

Prep Guide
Newborn



Rocyka Fotografie

Vianen

CAPTURE LIFE'S MOST PRECIOUS MOMENTS

Mijn naam is Cynthia Amelsbeek en ik ben sinds 2008 professioneel fotografe, gespecialiseerd in Zwangerschap, Newborn en FineArt foto's.

Sinds augustus 2023 ben ik na een intensieve training bij Ana Brandt uit Californie supertrots op mijn titel

~International Certified Newborn Photographer and Teacher~

Mijn studio in Vianen heeft alles wat je nodig hebt voor newborn en Maternity shoots, alsook voor FineArt.

Deze gids zal je helpen je voor te bereiden op de newborn shoot, alsook om antwoorden te geven op de vragen die je (nog) hebt.

Twijfel niet om contact met mij op te nemen als jouw vraag na het lezen onbeantwoord blijft!



STUDIO ROCYKA FOTOGRAFIE

Clarissenhof 9
4133 AB Vianen
06 - 26892525

www.rocykafotografie.nl
www.instagram.com/rocykafoto
www.facebook.com/RocykaFotografie
www.tiktok.com/@rocykafotografie



ANA BRANDT INTERNATIONAL CERTIFICATION - CYNTHIA AMELSBEEK

Cynthia Amelsbeek, born in 1971 in Amsterdam, is a multi-talented individual with a passion for photography. With a diverse background and a wealth of experience, Cynthia has established herself as a prominent figure in the world of Newborn, Maternity, and Fine-Art photography.

Cynthia's journey began as a professional ballroom and Latin dancer, showcasing her artistic flair and dedication to perfection. After her dance career, she transitioned into a role as a personal assistant, honing her organizational skills and attention to detail for over a decade.

In 2008, Cynthia discovered her true calling when she picked up a camera and delved into the captivating world of photography. With an innate eye for beauty and composition, she soon found herself specializing in newborn sessions, capturing the pure essence and innocence of these precious little ones. Her expertise extends to maternity photography, where she beautifully documents the transformative journey of expectant mothers. Additionally, Cynthia's creative prowess shines through in her Fine Art photography, where she crafts stunning and evocative visual narratives.

Not content with being solely behind the lens, Cynthia ventured into the realm of teaching and sharing her knowledge with others. Since 2014, she has been conducting workshops, inspiring aspiring photographers to master their craft and unleash their own artistic visions.

Cynthia's dedication to her craft goes beyond photography itself. She also showcases her creative talents by designing and creating her own newborn props, adding a personal touch to her sessions and setting herself apart in the industry.

As a full-time photographer, Cynthia is the driving force behind Studio Rocyka Fotografie, where she transforms moments into timeless works of art. Her exceptional skills have been widely recognized and celebrated, earning her numerous international awards for her outstanding contributions to the field. With a loving partner and a daughter, Cynthia finds balance in both her personal and professional life. She currently resides in Vianen, Netherlands, where she continues to create breathtaking imagery and touch the hearts of those who experience her art.

Cynthia Amelsbeek's unwavering passion, artistic vision, and dedication to excellence make her a remarkable photographer, educator, and creative force in the industry.

<https://www.anabrandteducation.com/cynthia-amelsbeek>



PLANNING VAN DE NEWBORN SESSIE

Newborns worden gefotografeerd vanaf 11 uur in de ochtend.

We spreken normaal gesproken af om 10.45.

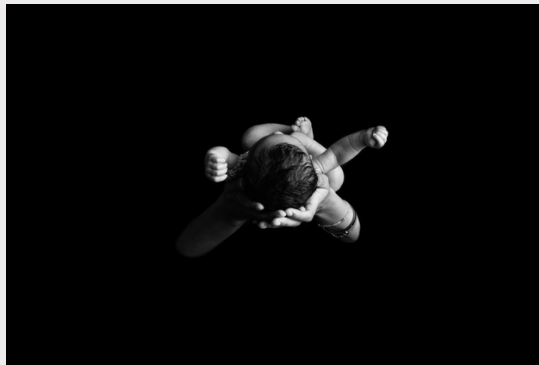
Dit geeft jullie de tijd om rustig een koffie, thee of water te drinken en de newborn te voeden net voor de sessie start, zodat de newborn slaperig is van het eten.

Wanneer de sessie op de voorhand is gereserveerd, houden we contact wanneer de uitgerekende datum dichterbij komt.

Ik vraag je om mij te contacteren binnen 2 dagen nadat de newborn is geboren.

Laat mij dan ook weten of alles volgens plan is verlopen, alsook het gewicht van de baby. Het gewicht van de baby is belangrijk om de werkelijke datum van de sessie te kunnen bepalen.

Ik pas altijd de datum van de sessie aan aan de werkelijke geboortedatum, daarom is het belangrijk deze info zo snel mogelijk na de geboorte te hebben.



Zodra de newborn is geboren, laat mij dan via Messenger or Whatsapp alle gegevens van de baby weten.

DATUM/UUR VAN DE GEBOORTE

GEWICHT VAN DE BABY

NAAM (INDIEN REEDS GEKOZEN)

De meeste newbornsessies worden ingepland tussen de 7 en 17 dagen na de geboorte. De exacte dag varieert meestal volgens gewicht en vooruitgang van de baby alsook plek in de agenda.

Een baby wordt als newborn beschouwd voor de eerste 6 weken. Als een newborn groeit, worden de beenderen harder en neigen ze zich meer te "ontkrullen" en zich meer uit te strekken. Een newborn fotosessie kan succesvol zijn op elk punt in deze weken met goede zorg en voorbereiding. Deze gids zal je helpen om de informatie te geven, voor newborns op elke leeftijd.

Het is belangrijk dat je begrijpt dat niet alle newborns alle poses aankunnen. Dat heeft alles te maken met soepele of stramme gewrichten. Ik forceer geen poses en volg wat de kleine fijn vindt.

DE DAG VAN DE SESSIE

De newborns krijgen direct na aankomst in de studio een voeding. Ik vraag je hier voor deze ene keer rekening mee te houden. Het voedingsschema zal wellicht ietsje anders zijn op deze dag, maar met een volle buik valt de kleine tevreden in slaap en kan ik succesvol starten met de sessie.

Een newbornsessie duurt circa 3 tot 4 uur (met uitzondering van de ienie'MINI'e sessie). Ik vraag ouders echt op tijd te zijn voor de afspraak, zodat er tijd is om de newborn te voeden in de studio. Newborns krijgen meestal om de 2-3 uur een voeding, maar soms zal de kleine iets eerder wakker worden en zal een kleine pauze worden ingelast om te voeden.

Ik stel voor om de newborn de normale ochtendvoeding te geven, dat rond de 3 uur voor het afgesproken uur is en dan mag de newborn ook gewoon weer gaan slapen. Je hoeft de newborn dus niet wakker te houden. Als je in de studio aankomt, kleedt ik de newborn uit tot op de pamber en zal ik alvast het eerste pakje aandoen. Op deze manier zal de baby wakker worden en honger hebben.

Het is belangrijk dat je begrijpt dat ik geloof dat newborn sessies geleid worden door de newborn, dwz dat ik geen voeding ga forceren, maar ook niet zal onthouden.

Of dat nu borstvoeding of flessenvoeding is. Mama's mogen kolven tijdens de sessie indien gewenst. Je zou ook vooral gekolfde melk kunnen meebrengen. Bij flessenvoeding raadt ik aan extra voeding mee te brengen.

HOU REKENING MET EIGEN VOEDING TIJDENS BORSTVOEDING

Zoals we allemaal weten, zijn er bepaalde voedingsmiddelen die bij de newborn erge buikkrampjes kan verorzaken.

Ik adviseer dan ook aan om een mild dieet te volgen 24-48 uur voor de shoot. Beste is voeding zoals brood, pasta en aardappel en volgraan producten te eten om je baby comfortabel te houden. Uiteraard mag je na de newbornsessie weer eten wat je zou willen, alhoewel het aan te raden is rekening te houden met de newborn en zijn/haar darmontwikkelingen en krampjes.

Ik heb een voedingslijst in deze gids geplaatst.



BORSTVOEDING VOEDINGS GIDS

Dit is een behulpzame lijst van gewone voedingsmiddelen die je het beste kunt vermijden tijdens borstvoeding. Dit zijn namelijk voedingsmiddelen die invloed kunnen hebben op baby's onder de 6 weken.

Als ze ouder worden, kun je de voedingsmiddelen 1 voor 1 introduceren om te zien welk effect ze hebben.

ETEN EN DRINKEN MET CITROENZUUR, ZOALS:

Veenbes, ananas, grapefruit, sinaasappel, citroen, aardbei, allerlei bessen, tomaten of afgeleide tomatenproducten, chocola, pindanoten (noten in het algemeen), pizza, spaghetti, chilli, taco, pikant eten, ketchup.

GROENTEN DIE KRAMP EN WINDERIGHEID GEVEN, ZOALS:

Asperge, ui, komkommer, augurk, broccoli, bloemkool, spruitjes, kool.

BEPERK DRANKEN ZOALS:

Frisdrank, koffie, thee, bier of wijn.

Ik adviseer je om deze voedingswaren die hier vernoemd zijn te vermijden wanneer de baby krampjes heeft of winderig is (48 uur voor de sessie)

Bron: guide by Dr O'Connell, Newport Beach, California.

INPAKLIJST VOOR DE NEWBORN SESSIE

Ik vraag je het volgende mee te brengen:

- kleed de baby in losse kleding wat makkelijk uitgaat voor de start van de sessie
- speen
- (extra) luiers
- Wickeldoek
- extra flesjes

Als de newborn normaal geen speen heeft/krijgt, gelieve deze dan toch mee te brengen.

Newborn sessies zijn nieuw voor de newborn en vaak willen ze zichzelf troosten door meer dan anders te zuigen. Het gebruik van een speentje tijdens de sessie zal geen slechte gewoonte aanmoedigen - dat beloof ik!

Ik wil dat jullie kalm en relaxed zijn tijdens jullie shoot. Newborns reageren op jullie energie, dus hoe meer relaxed en comfortabel jullie zijn, hoe groter de kans is op een geslaagde newborn sessie.



FREQUENTLY ASKED QUESTIONS

OP WELK MOMENT KAN IK HET BEST EEN FOTOSESSIE BOEKEN?

Zodra je weet dat je de foto's graag door mij wilt laten maken kun je contact opnemen en een datum met mij afspreken. Wanneer je er te lang mee wacht kan het zomaar zijn dat ik geen plek meer heb in de agenda. De dag van de daadwerkelijke sessie bepalen we zodra de kleine is geboren. Voor de Newborns hou ik altijd extra ruimtes in de agenda open omdat die prachtige ienieminies niet altijd komen op de uitgerekende datum.

WAT ALS MIJN BABY NIET SLAAPT OF HUILT?

Sommige baby's slapen niet tijdens hun shoot. Sommige zijn zelfs de hele sessie wakker!! We kunnen normaal gesproken toch prachtige foto's maken, zeker als ze gewrapt zijn! Newborns zullen af en toe huilen door wellicht krampjes of honger! Ik doe er alles aan om ze te troosten. Ik heb door mijn ervaring veel technieken ontwikkeld om buikkrampjes te verminderen en de kleine rustig te maken.

WAT IS INBEGREPEN IN DE SESSIEKOSTEN?

- mijn kennis en ervaring
- telefonisch gesprek voor goede voorbereiding op de sessie
- Keuze en gebruikmaking van alle props in de studio
- Unieke handgemaakte broekjes, mutsjes en haarbandjes
- Intensieve nabewerking van alle foto's in Photoshop (denk aan pukkeltjes, huid schilfertjes, rode of gele new(ly)born huidskleur etc)
- Indien gewenst (na)bestel sessie

HOE VERLOOPT EEN NEWBORNSESSIE?

Een newborn fotosessie vind 3 tot uiterlijk 15 dagen na de geboorte plaats. Rond deze periode slaapt jullie newborn heel vast en kan daardoor makkelijk in diverse houdingen worden gelegd.

De fotosessie bij een Newborn neemt afhankelijk van het gekozen pakket circa 2,5 a 3 uur in beslag (1,5 uur wanneer het een ienie'MINI'e sessie betreft).

Voeding

Zelf kun je wanneer je borstvoeding geeft al rekening houden met voeding die krampjes kunnen verergeren (denk aan pittig eten, kool, koolzuur etc). Laat deze producten het liefst staan vanaf 3 dagen voor de sessie.

In de studio

Als voorbereiding op de sessie zal het in de studio lekker warm zijn. Dit is nodig zodat de newborn de lichaamswarmte goed behoud. Hou hier zelf ook rekening mee en kleeed je niet te warm.

Voordat de fotosessie begint krijgt de newborn eerst een voeding.

Met een volle buik valt de newborn tevreden in slaap, waarna wij direct kunnen beginnen.

Extra

Vergeet vooral niet voldoende voeding, extra luiertjes, speentje, schone kleertjes en een lekker zachte wikkeldoek mee te nemen.

Tijdens de sessie kan het zijn dat ik met een assistente werk.

FOTOGRAFEER JE DE NEWBORN SESSIE OOK BIJ ONS THUIS?

Ik fotografeer newborns alleen in mijn studio in Vianen. Hier kan ik de beste veiligheid en comfort bieden. Denk aan optimale ruimte, warmteregeling, uitgebreide keuze aan props en kleding etc.

Je zult je snel op je gemak voelen, aan alles is gedacht !

MIJN BABY HEEFT DE NAVELSTRENG NOG, KAN DE SESSIE DOORGAAN?

Ja! De meeste newborn's hebben hun navelstreng nog, het duurt meestal 2 weken eer deze er af valt. Sommige newborn's verliezen deze zelfs tijdens de sessie! Ik hou sowieso altijd de luiers om en bedek de navelstreng zodat het niet in aanraking komt met stof of pluisjes. Ik ben heel voorzichtig met newborns en ben mij bewust dat nazorg heel belangrijk is.

WORDEN DE FOTO'S BEWERKT? MIJN NEWBORN HEEFT UITSLAG EN MIJN PEUTER/KLEUTER HEEFT EEN KRAB IN ZIJN GEZICHT!

Ja! Alle foto's worden bewerkt! Ik Photoshop altijd tijdelijke issues weg zoals rode voetjes, uitslag, geelzucht, schilfertjes op de handen en voeten, enz... Andere zaken zoals een moedervlek of een geboortevlek laten ik uiteraard staan, omdat dit voor het leven blijft staan en het deel uitmaakt van de baby.

HOE SNEL KUNNEN WE DE FOTO'S ZIEN?

Ik probeer altijd een preview van 1 (of 2) afgewerkte foto's te tonen binnen een paar dagen na de sessie.

Hierna neem ik de tijd om de rest van de galerij te bewerken en zul je de previewsheets binnen 8 a 10 werkdagen ontvangen.

WAT ALS DE NEWBORN ECHT ONTROOSTBAAR IS TIJDENS EEN SESSIE?

KRIJG IK DAN EEN TERUGBETALING OF EEN NIEUWE SHOOT?

Ik heb gelukkig de reputatie dat ik zelfs met de "ontroostbare" newborn kan werken. Ik zal er alles aan doen om de kleine te troosten en te kalmeren om daarna toch mooie newborn foto's te maken. Mocht jullie newborn toch een uitzondering zijn dan zal ik tijdig stoppen omdat ik dan vind dat de newborn rust nodig heeft. In dat geval zullen er de verdere opties tijdens de sessie bespreken.

HOEVEEL FOTO'S KAN IK VERWACHTEN NA DE SESSIE?

Binnen 2 weken na de sessie presenteer ik de preview sheets. Op deze sheets vind je circa 35-50 volledig bewerkte foto's (afhankelijk van het gekozen pakket). Deze selectie is door mij gemaakt en hieruit kun je een keuze maken.

MOGEN OUDERS, BROERTJES, ZUSJES EN GROOTOUDERS OOK OP DE FOTO MET DE NEWBORN?

Tijdens een newbornsessie worden er enkele foto's met ouder(s)/broertje(s)/zusje(s) gemaakt wanneer je Timeless of Exclusive hebt geboekt.

Wanneer je toch graag bij een ander pakket dan Timeless of Exclusive met ouder(s), broertje(s) of zusje(s) op de foto wilt dan bereken ik 95 euro extra.

Graag bespreek ik dit wel van tevoren.

Huisdieren alleen in overleg.



PEUTERS EN NEWBORNS

Door de jaren heen, zie ik veel klanten opnieuw terugkomen met hun groeiende gezin. Ik verwelkom veel kinderen van iedere leeftijd en ben mij bewust van het onvoorspelbaar gedrag, los van elke voorbereiding die ik tref. Vaak worden dutjes overgeslagen, krijgen ze woedeaanvallen of zijn intens hyper. Een rustige peuter/kleuter is eerder uitzondering dan regel. Ik heb alle geduld van de wereld.

Bij een newborn sessie, begin ik normaal gesproken met de newborn zelf. Zo kan ik mij concentreren op het settelen van de newborn en zorgen dat hij/zij zich comfortabel voelt. Ik zal met jullie bespreken wanneer we het beste de familie foto's en/of de foto's met broer(s) of zus(jes) maken. In het algemeen probeer ik eerst de newborn in slaap te krijgen en daarna pas foto's met de peuter/kleuter erbij. Indien mogelijk, vraag ik papa met de peuter/kleuter tegen het einde van de sessie te komen, zodat deze niet de gehele shoot hoeft aanwezig hoeven te zijn, dit duurt soms te lang voor hen. Ik zal met jullie bespreken wat het meest praktisch is voor jullie.

Huisdieren zijn even onvoorspelbaar als kinderen. Ze zijn (alleen op aanvraag) welkom. Een foto met huisdier slaagt niet altijd. Veiligheid blijft voorop staan en ik kan besluiten een huisdier niet in de setting toe te laten.



Voorbeelden galerij.

Ik update mijn social media en website regelmatig om je een idee te geven van mijn werk. In deze gids een compact overzicht van diverse sessies



A newborn baby is the central focus, held gently in two hands. The baby's head is tilted back, and its eyes are closed. The baby is wearing a white, lace-trimmed garment. The hands holding the baby are positioned on either side, with fingers resting on the baby's head and shoulders. The background is a solid, deep black, which makes the skin tones and the white lace stand out. The lighting is soft and directional, highlighting the contours of the baby's face and the texture of the lace.

R o y k a F o t o g r a f i e
y n t h i a A m e l s b e e k



R o y k a F o t o g r a f i e
y n t h i a A m e l s b e c k















Royka Fotografic
yathia Amelsbeek



Royka Fotografie
Yvonne Amelsbeck

Royka Fotografie
ynthia Amelsbeel









R o y k a F o t o g r a f i e
y n t h i a A m e l s b e c k



Royka Fotografie
ynthia Amelbeck

Royka Fotografie
Ynthia Amelsbeek









Rozka Fotografic
yulija Amelicheva