

HULP NODIG

OPVOEDINGSWINKEL

Voor al je kleine en grote vragen over opvoeden. De Opvoedingswinkel zoekt mee naar een antwoord. Ga langs of maak een afspraak.

Sint Margrietstraat 4, Gent
09/233 26 02

stad.gent/opvoedingswinkel-gent
op afspraak: elke weekdag: 9u-20u
zonder afspraak: ma, woe, do, vr: 9u-13u



Opvoedingswinkel Gent

OPVOEDINGSLIJN

Je kind opvoeden gaat niet vanzelf. De perfecte opvoeding bestaat immers niet. Als je het even niet meer weet, is er De Opvoedingslijn. Je kan er terecht met al je vragen over opvoeding. Telefonisch of via mail.

078/15 00 10

ma tot vr: 10 - 13u, 14 - 17u

do: 10 - 13u, 14 - 17u, 19 - 21u

opvoedingslijn.be



opvoedingslijn.be
078 15 00 10

SPEL-O-THEEK SPEELPROET

Speelsproet is een ontmoetingsplaats voor jong en oud. Er wordt gebabbeld, gekookt, gespeeld, geknutseld... Je kan er gratis speelgoed lenen en informatie krijgen over opvoeding, onderwijs, buurtactiviteiten.

Landbouwersstraat 19, Gent
09/ 336 12 65

<https://www.vzwjong.be/spelotheek/speelsproet>



HULP NODIG

KIND EN GEZIN

Heb je een kindje jonger dan 3 jaar, dan kan je na afspraak in een consultatiebureau terecht voor gratis preventief onderzoek. Je kindje wordt er gemeten en gewogen, en je kan er terecht met al je vragen. De arts onderzoekt je kindje en geeft gratis vaccinaties.

Bevelandstraat 26, Gent
078/150 100
kindengezin.be



DE SLOEP

De SLOEP biedt laagdrempelige opvoedingsondersteuning aan ouders met kinderen tussen 0 en 6 jaar, en zwangere gezinnen. Ouders kunnen tijdens het onthaal terecht met hun vragen, problemen of verhaal. De SLOEP organiseert ook spel- en ontmoetingsmomenten en groepsactiviteiten.

Bevelandstraat 26, Gent
09/234 38 59

open op ma, di, do, vrij: 10u - 12u,
woe: 15u-17u

www.desloep.be



KINDEROPVANGPUNT

Op zoek naar een opvang voor jouw baby of kind? Bekijk het aanbod kinderopvang in Gent via de website kinderopvang.stad.gent

09 210 10 10, ma-za van 8u -19u



**PROFICIAT MET DE
GEBORTE VAN
JULLIE BABY**

**IN DEZE FOLDER VIND JE MEER
INFO OVER GEZONDHEID EN
BABY'S**

 wijkgezondheidscentrum
't Vlot

BIJ DE DOKTER

VOOR DE BABY

Er wordt aangeraden om je baby te laten onderzoeken door je huisarts of kinderarts wanneer je baby **7 à 10 dagen oud** is. Maak hiervoor zeker **een afspraak!**

VOOR DE MAMA

Je maakt best **6 weken na de bevalling** een afspraak bij je huisarts (of je gynaecoloog).

Dit bezoek aan de dokter is belangrijk om te kijken hoe het gaat met jouw gezondheid na de zwangerschap en de bevalling.

Tijdens deze afspraak kan je mogelijke ongemakken, menstruatie, contraceptie en postnatale kinesithérapie bespreken.

POSTNATALE KINESITHERAPIE

Postnatale kine zorgt voor een **beter herstel en versterking van het totale lichaam** na de zwangerschap en bevalling.

In het wijkgezondheidscentrum kun je pre- en postnatale kine volgen. Je kan je baby meebrengen naar de les. Alleen mogelijk **op voorschrift** van de huisarts of gynaecoloog.

MIJN BABY HEEFT KOORTS!

Voelt je baby warm aan?

Gedraagt je baby zich anders dan normaal?

Speelt je baby minder of niet?

Eet je baby minder of niet?

Slaapt je baby minder of juist meer?

Huilt je baby meer?

MEET DAN DE TEMPERATUUR



Bij kinderen **jonger dan 3 jaar**: bij voorkeur in de **anus (poep)** meten.



Meer dan 38°C = KOORTS

Jonger dan 3 maand

Ziekenhuis

3 tot 6 maand

Huisarts of kinderarts

Ouder dan 6 maand en...

- Moeilijk wakker te krijgen
- Kreunen of huilen en niet te troosten
- Benauwd en/of opvallend snelle ademhaling
- Wordt binnen de uren steeds zieker
- Krijgt plotse vlekjes die je niet vertrouwt
- Drinkt opvallend minder en plast niet of minder
- Braakt veel
- Heeft vaak diarree
- Ik herken mijn eigen kind niet en heb sterk het gevoel dat er iets niet klopt
- Heeft langer dan 3 dagen meer dan 38°C koorts?

Huisarts of kinderarts

- Drinkt minder
- Braakt af en toe
- Heeft af en toe diarree
- Minder actief en minder lachen
- Huilt veel, wel te troosten
- Hongerig, moe en slaapt meer
- Ziet bleek
- Hoest en heeft hoorbare ademhaling

Niet beter?

- 1 dosis paracetamol
- Kleine slokjes water