

Goed voorbereid op je zwanger- en moederschap

Tijdens en na de zwangerschap komt er veel op je af. Samen kom je verder. Espria Ledenvereniging is er voor alle (aanstaande) ouders.

Direct lid worden

24 uur per dag, 7 dagen per week kijken we samen met jou hoe jij het beste uit je leven haalt. Wij vinden het belangrijk dat iedereen zijn eigen keuzes maakt en dat niemand hierin alleen staat. Daarbovenop ontvang je als lid aantrekkelijk ledenvoordeel en dat alles voor maar **€ 22,50** per kalenderjaar.



Word lid via:
ledenvereniging.nl/lidmaatschap

“Met de adviezen van de lactatiekundige kreeg ik extra vertrouwen en wist ik dat ik op de goede weg was”

Benieuwd naar de ervaringen van anderen?
Ga naar: www ledenvereniging.nl/zorg/zwangerschap

Checklist zwangerschap week tot week

Echo's laten maken, kraamzorg regelen, je zorgverzekeraar op de hoogte brengen. Tijdens je zwangerschap heb je veel te regelen. Met deze checklist heb je een handig overzicht en check je eenvoudig of je alles geregeld hebt.



Download de checklist



ledenvereniging.nl



Geniet van veel voordelen tijdens & na je zwangerschap



Extra kraamzorg-
arrangement



Borstkolf huren



Underwunder



Borstvoeding en kolfspreekuur
(lactatiekundige)



E-consult Nazorg Kraamzorg



Borstvoeding en kolfspreekuur (lactatiekundige)

Gratis tips en advies van een lactatiekundige.

- Gratis één huisbezoek en 2 consulten per e-mail of telefoon van een lactatiekundige (t.w.v. € 170,-)
- Afspraak binnen één werkdag
- Adviezen na het consult toegestuurd via de mail



Borstkolf huren

Huur voordelig een borstkolf, de eerste week zelfs gratis.

- Huur één week gratis een Medela Symphony borstkolf (t.w.v. € 17,50 per dag)
- De kolf langer nodig? Dan betaal je maar € 2,50 per dag
- Korting op een afkolfset: van € 32,99 voor € 28,04
- Zelf een borstkolf kopen? Dan krijg je 15% korting op de aanschaf van de Medela Freestyle borstkolf



E-consult Nazorg Kraamzorg

Stel tijdens het gratis e-consult nazorg kraamzorg al je vragen omtrent jou en je kind aan een gediplomeerd deskundige.

- Gratis e-consult door gediplomeerd deskundige
- Keuze uit één keer 30 minuten of twee keer 15 minuten
- Voor vragen over de verzorging van je baby na je kraamtijd
- Goed voorbereid naar het eerste gesprek op het consultatiebureau



Extra kraamzorgarrangement

Maak voor of na je bevalling gebruik van extra uren ondersteuning van een kraamverzorgende.

- Minimaal 4 tot maximaal 12 uur extra ondersteuning van een kraamverzorgende (afhankelijk van beschikbaarheid)
- Maximaal drie dagdelen van elk vier uur
- Vanaf de eerste dag van je zwangerschap tot zes weken na de bevalling

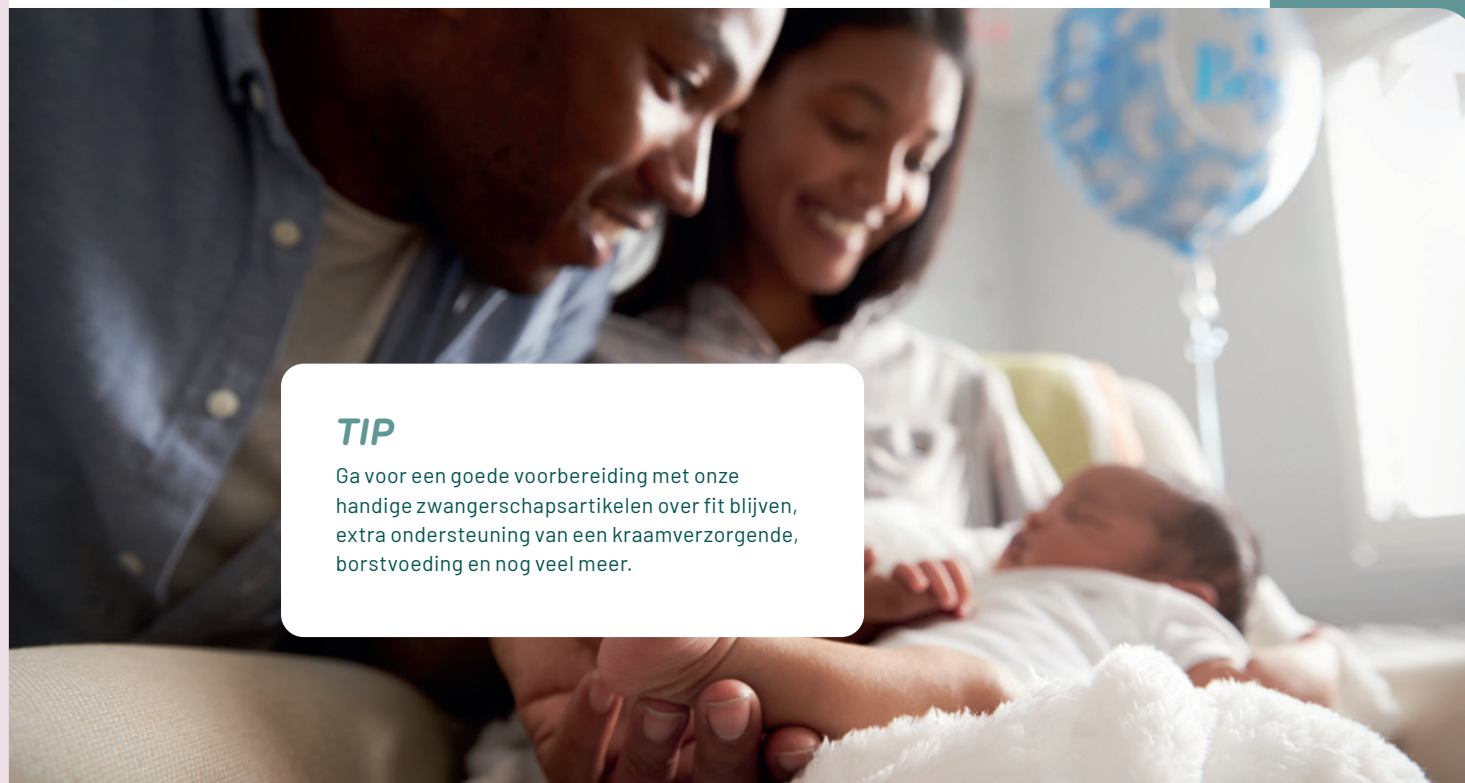
**Het beschikbare aantal extra uren ondersteuning van een kraamverzorgende is afhankelijk van de beschikbare capaciteit.*



UnderWunder

Na de zwangerschap last van urineverlies? Voel je zelfverzekerd met het ondergoed van UnderWunder.

- Veilig en zelfverzekerd
- Vangt urineverlies onzichtbaar op
- Hip en modieus ondergoed



TIP

Ga voor een goede voorbereiding met onze handige zwangerschapsartikelen over fit blijven, extra ondersteuning van een kraamverzorgende, borstvoeding en nog veel meer.