



Symposium **SAMEN BEVALLEN** 2024

Zaterdag 13 april 2024

9:30 uur – 16:00 uur

Adres: Corderius College, de Ganskuijl 105, 3817 EZ

**Een inspirerende dag voor (aankomende)
geboorteprofessionals met een hart voor aanstaande en
jonge ouders.**

Op **zaterdag 13 april 2024 is het jaarlijkse Symposium** van de vereniging Samen Bevallen, met dit jaar als thema : De kraamtijd. Je bent van harte welkom om je te laten inspireren door interessante workshops en na het kijken van een bijzondere documentaire met andere **geboorteprofessionals** ideeën uit te kunnen uitwisselen.

Het programma

09.15	Welkom koffie & thee en inschrijven voor de workshops
09.45	Opening van het symposium
10.00	Workshop Ronde 1
11.15	Pauze koffie & thee
11.30	Workshop Ronde 2
12.45	LUNCH met tijd voor inspiratie bij infostands
13.45	Film 'No one told me'
14.45	Pauze koffie & thee
15.15	Nabespreken film en plenaire afsluiting
16.00	Einde symposium

Film: In 'No One Told Me' volgt de filmmaker, Zulilah Merry een net bevallen moeder gedurende de eerste 10 weken van het moederschap, de zogenoemde postpartum periode. Dit is de tijd dat moeder en kind elkaar leren kennen, de tijd dat de hormonen rond razen, de borstvoeding op gang komt, de natuur het overneemt van controle, het lijf heelt en het brein een enorme transformatie ondergaat. Dit is ook de tijd dat de onzekerheid over deze nieuwe rol in het leven in golven over de kersverse moeder spoelt.

Workshop "Belang van warmte zorg in de kraamtijd" door Maria Bom



Maria gaat vertellen over het welzijn van gepaste warmte en omhulling. Hoe doe je dat? Hoe weet een ouder dat het niet te warm of juist toch nog te koud is? Eerst bespreekt zij het belang van warmte. Wat maakt warmte uit voor hoe de dingen in je lijf gaan? Wat doet warmte voor je gezondheid. Daarna komen de kleding en de stoffen voor de baby aan bod en ga je oefenen met het helmmutsje en de Magische Benendoek. Ook laat zij je zien hoe je veilig kunt wikkelen en hoe je kunt verschonen zonder huilen. Allemaal responsieve verzorging vanuit kennis. Onderzoek in de Natuurlijke Kraamzorg toonde aan hoe met deze methode meer rust en herstel in het kraamgezin werd bereikt. **Voor**

deze workshop heb je een handdoek en of fleecedeken nodig.

Workshop "Omarm de kraamtijd" door Marjan de Jong



Geïnspireerd door haar eigen postpartum ervaringen, die van haar cliënten en postpartum tradities wereldwijd heeft Marjan de Jong het boek "Omarm de kraamtijd" geschreven. Wat heeft de moeder nodig in de eerste 40 dagen na de bevalling om fysiek en emotioneel te herstellen? Hoe kan zij wennen aan haar nieuwe rol en aan de baby? Hoe lukt het haar om voeding te geven en nog vele andere taken uit te voeren te midden van gebroken nachten? En wie kan haar daarbij helpen?

Lezing over zijn boek "Dubbel gevoel" door schrijver en ervaringsdeskundige Sander Voest



Sander Voesten is vader van drie zonen, getrouwd, corporate manager en fervent autoliefhebber. In 2013 wordt hij voor het eerst vader, en valt van de ene verbazing in de andere, over de realiteit en het gat met zijn verwachtingen. De hele ervaring wordt een 'bumpy ride'. Omdat hij deze zaken bespreekbaar wil maken, verweef hij zijn ervaringen in het boek "Dubbel Gevoel, als babyblauw zwart blijkt te zijn". Niet omdat hij graag allerlei doemscenario's schetst, maar om aan te geven dat ook vaders wel eens niet op een roze wolk landen na de bevalling. Dat dat vaker voorkomt dan je denkt, en dat dat ook oké is.

Tarieven

Zwangerschapsdocenten Samen Bevallen	Gratis
Zwangerschapsdocenten in opleiding	€ 35
Abonnementhouders Samen Bevallen	€ 70
Andere geboorteprofessionals	€ 100
Studenten	€ 70

De prijzen zijn inclusief koffie, thee, lekkers en een geheel verzorgde lunch. Na aanmelding volgt de betaal informatie per mail.

Aanmelden vóór 30 maart

symposium@samenbevallen.nl o.v.v. de bij jou passende tariefgroep.

Graag tevens bijzonderheden ten aanzien van de lunch vermelden.

We kijken er naar uit om jullie op 13 april op onze nieuwe locatie te mogen verwelkomen.

Een hartelijke groet van de symposium commissie,

Brechje Furman, Mirjam de Keijzer en Laura Rodenburg