

Je relatie na het verlies van je baby



stille levens

Kenniscentrum Babysterfte

“Toen onze zoon overleed, stond onze wereld op z’n kop. We dachten elkaar goed te kennen en te begrijpen, maar nu was alles één grote vraag. We wilden zo graag samen zijn en elkaar beschermen, maar het was niet zo gemakkelijk als het leek.”

Aukje



Inhoud

Inleiding	7
1. Omgaan met het verlies van je baby	8
1.1 Iedereen reageert anders	8
1.2 Praten en luisteren	10
2. Intimiteit na het overlijden van je baby	11
2.1 Het houden van lichamelijk contact	11
2.2 Het houden van emotioneel contact	12
3. Het weer hebben van seks	13
3.1 Praten over seks	13
3.2 Lichamelijke factoren	14
3.3 Emotionele factoren	15
3.4 Voorbehoedsmiddelen	16
4. Je gevoelens uiten naar elkaar	17
4.1 Sombor en een negatief zelfbeeld	17
4.2 Schuldgevoelens	18
5. Opnieuw zwanger?	19
5.1 Het juiste moment	19
5.2 Zal het wel lukken?	20
5.3 Angst voor een nieuwe zwangerschap	21
5.4 De mening van anderen	21
Stille Levens	22
Over ons	
Brochures	
Doneer aan Stille Levens	
Disclaimer	24



Inleiding

De rouw na het verlies van je baby heeft invloed op ieder aspect van je leven. Het heeft zeker ook impact op je relatie. Het is onnatuurlijk als je kind eerder overlijdt dan jijzelf. Naast het intense verdriet over dit verlies moet je vervolgens veel niet alledaagse keuzes maken. Je verwacht dat je partner je steunt en begrijpt in deze moeilijke fase, maar bij het verlies van je baby zijn jullie allebei in rouw. En dat terwijl rouwen een individueel proces is. Daarom is het niet vanzelfsprekend dat je elkaar voldoende steun kan bieden.

De inhoud van deze brochure is gebaseerd op wettelijke regelingen, literatuur en op ervaringsdeskundigheid van ouders en zorgverleners. Stille Levens, het kenniscentrum babysterfte, heeft al deze informatie voor je verzameld en gebundeld. Op de website en in diverse brochures lees je waar je mee te maken krijgt als je baby overlijdt.

Kijk voor meer informatie over Stille Levens op www.stillelevens.nl

In de brochure wordt altijd het enkelvoud 'baby' gebruikt. Dit kan natuurlijk meervoud zijn voor de ouders die in verwachting zijn van een meerling en meer dan één baby verliezen. Daarnaast wordt de 'hij'-vorm gebruikt waar uiteraard ook 'zij' kan worden gelezen. Er wordt soms gesproken over 'de vader' terwijl je hier ook 'de partner' kunt lezen.

Deze brochure komt niet in de plaats van de ondersteuning door professionals. Stel hen alle vragen die je hebt en vraag door tot al je vragen beantwoord zijn.



1. Omgaan met het verlies van je baby

1.1 Iedereen reageert anders

Iedereen reageert anders op het overlijden van een dierbare. Het kan zijn dat je partner heel anders reageert dan jij. Misschien voel je je boos, onmachtig of verdrietig. Misschien heb je last van malende gedachten, zoek je overal afleiding in activiteiten of voel je je juist lamgeslagen en kun je helemaal niks meer. Diepe rouw kan bijvoorbeeld leiden tot slaaptekort, minder eetlust en minder zin in intimiteit en vrijen. Wellicht verwacht je dat je partner je geruststelt en helpt met het verwerken van je verdriet. Je partner is echter zelf ook verdrietig, en dan is het soms moeilijk om iemand anders goed te ondersteunen.

'Wij rouwden allebei op een andere manier. Dit betekende ook dat wij allebei andere hulp nodig hadden.' – **Chantal**

Rouw komt en gaat in golfbewegingen. Er is geen uitgestippeld pad. Over het algemeen tonen moeders hun verdriet openlijker. Vaders laten hun verdriet vaak niet aan de omgeving zien. Daarnaast zal het verlies voor een moeder misschien anders voelen dan voor een vader. Een moeder had immers al langer een fysieke band met de baby en daarnaast moet zij herstellen van de bevalling. Een vader heeft dat niet. Door een andere manier van rouwen voelt één van de partners zich misschien onbegrepen, of kan er miscommunicatie ontstaan. Als het moeilijk is om elkaar in het verdriet te vinden, kunnen



er spanningen in de relatie ontstaan. Het is belangrijk dat je beseft dat deze spanningen het gevolg (kunnen) zijn van een verschillend rouwproces.

Uit onderzoek blijkt dat mannen en vrouwen anders rouwen. Als je het vaders vraagt, geven zij aan dat ze vinden dat moeders intenser rouwen. Vaak vindt de vader na verloop van tijd dat het gezin en het huishouden weer door moeten gaan. Ze verwachten op den duur van hun partner dat zij ook het leven weer oppakt. Sommige van deze vaders cijferen zichzelf dan weg om hun partner weer op de been te krijgen. Juist deze mannen hebben meer kans op blijvende problemen. Een ander verschil is dat vaders vaak meer gericht zijn op het oplossen van problemen. Rolpatronen kunnen eveneens een rol spelen, zoals de gedachte dat mannen sterk moeten zijn. Mannen kunnen daardoor soms moeilijker hun gevoelens uiten.

Sommige moeders voelen zich erg kwetsbaar. Ook jaren na het overlijden van hun baby hebben ze nog het gevoel de controle over hun leven kwijt te zijn. Dat zorgt dan voor overbezorgdheid richting hun andere kinderen. Veel van deze moeders proberen dan continu om niet al te bezorgd of te beschermend te zijn.

Uit verschillende onderzoeken blijkt dat zowel vaders als moeders hun leven uiteindelijk weer oppakken. Wel blijven sommige moeders het gevoel houden dat het leven onvoorspelbaar en vol risico's is. Voor hen kost het soms moeite om vertrouwen in de toekomst te hebben.



1.2 Praten en luisteren

Het is belangrijk om te begrijpen hoe je partner zich voelt. Probeer tijd te maken om met elkaar te praten. Door goed naar elkaar te luisteren en de verschillen te accepteren, ontstaan er minder snel misverstanden.

Toen onze zoon overleed, stond onze wereld op z'n kop. We dachten elkaar goed te kennen en te begrijpen, maar nu was alles één grote vraag. We wilden zo graag samen zijn en elkaar beschermen, maar het was niet zo gemakkelijk als het leek.' – Aukje

Praten en luisteren naar elkaar is niet altijd gemakkelijk. Het is soms moeilijk voor iemand om onder woorden te brengen hoe hij/zij zich voelt, terwijl de ander dat bijvoorbeeld juist wel goed kan. Ook proberen we soms onze gevoelens voor de ander te verstoppen om de ander niet nog meer pijn te doen. Het is moeilijk om elkaars pijn te zien.

'Ik dacht dat mijn partner uit zichzelf wel wist hoe ik me voelde of wat ik dacht. Ik vond het moeilijk om het aan hem te vertellen. Als je moeite hebt om met je partner te praten, omdat je je schaamt, of omdat je denkt dat het raar is, kun je het misschien opschrijven.' – Nienke

Het kan helpen om samen hulp te zoeken in deze moeilijke tijd. Denk bijvoorbeeld aan een zelfhulpgroep, of een vriend of vriendin die goed kan luisteren. Soms helpt het om je gevoelens te vertellen aan iemand die niet direct bij jullie situatie betrokken is.



2. Intimiteit na het overlijden van je baby

2.1 Het houden van lichamelijk contact

Wanneer je verdrietig bent en alles ondraaglijk lijkt, helpt het soms als de ander je gewoon even vasthoudt. Toch kan het zo zijn dat je lichamelijk contact volledig vermijdt. Dit ontnemt de troost die een aanraking, een knuffel of het vasthouden van een hand, jullie kan geven.

Probeer samen te bespreken dat een kus of een knuffel niet direct iets seksueels hoeft te betekenen. Het zijn manieren om elkaar gerust te stellen, om elkaar te helpen of het samenzijn te benadrukken. Misschien kunnen jullie afspreken dat jullie elkaar een paar keer per dag knuffelen, zelfs als je hier op een dag even geen zin in hebt. Je kunt ook afspreken dat jullie elkaar vragen om een knuffel als één van jullie die nodig heeft. Je kunt de ander natuurlijk ook gewoon een knuffel aanbieden, wanneer je ziet dat hij of zij wel een knuffel kan gebruiken.

'In het begin betekende een knuffel veel voor mij. Het zorgde ervoor dat ik mij dichterbij haar voelde zonder dat er meteen seks verwacht werd. We vielen vaak in elkaars armen in slaap.' – Tom

Wanneer jullie een tijdje geen lichamelijk contact hebben, kan het moeilijker zijn om hier weer mee te beginnen. Probeer het toch te doen. Want alleen al een knuffel, een kus, of het vasthouden van elkaars hand, maakt het ook makkelijker om later weer seks te hebben.



2.2 Het houden van emotioneel contact

Ook als je het moeilijk hebt, blijft het belangrijk om elkaar te vertellen dat jullie elkaar waarderen en van elkaar houden. Probeer samen dingen te doen die jullie altijd leuk vonden, zoals uit eten gaan, een wandeling maken, een film of serie kijken, of naar het theater gaan. Misschien is het in het begin moeilijk om deze dingen weer te doen en geeft het je het gevoel dat je je baby bent vergeten. Probeer te onthouden dat je baby altijd een belangrijk deel zal uitmaken van je leven en van jullie relatie. Het doen van leuke dingen zal dit niet beïnvloeden.



3. Het weer hebben van seks

3.1 Praten over seks

Ondanks dat seks zo intiem is, praten veel stellen er niet over. Vaak verwachten mensen dat hun partner wel weet waar zij behoefte aan hebben en wat ze fijn vinden. Soms vergeten we dat het erg moeilijk is om in te schatten wat de ander denkt of vindt, en misschien is dit nog wel moeilijker als je allebei in rouw bent.

Mogelijk is het makkelijker om over seks te praten als je dit voor het overlijden van je baby ook al goed kon. Maar misschien waren jullie niet gewend om over seks te praten en dan kan het nu nog moeilijker zijn. Voor je relatie is het wel erg belangrijk om te weten wat de seksuele behoeften en wensen van je partner zijn.

Het komt vaak voor dat rouwende ouders verschillende verwachtingen en gevoelens hebben over seks. De één ziet seks bijvoorbeeld als een manier om zich met elkaar te verbinden, terwijl de ander zich juist eerst wil verbinden met elkaar, voordat er weer seks mogelijk is.

‘Onze fysieke behoeften waren totaal verschillend. Ik wilde gewoon dat hij mij vasthield en geruststelde, maar ik wilde geen seks hebben. Mijn man had juist seks nodig om hem gerust te stellen en te troosten.’ – Bernadette

Ben je nog niet in staat om alweer seks te hebben? Dan is het belangrijk je partner te vertellen hoe je je voelt. Vertel je partner dat het met jezelf te maken heeft, en dat het niet door hem of haar komt. Hierdoor voelt je partner zich niet afgewezen. Het helpt je misschien om te weten dat veel stellen tijdelijk seksuele moeilijkheden hebben, en dat deze meestal weer overgaan.



3.2 Lichamelijke factoren

'Negen maanden had onze zoon veilig in mijn buik geleefd. Een week na zijn geboorte overleed hij. Toen mijn man en ik kort daarna voor het eerst seks hadden, was ik mij ervan bewust dat de plek in mijn buik vanaf dat moment ingenomen kon worden door een ander kind. Mijn overleden zoon voelde zo ver weg, mijn buik was nog zo zijn plekje. Het voelde verwarrend. Als hij was blijven leven, hadden we nooit zo snel weer geprobeerd om zwanger te worden.' – **Gwendolyn**

Bij veel stellen verandert de seksuele relatie na het krijgen van een baby, tenminste voor een tijdje. Sommige vrouwen, en ook mannen, hebben minder zin in seks dan voorheen. Daarnaast krijgen vrouwen vaak te maken met vermoeidheid, zere borsten, pijn, hechtingen of de gevolgen van een keizersnee.

Na iedere bevalling is het belangrijk om een goede hygiëne te hebben, te wachten met seks tot de baarmoeder volledig hersteld is en het bloedverlies is gestopt. Tot dan zou seks een infectie kunnen geven. De herstelperiode is ongeveer zes weken. Dat betekent niet dat iedereen na deze zes weken al weer toe is aan seks. Er is geen goed of slecht moment om weer met seks te beginnen. Het is belangrijk dat je er allebei lichamelijk en psychisch klaar voor bent.

'Voor het eerst vrijen met mijn man, nadat ik bevallen was van onze overleden zoon, was fijn maar tegelijkertijd zo ontzettend raar. Het leven ging door terwijl ik kort daarvoor nog een dood kind in mijn buik had. Dat dat allemaal gebeurde met mijn lijf, dat kon ik eigenlijk niet bevatten.' – **Marleen**



3.3 Emotionele factoren

Je gevoelens over het weer beginnen met seks kunnen gecompliceerd zijn. En ze zijn voor iedereen anders. Het is goed om te beseffen dat onderstaande gevoelens en reacties erbij kunnen horen, hoewel ze natuurlijk niet voor iedereen gelden. Er bestaat geen goed of fout. En hoe je je ook voelt: je bent zeker niet de enige.

Sommige mensen hebben een tijd lang geen seksuele behoeften. Als hun partner wel behoefte heeft aan seks, zijn zij soms geneigd om ja te zeggen, terwijl ze hier eigenlijk nog niet aan toe zijn.

'Ik had nog totaal geen behoefte aan seks. Ik voelde mij toch verplicht aan mijn man om seks met hem te hebben, om hem die lichamelijke troost te geven. Toen deed ik alsof ik zin had en vervulde zijn behoefte.' – **Amber**

'We hadden geen seks meer gehad vanaf het moment dat ik ontdekte dat ik zwanger was van onze dochter. Tijdens de seks bleef ik maar denken dat we onze dochter maakten, de laatste keer dat we dit deden.' – **Tamar**

Het hebben van seks betekent niet dat de rouw is afgenomen, of dat alles weer terug is bij het normale. Vaak zijn mannen eerder toe aan seks dan vrouwen, maar dit geldt zeker niet voor iedereen. Ook mannen ontwijken seks, bijvoorbeeld omdat ze er emotioneel nog niet aan toe zijn, of omdat ze bang zijn dat seks nog pijn doet na de bevalling.

'Ik wilde mij graag dichtbij haar voelen na het verlies van onze baby. Maar ik was ook bang om mij tot haar aangetrokken te voelen, omdat ik niet wist hoe zij hierop zou reageren. Ik was bang voor een afwijzing.' – **Koen**



Het is lastig wanneer één van de partners klaar is voor seks, maar de ander nog niet. Dit kan aanvoelen als een afwijzing. Probeer aan je partner duidelijk te maken dat je nog steeds van je partner houdt, dat je graag bij hem of haar wilt zijn, maar dat je gewoon nog niet klaar bent voor seks. Het kan helpen om uit te leggen hoe je je voelt en waarom je op dit moment nog geen seks wilt of kunt hebben. Misschien kunnen jullie wel andere manieren van lichamelijk contact proberen, zoals een knuffel of een kus.

Plezier maken betekent niet dat je je baby vergeet, of niet langer om hem of haar geeft. Probeer te bedenken dat het goed is om te genieten van seks en andere dingen in het leven, ook in tijden van rouw.

Als de bevalling traumatisch was, of als moeder in levensgevaar is geweest, kan dit het weer hebben van seks belemmeren. Het is verstandig om professionele hulp in te schakelen als één van jullie hier last van blijft houden.

3.4 Voorbehoedsmiddelen

Gynaecologen en verloskundigen adviseren overigens om niet eerder dan zes weken na de bevalling weer seks te hebben. Na die zes weken is de baarmoeder weer hersteld en is het bloedverlies meestal gestopt. Je kan snel na een bevalling opnieuw zwanger worden. Wil je dat (nog) niet, gebruik dan een voorbehoedsmiddel. Bespreek dit met de verloskundige of (huis)arts. Hij of zij kan jullie adviseren welk voorbehoedsmiddel het beste bij jullie situatie past.



4. Je gevoelens uiten naar elkaar

4.1 Sombere en een negatief zelfbeeld

Het is normaal dat je bij rouw last hebt van sombere gevoelens en gedachten. Dat betekent niet dat je meteen een echte depressie hebt. Zwarte gedachten kunnen bij rouw horen. Meestal nemen de depressieve gevoelens op den duur weer af. Houd je erg lang last van depressieve gevoelens? Dan is het misschien goed om hiervoor hulp te zoeken, want soms is er wel sprake van een echte depressie. Zowel vaders als moeders kunnen last krijgen van een negatief zelfbeeld of een (postpartum) depressie ontwikkelen. Sombere gevoelens en gedachten kunnen belemmerend werken voor een goede intieme relatie.

'Ik haatte mijzelf en ik gaf mijzelf de schuld, ik kon mijzelf niet eens in de spiegel aankijken. Ik verafschuwde mijn lichaam, hoe ik eruitzag en hoe ik mij voelde. Mijn dochter was overleden en ik kon er niets aan doen. Ik kon haar niet beschermen.' – **Julie**

Het is belangrijk dat je elkaar blijft vertellen dat de ander nog steeds geliefd en gewild is. Help je partner om het zelfvertrouwen terug te winnen. Als je het gevoel hebt dat je partner misschien een depressie heeft, bespreek dit dan en schakel eventueel hulp in.



4.2 Schuldgevoelens

Het kan zijn dat je je schuldig voelt over het overlijden van je baby. Dat je ergens het gevoel hebt dat je iets had kunnen doen waardoor dit grote verlies voorkomen had kunnen worden. Het voelt misschien alsof je gefaald hebt in het ouderschap, dat je je baby onvoldoende hebt kunnen beschermen. Er is een groot verschil tussen schuldig voelen en schuldig zijn. Schuldgevoelens zijn menselijk, maar bijna altijd onterecht en irreal. Dat wil niet zeggen dat je ze niet mag benoemen. Schuldgevoelens kunnen je kwellen en je zelfbeeld ondermijnen en het is goed om erover te praten. Een schuldgevoel kan alleen weggenomen worden door degene die zelf het schuldgevoel ervaart. Als je daar zelf niet uitkomt, kun je hier voor hulp inschakelen.



5. Opnieuw zwanger?

De beslissing om opnieuw zwanger te worden, is erg persoonlijk. Voor sommigen is het niet mogelijk om medische of persoonlijke redenen. Voor veel stellen is deze mogelijkheid er wel, maar desondanks kan de keuze moeilijk zijn. Er kunnen veel verschillende dingen zijn om rekening mee te houden en het is belangrijk om er goed met elkaar over te praten.

5.1 Het juiste moment

Er is geen goed of slecht moment voor een nieuwe zwangerschap, maar het is verstandig om in elk geval te wachten tot je volledig lichamelijk hersteld bent van de bevalling en tenminste één keer gemenstrueerd hebt. Het is goed om te beseffen dat het voor jou anders kan voelen dan voor je partner. Misschien ben jij eerder toe aan een nieuwe zwangerschap, misschien ben je er juist nog helemaal niet mee bezig. Bespreek dat met elkaar.

Omdat rond de geboortedag en de sterfdag van de baby sterke gevoelens van rouw op kunnen leven, denken sommige mensen dat het beter is om niet in deze periode uitgerekend te zijn. Daarnaast organiseren ouders dan vaak iets om hun overleden baby te gedenken. Dit zijn verdrietige dagen en vaak zijn ze moeilijk te combineren met de komst van een nieuwe baby en met zijn of haar verjaardag in de toekomst.

'Ik wist meteen dat ik nog een kind zou willen. Dat wilde ik niet om onze baby te vervangen, maar omdat ik mij als moeder compleet verloren voelde zo zonder baby.' – Anne



5.2 Zal het wel lukken?

De eerste menstruatie kan vanaf zes weken na de bevalling komen, maar het kan ook nog maanden wegblijven. Ongeveer twee weken voordat je ongesteld wordt, vindt de eisprong plaats. Daardoor kun je al vruchtbaar zijn zonder dat je het weet. Als je geen borstvoeding geeft, kun je al vanaf drie weken na de bevalling weer vruchtbaar zijn.

Je kunt je onzeker voelen of je nog wel opnieuw zwanger kunt worden. Bespreek je onzekerheid dan met je arts of verloskundige. Meestal is er geen medische reden dat je niet meer zwanger kunt worden, en de arts of verloskundige kan je hierin geruststellen. Gemiddeld heb je iedere maand zo'n 20 procent kans om zwanger te worden. Deze kans hangt ook af van je leeftijd. De meeste stellen doen er dus wel een tijdje over om zwanger te worden.

'Na het overlijden van mijn zoon wilde ik zo snel mogelijk weer zwanger worden, maar ik was het vertrouwen in mijn lichaam kwijt. Ik vond het fijn om ovulatietests te gebruiken. Hierdoor leerde ik mijn cyclus weer kennen na mijn zwangerschap die zo plotseling ophield, en het gaf me ook een gevoel van controle in die vreselijk onzekere situatie.' – Juul



5.3 Angst voor een nieuwe zwangerschap

'We willen allebei graag opnieuw zwanger worden, maar we zijn ontzettend bang om nog een baby te verliezen. Dit is nog steeds van invloed als we seks hebben.' – **Aisha**

Een nieuwe zwangerschap na het overlijden van een baby kan stressvol zijn. Je weet uit eigen ervaring wat er allemaal mis kan gaan. En je weet hoe het voelt als dit gebeurt. Opnieuw zwanger zijn, houdt in dat je je ook openstelt voor de kans dat het misgaat.

Het kan zijn dat één van de ouders bang is dat seks schadelijk is voor de baby in de buik. Deze angst kan ervoor zorgen dat jullie tijdens de zwangerschap geen seks durven hebben. Gelukkig geeft seks bijna nooit een risico voor de baby. Twijfel je hier toch over? Vraag het dan aan je verloskundige of arts.

5.4 De mening van anderen

Vrienden en familie geven misschien 'tips' over een nieuwe zwangerschap. De een zal je aanmoedigen snel een nieuwe baby te krijgen. Zij gaan er soms van uit dat dit zal helpen in de rouwverwerking, of dat een andere baby de overleden baby op de één of andere manier zal vervangen. Iemand anders raadt je misschien aan om lang te wachten met een nieuwe zwangerschap, omdat je de tijd moet nemen om te rouwen. In alle gevallen geldt dat alleen jijzelf kunt bepalen wanneer jij en je partner er klaar voor zijn. Je kunt de tips ter harte nemen, maar het is en blijft je eigen keuze.

'Veel mensen zeiden dat we maar moesten proberen opnieuw zwanger te worden, maar voor ons was het belangrijk dat wij hier eerst klaar voor waren en onze tijd hadden genomen om te rouwen.'
– **Patrick**



Stille Levens

Over ons

Stille Levens biedt informatie en steun aan ouders, andere betrokkenen en zorgverleners bij het overlijden van een baby rond de geboorte.

Wij zijn onafhankelijk en neutraal. Ook stimuleren we onderzoek rond babysterfte en de impact daarvan.

Stille Levens gelooft in de kracht van ouders. Kracht om de ingrijpende gevolgen van het overlijden van hun baby te verweven in hun leven. Wij helpen ouders bij het ontwikkelen van deze kracht, die hen helpt bij het herstelproces. Dat doen we door informatie te delen, steun te geven en door aandacht te geven aan alles wat met babysterfte te maken heeft.

Stille Levens is een stichting die uitsluitend werkt met vrijwilligers. We hebben geen betaalde functies. Onze bestuursleden zijn ervaringsdeskundige ouders en zorgverleners uit de geboortezorg. Met onze gezamenlijke kennis en kunde zijn we in staat de meest uitgebreide informatie te geven.

www.stillelevens.nl

Literatuur

- Matznetter, B. (2014). Samen verder na verlies van een kind. Uitgeverij: Ten Have.
- Rietberg, J. en Pel, M. (2014). Altijd een kind te kort. Uitgeverij: Dair etc.



Brochures

Ga naar www.stillelevens.nl voor brochures met de volgende titels:

- Afscheid nemen van je baby
- De uitvaart van je baby
- Je relatie na het verlies van je baby
- Onderzoek na het overlijden van je baby
- Kinderen ondersteunen na het verlies van je baby
- Weer aan het werk na het verlies van je baby
- Verdriet van lang geleden
- Voor grootouders
- Voor vaders
- Voor familie en vrienden
- Zwangerschapsbeëindiging bij een gewenste baby
- Voor collega's en werkgever
- Zwangerschap na het verlies van je baby
- Voor ouders van een meerling

Doneer aan Stille Levens

Brochures worden aan ouders gratis ter beschikking gesteld. Het ontwikkelen en actualiseren van professioneel geschreven brochures met betrouwbare informatie kost tijd en geld. Steun Stille Levens en zorg ervoor dat we jou en andere ouders ook in de toekomst van goede informatie kunnen blijven voorzien.

Alle donaties zijn van harte welkom:
IBAN NL 17 ABNA 0837 34 79 04 t.n.v. Stille Levens.

Scan onderstaande QR code of kijk op www.stillelevens.nl voor de verschillende donatiemogelijkheden.





Disclaimer

Uitsluiting aansprakelijkheid

Hoewel de informatie in de brochure met uiterste zorg is samengesteld en Stille Levens® deze informatie steeds zo actueel, volledig en nauwkeurig mogelijk tracht te houden, kunnen aan deze informatie geen rechten worden ontleend. Stille Levens® aanvaardt geen enkele aansprakelijkheid voor mogelijke fouten en tekortkomingen in de brochure. Wijzigingen en correcties zijn voorbehouden. Kom je een fout tegen of heb je vragen, dan kun je per e-mail contact opnemen via info@stillelevens.nl

Intellectuele eigendomsrechten

Stille Levens® bezit alle intellectuele eigendomsrechten op de teksten, vormgeving en illustraties. Gebruik van de informatie van deze brochure is alleen toegestaan na goedkeuring van Stille Levens®. Het is uitdrukkelijk niet toegestaan auteursrechtelijke informatie uit deze brochure voor commerciële doeleinden openbaar te maken en/of te verveelvoudigen, zonder de voorafgaande schriftelijke toestemming van Stille Levens®.

Informatie van derden

Stille Levens® is niet verantwoordelijk voor de inhoud en/of juistheid van de in deze brochure door derden geplaatsten teksten, afbeeldingen of hyperlinks.



stille levens

Kenniscentrum Babysterfte