



Klaar om te baren checklist

BEN JIJ/ZIJN JULLIE KLAAR VOOR DE GEBOORTEDAG VAN JE KINDJE?

- Je hebt goed nagedacht over waar je wil bevallen en waarom je die plek precies gekozen hebt
- Je hebt al je vragen gesteld aan je zorgverlener(s) en zij hebben je gerustgesteld dat ze jouw visie over baren volgen en steunen
- Je weet hoe een geboorteproces werkt, wat je lichaam en je baby doen en hoe je die samenwerking positief kan beïnvloeden.
- Je weet welke je rechten zijn als barende vrouw
- Jij en je partner weten van elkaar hoe jullie de geboorte van jullie kindje graag willen beleven en wat jullie allebei belangrijk vinden tijdens die bijzondere dag
- Jullie hebben samen al jullie eventuele bezorgdheden besproken en uitgeklaard
- Je weet dat je steeds op een doula kan rekenen voor prenatale gesprekken of continue steun tijdens de geboortedag van je kindje

