw gynaecoloog tijdens de bevalling, de wachtdiensten, de verschillende types kamers, et cetera.
- Projectie van het virtuele bezoek aan de materniteit (eveneens beschikbaar op de website van Chirec).

De deelname aan deze bijeenkomst laat toekomstige ouders toe om beter de filosofie waarin we proberen te werken te begrijpen en om meer op te steken van de andere bijeenkomsten.



BORSTVOEDING

- Gemodereerd door een vroedvrouw
- Projectie van video *L'allaitement, le Temps d'y Penser*.
- De voordelen van moedermelk
- De fysiologie van borstvoeding
- Factoren die de borstvoeding bespoedigen
- Aan welk ritme wil de baby drinken, tekenen van verzadiging
- De mogelijke moeilijkheden en de manieren om ze te voorkomen of op te lossen.
- De duur van de borstvoedingsperiode, borstvoeding en het hernemen van professionele activiteiten.

GEBOORTE

- Discussie met een gynaecoloog, een pediatr, een anesthesist en een psycholoog van de dienst.
- Projectie van een video over de geboorte.

De volgende onderwerpen komen het vaakst aan bod :

- De medische follow-up van de zwangerschap (consultaties, screening, echografieën, et cetera).
- De symptomen die het begin van de weeën aankondigen, duur van de bevalling, keuze van de houdingen tijdens de arbeid en tijdens de geboorte.
- De mogelijkheden om de pijn te verlichten of weg te nemen (verlosbad, epidurale, et cetera).
- Het inzetten van verloskundige technieken (episiotomie, zuignap, verlostang, keizersnede, et cetera).
- Stuitligging, vroegtijdige geboorte, tweelingen.
- Het verblijf in de materniteit (medische follow-up, ouder-kindcontact, rol van de zorgverstrekkers, et cetera).

LICHAAM

GEBOORTE

- Gemodereerd door een kinesist van het team 'Kiné Bien-Être'.
- De verschillende types van voorbereiding op de geboorte :
 - klassieke voorbereiding
 - in het water
 - sofrologie
 - eutonie
 - haptonomie
 - affectieve voorbereiding op de geboorte
 - prenatale zang
 - et cetera
- Hoe de voorbereiding kiezen die bij u past? De plaats van de vader bij deze verschillende types van voorbereiding.
- Wat biedt het team 'Kiné Bien-Être'?
- Mogelijkheden om op een externe persoon een beroep te doen, mogelijkheden voor assistentie bij bevalling : op welk ogenblik ?
- Organisatie van wachtdiensten, kostprijs, et cetera.

ZWANGERSCHAP, WETGEVING

AFSTAMMING

- Met een sociaal verpleegkundige van Kind & Gezin
- Verloof voor en na de geboorte, ouderschapsverlof, bij het ziekenfonds stappen ondernemen
- Kinderbijslag, geboortepremie
- Geboorteaangifte : waar? waneer ? door wie ?
- Mogelijke hulp tijden pre- en postnatale periode (bv. familiehulp)
- De keuze voor kinderopvang : verschillende mogelijkheden, kostprijs, et cetera

IN DE

PRAKTIJK ...

De kalender met de bijeenkomsten is te verkrijgen op het secretariaat Gynaecologie, in de materniteit, bij de dienst 'Kiné Bien-Être', bij uw externe gynaecoloog, of op de website van Chirec.

We raden u aan eerst deel te nemen aan de bijeenkomst **Onthaal van toekomstige ouders** in de loop van de vierde of vijfde maand van de zwangerschap. De daaropvolgende bijeenkomsten kunnen worden gevolgd in de volgorde en het ritme dat jullie het beste past. Toch raden we jullie aan tamelijk vlug in te schrijven.

Voor alle bijeenkomsten is de inschrijving vooraf noodzakelijk.

Inschrijven kan bij de secretaresses van de dienst gynaecologie op +32 434 94 39 van maandag tot vrijdag tussen 14 en 17 uur.

Voor de meeste activiteiten wordt een bijdrage van 2,50€ per persoon gevraagd. Dit bedrag wordt aan de vzw 'Naissance à Braine-l'Alleud' doorgestort die als doelstelling heeft de materiële en psychologische omstandigheden van de geboorte in Braine-l'Alleud te verbeteren.

Aarzel niet om voor alle bijkomende inlichtingen een beroep te doen op Marie Vander Borgh, psycholoog van de materniteit, op het nummer **+32 2 434 95 10**.

We hopen dat dit initiatief aan uw wensen tegemoet komt en verblijven inmiddels, met meeste hoogachting.

Dr J.-F. Legrève
Diensthoofd

Marie Vander Borgh
Psycholoog