

Symposium **SAMEN BEVALLEN** 2023

Zaterdag 15 april 2023

9:30 uur - 17.00 uur

Adres: Stichtse Vrije School, Socrateslaan 24 te Zeist

Een programma voor (aankomende) geboortewerkers met een hart voor aanstaande en jonge ouders met hun kindje.

Op **zaterdag 15 april 2023 is het jaarlijkse Symposium** van de vereniging Samen Bevallen. Je bent van harte welkom om je te laten inspireren door interessante lezingen, workshops en het samenzijn met andere **geboorteprofessionals**. Zoals zwangerschapsdocenten, verloskundigen, doula's, verpleegkundigen, kraamverzorgenden, lactatiekundigen, docenten, coaches, therapeuten en studenten.

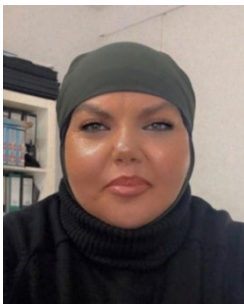
Het programma

09.15u **Welkom** voor koffie & thee en inschrijven voor de workshops

09.45u **Opening** van het symposium

10.00u **"Geboortezorg bij verschillende culturen", lezing door Fadia el Bouazzaoui**

Oprichtster van Stichting Voorlichters Gezondheid in Rotterdam.



Fadia's missie is "Neem je medemens bij de hand, deel kennis en maak de weg naar de juiste zorgverlener vrij." Zij geeft diverse trainingen waaronder de training interculturalisatie geboorte en kraamtijd in verschillende culturen. In deze training vertelt Fadia onder andere over de gebruiken en rituelen rondom de bevalling en kraamtijd. Zij zal hier in haar lezing ook op in gaan. Fadia schreef samen met Ingrid A. Peters het boek **"Handboek geboortezorg bij verschillende culturen"**. Dit boek onderstreept naast communicatieve vaardigheden het belang van gerichte aandacht voor diversiteit, achtergrond, leefwereld, wensen en behoeften van (aanstaande) ouders.

11.15u **Koffie & thee pauze**

11.45u **"Kracht door ademhaling", lezing door Linda Koeman** Oprichtster van Ice.Club

Linda Koeman is yogadocente en gecertificeerd instructeur in de Wim Hof-methode. Hoogtepunten van haar extreme uitdagingen met de Wim Hof Methode: in 2014 liep Linda in korte broek met een groep naar de top van de Kilimanjaro in een recordtempo. In 2017 werd ze Nederlands kampioen ijs zwemmen bij de 100m schoolslag. Deze extreme uitdagingen hebben haar een diep begrip in de werking van de Wim Hof Methode gegeven, dat ze met ons zal delen in de lezing.



13.00u **LUNCH verzorgd door Bijzonder Leuk**, met tijd voor ontmoeting en infostands

14.00 u **Workshop ronde 1**

15.15 u **Pauze voor koffie & thee**

15.30 u **Workshop ronde 2**

16.45 u **Plenaire afsluiting**

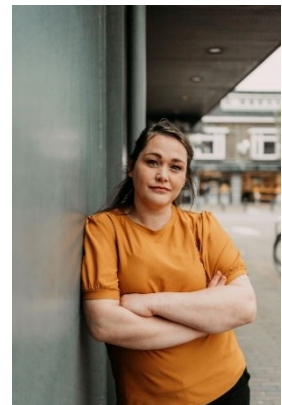
Workshop 1 “Kracht van ademhaling zelf ervaren” door Linda Koeman, Ice.Club



Hoe gaat de ademhalingstechniek volgens Wim Hof nu eigenlijk en kan ik daar iets mee in de begeleiding van zwangeren? Deze workshop is om zelf te ervaren wat de Wim Hof ademhaling doet. Nee, je kunt dit niet met zwangeren in je cursus doen, maar je leert wel over de vergelijking die je kunt trekken tussen bevallen en een ijsbad nemen. En hoe die ijsblokjes toch van pas komen in een zwangerschapscursus.

Workshop 2 “Baby’s slapen en huilen” door Miluška Flooren-van Eekelen, Floek

Zij is getrouwd en moeder van 4 kinderen, binnen haar bedrijf Floek geeft zij scholingen over prikkelverwerking bij jonge kinderen, ergonomisch Liefdevol Dragen en pedagogische onderwerpen aan zowel kraamverzorgenden als ouders. Haar visie gaat uit van het valideren van emoties, het (h)erkennen en inspelen op de signalen die het jonge kind geeft en werken aan een vertrouwensband voor een veilige hechting. Wil je alvast meer? Volg Miluška op Facebook of Insta.



Workshop 3 “De bekkenbodem, waar & hoe zit dat ook al weer?” door Monique Verharen-Arts

Monique heeft haar masterdiploma bekkenfysiotherapie behaald en is daarnaast gespecialiseerd in diastase. Tijdens de workshop zal zij praktisch met ons aan de slag gaan. We gaan o.a. liggende oefeningen doen om zelf te doorvoelen en het daarna beter over te kunnen dragen aan zwangeren.

Meenemen: Als je mee wilt doen met workshop 1 en / of 3 neem dan zelf een yogamatje of grote handdoek mee.

Tarieven

Zwangerschapsdocenten Samen Bevallen	Gratis
Zwangerschapsdocenten in opleiding	€ 35
Abonnementhouders Samen Bevallen	€ 70
Andere geboorteprofessionals	€ 100
Studenten	€ 70

De prijzen zijn inclusief koffie, thee, lekkers en een geheel verzorgde lunch. Na aanmelding volgt de betaal informatie per mail.

Aanmelden vóór 25 maart

symposium@samenbevallen.nl o.v.v. bovenstaande tariefgroep.

Een hartelijke groet van de symposium commissie,

Brechje Furman, Karina Bremers en Laura Rodenburg