



WENSEN VOOR DE BEVALLING EN GEBOORTE VAN ONS KINDJE

VOORBEREIDING

Wij hebben ons voorbereid op de bevalling, de
geboorte van ons kindje en de kraamtijd door:

OVER ONS

Wij zijn:

Dit is ons..... kindje

Wij willen graag bevallen:
thuis / in het ziekenhuis in

Bij de bevalling is/zijn aanwezig:

ONZE IDEËN en VERWACHTINGEN

Waar denk je aan bij de bevalling?

Waar kijk je naar uit?

Waar zie je tegen op/ ben je bang voor?

Als je eerder bent bevallen: waarvan hoop je dat het weer zo gaat en waarvan hoop je dat het anders gaat?

Wat verwacht je van je partner?

Wat verwacht je van je zorgverlener(s)?

COMMUNICATIE EN OVERLEG

Om je gezien, gehoord en veilig te voelen helpt het om:

Om vertrouwen te houden helpt het om:

Bij het nemen van beslissingen wil je graag:

Welke dingen zijn belangrijk tijdens de bevalling en geboorte?

Als je angstig of paniekerig ben zie je dat door:

Je kunt dan helpen met of door:

WAT ALS...

Alle wensen en voorbereidingen ten spijt, soms loopt een bevalling / geboorte anders.

Welke dingen helpen jou en/of zijn dan belangrijk voor jou en de baby?