

THE GENTLE KIDD

Afstemmen en reguleren: Speelse ritueeltjes bij bedtijd



www.thegentlekidd.com

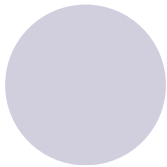
Inspiratie: speelse ritueeltjes bij bedtijd



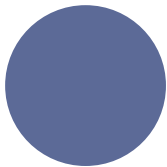
Kiekeboe: leg je baby op de verzorgingstafel en speel even een kiekeboe spelletje. Laat de warmte die je voelt als je je kindje ziet duidelijk doorstralen in je blik. Verbinding: bingo!



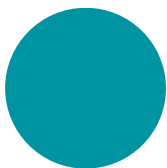
Verkeerslicht: vroem vroem, de auto vertrekt naar de slaapkamer, instappen! Oeps, ROOD LICHT - iedereen bevriest. Joepie, GROEN LICHT, we kunnen verder.



Waaierende wind: laat je kindje hard blazen en val telkens met veel drama omver op de grond, richting slaapkamer.



Van mij!: vecht met je partner om je kindje. Ze is van mij! Nee van mij! Of vecht om wie je kindje mag slapen leggen.



Remmende trein: tuut tuut, instappen! Laat je kindje je volgen, ga eerst snel en rem, ga vervolgens telkens veel trager tot je zo traag als een schildpad gaat. Ideaal om van actief naar rust te gaan!

Inspiratie: speelse ritueeltjes bij bedtijd



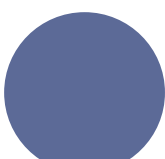
Ik ben een dino: Ga samen de uitdaging aan! Jouw kindje is een DINO (of iets anders naar keuze). Kan een dino zich uitkleden? Hoe doet een dino zijn pyjama aan? Poetst een dino ook tandjes?



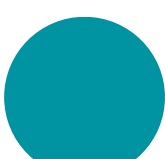
Vliegtuigje: Leg je baby'tje met het buikje op je voorarm en wandel rustig rond. Volg je kindje: liever rustig of wat wilder? Pas op dat je je baby zeker niet door elkaar schudt.



Burrito maken: Laat je kindje op zijn rug liggen en beleg de burrito door bewegingen te maken op het buikje: sausje, tomaatjes erop leggen, kaasje, oprollen en OPETEN!



Worstelen: Ga met twee op de grond zitten en laat je kindje je omver worstelen. Maak oogcontact en val verbaast op de grond als je kindje wint!



Bouncy baby: neem je kindje op je schoot op een yogabal met het gezichtje naar jou toe. Knuffel je baby terwijl je zachtjes (of harder) op en neer wipt. Zing eventueel een liedje of vertel over de afgelopen dag.