



HUIS VAN HET KIND

— ANTWERPEN - KIEL —

Atletenstraat 80, 2020 Antwerpen

zwanger

# Baby Kick-off

Groepsbijeenkomsten voor zwangeren



ANTWERPEN  
KIEL

Een activiteit in samenwerking met



Kind & Gezin



## Groepsbijeenkomsten voor zwangeren

### Wat ?

Wil je graag in groep informatie krijgen over zwangerschap en geboorte? Wil je graag ervaringen uitwisselen met andere (toekomstige) ouders? Kom dan naar onze Baby Kick-off!

We houden 10 groepsbijeenkomsten waarin we extra tijd en aandacht geven aan de zwangere vrouw.

Tijdens deze groepsbijeenkomsten praten we over gezonde voeding, goed slapen, medicatie, ontspanning, de bevalling, borstvoeding, ...

We volgen uw zwangerschap van dichtbij en u kan altijd vragen stellen aan een vroedvrouw of verpleegkundige.

Wat komt er aan bod tijdens elke groepsbijeenkomst?

- We meten je bloeddruk en gewicht
- Tijd om te praten over alles wat met zwangerschap te maken heeft
- Tijd om andere zwangere vrouwen te leren kennen en ervaringen te delen
- Belangrijke informatie over je gezondheid en de gezondheid van je baby
- Tijd om je te ontspannen en leuke momenten te beleven

### Wanneer ?

Op **maandagen** 25/02, 25/3, 29/4 en 17/6.

Telkens van **13u-15u**. Deelnemen is gratis. Er is kinderopvang voorzien.

### Meer info/inschrijven ?

Meer info/inschrijven bij Emily op 03 242 25 68 of via [emily.roelands@devoorzorg.be](mailto:emily.roelands@devoorzorg.be)

### Contact

Huis van het Kind Antwerpen-Kiel

Atletenstraat 80, 2020 Antwerpen (3e verdieping)

[www.antwerpen.be/huisvanhetkind](http://www.antwerpen.be/huisvanhetkind)

tel 03 200 30 96