

# WIE IS ONZE SLAAPCOACH?

---

Debbie Verhoeven is pedagogisch teamleider in een Leuvense kinderopvang en slaapcoach. Ze is mama van Lucas en Noah.

In 2020 zette Debbie de stap om ouders met jonge kinderen op een liefdevolle, milde en begripvolle manier te begeleiden naar meer slaap voor het hele gezin. Dat doet ze op maat van jouw gezinssituatie en met begrip voor iedere opvoedingsstijl.

*Deze publicatie is een uitgave van slaapcoach  
Debbie Verhoeven, in samenwerking met  
de dienst communicatie van het Regionaal  
Ziekenhuis Heilig Hart Leuven.  
Datum van afwerking: september 2023*

*Alle rechten voorbehouden  
Niets uit deze uitgave mag worden gekopieerd  
en/of verspreid zonder schriftelijke toestemming  
van de eigenaar, aan te vragen via  
communicatie@hhleuven.be.*

---

## INFORMATIEBROCHURE SLAAPCOACH

---



---

Naamsestraat 105  
3000 Leuven  
T 016 20 92 11  
www.hhleuven.be

The logo of the Regional Hospital Heilig Hart Leuven, featuring a stylized white 'S' shape on a dark background.

Regionaal ziekenhuis  
Heilig Hart Leuven

# WAAROM EEN SLAAPCOACH RAADPLEGEN?

---

De kinderslaapcoach biedt advies over alles wat met slaap te maken heeft en dat voor kindjes van 0 tot en met 5 jaar.

Debbie, de slaapcoach, gebruikt hierbij geen typische slaaptrainingsmethodes, maar bekijkt alles wat de slaap van jouw kind kan beïnvloeden. Het ultieme streefdoel is een betere slaap voor je kindje en meer rust voor je gezin.

*De kinderartsen zijn recent gestart met de uitwerking van heel wat zorgpaden voor hun patiënten, gaande van astma, plasproblemen, constipatie tot ook opvolging van prematuren, voedingsproblemen en huilbaby's. Bij deze laatste drie zorgpaden botsen we naast de medische uitwerking vaak op een grote nood tot extra ondersteuning van ouders op het gebied van slaap. Daardoor ontstond een samenwerking tussen de kinderartsen van het Heilig Hart Leuven en dodo&zo.*

## WAT HOUDT EEN SLAAPCONSULT IN?

Tijdens een slaapconsultatie overlopen we de moeilijkheden die er momenteel zijn. We bespreken samen wat realistische doelen zijn en je krijgt een aantal praktische tips waar je meteen mee aan de slag kan gaan. Dit consult omvat geen uitgeschreven slaapplan.

Wil je achteraf toch aan de slag met een op maat gemaakt slaapplan? Dan krijg je €40 van de reeds betaalde consultatie terug bij je boeking.

## HOE LANG DUURT EEN SLAAPCONSULT?

Tijdens dit consult hebben we 40 minuten de tijd om jouw bezorgdheden te bespreken en samen na te denken wat voor jouw gezin zou kunnen werken.

## PRIJS EN BETAALMOGELIJKHEDEN

*Kostprijs: €60*

*Deze kostprijs is ter plaatse, rechtstreeks aan de slaapcoach te betalen.*

*Dit kan via Payconic of Bancontact.*

*Deze consultatie en begeleiding worden niet terugbetaald door een ziekenfonds.*

## AFSPRAAK MAKEN/ANNULEREN

**Raadpleging Pediatrie**

**T. 016/20.92.81**

*Gelieve bij annulatie minimaal 24u op voorhand telefonisch te verwittigen. Bij een afwezigheid zal de consultatie aangerekend worden.*

## CONTACTGEGEVENS

Debbie Verhoeven

Website: [www.dodoenzo.be](http://www.dodoenzo.be)

Instagram: [dodo.enzo](https://www.instagram.com/dodo.enzo)