

WAT KUN JE ALS OUDER/ VERZORGER DOEN?

- Bereid je kind voor. Wacht hiermee niet tot het laatste moment.
- Laat je kind aankruisen welke tips werken en deel dit met de verpleegkundige.
- Blijf zelf rustig om je kind gerust te stellen.
- Afleiding maakt het vaccineren makkelijker voor je kind
- Het helpt om positief te belonen en complimenten te geven
- Zorg voor een positieve afsluiting. Herhaal de positieve ervaringen en eventuele tips voor de volgende keer, ook als het niet gelukt is om te vaccineren.

Denk je dat jouw kind meer hulp nodig heeft?

Neem dan contact met ons op via rvp@ggdbzo.nl

WAT ALS VACCINEREN IN DE SPORTHAL NIET LUKT?

Dan nodigen we jullie uit op het vaccinatiespreekuur bij de GGD. Hier begeleiden we je kind rustig bij de vaccinatie. In de komende maanden ontvang je de uitnodiging per post.

De vaccinatiespreekuren zijn op GGD-locaties in Eindhoven, Helmond, Eersel en soms in Someren en Budel. We kiezen een locatie die voor jou het best past. Als je niet kunt op de uitgenodigde tijd, verzet je de afspraak volgens de instructies in de uitnodiging.

Wij denken graag met je mee

Wil je de vaccinatie uitstellen of wil je vooraf overleggen? Mail ons gerust via rvp@ggdbzo.nl. Vermeld daarbij de naam en de geboortedatum van je kind, en eventueel een telefoonnummer zodat we je kunnen bereiken.

MEER INFORMATIE

Folder:

Helpend taalgebruik bij een vaccinatie



English/عربي/Türkçe/
українська/Deutsch



Instructie:

Zo breng je verdovende
crème aan



Advies van een kinderarts:

Vaccineren met vertrouwen




Belangrijke informatie
voor ouders aan de
achterzijde

ZO VOEL IK ME FIJN

Tips om je voor te bereiden op een vaccinatie

Versie 2, 20260815

Krijg jij binnenkort een vaccinatie? Misschien vind je het fijn om je daarop voor te bereiden, zodat vaccineren makkelijker gaat. In dit boekje lees je wat je kunt doen. Je ouder(s)/verzorger(s) kunnen je hierbij helpen.

VERTEL HOE WE JOU KUNNEN HELPEN

Kruis dat hieronder aan en neem dit mee als je de vaccinatie komt halen. Zo zorgen we dat jij je zo fijn mogelijk voelt!

VRAGEN

die je kunt stellen tijdens de afspraak

- ☐ Wat gebeurt er tijdens de afspraak?
- ☐ Hoe voelt het om een vaccinatie te krijgen?
- ☐ Kan ik de vaccinatie in een aparte ruimte krijgen?
- ☐ Kan ik liggen als ik de vaccinatie krijg?
- ☐ Mag ik naar de naald kijken?



LEKKER ZITTEN

- ☐ Eet en drink van tevoren
- ☐ Breng een knuffel of speelgoed mee
- ☐ Ga bij je vader of moeder op schoot zitten
- ☐ Maak slappe armen tijdens het vaccineren ('spaghetti-armen')
- ☐ Voel je je duizelig? Het helpt als je je knieën tegen elkaar drukt.

TIP



Verdovende crème gebruiken?

Regel dit ruim vóór de afspraak, want de crème moet 1 uur inwerken.

Zo breng je verdovende crème aan



ONTSPANNEN

- ☐ Neem een familielid of een vriend mee
- ☐ Adem rustig in door je neus en langzaam uit door je mond
- ☐ Laat een molentje bewegen door ertegenaan te blazen
- ☐ Zeg tegen jezelf: 'Ik kan dit!'

AFLEIDING

- ☐ Praat met iemand terwijl je de vaccinatie krijgt
- ☐ Zoek iets in de kamer waar je naar kunt kijken
- ☐ Kijk een filmpje op een telefoon
- ☐ Luister naar muziek die je mooi vindt
- ☐ Zing een liedje
- ☐ Vertel een mop
- ☐ Denk aan iets leuks

Iets anders. Ik wil graag ...

