

ALLES VOOR MOEDER EN KIND

zwangerschaps groeigroep

maandelijke thema avonden rond fertiliteit, zwangerschap, bevallen en postpartum.

uitgebreid programma, zie website.

Data: de eerste vrijdag van de maand van 20:00-tot 22:00 .

Inschrijven: info@tobe-kempen.be

vroedvrouw en lactatiedeskundige

Met Karen Vliegen.

Op afspraak: karenvliegen@hotmail.com

pre- en postnatale psychologie

Met klinisch psychologe Catrin Marichal.

Op afspraak: catrinmarichal@gmail.com

voetreflexologie en levensstijladvies

tijdens wachtperiode van fertiliteits-

behandelingen met Katia De Wit.

Op afspraak: katia.dewit@tobe-kempen.be

osteopathie

Met Nijs Mieke, Sandra van Cantfort , Lana Ampleto-va en Jana Detre.

Op afspraak:

via de website: www.tobe-kempen.be

zwangerschapsyoga

Met Leen Leysen.

Data: zaterdag van 10:45 tot 12:15

Inschrijven: leen.leysen@tobe-kempen.be



Wat hebben wij in huis?

Wij zijn een enthousiast team die vrouwen met veel liefde begeleidt voor, tijdens en na hun zwangerschap.

Naast wat de gynaecologen aanbieden zouden wij hier graag alle andere aspecten aan bod brengen.

Een zwangerschap is niet alleen een mooi en natuurlijk proces, maar kan voor veel vrouwen ook een zeer pittige en fysiek uitdagende periode zijn.

Wij begrijpen dat en bieden je graag volgende diensten aan:

1. vroedvrouw en lactatiedeskundige Karen . Zij zal regelmatig terug te vinden zijn in de thema avonden van de zwangerschaps groeigroep.
2. klinisch psychologe Catrin staat klaar om vrouwen op te vangen die het wat moeilijker hebben.
3. voetreflexologe Katia begeleidt koppels naar hun optimale gezondheid tijdens hun wachttijd van een fertiliteitsbehandeling of als ontspanning tijdens of na de bevalling.

doula begeleiding

Danie Reniers en Leen Leysen

Op afspraak:

danie.reniers@tobe-kempen.be

leen.leysen@tobe-kempen.be

postpartum diensten

Met Karolien de Belder en Danie Reniers

Op afspraak:

karolien.debelder@tobe-kempen.be

danie.reniers@tobe-kempen.be

creatieve coaching

Met Karolien de Belder.

Op afspraak:

karolien.debelder@tobe-kempen.be

postnatale mama-baby yoga

Met Jennifer Neupane-Duin.

Data: vrijdag van 9:45- tot 11:15

Inschrijven via:

jennifer.neupane@tobe-kempen.be

pelvic health yoga programma

Met Jennifer Neupane-Duin

Data: zondag van 9:45 tot 12:15 (om de twee weken reeks van 5 lessen of individueel op afspraak)

Inschrijven via:

jennifer.neupane@tobe-kempen.be

professional organizer

Helpen organiseren rond moeder en kind met

Rocío Francisco Cordón

op afspraak:

rocio.francisco@tobe-kempen.be

tobe mom cafe en kraamkost

iedere derde donderdag van de maand van 13:00 tot 15:00 onder begeleiding.

Kraamkost op bestelling aan huis.

healthyfoods@tobe-kempen.be

4. de osteopaten helpen je met rug, bekken en andere fysieke klachten. Ook de baby's zijn welkom voor een check-up of behandeling.

5. Prenataal heeft osteopaat Sandra haar gespecialiseerd in het losmaken van heel de bekkengordel waaronder dus ook baarmoeder en baarmoederhals wat bevordelijk kan zijn voor de zwangerschap.

6. via houdingen, ademhalingstechnieken en massage je lichaam soepel en krachtig houden dmv zwangerschapsyoga met Leen .

7. onze doula's Danie en Leen staan klaar om je te ondersteunen pre- & postpartum en tijdens de bevalling.

8. bij Karolien en Danie kan je terecht om de transformatie van vrouw naar moeder te eren en te vieren met massage, ceremonies en rituelen.

9. moeders die op zoek zijn om hun creatief te uiten kunnen ook terecht bij Karolien.

10. het terug in goede lichaam conditie komen en klachten voorkomen na de bevalling met de postnatale mama-baby yoga lessen van Jennifer.

11. Met ons pelvic health yoga programma bieden we dan weer meer gericht een programma aan om het bekken terug te verstevigen terwijl osteopathie dan weer beter werkt bij bekken blokkades.

12. er komt wat bij kijken . Zoek je wat hulp in organiseren dan hebben we Rocío .

13. in ons Tobe-mom cafe kunnen moeders opzoek gaan naar verbinding met andere kersverse ouders.

14. ook bieden we graag op vraag gezonde kraamkost aan .

