



Laat iets unieks achter voor je kind

Tijdens het moeder-zijn ontdek je zó veel. Over je kind, maar ook over jezelf als moeder en over het leven. Het zorgt voor een bron van wijsheid en kennis. Met Mom's Message kun je al jouw mooie inzichten, waardevolle levenslessen en bijzondere herinneringen doorgeven aan je kind. Initiatiefneemster Marjolein Wevers heeft haar eigen moeder al vroeg moeten missen en weet dus uit ervaring hoe het is als je moeder jou haar persoonlijke boodschap niet meer kan meegeven. Dus inspireert en motiveert Marjolein met Mom's Message nu andere moeders om hun wezenlijke verhaal vast te leggen, voor het te laat is. De manier waarop zorgt voor verdieping, waardoor je uiteindelijk een uniek en duurzaam (tijds)document creëert dat van onschatbare waarde is voor je kind. In de bijlage lees je er meer over.



Opvoedkennis

Sanna (10 jaar): 'Strenge ouders zijn ouders die nog niet zo goed kunnen opvoeden.'

Onderzoek gastouderopvang

Er is een inventarisatiestudie gaande door het **Kohnstamm instituut** waarin de gastouderopvang in Nederland in beeld wordt gebracht. Hiervoor worden gastouders, ouders en gastouderbureaus benaderd. Belangrijke vragen zijn: Wie zijn er eigenlijk gastouders? Hoe werken zij? En: wat vinden zij belangrijk? Waarom kiezen ouders voor gastouderopvang? Wat vinden ouders belangrijk? En: hoe werken de gastouderbureaus? In de bijlage staat een uitnodiging voor ouders met daarbij de link (en QR-code) naar de vragenlijst voor ouders (let op: dit is een andere link dan gastouders en gastouderbureaus hebben ontvangen). Een selectie van gastouders is al benaderd voor het invullen van de vragenlijst. Bedankt voor je tijd!



8 belangrijke hechtingsmomenten met je kind

Marjella Duiker & Martine Bökkers van Geboorte in Kaart hebben een prachtige checklist gemaakt van 8 belangrijke hechtingsmomenten tussen ouder en kind.

1. De eerste drie minuten nadat een kind wakker is geworden. Wat voor contact maak je met je kind? Met welke energie wil jij de dag laten beginnen?
2. Ieder kind heeft dagelijks behoefte aan een gesprek met zijn ouder waarin hij gezien wordt. Maak oogcontact.
3. Een kind heeft minimaal 8 aanrakingen per dag nodig om zich verbonden te voelen met zijn ouder
4. Vertel je kind over jouw zwangerschap. Hoe voelde je je? Wat maakte je mee?



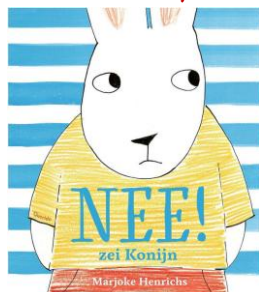
5. Onderneem samen met je kind een activiteit.
6. Bekijk samen het babyalbum en ook de geboortefoto's.
7. Vertel eerlijk en oprecht het geboorteverhaal van een kind.
8. De laatste 3 minuten voordat je kind naar bed gaat. Geef het echte aandacht en liefde.

BOEKEN TIP

NEE! zei konijn

Konijn weet heel goed wat hij wil. En vooral wat hij NIET wil. Aankleden, ontbijten, spelen, in bad - zijn antwoord is steeds hetzelfde: NEE! Tot mama iets voorstelt waar ook Konijn

geen NEE! tegen kan zeggen. Een onweerstaanbaar prentenboek waar elke eigenwijze NEE-zegger heel hard JA! tegen roept. Deze herkenbare fase in het peuterleven is mooi uitvergroet in woord en beeld. Een grappig, prettig en een beetje ondeugend verhaal om met jonge kinderen mee te lachen en ervaringen mee uit te wisselen.



Lekker in je lijf zitten – de 7 geheimen

Herkenbaar!

- Weer zit je (gast)kind passief in de zandbak. Zin om te klimmen of te rennen is er niet.
- Voor de zoveelste keer valt of stoot je (gast)kind zichzelf. Altijd blauwe plekken en schrammen.
- Onderuit gezakt, wiebelend en kauwend op kleding of potloden. Altijd onrustig.
- Alles komt binnen lijkt wel, zo gevoelig en daardoor misschien altijd afgeleid.
- De verbinding is weg. Je (gast)kind neemt afstand. Is veel boos en knuffelt minder/niet.



Op maandag 4 april start er een gratis challenge (duurt 5 dagen) en op 11 april is er een masterclass waarin Nikki Rasing alle 7 geheimen onthult hoe een kind lekker in z'n lijf komt. In deze challenge ontvang je tools hoe je kind weer/meer vertrouwen en plezier in zijn

lijf ervaart. Speciaal ontwikkeld voor ouders met jonge kinderen van 2-5 jaar die onhandig passief, overgevoelig, onrustig zijn of die onzeker in hun lijf zitten. Ook interessant voor gastouders.

Meedoen? www.ikki.nl/challenge.

Volg NIKKI ook op **Instagram @ikki.nl** of kijk op **ikki.nl**.