

BEVALKOMPAS EN KNUFFELKOMPAS

Met het Bevalkompas en Knuffelkompas bereid je je bewust voor op de bevalling én de periode daarna.



Over het bevalkompas en knuffelkompas

Met het Bevalkompas en Knuffelkompas bereid je je bewust voor op de bevalling én de periode daarna. Deze praktische tools helpen je om je wensen, verwachtingen en behoeften in kaart te brengen, zodat zorgverleners en je naasten weten wat voor jou belangrijk is.

Het Bevalkompas is een hulpmiddel voor het opstellen van een persoonlijk geboorteplan. Je denkt na over onderwerpen zoals de bevalomgeving, pijnbeleving, ondersteuning, eventuele interventies en jouw voorkeuren tijdens de bevalling. Ook sta je stil bij een belangrijke vraag: hoe wil jij dat er met jou wordt omgegaan tijdens de geboorte?

Het Knuffelkompas helpt je bij het maken van een persoonlijk kraamplan. Je brengt in kaart hoe jij de eerste periode met je baby graag wilt vormgeven. Denk aan rust, bezoek, voeding, hechting, ondersteuning en herstel. Zo ga je bewuster en beter voorbereid het vierde trimester in.

Waarom kiezen voor het Beval- & Knuffelkompas?

- Sta bewust stil bij jouw wensen en behoeften.
- Maak een persoonlijk geboorte- en kraamplan.
- Communiceer duidelijk met zorgverleners en je omgeving.
- Creëer meer rust, vertrouwen en regie rondom de geboorte en kraamtijd.
- Een praktische tool die je in je eigen tijd en op je eigen manier kunt invullen.

Kosten

Het Bevalkompas en Knuffelkompas zijn beide inbegrepen bij de Krachtig Ouderschapscursus.

Volg je de Startklaar Ouderschapscursus? Dan is het Knuffelkompas inbegrepen.

Wil je zelfstandig aan de slag met het Bevalkompas en/of Knuffelkompas? Stuur gerust een e-mail voor de mogelijkheden.