

## De kracht van borstvoeding

Je kindje voeden met de borst is voor jou als mama een zeer unieke ervaring en bovendien en intens gebaar van onvoorwaardelijke liefde. Voor je baby is borstvoeding van onschatbare waarde, zowel op voedingskundig, immunologisch als psychologisch vlak.

Het is een natuurlijke cocktail van voedingsstoffen, vitaminen, mineralen, antistoffen, en heel veel liefde.

Moedermelk biedt alles wat je kindje nodig heeft om zich optimaal te ontwikkelen. Het is de beste en meest natuurlijke voeding voor je baby en een logisch vervolg op zwangerschap en geboorte.

'Borstvoeding is het mooiste geschenk dat je je baby kan geven'



Borstvoeding vzw is een vrijwilligersorganisatie.

Om in de toekomst mama's en hun baby verder te kunnen steunen hebben we financiële ondersteuning nodig.

Om steunend lid te worden stort je een vrijwillige bijdrage

per jaar op rekening  
IBAN :BE39 8803 0998 0119  
BIC: HKBABE22 van Borstvoeding vzw  
met de vermelding: nieuw lid

BORSTVOEDING vzw-SECRETARIAAT  
Briefwisseling en administratie/zetel  
Mieke Viaene  
Iepersstraat 137  
8890 Moorslede  
051/77.18.03  
mieke.viaene@borstvoedingvzw.be  
E-secretariaat:  
info@borstvoedingvzw.be  
www.borstvoedingvzw.be

Borstvoeding vzw sinds kort ook terug te vinden op diverse sociale media...  
<http://www.facebook.com/Borstvoeding>  
<http://www.twitter.com/Borstvoedingvzw>



2012 Borstvoedingvzw©

V.u:Borstvoeding vzw, Oude Heidestraat 78, 3511 Hasselt 011/75.43.05



Sinds 1981 bundelt Borstvoeding vzw haar krachten om van jouw borstvoedingsperiode een succes te maken. Onze consulenten hebben zelf een ruime ervaring en zijn bovendien professioneel opgeleid om je deskundig te begeleiden.

**Evelien Lemmes, Aarschot**  
Evelien.lemmens@borstvoedingvzw.be

**Gerd Van kogelenberg**, Meerbeek 011/48.11.91  
gerd.vankogelenberg@borstvoedingvzw.be

**Ursly Cavens**, Heist Op Den Berg  
ursly.cavens@borstvoedingvzw.be

**Marjan. Nuyts**, Sint Katelijne Waver 015/34.78.79  
marjan.nuyts@borstvoedingvzw.be

Annelien Goetschalckx, Brasschaat 047/853357  
annelien.goetschalckx@borstvoedingvzw.be

www.borstvoedingvzw.be

Veel zwangere vrouwen willen hun kindje na de geboorte graag borstvoeding geven. Vaak stellen ze zich daarbij een aantal vragen. Vroeg of laat kunnen er twijfels of andere vragen rijzen.

Borstvoeding vzw is een vereniging van vrouwen die zich inzetten om van de borstvoedingsperiode van andere mama's een succes te maken. Deze vrouwen, borstvoedingsconsulentes, hebben zelf een ruime borstvoedingservaring en hebben bovendien een bijkomende opleiding gekregen binnen de vereniging.

Voel je dus vrij om ons te contacteren. De consulentes beantwoorden al uw vragen, geven informatie en hulp of de nodige steun. Dat kan via telefoon of mail of persoonlijk op een infosessie of tijdens het babycafé. Onze telefoon en e-mail hulpverlening is gratis.

### **Webshop**

Borstvoeding vzw verkoopt boeken en themafolders met veel goede raad en tips. De diverse titels vind je op onze webshop of kan je aanvragen via een borstvoedingsconsulente in je buurt. Voorbeelden van onze themafolders zijn: de kracht van borstvoeding, afkolven, borstvoeding en werken,...

Voor lekkere borstvoedingsthee of een leuk kraamgeschenkjes kan je terecht op onze webshop.



<http://www.borstvoedingvzwshop.be>

### **Infosessies**

Maandelijks organiseren wij infosessies over borstvoeding voor zwangere en (pas) bevallen moeders. Uiteraard zijn ook de partners meer dan welkom. Steun uit de directe omgeving is trouwens van essentieel belang voor het welslagen van de borstvoeding.

Onze borstvoedingsconsulentes die deze infosessies begeleiden, volgen een bepaald programma. Hierbij komt vrijwel alle noodzakelijke informatie rond borstvoeding aan bod.

De volledige sessie bestaat uit 4 bijeenkomsten met telkens één aspect van borstvoeding nl.

- Basiskennis voor de zwangere vrouw
- Kraamperiode en eerste weken
- Oei, ik zit in de knoei!
- Afkolven, vaste voeding, terug werken, spelen,...

Maar ook specifieke sessies met onderwerpen als 'een peuter of kleuter aan de borst' en 'borstvoeding geven aan een tweeling' komen aan bod.

Je kan op elk moment instappen. Er wordt een bijdrage gevraagd van 4 euro. Iedere avond krijg je een themafolder naar keuze om de belangrijkste informatie thuis nog eens te kunnen bekijken.

De ervaringen van de moeders die al (eerder) een kind voedden en de meegebrachte baby's verlevendigen de infosessies.

Voor meer informatie hieromtrent kan je terecht bij een borstvoedingsconsulente in je buurt of via onze website.

### **Babycafé**

Samenkomsten van moeders met baby's aan de borst, waarbij kersverse moeders (en hun partner) de kans krijgen om hun ervaringen uit te wisselen en de dagelijkse beslommeringen eventjes achter zich te laten.

Niet enkel borstvoeding maar ook andere babyonderwerpen

komen hier uitgebreid aan bod. Een borstvoedingsconsulente helpt je graag met specifieke borstvoedingsproblemen. Het babycafé gaat door bij een consulente thuis. Ook oudere kinderen zijn welkom!

