

9 maanden / mois

Je hebt deze folder in handen genomen omdat je waarschijnlijk een baby verwacht of overweegt om een kindje te krijgen. In elk geval heb je heel wat onbeantwoorde vragen, want zwanger zijn is een nieuwe, onbekende fase in je leven. De dvd '9 maanden' probeert antwoorden te geven op de meest uiteenlopende vragen over de zwangerschap, de bevalling en het postnatale herstel.

Si vous avez pris ce dépliant, c'est probablement que vous êtes enceinte ou que vous envisagez d'avoir un bébé. Dans les deux cas, beaucoup de vos questions restent sans réponse, puisque la grossesse est une nouvelle étape passionnante dans votre vie. Le dvd '9 mois' a pour but de vous donner certaines réponses sur ce qui vous attend pendant la grossesse, l'accouchement et la période postnatale.



JA, ik bestel de dvd aan 20.00 euro + 2.50 euro verzendingskosten

Ik schrijf 22.50 euro over op de rekening 442 - 7668311 - 06 met vermelding '9 maanden'. De dvd wordt na betaling toegezonden.

OUI, je commande le dvd à 20.00 euros + 2,50 euros de frais de port

Je vire 22,50 euros au compte 442 - 7668311 - 06 en indiquant "9 mois" comme communication. Le dvd sera expédié après réception du paiement

9 maanden is een initiatief van / 9 mois a été réalisé avec: De Vlaamse Vereniging voor Obstetrie en Gynaecologie (VVOG), de Vlaamse Organisatie van Vroedvrouwen (VLOV), de Beroepsvereniging van Gediplomeerde Kinesitherapeuten, afdeling Verloskunde, Gynaecologische en Pelvische Reëducatie (BGKVGPR) Union Professionnelle des Kinésithérapeutes diplômés, section Obstétrique, Gynécologie et Rééducation Pelvienne (UPKOGRP), het Belgisch Instituut voor de Verkeersveiligheid (BIVV), l'Institut Belge pour la Sécurité Routière (IBSR)

Onderneming / entreprise:

BTW-nr / numéro de TVA:

Naam / nom:

Voornaam / prénom:

Adres / adresse:

Postcode / code postal:

Woonplaats / commune:

Terug te sturen naar / En renvoyant à BEELDTAAL - Casselry 28 - 9800 Deinze - beeldtaal@scarlet.be - www.beeldtaal.be - fax 09 282 64 53

9

maanden / mois

dvd over zwangerschap, geboorte & postnataal herstel

dvd sur la grossesse, l'accouchement et le rétablissement postnatale

Blikvanger van de dvd zijn ongetwijfeld de unieke beelden van de groei van de baby in de baarmoeder. Fascinerende beelden die iedereen gezien moet hebben!

Exclusif: ce dvd vous montre la croissance du bébé dans l'utérus : des images uniques et fascinantes que tout le monde se doit d'avoir vues !



Inhoudstafel (duur circa 3 uur)

- Zwanger of niet?** - Welke lichamelijke signalen vertellen dat je zwanger bent?
- Medische begeleiding** - De baby waarnemen via echografie, palpatie en het beluisteren van zijn hartslag.
- Miskraam** - Wanneer is bloedverlies tijdens de zwangerschap zorgwekkend?
- Prenatale diagnostiek** - Nekplooiemeting, vlokentest en vruchtwaterpunctie kunnen sommige erfelijke aandoeningen aan het licht brengen.
- 3 x 3 maanden** - Wat is kenmerkend voor de drie trimesters van de zwangerschap voor zowel moeder als baby?
- De groei van de baby** - Unieke beelden van de groei van de baby, gefilmd in de baarmoeder!
- Emoties en zwangerschap** - De zwangerschap is zowel een periode van blijdschap als van onzekerheid.
- Prenatale begeleiding** - Een zwangerschapscursus bij een vroedvrouw en kinesitherapeut draagt bij tot een intense beleving van je zwangerschap en een ontspannen bevalling.
- Een gezonde levenswijze** - De zorg voor je baby begint met de zorg voor je eigen lichaam. Wat eten en hoe bewegen?
- Seksualiteit** - Intiem contact tijdens de zwangerschap is zelden een probleem.
- Zwangerschapskwaaltjes** - Informatie over misselijkheid, vermoeidheid, gespannen borsten, witverlies, constipatie, brandend maagzuur, urineverlies, zware benen en krampen, vocht-ophoping, spataders, slaaphoudingen, rugpijn, huidstriaem en harde buiken.
- Waar bevallen** - Bevallen in het ziekenhuis en thuis.
- Het geboorteproces** - Welke lichamelijke signalen kondigen de geboorte aan? Arbeid en pijnbestrijding. Correcte bevallingshoudingen en perstechnieken.
- Hulp bij de bevalling** - Beelden van een keizersnede en een ingeleide bevalling.
- Enkele bevallingen** - Beelden van een bevalling onder water, in hurkzit en van een baby in stuitligging.
- Herstel na de zwangerschap** - Na de bevalling breekt een periode van herstel aan. Aangepaste lichamelijke verzorging, hulp in huis, postnatale kinesitherapie en een gezonde voeding helpen je er weer bovenop.
- Anticonceptie** - Hoe je beschermen tegen een nieuwe zwangerschap?
- Je baby vervoeren** - Je hebt je baby 9 maanden veilig in je buik gedragen. Wanneer je met hem of haar op stap gaat, wil je 'm dezelfde maximale bescherming bieden.
- Sociale wetgeving** - Informatie over kraamgeld, kinderbijslag, moederschapverlof en vaderschapsverlof.



Contenu (durée environ 3 heures)

- Enceinte, ou pas?** - Quels sont les signaux physiques qui vous annoncent que vous êtes enceinte ?
- Accompagnement médical** - Observation du bébé par l'échographie, la palpation et l'écoute des battements de son cœur.
- Fausse couche** - Quand faut-il s'inquiéter des pertes de sang durant les premiers mois de la grossesse ?
- Diagnostic prénatal** - La mesure du pli du cou, la biopsie du trophoblaste et l'amniocentèse peuvent révéler certaines affections héréditaires.
- 3 x 3 mois** - Quels sont les faits marquants des trois trimestres de la grossesse tant pour la mère que pour le bébé ?
- Exclusif : la croissance du bébé** - Images uniques de la croissance du bébé, filmées dans l'utérus.
- Emotions et grossesse** - La grossesse est à la fois une période de joie et d'incertitude.
- Accompagnement prénatal** - Suivre un "cours de grossesse" auprès d'une sage-femme et d'une kinésithérapeute vous permettra de vivre votre grossesse plus intensément et d'accoucher de façon plus détendue.
- Un mode vie sain** - Prendre soin de votre bébé commence par prendre soin de votre propre corps. Que manger et comment bouger ?
- Sexualité** - Avoir un rapport sexuel durant la grossesse est rarement un problème.
- Désagréments de la grossesse** - Des informations sur les nausées, la fatigue, des seins tendus, les pertes blanches, la constipation, les brûlures d'estomac, l'incontinence, les jambes lourdes et crampes, la rétention d'eau, les varices, les positions durant le sommeil, les maux de dos, les vergetures, le ventre dur.
- Où accoucher?** - Accoucher à l'hôpital ou à domicile.
- Le processus de la naissance** - Quels signaux physiques annoncent la naissance ? Le travail et l'atténuation des douleurs. Les positions correctes pour accoucher et les techniques de poussée.
- Aide à l'accouchement** - Images d'une césarienne et d'un accouchement provoqué.
- Quelques exemples d'accouchement** - Images d'un accouchement dans l'eau, en position accroupie et d'un bébé se présentant par le siège.
- Rétablissement après la grossesse** - Après l'accouchement vient le temps du rétablissement. Des soins corporels appropriés, une aide à domicile, une kinésithérapie postnatale et une alimentation saine vous aideront à reprendre le dessus.
- Contraception** - Comment se protéger contre une nouvelle grossesse ?
- Transporter votre bébé** - Pendant 9 mois, votre bébé a été bien protégé dans votre ventre. Il est normal que vous vouliez lui offrir la même protection après sa naissance, quand vous vous déplacez avec lui.
- Législation sociale** - Informations sur la prime de naissance, les allocations familiales, les congés de maternité et de paternité.

