



# In verwachting, wat nu?!

VIER INFOAVONDEN IN HET JAN YPERMAN ZIEKENHUIS

Bereid je voor op de komst van je baby. Per sessie krijg je meer inzicht over een bepaalde fase van dit spannende avontuur. Naast het delen van handige tips & tricks, beantwoorden we al je vragen. Tijdens de sessies nemen we ook de tijd om te luisteren naar en leren van alle aanwezige (toekomstige) ouders.

**Meer info op: [bevallen.yperman.net](https://bevallen.yperman.net)**

**Deze infoavonden gaan elke eerste dinsdag van de maand door.**  
Van 18.30 tot 20 uur, in de Stille Ruimte (Route 34) van het Jan Yperman Ziekenhuis.  
Elke sessie kost 2,50 euro.





# In verwachting, wat nu?!

VIER INFOAVONDEN IN HET JAN YPERMAN ZIEKENHUIS

Infoavond 1:

## Je bent zwanger

i.s.m. sociale dienst JYZ

- Wat moet je doen?
- Hoe bereid je je voor?
- Hoe combineer je alles met je huidige leven?

Infoavond 2:

## Je gaat bevallen

i.s.m. ECK De Wieg

- Hoe bereid je je voor op de kraamtijd en alles wat erbij komt kijken?
- Welke hulp kun je inschakelen?
- Hoe roze is de wolk?  
En wat met de babyblues?
- Alles over huidhonger, borstvoeding en inbakeren.

Infoavond 3:

## Je baby is er

i.s.m. babytherapeut Katja Wydhooge

- Waar is de handleiding?
- Wat is (co)regulatie?
- Wat met huilen, slapen ...?

Infoavond 4:

## Je wordt mama/papa

i.s.m. OSiO

- Is opvoeden voor iedereen anders?
- Vraagt ieder kind een andere benadering?
- Welke opvoedingsstijl heb ik of mijn partner?
- Welke ouderlijke vaardigheden kunnen jullie helpen?
- Op zoek naar wat voor jullie het best past.

Data:	Reeks 1	Reeks 2	Reeks 3	Reeks 4
Infoavond 1: 'Je bent zwanger'	07.11.23	05.03.24	02.07.24	05.11.24
Infoavond 2: 'Je gaat bevallen'	05.12.23	02.04.24	06.08.24	03.12.24
Infoavond 3: 'Je baby is er'	09.01.24	07.05.24	03.09.24	07.01.25
Infoavond 4: 'Je wordt mama/papa'	06.02.24	04.06.24	01.10.24	04.02.25



 **Waar:** Stille Ruimte (Route 34) Jan Yperman Ziekenhuis

 **Prijs:** € 2,50 per sessie

 **Inschrijven via:** [elp@yperman.net](mailto:elp@yperman.net) of scan de QR-code