



Kindboekje

van



Opgroeien

Kind & Gezin





Dit Kindboekje is van

Voornaam _____

Familienaam _____

Elk Kindboekje is uniek. Heb je het ergens gevonden?

Bedankt om ons te verwittigen:

Ouder(s) _____

Adres _____

E-mailadres _____

Telefoon _____

Geboortegegevens

Geboortedatum

--	--	--

Zwangerschapsduur

weken	dagen

Gewicht

kg	g

Lengte

cm

Hoofdomtrek

cm

Geboorteplaats

--



Dit Kindboekje is een **heen-en-weer-boekje tussen jou en de zorgverleners**. Wanneer jullie het samen invullen, verzamelt het alle belangrijke gegevens over je kind.

Kind en Gezin is er om te helpen. Op **kindengezin.be** vind je veel **informatie en tips**. Je kan er ook **chatten** met een verpleegkundige van de Kind en Gezin-Lijn.

Heb je **vragen of twijfels**, aarzel niet om ons te **contacteren**. Neem contact op met je Kind en Gezin-team of de Kind en Gezin-Lijn op 078 150 100.



Breng dit boekje mee

Laat het invullen door Kind en Gezin en alle andere zorgverleners (vroedvrouw, huisarts, kinderarts, tandarts ...).





Waarvoor kan je op Kind en Gezin rekenen?

Vanaf de geboorte tot je kind 3 jaar is, staan we klaar voor jou en je gezin. We **volgen de ontwikkeling en het opgroeien** van je kind op. We zoeken samen antwoorden op je **vragen** over gezondheid, opvoeding en ouderschap, veiligheid, voeding ...

Op mijn.kindengezin.be kan je terecht om:

- je **attest** inkomenstarief aan te vragen of te herberekenen bij meerdere kinderen in de kinderopvang
- een **afpraak** te maken, verplaatsen of annuleren
- je aanvraag **zorgtoeslag** te vervolledigen en op te volgen



Wie zijn we en wat doen we voor jou?

Kind en Gezin werkt in elk team met verschillende experts, die samenwerken om gezinnen zo goed mogelijk te ondersteunen.



Vrijwilliger

De vrijwilligers **verwelkomen** je in het consultatiebureau. Ze meten en wegen je kind.



Verpleegkundige

De verpleegkundige volgt de **groei, ontwikkeling en vaccins** van je kind op en staat samen met jou stil bij belangrijke thema's over **gezondheid, ouderschap en opvoeding**.



Arts

Tijdens de consultaties voert de arts preventieve **onderzoeken** uit. Hiermee spoort de arts bepaalde onderliggende aandoeningen op. De arts dient ook vaccins toe.



Kind en Gezin werkt samen

De lokale teams werken samen met andere organisaties. Dat gebeurt bv. in **Huizen van het Kind**. Daar werken alle partners samen aan een **ruim aanbod rond opgroeien en opvoeden**.



Sociaal werker

De sociaal werker **ondersteunt** jou bij alle mogelijke vragen over je inkomen, opleiding, huisvesting, verslaving ...



Psychopedagoog

Wil je een **opvoedingsvraag** diepgaander bespreken? De psychopedagoog geeft advies als je vragen hebt over slapen, huilen, zindelijkheid, jezelf als ouder, peuterpuberteit ...



Gezinsondersteuner

De gezinsondersteuner werkt vanuit persoonlijke ervaring. De gezinsondersteuner verbindt je met gepaste zorg of hulp. Ook voor **verduidelijking** van het advies van andere dienstverleners kan je bij de gezinsondersteuner terecht.

Wat hebben wij te bieden?

Al onze huisbezoeken, consultaties en testen zijn **gratis!**



Huisbezoek

Een huisbezoek is het ideale moment om rustig je **vragen en ervaringen te bespreken.**



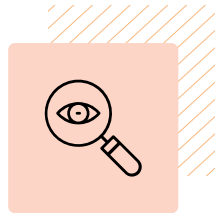
Opvoedingsondersteuning

Het is normaal dat je als ouder **vragen** hebt rond opvoeding. Stel gerust je vraag tijdens een contactmoment, telefonisch of online. Vraag zeker ook naar het extra aanbod rond opvoeding, zoals het **spreekuur ouderschap en opvoeding.**



Gehoortest

De gehoortest spoort **aangeboren gehoorafwijkingen** op een veilige en pijnloze manier op. Is je kind **3 weken** oud en heb je nog geen afspraak voor een gehoortest? Neem contact op met de Kind en Gezin-Lijn zodat de test op tijd afgenomen kan worden.



Oogtest

Tijdens de consultaties van **12 en 30 maanden** voert de verpleegkundige een oogtest uit. De test gaat na of er een risico bestaat op een 'lui oog' en spoort enkele **ernstige oogafwijkingen** op.



Consultaties

Voor de opvolging van je kind kom je langs in het consultatiebureau voor een aantal basisconsultaties. De momenten zijn zo gepland dat ze aansluiten bij **belangrijke veranderingen** in de ontwikkeling van je kind en bij het **vaccinatieschema**. Je vindt een overzicht op pagina 34-35.

START
KENNISMAKING
MET
KIND EN GEZIN

HUISBEZOEK OP 2 WEKEN

GEHOORTEST
ROND
3 WEKEN

CONSULTATIE OP
12 MAANDEN

CONSULTATIE OP
9 MAANDEN

CONSULTATIE OP
6 MAANDEN

CONSULTATIE
OP 16 WEKEN

CONSULTATIE
EXTRA
VOOR
PREMATIUREN
OP 13 MAANDEN

CONSULTATIE
OP 15 MAANDEN

KIND EN GEZIN
CONTACTEERT JE OP
18 MAANDEN

CONSULTATIE
OP
24
MAANDEN



De 15 momenten in het basistraject



Het basistraject bestaat uit huisbezoeken en consultaties. De verpleegkundige en arts volgen de **groei, gezondheid en ontwikkeling** van je kind op. Zowel motorisch, verstandelijk als sociaal-emotioneel. Ze dienen ook de vaccins toe. Ze vragen **hoe het met jou en de baby gaat** en je kan ook altijd jouw **vragen stellen**.



Huisbezoek: Een medewerker van Kind en Gezin komt langs op huisbezoek.



Gehoortest: Tijdens deze consultatie wordt de gehoortest uitgevoerd. Lees meer op p. 11.



Oogtest: Tijdens deze consultatie wordt een oogtest uitgevoerd. Lees meer op p. 11.



Vaccinaties: Tijdens deze consultatie wordt er (meestal gratis) een vaccin gegeven. Meer informatie op p. 31.



Prematuren: Prematuur geboren baby's (<37 weken) worden tijdens deze consultatie gezien door de arts én verpleegkundige.

We maken tijd voor alle vragen

Voor al deze thema's kan je bij Kind en Gezin terecht, zowel tijdens onze fysieke contacten als op onze website.

Hoe krijg ik steun?



Professionals en vrienden



Groeipakket



Kinderopvang en school



Wonen, opleiding, werken, inkomen

Hoe voel ik me?



Gezondheid



Relatie



Zwanger en geboorte



Verwachtingen



Terug werken



Emoties



Hoe gaat het met mijn kind?



Voeding



**Groei en
ontwikkeling**



**Gezondheid
en ziekte**



Emoties en gedrag



**Spelen en
bewegen**



Huilen en slapen

Hoe voed ik mijn kind op?



Veiligheid



Zorgen in gezin



Rust en regelmaat



Opvoeding



Interactie



Vertalingen

“ Kind en Gezin is er niet enkel om te wegen of te meten ... Ook op je opvoedingsvraag zoeken wij samen een antwoord! Er zijn collega's die hier speciaal voor opgeleid zijn.

– **Anse**

verpleegkundige bij Kind en Gezin



Wil je iets diepgaander bespreken? Dat kan.

Vraag naar een extra huisbezoek, een spreekuur ouderschap en opvoeding, een extra (digitaal) contact ... voor **advies op maat**.

Samen met jou willen we onze dienstverlening aanpassen aan wat jij belangrijk vindt voor je kind en je gezin. Het traject kan er voor iedereen anders uitzien.





Opvolging

Een regelmatige opvolging draagt bij tot een goede gezondheid op korte en lange termijn. Vrijwilligers en zorgverleners kunnen hier **alle metingen noteren**: gehoor- en oogtest, opvolging van de groei, gezondheidsproblemen en mondzorg.



Kind en Gezin voert preventieve onderzoeken uit



Voor **diagnoses, behandelingen** of **opvolging van ziektes** ga je langs bij je **huisarts of kinderarts**.

Meten en wegen

Groei is een belangrijke **aanwijzing voor de gezondheid en het welzijn** van een kind. Het is belangrijk om het gewicht, de lengte en de hoofdomtrek van je kind **regelmatig op te volgen**. De verpleegkundige of arts onderzoekt ook de ontwikkeling van je kind op elk consult.

De verpleegkundige screent je baby op eventuele **oog- en gehoorproblemen**.



Test	Datum	Resultaat	Opvolging
 Gehoortest		re li	
		re li	
 Oogtest			

Datum

Leeftijd

Gewicht

Lengte

Hoofdomtrek



Datum	Leeftijd	Gewicht	Lengte	Hoofdomtrek

Datum	Leeftijd	Gewicht	Lengte	Hoofdomtrek



Datum	Leeftijd	Gewicht	Lengte	Hoofdomtrek

Elektronisch dossier online

Via My HealthViewer kan je een samenvatting van het elektronisch dossier (Kindrapport) bekijken: **groeicurven, resultaten** van onderzoeken (gehoortest, voeding ...), **ontwikkelingsonderzoek en vaccinaties**. Lees meer op p. 70.



Heeft je kind specifieke gezondheidsproblemen?

Vul deze pagina samen in met je huisarts of kinderarts.

Gezondheidsproblemen, onderzoeken en opvolging

Datum



Ernstige allergie

Datum

Ernstige reactie op geneesmiddelen

Datum

Melktanden

Baby's krijgen op gemiddeld **6 maanden hun eerste tand**, maar dat kan erg verschillen. Rond de leeftijd van 2,5 jaar is het melkgebit volledig gevormd.

Vanaf de doorbraak van de tanden kan je kind al eens **mee** met jou **op controle** bij je tandarts of mondhygiënist. Hoe vroeger dat lukt, hoe beter, maar doe het zeker **voor je kind twee jaar is**.

De ziekenfondsen **betalen** de basismondzorg voor kinderen onder de 18 jaar **volledig terug**, als je tandarts zich houdt aan de tarieven die met hen afgesproken zijn.

Een goede mondgezondheid is belangrijk

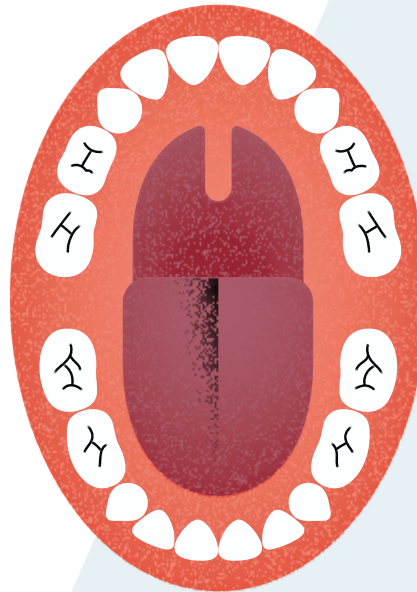
Poets vanaf de eerste tand met fluoridehoudende tandpasta.





Wanneer verschijnen de tanden van je kind?

Vul de datum in op de tekening.







Op controle

Datum

Opmerkingen van de tandarts of vragen die je wil stellen

Datum	Opmerkingen van de tandarts of vragen die je wil stellen





Waarom vaccineren?

De infectieziekten waartegen gevaccineerd wordt, kunnen ernstige gevolgen hebben. Vaccins zorgen ervoor dat het immuunsysteem van ons lichaam antistoffen aanmaakt. Zo heeft je kind **veel minder kans om die ernstige infectieziekten te krijgen.**

Vaccinatie beschermt niet alleen je kind, maar ook je gezin en omgeving omdat de ziekte zich minder makkelijk verspreidt.

Check als ouder ook je vaccinatiestatus bij je behandelend arts.

Wanneer vaccineren?

Elke pasgeborene krijgt antistoffen van de moeder, maar die beschermen niet maandenlang. **Start** daarom **op tijd** met de vaccinaties en **respecteer de leeftijden** van het vaccinatieschema. Zo zorg je ervoor dat je kind optimaal beschermd is. Een verkoudheid of antibiotica zijn geen redenen om vaccineren uit te stellen.

Is je kind **ziek**, annuleer dan je afspraak en maak een nieuwe. Bel de Kind en Gezin-Lijn of maak een nieuwe afspraak op mijn.kindengezin.be.

Meer weten over vaccinaties?

Op kindengezin.be bundelen we alle informatie over de verschillende vaccins, ziektes en nevenwerkingen ...





Na de prik

Blijf na de vaccinatie altijd nog **15 minuten onder toezicht**, zo kan de arts of verpleegkundige bij eventuele onmiddellijke reacties snel hulp bieden.







Ernstige bijwerkingen zijn uiterst zeldzaam. **Lichte bijwerkingen** zijn wel mogelijk, maar van korte duur: koorts (38°C of meer), lichte pijn, roodheid, zwelling of verharding op de injectieplaats. Bij vaccinatie tegen mazelen, bof en rode hond kan die koorts nog opduiken tussen de zesde en de twaalfde dag na de prik.

Huilt je kind abnormaal veel of langdurig, heeft je kind pijn of maak je je zorgen na de prik? Neem dan contact op met je huisarts of kinderarts.

Mijn vaccinaties

Kind en Gezin raadt aan om **het volledige basisschema**, voorgesteld door de Hoge Gezondheidsraad, te volgen. De meeste vaccins zijn **gratis**. De **polio-vaccinatie** is **wettelijk verplicht**. Je kind kan gevaccineerd worden **in een consultatiebureau** van Kind en Gezin, bij de huisarts of bij de kinderarts.

De arts of verpleegkundige noteert hier en in het online dossier welke vaccins je kind wanneer gekregen heeft.

Vaccinatie tegen	8 weken	12 weken	16 weken
 <p>COMBINATIEVACCIN</p> <p>polio (kinderverlamming) difterie (kroep) tetanus (klem) pertussis (kinkhoest) hepatitis B (geelzucht) haemophilus influenzae type b (hersenvliesontsteking)</p>			
 <p>pneumokokken (hersenvliesontsteking + longontsteking) Bij een zwangerschapsduur van minder dan 37 weken wordt er een extra dosis toegediend op de leeftijd van 12 weken.</p>		Extra dosis voor prematuren	
 <p>rotavirus (maag- en darmontsteking) Het rotavirusvaccin wordt oraal toegediend en kost ongeveer € 12 op doktersvoorschrift. In de koelkast bewaren (2-8°C). Er zijn 2 of 3 dosissen nodig, afhankelijk van het merk.</p>			



15 maanden

Bij een zwangerschapsduur van **minder dan 37 weken** worden de vaccins van 15 maanden **vervroegd naar 13 maanden**.

Vaccinatie tegen

12 maanden

 COMBINATIEVACCIN polio (kinderverlamming) difterie (kroep) tetanus (klem) pertussis (kinkhoest) hepatitis B (geelzucht) haemophilus influenzae type b (hersenvliesontsteking)		
 pneumokokken (hersenvliesontsteking + longontsteking)		
 COMBINATIEVACCIN mazelen bof (dikoor) rubella (rodehond)		
 meningokokken ACWY (hersenvliesontsteking)		



Enkel de vaccins met dit icoon zijn betalend. Alle andere zijn gratis.



Niet van toepassing op deze leeftijd.

Andere vaccinaties

Raadpleeg je huisarts of kinderarts voor het voorschrift en het toedienen van andere vaccins zoals tegen **meningokokken B, hepatitis A, windpokken en reisvaccinaties**. Als individuele bescherming kunnen ze aan je kind gegeven worden. Ze worden niet toegediend in het consultatiebureau.



Vaccinatie tegen	Naam vaccin	Datum



Wat met de vaccinaties na 3 jaar?

Gaat je kind naar school? Dan zal het **Centrum voor Leerlingenbegeleiding (CLB)** aanbieden om je kind gratis te vaccineren tijdens het medisch onderzoek. Je kan er ook voor kiezen om bij de huisarts of kinderarts langs te gaan.

Deze basisvaccinaties krijgt je kind via het CLB

5-7 jaar

polio (kinderverlamming)
difterie (kroep)
tetanus (klem)
pertussis (kinkhoest)

10-13 jaar

mazelen
bof (dikoor)
rubella (rodehond)
humaan papillomavirus
(baarmoederhalskanker)

14-16 jaar

difterie (kroep)
tetanus (klem)
pertussis (kinkhoest)

Ga je met je kind naar het buitenland?

Kijk op **wanda.be** voor info over **vaccinaties**, zoals een **vervroegd extra mazelenvaccin**.







Notitieruimte voor zorgverleners en ouders

Alle zorgverleners kunnen hier de opvolging van je kind, tips of andere informatie noteren. Er is geen indeling op leeftijd of consultatiemoment.

Schrijf hier ook als ouder op wat je wil bijhouden of bespreken.

Datum

Notities



Datum

Notities

Datum	Notities

Datum

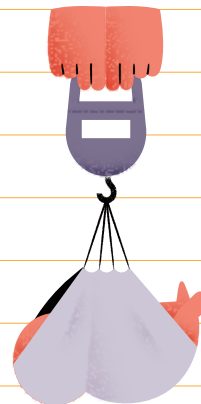
Notities

Datum	Notities



Datum

Notities



NOTITIES

Datum

Notities



Datum

Notities

Datum	Notities

Datum

Notities

Datum

Notities



Datum

Notities



Datum

Notities

Datum	Notities

Datum

Notities

Datum	Notities

Datum

Notities



Datum

Notities

Datum	Notities

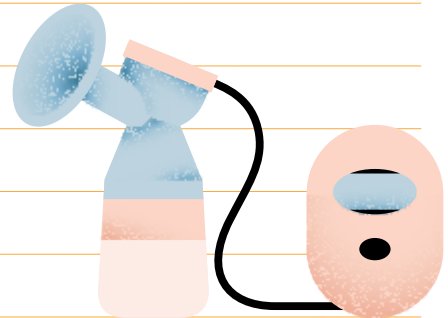
Datum

Notities

Datum	Notities



Datum	Notities



Datum

Notities

Datum	Notities



Datum	Notities

Datum

Notities

Datum

Notities

Datum	Notities



Datum	Notities

“ Blijf niet met je vragen zitten,
hoe klein of groot ze ook zijn.
We doen niks liever dan jou
helpen. Er is werkelijk geen
vraag die we nog niet
hebben gekregen.

– **Saskia**

verpleegkundige bij
Kind en Gezin



Afspraken en contactgegevens

Noteer hier je geplande afspraak. Voor elke consultatie bij Kind en Gezin ontvang je een herinneringsmail en een automatische sms.

Een afspraak maken, annuleren of verplaatsen? Dat kan via mijn.kindengezin.be of via de Kind en Gezin-Lijn, op 078 150 100 (elke werkdag van 8 uur tot 20 uur)



Tips voor een vlotte consultatie

- **Breng dit boekje mee.** Breng ook een **handdoek, deken of badjas** mee om je kind warm te houden nadat het uitgekleed is.
- **Ben jij of is je kind ziek? Past deze afspraak niet om een andere reden?** Bel de Kind en Gezin-Lijn of maak een nieuwe afspraak op mijn.kindengezin.be.
- We zorgen voor een vlotte doorstroom. **Kom daarom op tijd.**
- Hou er rekening mee dat een consultatie ongeveer **15 minuten duurt.**

Je afspraken

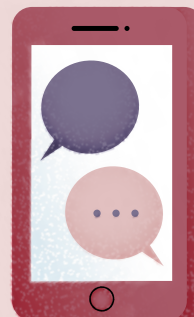
Datum	Uur	Waar	Extra informatie



Datum	Uur	Waar	Extra informatie

Contactgegevens Kind en Gezin

Onze medewerkers staan voor je klaar. **Heb je twijfels of vragen?** Wacht niet tot op een consultatie en neem contact met ons op. Je kan zelf kiezen of je de Kind en Gezin-Lijn of je contactpersoon bij Kind en Gezin contacteert. Dat kan via WhatsApp, sms, mail ...



Je consultatiebureau en eventuele andere locatie

Gegevens consultatiebureau

Gegevens regiohuis, Huis van het Kind ...

Je contactpersonen

Naam _____

Naam _____

Telefoon/E-mail _____

Telefoon/E-mail _____



Vragen of twijfels? Contacteer de Kind en Gezin-Lijn



Bel 078 150 100

Van maandag tot en met vrijdag van 8 tot 20 uur

- Een **afspraak** in een consultatiebureau maken, verplaatsen of annuleren
- **Informatie** en **advies** over alle thema's van Kind en Gezin
- **Meldingen** en **klachten** indienen
- Vragen over **kinderopvang** stellen



Bel je liever niet?

Je kan ons ook bereiken via mail of chat.

Belangrijke nummers

070 245 245

Antigifcentrum

112

Brandweer, politie en medisch team
(look als app beschikbaar)

1712

Hulplijn bij vragen over geweld,
misbruik en kindermishandeling



**Sla deze nummers
op in je telefoon**

Dan heb je ze altijd
bij de hand.

Contactgegevens zorgverleners

Kraamzorgdienst

Naam _____

Telefoon/E-mail _____

Begeleidende vroedvrouw

Naam _____

Telefoon/E-mail _____

Huisarts

Naam _____

Telefoon/E-mail _____

Kinderarts

Naam _____

Telefoon/E-mail _____



Andere helpende handen

Functie

Naam

Telefoon/E-mail

Functie

Naam

Telefoon/E-mail

Functie

Naam

Telefoon/E-mail

Functie

Naam

Telefoon/E-mail

Functie

Naam

Telefoon/E-mail

Functie

Naam

Telefoon/E-mail

Privacy

Dossier: Als je een beroep doet op onze dienstverlening, maken onze medewerkers een elektronisch dossier op. Zij noteren de informatie die nodig is om je kind op te volgen en adviezen op maat te kunnen geven.

Bescherming van je persoonsgegevens: Kind en Gezin kijkt strikt toe op de naleving van de wetgeving die de persoonsgegevens beschermt. Je krijgt van onze medewerkers de nodige uitleg over hoe we omgaan met je gegevens en je kan met al je vragen daarover bij hen terecht. Als ouder mag je aanvragen om het dossier van je kind in te kijken. Je kan ook gegevens laten toevoegen, verwijderen of verbeteren in je dossier.

Sommige gegevens die we in heel Vlaanderen verzamelen, verwerken we anoniem voor statistisch of wetenschappelijk onderzoek.

Kindrapport: Kind en Gezin werkt mee aan een systeem om informatie op een veilige manier te delen met andere zorgverleners, namelijk de huisarts, de kinderarts, het ziekenhuis en het Centrum voor Leerlingenbegeleiding (CLB). De beperkte gegevensset die Kind en Gezin deelt, staat in een rapport: het Vitalink-kindrapport. **Je kan dit rapport ook zelf bekijken in 'My HealthViewer'**. We kunnen dat alleen delen als jij daarvoor toestemming geeft via 'My Health Viewer' zelf of via de website Mijn Gezondheid, je huisarts, ziekenfonds, apotheek, ziekenhuis ... Heb je hierbij hulp nodig? Vraag het aan een medewerker van Kind en Gezin. Je kan je toestemming op elk moment aanpassen.

Beroepsgeheim: Onze medewerkers zijn gebonden aan het beroepsgeheim. Dat wil zeggen dat zij informatie over je kind en je gezin strikt vertrouwelijk behandelen en niet delen met derden. Teamleden die binnen hetzelfde lokaal team gebonden zijn aan het beroepsgeheim worden niet beschouwd als derden en kunnen dus informatie delen om je de beste dienstverlening te kunnen bieden. Daarnaast kunnen ze in bepaalde situaties ook de noodzakelijke informatie uitwisselen met andere hulpverleners die gebonden zijn aan het beroepsgeheim indien dat noodzakelijk is voor de goede ondersteuning van jou of je gezin. We bespreken dat dan eerst met je en doen dat enkel indien je hiermee instemt.

Het beroepsgeheim is niet absoluut. Als er bv. een ernstig gevaar dreigt of als er sprake is van kindermishandeling, dan kan de medewerker het beroepsgeheim doorbreken en het parket op de hoogte brengen van de onveilige situatie voor het kind. Dat zal echter nooit zomaar gebeuren en de medewerker moet alle belangen eerst heel goed afwegen.

E-mailadres:

Je e-mailadres kan gebruikt worden voor:

- een automatische herinnering aan een afspraak
- individuele e-mails van een teamlid dat je kind of je gezin begeleidt
- informatie over het consultatiebureau of het Huis van het Kind (bijeenkomsten, verhuis ...)
- informatieve e-mails over acties van of met Kind en Gezin (Week van de Groeilamp, spelen en bewegen, gezonde voeding ...)

Kind en Gezin werkt samen met ...

Vlaamse Vereniging voor Kindergeneeskunde vzw | Vlaamse Wetenschappelijke Vereniging voor Jeugdgezondheidszorg vzw | Domus Medica vzw | Vlaams Instituut Mondgezondheid | Zorggezind en de Diensten voor gezinszorg in Vlaanderen en Brussel | Vlaamse Beroepsorganisatie van Vroedvrouwen | Expertisecentra Kraamzorg



Vlaamse Beroepsorganisatie van Vroedvrouwen



Kind en Gezin | Hallepoortlaan 27 | 1060 BRUSSEL | [kindengezin.be](https://www.kindengezin.be)

Wil je iets kwijt? Vertel het ons! Zo kunnen we onze dienstverlening verbeteren. Afspraak maken, verplaatsen of annuleren? Heb je een vraag?
Bel de Kind en Gezin-Lijn op 078 150 100 of chat via onze website.

Volg ons op     

Editie 2023 D/2023/3241/309

V.U.: Bruno Vanobbergen, administrateur-generaal Opgroeien, Hallepoortlaan 27, 1060 Brussel.
Tekstovername met bronvermelding toegestaan.