

#### 4. Prenatale voorlichting samen met verloskundigen en kraamzorg

Aanstaande ouders hebben veel vragen over de zwangerschap, de bevalling en de periode daarna. Goede prenatale voorlichting bereidt de ouders voor op wat komen gaat en informeert hen over mogelijke risico's. Het maakt ook duidelijk waar zij naar toe kunnen voor zorg, hulp of ondersteuning.

Daarnaast kunnen aanstaande moeders, die elkaar tijdens het bezoek aan het CJG leren kennen, zo een sociaal netwerk opbouwen waar ze anders misschien minder de gelegenheid voor hebben.

De prenatale voorlichting wordt vanuit het CJG georganiseerd in samenwerking met de verloskundigen en kraamzorg en wordt 1 keer per 2 maanden gehouden (voor de precieze datums kunt u de agenda raadplegen).

Wilt u deelnemen aan de voorlichtingsavond, dan kunt u zich aanmelden bij uw verloskundige.

De voorlichtingsavond start met informatie, door een verloskundige, over de laatste 2 weken van de zwangerschap. Een deel gaat over de bevalling, het verloop, thuis of ziekenhuis en pijnbestrijding.

Een kraamzorgmedewerker zal informatie geven de kraamtijd; wat kan je verwachten, wat doet een kraamzorgmedewerker en uitleg over voeding.

Verder zal iemand van het CJG vertellen over het verdere verloop van de zorg na het afsluiten van de zorg door verloskundige en kraamzorg. Huisbezoek, consultatiebureau en bereikbaarheid van het CJG komen dan aan bod.