

100%

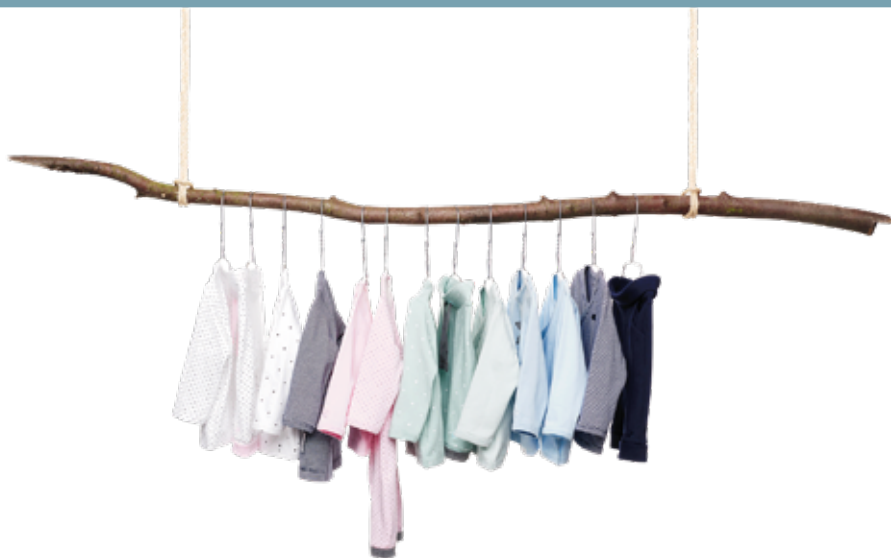
VOOR JOU

TIPS & TRICKS



voor de laatste weken van je
zwangerschap en de kraamtijd

bellyfashion.nl



Tip

**Volg ons op facebook of Instagram
voor de laatste trends: @bellyfashion.nl**

bellyfashion.nl - Willem Dreeslaan 36 - 2729 NH Zoetermeer
079-5939156 - www.bellyfashion.nl - info@bellyfashion.nl

bellyfashion.nl

DE LAATSTE WEKEN

Wat leuk dat je ons boekje ontvangen hebt!

Het grootste deel van je zwangerschap zit er op.
Hopelijk heb je de meeste kwaaltjes zoals misselijkheid en
bandenpijn achter de rug.

Dit laatste trimester van je zwangerschap is er één om te
genieten en uit te kijken naar de komst van je kleintje.

Dit boekje is het vervolg op ons populaire eerste boekje
'Tips en Tricks voor je zwangerschapsgarderobe'.

In dit vervolg boekje herhalen we belangrijke onderwerpen
en gaan we wat dieper in op zwangerschapskleding voor de
laatste weken, voedingsbh's en voedingskleding. Zo geven
we je tips over comfortabele kleding, ondersteuning van de
buik, waar je op moet letten bij het passen van een
voedingsbh, maar bijvoorbeeld ook over zoogcompressen en
een slanke look na de bevalling. Ook hebben we een
handige checklist voor je vluchtkoffer achterin staan.

Alles is natuurlijk in de winkel en webshop van Bellyfashion
te vinden. Heb je hulp nodig bij het bepalen van de juiste
maat, dan mag je ons altijd bellen of mailen.

Fijne kraamtijd!

bellyfashion.nl

A handwritten signature in dark blue ink that reads "Sashia". The signature is fluid and cursive, with a long horizontal stroke underneath the name.

COMFORT

In de laatste weken zit die skinny jeans die je aan het begin van je zwangerschap gekocht hebt soms toch niet zo lekker meer. Met die steeds groter wordende buik kan elk naadje of randje opeens in de weg zitten. Gelukkig is er ook voor deze periode fijne zwangerschapskleding te krijgen. Denk aan een jurkje waar veel rek in zit.



Draag je het liefst alleen nog maar zachte broeken, dan is in de zomer een jumpsuit misschien wat voor jou. In deze zeer comfortabele pakken kun je ook nog hip voor de dag komen.



LOUNGEWEAR

Kom je thuis na een lange werkdag, dan is er niets lekkerder dan je joggingbroek aan te trekken en je met een kop thee op de bank te settelen. In elke collectie zijn er nieuwe betaalbare setjes om heerlijk in te 'loungen'.



Tip

Koop de laatste weken van je zwangerschap kleding waarin je ook borstvoeding kunt geven. Zo heb je er extra lang plezier van.

STEUNTJE IN DE RUG

Je groter groeiende buik kan af en toe best zwaar zijn. Gelukkig is er ondersteunende kleding ontworpen die je helpt om deze 'last' te dragen.

DE SUPPORT SLIP

De support slip is voorzien van een licht ondersteunende band onder de buik. Vermindert lage rugklachten. Kan dag en nacht gedragen worden.



DE ONDERSTEUNENDE BUIKBAND

Buik en rug worden comfortabel licht ondersteund. Geschikt voor dagelijks gebruik en fijn tijdens het sporten. Gemaakt van naadloos elastisch microvezel. Je kunt deze banden bestellen op www.bellyfashion.nl/ondersteuning

DE BABYBELT OF OVERBELLY BUIKBAND

Ondersteunt bij zwaardere rug en bekkenklachten. Door klittenband is de band in breedte verstelbaar. Deze band wordt gedragen bij inspannende activiteiten, zoals langdurig staan of lopen en zorgt voor maximale ondersteuning.



Overleg met je verloskundige wanneer en hoe lang je deze band mag dragen.

Tip

VOEDINGSBH



Vanaf week 36 kun je een voedingsbh kopen. Meestal begin je met 2 voedingsbh's. Veel vrouwen kiezen voor een bh zonder beugel en een vrouwelijke (beugel) bh. Een bh zonder beugel is heel comfortabel tijdens de eerste dagen als je nog veel in bed ligt en last hebt van stuwing. Ga je er weer op uit dan voelen vrouwen zich vaak prettiger in een bh met een beugel, die er ook nog charmant uit ziet. Ook die hebben we voor je. Kijk maar eens op bellyfashion.nl/lingerie

Omdat je borsten in de laatste maand voor de bevalling al wat voormelk kunnen produceren is een bh zonder beugel ook erg fijn om in te slapen.



MET OF ZONDER BEUGEL?

Een voedingsbh met of zonder beugel is een persoonlijke keuze. De speciale beugel van een voedingsbh is zo ontworpen dat hij aan de zijkant van de borst richting de oksel loopt. Let er altijd op dat de beugel nooit knelt en de cup ruim genoeg is. Een te kleine bh kan melkkliertjes afsluiten. Voor elke cupmaat hebben we een goede ondersteunende bh met of zonder beugel.



Cup B t/m E



Cup D t/m K

ZO ZIT JE BH GOED:



Aan het eind van je zwangerschap koop je een bh op het laatste of één na laatste haakje. Na de bevalling wordt je omvang snel kleiner en moet de bh weer strakker kunnen. De omvang zit goed als de bh recht over de rug zit. Trekt de achterkant omhoog, dan is de omvang te groot. Let er ook op dat je de schouderbandjes goed instelt om de druk te verdelen.

De beugel steunt op je ribbenkast naast de borst.

De beugels zitten tussen de borsten tegen het borstbeen.

Kijk nu of de cup mooi om de borst valt.

De bh mag nergens in de borst drukken.

Meer advies nodig? Mail ons of kom naar de winkel in Zoetermeer, hier helpen we je graag!



TIP

Kijk of je hand in de cup erbij past.

Zo heb je nog voldoende ruimte om te groeien

na de bevalling en voor de zoogcompressen.



SAAI?

We hebben een zeer ruime keus in voedingsbh's voor je in omvang 65 t/m 100 van cup A t/m K. Er zijn basic bh's vanaf €29,99 en we hebben ook prachtige lingerie om je naast moeder weer op en top vrouw te voelen. Bekijk de hele collectie op bellyfashion.nl/lingerie

ZOOGCOMPRESSSEN

Tijdens de zwangerschap worden je borsten voorbereid op het geven van borstvoeding. Dit zorgt ervoor dat je melkklieren en dus ook je borsten groeien. Schrik niet als je in de laatste maand van je zwangerschap lekkende borsten krijgt. Gelukkig zijn er vele oplossingen tegen natte plekken in je bh. Zo zijn er diverse wegwerp zoogcompressen verkrijgbaar. Let er wel op dat goedkope compressen pluisjes kunnen achterlaten op je tepel wat na je bevalling niet zo prettig is voor je baby. Oriënteer je ook eens op milieuvriendelijke compressen.



ZOOGCOMPRESSSEN VAN KATOEN OF ZIJDE

Deze zoogcompressen zijn uitwasbaar en dus keer op keer te gebruiken. Katoen is goed ademend en zijde versnelt de genezing van eventuele tepelkloofjes.

Was deze zoogcompressen voor gebruik eerst een aantal keer om de vochtopnemende waarde te vergroten. Ook verkrijgbaar in het zwart.

Tip

CURVES

Ideaal zijn de Curves! Dit zijn voorgevormde wasbare zoogcompressen die lang mee gaan en je niet bij iedere voeding hoeft te wisselen. Lees alle voordelen van de curves op onze website: bellyfashion.nl/curves



Tip

Uitwasbare zoogcompressen zijn na een maand voeden al goedkoper dan wegwerpcompressen en ook nog eens goed voor het milieu!





NACHTKLEDING

Slaap je het liefst in een t-shirt, een complete pyjama of een nachthemd? Mix en match jouw ideale nachtkleding. De uitgebreide collectie nachtkleding heeft voor ieder wat wils. Gemakkelijk te bestellen op bellyfashion.nl/nachtkleding



Beval je in het ziekenhuis?
Denk dan aan een fijn nachthemd.
Zo kun je discreet rondlopen tijdens de bevalling.



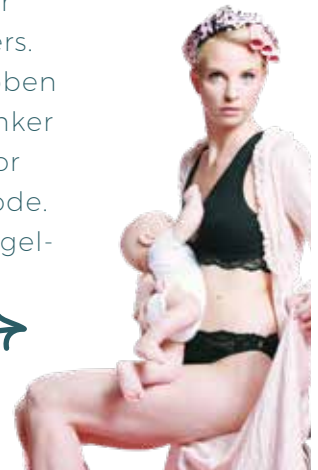
LINGERIE VOOR 'S NACHTS

Cup C t/m H



Om je zoogcompressen op zijn plek te houden zijn er verschillende nachtbustiers. Voor iedere cupmaat hebben we een prettige bh. De linker bh is ook super comfy voor thuis en de stuwingsperiode. Draag 's nachts geen beugel-bh!

Cup A t/m D



VOEDINGSKLEDING

De afgelopen jaren is (borst)voedingskleding steeds populairder geworden. Modeontwerpers hebben creatieve oplossingen op de markt gebracht om makkelijk te kunnen voeden. Van ritsjes tot drukknopen en overlappende stoffen die omhoog of omlaag kunnen. Kijk wat jij prettig en mooi vindt, dat is vaak heel persoonlijk.



Vaak is er een dubbele laag stof gebruikt waardoor je borst grotendeels bedekt blijft en je discreet kunt voeden. Zo hoef je niet je hele shirt omhoog te doen. Dat maakt voeden in het openbaar een stuk makkelijker. Niet alleen voor jezelf, maar ook voor de mensen om je heen.



GROTE CUPMAAT?

**Kies dan voor shirts van viscose.
Deze rekken beter mee.**

FEESTJE?

Wordt er voor jou een babyshower georganiseerd, geef je na de bevalling een kraamfeest of gaat er iemand trouwen rond je uitgerekende datum? Dan wil je er natuurlijk stralend uitzien. Kijk eens naar onze uitgebreide collectie feestjurkjes op bellyfashion.nl/party. Kies in de laatste weken van je zwangerschap voor een jurkje waarin je ook zou kunnen voeden. Zo heb je langer plezier van jouw feestelijke aankoop.

Tip

Maak je outfit extra feestelijk met een mooi satijnen lint.



BASICS & NIEUWSTE TRENDS

Of je nu op zoek bent naar een basic topje of een hip shirt. We hebben een groot assortiment in voedingskleding. Alles is gemakkelijk te bestellen via onze website of te passen in onze winkel in Zoetermeer.



Tip

Kijk altijd even op www.bellyfashion.nl/live voordat je langs komt. We hebben wisselende openingstijden.

EEN SLANKE LOOK

SLUITBAND

Na de bevalling heb je vaak het gevoel van een grote lege buik. Om daar direct steun aan te geven raden wij een sluitband aan. Deze band van elastisch materiaal en klittenband kun je meteen na de bevalling omdoen en geeft steun aan rug en buik. Je mag de sluitband de eerste tijd dag en nacht dragen en daarna wanneer je er behoefte aan hebt. Bestel eenvoudig op bellyfashion.nl/sluitband



Tip

Doe de sluitband in je 'vluchtbox' dan kun je hem meteen na de bevalling gebruiken.

AFTER BIRTH SHAPE LEGGING

Deze comfortabele legging is gemaakt van een dikke seamless kwaliteit. Je buik wordt strak ingepakt door een dubbele laag stof. Bovenaan zit een anti-slip randje zodat de legging niet afzakt. De stevige winterse kwaliteit van de legging zorgt voor een prachtig slank resultaat.



CONTROL TOP

De control top zit strak rond je buik, geeft lichte ondersteuning aan je rug en heeft een handige voedingsopening. Je draagt de control top over je eigen bh.



NA DE BEVALLING

AFTER BIRTH JEGGING

Deze geweldige uitvinding verstopt het overgebleven buikje achter de hoge band van heerlijke stretch jeans. De elastische stukken zorgen ervoor dat de broek na het verdwijnen van dit buikje nog steeds keurig aansluit. Elk seizoen hebben we deze broek in nieuwe kleuren en wassing.

VOEDINGSSHIRTS

Door het gebruik van laagjes of plooitjes verhullen veel voedingshirts je nog overgebleven buikje. Je kunt er ook nog gemakkelijk én discreet in voeden!



Bekijk snel onze shapewear op
www.bellyfashion.nl/shapewear

DISCREET VOEDEN?

Wil je je kindje ongestoord en discreet overall borstvoeding kunnen geven? Dan is deze uddercover iets voor jou! Door de buigzame balein blijft het doek aan de bovenkant openstaan zodat je contact houdt met je baby. Ook fijn om je kindje buiten te beschermen tegen de zon en wind.



BABYKLEDING



WELKE MAAT KOOP JE?

De meeste baby's passen na de geboorte het beste in maat 50. Zijn je partner en jij langer dan gemiddeld, dan kun je beter de eerste pakjes in maat 56 kopen. De maat komt overeen met het aantal cm's van je kindje. Maat 56 is voor kindjes van 50 tot 56 cm.

SHIRTS MET OVERSLAG

Voor de kleinste maatjes is het fijn om shirts te hebben met een overslag. Deze maak je open op de commode en dan leg je je kindje er zo in zonder het shirt over het hoofd te hoeven trekken.



SCHATTIGE BOXPAKJES

In de eerste maanden ligt je kindje veel in zijn wiegje of in de box. Een boxpakje zit dan het lekkerst. Zo heeft je baby geen last van dubbele randjes of omhoog kruipende shirtjes.

Bestel jouw favoriete kleertjes nu snel op:
www.bellyfashion.nl/babykleding



CHECKLIST

voor je vluchtkoffer

Voor jou:

- | | |
|---|--|
| ☐ pyjama of bevallings-shirt | ☐ tandenborstel & -pasta |
| ☐ warme sokken | ☐ watten en de-make-up |
| ☐ (voedings-)kleding | ☐ dag-/nachtcreme |
| ☐ extra setje nachtkleding | ☐ lippenbalsem |
| ☐ ondergoed | ☐ deodorant |
| ☐ (voedings-)bh | ☐ kam/borstel & elastiekjes |
| ☐ zoogcompressen | ☐ bril of lenzen |
| ☐ badjas | ☐ make-up (voor de foto's!) |
| ☐ pantoffels | ☐ tussendoortje & drinken |
| ☐ sluitband | ☐ waszak |

Voor je baby:

- | | |
|--|---|
| ☐ 2 rompertjes | ☐ jasje |
| ☐ 2 setjes kleding mt 50/56 | ☐ new born luiers |
| ☐ 2 mutsjes | ☐ billendoekjes |
| ☐ sokjes | ☐ omslagdoek of dekentje |
| | ☐ autostoeltje |

Ook niet vergeten:

- | | |
|---|---|
| ☐ verzekeringspas | ☐ mobiel en oplader |
| ☐ identiteitsbewijs | ☐ fototoestel (opgeladen!) |
| ☐ zwangerschapskaart | ☐ contant geld & pinpas |
| ☐ telefoonlijst in je mobiel | ☐ vluchttas voor je partner! |

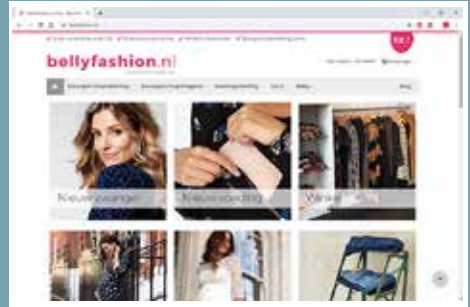
SHOPPEN!

DE WEBSHOP

Nieuwsgierig geworden? Bekijk en bestel gemakkelijk in onze webshop.

- Veel keus
- Géén verzendkosten
- Gratis retour
- Snelle levering

www.bellyfashion.nl



DE WINKEL

Een bezoek aan onze winkel in Zoetermeer is zeker een ritje waard. We hebben zo veel keus, dat je nooit voor niets komt. Alles uit de webshop kan hier gepast worden.

“Ontspannen winkel met hippe kleding waar je rustig kunt passen en de medewerkers echt goed weten hoe de kleding valt. Je krijgt eerlijk en oprecht advies en persoonlijke aandacht”

Tip

Kijk altijd goed op de website naar onze wisselende openingstijden: www.bellyfashion.nl/live

bellyfashion.nl - Willem Dreeslaan 36 - 2729NH Zoetermeer
079-5939156 - www.bellyfashion.nl - info@bellyfashion.nl