

PUUR PIJN & PARTNER TRAINING

DE (MENTALE) BEVALLINGSVOORBEREIDENDE CURSUS

Een tipje van de sluier.....

BEVALLINGSVOORBEREIDING

In deze training leer je over het fysieke en mentale deel van de bevalling en het samenspel daartussen.

Vorbereiding op de bevalling is meer dan weten welke medische mogelijkheden er zijn. Het is ook weten hoe een normale bevalling verloopt, wat er in je lichaam gebeurt en hoe je daarmee om kunt gaan. Wanneer je beide delen begrijpt ben je goed voorbereid.

JOUW MINDSET

Wil jij leren hoe je je eigen mindset positief kunt beïnvloeden?

Elke vrouw heeft gedachten over de bevalling. Deze gedachten bepalen je mindset en uiteindelijk je gevoel en wat je wel en niet aankan. Jouw mindset bepaald nu al hoe je je bevalling gaat beleven. Wie ervoor kiest om haar mindset te onderzoeken en daar op tijd aandacht aan te geven, doet zichzelf een groot plezier

PARTNERS MINDSET

Als partner kun je ontdekken hoe jij je coaching mogelijkheden kunt vergroten.

Support is van meerwaarde voor iedereen die een grote prestatie gaat leveren. Bevallen is één van de grootste menselijke prestaties. **Het is voor een barendende vrouw een geschenk om een supporter te hebben die weet hoe het proces van bevallen kan verlopen en wat hij/zij voor haar kan doen.** De mindset van de partner bepaalt zijn/haar mogelijkheden om te coachen. Wachten met het ontdekken van de mindset van de partner is zonde! Dat is als een wedstrijd beginnen met 0-3 achterstand.

meer weten? Kijk op www.me-coaching.nl of stuur een mail naar info@wilmasmits.nl



OPZET

- Voor iedereen, ongeacht zwangerschapsduur of bevalervaring
- De training bestaat uit een eenmalige groepsessie van 3 1/2 uur of eenmalig individueel voor 2 1/2 uur
- Kosten zijn 160 euro per stel in de groep of 250 euro per stel privé (check je verzekering)
- Je krijgt uniek materiaal mee na afloop
- Koffie/thee inbegrepen
- Locatie op de praktijk aan de Scheveningseweg 72



WILMA SMITS

Ik ben verloskundige in hart en nieren sinds 2006. Ik heb heel veel vrouwen en hun partners bijgestaan in hun transitie naar het ouderschap. Bevallen is intens, maar kan heel mooi zijn. Ik gun iedereen een goede ervaring. Sinds 2022 geef ik Puur Pijn & Partner trainingen omdat ik vind dat deze voorbereiding heel goed aansluit bij de praktijk.