

## Wat is wennen?

Het geleidelijk laten verlopen van de overgang van het kind van de vertrouwde thuisomgeving naar de kinderopvang. Hierbij wordt extra aandacht besteed aan de wisselwerking tussen de kinderen, de ouders en de kinderbegeleiders.

Wennen kan bij de start, na een grote verandering of na lange afwezigheid.

## Wennen bij Précoly?

STAP 1. Dag 1 een 2-tal uurtjes wennen in de opvang.

Samen met mama en/of papa.

STAP 2. Dag 2 een 2-tal uurtjes wennen in de opvang.

Samen met mama en/of papa.

STAP 3. Dag 3 een 2-tal uurtjes alleen wennen in de opvang.

Zonder mama en/of papa.

## Wanneer klaar voor de opvang?

Er wordt extra aandacht besteed aan het welzijn van de kindjes. Samen met de ouders overleggen we wanneer het aangeraden is om te starten met volledige dagen. We bouwen het aantal uurtjes op tot hele dagen geen probleem meer zijn.

OPGELET: Hou er de eerste dagen rekening mee dat wij mogelijks zullen bellen wanneer jullie kindje (nog) niet gewend is en mama/papa nodig heeft.

## Wist je dat.....

- de 3 wennmomenten geheel kosteloos zijn?
- kindjes < 6m in de leefruimte slapen voor optimaal toezicht?
- wij aan wiegendoodpreventie bij baby'tjes doen door (ook thuis aan te raden) : verluchting, aerosleepmatrasjes, knuffeltjes halen we weg zodra kindjes slapen, op de rug slapen, geen speenkoordjes, ...?
- kindjes tot 6m volledig hun eigen ritme volgen? Nadien proberen we geleidelijk naar het schema van de opvang toe te werken (zie reglement/website). MAAR kindsignalen primeren altijd.

## Wat dien ik mee te brengen?

- Gesteriliseerde flesjes, poeder in verdeeldoos of de hele doos, fles water.
- Eventueel 1 tot 2 speentjes. Deze blijven in de opvang en worden met regelmaat gesteriliseerd.
- Eventueel een knuffeltje (enkel om in slaap te vallen)
- Voldoende reservekledij.
- Seizoensgebonden slaapzak (u bent verantwoordelijk om deze bij seizoenen te veranderen)
- Wasbaar heen-en weer zakje voor vuile kledij.
- Brooddoos met boterhammen (indien later dan 16u30 opgehaald). Bij voorkeur geen choco, confituur of muizenstrontjes.
- Bij de start van de opvang vragen we om belangrijke info te noteren. Stel je kindje even voor, noteer de vaste gewoonte van je kindje zodat de verzorgsters hier rekening mee kunnen houden.
- Geef een volledig up - to - date inlichtingenfiche af bij de start.
- Graag alles voorzien van stickertjes/labeltjes. (bv website goedgemerkt of babygoodies)

# Tips

## Zelfstandig in slaap vallen.

- Leg kindjes in bed wanneer ze nog niet TE moe zijn.
- Zorg voor een ritueel: luiertje, slaapzakje, liedje, ... en verwoord dit ook.
- Hou het kort. Leg je kindje in bed en vertel dat het nu bedtijd is: 'Slaapwel, tot straks!'
- Huilt je kindje? Dan kan je de 10 minuten regel toepassen of de stoelmethode.
  - 10 minuten regel: Ga na 10 minuten terug even kort gaan kijken. Troosten (bij voorkeur zonder op te pakken) en terug vertrekken. Dit kan je meerdere malen herhalen.
  - Stoelmethode: Begin de eerste dag met een stoel naast het bedje en troost je kindje door te aaien en 'sst ik ben hier' te zeggen. Op dag twee doe je hetzelfde maar met de stoel een meter verder richting de deur, niet meer aaien. Zo doe je verder tot de stoel in de gang staat en je kindje je niet meer ziet.
- Hou bij voorkeur vaste tijden aan. Regelmaat is erg belangrijk.
- Leg kindjes steeds op de rug te slapen (ivm veilige slaaphouding - wiegendoodpreventie)

## (Moeder)melk.

- Start goed op voorhand met flesvoeding of afgekolfde melk.
- Drinken uit een flesje in de opvang, wanneer ze dit nog nooit gedaan hebben, verloopt over het algemeen moeizaam. Dit in combinatie met het wennen aan de opvang zorgt er soms voor dat babytjes weinig drinken.
- Voorzie extra flesjes. Wanneer kindjes niet willen drinken, zullen we meerdere keren aanbieden.
- Drinkt je kindje niet goed uit een fles? Hou de dag zo kort mogelijk.
- Mama is steeds welkom om borstvoeding te komen geven.

## Starten met vaste voeding.

- Kindjes volgen mee het menu van de dag.
- Allergie of intolerantie, veggie of vegan? Dan krijgen ze een aangepast menu in de mate van het mogelijke. Wanneer iets niet haalbaar is in de opvang, zullen we vragen zelf iets te voorzien.
- Startertjes: We starten met een groente in combinatie met aardappel.
- Enkele goede starters zijn wortel, broccoli en bloemkool. Naargelang je kindje beter gaat eten kan je variëren met verschillende groenten, zo kan je ook 2 soorten groenten aanbieden.
- Bevalt een groente niet zo goed? Schrap deze zeker nog niet van het menu. Het duurt namelijk even voor je kindje gewend is aan een bepaalde smaak.

*Wij begrijpen dat het als ouder een grote stap is om je kindje voor de eerste keer naar de opvang te brengen. Aarzel niet om ons voor de start van de opvang te bellen/mailen als je vragen hebt. Ook tijdens de opvang mag je ons steeds contacteren (whatsapp) om te vragen hoe het gaat met uw kind. Het team en onze verantwoordelijken staan ook altijd klaar voor een persoonlijk gesprek.*