



# Wist je dat de ontlasting van je baby zacht zal zijn zolang je baby vloeibaar voedsel nodig heeft?



Met uniek absorptielaagje dat speciaal ontworpen is om de zachte ontlasting van pasgeborenen te absorberen, zodat ze droog en beschermd blijven.



Zacht en ademend comfort voor de gevoelige babyhuid.



De vochtindicator die van kleur verandert om te laten weten dat je baby geplast heeft. Zo weet je dat je baby mogelijk een nieuwe luier nodig heeft.



Overlappende en gewone kleefstrips zodat de luier je groeiende baby altijd perfect past.



## Pampers' beste bescherming voor de gevoelige huid van je pasgeborene baby

**Maat**  
Maat 0 (Micro)\*  
1, 2 & 3  
**Gewicht**  
tot 7 kilo

\*Verkrijgbaar bij de apotheek.



# Edito



Beste ouders,

Als er nu één onderwerp is dat in het begin van dit jaar in alle gesprekken aan bod kwam, dan is het wel degelijk de strenge en lange winter die we hebben gekend. Het menselijk lichaam en het moreel werden zwaar op de proef gesteld. Vooral bij kinderen die gevoeliger zijn voor koude en een gebrek aan licht. Hopelijk krijgen we een schitterende lente, zodat onze hartendiefjes hun batterijen weer kunnen opladen!

En **Babyssimo** zal daarbij helpen door in de eerste plaats voor te stellen om fruit op de voorgrond te schuiven in de voeding (pag. 10) en door vervolgens advies te verlenen om in gezinsverband pretparken te ontdekken (pag. 38).

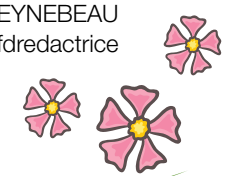
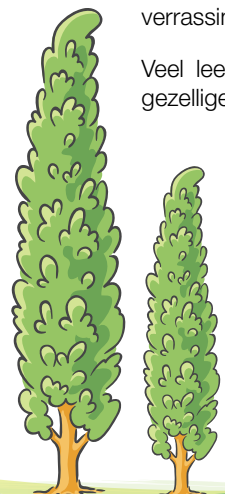
In dit nummer van **Babyssimo** weiden we ook uit over verstandig gebruik van de televisie door kinderen (pag. 20), over wat je moet weten over duimzuigen en fopspenen in de mond (pag. 12) en over de maatregelen die je kunt nemen om een kwaliteitsvolle slaap te verzekeren (pag. 34).

Met het magazine 'Psychologies' gaan we in op het belang van de 'knuffel' voor een kind. **Babyssimo** lanceert ook een nieuwe rubriek (pag. 28) gewijd aan de tandhygiëne bij het kind, in samenwerking met de *Fondation pour la Santé Dentaire*.

Mis tot slot de wedstrijd niet (pag. 41)! We hebben weer mooie verrassingen en geschenken in petto.

Veel leesgenot, en geniet vooral van het mooie weer om tedere en gezellige momenten te beleven met je kinderen!

Dokter Marie-Françoise REYNEBEAU  
Hoofdredactrice



Samen met je kleintje  
de wereld ontdekken...

Fisher-Price  
Joy of Learning



## Kiekeboo Muziek Aapje

Pluche muzikale aapje. Trek voorzichtig aan de voeten van de aap en ze verplaatsen zich naar boven terwijl er een rustgevend muziekje gespeeld wordt. Eenvoudig op te hangen aan wieg of box.

[www.fisher-price.be](http://www.fisher-price.be)

Fisher-Price, Inc., een onderdeel van Mattel, Inc., East Aurora, NY 14052. © 2012 Mattel, Inc., alle rechten voorbehouden.



# Inhoud



### Praktisch

Fopspeen of duim:  
wat te denken?

p 12



p6 **Hygiëne**  
Baby bij de tandarts?

p10 **Voeding**  
Twee stukken vers fruit per dag!

p16 **Psychologie**  
Als hij z'n knuffel of fopspeen niet heeft, krijg ik het benauwd

p28 **Gezondheid**  
Kinderen helpen die bedplassen

p34 **Praktisch**  
Een bedje op maat

p38 **Vrije tijd**  
Leve de pretparken!

p41 **Wedstrijd**  
Neem deel en win veel geschenken!

### Praktisch

Kinderen en televisie

p20



**Verantwoordelijke uitgever:** Dr. C. Bourton,  
New Way, Leuvensesteeneweg 775 - 1040 Brussel  
Tel. : 02/701.94.40 - fax : 02/705.67.61

**Hoofdredactrice:** Dr. M.-F. Reynebeau  
(redaction@babyssimo.be)

**Hebben aan dit nummer meegewerkt:**  
M. Devriese, M.-C. de Wasseige, M. Dory,  
Dr. M.-F. Reynebeau, M.-F. Robin

**Publiciteit:** D. Pickman

**Vormgeving:** New Way

**Druk:** Dereume

De artikels, foto's, tekeningen en andere illustraties, opgenomen in het redactionele geheel van "Babyssimo", bevatten geen publiciteit. Bedrijven en producten worden enkel ter inlichting vermeld. Alleen de auteurs/adverteerders zijn verantwoordelijk voor de artikels, foto's, illustraties, ideeën en de publiciteiten die in Babyssimo verschijnen. Alle rechten van vertaling, overname en reproductie - op welke wijze dan ook - zijn voorbehouden voor alle landen.

Beschikbaar in het Frans



Hygiëne

## Baby bij de tandarts?

De tandgezondheid bij kinderen is de laatste jaren aanzienlijk verbeterd. Dat is natuurlijk te danken aan de tandpasta met fluoride en het feit dat het tandenpoetsen al start zodra de eerste tandjes doorbreken. Jammer genoeg lijden jonge kinderen nog altijd aan cariës, en dit vroegtijdig. Dat heeft veel ernstigere gevolgen dan men zich kan voorstellen.

Kinderen van 2 jaar die te maken krijgen met talloze cariës, een abces, pijn die voor een verstoorde nachtrust zorgt, nochtans noodzakelijke tandverzorging die uitgesteld wordt wegens moeilijk te realiseren: dat is een heel somber beeld van een nog te vaak voorkomende realiteit. Deze ziekte heet vroege kindercariës (*Early Childhood Caries*, ECC). Elk jong kind in elk gezin kan hierdoor getroffen worden.

Deze ziekte, die lange tijd 'zuigflesca-riës' werd genoemd, omvat meerdere factoren. Maar de oorsprong schuilt vaak in veelvoudig contact met suiker de hele dag door en niet of onvoldoende poetsen.

De behandeling van één door cariës getroffen tand bij een volwassene is al niet zo eenvoudig. Stel je dan eens voor hoe moeilijk het is om meerdere aangetaste tanden te verzorgen bij een kind dat nog niet de maturiteit heeft om zich gemakkelijk te laten verzorgen en om te begrijpen hoe belangrijk verzorging is.

Men zou kunnen denken dat het probleem niet zo groot is omdat de melktandjes zullen uitvallen. Maar niets is minder waar. De melktanden worden pas vanaf de leeftijd van 6 jaar vervangen door definitieve tanden, en die overgang duurt tot de leeftijd van twaalf jaar. De doorbraak van definitieve tanden, met nog broos tandglazuur, naast melktanden met cariës vormt geen gunstige omgeving voor de goede gezondheid van tanden waarvan men hoopt ze levenslang te kunnen houden.

### Te vermijden syndroom

Elk jaar moeten tientallen jonge kinderen tandverzorging onder algemene verdoving ondergaan, omdat dit de enige oplossing is om dit syndroom van vroege kindercariës aan te pakken.

En er wordt vaak een lange weg afgelegd om deze verzorging te kunnen toedienen: het vraagt tijd voordat de ouders de ernst van de toestand van het kind beseffen en het idee kunnen aanvaarden dat verzorging onder algemene verdoving de enige uitweg is. Eens men beslist om de operatie te laten uitvoeren, komt men tot de vaststelling dat er maar weinig ziekenhuisteams zijn die deze verzorging kunnen toedienen en dat de wachttijd voor deze verzorging soms meerdere lange weken bedraagt. Deze tanden kunnen niet altijd gered worden, waardoor de verzorging soms neerkomt op trekken in serie. In dit geval zal een kleine prothese ervoor zorgen dat het kind zijn glimlach ... en zijn waardigheid terugwint.

### Preventie: de beste benadering

Deze ziekte kan nochtans perfect vermeden worden door preventieve houdingen aan te nemen zoals zo vroeg mogelijk beginnen met het tandenpoetsen en al op zeer jonge leeftijd een eerste bezoekje brengen aan de tandarts ... nog voordat er sprake is van problemen.





“Maar de tandarts zal op deze leeftijd niets kunnen doen”, denk je misschien. Maar niets is minder waar. Dankzij zijn geoefend oog kan de tandarts de eerste tekenen van demineralisatie van het glazuur van de melktanden opsporen nog voordat het tandbederf dieper gaat. Enkel een verandering van het uitzicht van het oppervlak volstaat al om een diagnose te stellen. Beter nog: hij kan het glazuur opnieuw mineraliseren en zo elke nadelige evolutie stoppen. De tandarts heeft slechts enkele seconden nodig om het mondje van het kind te onderzoeken. Aan de ouders kan hij goede tips geven voor een perfecte mond- en tandgezondheid.

Tijdens deze vroegtijdige tandartsbezoekjes, buiten de context van pijn of een behandeling, kan het kind vertrouwd raken met dit vreemde kabinet, zich in een magische stoel zetten en kennismaken met futuristische instrumenten. De tandarts wordt een vertrouwd persoon. Iemand bij wie men graag op bezoek gaat.

Zonder bang te zijn.

Deze vroegtijdige opsporing is essentieel. Het is veel gemakkelijker om heel kleine letsels te verzorgen die op deze manier gevonden worden. Er is dan sprake van een preventieve benadering om het risico op dit trieste syndroom dat vroege kindercariës is, te voorkomen.

Tot de leeftijd van 18 jaar geldt de volledige terugbetaling van de controlebezoeken bij de tandarts door onze sociale zekerheid. Er wordt een frequentie van twee bezoeken per jaar aanbevolen, en dit ... al vanaf heel jonge leeftijd. Denk eraan dat kinderen van 2 jaar al ernstige problemen kunnen hebben. Aarzel dus niet om al op jonge leeftijd een bezoek te brengen aan de tandarts.

De tandarts is echt de beste coach van je kind voor een leven ... met een stralende glimlach!

M. Devriese  
Dentiste - coordonnateur  
Fondation pour la Santé Dentaire



## Zijn toekomst begint vandaag.



Als mama weet je dat vanaf het eigenste begin, je baby al werk maakt van zijn toekomst. Daarom geef je hem ook alleen maar het beste. Geïnspireerd door de unieke ervaring van 100 jaar onderzoek, heeft Nutricia een verbeterde formule ontwikkeld: Nutrilon met Pronutra+\* die bijdraagt tot het behoud van de goede werking van het immuunsysteem en de ontwikkeling van de hersenen stimuleert.

**Nutrilon. Voor een optimale progressie.**



# Twee stukken vers fruit per dag!

**Kinderen (en groteren) zin geven om 2 stukken fruit per dag te eten, dat is de doelstelling van de nieuwe campagne van het programma Viasano.**

We eten niet genoeg fruit: uit de laatste voedselconsumptiepeiling in België, die in 2008 werd gevoerd, blijkt dat 50 % van de volwassenen niet eens 1 stuk fruit per dag eet. En jongeren eten nog minder fruit. Jongeren eten nochtans graag fruit.

Hoe valt het dan te verklaren dat ze er geen eten? Men denkt er niet aan als tussendoortje voor het kind of voor zichzelf, men heeft niet de gewoonte om fruit te eten, men is eerder geneigd om een kant-en-klaar dessert te eten, men heeft er genoeg van om de hele tijd hetzelfde fruit te eten, er is geen fruit beschikbaar als men er zin in heeft? Deze redenen kunnen waarschijnlijk allemaal aangehaald worden...

Met een nieuwe campagne rond het thema '2 stukken vers fruit per dag, dat is gemakkelijk', wil het programma Viasano ons stimuleren om de brede waaier van fruit in elk seizoen te herontdekken en te anticiperen op gelegenheden om fruit te eten.



## Programma Viasano

Dit programma wil de burgers, zowel volwassenen als kinderen, helpen om te evolueren in hun omgeving, in een richting die gunstig is voor hun gezondheid. Het principe bestaat erin in de stad een groepsdynamiek te creëren waarbij alle lokale actoren betrokken worden: leerkrachten, professionele gezondheidszorgverstrekkers, het verenigingsnet, ondernemingen, handelaars enz. Er worden concrete buurtacties voorgesteld, om het gedrag met betrekking tot de voeding en de lichaamsactiviteit geleidelijk aan ingrijpend te veranderen.

In België werd het programma in 2007 gelanceerd in 2 pilotsteden, Hasselt en Moeskroen. Sindsdien werd het uitgebreid tot andere steden: Marche-en-Famenne, Jette, Aarschot, Huldenberg, Sint-Pieters-Woluwe, Dilsen-Stokkem, Komen-Waasten, Vloesberg, Luik, Bergen, Pepinster, Rochefort, Schilde, 's-Gravenbrakel en Jurbeke.

Elk jaar kan opgesplitst worden in 3 fasen: een jaarlijks evenement in het voorjaar en één campagne per semester. De stad krijgt altijd een opleiding rond de voedingsboodschap of rond de boodschap met betrekking tot de lichaamsbeweging, evenals communicatiemateriaal (affiche, informatiebrochure, informatiebrief, receptfiches) en actietools (ideeën voor workshops, evenementen en spelletjes, mobilisatiefiches).

## Fruitreflex

Dit semester staat dus in het teken van fruit. De deelnemende steden zullen beschikken over Viasano-brochures met tips en trucs om zowel groot als klein elke dag fruit te doen eten. Er werden veel animatietools ontwikkeld (memory-spel, kaartspel, sensorielle ontdekkingsactiviteiten) om de jongeren vertrouwd te maken met de diversiteit van fruit. Op de smaakfiches staan per seizoen 4 te ontdekken fruitsoorten.

Tot slot vinden in elke deelnemende stad Fruitacties op het terrein plaats.

M. Robin



Voor meer info over dit programma:  
[www.viasano.be](http://www.viasano.be)



## Fopspeen of duim: wat te denken?

veel baby's zuigen op hun duim of hebben een fopspeen in hun mondje. waartoe dient dat? welke gevolgen kan dit hebben? hoe kunnen we deze gewoonte afleren? Babyssimo reikt u enkele pistes aan.

Iedereen heeft dat wel al gezien: een foto van een foetus die in de buik van zijn moeder op zijn duimpje aan het zuigen is. Bij de geboorte is die zuigreflex nog altijd aanwezig: de baby zuigt aan de borst of steekt één (vaak de duim) of meerdere vingers in de mond. Dit wekt bij de baby een onmiddellijk gevoel van welzijn en rust. Soms wordt de duim vervangen door een fopspeen (ook tutter, tut enz. genoemd). U moet weten dat sommige kinderen noch het ene, noch het andere nodig hebben en het heel goed stellen – net zoals hun ouders.

### Troostende duim, fopspeen die soms een valstrik is

Men kan niet zeggen of een baby al dan niet op zijn duim, zijn vuistje of meerdere vingertjes zal zuigen. U moet hem laten doen, op gevaar af dat hij gefrustreerd raakt. In vergelijking met een fopspeen biedt de duim meerdere voordelen: hij is altijd beschikbaar, u loopt niet het risico hem te verliezen, hij kan losgelaten worden en probleemloos teruggevonden worden.

Het zijn de ouders die beslissen of ze een fopspeen geven aan hun baby. Hiermee kan het kind op korte termijn gesust en getroost worden. Maar de baby kan al snel de gewoonte aanleren om enkel met een fopspeen te kunnen inslapen. En als hij zijn fopspeen kwijt is, komen de traantjes. 's Nachts kan deze situatie ertoe leiden dat de ouders meermaals moeten

opstaan... Het kind kan verslaafd raken aan zijn fopspeen, omdat het beseft dat het inspanningen moet leveren om de fopspeen terug te vinden en dus kan verkiezen om zijn fopspeen de hele tijd in de mond te houden. Sommigen noemen een fopspeen een 'babystop': een fopspeen in de mond zou niet bevorderlijk zijn voor de communicatie. En sommige ouders geven de fopspeen bij het geringste geluidje of kreetje, zonder zich vragen te stellen over de reden, terwijl een knuffel en een paar lieve woordjes misschien voldoende waren geweest...

### Soms niet te verwaarlozen gevolgen

Langdurig duimen of een fopspeen in de mond houden kan resulteren in misvormingen van de tandboog. De tandjes kunnen verkeerd komen te staan en het risico bestaat dat de definitieve gebitsvorming niet mooi is.

Zowel de fopspeen als de duim kunnen leiden tot uitspraakproblemen omdat het kind praat met het ene of het andere in de mond.

Anderzijds hebben verschillende studies aangetoond dat het gebruik van een fopspeen een van de risicofactoren lijkt te zijn voor middenoorontsteking. Canadese pediaters stellen trouwens voor om het gebruik van een fopspeen te beperken bij zuigelingen en kinderen die lijden aan chronische of herhaalde middenoorontsteking<sup>(1)</sup>.

Zuigen op een fopspeen of duimzuigen kan leiden tot afhankelijkheid bij het kind: het kan niet meer zonder...

Toch lijkt het gebruik van een fopspeen gepaard te gaan met een afname van het risico op wiegendood bij zuigelingen<sup>(1)</sup>. En het gebruik van een fopspeen kan van pas komen als pijnstillers, bijvoorbeeld als het kind een pijnlijke kleine ingreep moet ondergaan<sup>(1)</sup>.





## Voldoende tijd voorzien om de gewoonte af te leren

Op een dag zal het kind moeten stoppen met duimzuigen of afscheid moeten nemen van zijn fopspeen. Hoe vroeger hoe beter. Sommige kinderen doen het spontaan, terwijl andere veel meer moeilijkheden ervaren om deze gewoonte af te leren. Hierna enkele trucjes:

- ▶ Ga geleidelijk aan tewerk: laat het kind bijvoorbeeld enkel tijdens het middagdutje, 's nachts of op moeilijkere momenten duimen of op een fopspeentje zuigen...
- ▶ Bepaal voldoende lang op voorhand de datum waarop het kind niet langer op zijn duim of fopspeen zal zuigen: bijvoorbeeld bij de start van het nieuwe schooljaar of op sinterklaasdag, als het kind zijn fopspeen kan inruilen voor een mooi geschenk. In geval van fopspenen kunt u trouwens gemakkelijk zeggen dat de sint ze meeneemt, maar dat kan niet met de duim, want die blijft nu eenmaal altijd aanwezig...
- ▶ Aan het kind uitleggen dat het groot is en niet meer op zijn duim of fopspeen moet zuigen.
- ▶ Een activiteit of een knuffel voorstellen als het kind zijn duim of zijn fopspeen neigt te nemen als het zich verveelt.
- ▶ Hierover praten met het kind bij de kinderarts: de woorden van de kinderarts kunnen een grotere impact hebben dan die van de ouders...



## Conclusie

Zowel een fopspeen als de duim spelen een rol voor het kind. Maar het is niet de bedoeling dat kinderen hier hun hele leven lang op zuigen. Voordat de kinderen zonder kunnen, moeten de ouders veel geduld oefenen. Want een soms jarenlange gewoonte leert men niet zo gemakkelijk af.

Dr. M.-F. Reynebeau

<sup>(1)</sup> *Les recommandations sur l'usage des sucettes. Comité de la pédiatrie communautaire, Société canadienne de pédiatrie. Paediatrics & Child Health 2003; 8(8): 523-528.*

In 't kort



## De nieuwe Furby is er!

Furby is een interactief technologisch wonderdje dat bedekt is met een paar gram buitengewoon zacht haar en gecommmercialiseerd wordt door Hasbro. Als je ertegen praat, antwoordt hij. Als je hem kriebelt, lacht hij. Hij danst ook als je muziek opzet en hij slaapt als er zich niemand over hem ontfermt...

Deze knuffel die verkrijgbaar is in verschillende kleuren kan zich verder ontwikkelen afhankelijk van zijn omgeving en de manier waarop hij behandeld wordt. In het begin praat hij Furbish, maar hij kan Nederlands leren als je er regelmatig tegen praat. Voor de opper-geeks bestaat er een gratis Furby-app voor iOS en Android die een interactief woordenboek bevat en vertaalt van het Furbish naar het Nederlands.

Furby richt zich tot kinderen vanaf 6 jaar.



## Stappen met Regatta

Regatta heeft schoenen ontwikkeld voor liefhebbers van de natuur en van openluchtactiviteiten. Deze schoenen voor mannen, vrouwen, jongens en meisjes worden gekenmerkt door een mix van stevigheid en een zeer modieuze look. Bovendien hebben ze een comfortabele binnenkant, waarin de voet probleemloos past. Een antislipzool garandeert een optimale stabiliteit.

Voor meer informatie:  
[www.regatta.com](http://www.regatta.com)



# Als hij z'n knuffel of fopspeen niet heeft, krijg ik het benauwd

**Traantjes of grote nood aan affectie, de knuffel of de fopspeen zijn altijd in de buurt om uw kind te kalmeren, gerust te stellen en te troosten. Uw baby en z'n knuffel delen samen een intieme geschiedenis die eigenlijk een verlengde vormt van uw aanwezigheid, die een symbolische band in stand houdt met uw tederheid, uw warmte en soms ook uw geur. Het belang van dit voorwerp, dat de angst een beetje wegneemt als u niet bij uw kind bent, is dus duidelijk.**

Maar het is ook zo dat mettertijd een knuffel of een fopspeen steeds vaker alleen nog wordt gebruikt in de slaapkamer, om uiteindelijk in een hoekje in de vergetelheid te verzeilen...

## Waarom voelen wij ouders de nood om een fopspeen in de mond van onze baby te steken?

Die gewoonte is pas een vijftiental jaar geleden echt in zwang geraakt, en het ging zelfs zo ver dat we onze kleintjes steeds vaker een groot deel van de dag met een fopspeen in hun mond zagen. Het klopt dat onze baby zo niet huult en niets vraagt, maar daarnaast zegt hij ook niets.

Het is natuurlijk comfortabeler voor de ouders en de omgeving. Want door te huilen vraagt een baby om eten, maar ook om een beetje aandacht en tederheid. Dat vraagt tijd, want eerst moeten we ontcijferen waarom onze baby precies huult, en vervolgens adequaat reageren op wat hij ons duidelijk probeert te maken.

Als het antwoord een "stop" is, is dat eenvoudig en snel, maar de communicatie wordt wel gereduceerd tot de absolute basis.

## Vandaag lijkt het wel alsof de knuffel onmisbaar is geworden... voor de ouders!

«De kinderen ouder dan 6 die zich vandaag nog steeds vastklampen aan hun knuffel, zijn niet meer te tellen, en vaak is dat omdat hun ouders zich overdreven zorgen maken als ze hem niet bij zich hebben», aldus psycholoog en psychoanalyst *Diane Drory*. Kinderarts Winnicot bestempelt de knuffel inderdaad als een overgangsvoorwerp dat het kind beschermt tegen verlatings- of scheidingsangst, en het dus helpt om te leren af en toe gescheiden te zijn van zijn moeder, maar die knuffel wordt wel overbodig wanneer het kind groter wordt. Maar vandaag – ligt dat aan onze onrustwekkende maatschappij? – voelen ouders zich geruster als hun kind, zelfs als het al groot is, z'n knuffel bij zich heeft om ergens anders te gaan overnachten.

## Vergeet je knuffel niet!

Dat uitdrukkelijke bevel ondermijnt het gevoel van veiligheid dat het kind moet ontwikkelen in afwezigheid van z'n ouders. Vanaf 7 jaar is het belangrijk dat het kind z'n veiligheidsgevoel haalt uit zichzelf, uit de andere en uit het leven in het algemeen. Door de noodzaak aan een overgangsobject te creëren, geven de ouders aan hun kind de boodschap dat de knuffel onontbeerlijk is voor z'n veiligheid en dat het het dus niet alleen zal redden. Blijkt hieruit ook niet dat de ouder onbewust wil dat zijn kind een kleintje blijft dat te allen prijze moet worden beschermd?

## Het is de rol van de ouders om het kind aan te moedigen om op te groeien.

Door net z'n eigen krachten te benadrukken die het kind zullen toelaten om z'n veiligheid, gesymboliseerd door het beeld van de ouders, te internaliseren. Zes jaar is de leeftijd waarop we de "grote school"







binnenstappen. We worden een individu en leren tegelijk om om te gaan met leeftijdsgenoten. De nood aan een knuffelpopje in stand houden staat het proces om z'n natuurlijke plaats te vinden in de weg. En zo worden kinderen weer angstig. Een paradox...

## Het is die onverbreekbare band!

Ja en nee. In onze westerse maatschappij worden kinderen op veel jongere leeftijd dan vroeger gescheiden van hun ouders en in een opvangomgeving geplaatst. We kunnen ons dus afvragen of het aanmoedigen van een knuffelpopje, op eender welke leeftijd, niet onbewust het schuldgevoel van de ouders reflecteert omdat ze niet voldoende bij hun kind kunnen zijn. Dat resulteert in een verlengde scheidingsangst zowel bij de ouders als bij het kind. Met de bijbehorende knuffelamulet om de angst te bezweren.

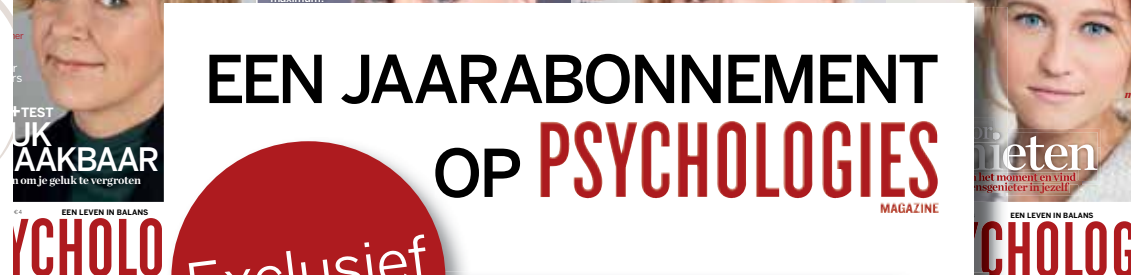
## En deze maatschappij vol gebroken gezinnen

Eenoudergezinnen, nieuw samengestelde gezinnen..., gezinnen staan onder druk en de ouders zijn vaak gestresseerd door de moeilijkheid om gezins- en beroepsleven te verzoenen. Als hun kind huilt, hebben de ouders het moeilijk om deze symbolische castratie te overwegen, uit angst voor de onaangename reactie van hun kind en misschien ook uit angst voor hun eigen boze, soms gewelddadige reactie. Dus laat men betijen.

Wanneer en hoe is er in zo'n chaos tijd om de ouders te laten praten, naar hen te luisteren en hen te begrijpen? Ook al is het moeilijk, ouders moeten leren om de knuffel juist te gebruiken. En de kinderen zelf zullen geleidelijk leren om te gaan met de frustratie die het gebrek aan de knuffel of de fopspeen veroorzaakt, op voorwaarde dat ze getroost worden door de woorden van hun ouders, dat ze affectie krijgen en gerustgesteld worden. Het is dankzij deze interactie dat ze de taal zullen beginnen te leren.

Wees dus blij als uw kind van 5 z'n knuffel vergeet als het elders gaat slapen! Dat wil zeggen dat de geruststellende ouderlijke aanwezigheid al in z'n hart zit. En dat het door z'n eigen persoonlijkheid de wereld de baas zal kunnen...

M.-C. de Wasseige en M. Drory



**EEN JAARABONNEMENT OP PSYCHOLOGIES**

**Exclusief**

**11 NUMMERS** **€ 37** in plaats van ~~€ 49,5~~

**Ik abonneer mij!**

Kijk op [www.viapress.be](http://www.viapress.be)  
code: **PSY13NL**  
Tel: **02 556 41 40**  
Overschrijving: rekeningnr **210-0980879-67**  
[www.psychologies.be](http://www.psychologies.be)



# Kinderen en televisie

Vandaag maakt de televisie deel uit van de omgeving waarin de meeste kinderen opgroeien. Welke plaats mag de televisie innemen in het dagelijkse leven van het kind? Babyssimo reikt enkele richtpunten aan.

De televisie moet een instrument blijven dat kan bijdragen aan de ontwikkeling van het kind en dat in geen geval ten koste mag gaan van de tijd die wordt gewijd aan andere activiteiten.

## Andere kijk naargelang van de leeftijd

Voor de allerkleinsten is televisie een mix van beelden, kleuren, geluiden en muziek die hun aandacht trekken. Maar ze beseffen niet wat dit allemaal voorstelt.

Vanaf de leeftijd van 1 jaar kan het kind de voorwerpen op het scherm beter identificeren. Maar een kind van die leeftijd zal zich nog niet lang kunnen concentreren voor het scherm.

Op de leeftijd van 2 jaar wordt het kind interactiever met de televisie en schenkt het steeds meer aandacht aan de personages die trouwens steeds beter herkend worden.

Kinderen jonger dan 4 jaar kunnen nog geen onderscheid maken tussen fantasie en de echte leefwereld. Voor hen is alles wat ze op het scherm zien levensecht. Vandaar dat het belangrijk is om het programma goed te kiezen, om geen angsten te wekken bij het kind. Het is ook belangrijk om de film samen te bekijken, zodat je eventuele vragen kunt beantwoorden en je kind in een eventuele stresserende situatie kunt geruststellen.

Praktisch

In elk geval is tot de leeftijd van 4 jaar de aanwezigheid van de ouders bij het kind vereist als het kind naar televisie kijkt. Je kunt uitleg geven als het kind bepaalde dingen niet begrijpt, je kunt vragen beantwoorden, het kind in je armen nemen als het bang is bij het bekijken van bepaalde beelden, troost bieden als een bepaalde passage het kind triestig maakt enz. Televisiekijken kan een moment van uitwisseling met het kind zijn. Door de tijd te nemen om met het kind te bespreken wat het gezien heeft, help je om zijn kritische geest te ontwikkelen.

## Momenten kiezen, duur beperken

Vermijd televisiekijken tijdens de maaltijden, die een gezellig gezinsmoment zouden moeten zijn zonder dat er naar een scherm wordt gestaard. Sommigen vinden het niet raadzaam om de televisie 's morgens vóór school (omdat dit een impact heeft op de concentratie en het leervermogen van het kind) of 's avonds vóór het slapen (omdat dit de slaap verstoort) aan te zetten.

We lezen vaak dat televisiekijken vóór de leeftijd van 2 à 3 jaar niet aanbevolen is, omdat de blootstelling aan televisie de hersenen overstimuleert en voorgoed kan veranderen. Andere adviezen zijn gematigder en hebben betrekking op de kwaliteit van de bekeken programma's, de tijd die wordt doorgebracht voor de televisie en de begeleiding van het kind tijdens het kijken.

Kinderen jonger dan 4 jaar moeten niet langer dan 30 minuten per dag televisiekijken. Van 4 tot 6 jaar bedraagt die duur niet meer dan een uur.

Tip: je moet al heel snel regels bepalen (en je daaraan houden!) zodat duidelijk is hoelang het kind mag televisiekijken. En zodra het programma gedaan is, moet je de televisie uitzetten.

De programma's moeten gekozen worden afhankelijk van de leeftijd van het kind. Vandaag bieden de televisiezenders een brede waaier aan van programma's die aangepast zijn aan deze parameter. Dvd's (en videocassettes) bieden het voordeel van de onmiddellijke keuze (die niet afhankelijk is van de programmering van de televisiezender)





# Acute diarree?

## ENTEROL®

Saccharomyces boulardii 250 mg



kinderen  
tot  
12 jaar



### ter aanvulling van orale rehydratie

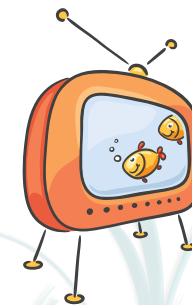
### een doordachte keuze



TUTTI FRUTTI



2 zakjes of 2 harde capsules per dag, in 2 innames



en dat ze zo vaak herbekeken kunnen worden als het kind maar wenst. En nog een groot voordeel: ze worden niet onderbroken voor reclame!

### Televisie en gezondheid van het kind

Wie televisie zegt, zegt reclameblokken. En op de kinderzenders zijn dat er veel! Een kind dat naar televisie kijkt, wordt daar dus aan blootgesteld. Snoep, zoetigheden, speelgoed, gadgets enz. zijn de belangrijkste thema's van de reclames.

Een kind dat neerzit voor een scherm beweegt (weinig of) niet en heeft dus niets van lichaamsbeweging.

Sommige programma's zijn gewelddadig: er bestaat een reëel gevaar dat het kind hieraan went en dit soms kopieert. Hoe jonger het kind, hoe meer het beïnvloed kan worden door wat het ziet. Vandaar dat het zo belangrijk is dat de ouders toezicht uitoefenen op wat het kind bekijkt.



Dit is een geneesmiddel. Lees aandachtig de bijsluiter en vraag raad aan uw apotheker. Geen langdurig gebruik zonder geneeskundig advies. Biocodex Benelux.





Het verband tussen obesitas en televisie werd vooral gelegd voor kinderen van 8 tot 10 jaar die meer dan 4 uur per dag doorbrengen voor de televisie. Je mag niet uit het oog verliezen dat een kind dat in zijn eentje naar televisie kijkt, deze eenzaamheid kan compenseren door te eten...

Een kind dat veel naar televisie kijkt, kan problemen ervaren om zich de werkelijkheid voor te stellen en kan een beperkte verbeeldingskracht hebben. Het risico bestaat dat dit kind werkelijkheid en fantasie met elkaar verwart. Te veel televisiekijken tast het concentratie- en leervermogen van het kind aan.

## In welke omstandigheden televisiekijken?

Idealiter zou de televisie niet in de woon- of eetkamer mogen staan, maar wel in een aparte kamer of in een gesloten kast.

Als ideale afstand om naar televisie te kijken, wordt vaak 5 keer het diagonaal van het scherm geopperd. In geval van een LCD- of plasmascherm rekent men 10 cm per inch (voor een scherm van 50 cm of 20 inch dus een afstand van 10 x 20 inch, hetzij 2 meter).

Het geluid mag niet te luid staan, zodat de aanwezige mensen niet verplicht zijn om hun stem te verheffen om verstaanbaar te zijn.

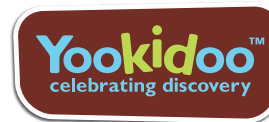
## Conclusie

Televisie maakt ontegensprekelijk deel uit van het leven van het kind en kan bijdragen aan zijn ontwikkeling. Zij het enkel op voorwaarde dat het gebruik beperkt wordt, dat de televisie andere ontwikkelingsactiviteiten niet vervangt, dat de programma's zorgvuldig worden gekozen, en dat je aan het kind duidelijk maakt wat het ziet. Kortom: op voorwaarde dat het kind begeleid wordt.

Dr. M.-F. Reynebeau

### MEER INFO

- 'Kinderkwesties: een digitale kinderwereld': een artikel met aanknopingspunten omtrent het gebruik van televisie en computer door kinderen, te raadplegen en te downloaden op de site van Kind en Gezin op het volgende adres: [http://www.kindengezin.be/Images/KK\\_digitaal\\_kinderwereld\\_tcm149-57178.pdf](http://www.kindengezin.be/Images/KK_digitaal_kinderwereld_tcm149-57178.pdf)
- « L'enfant et la télévision : pour en savoir plus » : een brochure te raadplegen en te downloaden op de site van de ONE op het volgende adres: [http://www.one.be/uploads/tx\\_tproducts/datasheet/brochure\\_enfant\\_tele\\_grand\\_06.pdf](http://www.one.be/uploads/tx_tproducts/datasheet/brochure_enfant_tele_grand_06.pdf)



## Gymotion Activity PlayLand

### Het speeltapijt dat volgt de groei van uw baby op

Het revolutionaire **Gymotion™** is een draagbare ontwikkelings speeltapijt dat volgt de groei van het baby op.

Het beschikt over een batterij-aangedreven muzikale buggy, die heen en weer rijdt langs een spoor en dient als basis voor de bevestiging van loshangend speelgoed dat de aandacht van baby's trekt. Of het nu beweegt wanneer het aan de bogen bevestigd is of van links naar rechts zweeft wanneer het spoor op de fantasie wondermat bevestigd is, de elektronische buggy zorgt voor eindeloze uren van **fascinatie** en **wonder** voor de baby, het wekt de **nieuwsgierigheid** van baby's op en stimuleert de **ontwikkeling** van tal van vaardigheden.



1



2



3



# Meer info over FeBab

**Welke zijn de activiteiten van de Belgische federatie van fabrikanten en groothandelaars in baby- en kinderartikelen (FeBab)? Een gesprek met P. Vanderbeken, voorzitter van de federatie.**

Het in 1996 opgerichte FeBab telt vandaag 37 leden. *“De belangrijkste doelstelling bestond erin de fabrikanten, distributeurs en invoerders van baby- en kinderartikelen te groeperen en hun gemeenschappelijke professionele, economische en sociale belangen te verdedigen”,* aldus P. Vanderveken. *“Daarna zijn we geëvolueerd tot de gesprekspartners van de bevoegde instanties, waaronder de Federale Overheidsdienst Economie die ons raadpleegt in geval van een veiligheidsprobleem met betrekking tot een baby- of kinderartikel dat aanwezig is op de Belgische markt. Op Europees vlak staat FeBab nauw in contact met de Europese Unie (ENPC), om te helpen bij de toepassing van de wetten en de behartiging van de belangen van de sector en van de consumenten”,* aldus de voorzitter van FeBab.

FeBab belooft elk jaar innovatieve bedrijven door de Baby Product Awards uit te reiken. De laureaten van dit jaar staan op de pagina hiernaast. FeBab staat ook in voor de samenstelling en de druk van de catalogus Hello-World waarin alle nieuwigheden van de FeBab-leden worden voorgesteld aan meer dan 100 winkels in België die gespecialiseerd zijn in baby- en kinderartikelwinkels.

*“FeBab heeft ook een internetsite ([www.febab.be](http://www.febab.be)) waarop informatie is te vinden over baby- en kinderproducten, maar waarop ouders ook informatie vinden over alles wat te maken heeft met de eerste kinderjaren”,* aldus P. Vanderbeken.

Binnenkort zal FeBab ook meewerken aan een campagne van het Belgisch Instituut voor de Verkeersveiligheid (BIVV) rond de veiligheid van kinderzitjes in de wagen. *“Het is de bedoeling de aandacht van de ouders te vestigen op de veilige montage van de zitjes van groep 0, met of zonder Isofix, en op de eventuele gevaren bij de aankoop van tweedehandse kinderzitjes. En de ouders er duidelijk op te wijzen dat het heel belangrijk is dat het zitje afgestemd is op de leeftijd van het kind.”*

M.-F. Reynebeau



## Palmares van de Baby Product Awards 2013

**FeBab**, de Belgische federatie van fabrikanten en groothandelaars in baby- en kinderartikelen, heeft voor de zevende maal de elf Baby Product Awards 2013 uitgereikt aan de meest innoverende producten in hun categorie.

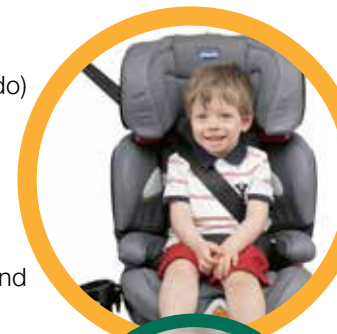
**Opzet** van deze awards is de fabrikanten, invoerders of agenten te belonen voor het dynamisme dat ze aan de dag leggen in hun zoektocht en voorstelling van steeds efficiëntere en veiligere producten.

**Een jury** van retailers, inkopers, vakjournalisten en gezondheidsorganisaties kwam in november bijeen om de dertig ingeschreven producten in elf categorieën te beoordelen, en stelde volgend palmares op:

- **BB slaapt:** Bednest van Bednest (Bacookie)
- **BB slaapt – Veiligheid:** Babyfoon IVM-150 van Alecto (Hesdo) Ex aequo: Babyfoon SmartNova van Nova (Roscon)
- **BB slaapt – Ontspanning:** Super Nomade nachtlampje van Pabobo (Mercator)
- **BB ontwikkelt zich – Ontspanning:** Wipstoel Cloudzz van Red Castle (Euro Distri Baby)
- **BB ontwikkelt zich – Activiteiten:** Gymotion Activity Playland van Yookidoo (Mike.E)
- **BB reist en wandelt – Autostoelen:** Oasys 2-3 Fix Plus van Chicco (Artsana)
- **BB reist en wandelt – Rollend materieel:** Yoyo van Babyzen (CNERJ)
- **Kleine BB-artikelen – Verzorging:** Intelligent Potty van Quax
- **Kleine BB-artikelen – Voeding:** Breast to Baby Kolf van Difrax (2Pharma)
- **Textiel en beddengoed:** Draagzak Travel Stowaway van Ergobaby (Roscon)

De consument kan **de laureaten** makkelijk in de winkel herkennen dankzij de sticker op het product of op de verpakking.

Voor meer informatie: [www.babyproductaward.be](http://www.babyproductaward.be)





# Kinderen helpen die bedplassen

*Bedplassen bij kinderen ouder dan 5 à 6 jaar blijft nog vaak een taboe. Door sommigen wordt het geminimaliseerd, maar dit moet het voorwerp uitmaken van een dialoog tussen ouders, kind en arts, om oplossingen aan te reiken voor een probleem dat aanzienlijke psychologische gevolgen kan hebben.*

Zindelijkheid bij een kind overdag en 's nachts is het resultaat van tal van musculaire, neurologische, psychische en sensorische mechanismen die volledig tot ontwikkeling komen. Dat gebeurt beetje bij beetje en geleidelijk aan naarmate het kind groter wordt. Maar op de leeftijd van 5 jaar plast 15 % van de kinderen nog in bed: het zogenaamde bedwateren. Hoe kan men helpen?

## Noch minimaliseren, noch dramatiseren

Het is een probleem dat niet geminimaliseerd of genegeerd mag worden, maar ook niet gedramatiseerd moet worden. Dit probleem vergt daarentegen een reeks maatregelen om het kind dat hieraan lijdt te helpen. Bedplassen na de leeftijd van 5 jaar kan immers gevolgen hebben voor de psychologische ontwikkeling en de sociale integratie van het kind: niet bij een vriendje kunnen gaan slapen, niet kunnen meegaan op bosklassen of niet kunnen deelnemen aan de sneeuwklassen kan ertoe leiden dat het kind zich afsluit van de buitenwereld. Het kind voelt zich anders dan de anderen. Het kan beschaamd en bang zijn – en kan een negatief zelfbeeld hebben.

De ouders moeten de situatie dus bespreken met het kind en garanderen dat alles in het werk zal worden gesteld om het te helpen.

## Een arts raadplegen

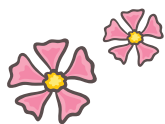
Bedwateren kan veroorzaakt worden door:

- het feit dat het kind niet wakker wordt als zijn blaas vol is en zich samentrekt; dat is de zogenaamde afname van de ontwaakcapaciteit;
- een blaas die te snel werkt: de blaas trekt zich onbewust en plots samen en het kind plast in bed als het niet snel genoeg wakker wordt. In geval van een hyperactieve blaas kan het kind ook overdag 'ongelukjes' hebben.
- te hoge urineproductie 's nachts: terwijl er 's nachts normaal gezien maar weinig urine geproduceerd wordt, produceren sommige kinderen meer urine dan hun blaas kan bevatten.

Maar bedplassen kan ook wijzen op een blaasprobleem, een urineweg-infectie, een te grote nuttiging van vloeistoffen of constipatieproblemen.

U moet weten dat er ook een erfelijke factor meespeelt bij bedplassen: een kind waarvan één van de ouders een bedplasser was, loopt 44 % risico geconfronteerd te worden met hetzelfde probleem. Dit percentage stijgt tot 77 % als beide ouders bedplassers waren.

Het is dus noodzakelijk de arts van het kind te raadplegen om meer te weten te komen over de oorsprong van het bedplassen en om de vereiste maatregelen te treffen om dit probleem aan te pakken.



De arts zal in een eerste fase zeker vragen om een kalender bij te houden waarop u gegevens aangeeft zoals de momenten waarop het kind plast, de hoeveelheid urine (enkele druppeltjes of een grote hoeveelheid), de dranken, de hoeveelheid drank, het moment waarop het kind drinkt, ...

Deze informatie helpt de arts om een keuze te maken uit de voor te stellen oplossingen en zal de basis vormen voor het gesprek met de ouders en het kind.

## Te treffen maatregelen

Eerst wat u moet doen: het kind een schuldgevoel geven (wat het tijdens zijn slaap doet, gebeurt onbewust), straffen of vernederen, het 's avonds niet meer laten drinken, het kind 's nachts wakker maken om te plassen.

Naast de behandelingen die de arts kan voorstellen (geneesmiddelen, geluidsalarm, kinesitherapie, ...), zijn er ook een aantal zaken die de ouders onmiddellijk kunnen invoeren:

- ▶ het kind aanmoedigen om overdag te drinken en het drinken 's avonds beperken;
- ▶ het kind aanmoedigen om overdag regelmatig te plassen (om de 2 uur, zonder aan te dringen) en het kind net vóór het slapengaan laten plassen;
- ▶ de hoofdmaaltijd lang genoeg vóór het slapengaan geven;
- ▶ het kind een aangepaste luier of discreet nachtondergoed voorstellen dat 's nachts een goede bescherming zal bieden en zal voorkomen dat het kind ontwaakt in een nat bed;
- ▶ Een kalender bijhouden om de vooruitgang op te volgen.

Naast dit alles is er een permanente dialoog met het kind vereist: het kind moet weten dat zijn ouders alles in het werk stellen om zijn probleem te helpen oplossen. Dat kan tijd vergen en dit vraagt constante inzet van de ouders en van het kind. Maar bedplassen is op te lossen!



## Verstopte neus

**Ontzwelt onmiddellijk en natuurlijk**

*Vanaf 3 maanden*

- **VEILIGHEID**
  - Dop met kraagje
  - Aangepaste straal
- **HYGIËNE**
  - Beschermend kapje
  - Steriele dosissen
- **COMFORT**
  - 100ml: ideaal formaat



Stérimar hypertonisch baby – kinderen ontzwelt onmiddellijk het neusslijmvlies door het osmose effect. Draagt bij tot het verminderen van de bacteriële toename in de NKO-sfeer. Vergemakkelijkt samengaannde behandelingen.

Vraag raad aan uw apotheker

In 't kort

## Nieuw verzorgingsgamma voor de allerkleinsten

Het babyverzorgingsgamma van CORINE DE FARMER is bijzonder goed geschikt voor de ultragevoelige babyhuid, dankzij de natuurlijke ingrediënten (minimum 95 %) waaruit de verzorgingsproducten bestaan. Dit Franse merk van schoonheidsproducten heeft voor het jaar 2013 een volledig herwerkt gamma babyverzorgingsproducten op basis van biologische Calendula in petto.

Het verzachtende, rustgevendende en beschermende effect van Calendula op de huid zorgt ervoor dat Calendula een ingrediënt is dat steeds meer gebruikt wordt in cosmetica. Ook alle babyhuidverzorgingsproducten van CORINE DE FARMER zullen Calendula als hoofdingrediënt hebben, en bovendien zal het gaan om biologische Calendula! Bij gebruik als extract in crèmes, shampoos, gel of toiletmelk heeft Calendula een verzachtende en reinigende impact op de huid. Calendula kalmeert de huid ingeval van roodheid of irritatie.

De toilet- en verzorgingsproducten bevatten geen parabenen, kleurstoffen, alcohol of fenoxoethanol en zijn allemaal hypoallergeen.



## Lilliputiens breidt zijn babygamma uit

Lilliputiens is in de eerste plaats gekend voor zijn superzachte knuffels in prachtige kleuren. Nu de lente in het land is, krijgen Walter, Liz en al hun vriendjes het gezelschap van Juliette, de kleine rups.

Het merk heeft ook zijn gamma uitgebreid en biedt nu spelletjes in karton (puzzels, een theater, domino's, boekjes enz.) en spelletjes in stof aan.

Bij Lilliputiens vind je ook alles wat je nodig hebt in bed: bedomranding, meegroeislaapzakken, panelen met opbergvakjes enz.

Voor meer info:  
[www.lilliputiens.be](http://www.lilliputiens.be)



# EEN GOEDE START

met Vitamine D !

De « zonne-vitamine » helpt het beenderkapitaal van uw kind op te bouwen, vanaf de geboorte.

# VISTA+D3<sup>TM</sup> 400 Junior

## ZO PRAKTISCH EN ZO GEMAKKELIJK !

1 klein smeltabletje / dag



### Gedaan met druppels tellen !

Nu kunt u de juiste dagelijkse hoeveelheid vitamine D3 (400 eenheden) aan uw baby geven op een heel eenvoudige manier:

**Toevoegen in de zuigfles**, even schudden en het is opgelost !

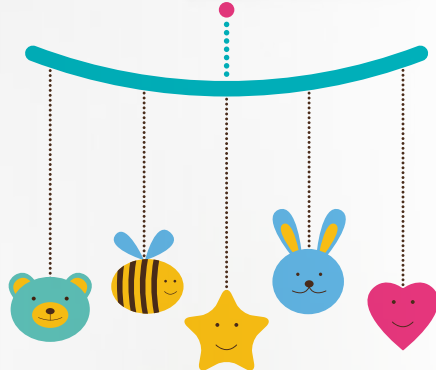
**Voor kleuters en scholieren**, het smeltabletje op de tong laten smelten.

Aanbevolen prijs: 10,90€ voor 120 tabletten (CNK 2952-349)

Vraag raad aan uw arts of apotheker !

VISTA+Life  
PHARMA





# Een bedje op maat

Alles in de kinderkamer, van het bed tot de decoratie, evolueert naarmate het kind groter wordt. Want de behoeften zijn op elke leeftijd anders...

Het belangrijkste element in deze kamer is het bed.

Alles in de kinderkamer, van het bed tot de decoratie, evolueert naarmate het kind groter wordt. Want de behoeften zijn op elke leeftijd anders...

Het belangrijkste element in deze kamer is het bed.

## Draagmand of bedje?

Er bestaan verschillende types van bedjes voor de allerkleinsten. Naast het klassieke spijlenbed zijn er ook draagmanden, wiegjes met of zonder wielen of hangwiegjes. Allemaal heel verleidelijk. Maar voordat je overhaast tewerk gaat en iets koopt waarvan je gewoon helemaal weg bent en waarin je baby zo goed zal liggen, is het niet nutteloos om na te denken over verschillende punten:

► **de stabiliteit:** je moet nagaan of het bed of de wieg stabiel is. Als het uitgerust is met wielen, moeten die idealiter vastgezet kunnen worden. Zorg ervoor dat de draagwieg niet kan bewegen, kan blijven hangen of omgestoten kan worden. Dezelfde aanbeveling geldt als de wieg bevestigd wordt aan het plafond of op een driepoot staat.

► **de veiligheid:** in geval van een spijlenbed mag de afstand tussen de spijlen niet meer bedragen dan 8 cm. Als de afstand wel meer bedraagt dan 8 cm, kan de baby zijn hoofdje ertussen steken en zou hij kunnen stikken.

## Praktisch

► **het comfort van de ouders:** een klassiek spijlenbed is doorgaans uitgerust met een in de hoogte verstelbare bodem. Dat is ideaal om niet te diep te moeten buigen als de baby nog klein is. Maar je moet eraan denken om de bodem lager te leggen naarmate het kind groeit, zodat je kind op een dag niet over de spijlen stapt en uit zijn bedje valt...

► **de levensduur van het gekozen 'bed':** iedereen weet dat een baby'tje zich veilig voelt in een cocon waarin het wordt gehuld. Een draagmand of een wieg zijn daarvoor perfect. Maar slechts van 0 tot 3 maanden, want daarna moet je denken aan een ander bed.

► **de mogelijke decoratie:** Een bedomranding kan het bedje opfleuren en kan tegelijkertijd het hoofdje van je baby beschermen bij een eventuele stoot tegen de zijkanten van het bed. Zorg ervoor dat de omranding goed vastgemaakt is, zodat ze niet op de baby valt! En naarmate het kind groter wordt, mag deze decoratie het niet verhinderen om te zien wat er allemaal gebeurt rondom zich...

Op een dag breekt het moment aan waarop de tot kind uitgegroeide baby in een eenpersoonsbed kan slapen. Ook hier is de keuze heel ruim: van het klassieke bed tot een bed in de vorm van een kasteel, een auto of een piratenboot. Nagenoeg alles bestaat... Aan jou om te beoordelen of het bed met die held die specifiek is voor een bepaalde leeftijd, ook later in de smaak zal blijven vallen...

## Een matras met de juiste afmetingen

Ongeacht het bed, de draagmand of de wieg waarin de baby slaapt, moet de maat van de gebruikte matras correct zijn, zodat het kind niet kan wegglijden en niet vast kan komen te zitten tussen de matras en de zijkanten van het bed in kwestie.

De matras moet idealiter stevig zijn om het kind correct te ondersteunen.

Koop bij voorkeur een matras die behandeld is tegen mijten en bacteriën.

Sommige matrassen zijn voorzien van een afneembare hoes die gewassen mag worden. Dat is handig als het kind eens braakt in zijn bedje of later, in de periode van de zindelijkheidstraining, een 'ongelukje' heeft. Denk in dit laatste geval aan wegwerpbedzeiltjes onder het hoeslaken dat de matras beschermt. Zo moet je maar één laken wassen, en niet de matrashoes...





Later, als het kind groter is, mag je niet vergeten om de matras tijdig te vervangen: men hoort vaak dat dit om de 10 jaar moet gebeuren, maar alles hangt af van de structuur van de matras en van de staat ervan na tal van sprongen en tuimelingen van de kinderen...

## Slaapzak, dekbed of deken?

Tip: geen dekbed of hoofdkussen vóór de leeftijd van 18 maanden, omdat een baby hierin zou kunnen stikken.

De meest gebruikte oplossing is een slaapzak aangepast aan de grootte van het kind en het seizoen. Er bestaan allerlei slaapzakken (met of zonder mouwen, met verwijderbare mouwen, in stof, in fleece, in dons, met een rits, met drukknopen, ...) in alle kleuren.

Opgelet: slaapzakken zijn niet geschikt voor de allerkleinste baby's (bv. prematuren), omdat het formaat niet is afgestemd op hun grootte! Geef dan de voorkeur aan een klassiek laken met een deken. De slaapzak zal voor later zijn!

Als je kind 18 maanden is, kan je overschakelen op een dekbed. Kies een dekbed dat aangepast is aan de afmetingen van het babybed en opteer niet voor een dekbed dat bestemd is voor een bed voor volwassenen, tenzij het bed van je kind al van dit type is.

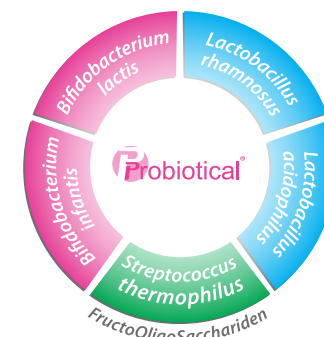
## En ook...

De muziekmobiel moet goed vastgemaakt worden aan het bed of aan de wieg. Ze mag absoluut niet loskomen bij de minste aanraking. Opgelet ook dat je in het bed geen speelgoed legt dat de aandacht te veel zou kunnen trekken en het kind kan verhinderen om te slapen. Een nachtlampje kan geruststellend zijn. Maar het kind mag niet bij de kabel kunnen, zodat het lampje niet op het kind kan vallen. Pluchen beestjes zijn welkom als decoratie. Tolerereer in het bed enkel de persoonlijke knuffel, maar geen andere vriendjes die het gezicht van het kind zouden kunnen bedekken en een risico op verstikking kunnen inhouden. Om volkomen veilig te slapen, moet alles wat gevaarlijk kan zijn uitgedaan worden: haal speldjes uit het haar en doe het armbandje of halskettinkje uit. En denk eraan: een klein kind moet altijd op de rug slapen, behalve als je arts je aanbeveelt om je kind om medische redenen anders te laten slapen.

Dr. M.-F. Reynebeau

# Probiotal<sup>®</sup>

**Geen smaak, geen geur**  
Aanbevolen in een warme papfles



**Gebruik :**  
1 tot 2 caps./d



# Leve de pretparken!

Met de komst van de lente en de eerste zonnestraaltjes krijgen we al snel zin om een leuke tijd te beleven in een pretpark. Hoe een pretpark kiezen en hoe met volle teugen genieten? Babyssimo geeft u enkele tips!

Het ontbreekt niet aan pretparken in België. We hebben dierenparken, waterparken, parken waar u prachtige wandelingen kunt maken, parken met attracties waarop kinderen van elke leeftijd uit de bol kunnen gaan, ... Kortom: jong en oud kunnen dolle pret beleven in ons land!

Maar voordat u uw keuze laat vallen op een bepaald park, is het nuttig om de gekozen locatie en een aantal zaken te controleren:

- ▶ Neem de tijd om te bekijken of het **park een internetsite heeft** waarop u doorgaans nuttige inlichtingen vindt: de verschillende attracties, de openingsuren, de parkings, de tarieven, de restaurants, de picknickzones enz.
- ▶ Ga na of de **attracties in het park afgestemd zijn op de leeftijd** van uw kind(eren): bepaalde parken zijn vooral geschikt voor grotere kinderen en helemaal niet voor de allerkleinsten.
- ▶ Controleer of u **online tickets kunt kopen**: de prijs kan lager zijn dan aan de kassa. En zo voorkomt u dat u moet aanschuiven aan de kassa's van het park!

- ▶ Druk indien mogelijk **het plan van het park** af: u zult tijd winnen om rechtstreeks naar de plaatsen te gaan die het interessantst zijn voor uw kind(eren) en het plan zal handig van pas komen mocht u toevallig verloren lopen...
- ▶ Kom indien mogelijk **vroeg aan in het park**: bepaalde attracties zijn dan vlotter toegankelijk.
- ▶ **Plan uw dag**: voorzie een pauze halverwege de dag voor het middageten en om de kleinsten een middagdutje te laten doen.
- ▶ **Neem uw picknick mee** als u niet te veel geld wilt uitgeven. Controleer echter vooraf of dit toegelaten is in het park van uw keuze!
- ▶ **Neem reservekleding mee**: een valpartij is snel gebeurd en een beker is snel omgegooid als kinderen zich amuseren! U kunt dus beter vooruitziend zijn!
- ▶ **Neem een reisapotheek mee** (arnicakorreltjes, ontsmettingsmiddel, steriele kompressen, pleisters, ...), kwestie van pijntjes te kunnen verzorgen...
- ▶ **En bekijk tot slot welk weer het zal worden** op de dag van de uitstap: sommige attracties blijven dicht bij slecht weer. En een bezoek onder een stralend zonnetje is altijd veel aangenamer dan een bezoek in de regen...

Veel plezier!

## Voor meer informatie over de parken in België

- [www.springintveld.be](http://www.springintveld.be)
- [www.wattedoen.be](http://www.wattedoen.be)
- [http://www.petitfute.be/\\_parcs-animaliers/-all](http://www.petitfute.be/_parcs-animaliers/-all)
- [http://www.petitfute.be/\\_parcs-d-attraction/-all](http://www.petitfute.be/_parcs-d-attraction/-all)
- [http://www.petitfute.be/\\_parcs-a-theme/-all](http://www.petitfute.be/_parcs-a-theme/-all)
- [http://www.petitfute.be/\\_parcs-aquatiques/-all](http://www.petitfute.be/_parcs-aquatiques/-all)



M.-F. Robin



## Gamma So Chic van Tigex

Met zijn nieuwe collectie So Chic die geïnspireerd is op de aanbevelingen van een stijlbureau dat Black & White mixt met Barok Rock, stelt Tigex een chique en ergonomische lijn voor met resoluut moderne motieven.

De zuigflessen met brede hals en de anatomische brede Air Control speen bevorderen de overgang van borstvoeding naar flessenvoeding door een natuurlijke zuigwijze te garanderen die aanleunt bij borstvoeding. Je kunt deze zuigflessen opbergen, laten uitdruipen en zelfs uitstellen in een zuigflessenbox met een bijpassend motief.

Het fysiologische mondstuk van de fopspenen, dat perfect aangepast is aan het gehemelte van de baby, garandeert een goede positionering van de tanden en de tong en voorkomt elk risico van misvorming. Om de 2 favoriete fopspenen van je baby overal mee te nemen, is het stoffen fopspeenetui niet alleen praktisch maar ook hygiënisch.

Het So Chic fopspeenkoordje wordt aan de ene kant vastgeklemd aan de fopspeen zelf en aan de andere kant aan de kleding van de baby, met een klem zonder metalen stukje. Het fopspeenkoordje bestaat uit een soepel bandje in elastomeer dat gemakkelijk schoongemaakt kan worden.



## Maak de wereld vrij van nachtmerries in « Rise of the Guardians »

Maak kennis met de vijf Guardians uit de Dreamworks productie en duik in de avontuurlijke wereld van Rise of the Guardians. Je ontdekt er het prachtige paleis van de Tandentee of de sierlijke speelgoedfabriek van de Kerstman. Laat je onderdompelen in een fenomenale kindersfeer.

Als je goed speelt, krijg je toegang tot steeds meer bijzonderheden, waardoor je sterker en sterker wordt. Elke Guardian heeft een eigen set van opwaardeerbare superkrachten: ontketen snoeiharde sneeuwbalanvallen, gooi exploderende paaseieren of roep zwermen minuscule tandenteeën op! Blijf originele power-ups en upgrades voor wapens vrijspelen en zorg voor een gelukkig einde.

De game ligt in de winkel voor 3DS, DS, PS3, Wii & Xbox.



## Wedstrijd Babyssimo

Te winnen:

3 x 1 spel worden verdeeld



10 x 1 trolleys Toy Story Mania worden verdeeld (te verkrijgen in de kantoren van Babyssimo)

10 x 1 Tom de tijger knuffel (uit Oeko-Tex gecertificeerde stoffen) worden verdeeld



10 x 1 Clara de panda knuffel (uit Oeko-Tex gecertificeerde stoffen) worden verdeeld

32 x 1 pakje Pampers UnderJams worden verdeeld



Rise of the Guardians Xbox (3 x 1 spel worden verdeeld)



### Wedstrijdvragen:

1. Wat betekent de afkorting ECC in de tandheelkunde?
2. Op welke afstand neem je idealiter plaats om televisie te kijken op een LCD-scherm van 40 inch?
3. Welk percentage volwassenen eet niet één stuk vers fruit per dag (volgens de laatste voedselconsumptiepeiling in België in 2008)?

### Schiftingsvraag (om in geval van een ex aequo te kunnen beslissen):

Hoeveel wedstrijdformulieren zullen we voor 20 juni 2013? De winnaars worden ten laatste op 1<sup>ste</sup> juli 2013 persoonlijk verwittigd.

Als U één van onze winnaars bent, zou U graag Pampers Onderjams als cadeau krijgen?

- Ja - Leeftijd van mijn kind:   
 Meisje  Jongen

### Antwoordcoupon

Antwoord op vraag 1: .....  
 Antwoord op vraag 2: .....  
 Antwoord op vraag 3: .....  
 Antwoord op de schiftingsvraag: .....  
 Naam en voornaam: .....  
 E-mail (\*): .....  
 Adres (\*): .....  
 .....  
 Tel. (\*): .....

Stuur her deelnameformulier in een voldoende gefrankeerde omslag naar NEW WAY, Babyssimo Wedstrijd Nr16, 775, Leuvensesteenweg - 1140 Evere

(\*) Verplicht veld voor de wedstrijd

Om nog beter aan uw verwachtingen te voldoen en de onderwerpen die u interesseren te behandelen, gelieve uw ideeën, opmerkingen en toelichtingen naar ons op te sturen. Het redactiecomité bedankt u op voorhand.

# Novalac Caesar

**NIEUW**

## Royale voeding voor kleine keizertjes



Moedermelk is de ideale voeding voor de zuigeling. Raadpleeg uw dokter alvorens de beslissing te nemen om een zuigelingenmelk te gebruiken. Het is belangrijk voor uw kind om een gevarieerde en evenwichtige voeding te hebben evenals een gezonde levensstijl. Het gunstig effect van DHA wordt verkregen bij een dagelijkse inname van 100mg.



**Novalac Caesar 2** bevat een unieke mix van Bifidobacterium lactis en Lactobacillus rhamnosus die de darmflora ondersteunt. Dankzij de hoge concentratie van het vetzuur DHA, draagt Novalac Caesar 2 bij tot de normale visuele ontwikkeling van zuigelingen tot de leeftijd van 12 maanden. Nog nooit was een flesvoeding zo royaal voor uw kleine keizertje.



**Arnidol**<sup>®</sup>  
gel stick

Mama, heb je de  
magische stick?  
Ik ben gevallen!



**NIEUW!**

Arnidol<sup>®</sup>, de handige gel stick  
Verkrijgbaar in uw apotheek  
Meer info op [www.arnidol.be](http://www.arnidol.be)

[www.ixx.be](http://www.ixx.be)