

Bebeğinizi nasıl tehlikeli ürünlerden koruyabilirsiniz ?

1. Yiyecekler

Yiyecekler bir bebeğin sağlığı için çok önemlidir.



1. Organik gıda tüketmek iyidir.

Organik, meyve, sebze veya tahıl yetiştirmek için hiçbir kimyasal kullanılmadığı anlamına gelir.

Örneğin, organik tarımda böcekleri öldürmek için ürün kullanılmıyor. Bu doğa için daha iyidir.

Bebeğiniz için organik meyve ve sebze satın almak daha iyidir.

Özellikle de kabuğuyla yenen meyve ve sebzeler.

Örneğin: üzüm ve çilek.

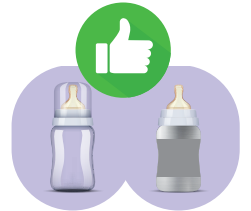


2. Plastik ve teflon içermeyen mutfak aletleri kullanmak daha iyidir.

Teflon, genellikle kızartma tavalarında bulunan bir malzemedir.

Ayrıca, cam veya paslanmaz çelik biberonlar satın almak da iyidir.

Paslanmaz çelik gri renktedir ve metale benzer.

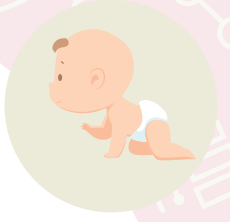


3. Bebeğinize çok fazla balık yedirmemelisiniz

Bir bebek haftada bir kereden fazla olmamak kaydıyla balık yiyebilir.

Küçük balıklar daha iyidir.

Büyük balıklar genellikle daha tehlikeli ürünler içerir.



2. Banyo zamanı

Bebeklerin cildi yetişkinlerinkinden farklıdır.

Bebeklerin cildi daha ince ve geçirgendir.

Bebeklerin cildi vücuda daha fazla şeyin geçmesine izin verir.

Bu yüzden bebeğinizi yıkamak söz konusu olduğunda, ürünleri gerçekten ihtiyacınız olduğunda kullanın!

Sabun veya krem gibi ürünler kullanıyorsanız, kokusuz ve ekolojik ürünleri tercih edin.



Ekolojik; doğal, çevre dostu ürünler anlamına gelir.

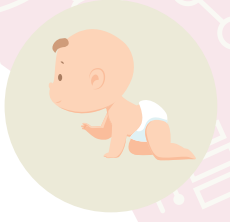
Bir ürün çevre dostu ise, genellikle etiketinde belirtilir.



Bebekler için mineral filtreli güneş kremleri kullanmak daha iyidir.

Bu da etikette yazmaktadır.





Doğru gıda veya banyo ürünlerini seçmenize yardımcı olacak bazı uygulamalar:

- INCI Beauty,
- Yuka,
- Clean Beauty.



3. Bebek bezleri

Bebek bezleri bebeğin cildiyle her zaman temas halindedir.

En iyisi yıkanabilir veya çevre dostu bebek bezleri kullanmaktır.



Bu genellikle etikette belirtilir.

Etiket üzerinde bu yazılar var mı diye kontrol edin:

- FSC,
- Nordicswan,
- Oeko-Tex

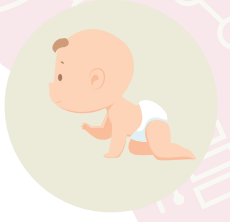


Bebeğin altını doğal bir liniment ile temizlemek de iyidir.

Liniment, bez değiştirirken bebeğin altını temizlemek için kullanılan bir krem gibidir.

Islak mendilden daha iyidir!





4. Emzik

Doğal kauçuk veya silikon ile yapılmış bir emzik satın almak en iyisidir.

Plastik emzik kullanmayın



5. Giysiler

İkinci el kıyafet satın almak iyi bir fikirdir.

İkinci el, başka biri tarafından daha önce kullanılan kıyafet anlamına gelir.

Yeni kıyafetler bebeğinize giydirilmeden önce yıkanmalıdır.

Plastik deseni olmayan kıyafetler almak en iyisidir.



6. Bebeğin yatak odası

Yatak odasında ikinci el mobilya ve kumaşlar kullanmak daha iyidir.

Eğer yeni mobilya veya kumaşlar kullanılacaksa, bunları birkaç hafta süreyle camları açık bir odada havalandırmak gerekir.

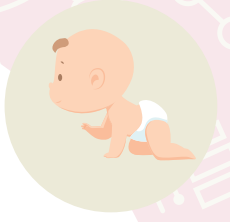
En iyisi çevre dostu mobilya ve kumaşlar seçmektir.

Genellikle etiketin üzerinde yazar.

Etiket üzerinde bu yazılar var mı diye kontrol edin:

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





Ayrıca yatak odası pencerelerini günde iki kez 15 dakika boyunca açmalısınız.

Yatak odası zemini sık sık suyla ve gerekirse siyah sabunla yıkanmalıdır.

Halıfleksten kaçınılmalıdır.

Halıfleklerde her zaman çok fazla toz vardır.



İç mekanlarda parfüm kullanmayın.



7. Oyuncaklar

Doğal, çevre dostu malzemelerden yapılmış oyuncakları seçmek en iyisidir.

Bu genellikle etikette belirtilir.

Etiket üzerinde bu yazılar var mı diye kontrol edin:

- Spiel Gut,
- Öko Test,
- Nordic Swan



ÖKO TEST



Avrupa'da üretilen ürünleri seçmek daha iyidir.

Çünkü Avrupa'da kurallar vardır.



Süngeri peluş oyuncakları almamak daha iyidir.

Daha fazla bilgi için,

web sitesini ziyaret edin: <https://docteurcoquelicot.com>.

