

JOEPIE!
'IK GA AL OP HET POTJE'
Zindelijkheidskoffer

Handleiding



HUIS VAN HET KIND

— WIELSBEKE —

HOE GEBRUIK IK DEZE ZINDELJKHEIDSKOFFER?

Deze zindelijkheidskoffer werd ontwikkeld om op een ludieke, speelse maar leerrijke manier samen met de peuter aan de slag te gaan rond het thema zindelijkheid. Neem je tijd om rond dit thema te werken en introduceer stapsgewijs alle aangereikte materialen aan de peuter. Er is geen vast stappenplan, kijk op basis van de interesses en leefwereld van het kind wat aanslaat en wat niet.

In de koffer zit een gelamineerde inhoudslijst waarop duidelijk staat aangegeven welke materialen terug dienen ingeleverd te worden na gebruik van de koffer.

Enkele materialen zijn voor jullie bedoeld om te gebruiken (kleuren, schrijven, plakken,...). Deze materialen zitten in het plasticke envelopmapje.

Vul je na het gebruik ook even ons evaluatieformulier in via onderstaande QR-code?



Inhoud zindelijkheidskoffer:

- Handleiding 'Joepie, ik ga al op het potje' voor de trainer
- Leesboek 'LOU GAAT OP HET POTJE'
- Knuffelolifant
- Plaspotje
- Memoryspel
- Plakpuzzel
- Plasdiploma
- Stappenplan met pictogrammen
- Heen – en weerpamflet

Dit pamflet kan de communicatie tussen bv. de school, kinderopvang en jezelf thuis helpen. Duidt op het pamflet aan wanneer het gelukt is om op het potje te gaan of wanneer er een ongelukje gebeurd is.

- Beloningskaart
Laat de peuter een potje kleuren wanneer het gelukt is om op het potje te plassen of kaka te doen. Leg niet te veel focus op het belonen op zich.
- Plaspoot Kind & Gezin
- Brochure zindelijkheid Kind & Gezin
Samenvatting beschikbaar in andere talen op vraag.



TIPS & TRICKS

- Bescherm je auto – of fietsstoel tegen plasjes met een plasticzak of handdoek.
- Geef voldoende reservekledij mee naar de opvang/school/...
- Een onderbroekje in een luier zorgt ervoor dat je spruit de pipi voelt.
- Elk plasje verdient een complimentje: Vreugdedansje!
- Eens de luier uit, laten we deze uit (met uitzondering van dutjes)
- Neem het potje altijd mee, het mag altijd gebruikt worden!
- Laat jongens ook al zitten plassen.
- Zet een timer om je kindje zo op geregelde basis op het potje te zetten, ga er niet van uit dat het kindje komt zeggen dat het pipi of kaka moet doen.
- Betrek de peuter bij je eigen toiletbezoek
- Maak van potjestijd een 'leuk' moment, geef een boekje, zing een liedje...
- Laat je kindje voldoende fruit eten, zodat de stoelgang niet te hard is.
- Heb je zelf een handige tip, stuur ons dit gerust door op huisvanhetkind@wielsbeke.be



EXTRA ONDERSTEUNING NODIG? WIE KAN HELPEN?

Wat kan er fout lopen bij de zindelijkheidstraining?

- Het hanteren van **te strikte hygiëne** thuis kan ervoor zorgen dat het kind vies wordt van andere toiletten. Het kind is thuis vaak gewoon van in een klein paleis naar het toilet te mogen gaan, maar op school is dit meestal niet het geval. Vaak zijn kindjes daarom ook vies van andere toiletten. Idem met handen wassen.
- Het kind **krijgt geen tijd om naar het toilet te gaan** door te korte pauzes op school of het niet mogen plassen tijdens de lessen. Als je je kind leert om snel te plassen, leer je het ook persen bij het plassen. Als je merkt dat dit een probleem vormt voor je kind, probeer dit dan op school bespreekbaar te maken.
- **Te vroeg starten** met droogtraining zal ervoor zorgen dat dit uiteindelijk een zaak van lange adem zal worden.
- **Gehaast de droogtraining willen afhandelen** is geen goede zaak. Eventjes snel droogtrainen tijdens de vakantie is dus geen goed idee.
- Let ook op met **vochtige doekjes**: als ze alcohol bevatten, zijn ze niet geschikt voor kinderen. Dat geeft irritatie en zorgt ervoor dat een kind eerder gaat ophouden.

Merk je een probleem met de zindelijkheid, leg dan je 'project zindelijkheid' gewoon eventjes stil en start op een later moment opnieuw. Probeer problemen op school bespreekbaar te maken. Zorg er vooral voor dat het geen obsessie wordt. Door heel obsessief met zindelijkheid bezig te zijn, kom je met je kind in een negatieve spiraal terecht. Hou goed voor ogen dat bijna alle kinderen uiteindelijk zindelijk worden. Soms vergt het alleen wat meer tijd.

Vanaf wanneer mag je spreken van een probleem?

In volgende situaties mag je spreken van een probleem en ga je het best eens langs bij de huisarts of kinderarts:

- Een kind is overdag niet zindelijk rond de leeftijd van (3)-4 jaar
- Een kind is 's nachts niet zindelijk rond de leeftijd van (6)-7 jaar
- Er is sprake van het familiaal voorkomen van continentieproblemen. Continentieproblemen zijn erfelijk. Het kan goed zijn dit in het achterhoofd te houden als de zindelijkheidstraining langer duurt dan verwacht.

Kind en Gezin

www.kindengezin.be

078/150.100

Centrum voor LeerlingenBegeleiding

<https://onderwijs.vlaanderen.be/nl/clb>

OP ZOEK NAAR EXTRA MATERIAAL? ENKELE LEUKE TIPS...

- In de bibliotheek kan je heel wat (prenten)boeken terugvinden: leuk om samen met je peuter voor te lezen. Voor een overzicht van het aanbod in Bibliotheek Wielsbeke: <https://wielsbeke.bibliotheek.be/>
- Internet: enkele nuttige websites:
 - o <https://www.groeimee.be/zindelijkheid>
 - o <https://www.zitdazo.be/zindelijkheid>
 - o <https://www.kindengezin.be/ontwikkeling/zindelijkheid/>
 - o <https://www.wielsbeke.be/huisvanhetkind>

- Podcasts en interviews

- o Interview met Indra Smeyers (Kind & Gezin), ook als podcast te beluisteren: <https://www.groeimee.be/zindelijkheid-expert-indra-smeyers-aan-het-woord>



- o Professor Alexandra Vermandel: plastraining in cultuurhistorisch perspectief <https://radio1.be/plastraining-cultuurhistorisch-perspectief>



- Kleurplaten: ook te vinden op internet

- Filmpjes en liedjes

- o Kapitein Winokio: potjeslied (Uit: "Pluk de dag met Kapitein Winokio: de klok rond met 20 liedjes", te ontlenuen via Bibliotheek Wielsbeke)
- o <https://www.youtube.com/watch?v=JA4yEaPODow>

