

Zo word je een

SUPER MAMA



Inhoud

Proficiat! Je bent mama!	7
Leuke versjes voor geboortekaartjes	8
0 - 3 maanden: leuke spelletjes met je baby	18
Tips voor kersverse mama's	26
0 - 3 maanden: nog meer leuke babyspelletjes	34
Vinger- en kietelversjes	42
3 - 6 maanden: leuke spelletjes met je baby	50
Manieren om je baby te vertroetelen (1-6 maanden)	58
3 - 6 maanden: nog meer leuke babyspelletjes	66
Ideeën om een speciale mama te zijn	74
6 - 9 maanden: leuke spelletjes met je baby	82
Manieren om je baby te vertroetelen (7-12 maanden)	90
6 - 9 maanden: nog meer leuke babyspelletjes	98
Zeker doen met je kind!	106
9 - 12 maanden: leuke spelletjes met je baby	112
Leuke knierijmpjes	122



Proficiat!

Je bent mama!



Proficiat! Je bent mama! Of het nu je eerste kind is of je vijfde, de geboorte van een nieuw mensje blijft altijd een wonder.

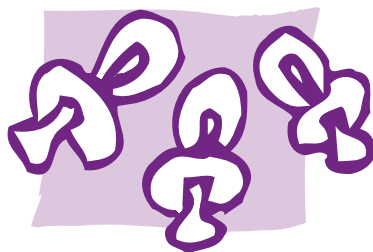
Als het je eerste baby is, ben je waarschijnlijk een beetje bang en onzeker. Maak je echter niet te veel zorgen over de verzorging van je kleintje. Elke dag zul je dingen leren. Baby's hebben in de eerste plaats vooral liefde en aandacht nodig. Hoe meer de baby zich geliefd voelt, hoe vrolijker hij zal zijn. Hij vindt het heerlijk om geknuffeld en verzorgd te worden en reageert al snel op je aanwezigheid.

In dit boek vind je heel wat praktische tips en ideeën om je baby te vertroetelen. Daarnaast geven we nog een heleboel suggesties voor leuke spelletjes die je met je baby kunt doen. Elk kind ontwikkelt zich in zijn eigen tempo. Kijk en luister goed naar wat je kind aangeeft en neem er de tijd voor. Besef dat je baby contact met je zoekt en probeert te communiceren, maar nog niet weet hoe hij moet 'praten'.

Ik verwijs in dit boek meestal met hem en zijn naar de baby, om de leesbaarheid te verhogen. Uiteraard geldt alles wat ik zeg zowel voor jongens als voor meisjes.

Veel plezier!

Leuke versjes voor geboortekaartjes



Vóór de geboorte van de baby ben je natuurlijk al een heleboel dingen aan het plannen: de baby-uitzet, de inrichting van de kinderkamer, het geboortekaartje...

Voor het geboortekaartje van je kleintje kun je je beperken tot een simpele aankondiging, maar het is natuurlijk leuker om het een persoonlijk tintje te geven. Dat kan bijvoorbeeld met een toepasselijke en originele tekst.

Op de volgende pagina's vind je een heleboel mooie en leuke geboortegedichtjes. Misschien is er eentje bij dat je bijzonder aanspreekt of dat echt van toepassing is op jullie gezin. Naast algemene versjes vind je er een aantal die specifiek handelen over de geboorte van een zoon, een dochter of zelfs van een tweeling. Veel inspiratie gewenst!



Leuke versjes voor geboortekaartjes

Kleertjes kopen, kleertjes wassen.
Kleertjes hangen aan de lijn.
Kleertjes strijken, kleertjes vouwen.
We weten nu voor wie ze zijn.



Nieuw is de wereld
sinds het moment
dat jij bij ons
gekomen bent.



Wie dit kleine mensje ziet,
gelooft z'n eigen ogen niet.
En zal moeten beamen,
wonderen maak je nog altijd samen!



Luiers omdoen, dat moeten we nog leren,
maar we blijven het proberen.
Want we zien onze lieve schat
toch liever droog dan nat!



Leuke versjes voor geboortekaartjes

Het was zo fijn
om bij mama te zijn.
Maar nu ik papa ken
ben ik blij dat ik geboren ben!



Het geheim is onthuld,
het wiegje gevuld,
er is een kindje klein
waar wij heel gelukkig mee zijn!



Welkom baby,
stap nu het leven in.
Met jou erbij
zijn we een echt gezin.



0-3 maanden

Leuke spelletjes met je baby



Denk je dat je met een pasgeboren baby nog niet veel spelletjes kunt doen? Mis! In de eerste drie maanden van een babyleven staan de zintuigen centraal. Het contact dat je baby met de buitenwereld heeft, wordt bepaald door wat hij ziet, ruikt, hoort en voelt.

Genieten doen baby's vooral met hun huid. Oppakken, vasthouden en wiegen vinden ze heerlijk. Je kunt bijvoorbeeld je baby in een draagzak dragen: je lichaamswarmte en je bewegingen geven de baby een gevoel van geborgenheid.

Baby's herkennen heel vlug de geur van hun mama en reageren op haar stem. Hun gehoor is op die leeftijd even scherp als dat van volwassenen: ze schrikken doorgaans van harde tonen en plotseling lawaai en worden rustig bij het horen van hun lievelingsmuziek. Het is helemaal niet gek om ook tegen een pasgeboren baby te praten: al snel zal hij zelf zijn eerste geluidjes gaan maken.



Babbeltijd

Baby's houden erg van een praatje. Ze zijn gek op de klank van je stem en kunnen die al snel herkennen. Die kleine gesprekjes zijn goed voor hun ontwikkeling. Ze leren dat er verschillende klanken en woorden bestaan. Dat een liedje anders klinkt dan een verhaaltje, dat de stem van vader verschilt van de stem van moeder, dat dingen een naam hebben. Praat met je baby, terwijl je met hem bezig bent. Als je het moeilijk vindt om zomaar iets te zeggen, kun je uitleggen waarmee je bezig bent.

TIP | Als je naar baby's kamer gaat, zeg dan: 'Mama is hier!' Je baby zal je stem leren kennen en weten dat het niet lang meer duurt voor je eraan komt.

Je kunt ook een speciaal babbelkwartiertje instellen. Leg je baby op je bovenbenen en trek je knieën op. Zorg voor een goede steun in je rug. Je baby ligt nu lekker comfortabel, zijn hoofd en armpjes hebben voldoende bewegingsvrijheid en hij kan je recht in het gezicht kijken. Praat over zijn neus, zijn sokken, of zijn stemmingen. Kijk hoe hij reageert. Stel vragen en verzin zelf de antwoorden. Praat zoveel mogelijk met je baby en niet over hem. De beste babbeltijd is na het voeden. Je baby is dan wakker en alert. Radio en televisie zijn niet nodig. Jouw beeld en geluid zijn voor je baby het interessantst!

