

# MY FAIR BABY PLANNER

*Goepie, er is een kindje in aantocht! Deze My Fair Baby planner helpt je om eerlijke en duurzame keuzes te maken voor je toekomstige baby. Ontdek milieuvriendelijke tips voor de inrichting van de kinderkamer, weetjes over kleren en ideeën voor een duurzame geboortelijst.*

## De geboortelijst

Er bestaan heel wat andere formules dan de klassieke geboortelijst. Wie het creatief aanpakt, kan familie en kennissen zeker overtuigen voor cadeautjes als:

- een spaarrekening voor herbruikbare luiers, een fietskar, een speelvriendelijke tuin...
- een rekening t.v.v. een goed doel in het Zuiden
- tweedehands geschenken in plaats van nieuwe spulletjes
- een geboortelijst bij een babywinkel gespecialiseerd in fairtrade of ecologische producten
- bezoekers brengen een zelfgemaakte maaltijd voor je gezin mee



## Tweedehands is eersteklas

Fijn voor de portemonnee, goed voor het milieu en vaak gewoon ook heel origineel... waarom zou je nieuwe spullen kopen als je ze veel goedkoper tweedehands vindt? De Gezinsbond organiseert overal in het land tweedehandsbeurzen, waar jonge ouders gebruikte kinderklere, speelgoed en andere spullen kunnen kopen en verkopen. Ontdek verborgen schatten op rommelmarkten, tweedehandssites en in Kringwinkels, of experimenteer bij een van de vele ruil- en deelinitiatieven.

**Op de Facebook-groep My Fair Baby Spullen kan je duurzaam tweedehands babygerief kopen en verkopen.**

## Fris gewassen

Ecologische wasmiddelen zijn biologisch afbreekbaar en bevatten geen overbodige chemische bestanddelen. Dat is beter voor ons water en het huidje van de baby. Door te wassen op dertig graden en de kleren achteraf op een wasrekje te drogen, bespaar je energie en geld.



## Waarom kiezen voor duurzaam?

Alles wat je koopt, heeft een impact op de levenskwaliteit van baby's hier en in het Zuiden. Door producten van eerlijke handel te kopen, garandeer je betere werk- en leefomstandigheden voor arbeiders en hun kinderen overal ter wereld. Door te kiezen voor ecologische producten, bouw je mee aan een gezond milieu, met proper water en zuivere lucht. Makkelijk, toch?



## 5 tips voor een gezonde babykamer

**Verf:** Zin in een knalroze muur of een blauwe wand met groene bollen? Natuurverf bestaat vandaag in alle kleuren van de regenboog. Schilder de kamer zeker vóór de baby er is, zodat de verflucht tijdig kan uitdampen.

**Babybedje:** Een volhouten bedje met duurzaamheidslabel geeft zekerheid dat het hout gekapt werd in duurzaam beheerde bossen. Goedkope bedjes uit spaanplaat bevatten lijm en die kan giftige gassen vrijlaten in de kamer.

**Matras:** Matrasjes uit natuurlijke materialen zoals natuurlatex, kokos of wol zijn een gezond en ecologisch alternatief voor schuimrubberen exemplaren. Laat matrasjes uitluchten voor je de baby erop te slapen legt.

**Vloerbedekking:** Op kurk, linoleum en gelabeld hout kan de baby heerlijk kruipen. Synthetische materialen zoals vinyl, vasttapijt en laminaat trekken massa's stof aan.

**Repareren en upcyclen:** Tover tweedehands meubeltjes om tot unieke stukken voor de babykamer.

## www.myfairbaby.be

Op onze website vind je nog véél meer informatie, verkoopadressen van duurzame producten en getuigenissen van andere ouders.



## Geef ze van fairtradekatoen

Hangt een van onderstaande labels in het kruippakje of slabbetje van je baby?

- Fairtrade Max Havelaar
- Oeko Tex 1000
- GOTS Label

Dan kan je ervan uitgaan dat de personen die het voor jou maakten een eerlijk loon en betere werkvoorwaarden kregen of dat de milieu-impact van de productie beperkt bleef. **www.fairtradebelgium.be** en **www.labelinfo.be** leggen uitgebreid uit waar deze labels voor staan. **www.schonekieren.be** vertelt welke kledingproducenten inzetten op eerlijke arbeidsomstandigheden.

**Op baby.ecoplan.be kan je op zoek naar (web)winkels met duurzame kleding.**



Design en illustraties van Katerina Voitko. www.runak.eu



NETWERK  
BEWUST  
VERBRUIKEN



FAIRTRADE  
BELGIUM



Gezinsbond



vredeseilanden



Vlaanderen  
verbeelding werkt



Hoera! De baby is geboren. Van harte gefeliciteerd! Deze My Fair Baby planner helpt je om eerlijke en duurzame keuzes te maken voor aankopen en de verzorging van je kind. Hang hem op een leuke plek in huis, zodat je alle tips steeds bij de hand hebt.



## Duurzame babyborrel

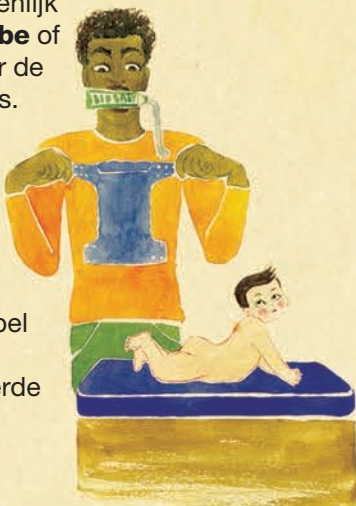
Je baby kan met zijn of haar eerste feest al meteen het goede voorbeeld geven. Zet vegetarische hapjes op tafel voor de gasten en serveer hen fairtrade thee, koffie, sapjes, wijn en bubbles. Doe doopsuiker in een ecologische verpakking of geef de bezoekers in de plaats van suikerbonen fairtrade chocoladenootjes (heerlijk!) mee naar huis. Ook met bloemzaadjes, plantjes of potjes zelfgemaakte confituur wordt het ongetwijfeld scoren.



## 5 tips voor blijde biljetjes

Babybiljetjes, je zou er soms in willen bijten. En zeker wanneer je deze bips-tips toepast.

- Smeer biljetjes in met natuurlijke producten zonder chemicaliën. Ecologische, herbruikbare doekjes zijn een goed alternatief voor vochtige doekjes met parabenen en allergenen.
- In het badwater volstaat vaak een beetje plantaardige (geen etherische) olie.
- Herbruikbare luiers zijn beter voor het milieu dan wegwerpexemplaren. Op het einde van de rit kosten ze ook aanzienlijk minder. Check op [www.ovam.be](http://www.ovam.be) of je gemeente premies geeft voor de aankoop van herbruikbare luiers.
- Geen idee welke soorten herbruikbare luiers bestaan, hoe je ze gebruikt en waar je ze kan kopen? [www.myfairbaby.be](http://www.myfairbaby.be) vertelt er alles over.
- Wegwerpluiers met een ecolabel zijn gemaakt van papierpulp afkomstig uit duurzaam beheerde bossen. Ze zijn bovendien biologisch afbreekbaar en chloorvrij.



## Leestip! Groene Gids voor kleine kids

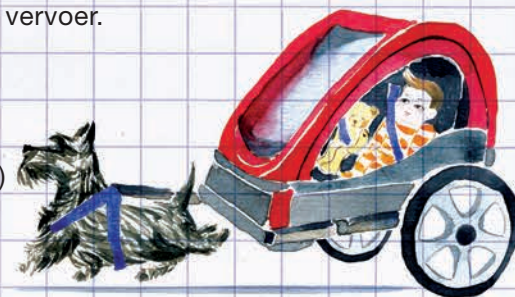
De Groene Gids voor Kleine Kids van Velt is een handig boekje met informatie rond duurzame voeding, verzorging, luiers, kleding, babykamer en vrije tijd. Het boekje kost € 5,50 en kan besteld worden via [www.velt.be](http://www.velt.be).



## Zeg niet te snel, we nemen de auto wel

Met het gezin op stap zonder wagen? Altijd een avontuur en heus niet zo moeilijk. [www.myfairbaby.be](http://www.myfairbaby.be) toont alle mogelijkheden voor fietsen met kinderen. Welke fietsen en toebehoren er bestaan bijvoorbeeld, of hoe je een fietsroute uitstippelt. Ontdek ook alles over autodelen, draagdoeken en reizen met het openbaar vervoer.

**Tip!**  
De publicatie **Bambini** (Op pad met fiets en kids) van Mobiel 21 helpt je veilig op weg.



## Lekkers voor je spruitje

Borstvoeding is op veel vlakken een topper. De melk is supergezond, altijd op de juiste temperatuur, je hebt op elk moment voeding bij de hand en er blijft geen verpakkingsafval achter.

Voor advies of hulp kan je in heel Vlaanderen terecht bij lactatiekundige vroedvrouwen en borstvoedingsorganisaties. Ze ondersteunen je bij het aanleggen van het kind en geven advies wanneer de baby niet wil drinken, over hoe af te kolven...

Je vindt een consulent in je buurt via [www.wegwijsborstvoeding.be](http://www.wegwijsborstvoeding.be)  
[www.borstvoedingvzw.be](http://www.borstvoedingvzw.be)  
[www.vbbb.be](http://www.vbbb.be)

Geef de voorkeur aan lokale, biologische groenten en fruit van het seizoen wanneer je baby vaste voeding begint te eten. Fairtrade bananen zijn te koop in de meeste supermarkten. [www.evavzw.be](http://www.evavzw.be) heeft een aanbod rond vegetarische voeding voor kinderen.



## Speelgoed: do's & don'ts

- + Tweedehands speeltjes, speelgoed lenen en doorgeven
- + Houten speelgoed met een keurmerk
- + Nieuwe knuffels en popjes eerst wassen om chemische resten te verwijderen
- Te veel speelgoed. Laat voldoende ruimte voor fantasie
- Goedkope prullaria geproduceerd in lageloonlanden
- Plastic speelgoed waarin chemische weekmakers verwerkt zitten

[www.childprotectfromchemicals.eu](http://www.childprotectfromchemicals.eu) geeft een overzicht van gevaarlijke chemicaliën die in speelgoed aanwezig kunnen zijn.



## Meer info

[www.myfairbaby.be](http://www.myfairbaby.be)

[www.bewustverbruiken.be](http://www.bewustverbruiken.be)  
[www.gezinsbond.be](http://www.gezinsbond.be)  
[www.fairtradebelgium.be](http://www.fairtradebelgium.be)  
[www.vredeseilanden.be](http://www.vredeseilanden.be)  
[baby.ecoplan.be](http://baby.ecoplan.be)



NETWERK  
BEWUST  
VERBRUIKEN



FAIRTRADE  
BELGIUM



Gezinsbond



vredeseilanden



Vlaanderen  
verbeelding werkt