

Prijzlijst privé-bevalcursussen

Aantal dagen: 1

Tijdsduur: 2-2,5 uur

Inhoud: In deze 2-2,5 uur wordt de bevalling doorgenomen, wat gaat er gebeuren tijdens de bevalling. Niet de diepte in maar wel alle informatie die je nodig hebt.

Kosten: 119,- (incl BTW)

Aantal dagen: 2

Tijdsduur: 2x 2-2,5 uur

Dag 1: Eerste deel van de bevalling, (rommelfase, ontsluitingsfase)

Dag 2: Tweede deel van de bevalling en kraamweek (overgangsfase, uitdrijvingsfase (placentairefase))

In deze twee dagen gaan we dat dieper in wat er allemaal gaat gebeuren, verschillende houdingen, dieper in op ademhalingstechnieken en wat je kan verwachten van de kraamweek.

Kosten: 199,- (incl BTW)

Aantal dagen: 3

Tijdsduur: 3x 2-2,5uur

Dag 1: Eerste deel van de bevalling (rommelfase, uitsluitingsfase)

Dag 2: Tweede deel van de bevalling en kraamweek (overgangsfase, uitdrijvingsfase (placentairefase))

Dag 3: Meer informatie over de kraamweek, borstvoeding/flesvoeding

In deze cursus ga je nog wat dieper in op de bevalling, met daarbij meer informatie over de eerste week met je kleintje, de kraamweek, tussen flesvoeding/borstvoeding.

Kosten: 265,- (incl BTW)

Aantal dagen: 4

Tijdsduur 4x 2-2,5 uur

Dag 1: Eerste deel van de bevalling, (rommelfase, uitsluitingsfase)

Dag 2: Tweede deel van de bevalling en kraamweek (overgangsfase, uitdrijvingsfase (placentairefase))

Dag 3: Kraamweek, borstvoeding/flesvoeding

Dag 4: Bevallen en dan? Gesteldheid moeder, herstel van moeder

Bij deze volledige cursus wordt niet alleen de bevalling en de kraamweek besproken maar ook het herstel van moeder. Wat kan je als moeder verwachten van het herstel na de bevalling. En wat kan je als man verwachten van na de bevalling? Hoe ga je nou om met dat gevoel van moederschap en wat als je nou niet op de roze wolk zit. Is dat erg? Alle vragen die maar in je op kunnen komen van bevallen tot voeden, tot oefeningen over bekkenbodemp en mentale gesteldheid tot inbakken. Alles komt in deze cursus voorbij!

Kosten: 345,- (incl. BTW)

- *Heb je specifieke vragen over de bevalling en/of alles er om heen? Laat het weten! Dan worden deze vragen meegenomen in de cursus.*
- *De cursuslengte is afhankelijk van de hoeveelheid vragen die er nog gesteld worden. Bij geen vragen, dan is de cursustijd gemiddeld 2 uur per bijeenkomst. Bij heel veel vragen, kan dit ook uitlopen tot 3 uur.*
- *Wil je de cursus samen volgen met een bevriend stel? Laat het weten, dan kunnen de prijzen voor jullie op maat gemaakt worden.*