










Kind in Beeld
Veiligheid



Opgroeien

Kind & Gezin

Legende

-  Aandachtspunt
-  Niet doen
-  Zo is het goed
-  Zo is het niet goed
-  Arts
-  Temperatuur
-  Zomer
-  Winter

Inhoud

Veilig slapen 4

Schudden is schaden 7

Veilig in de woonkamer 8

Veilig in de keuken 9

Veilig in de badkamer 10

Veilig in het verkeer 11

Veilig slapen

Leg een kind altijd op zijn rug te slapen

Leg je baby vanaf het begin op de rug te slapen, in een passend slaapzakje. Rugligging is de veiligste houding om wiegendood te voorkomen.



op de rug



niet op de buik

Mijd roken en passief roken

Rook niet in het bijzijn van je kind. Vraag aan gezinsleden en bezoekers om niet in de woning of omgeving van je kind te roken. Giftige rookdeeltjes blijven in huis hangen, ook als je bij een open raam of onder de dampkap rookt.



Hou regelmatig en rechtstreeks toezicht op je slapend kind en blij nabij

Blijf in de buurt van je baby en hou toezicht, zowel overdag, als 's nachts. Een babyfoon vervangt het toezicht niet.



hou toezicht



min. 6-12 maanden in kamer ouders

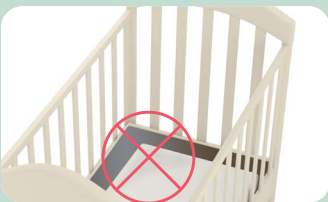
OF



aanschuifbed

Zorg voor een veilig bed en veilig bedmateriaal

Besteed voldoende aandacht aan de veiligheid van bedmateriaal.



stevige, passende matras



wieg: tot ongeveer 4 maanden of tot kind zich rechttrekt

OF



bed: bodem laten zakken als kind zich rechttrekt



passend, sluiting onderaan



geen hoofdkussens



geen slab met lintjes



geen gordijnkoord



geen fopspeenketting

Zorg dat je kind het niet te warm krijgt

Een aangepaste kamertemperatuur, kledij en beddengoed helpen je baby om het niet te warm te krijgen. Zorg ook dat het gezicht en het hoofdje onbedekt blijven.

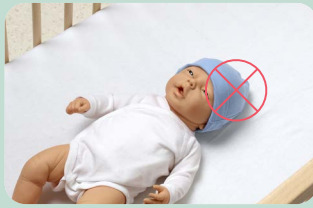
• Temperatuur



niet te koud,
niet te warm

+

• Hoofd vrijhouden



geen muts

+

• Kledij



+

• Beddengoed



voetjes tegen voeteinde

OF



kies voor laken en deken of slaapzak



geen dekbed



geen bedrandbeschermer



geen knuffels, speelgoed, ...

Mijd geneesmiddelen die inwerken op de slaap

Sommige siropen of druppels doen het kind te diep slapen.



Zorg voor rust en regelmaat

Rust en regelmaat hebben een goede invloed op de slaap. Een plotse verandering kan voor een baby stresserend zijn: voor het eerst naar de kinderopvang, druk bezoek of een verhuizing. Een leuke slaapplek en goede slaapgewoonten kunnen helpen. Vooraf wennen in de kinderopvang is aangeraden.

• Rust: aparte speel- en slaaphoek



speelhoek



slaaphoek

• Regelmaat: vaste herhaling van activiteiten, dag na dag

Zorg voor een vaste volgorde van activiteiten: slapen, voeden bij teken van honger, samen spelen, even alleen spelen, moe, alleen inslapen.



• Wennen in de kinderopvang

Je kindje komt enkele keren wennen. Je mag er eerst bij blijven. Zo went je kind. Jullie leren elkaar kennen. De opvang volgt de gewoontes van je baby. Daarna blijft je kindje alleen in de opvang.



1, 2 of 3 x

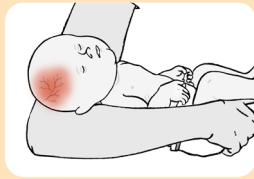
Schudden is schaden

Schud je baby nooit

Een kind schudden is zeer gevaarlijk. Het kan zware letsels veroorzaken. Soms leidt het tot de dood.



nooit schudden



veroorzaakt bloeding in hersenen

als:

• je zenuwen op springen staan, je heel boos bent, ...



1 Je bent radeloos, heel boos



2 vraag hulp of leg kind veilig in box of bed

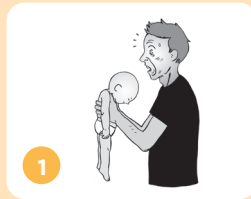


3 zorg voor jezelf



nooit schudden

• je kind niet meer beweegt of reageert



1 kind is bleek, geen teken van leven



2 wrijf stevig over de voeten, blaas in het gezicht en praat

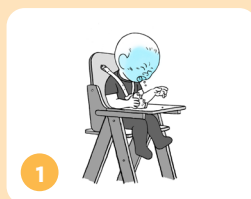


3 bel 112

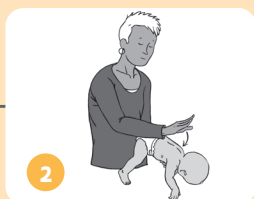


nooit schudden

• je kind zich verslikt



1 kind ademt niet, wordt blauw, hoest niet



2 baby op arm leggen en op rug kloppen



3 bel 112



nooit schudden

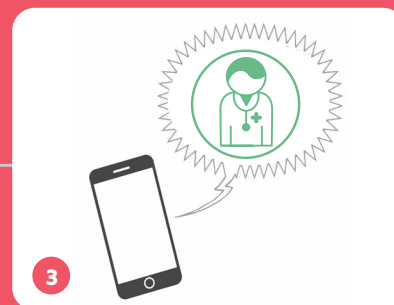
Toch geschud?



1 ouder schudt baby



2 ouder huilt en is radeloos

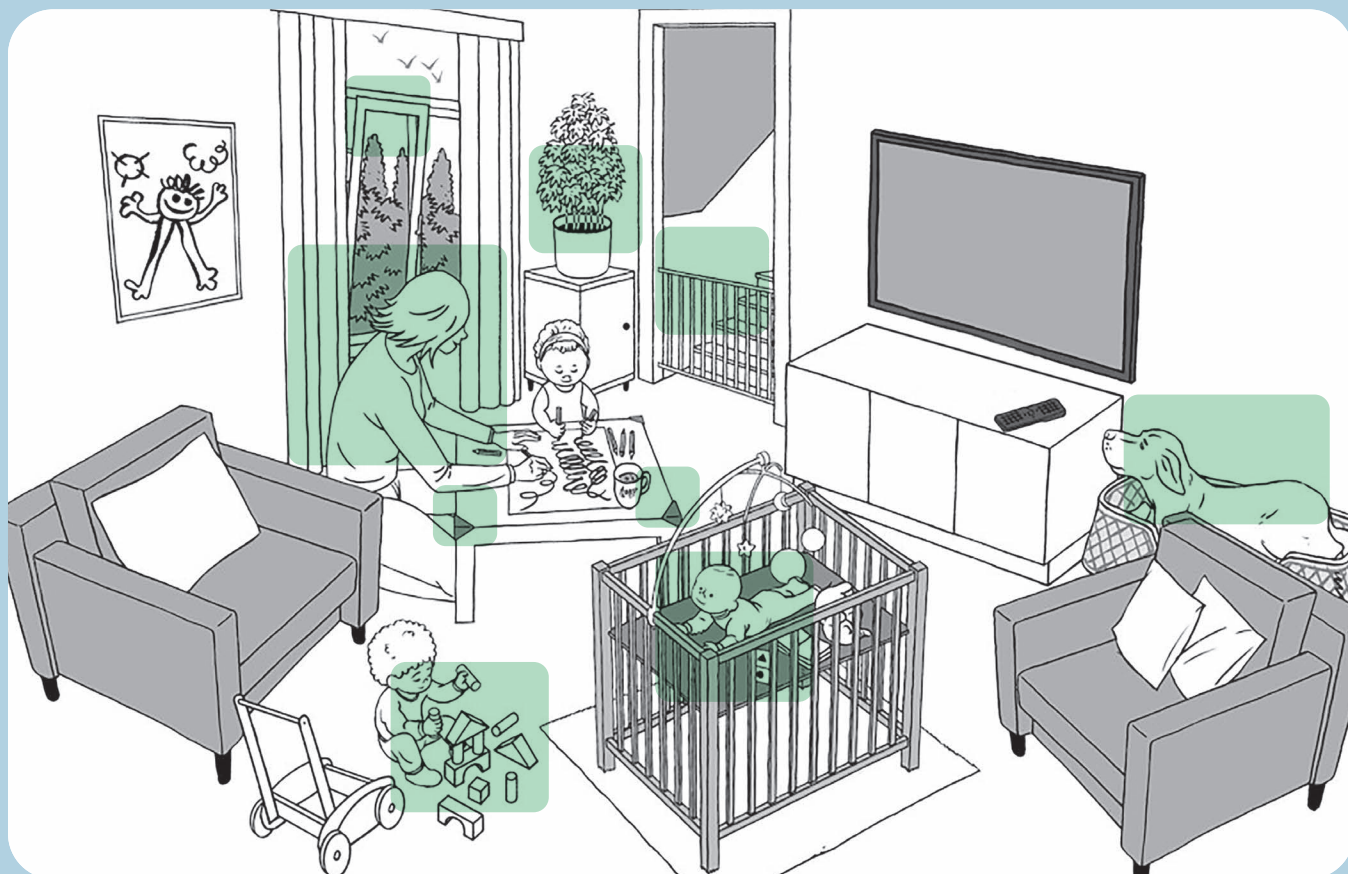
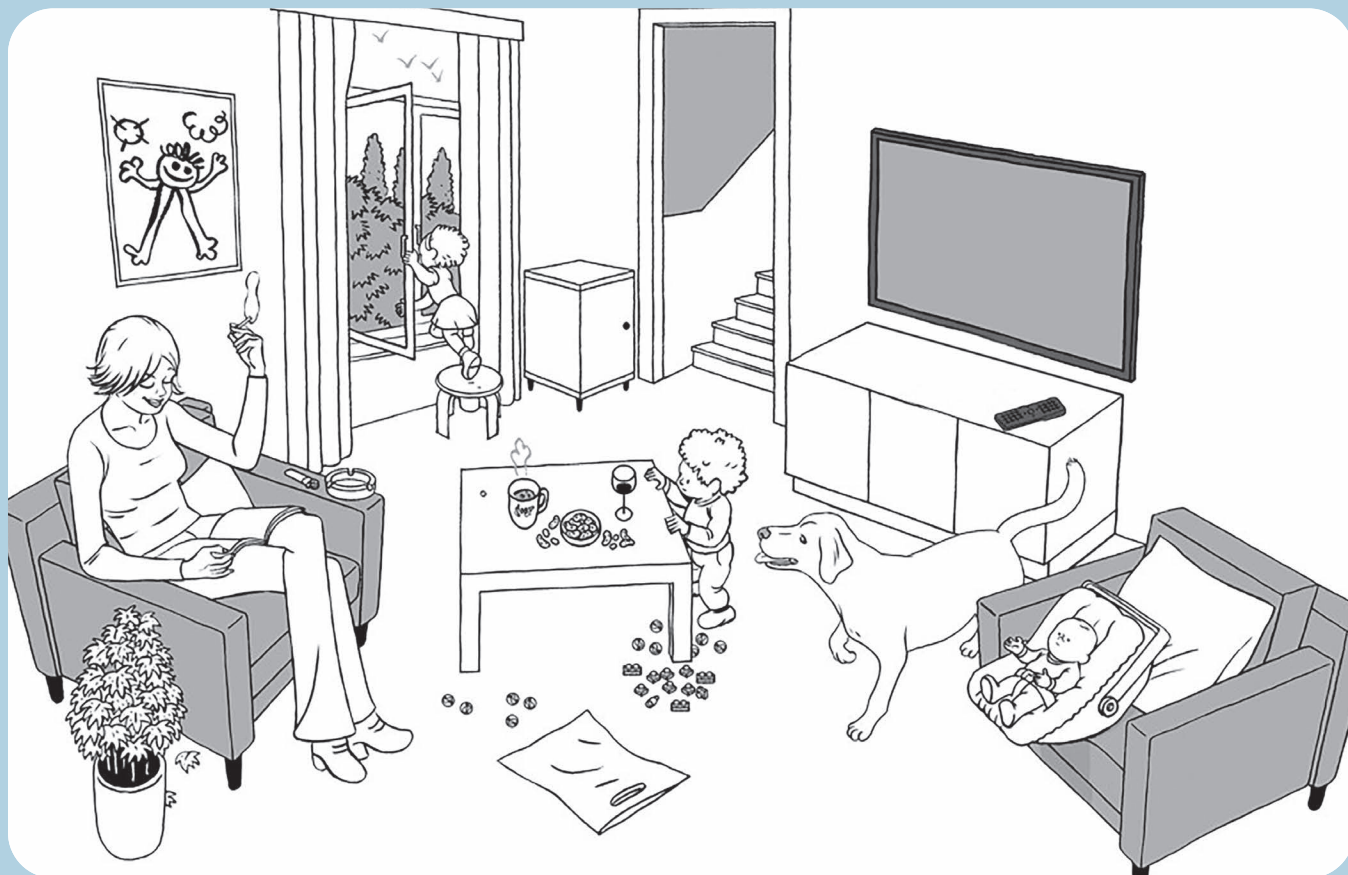


3 bel de arts

Veilig in de woonkamer

Aandachtspunten in de woonkamer: salontafel, planten, zetels, ramen, trappen, rondlopende dieren, ...

Zie jij wat er onveilig is?



Veilig in de keuken

Aandachtspunten in de keuken: fornuis, elektrische toestellen, warme dranken, giftige producten, ...

Antigif centrum 070 245 245

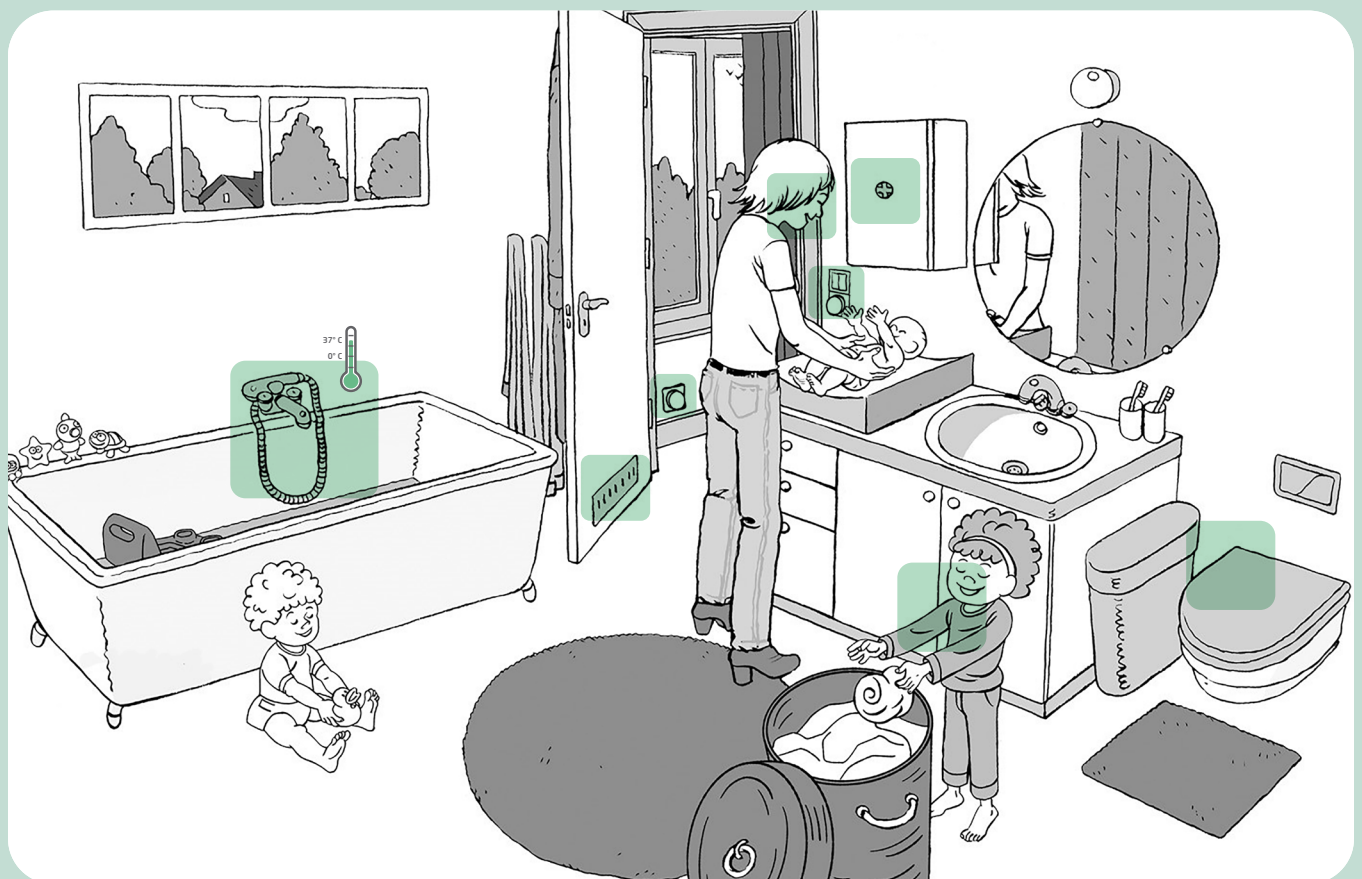
Zie jij wat er onveilig is?



Veilig in de badkamer

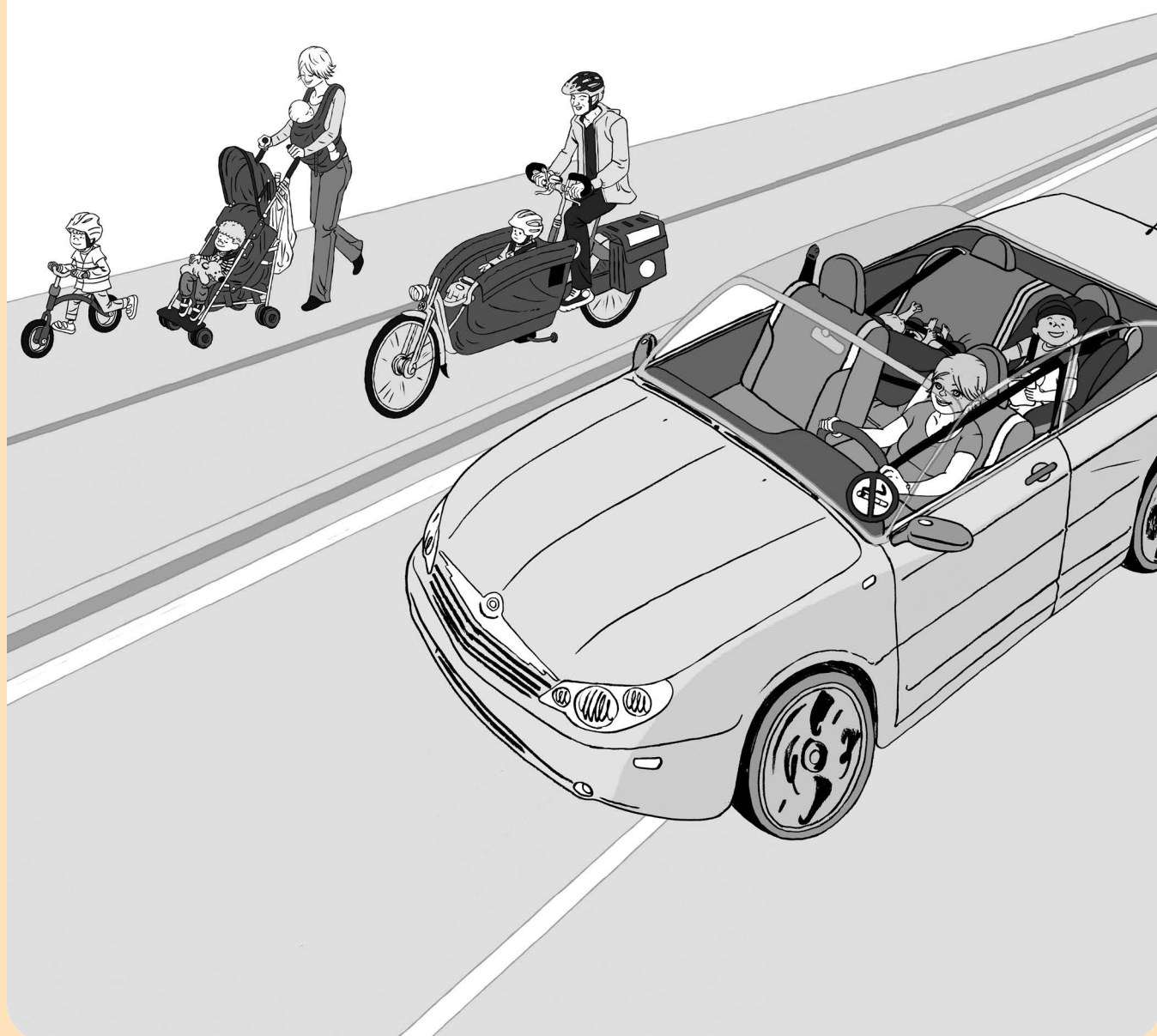
Aandachtspunten in de badkamer: thermostatische kraan, temperatuur water, stopcontacten, medicijnkastje, giftige producten, CO-intoxicaties, ...

Zie jij wat er onveilig is?



Veilig in het verkeer

Aandachtspunten in het verkeer: gordels, veilige auto- en fietsstoel, met mobiele telefoon bezig zijn, ...
Kijk ook op veiligverkeer.be



Kind & Gezin

Hallepoortlaan 27 | 1060 BRUSSEL

kindengezin.be

Kind en Gezin-Lijn: 078 150 100 (zonaal tarief)

of chat via onze website

Volg ons op

