

# Hoera, je **kleine spruit** is er!

Onze checklist gidst je doorheen de eerste weken na de geboorte



Reken  
voor jouw  
familie op

my  
family

GROEIPAKKET



Vlaamse uitbetaler  
Elk kind heeft recht op een Groeipakket.  
Je kiest zelf je uitbetaler. Veranderen kan na 1 jaar.  
[www.groeipakket.be](http://www.groeipakket.be)

# Eerst en vooral: een dikke proficiat!



## Ga de geboorte aangeven

Je krijgt na de bevalling een attest. Hiermee gaat één van beide ouders (indien de baby erkend is voor de geboorte) binnen de 15 dagen naar de burgerlijke stand van de geboorteplaats.

## Bouw voldoende rust in

Een baby is heel wat. Neem samen met je partner en eventuele broertjes of zusjes rustig de tijd om eraan te wennen.

## Besef dat je er niet alleen voor staat

Vrienden, familie, andere mama's, je huisarts... zullen je graag op weg helpen in dit 'nieuwe' leven. Is de wolk toch minder roze dan je je had voorgesteld? Zoek dan hulp bij je huisarts of psycholoog. Weet alvast: je bent niet alleen!

## Een nieuwe baby, dat verdient een feestje!

Champagne op de ziekenhuiskamer, kraambezoek thuis, het traditionele vat op café, de babyborrel... Allemaal op maat van de huidige coronamaatregelen, maar óók van jullie behoeften. Wees niet verlegen om mensen - beleefd - weg te sturen als het niet past.



Eindelijk,  
daar is  
jullie kleine  
ukkepuk.

Vanaf de geboorte, nu dus,  
ontvang je maandelijks  
het Groeipakket.