



2,5 jaar

Je kind ontdekt op deze leeftijd van alles en deelt dat graag met jou. In deze nieuwsbrief lees je meer over de ontwikkeling van je peuter en krijg je tips.



Tussendoortjes

Als je kind vaak een tussendoortje krijgt, heeft het bij de maaltijden geen trek meer. Het is snel te veel voor het kleine buikje. Wil je je kind toch iets geven, kies dan voor **gezonde tussendoortjes** zoals stukjes groente of fruit.



Hé, jij bent anders

Rond deze leeftijd gaan kinderen soms zien dat jongens en meisjes van elkaar verschillen. **Ineens vinden ze hun eigen lichaam enorm interessant.** En dat van andere kinderen. Dit is heel normaal. Peuters vinden het fijn om af en toe in hun blootje te lopen. Zo raken ze vertrouwd met hun eigen lichaam. Je goed voelen in je eigen lijf is belangrijk, dus laat je kind als het kan gerust bloot rondlopen.

Naar de tandarts

Heb jij je kind al wel eens meegenomen naar de tandarts? Zo kon je kind op een leuke manier wennen aan de tandarts. Nu is het tijd om regelmatig met je kind naar de tandarts te gaan. De tandarts kijkt naar de nieuwe tanden en kiezen en geeft advies om het doorbrekende **melkgebit gezond te houden.**



Bijvoorbeeld over drinken uit een beker, stoppen met de speen, welke fluoridetandpasta goed is, wanneer en hoe je het best kunt poetsen.

Wist je dat het advies is dat ouders tot elf jaar napoetsen? 'Bij 11, kun je het zelf!'

Voor kinderen tot 18 jaar zijn tandartsbezoeken en de meeste behandelingen gratis. Bekijk ook dit [filmpje](#) over hoe je je kind helpt tandenpoetsen.



Praten, praten, praten

Je kind ontdekt van alles en deelt dat graag met jou. Peuters van deze leeftijd zijn soms de hele dag aan het [praten](#). Tegen jou, speelgoed, of verzonnen vriendjes. Ze hebben veel fantasie. Je kind kan nu meer begrijpen en leert steeds nieuwe woorden. Het is wel belangrijk om het simpel te houden als je iets uit wilt leggen.

Het gebeurt ook dat je kind woorden te kort komt. Je kind kan nog niet altijd vertellen hoe het zich voelt. Dan heeft het jou nodig om dat te doen. Krijgt je peuter bijvoorbeeld een [driftbui](#), zeg dan iets als: 'Ik begrijp dat je boos bent omdat je geen koekje krijgt, maar we gaan nu samen de tafel dekken.'

Ieder kind ontwikkelt zich in een eigen tempo. Je kunt je kind [helpen bij de taalontwikkeling](#). Het allerbelangrijkste is dat je veel tegen hem of haar praat. Gebruik gewone woorden in goede, korte zinnen. Bedenk: een hond is geen 'woef', maar dat is wat de hond zegt!

Speelgoed

Kinderen kunnen dol zijn op speelgoed dat uit zichzelf praat of rijdt. Het is een klein wonder en dat vinden ze leuk. Als je kind groter wordt, wil het misschien ook dit soort speelgoed omdat anderen het hebben. Je kunt dit populaire speelgoed best voor je kind te kopen, maar verwacht niet dat er veel en lang mee wordt gespeeld.

[Speelgoed](#) waar je kind zelf iets mee kan doen blijft veel langer leuk. Een zelfpratende pop zegt misschien 20 zinnestjes, een gewone pop kan alles zeggen wat je peuter zelf bedenkt (met de mond van je peuter)! Als je dan goed luistert, kom je er achter wat je kind bezighoudt.

Bij een [speeltheek](#) kun je ook speelgoed voor je kind lenen.



Vragen? Neem contact op!

Heb je vragen over onderwerpen uit deze nieuwsbrief? Neem contact op met de Jeugdgezondheidszorg bij jou in de buurt. Voor meer informatie kun je ook kijken op [GroeiGids.nl](https://www.groeiGids.nl).



Download de app

Volg de groei en ontwikkeling van je zwangerschap of kind met onze gratis [GroeiGids app](#). Vind betrouwbare



informatie, volg de groei-curves en leg bijzondere momenten vast in het groeipad. Inclusief foto's en filmpjes. Zo maak je een groeialbum als herinnering voor later.

