

## Herinneringsmail Consult 24m

### Onderwerp: Wat moet je weten voor je afspraak van .../... bij Kind en Gezin?

Kind en Gezin herinnert je aan afspraak op donderdag xxx om xxx.

Plaats: consultatiebureau

Wat doen we tijdens het consult?

Naast de leeftijdsgebonden thema's, volgen we ook de groei en de ontwikkeling van je kind op. Lees meer [op onze website](#).

Help je ons om alles **vlot** te laten verlopen?

- Kom op tijd.
- Er is 15 minuten per consultatie voorzien.

#### Wat breng je mee?

- Het Kindboekje
- Een (hand)doek
- Een luier
- Een knuffel/popje om een paar ontwikkelingstestjes te doen

#### Wat is belangrijk op deze leeftijd?

- Borstvoeding blijft ook op deze leeftijd een prima keuze als melkvoeding. Krijgt je kind geen borstvoeding, dan kan je op deze leeftijd kiezen voor [groeimelk, volle melk\(producten\) of calciumverrijkte sojaproducten](#). Groeimelk maakt het 'gemakkelijker' om een evenwichtig samengestelde voeding te geven aan je kind, maar is niet noodzakelijk als je kind gezond en evenwichtig eet. Als je kind groeimelk krijgt, kan je tussen 2 en 3 jaar geleidelijk aan beginnen combineren met volle melk(producten) of calciumverrijkte sojaproducten. Zo wordt je kind gewoon aan deze smaak. Blijf steeds binnen de aanbevolen hoeveelheid 350 - 500 ml. Gebruik volle melk- en melkproducten tot de leeftijd van 3 jaar. Nadien zijn halfvolle melk- en melkproducten voldoende. Vitamine D-suppletie is noodzakelijk tot en met de leeftijd van 6 jaar.
- Het is tijd om je kind mee te nemen **naar de tandarts!** Een goed [melkgebit](#) ligt aan de basis van een gezond, blijvend gebit.
- Loopt er ook bij jou thuis een peuter met [driftbuien](#) rond? Heel normaal op deze leeftijd, maar niet altijd gemakkelijk. Neem ook een kijkje op onze website bij [positief opvoeden](#).
- **Potjestijd!** Je kan je peuter helpen om [zindelijk](#) te worden.
- Heb je graag meer info over de **ontwikkeling** van je kind, bekijk dan [onze filmpjes](#). Je vindt er ook specifieke tips voor [taalontwikkeling](#).
- De stap naar de [kleuterschool](#) komt dichterbij. Misschien maakte je al een schoolkeuze of is je kind al ingeschreven? Top!

**Wacht niet tot op het consult als je vragen of zorgen hebt**, maar neem gerust nu al contact met ons op. Contacteer iemand van jouw lokaal team via telefoon, mail, WhatsApp, sms, ... of bel de Kind en Gezin-Lijn. Er is altijd een mogelijkheid om een extra contact met jou in te plannen.

Over deze e-mail

Wil je deze afspraakherinneringen per e-mail niet meer ontvangen? Schrijf je dan hier uit.

Om zeker te zijn dat je deze e-mail ontvangt, voeg je best [kindengezin.no-reply@kindengezin.be](mailto:kindengezin.no-reply@kindengezin.be) toe aan je e-mailadresboek. Zo voorkom je dat spamfilters deze e-mail tegenhouden.

**Ben jij of is je kindje ziek of in quarantaine/isolatie of lukt deze afspraak niet voor jou? Maak dan zo snel mogelijk een nieuwe afspraak.**

- Bel naar de Kind en Gezin-Lijn (078 150 100 - elke werkdag van 8 tot 20 uur).
- Een consultatie voor je kind kan je ook verplaatsen op [mijn.kindengezin.be](http://mijn.kindengezin.be).

Met vriendelijke groeten



Over deze e-mail

Wil je deze afspraakherinneringen per e-mail niet meer ontvangen? Schrijf je dan hier uit.

Om zeker te zijn dat je deze e-mail ontvangt, voeg je best [kindengezin.no-reply@kindengezin.be](mailto:kindengezin.no-reply@kindengezin.be) toe aan je e-mailadresboek. Zo voorkom je dat spamfilters deze e-mail tegenhouden.