

# Bevalplan

## Wie, wat, waar

Dit plan is van ..... Het is de bevalling van ons ....<sup>e</sup> kindje. Bij de bevalling zijn de volgende mensen aanwezig..... We willen graag dat de bevalling thuis/in het ziekenhuis plaatsvindt. Na de bevalling wil ik borstvoeding/kunstvoeding geven.

## Hoe kijk je terug op eventuele vorige bevallingen?

## Hoe heb je je voorbereid op de bevalling (voorlichtingsavond, boeken)?

Het is belangrijk je goed voor te bereiden op de bevalling. Kijk bijvoorbeeld eens op [deverloskundige.nl](http://deverloskundige.nl) voor informatieve filmpjes.

## Wensen

Beschrijf welke wensen jullie hebben tijdens de bevalling. Bijvoorbeeld hoe je om wilt gaan met pijn, welke houding je prettig lijkt en of er foto's gemaakt mogen worden.

**Wat verwacht je van de zorgverleners (verloskundige en kraamzorg)?**

**Waar zie je tegenop?**

**Ben je op de hoogte van de voor- en nadelen van pijnstilling?**

Het is belangrijk je in te lezen over pijnstilling tijdens de bevalling wanneer je dit wenst. Dit kun je doen door de folder te lezen op de website De Verloskundige en/of op de website van het ziekenhuis waar je naartoe zou willen.

**Zijn er nog andere zaken waar wij rekening mee moeten houden?**