

**De Zindelijkheidskoffer**

**SUPER SIM**

**OP HET**

**POTJE**



**KORTRIJK**

De zindelijkheidskoffer is mogelijk gemaakt door Deelfabriek, Huis van het Kind Kortrijk, Kind & Gezin Kortrijk, Koala project Kortrijk en Flankerend Onderwijs Kortrijk.

**Deelfabriek**



Kind & Gezin

Flankerend Onderwijs  
Kortrijk



Dag koffer gebruiker,

Jij wil je kind helpen op het potje gaan.

Super!

Maak het leuk. Forceer niets.

**Deze koffer helpt met info en leuk materiaal.**

In deze koffer zit ook een beleefboekje.

Wil je vertellen hoe de training bij jullie was?

Heb je een leuk verhaal over op het potje gaan?

Wij horen dat graag.

Schrijf jouw verhaal in het beleefboekje.

Jouw verhaal gaat mee naar de volgende gezinnen.

**Vertel dus alleen wat iedereen mag weten.**

**Veel succes !!**



## Is je kind klaar voor het potje?

### GEBRUIK DEZE CHECKLIST

- Je kind vindt een vuile luier niet leuk.
- Je kind stopt met spelen als hij pipi of kaka doet. Of hij zegt het.
- Je kind blijft soms 2 uren droog.
- Je kind heeft interesse in het potje.
- Je kind weet dat pipi en kaka in het potje moeten.
- Je kind kan alleen naar het potje stappen, gaan zitten en rechtstaan.
- Je kind kan een broekje afdoen en aandoen.
- Je kind werkt mee als je zegt: "kom we gaan op het potje".

## VANAF DE GEBOORTE

Het zindelijk worden start al vanaf een heel jonge leeftijd! Praat tijdens het verzorgingsmoment tegen je baby:



- Je vertelt aan jouw baby wat je ziet.
- Er is kaka of pipi.
- Jouw luier is nat of droog.
- Je poep is vuil.
- Ik maak jou proper.

## +/- 18 MAANDEN

### POTJE

Kies (samen met je kind) een potje. Je vindt een voorbeeld in de koffer.

Wat is een goed potje?

- Jouw kind zit comfortabel en met 2 voeten op de grond.
- De knieën zijn op gelijke hoogte met de heupen of iets hoger.

### TOILET

Gebruik je jouw toilet? Zorg voor een verkleinbril. Dan is je kind niet bang om in het toilet te vallen.

Zorg ook voor een opstapje. Dan steunen de 2 voetjes.

## SPELEN IS LEREN

- Laat je kind spelen met het potje.
- Zet de aap op het kleine potje.
- Praat over pipi, kaka en het potje.

## DIT KAN JE OOK DOEN

- Boekjes voorlezen (Super Sim op het potje)
- Samen een filmpje bekijken (<https://www.supersim.be/ophetpotje>).  
Je kind leert waar het potje voor dient.
- Vraag je kind af en toe om op het potje te zitten  
(met of zonder kleren aan).



## +/- 2 JAAR

### ZINDELIJK WORDEN

- > Start de potjestraining als het rustig is. Bijvoorbeeld in de vakantie.
- > Iedereen helpt mee met de potjestraining. Via het **Plaspoort** kan iedereen die voor je kind zorgt (kinderopvang, grootouders, vrienden,...) elkaar op de hoogte te houden rond het zindelijk worden van je kind. Vul het in, geef het door en praat erover.



Het potje heeft een vaste plaats. Hang daar de Super Sim zindelijkheidsposter.

Doet je kindje pipi of kaka in het potje? Bravo! Hij mag een sticker op de zindelijkheidsposter kleven.

### WANNEER ZET JE JE KIND OP HET POTJE?

Je kiest vaste momenten en je laat ongeveer 2 uur tussen. Bijvoorbeeld:

- > Na het opstaan
- > Na het eten (ontbijt, middagmaal, vieruurtje, avondmaal)
- > Voor het slapengaan
- > Als je kind het zelf vraagt

#### Gebruik hiervoor de structuurkaarten uit de koffer.

Zie je dat je kind pipi of kaka moet doen? Zet het dan ook op het potje.

5 minuten op het potje zitten is voldoende.

#### Gebruik hiervoor de zandloper.



## Op het potje gaan

1. Broek naar beneden trekken tot op de enkels
2. Op het potje gaan zitten met de benen lichtjes gespreid
3. Pipi of kaka doen
4. Poep afvegen
5. Broek omhoog trekken
6. Het potje leegmaken of toilet doorspelen
7. Handen wassen



## OP HET POTJE = LEUK

Maak het potjes zitten leuk:

- > Lees voor uit het boek 'Super Sim op het potje'
- > Speel het een spelletje
- > Zing een liedje
- > ....

## DOE GEMAKKELIJKE KLEDIJ AAN

Aap toont het goede voorbeeld!

### GOED

- > Een onderbroekje met elastiek of luierbroekje
- > Een broek of rok die jouw kind gemakkelijk uit krijgt

### NIET GOED

- > Body met drukknopen
- > Kousenbroek of legging

## HEEFT JE KIND EEN ONGELUKJE?

Word niet boos!

Reageer rustig.

Stel je kind gerust.

Het is niet erg.  
Het zal wel lukken!

## BLIJFT DE LUIER VAAK LANGER DAN 2 UUR DROOG

- Probeer de luier weg laten. Doe een onderbroekje aan.
- Zet je kind op vaste momenten op het potje.
- Laat de luier ook weg na een ongelukje.

## UITSTAP

Ga je op uitstap? Is er een lange autorit of busrit?  
Doe eventueel een luier aan boven de onderbroek.  
Zo voelt je kind dat hij nat is.

## WATER DRINKEN

Laat je kind evenveel water drinken als voor de potjestraining.  
Je kind mag ook na 16 uur nog drinken.

## HET LUKT NIET

Probeer je al een tijdje maar lukt het niet?  
Wil je kind niet op het potje?  
Stop dan even met de training.  
Probeer enkele weken later opnieuw.



## 'S NACHTS

### > **Blijft de luier 5 nachten per week droog?**

Probeer de luier weg te laten.

### > **Tot 7 jaar zijn natte luiers tijdens de nacht normaal.**

Word niet boos!

Het lichaam van je kind is nog niet klaar.

Gebruik een matrasbeschermer.

### > **Maak je kind niet wakker om pipi te doen.**

Kinderen worden zelf wakker als ze 's nachts pipi of kaka moeten doen.



