

Geboortewensen

Geboortewensen van:

Waar wil je graag bevallen?

Wie wil je er graag bij hebben?

Je partner, een familielid of vriend(in), wel of geen student verloskunde?

Voeding

Flesvoeding/Borstvoeding

Houdingen

In welke houding wil je de weeën opvangen?*

Bijvoorbeeld op in bad, staand, of op je zij in bed.

In welke houding wil je persen?*

Bijvoorbeeld op de baarkruk, in bad of op all-fours.

*Het is niet erg als je hier geen antwoord hebt. Tijdens de bevalling kunnen we samen kijken welke houding het fijnst is voor je.



Scan voor inspiratie!

Dit wil ik gaan doen om te ontspannen

Dit heb ik nodig van mijn zorgverleners

Wie maakt er keuzes voor jou en je kindje wanneer jij dit niet zelf kan?

Wat wil je gaan doen om om te gaan met weënpijn tijdens de bevalling?

Ik zie op tegen / ik maak me zorgen om:



*Scan
voor meer
info over
de
bevalling*

Als dingen onverwacht anders lopen helpt mij
het volgende:

Tip!

Maak ook een
kraamplan
waarin je
aangeeft wat je
tijdens je
kraamweek fijn
vindt. Denk
bijvoorbeeld aan
bezoek, rust en
controles.

Voor mijn partner is het belangrijk:



Heb je nog andere wensen
of opmerkingen?

Wat vind je belangrijk
ná de bevalling?