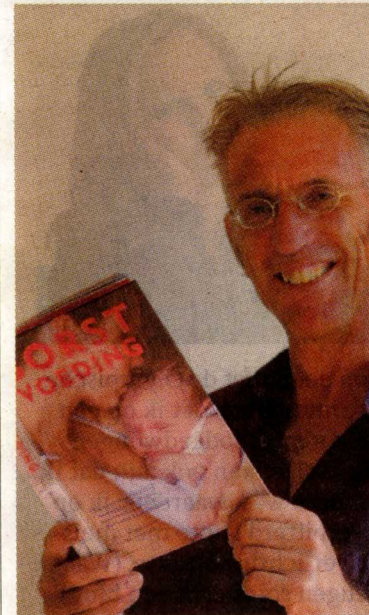


aak

**Een minuutje ...**

... Stefan Kleintjes



MVA UITHAM

Stefan Kleintjes schreef samen met Mary Broekhuijsen het nieuwe boek 'Borstvoeding'.

ik me al jaren bezig met gezonde kindervoeding en daar hoort borstvoeding natuurlijk bij.

**Waarom dit boek?**

Vroeger kreeg je je kennis gewoon van je moeder of je omgeving. Maar in de jaren 60-70 was het geven van flesvoeding de norm. Onze moeders hebben daardoor weinig kennis meer van borstvoeding. Ook is het geven van de borst nog maar weinig zichtbaar in onze maatschappij. Dit boek geeft je die kennis en laat je zien hoe je relaxed met borstvoeding om kunt gaan, zo lang als je wilt.

**Wat valt er te leren?**

Kinderen kunnen heel goed zelf aangeven hoeveel ze nodig hebben. Dat geldt allereerst voor borstvoeding, maar ook voor bijvoeding. Prop een baby niet vol met gepureerde hapjes. Laat ze zelf eten: geef ze maar een stuk banaan of broccolirosje in handen. Dat vinden ze leuk én zo leren ze eten volgens hun eigen behoefte.

**Opvallend, een man die over borstvoeding schrijft?**

Ik vind van niet. Als diëtist hou

**KARINE HOENDERDOS**

Ook een tip voor een minuutje? Mail naar [minuutje@metronieuws.nl](mailto:minuutje@metronieuws.nl)