

Workshops

Geboortezorg geven in kwetsbare situaties

Een op de vier vrouwen is een kwetsbare kraamvrouw. Een grote groep waarbij risicosignalering en samenwerking in de keten noodzakelijk is. Wat betekent kwetsbaar, hoe ga je er mee om als kraamverzorgende? Is niet iedere vrouw kwetsbaar rondom zwangerschap en geboorte? Of zijn alleen vrouwen met psychische klachten kwetsbaar? Tijdens deze workshop gaan we hier dieper op in.

Djoke ten Kate, kraamverzorgende en trainer/eigenaar djoke.nl

Communicatieve vaardigheden in moeilijke situaties

Als kraamverzorgende zijn er verschillende situaties waarin de communicatie met de client of de partner als “moeilijk” wordt ervaren. Hierbij kun je denken aan situaties van onverwacht “moeilijk” en niet cooperatief gedrag, een (vermoedelijke) situatie m.b.t. huiselijk geweld e/o kindermishandeling, gedrag voortvloeiend vanuit psychische/psychiatrische problematiek of vanuit verslavingsproblematiek etc. Deze situaties kun je als kraamverzorgende aantreffen tijdens een intake in de zwangerschap of gedurende de kraamweek. Hoe om te gaan met deze en andere “moeilijke” situaties staat centraal in deze interactieve workshop.

Vrouw&Zorg docent/trainer Christel Eijkelenboom zal zich hierbij vooral richten op de praktische toepassing van vaardigheden en verschillende “do’s en don’ts” die je als kraamverzorgende kunt gebruiken in verschillende situaties. Christel heeft ruime ervaring in het geven van trainingen in de (kraam)zorg op het gebied van communicatieve vaardigheden. Hierbij nemen resultaatgerichtheid en groei/ontwikkeling van de professional een belangrijke plaats in.

Christel Eijkelenboom, Vrouw&Zorg docent/trainer

Hechting: veilige en onveilige gehechtheid

Het krijgen van een kind is één van de meest ingrijpende gebeurtenissen in het leven van een mens. Veel ouders omschrijven de eerste week na de geboorte als een emotionele achtbaan. Gelukkig roept de komst van een baby vaak gevoelens van vreugde en liefde op, maar er zijn ook situaties waarin moeilijke gevoelens de overhand hebben. Deze gevoelens tijdens de eerste kennismaking met de baby, kunnen het ontstaan van een goede band tussen ouder en baby bemoeilijken. Ook wanneer een ouder te kampen heeft met psychische klachten kan de band met de baby onder druk komen te staan, met alle gevolgen van dien. Een veilige hechting tussen ouder en baby is van groot belang voor de gezonde ontwikkeling van het kind. De kraamverzorgende is een belangrijke schakel in de vroegsignalering van zorgen binnen de ouder-kind relatie.

Deze workshop richt zich op hechting tussen ouder en baby. Vragen die beantwoord zullen worden zijn o.a. Wat is een veilige hechting? Waardoor kan de ouder-kind hechting onder druk komen te staan? Wat zijn de gevolgen van een onveilige hechting? Hoe kan je als kraamverzorgende ouders in de praktijk ondersteunen in de hechting met hun kind?

Minke den Heijer, orthopedagoog, Infant Mental Health-specialist

Veilig slapen

Wanneer we het hebben over veiligheid, is dit zeker bij slapen een belangrijk onderwerp. Als kraamverzorgende geef je ouders advies hierover. Maar met vele nieuwe producten, een wereld aan spullen slechts 1 muisklik van je af en voor ouders een jungle aan informatie lopen kraamverzorgenden steeds vaker tegen de vraag aan: wat is nou veilig?

- Waar moet een veilige slaap omgeving aan voldoen?
- Wat zijn risico’s voor wiegendood?
- Veilig gebruik van de kruik?
- Hoe voorkom je een voorkeurshouding?

Miluška Flooren-van Eekelen, oprichter Liefdevol Dragen

Gele baby's: hoe ontstaat het en wat kan er gedaan worden?

In deze workshop zal de achtergrond van het ontstaan, de gevaren en het behandelen van geelzucht bij pasgeboren baby's behandeld worden. Verder zullen veel voorkomende problemen en vragen aan de hand van praktijkvoorbeelden en op een interactieve manier aan bod komen.

De volgende onderwerpen zullen aan bod komen:

- Waaron ziet een pasgeboren baby geel?
- Wat kan je als kraamverzorgende doen als de pasgeboren baby geel ziet?
- Wat kan er gebeuren als de baby geel ziet?
- Feiten en fabels over gele baby's

Berthe van der Geest, arts-onderzoeker, Erasmus MC Rotterdam

Omgaan met de uitdagingen bij borstvoeding tijdens de eerste dagen na de bevalling

Borstvoeding is de beste voeding voor een baby, dat weten we allemaal. Maar dat het niet altijd vanzelf gaat, weten jullie als beste. De eerste dagen na de bevalling zijn de belangrijkste. Dan wordt de basis gelegd van een succesvolle en ook fijne borstvoedingsperiode. Maar dan kunnen zich ook de eerste problemen voordoen. Tepelpijn, traag op gang komen van de melkproductie, vermoeidheid en tal van andere obstakels kunnen ervoor zorgen dat het geven van borstvoeding niet meteen zo leuk is als de moeder zich had voorgesteld. Hoe kun je als professional hier het beste mee omgaan? Hoe kun je de moeder geruststellen, helpen en motiveren om de eerste dagen te investeren in haar borstvoeding, om daarna nog lang ervan te kunnen genieten. Je krijgt tips en handvaten en samen kijken we naar vragen en uitdagingen waar jullie elke dag tegenaan lopen.

Nienke van den Ende, lactatiekundige IBCLC (Aangeboden door Medela)

Tiltraining: fit en gezond in de kraamzorg

Ga tijdens deze workshop meteen actief aan de slag! Met gunstige werkhoudingen, buk- en tiltechnieken, gebruik hulpmiddelen en gezond gedrag. Deelnemers worden uitgedaagd zelf mee te denken over mogelijke oplossingen bij het kraamgezin. In deze workshop krijg je tips hoe je behalve goed voor het kraamgezin ook goed voor jezelf kan zorgen.

- Gunstig houding- en bewegingsgedrag praktisch oefenen
- Bewustwording van gezond werken en het belang van preventie
- Gebruik Arbocheck Kraamzorg

Eileen Kalkman en Miranda Rep, Confriends

Mindful werken in de kraamzorg

Kraamzorg is prachtig werk. Als kraamverzorgster zet jij je in om ouders een mooie en onvergetelijke kraamtijd te laten ervaren. Je begeleidt de kraamvrouw met haar baby in hele verschillende omstandigheden. Kraamzorg verlenen vraagt flexibel en klantgericht zijn. Soms vraagt dit veel energie van jezelf. Zorgen voor de ander is mooi en geeft voldoening, maar hoe zit het met de zorg voor jezelf terwijl je werkt? Hoe zorg jij voor een gezonde balans tussen werk en privé zodat je je werk met plezier kunt (blijven) doen? De ervaring leert dat deelnemers die een 'mindful werken' module hebben gevolgd positieve effecten ervaren in het omgaan met de belasting die de kraamzorg met zich meebrengt.

In de workshop gaan we in op:

- Verdeling van je energie in werk en privé;
- Regelmogelijkheden om je fysieke of mentale werkbelasting te verlagen;
- Omgaan met emotionele belasting in je werk;
- Aandacht en zorg voor zowel jezelf en als voor de ouders en de baby;

Ze ervaren dat ze:

- Beter omgaan met de lichamelijke en geestelijke belasting van hun werk;
- Meer balans realiseren tussen werk en privé;
- Stress en werkdruk beter kunnen hanteren omdat ze er anders mee omgaan.

Willem de Grootte & Ida Tuinhof

Een vernieuwende cao voor de kraamzorg?

In de cao kraamzorg 2016-2017 staan nog een heleboel afspraken die rechtstreeks uit de cao VVT komenn, de kraamzorg verdient een cao die recht doet aan het belangrijke werk van de kraamverzorgende. Op de Dag van de Kraamzorg 2016 is aan veel kraamverzorgenden gevraagd om 3 belangrijke punten aan te dragen voor de nieuwe cao.

- Wat is er gebeurd met de punten die zijn aangedragen?
- Wat is er gedaan om de sector aantrekkelijk te maken zodat er straks nog voldoende kraamverzorgenden zijn
- Wat is er gedaan om de cao begrijpelijker te maken?
- Hoe gaat het in de praktijk met de naleving van de Cao afspraken.
- Wat vind jij dat er moet gebeuren om een betere naleving van de cao te garanderen?

Kortom: laat je informeren over de vernieuwende Cao Kraamzorg, hoe gaat het nu in de praktijk en hebben we met deze 2e cao de arbeidsvoorwaarden op een beter niveau gekregen? Of heeft de tijd ons inmiddels ingehaald en is deze 2de cao nog niet tot stand gekomen.

Feli Escarabajal, FNV Care bestuurder regio Noord-Holland en Cindy Spierings, vakbondsbestuurder Zorg, FNV

Matchmaker Zorg: voor de juiste klik

Elk gezin waar net een kindje is geboren heeft persoonlijke behoeftes als het gaat om kraamzorg. Hoe fijn zou het zijn als die aansluiten bij de kenmerken, talenten en interesses van de kraamverzorgende die wordt ingezet? Het maakt nogal wat uit: houd iemand bijvoorbeeld juist wel of niet van huisdieren, is het een humorist of een serieuze aanpakker? De juiste match vergroot de kans op een prettige kraamtijd én meer werkplezier waar zowel de klant, de medewerker als de organisatie van profiteert.

Afgelopen jaar is de Matchmaker Zorg uitvoerig getest bij Welkom Kraamzorg in Noord-Brabant. Hoe is het voor de betrokkenen om met de Matchmaker te werken en wat levert het op?

Deze workshop gaat in op de volgende vragen:

- Hoe werkt de Matchmaker Zorg?
- Waarop wordt gematcht?
- Wat levert het op voor de klant, de medewerker en de organisatie?
- Is het geschikt voor mijn organisatie?

Geertje van de Ven, onderzoeker FWG en Joris Kuppens, adviseur en trainer bij FWG / Progressional People

Traumatische baringen en het kraambed. Waar kunnen we verschil maken?

Het is van alle tijden en er is steeds meer erkenning en aandacht voor traumatische ervaringen rond de bevalling. Allemaal ontmoeten we moeders, vaders en jonge baby's voor wie de bevalling een ingrijpende gebeurtenis was. Gelukkig leidt niet iedere ingrijpende bevalling tot blijvende klachten, lichamelijk of psychisch. Is het mogelijk om in het kraambed al psychisch trauma te herkennen en, misschien nog belangrijker, een positief verschil te maken?

In deze workshop willen we je inzicht geven in wat kan bijdragen aan een gezonde verwerking van een (mogelijk) traumatische baring en hoe je deze kunt herkennen.

Na de workshop heb je als deelnemer:

- inzicht in de kenmerken van een traumatisch ervaren bevalling en het zgn. 'post traumatisch stress syndroom' (PTSS)
- inzicht in de invloed van een traumatische ervaring op het kraambed, de borstvoeding, de hechting met de pasgeborene en de tijd na het kraambed
- handvatten gekregen hoe je als kraamverzorgende een bijdrage kan leveren aan een gezonde verwerking van zo'n intense bevalling

Want, een goed begin, begint in het kraambed!

Marieke van Luin, verloskundige, lactatiekundige IBCLC en docent/coach Mamma Minds

Een rookvrije kraamtijd

Na een korte presentatie ga je in deze workshop oefenen hoe je het gedrag van rokende moeders en vaders kunt bespreken.

Het doel is dat ouders de kraamtijd en natuurlijk ook daarna rookvrij doorbrengen. Rookvrij zijn en een rookvrije huis is voor ouders, maar zeker ook voor baby's en kinderen heel belangrijk. Het heeft veel voordelen om rookvrij te zijn, maar overtuig je ouders daarvan? Of hoe doe je dat eigenlijk het bespreken van rookgedrag in een open en positieve sfeer?

In deze workshop is er aandacht voor:

- Jouw rol in het stoppen-met-roken proces
- Praktische tips om het gesprek aan te gaan en weerstand te voorkomen
- Aandacht voor rookvrij blijven en het voorkomen van uitglijders en terugval

De focus in deze workshop zal vooral liggen op het ervaren welke reacties helpen om het gesprek over (stoppen met) roken op gang te brengen en te houden.

Klaar Wakker, stoppen-met-roken coach en trainer

Het belang van een gezond darmmicrobioom tijdens de eerste 1000 dagen

Tijdens deze workshop wordt ingegaan op het belang van een gezond darmmicrobioom tijdens de eerste 1000 dagen, en de rol hiervan in de ontwikkeling van het immuunsysteem, voor nu en later.

Tijdens de eerste 1000 dagen is de ontwikkeling van het immuunsysteem van groot belang voor de gezondheid van een kind, zowel nu als op latere leeftijd. 70% van het immuunsysteem bevindt zich in de darm. Een goede opbouw van het darmmicrobioom, het geheel van micro-organismen in de darm, is dan ook cruciaal. Tijdens de zwangerschap en direct na de geboorte start de ontwikkeling van het immuunsysteem, met name vanuit de opbouw van het darmmicrobioom.

Een gezond darmmicrobioom bestaat voornamelijk uit bifidobacteriën. Externe factoren kunnen dit proces zowel positief als negatief beïnvloeden. Zo geeft geboorte via een keizersnede, antibioticagebruik tijdens de zwangerschap of in het vroege leven, of allergieën in de familie, een hoger risico op een disbalans in het darmmicrobioom (dysbiose). Door voldoende blootstelling aan de omgeving en door het geven van de juiste voeding, kan de vorming van het immuunsysteem positief worden beïnvloed.

Tijdens deze workshop zullen we de laatste inzichten delen over onderzoek naar de juiste voeding tijdens de eerste 1000 dagen, waarbij borstvoeding de gouden standaard is. Tegelijkertijd maken we deze resultaten praktisch voor de dagelijkse praktijk.

Ir. Brenda Glas, voedingskundige/kinderdiëtist, Brenda Glas, Consultancy in Kindervoeding (Nutricia)

Voorlichting geven over draagdoeken en draagzakken

Het dragen van een baby heeft veel verschillende voordelen voor ouder en kind, maar is ook nog eens hartstikke praktisch. Steeds vaker krijgen kraamverzorgenden vragen van ouders over dragen in een draagdoek in de kraamweek. Tijdens deze workshop kom je alles te weten over het dragen van een pasgeboren baby in een draagdoek of draagzak, zodat je dit kunt overbrengen op de ouders waar je aan het werk bent als kraamverzorgende.

Tijdens de workshop:

- Hoor je meer over de voordelen van het dragen
- Wordt ingegaan op de mogelijkheden om een kindje ergonomisch te dragen
- Wordt je geïnformeerd over de mogelijkheden tot het inschakelen van hulp bij het leren dragen
- Krijg je te zien hoe je een geweven draagdoek knoopt en hoe je een draagzak draagt
- En uiteraard is er ruimte om zelf een en ander uit te proberen.

Marjolein Hendriksma, draagconsulent

Alles wat je echt moet weten over de babyhuid!

Tijdens deze workshop deelt Marjolein Leenarts haar kennis en geeft ze veel praktische tips over de verzorging van kinderhuid. Wat zijn normale vlekjes en plekjes, en welke moet je echt in de gaten houden? Hoe voorkom je allergieën en andere huidproblemen? Ook de verzorging van babybillen, het badje en moedervlekken passeren de revue. Maar ook het koortslipvirus, waterpokken en krentenbaard...

En uiteraard is er tijd om deze dermatoog alles, maar dan ook alles te vragen wat je wel eens zou willen weten over de huid.

Dr. Marjolein Leenarts, dermatoloog

Huilen, meer dan een paar tranen

Bij kleine baby's denken we al snel aan lieve kleine sokjes, veel knuffelen, kraambezoek en daarna aan gebroken nachten en huilen. Maar huilen is meer dan twee natte wangen.

Tijdens deze workshop wordt ingegaan op onderwerpen als:

- Waarom huilen baby's?
- Wat doet huilen met een baby?
- Wat doet huilen met de ouder?
- Wanneer spreken we van een probleem?
- Rust en regelmaat

Miluška Flooren-van Eekelen, oprichter Liefdevol Dragen

Postpartum depressie: de rol van de kraamverzorgende

Tijdens deze workshop leer je wat een postpartum depressie is, hoe die ontstaat, en wat eraan te doen is. Speerpunt is de vraag wat jij als kraamverzorgende kunt doen om vrouwen met een (beginnende) postpartum depressie te ondersteunen. Kraamverzorgenden kunnen, misschien wel meer dan zij denken, een belangrijke rol spelen in zowel het voorkomen van een postpartum depressie als in het tijdig onderkennen daarvan. Postpartum depressie komt erg veel voor, maar is voor velen nog steeds een taboe. Kraamverzorgenden kunnen helpen dat taboe te doorbreken. Daardoor kunnen kraamvrouwen open zijn over hun gevoelens en zo snel mogelijk de hulp krijgen die zij nodig hebben. Dat is zowel voor henzelf als voor hun baby van het grootste belang. Deze workshop wordt gegeven door (ervarings)deskundige Anne Marleen Meulink, counselor voor vrouwen met een postpartum depressie en auteur van het toegankelijke boek : 'Postpartum depressie: oorzaken, gevolgen en adequate ondersteuning' (Uitgeverij SWP).

Na deze workshop:

- Weet je wat een postpartum depressie is en welke andere psychische stoornissen in het kraambed kunnen ontstaan;
- Ben je op de hoogte van de mogelijke gevolgen van een postpartum depressie voor de ontwikkeling;
- Ken je de belangrijkste risicofactoren voor het ontstaan van een postpartum depressie;
- Heb je handvatten voor het begeleiden van vrouwen die psychisch lijden in het kraambed
- Weet je ook waar als kraamverzorgende je grenzen liggen en naar wie je een kraamvrouw kunt doorverwijzen voor verdere begeleiding;
- Weet je hoe je psychische problemen tijdens de kraamweek op een prettige manier bespreekbaar kunt maken.

Anne Marleen Meulink, (ervarings)deskundige en counselor

Borstvoeding in kwetsbare situaties. Wat te doen?

Borstvoeding is heel belangrijk voor de beste start van moeder en kind. Gelukkig gaat het in de meeste gevallen voorspoedig en kan met hulp van een kraamverzorgende de borstvoeding goed opgang komen.

Helaas zijn er ook een aantal situaties die complexer zijn. Het is dan ook belangrijk om te weten wat te doen in deze situaties. Samen met het KCKZ ontwikkeld Philips momenteel een E-learning om een aantal van deze situaties in kaart te brengen. Tijdens onze workshop gaan we graag dieper in op de E-learning.

Aanraken: een eerste levensbehoefte

Liefde, contact en aanraking zijn essentieel voor de pasgeboren baby.

Een workshop met aandacht voor aanraking met subtiele massage, yoga, mindfulness oefeningen en ontspanningsoefeningen voor de kraamvrouw.

Hoe kunnen wij als kraamverzorgsters rust brengen, ontspanning, veiligheid en een band met de baby op een positieve manier te verstevigen met de ouders. En de baby zich in eigen tempo kan ontwikkelen.

Tijdens deze workshop ontdek je oefeningen die je zo in je werk tussendoor kunt doen, en kan doorgeven aan de ouders. Met aanraking kun je bijvoorbeeld even kleine momentjes van contact en rust in bouwen. Massage, yoga en mindfulness is over en weer op elkaar reageren, samen in beweging.

Kleine subtiele aanrakingen zijn van levensbelang voor een pasgeboren baby, zodat het de eerste dagen van zijn leventje niet getrest is. Door de oefeningen die jij leert tijdens de workshop, kun je voor jezelf mooie oefeningen doorgeven om hen meer zelfvertrouwen te geven en de lichaamstaal van hun baby beter leren begrijpen. Je kan een ouders direct laten ervaren welk effect babymassage, baby-yoga heeft. Hoe zij liefdevol de baby kunnen aanraken, en wat te doen bij onrust, stress en bijvoorbeeld en darmkrampjes. Daarnaast voelt de baby de gevoelens en emoties van zijn moeder heel sterk. Dit is een workshop met aandacht voor een blije start en zorgt ook voor een stukje bewustwording.

Gea Scholtens, docent babymassage met baby-yoga en auteur van het boek baby-yoga samen in beweging.

Moedergevoel als kompas

Met de geboorte van een kind wordt ook direct de volledige verantwoordelijkheid voor, volstrekte toewijding aan en een sterke levenslange emotionele band geboren. Dit is een korte omschrijving van moedergevoel.

Ongeconditioneerde moederliefde versus rationalisering complex

Wat is moedergevoel? Hoe volgt een moeder haar moedergevoel? Hoe kan ze op haar moedergevoel vertrouwen?

In onze huidige tijd werkt het moederlijke intuïtie niet vol automatisch. Moeders vinden het lastig op hun ingevingen, het eigen weten te vertrouwen. Er is ons vooral aangeleerd situaties op een rationele manier te benaderen. Vragen over haar baby ploppen dagelijks in haar hoofd op. Geen paniek, want alles is te googlen! Geven de gevonden antwoorden/oplossingen een moeder een voldaan gevoel? Hoe weet zij wat wel of niet ten voordele van haar kind zal zijn?

Tijdens deze workshop wordt uitleg gegeven over van nu precies onder moedergevoel wordt verstaan en de daarbij komende gevoelens van intuïtie, instinct en liefde.

Layla Cremer, baby- en kinderspecialist

Onderbouwing van een prachtig vak, de kraamverzorgende als medische zorgprofessional

De eerste resultaten van de LIP studie: Wat betekent dit voor jou als kraamverzorgende?

De eerste resultaten van 60.000 verzorgingen laten heel goed zien wat kraamverzorgenden allemaal doen. Er zijn specifieke activiteiten die aantoonbaar bijdragen aan gezondere moeders en kinderen. De invloed van de kraamverzorgende op empowerment van gezinnen is groot. De kraamverzorgende is daarmee onmisbaar als medische zorgprofessional in de geboortezorg. In de workshop laat Jolanda Vermolen je zien wat het LIP onderzoek jou als kraamverzorgende brengt.

Jolanda Vermolen, projectmanager Kraamzorg de Waarden en projectleider LIP studie AWKG

De hielprik, nu en in de toekomst

In de eerste week na de geboorte wordt wat bloed afgenomen uit de hiel van een pasgeborene.

In het laboratorium wordt dit bloed onderzocht op een aantal zeldzame, ernstige ziektes. De meeste ziektes zijn niet te genezen maar wel te behandelen met bijvoorbeeld medicijnen of een dieet. Tijdige opsporing en behandeling van deze ziektes voorkomt of beperkt zeer ernstige schade aan de lichamelijke en verstandelijke ontwikkeling van een kind. Hoe eerder de ziekte wordt opgespoord, des te beter voor het kind. Het is dan ook van groot belang dat een kind meedoet aan de hielprikscreening.

Jaarlijks worden zo'n 175.000 hielprikken afgenomen. Met de hielprikscreening worden jaarlijks zo'n 175 kinderen opgespoord met een ernstige aandoening.

In de komende jaren wordt het aantal aandoeningen in de hielprik uitgebreid met een 12-tal ziektes.

In de workshop worden kraamverzorgenden geïnformeerd over:

- De huidige hielprik en de uitbreiding van de hielprik
- De rol van de kraamverzorgende bij de hielprikscreening

Rendelien Verschoof-Puite, Medisch adviseur neonatale hielprikscreening RIVM

Voorkom brandwonden bij babies!

Geheel in het thema van de dag staat ook deze presentatie in het teken van preventie. Want jij als kraamverzorgende kan brandwonden bij kleine kindjes helpen voorkomen.

- Wist je dat ruim 27% van de patiënten die in een brandwondencentrum worden opgenomen tussen de 0 en 4 jaar is?
- Wist je dat bij meer dan 90% van deze patiëntjes heet water (koffie, thee, badwater) de oorzaak is?
- Wist je dat zelfs kleine beetjes koffie of thee zeer ernstige brandwonden kunnen veroorzaken bij kleine kindjes? Hun huid is namelijk nog erg dun en de verbranding kan levenslange littekens geven.
- Wist je dat deze ongevallen vooral in en om het huis plaatsvinden?
- Wist je dat de meeste brandwondenongevallen bij de allerkleinsten plaatsvinden in de zomervakantie, tijdens de feestdagen, in de weekenden? Kortom, op die momenten dat de dagelijkse routine ontbreekt.

De kraamtijd is ook zo'n periode waarin alles anders is dan normaal en de aandacht vooral uitgaat naar moeder en baby. Een periode waarin jij als kraamverzorgende bij de jonge gezinnen in huis een belangrijke rol speelt. Wil jij ons helpen om brandwonden bij kleine kindjes te voorkomen? Schrijf je dan in voor onze workshop.

Na de workshop weet je:

- Op welke momenten kleine kindjes het grootste risico lopen op brandwonden.
- Welke simpele maatregelen jij en de ouders kunnen nemen om een brandwondenongeval te voorkomen.
- Wat je moet doen als een kindje onverhoopt toch brandwonden oploopt (Eerste Hulp bij Brandwonden).

Evelien Borst, Voorlichter Nederlandse Brandwonden Stichting

Gezonde voeding tijdens de kraamtijd

Gezonde voeding is voor iedereen belangrijk en zeker ook voor de kersverse mamma en pappa. Als kraamverzorgende ben je een professional die ouders enorm vertrouwen. Dat biedt mooie kansen om het gezin niet alleen te helpen met de zorg voor de baby, maar hen ook te ondersteunen met het maken van gezonde gewoonten die bij het nieuwe leven passen.

Tijdens de workshop zal een inleiding worden gegeven over wat gezond eten volgens de Schijf van Vijf is, met speciale aandacht voor de jonge ouders. Daarna gaan we op een interactieve manier aan de slag met vragen over voeding. Wat heeft de moeder (extra) nodig na de bevalling? En zijn er specifieke producten die bijdragen aan een sneller herstel of juist niet? Hoe kun je met wat kleine praktische tips en trucs het jonge gezin een duwtje in de gezonde richting geven? Na afloop van deze workshop weet je waar je jonge gezinnen mee kunt helpen en waar je betrouwbare informatie over gezonde voeding vindt.

Dr. ir. Astrid Postma-Smeets, Expert Voeding en Gezondheid, Voedingscentrum

De eerste 1000 dagen - het fundament voor de toekomst

Ieder van ons is begonnen als een enkele cel. De ontwikkeling die we doormaken in de eerste 1000 dagen – van cel tot peuter – vormt ons voor een belangrijk deel tot wie we zijn. De eerste 1000 dagen van het leven blijken van fundamenteel belang te zijn voor later. Als het niet goed gaat, dan heb je daar levenslang last van. Alsof je je leven begint met een valse start en de rest van het leven moet knokken om met die achterstand om te gaan. Je krijgt maar een kans op een goed begin.

Kraamzorg speelt hierin een ontzettend belangrijke rol. In deze workshop legt Tessa Roseboom uit waarom die eerste 1000 dagen zo belangrijk zijn. Aan de hand van pakkende voorbeelden uit de biologie, de geneeskunde en de economie laat ze zien dat een goed begin het halve werk is. En dat investeren in een goede start, de slimste investering is die we kunnen doen. Daarom pleit ze voor meer investeringen in een goede start. Ze adviseert de minister over het landelijke programma Kansrijke Start. Onlangs bepleitte ze dat in plaats van grote uitgaven in de gezondheidszorg aan het eind van de levensloop, we meer zouden moeten uitgeven aan een goed begin. Dat bespaart veel leed en kosten. Investeren in een stevige start doet meer voor het bevorderen van gezondheid en welzijn in onze maatschappij dan alle bewezen effectieve behandelingen bij elkaar. Dat is het dubbel en dwars waard. Kraamhulp bouwt letterlijk aan het fundament voor gezondere toekomstige generaties.

Benieuwd naar waarom een goede start belangrijk is? En wat je kan doen om bij te dragen aan een gezondere toekomst? Kom dan naar deze workshop!

Tessa Roseboom, hoogleraar Vroege Ontwikkeling en Gezondheid, Universiteit van Amsterdam

Hoe signaleer ik kindermishandeling en wat is mijn rol als verzorgende hierbij?

In deze workshop worden praktijkvoorbeelden besproken waarin kraamverzorgenden het verschil hebben gemaakt, waar ze actie hebben ondernomen toen zij risicofactoren signaleerden. Jouw handelen kan in de kraamperiode een positieve bijdrage leveren aan een veiligere start.

Kraamverzorgenden werken al jaren met de meldcode. De meldcode is de richtlijn waarlangs we de casuïstiek gaan bespreken. In deze workshop delen we die ervaringen en krijg je handvatten om met het 'niet plus gevoel' om te gaan. De workshop wordt afgesloten met informatie over het vervolg als er een melding gemaakt is bij 'Een Veilig Thuis'.

De workshop wordt verzorgd door Jettie van de Pol, mede eigenaar van bureau Kerstenvandepol. Dit bureau heeft een jarenlange ervaring in het trainen van zorgverleners in de keten van de geboortezorg. Vroegsignalering van risicozorg voor kraamverzorgenden is een bijscholing die zij veel verzorgd heeft.

Jettie van de Pol, mede eigenaar van bureau Kerstenvandepol