

Beste cliënten en partners,

Wat bellen we veel met elkaar; telefonische controles, afspraken verzetten, kraambed begeleiding door de telefoon of kort aan het bed. En elke keer zijn we weer warm verrast door jullie begrip hiervoor! Dank jullie wel!

Het Coronavirus haalt grootse veerkracht en daadkracht in ons allen naar boven!

Praktijknieuws

Eind maart hebben we afscheid genomen van onze gewaardeerde collega Kimberly Zonneveld. Zij was de laatste jaren een vast gezicht binnen ons team als vliegende keep. Kimberly heeft dichterbij haar woonplaats een baan gevonden en gaat daar vanaf nu haar talenten als verloskundige en lactatiekundige inzetten.

Met het vertrek van Kimberly kwam er ruimte in het verloskundig team en wel voor Mascha Bessem. Masha, ze stelt zich graag aan jullie voor:

Mijn naam is Mascha Bessem en sinds april 2020 maak ik onderdeel uit van het vaste team van verloskundigen. Werken in deze regio is voor mij een thuiswedstrijd aangezien ik er geboren en getogen ben.

Na 6 weken vrijwilligerswerk gedaan te hebben in een ziekenhuis in Ghana op de verloskundig gerelateerde afdelingen wist ik het zeker, ik word verloskundige! Ik heb zowel gestudeerd in Turnhout (BE) als in Maastricht aan de Hogeschool Zuyd en heb op die manier het goede van beide opleidingen leren kennen. Na het afstuderen ben ik werkzaam geweest in de regio's Zaandam, Den Bosch en Waalwijk. Het voelt als een warm bad onder de collega's van Vita Nova en ik kan dit belangrijke werk doen samen met een sterk team.

Buiten de verloskunde houd ik me graag bezig met sporten (roeien, fitnessen en meer), reizen, met vriendinnen afspreken en ik haak knuffeldieren ter ontspanning.

Erkenning

De gemeente 's-Hertogenbosch gaat de mogelijkheid tot erkennen van het ongeboren kindje weer oppakken. Dit was niet mogelijk sinds 16 maart, maar vanaf 8 april wel weer. Hierin gelden de volgende afspraken:

- Bij een zwangerschap van het eerste kindje moeten **beide ouders** komen i.v.m. de naamskeuze voor een achternaam.
- Bij een zwangerschap van een tweede of volgende kindje, kan de moeder schriftelijk toestemming geven (formulier staat op de website, zie link). De partner (erkenner) kan vervolgens **alleen** naar het stadskantoor gaan met het ingevulde en ondertekende formulier en het originele identiteitsdocument van de moeder.

<https://www.s-hertogenbosch.nl/inwoner/geboorte-en-overlijden/erkenning-kind-en-adoptie/>

Het is goed om te weten dat er alleen telefonisch contact opgenomen kan worden met de gemeente voor het maken van een afspraak. Daarnaast is de gemeente, dagelijks, alleen tussen 09.00 uur – 13.00 uur geopend.

Bewegen tijdens je zwangerschap

Zoals je hebt kunnen lezen in een eerdere informatiebrief van ons, bieden we op dinsdag **14 april** een online webmeeting aan met het onderwerp 'beweging'. We hebben hiervoor een oefentherapeut uitgenodigd om jullie vragen te beantwoorden over bewegen, houding, fysieke bewegingsklachten en hoe je in deze tijd actief kunt blijven. Lijkt het je ook fijn om op deze manier in contact te zijn, vragen te stellen of tips van andere zwangere te horen, meld je dan aan:

<https://verloskundigedenbosch.nl/contact/web-sessie-of-webinar/>

lesrooster

maandag 6-4-2020:

19.30-20.00 mama to be fit - Noor
20.00-20.30 mama fit - Noor

woensdag 8-4-2020:

19.30-20.00 mama to be fit - Noor
20.00-20.30 mama fit - Noor

donderdag 9-4-2020:

20.00-20.30 stretch en relax -
Debbie



Beste dames,

Helaas veranderd er door het corona virus een hoop voor ons. De lessen zoals jullie deze kenden kunnen de komende tijd fysiek niet meer plaatsvinden. Maar.. Om niet bij de pakken neer te zitten, gaan we ervoor zorgen dat jullie toch in beweging kunnen blijven onder onze begeleiding!

Daarom voortaan elke week een nieuw aangepast rooster met meerdere sportmomenten. Niet in de praktijk, maar in je eigen woonkamer, tuin, zolder of washok via Zoom. Om de afgesproken tijd versturen wij een link via je mailadres. Het is nodig de applicatie te downloaden om mee te kunnen doen.

Voor 5 euro per week kun je onbeperkt mee sporten op het moment dat jou uitkomt. Iedere week zullen wij een lesrooster doorsturen zodat je naar jou wens je sportmomenten in kunt vullen.

Wij houden de aanwezigheid bij en sturen per maand een factuur.

Dank jullie allen voor je begrip en tot snel!

(Voor vragen kun je terecht bij Loes, Debbie of Noor)

Mocht je daarnaast meer behoefte hebben aan online begeleiding in het bewegen tijdens je zwangerschap, meld je dan vrijblijvend aan voor een proefles bij Achter de Blauwe Deur. Tijdens de coronaperiode kunnen er geen abonnementen afgesloten worden, maar bestaat er wel de mogelijkheid om losse lessen te volgen.

Voor aanmeldingen en/ of meer informatie, mail naar info@achterdeblauwedeur.nl

Fijn paasweekend, zonnige groet,

Team Vita Nova