

Hoe bescherm je je baby tegen schadelijke producten ?

1. Voeding

Voeding is heel belangrijk voor de gezondheid van je baby.



1. Het is goed **biologische voeding** te kopen.
Het is biologisch als men geen chemische producten gebruikt voor het kweken van fruit, groenten en granen.
Bijvoorbeeld, er worden geen producten gebruikt voor het doden van insecten.
Het is beter voor de natuur.

Het is goed **biologisch fruit en groenten** te kopen voor je baby.
Vooral fruit en groenten die je niet pelt.
Bijvoorbeeld : druiven en aardbeien.



2. Het is goed **keukengerei** te gebruiken **zonder plastic** **en zonder teflon**.



Teflon is een product dat men vaak aantreft in kookpannen.
Het is ook goed zuigflessen te kopen in glas of in inox.
Inox is grijs en lijkt op metaal.





3. Geef niet te veel vis aan je baby..

Een baby mag vis eten,
maar maximum 1 keer per week.
Het is beter kleine vissen te eten
Dan grote vissen.
Er zitten vaak schadelijke producten in.



2. Het bad

De huid van een baby is verschillend van de huid van volwassenen.
De huid van baby's is dunner.
De huid van baby's laat meer dingen in het lichaam binnenkomen.

Dus gebruik voor het bad van je baby
enkel producten
als het echt nuttig is !

Als je producten zoals zeep of crèmes gebruikt,
Kies dan producten zonder parfum en ecologische producten.
Ecologisch betekent met respect voor de natuur.
Als een product ecologisch is, dan staat dat meestal op het etiket.



Voor baby's is het beter om een zonnecrème te gebruiken
met een minerale filter.
Dit staat ook op het etiket.



Zie hier enkele applicaties die je kunnen helpen om goede voeding of goede producten voor het bad te kiezen :

- INCI Beauty,
- Yuka,
- Clean Beauty.



3. Luiers

Luiers couches zijn de hele tijd in contact met de huid van de baby.

Het is beter om luiers te gebruiken die gewassen kunnen worden of ecologische luiers.



Dit staat meestal op het etiket.

Kijk op het etiket of er geschreven staat :

- FSC,
- Nordicswan,
- Oeko-TEX



Het is goed de billen van de baby te wassen met een natuurlijke zalf.



Deze zalf is zoals een crème om de billen van de baby schoon te maken wanneer je de luier ververst.

Dat is beter dan vochtige doekjes !



4. Fopspeen

Het is beter om een fopspeen in natuurlijk rubber of silicone te kopen.
Gebruik geen fopspeen in plastic.



5. Kleding

Het is goed tweedehandskleding te kopen.

Dit is kleding die een andere persoon reeds gebruikt heeft.

Nieuwe kleding moet je eerst wassen voordat je ze de baby aandoet.

Het is beter om kleding te kiezen zonder tekeningen in plastic.



6. De slaapkamer van je baby

In de slaapkamer kan je best tweedehands meubelen en stoffen hebben.

Als het nieuwe meubelen of nieuwe stoffen zijn,

Dan kan je ze best gedurende enkele weken laten luchten in een kamer met de ramen open.

Het is beter ecologische meubelen en stoffen te kiezen.

Dit staat meestal op het etiket.

Kijk op het etiket of er geschreven staat :

- NF environnement ameublement,
- FSC 100%,
- CertiPUR.





Open de ramen van de slaapkamer
2 keer per dag en gedurende 15 minuten.

Was regelmatig de vloer van de slaapkamer met water
en indien nodig met zwarte zeep.

Je hoeft geen tapijt te leggen.
Er zit altijd veel stof in tapijten.



Gebruik ook geen parfum binnen.



7. Speelgoed

Het is beter om speelgoed te kiezen uit
natuurlijk en ecologisch materiaal.

Dit staat meestal op het etiket.

Kijk op het etiket of er geschreven staat :

- Spiel Gut,
- Oko Test,
- Nordic Swan



ÖKOTEST



Het is beter om te kiezen voor dingen die in Europa gemaakt zijn.
Want in Europa bestaan er regels.



Het is beter om geen knuffels te kopen met mousse.

Voor meer informatie,

Ga naar de site : <https://docteurcoquelicot.com>.

