

het * Stoppen * met * Foppen * Boek

binnen 15 dagen zonder speen!



met
DE TIPS van
SOE SOE de
fopspenenfee

Het allerleukste
lees-, speel- en doeboek
voor sabbelaars







Copyright © 2008 by Difrax bv, Bilthoven, Holland

Idee en tekst: Vivienne van Eijkelenborg,
directeur Difrax

Met advies van: Jaap Veerkamp, pedodontoloog
Mieke Menheere, kinderlogopediste

Illustraties en tekst: Inge Nouws

Opmaak: 124 Design, Amsterdam

Druk: Kaprenberg van Waerbege, Rotterdam

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt, door middel van druk, fotokopie, microfilm, internet of op welke andere wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de rechthebbende.

ISBN 97890 8715 010 5



het
* Stoppen * met * Foppen *
Boek

Idee en tekst Vivienne van Eijkelenborg
Illustraties en tekst Inge Nouws

Beste ouder,

U wilt het beste voor uw kind en wij willen u daarbij graag helpen. Vandaar dat Diftax al ruim 40 jaar veilige en doordachte babyartikelen in haar assortiment heeft. Zo ook mooie fopspeenen die het neusje beter vrij laten en huidirritatie helpen voorkomen. Verantwoorde en veilige fopspeenen waarover samen met deskundigen is nagedacht. We willen u echter ook graag helpen bij het verantwoord en doordacht afleren van het gebruik van fopspeenen. Vandaar dit boek voor u en uw kind. Verantwoord fopspeengebruik en verantwoord stoppen, dat is ons doel.

* WAT IS DE FUNCTIE VAN EEN FOPSPEEN?

Een fopspeen heeft daadwerkelijk een functie. Een fopspeen

- kalmeert
- geeft rust
- troost als uw kind verdrietig is
- is vertrouwd op onveilige momenten
- verzacht op momenten dat uw kind pijn heeft
- vervult de zuigbehoefte voor baby's, die met borst of fles alleen niet altijd volledig te vervullen is
- helpt wiegendood voorkomen, dat heeft onderzoek inmiddels voldoende aangetoond

Het is beter om een fopspeen te gebruiken dan de duim, want

- de gevolgen voor het gebit zijn aantoonbaar minder
- stoppen met een fopspeen is gemakkelijker dan stoppen met duimzuigen
- uw kind leert beter door de neus te ademen
- een fopspeen is hygiënischer omdat die uit te koken is
- duimen stimuleert mondademen waardoor meer niet-gefilterde lucht met bacteriën ingeademd kan worden

Kortom, ook al vindt u een duim wat liever staan of heeft u een hekel aan fopspeenen, een fopspeen is echt beter voor uw kind, dan de duim.

Maar verantwoord gebruik van de fopspeen hoort gevolgd te worden door verantwoord stoppen met de fopspeen. Afbouwen is vanaf het derde of vierde jaar mogelijk. Jonger dan drie jaar is vaak erg moeilijk en levert veel strijd op. Als het lukt is het prima, maar vaak heeft een jong kind nog teveel steun aan de fopspeen en is het beter het nog even zo te laten. Maar vanaf het vierde jaar is het erg gewenst om het stoppen te stimuleren.

* AFBOUWEN DUS, MAAR HOE DOE JE DAT?

Wij hebben een 15 dagen afwen-programma ontwikkeld met een kalender en beloningssysteem met stickerjes. Hierbij geldt:

- Ga niet te plotseling en te rigoreus te werk. Kies een moment om rustig uit te leggen waarom het belangrijk is. Dat het beter is voor de groei van de tandjes en dat uw kind te groot wordt voor een fopspeen
- Kies een rustige periode. Neem niet een periode waarin andere spannende dingen te gebeuren staan als de verjaardag, Streeklas of vakantie. Dat kunnen momenten zijn waarop uw kind juist de steun van de fopspeen nodig heeft.
- Bevestig eventueel een doekje of kraffelje aan de fopspeen. Met het stoppen met de fopspeen blijft dan het doekje of kraffelje over en is het een minder heftig afscheid.

* OPBOUW BOEK

Het boek kent een bepaalde opbouw. Het staat u natuurlijk vrij deze aan te passen aan de snelheid waarmee uw kind de verandering oppakt.

- Dag 1 t/m 5 wordt gebruikt om uit te leggen waarom een fopspeen soms fijn is, wie er wel en niet een fopspeen heeft en wat de tandarts ervan vindt. De fopspeenenfee Soe Soe geeft tips en vertelt wat ze voor uw kind in petto heeft.
- Vanaf dag 5 worden de fopspeenen alleen nog maar 's nachts gebruikt. Overdag moeten de fopspeenen slapen en uitrusten
- Dag 6 t/m 10 laat zien dat een kind de fopspeen soms best mist maar dat er andere troostmiddelen zijn en dat uw kind zich ook wel groot kan voelen zonder fopspeen.

- Op dag 10 en 12 nemen we afscheid van een deel van de fopspeen.
- Dag 11 t/m 15 is een voorbereiding op het naderende afscheid van de laatste speen. Uw kind probeert al een keerje ook 's nachts zonder fopspeen te slapen, al mag die nog wel in de buurt zijn voor geval van nood!
- Op dag 15 wordt de laatste fopspeen in een envelop gedaan en opgestuurd naar de fopspenenfee!

Voor elke dag is er een verhaaltje en een spelletje of opdrachtje. Hiermee zijn stickers te verdienen die u op de kalender kunt plakken achter uit het boek. Hang de kalender op een centrale plaats in het huis zodat iedereen hem kan zien!

Er zijn gouden stickers voor de speciale momenten op dag 5, 10 en 15.

Op dag 15 kunt u het fopspeenetje doorgekriipt opsturen naar Soe Soe de fopspenenfee.

Het is mogelijk om dan als beloning Fopmuis als troostbeestje opgestuurd te krijgen. Daarvoor kunt u uw gegevens inclusief naam en leeftijd van uw kind insturen naar het gratis Difrax antwoord drummer. Als bijdrage in de kosten vragen wij u €5 in de envelop mee te sturen. Wij sturen u dan zo spoedig mogelijk Fopmuis toe.

Als u er zeker van wilt zijn dat u Fopmuis op tijd ontvangt, is het aan te raden het verzoek meteen in de eerste dagen al in te sturen. De laatste fopspeen van uw kind volgt symbolisch later.

We gaan er vanuit dat u minimaal drie fopspeenen in huis heeft. We zullen vóór dag 15 op twee momenten afscheid nemen van twee fopspeenen. Hebt u er meer in huis dan is het aan te raden die twee eerdere momenten te gebruiken om alle fopspeenen op één na te laten verdwijnen. Hebt u er minder dan drie in huis dan kan het fopspeenetje van een pop of een geknipte variant dienst doen om uw kind al te laten wennen aan een afscheid! Op dag 15 wordt er afscheid genomen van de laatste speen.

* ALGEMEEN

Dit boek is bedoeld als hulpmiddel om uw kind mentaal voor te bereiden op het naderende afscheid van een vertrouwd element in zijn of haar leven. Het is een leidraad maar volg ook uw eigen intuïtie en de kennis van uw eigen kind om creatief met de inhoud om te gaan.

Het is de bedoeling om elke dag minimaal 10 minuten aandacht te geven aan het naderende afscheid en daar het liefst op verschillende momenten op de dag op terug te komen. Bijvoorbeeld doordat u het aan opa en oma of de juf vertelt en laat weten hoe trots u bent op uw groeizoon of dochter.

Fraai er met uw kind over waarom het op moeilijke momenten graag een fopspeen wil hebben, vraag het, laat uw kind het uitleggen en kom vervolgens met alternatieven. Dit geeft uw kind het gevoel dat het gehoord wordt. Belonen en aandacht ten overstaan van anderen helpen om het ook een leuk proces te maken!

Als Difrax-directeur en als Soe Soe de fopspenenfee wens ik u veel succes! Reacties en ervaringen hoor ik heel graag via de Difrax-website, rubriek 'contact', klik 'vertel het Soe Soe de fopspenenfee'. Ik zie uw verhalen en suggesties graag tegemoet!

Veel succes!

Vivienne van Eijkelenborg

Soe Soe de fopspenenfee

Difrax-directeur

Difrax bv

car. Soe Soe

Antwoordnummer 3536

3720 WB Bilthoven

www.difrax.nl

www.fopspenenfee.nl

SOË SOË

Hallo, lief sabbelkind.....



Je kunt wel zien dat ik
een fee ben, maar kun jij ook raden
wat voor fee?

Juist dat heb je goed gezien.

Ik ben

Soe Soe...
de fopspenenfee!



Je bent al groot, heel groot zelfs. Te groot voor een speen.
Ik weet dat het heel moeilijk is om te stoppen met sabbe-
len, maar ik weet ook dat het heel slecht voor je tanden is
en dat sommige kinderen er ook een beetje raar van gaan
praten. Daarom is het belangrijk dat je gaat proberen te
stoppen.

Om het wat makkelijker voor je te maken heb ik dit leu-
ke boekje gemaakt. Het stoppen-met-foppen-boek is een
voorleesboek, maar het staat ook boordevol leuke spel-
letjes en opdrachten die van stoppen met foppen een echt
feest maken!



.....laat ik me even voorstellen!



Achter in het boek vind je
een kalender en stickers.
Als je de opdrachten goed
doet mag je iedere dag een
stickertje plakken tot de
kalender vol is. Daarna mag
je je speen in een envelop
naar Soe Soe de fopspenen-
fee opsturen, naar mij dus.
Je krijgt dan in ruil van mij
een mooi kado

Krijg je al zin om te beginnen?
Nou, vooruit dan maar, aan de
slag...veel succes en vooral veel
plezier met stoppen met foppen.

Een dikke fopzoen van Soe Soe
de fopspenenfee!



Dit is Kaat en Kaat is bijna 4. Kaat woont in een gezellig huis samen met haar vader moeder en de poes. Kaat heeft een beste vriend Ko en Kaat heeft een speen. Ze heeft er zelfs wel honderd.

Ze heeft ze overal verstopt.
Want...



stel je voor dat een gemene hond haar speen afpakt,



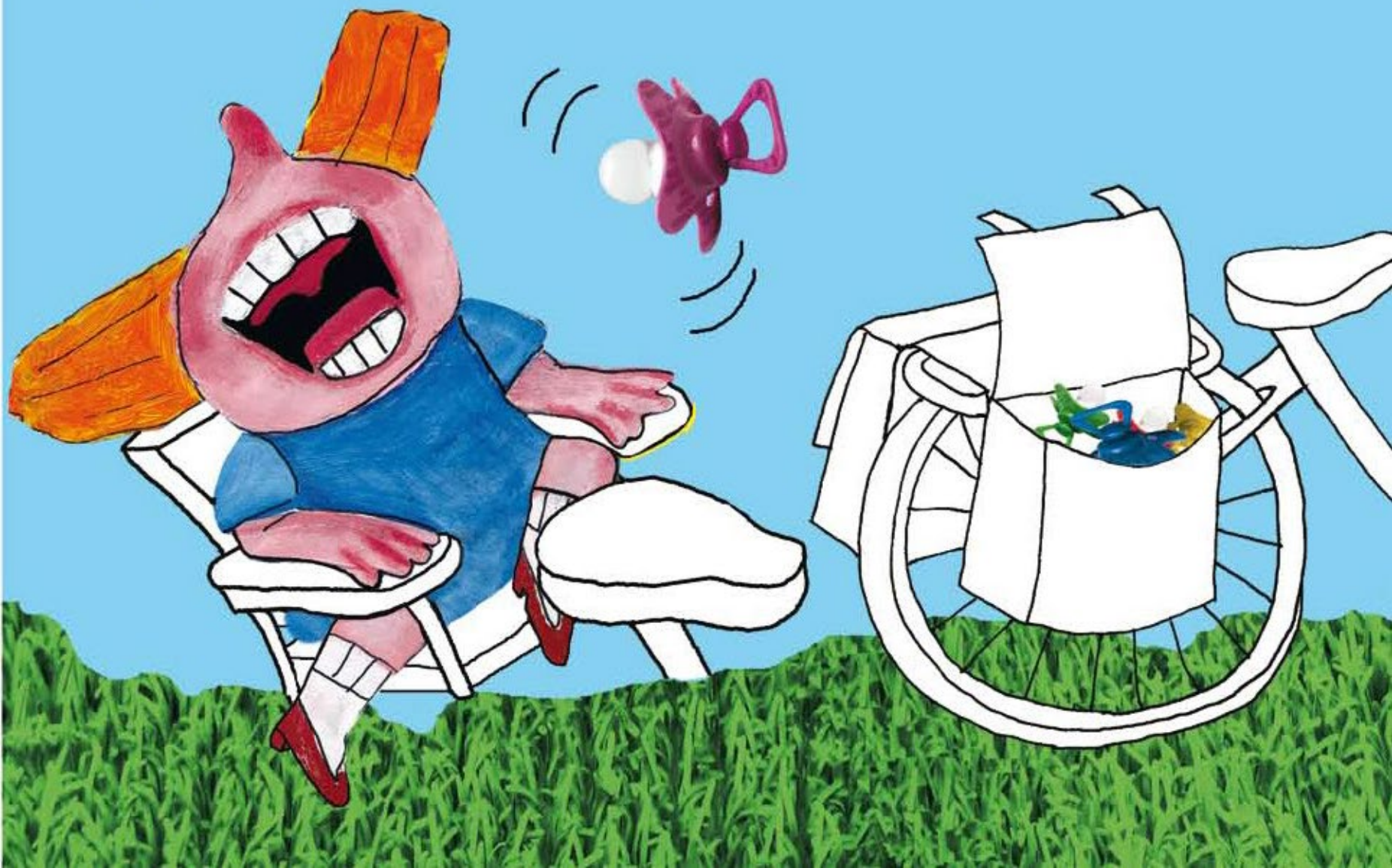
of...
hij valt in de poep.



.....Voor je weet maar nooit!



Of... Kaat moet achterop de fiets ineens héél hard lachen en de fopspeen vliegt uit haar mond..... Gelukkig zitten er dan in de fietstassen van haar moeder altijd nog wel een paar reserve-spenen.



Spel 1

Help waar is mijn speen gebleven...

Kaat
is heel slim! Ze
verstopt in het hele huis extra
spenen want je weet maar nooit.
Hier in de woonkamer liggen er wel 20.
Als je ze allemaal kunt vinden mag
je de eerste sticker op je
kalender plakken.



DE TIP VAN SOE SOE

Vertel dat u uw kind
het speen-zuigen
gaat afleren. Vertel
waarom het afge-
leerd moet worden en
gebruik de motivatie
uit dit boek. Maar
geef ook voorbeelden
van vriendjes die geen
speen meer hebben.

.....doe het 'zoek de spenen'-spel



Dag 2

Kaat is nooit bang.....

Kaat

heeft een eigen kamer. Deze is niet zo groot. Er past een bed in en een kastje. Poes vindt de kamer van Kaat ook gezellig en slaapt soms op haar bed.

Maar Kaat kan ook alleen slapen, hoor. Ze is helemaal niet bang.



Kaat is nooit bang.

Niet als ze valt en bloed heeft op haar knie. Kaat is kampioen struikelen en vallen en pleisters vindt ze stoer.



.....Want Kaat heeft een speen!



Kaat is ook niet bang voor spinnen, eigenlijk hebben die wel lieve oogjes. Kaat is niet bang voor heksen, want heksen zijn juist reuze grappig.

En voor de monsters onder haar bed is Kaat ook niet bang, want die monsters bestaan niet echt.

En,
als Kaat soms toch een
beetje bang wordt,
dan is het gauw weer
over.



Want Kaat heeft een
speen!

Spel 2

Dan kan alleen een speen helpen!..



Oh, oh

wat een narigheid, deze arme drommels kunnen wel een speen gebruiken. Jij kunt ze troosten met de speentjes die je vindt op het stickervel. Zoek bij ieder verdrietig mondje een speen. Als beloning voor deze heldendaad mag jij een mooie sticker uitkiezen voor je kalender.

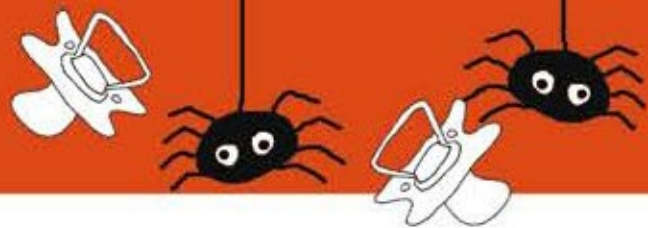


DE TIP
VAN
SOESOE

Zorg op moeilijke momenten voor een alternatief voor de speen. Praat met uw kind waarom hij/zij een speentje lekker vindt, probeer uit te vinden welke emotie het belangrijkst is om een speen te gebruiken. Als uw kind erg verdrietig is probeer dan een afleidingsmanoeuvre te bedenken.



.....Troostspel



Als je een pleister moet!



Als je een dikke spin ziet!



Als je omvalt van de slaap!



Als je eerste zwemles hebt!



Als je bang bent in het donker.



Als je 39 graden koorts hebt.

Dag 3

Als ik later groot ben dan.....



Ko komt spelen vandaag,
hij is Kaats' beste vriend.
Ko woont bij Kaat in de straat.



Kaat zegt: 'sIks
swils slaters slbrands-
weermans slwordens!'



'Wat zeg je?'

roept Ko 'ik versta je niet'

Kaat trekt haar speen uit haar mond en zegt het nog eens: 'Ik wil later brandweerman worden.'

'Dat kan niet,' zegt Ko, 'want brandweermannen hebben geen speen.'

'Dan word ik politiemann.'

'Dat kan ook niet,' antwoordt Ko. 'Heb jij ooit een politiemann gezien met een speen?'

'En dokters?,' vraagt Kaat. Nee, schudt Ko.

'Maar wat moet ik dan worden als ik later groot ben,' vraagt Kaat een beetje beteuterd.

.....word ik brandweerman!



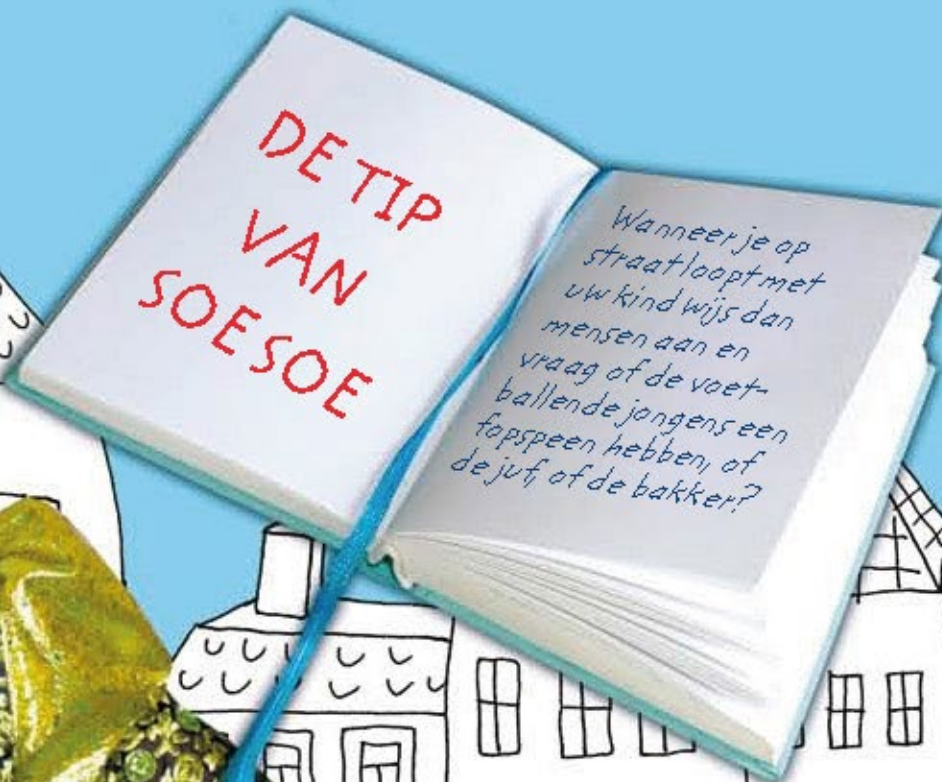
Ko denkt heel hard na.
'Ik weet het', roept hij
lachend, 'jij moet later
baby worden, want die
hebben wel een speen.'



Spel 3

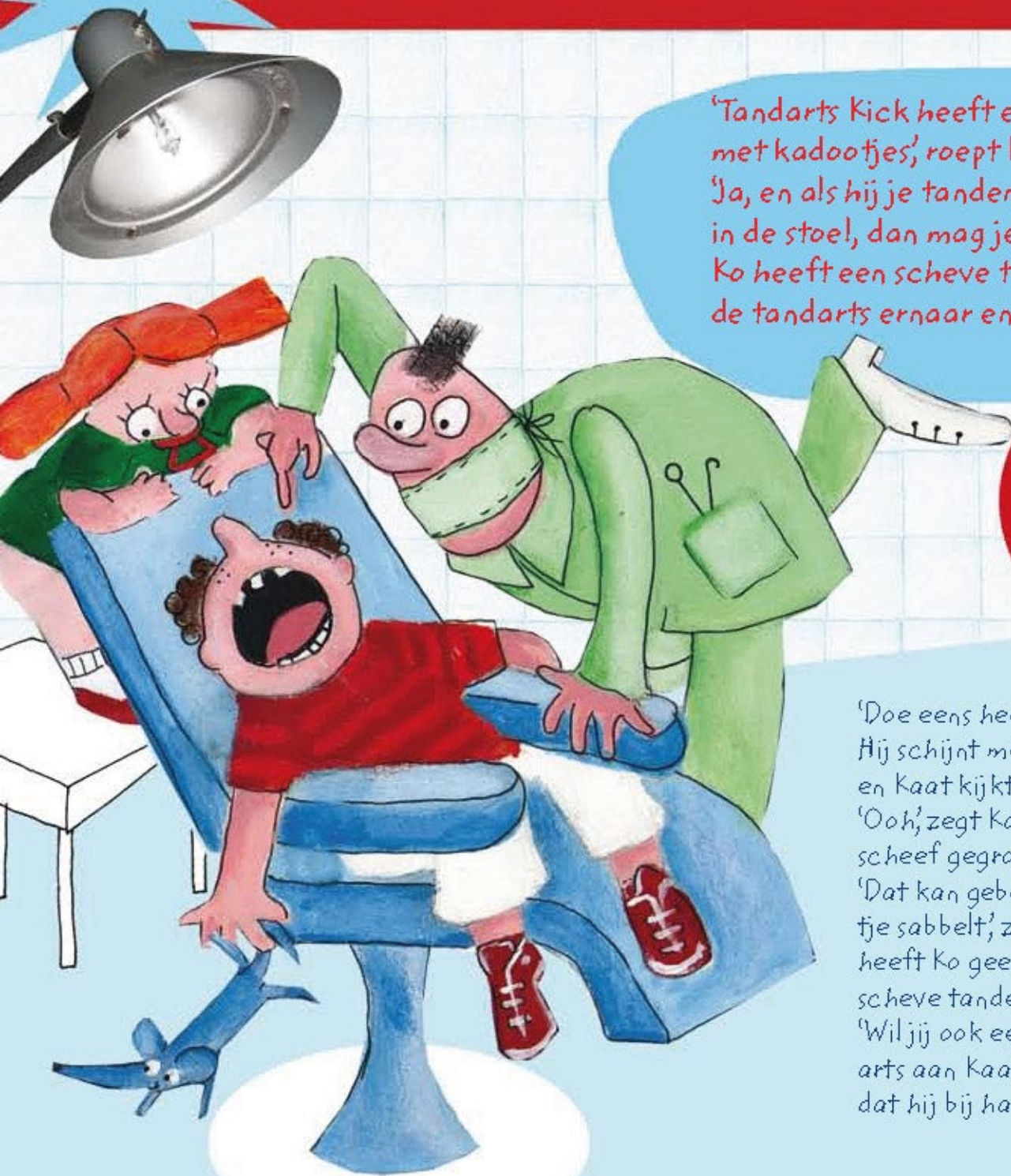
Wat klopt hier niet.....

Hebben brandweermannen een speen? En je moeder? Of je oma misschien? Op de volgende pagina zie je allemaal foto's. Als je goed kijkt dan zie je dat er met sommige plaatjes iets raars aan de hand is. Kun jij ontdekken wat er niet klopt? Ga maar eens kijken. Als je klaar bent heb je alweer een sticker verdiend voor de kalender.



.....kun jij de fouten aanwijzen?





'Tandarts Kick heeft een grote glazen pot met kadootjes,' roept Ko. 'Echt?', vraagt Kaat. 'Ja, en als hij je tanden heeft schoongemaakt in de stoel, dan mag je wat uitkiezen.' Ko heeft een scheve tand. Vandaag kijkt de tandarts ernaar en Kaat mag mee.



'Doe eens heel ver open,' zegt tandarts Kick. Hij schijnt met een lamp in de mond van Ko en Kaat kijkt mee. Daar is de scheve tand. 'Ooh,' zegt Kaat, 'waarom is die tand zo scheef gegroeid?'

'Dat kan gebeuren als je te lang op je speentje sabbelt,' zegt tandarts Kick. 'Gelukkig heeft Ko geen speen meer, dus krijgt hij geen scheve tanden meer.'

'Wil jij ook eens in de stoel?', vraagt de tandarts aan Kaat. Kaat schudt nee, stel je voor dat hij bij haar ook een scheve tand ziet

.....en tandarts Kick heeft kadootjes!



Hup daar springt Ko uit de stoel, hij is klaar en heeft niet gehuild.

'Grabbelen maar,' roept de tandarts vrolijk. Hij heeft de deksel van de glazen pot gedraaid en Ko zoekt iets uit.

Kaat kijkt naar de grote pot met speelgoed. Ze heeft niet gehuild. Maar ze heeft ook niet in de stoel gezeten, dus verdient ze geen kadootje. Tandarts Kick ziet haar sippige gezicht en vraagt: 'Zullen we ruilen?'

'Ruilen?,' zegt Kaat verbaasd.

'Ja,' zegt de tandarts, 'Jij mag van mij een kadootje als ik iets van jou krijg.'

'Maar ik heb niets om te ruilen,' zegt Kaat tegen tandarts Kick.

'Jawel hoor,' roept Ko plotseling, 'je speen, je kunt je speen toch geven. Je hebt er toch honderd, je kan er best wel één missen.'

Tandarts Kick vindt dat een goed idee en Kaat hoeft ook niet lang na te denken.

Vlug duikt haar hand tussen de kadootjes, want op de bodem van de grote glazen pot ligt een prachtig glimmend rood brandweerautootje.

Even later huppelt Kaat vrolijk naar huis met een prachtig rood autootje én zonder speen!



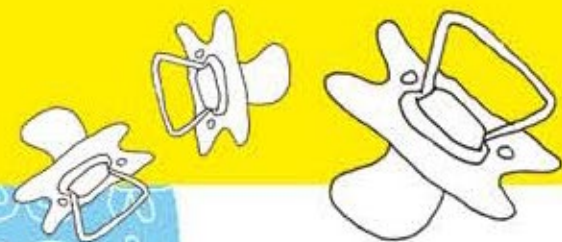
'Kijk nóg één,' roept Kaat, terwijl ze met een grote boog een speen door de kamer gooit. Hij landt keurig in de doos die midden op het kleed staat. Kaat en Ko zoeken spenen. Het is een leuk spelletje, want Kaat heeft er wel 100 en ze zijn overal verstopt. Ze rennen door het hele huis en uit alle hoeken en gaten komen spenen tevoorschijn.

'En nu gaan ze lekker slapen,' zegt Ko als ze alle spenen hebben opgespoord. 'Die arme spenen die moeten zo hard werken 's nachts, ik vind dat ze overdag moeten slapen. De speentjes kunnen niet dag en nacht aan het sabbelen zijn. Het wordt tijd dat ze overdag kunnen uitrusten. Als jij dan 's avonds naar bed gaat, zijn ze fit en klaar voor een nacht sabbelen.'



.....Slaap zacht!

Kaaten Ko maken een bed van de doos. Kaat stopt alle spenen erin en legt er een dekentje overheen. Ze loopt naar haar kamer en zet het spenenbed op haar nachtkastje. Ze kijkt eens naar de doos. Zou het haar lukken om alle spenen overdag in het bedje te laten slapen? Vast wel, ze is al zooooo groot en trouwens ze heeft het veel te druk met spelen met Ko. Welterusten speentjes tot vanavond, fluistert ze zacht en ze rent de trap af naar haar beste vriend Ko die alweer een nieuw spelletje heeft bedacht.



Zzzzz
zzzzzzzzzz
zzz...



Ben jij al net zo groot als Kaat? Kun jij je speentje ook overdag laten slapen. Het lukt vast als je ook zo 'n mooi bedje hebt om je speentjes in te bewaren. Knutsel het doosje in elkaar en stop je spenen overdag lekker onder een dekentje. Dan zijn ze 's avonds goed uitgerust als jij naar bed gaat.

Als jij je spenen ook overdag kunt laten slapen, dan ben je heel knap. Dan heb je wel een gouden sticker verdiend om op de kalender te plakken.

Wat fantastisch, je hebt al vijf stickers geplakt. Ga zo door, ik ben trots op je!

DE TIP VAN SOESOE

Laat uw kind aan iedereen vertellen dat de spenen overdag slapen in hun bedje! Vertel de buurvrouw, opa en oma, de juf, de hond dat uw kind bijna groot is en gaat stoppen met foppen en maak veel complimenten dat het al zo groot is!



....voor je speentjes!



Knippen, vouwen, plakken.



Het spenenbed kunt u
ook los uitdraaien op
de printer via:
www.fopspenenfee.nl

.....en klaar is je bed!

Zzzzz
zzzzzzzzzz
zzz...

Knip het doosje (langs de
zwarte lijntjes) uit.
Netjes vouwen.
De plakrandjes insmeren met lijm.
Plakken.



Dag 6

6 pleisters op een knie.....

"Tatoot,
tatoot!"
roept Kaat.

"Help, help!"
schreeuwt Ko.

Hij zit op een stoel boven op de tuintafel. Kaat en Ko spelen brandweermannetje en Kaat komt Ko redden uit het vuur. In haar hand heeft ze een tuinslang. 'Niet spuiten hè,' zegt Ko. 'Ja, maar dan is het niet echt,' zegt Kaat. 'Maar ik wil niet nat worden,' zegt Ko. Kaat doet toch het kraantje open en er komt een klein straaltje water uit de slang. 'Een klein beetje maar,' zegt Kaat. 'Wacht,' zegt Kaat, 'ik ga het krukje van de keuken halen, dat zetten we er bovenop dan ben je nog hoger, dan lijkt het net een flat.' Kaat klimt op de tafel en zet het krukje bovenop de stoel.



.....en Kaat wil haar spenen



'Kom Ko, klimmen!' Als Ko de hoge toren ziet wordt hij bang.

'Ik wil niet,' zegt Ko.

'Doe nou niet zo flauw,' zegt Kaat boos. 'Het is helemaal niet eng, kijk maar.' Stoer klimt Kaat boven op de toren. Het wiebelt en waggelt aan alle kanten maar Kaat doet het toch. 'Zie je wel, helemaal niet eng.' Maar op dat moment glijdt het krukje van de stoel en de stoel kiept om en Kaat valt op haar knieën in de kiezelsteentjes.

Au, dat doet pijn. Als kaarsjes op een taart steken er 6 kiezelsteentjes uit Kaats knie. Er loopt een beetje bloed uit.

'IK WIL MIJN SPEEEEEEEEN,' gilt Kaat, maar de spenen liggen boven in het spenenbed. Kaat is ontroostbaar. Dan voelt ze iets zachts.

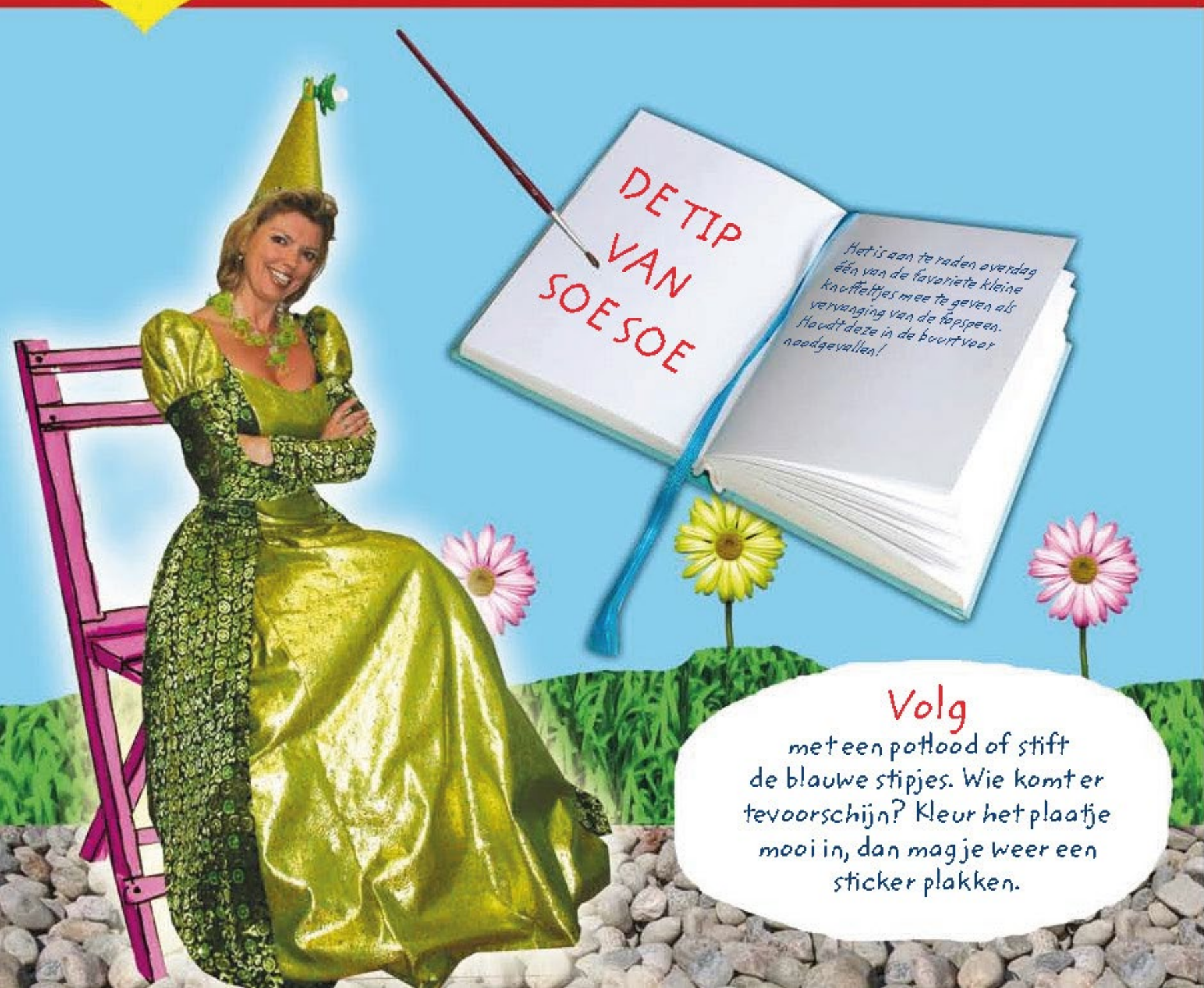
'Hier je mag hem wel even lenen,' zegt Ko. Hij duwt zijn Fopmuis tegen haar wang, 'voel eens hoe lekker zacht.'

Dat helpt. Kaat moet wel 6 pleisters op haar knie. Dat vindt ze reuze stoer. En Kaat is niet meer verdrietig, want ze heeft.....Fopmuis om haar te troosten!



Spel 6

Volg de blauwe stipjes.....



DE TIP VAN SOESOE

Het is aan te raden overdag één van de favoriete kleine knuffeltjes mee te geven als vervanging van de fopspeen. Houwt deze in de buurt voor needgevallen!

Volg

met een potlood of stift de blauwe stipjes. Wie komt er tevoorschijn? Kleur het plaatje mooi in, dan mag je weer een sticker plakken.

.....Wie komt er tevoorschijn?



Ko gaat logeren bij zijn oma en Kaat gaat niet mee. 'Hoe lang ben je dan weg, Ko?', vraagt Kaat. 'Zoveel nachtjes,' zegt Ko en steekt zes vingers op. Kaat schrikt. Dat is wel heel lang. 'Je kunt niet zolang weg hoor, want hoe moet het dan als ik een pleister moet?,' zegt Kaat bezorgd. 'Dan is Fopmuis er ook niet om mij te troosten.' Fopmuis is een heerlijk zachte knuffelmuis. Ko heeft hem gekregen van de fopspenenfee Soe Soe. Hij stuurde zijn laatste speen op en toen stuurde de fee Fopmuis terug.



.....en fopmuis ook!



Ko krabbelt op zijn hoofd en denkt heel diep na. 'Nou, dan moet Fopmuis maar bij jou komen logeren, er zit niets anders op.' Kaat begint te stralen. 'Ja, wat een goed idee,' roept ze blij, 'ik zal heel goed voor hem zorgen.'

Samen met Fopmuis zwaait ze nog even naar Ko die met zijn neus tegen het autoraam zit gedrukt. 'Veel plezier bij oma,' roept ze hem nog na. 'Ik heb echt de allerliefste vriend van de hele wereld,' denkt Kaat.

Ze drukt
Fopmuis
tegen haar wang, hmmm,
lekker zacht.



Spel 7

Koffers pakken.....

De koffer van Ko is nog helemaal leeg. Wat moet hij allemaal meenemen? Misschien kun jij Ko helpen met inpakken. Teken maar een cirkel om alle spullen die nog in de Koffer moeten. Als beloning krijg je een sticker voor op de kalender.

DE TIP
VAN
SOE SOE

Het zal nodig zijn uw kind op moeilijke momenten af te leiden. Geef uw kind een alternatief op typische foppeermomenten, zoals een knuffel, een favoriet speeltje, even rustig voor de TV zitten of misschien een drankje of koekje.

.....kun jij Ko helpen?

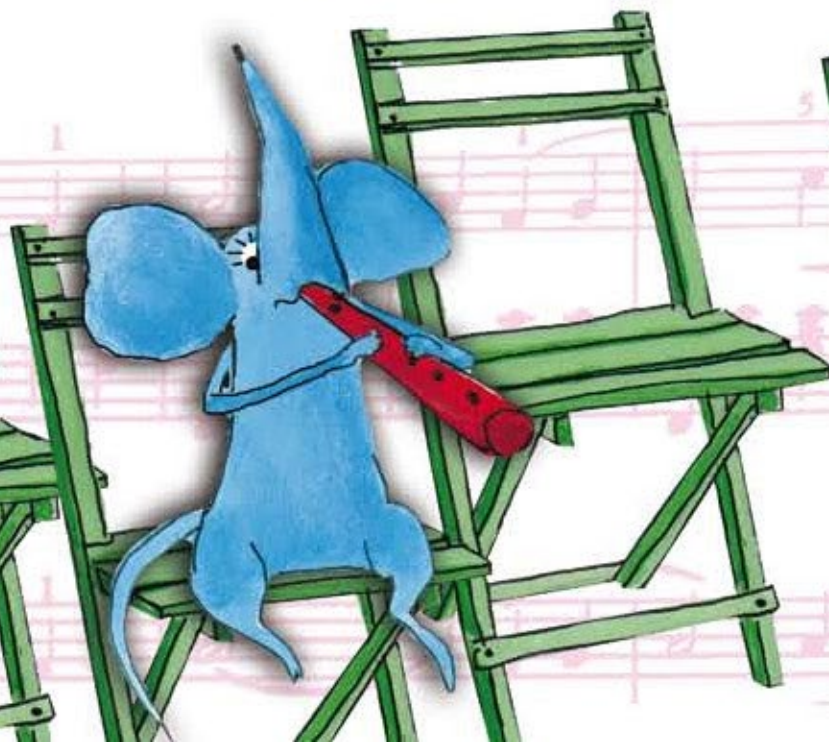
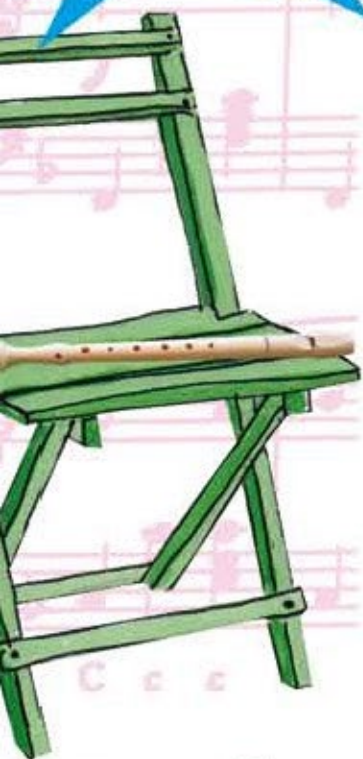


Fopmuis zit naast poes op de grond. Kaat staat voor ze te zwaaien met een stokje. 'Ik ben de dirigent', roept ze, 'TRALA-LALALALALALA'. De oren van Fopmuis doen er pijn van en poes legt zijn pootjes over zijn kop. Nu Ko aan het logeren is speelt ze met Fopmuis en poes. Kaat is de dirigent en iedereen moet zingen. Maar poes houdt zijn mond stevig dicht en Fopmuis doet ook al niet echt zijn best. Dus zingt Kaat voor drie.

Dan draait Kaat zich om naar een onzichtbaar publiek.

'Dames en heren, vandaag gaan wij een heel speciaal lied voor u zingen: Het fopspenenlied. Hier komt het optreden van Fopmuis en poes.' Het onzichtbare publiek klappt luid en Kaat draait zich om. Ze tikt een paar keer met het stokje op de rand van de tafel en schraapt haar keel.

1..2...3...daar begint het koor van Kaat luidkeels te zingen...



Bes bes bes



C c c

.....Sabbel, smak, ik fop en praat!



'Wat een fantastisch lied', joelt het onzichtbare publiek, als de voorstelling is afgelopen 'BRAVO BRAVO.' Kaat draait zich om. 'Dank u wel, dank u', zegt ze terwijl ze een diepe buiging maakt.



STOPPEN MET FOPPEN LIED
op de melodie van 'Altijd is Korfjakje ziek'

Sabbel, smak, ik fop en praat
niemand die mij goed verstaat.
Foppen is voor babies fijn
maar niet als ik groot wil zijn.
En ik wil een mooi gebit:
rechte tanden, stralend wit.

Sabbel, smak, ik fop en praat
'k wil dat jij mij goed verstaat.
'K geef mijn speen aan fee Soe Soe.
Zij stuurt mij een Fopmuis toe.
Ben ik moe of beetje bang
dan knuffelt Fopmuis mij heel lang.



Wil je een sticker verdienen dan hoef je deze keer niet te knippen of te plakken. Vandaag ga je het fopspenenlied leren. Net als Kaat kun je dan een voorstelling geven. Je pappa en mamma, opa en oma, buurvrouw en de juf van school, zij mogen allemaal komen luisteren. Ik weet zeker dat jouw publiek net zo hard klapt als het publiek van Kaat. Veel succes!

Bes bes bes

DE TIP
VAN
SOESOE

Zing het liedje elke dag een paar keer, maak er iets vrolijks en steers van. Kijk eens ik ben groot en ik ben iets aan het leren-afleren!



...vit je hoofd!



Stoppen met Foppen

Tekst Maroesjka Vermolen

op de melodie van 'Altijd is Kortjakje ziek'

Bewerking thema W.A. Mozart
Arrangement Joop Post

Piano

D G D A D A⁷ D

Sab - bel smak, ik fop en praat... nie - mand die mij goed ver - staat.
Sab - bel, smak, ik fop en praat... 'k wil dat jij mij goed ver - staat!

5 D A⁷ D A D Em⁷ D A

Fop - pen is voor ba - bies fijn, maar niet als je groot wilt zijn...
'k geef mijn speen aan Fee Soe Soe, zij stuurt mij een fop - muis toe...

9 D G D A D A⁷ D

En ik wil een mooi ge - bit: rech - te tan - den stra - lend wilt
Ben ik moe of beet - je bang... dan knuffelt fop - muis mij heel lang.



Dag 9

Fopmuis wil niet meer logeren.....

Kaat
poetst haar tanden,
het is tijd om te gaan
slapen.

Ze trekt haar pyjama aan en stapt in bed.
Kaat tilt het dekentje van het spenenbed op en
kiest haar groene speen.
Fopmuis zit op het nachtkastje van Kaat en wacht
geduldig af. Maar Kaat pakt Fopmuis niet, ze draait
zich om en valt al sabbelend tevreden in slaap....
zonder Fopmuis.
De zachte lieve knuffelmuis vindt het opeens niet
meer leuk om te logeren. Hij wil bij Kaat in het warme
bed lekker onder de dekens, net als thuis bij Ko.



.....Want Kaat heeft een speen



Maar Kaat
heeft Fopmuis niet
nodig, want Kaat
heeft een speen.



Spel 9

Zoek het bed van Kaat.....

Fopmuis wil heel graag in het warme bed van Kaat slapen. Maar Kaat heeft haar speentje. Op de volgende bladzijde zie je een doolhof. Kun jij voor Fopmuis de snelste weg vinden naar het bed van Kaat? Gevonden? Fopmuis belooft jou graag met een sticker.

DE TIP VAN SOESOE

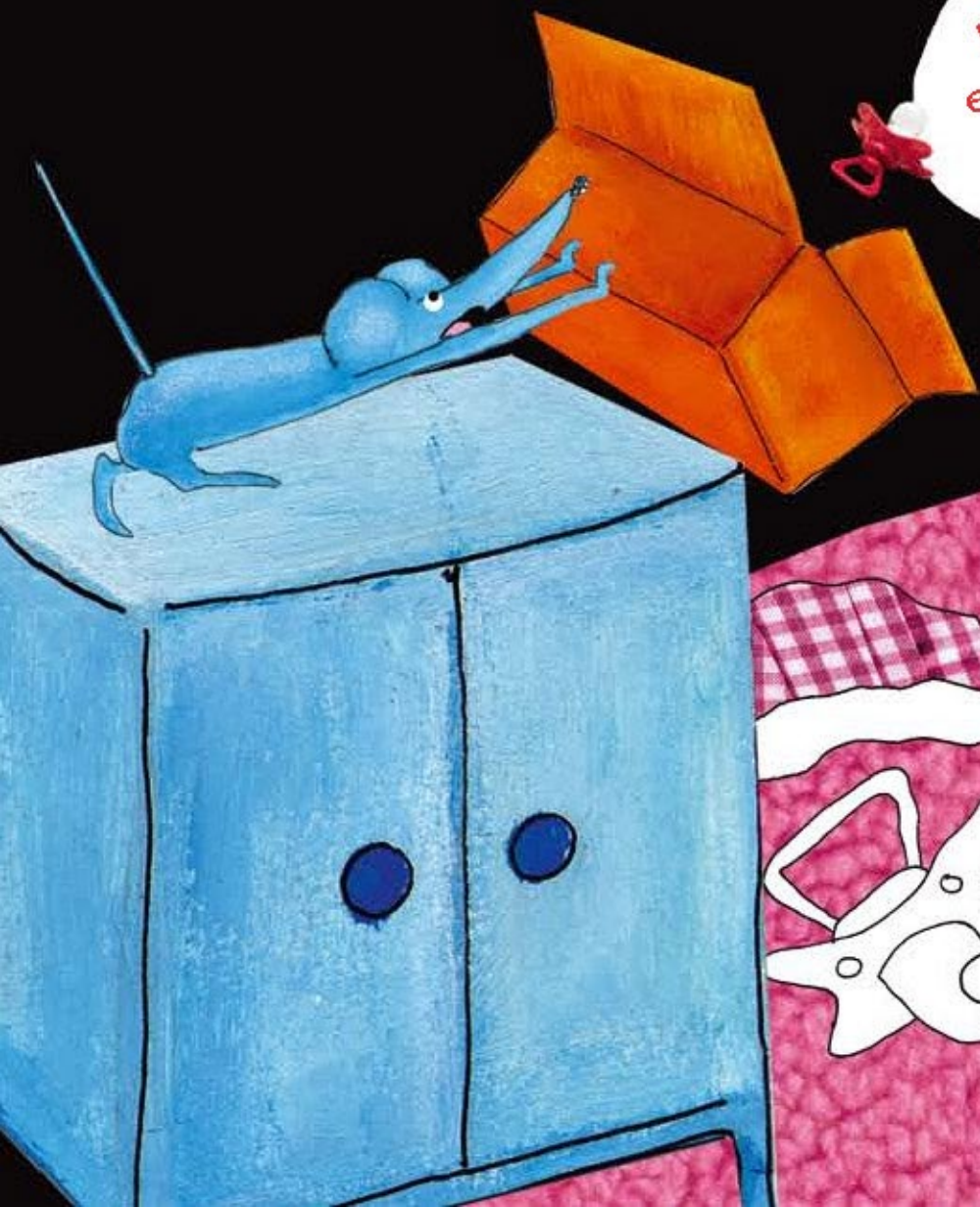
Stel uw kind gebruikt de duim als alternatief, dan kunt u eerst uitleggen dat duimen niet goed is en dat het beter is om een knuffeltje te hebben. Als het toch echt niet anders kan, geef dan liever weer een fopspeen. Het advies is echt om het kind niet aan duimen te laten wennen. Dan kunt u beter enige tijd wachten.

.....doe het doolhofspel!

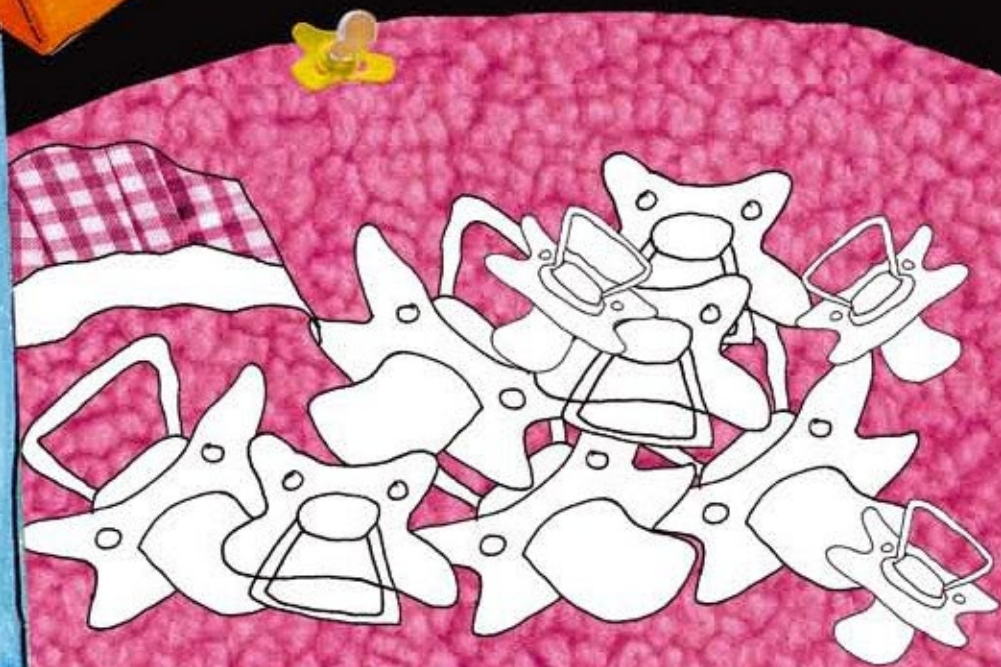


Dag 10

Fopmuis geeft niet op.....



OOOOOH....Fopmuis vliegt door de lucht en met een grote sprong landt hij op het kussen van Kaat.



.....Want Fopmuis wil in bed!

Hij heeft echt geen zin om de hele nacht op het nachtkastje te slapen. SMAK, SMAK, SMAK, daar ligt Kaat in een diepe slaap heerlijk te sabbelen op haar speen.

Fopmuis pakt de ring van de speen tussen zijn pootjes en begint te trekken zo hard als hij kan. 1...2...3...maar er zit geen beweging in de speen. 1...2... Fopmuis trekt en trekt en bij...3 tuimelt hij achterover met de speen op de grond. Hij verstopt de speen onder het bed.

'Onvindbaar', mompelt Fopmuis en wrijft tevreden in zijn pootjes. Hij klautert snel naar boven, maar als hij zijn kopje boven de rand van het bed uit steekt, ziet hij nog net hoe Kaats hand op zoek gaat naar een nieuwe speen uit het spenenbed.

Fopmuis rent naar het spenenbed en nog voor Kaat een speen heeft gepakt, duwt hij zo snel hij kan de doos opzij.



Maar Fopmuis duwt veel te hard en het spenenbed met alle spenen en... Fopmuis vliegen van het nachtkastje naar beneden. BOEM! daar ligt de arme knuffelmuis onder een hele berg spenen op de grond. AU!, dat was een harde klap. Hij voelt eens op zijn kop, hij heeft vast een enorme bult. Maar nee hoor, Fopmuis heeft geen bult op zijn hoofd, wel een speen. Grappig! Het lijkt wel een hoedje!

Moe klimt Fopmuis weer naar boven. Voorzichtig glijdt hij bij Kaat tussen de lakens. Fopmuis knuffelt lekker tegen haar wangetje aan. 'Hmm. Lekker warm', denkt Fopmuis nu lig ik toch lekker bij Kaat in bed en de fopspeen niet!



Die arme Fopmuis vindt het helemaal niet leuk om op het nachtkastje te logeren. Hij wil bij Kaat in bed. Hij is alleen vergeten dat er in het spenenbed van Kaat nog heel veel spenen liggen. Hoeveel spenen heb jij nog over? Laten we gaan knutselen met de speen. Kijk, Fopmuis heeft er een mooie hoed van gemaakt. Je kunt ook een mooie ketting maken van je speen. Je mag plakken, verven, wat je maar wil. Kijk maar eens goed naar de voorbeelden.

Als je je speen beplakt met papier, dan kun je de speen daarna mooi verven of versieren met glitters. Heb jij heel veel spenen, versier er dan meer en maak een mooie slinger voor op je kamer. Omdat je al 10 stickers hebt verdiend, mag je vandaag weer een gouden sticker plakken.



DE TIP
VAN
SOE SOE

Eerste afscheidsmoment; gebruik de helft van de aanwezige fopspenen om ze te laten verdwijnen!
Knip bij het knutselen altijd het zuigdeel van het schildje af!



.....met een speen!



Maak een
mooie kettinghanger
van je speen.



Maak een
speenvarken!



Fleur je kastje op met leuke
knopjes



Gekke bekenmonster
voor aan je jas of tas

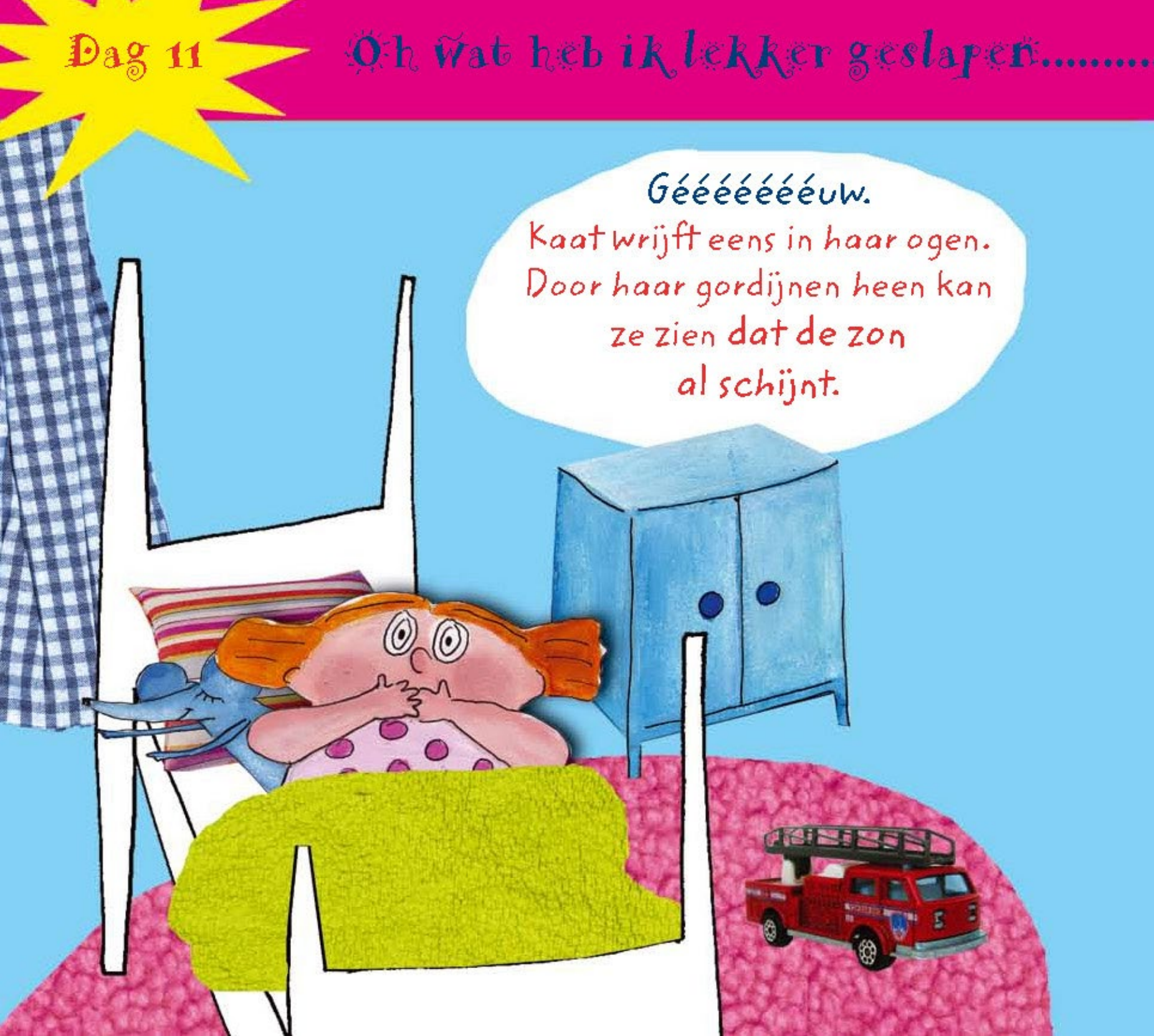


Dag 11

Oh wat heb ik lekker geslapen.....

Gééééééuw.

Kaat wrijft eens in haar ogen.
Door haar gordijnen heen kan
ze zien dat de zon
al schijnt.



.....hè zonder speen?



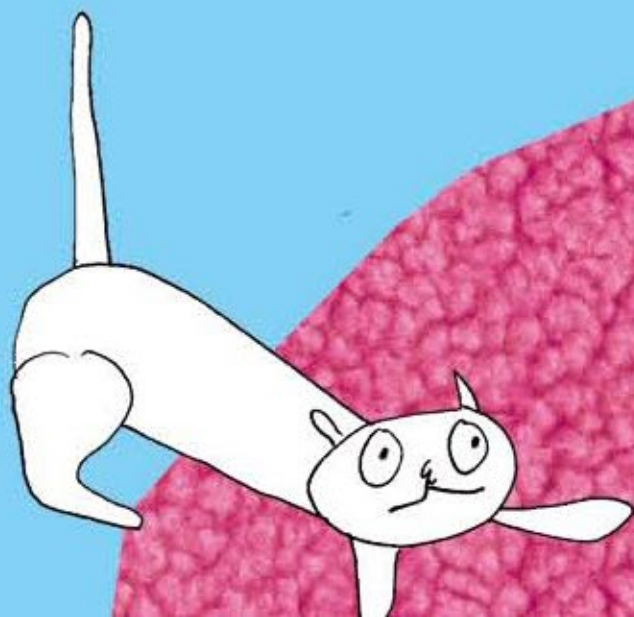
'Oh, wat heb ik lekker geslapen,' denkt Kaat. Ze wil haar speentje in het spenenbed leggen maar... dat is gek, ze heeft helemaal geen speen in haar mond. Ze kijkt rond in haar bed en tilt haar kussen op. Geen speen maar wel... Fopmuis. Wat gek! En het spenenbed staat ook niet meer op haar nachtkastje.

Kaat snapt het niet, ze kijkt over de rand en ziet het spenenbed en een hele berg spenen midden in haar kamer op de grond liggen.

'Wat is hier gebeurd?,' denkt Kaat. Fopmuis kijkt stiekem toe hoe Kaat keurig alle spenen in het spenenbed legt. Dan pakt ze Fopmuis en geeft hem een knuffel en een kus.

'Wat fijn dat jij bij mij logeert, lieve Fopmuis, want nu heb ik lekker geslapen en zonder speen.'

Samen met Fopmuis rent ze de trap af. 'Mama,' roept Kaat, 'ik heb zonder speen geslapen.'



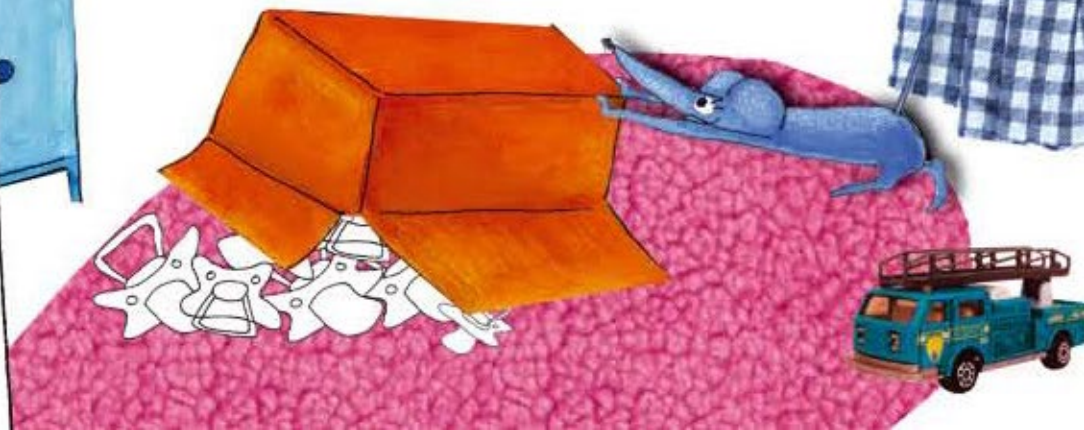
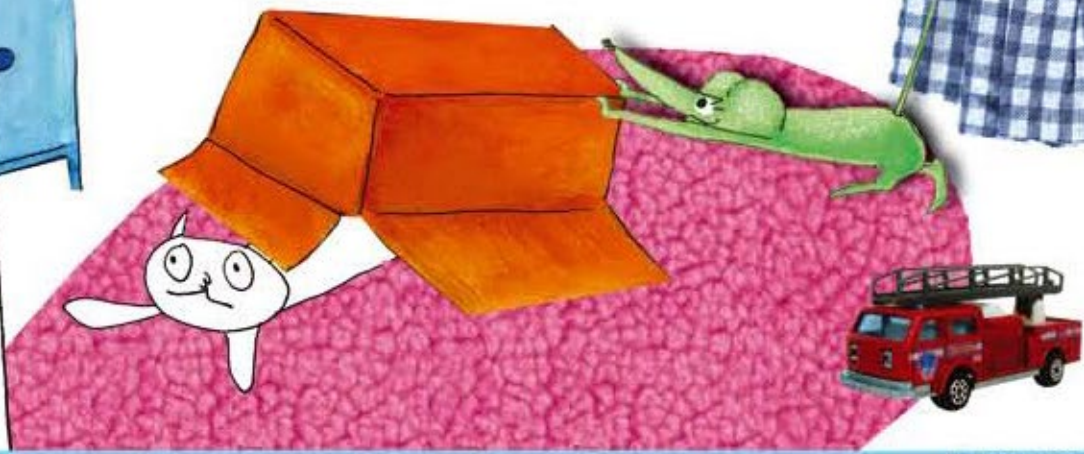
Spel 11

Wat klopt hier niet?.....

Je ziet hier twee dezelfde plaatjes, of toch niet?
Kijk maar eens goed of jij de verschillen kunt ontdekken.
Het zijn er wel vijf! Begin maar gauw, want als je alle vijf verschillen
hebt gevonden mag je weer een sticker plakken op de kalender.
Heb je gezien dat de kalender al bijna volgeplakt is, goed hoor!
Wat ben jij een kanjer!!!!



.....zoek de vijf verschillen!



Kaatzit met Fopmuis en poes bij het slootje. Ze heeft een bootje gemaakt van papier. 'Zullen we kijken of hij kan varen?', vraagt ze aan Fopmuis. Voorzichtig laat ze het bootje in het water glijden. 'Kijk daar gaat-ie, helemaal naar Amerika', roept ze vrolijk. Het bootje vaart mee met de stroming. Kaat maakt nog een bootje. 'Jammer dat het bootje leeg is', denkt Kaat. 'Fopmuis heb je zin om te varen?', vraagt ze aan de knuffelmuis. Maar dan bedenkt Kaat dat Ko al weer bijna thuis komt en die vindt het vast niet goed dat zijn Fopmuis zonder hem naar Amerika gaat. Poes wil ook niet, want poezen houden niet van natte pootjes.



.....naar Amerika!



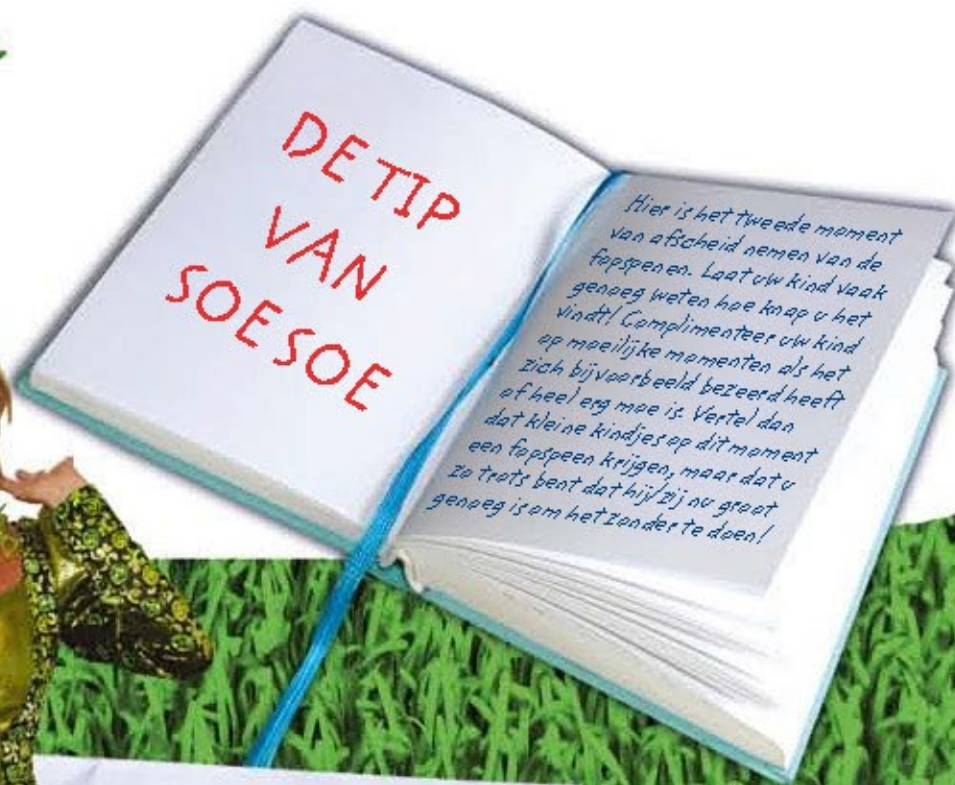
Dan krijgt Kaat een goed idee. Ze rent naar binnen en haalt het spenenbed. Ze vouwt genoeg bootjes voor alle passagiers. De bootjes zijn tot de rand gevuld met spenen.

'Dag lieve speentjes, vaarwel en veel geluk in Amerika', zegt Kaat blij, terwijl ze de lange stoet met bootjes nawuift.

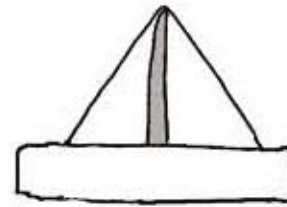
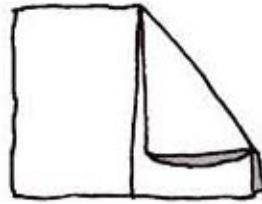
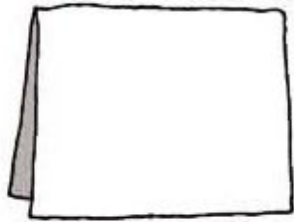
In haar hand heeft Kaat nog één speentje. Die heeft ze nog even bewaard voor... je weet maar nooit.



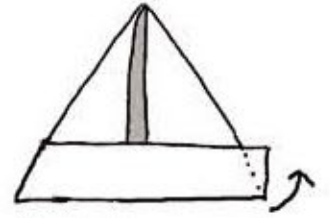
Maak net als Kaat een bootje en stop hierin de speentjes die je nog over hebt. Je mag één hele mooie speen bewaren, net zoals Kaat, voor je weet maar nooit. Als je het bootje hebt laten varen en je speentjes hebt uitgezwaaid, dan mag je een mooie sticker plakken op je kalender.



.....zwaai je speentjes uit!



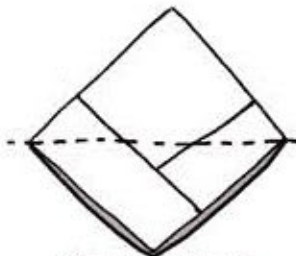
Flapjes omhoog vouwen



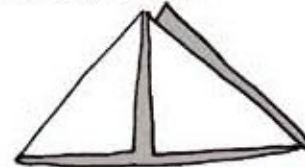
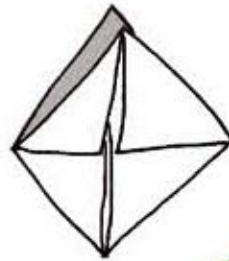
Hoekjes omvouwen



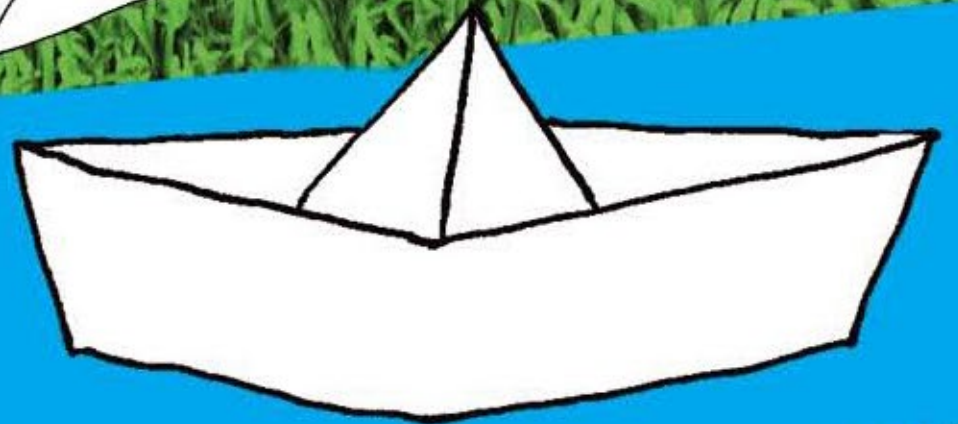
openvouwen
en dubbel
klappen



Flapjes omhoog



openvouwen
en dubbel
klappen

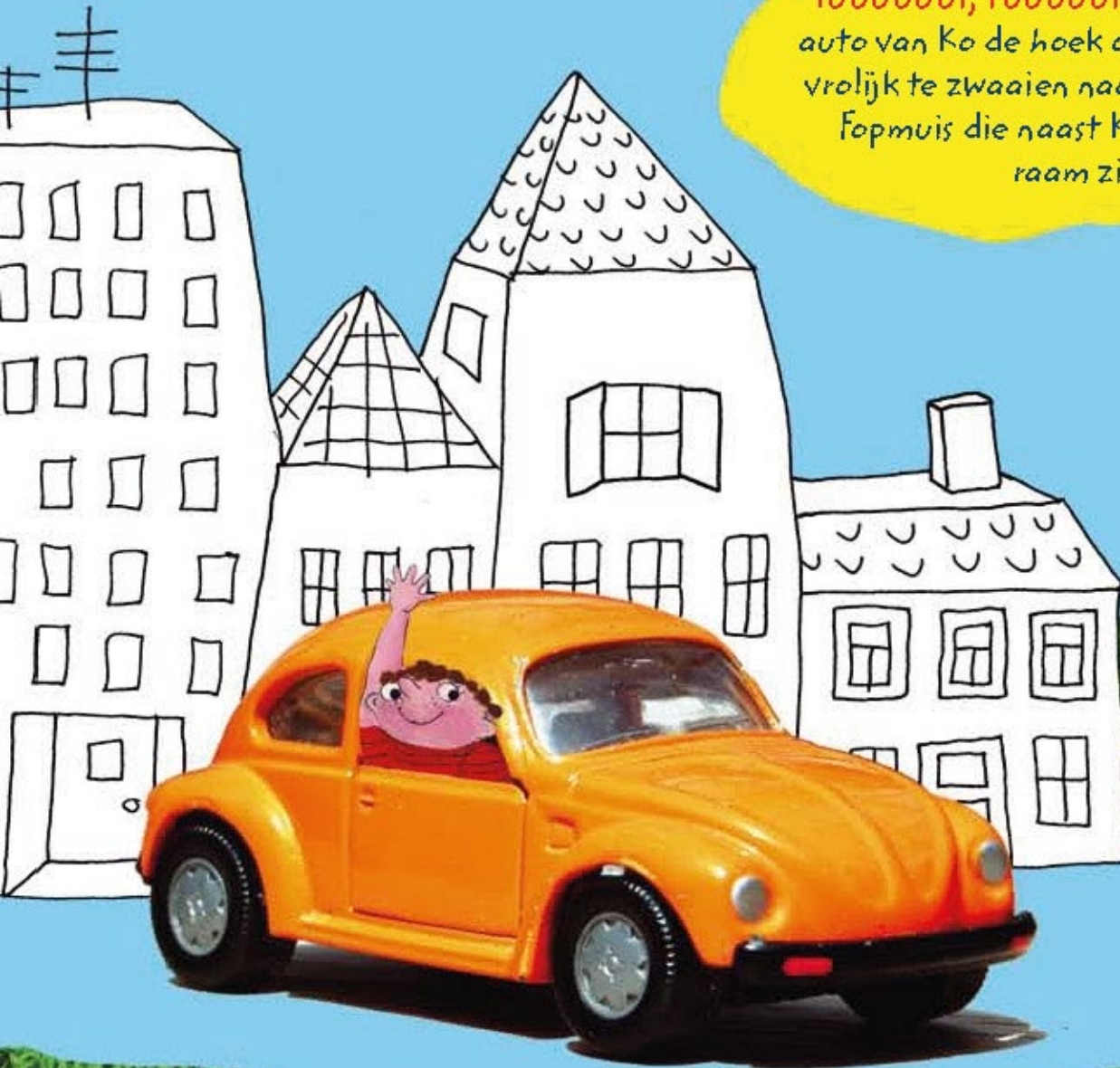


Dag 13

Ko komt terug.....

Kaat zit voor het raam.

Tuuuuut, tuuuut. Daar komt de auto van Ko de hoek om rijden. Ko zit vrolijk te zwaaien naar Kaat en naar Fopmuis die naast Kaat voor het raam zit.



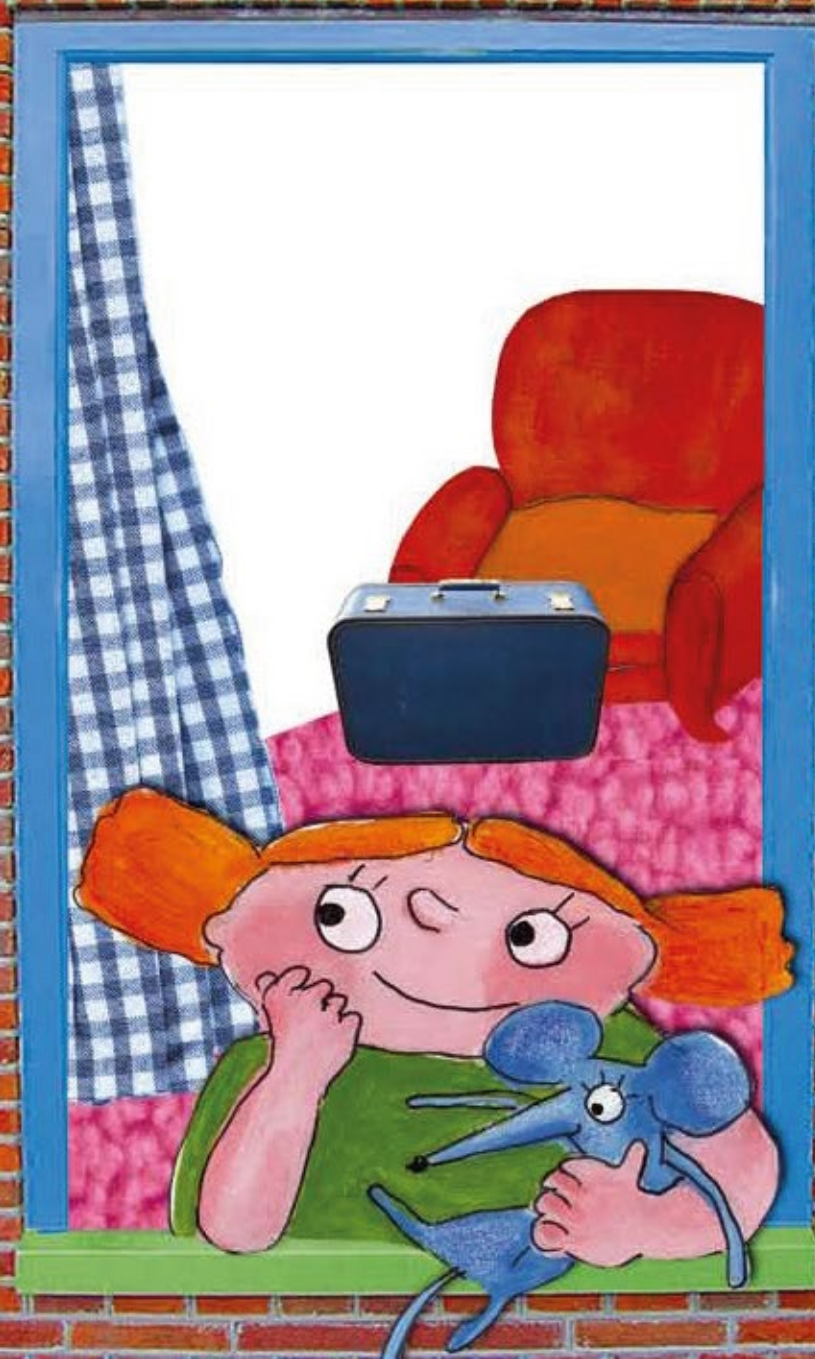
...en Fopmuis gaat weer naar huis!

'Was het leuk bij je oma?', vraagt Kaat als Ko uit de auto is gestapt.

'Ja, bij oma is het altijd leuk,' zegt Ko. 'Ik krijg elke dag snoep en oma knutselt met me. We gaan ook iedere dag eendjes voeren en..ik mag bij oma in het grote bed slapen.'

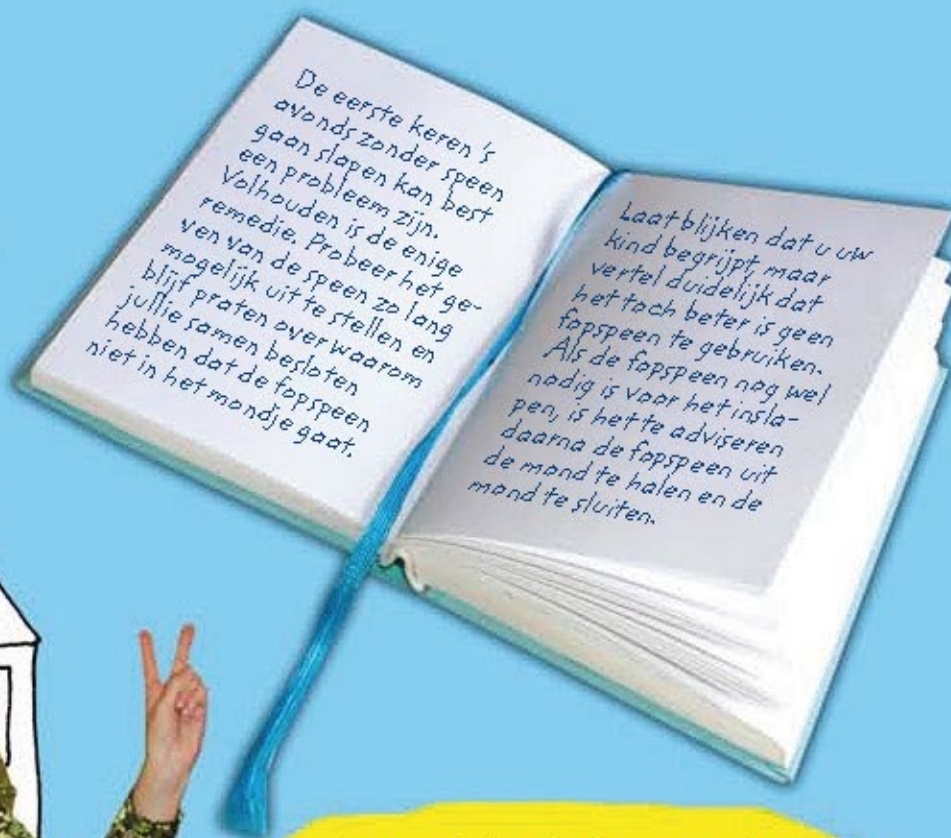
Ko pakt zijn Fopmuis. 'En heb jij het ook zo leuk gehad Fopmuis?', vraagt hij aan zijn knuffel. Fopmuis is blij om zijn vriendje weer te zien. Ze spelen nog even en dan moet Ko naar huis.....met Fopmuis.

Kaat geeft Fopmuis een kusje. Ze vindt het heerlijk dat Ko weer terug is, maar ze vindt het minder leuk dat Fopmuis naar huis gaat. Kaat kijkt hoe Ko met Fopmuis de straat uit loopt. Ze zwaaien naar Kaat. Kaat wuift terug en zegt zachtjes: 'Dag Fopmuis, tot gauw!'

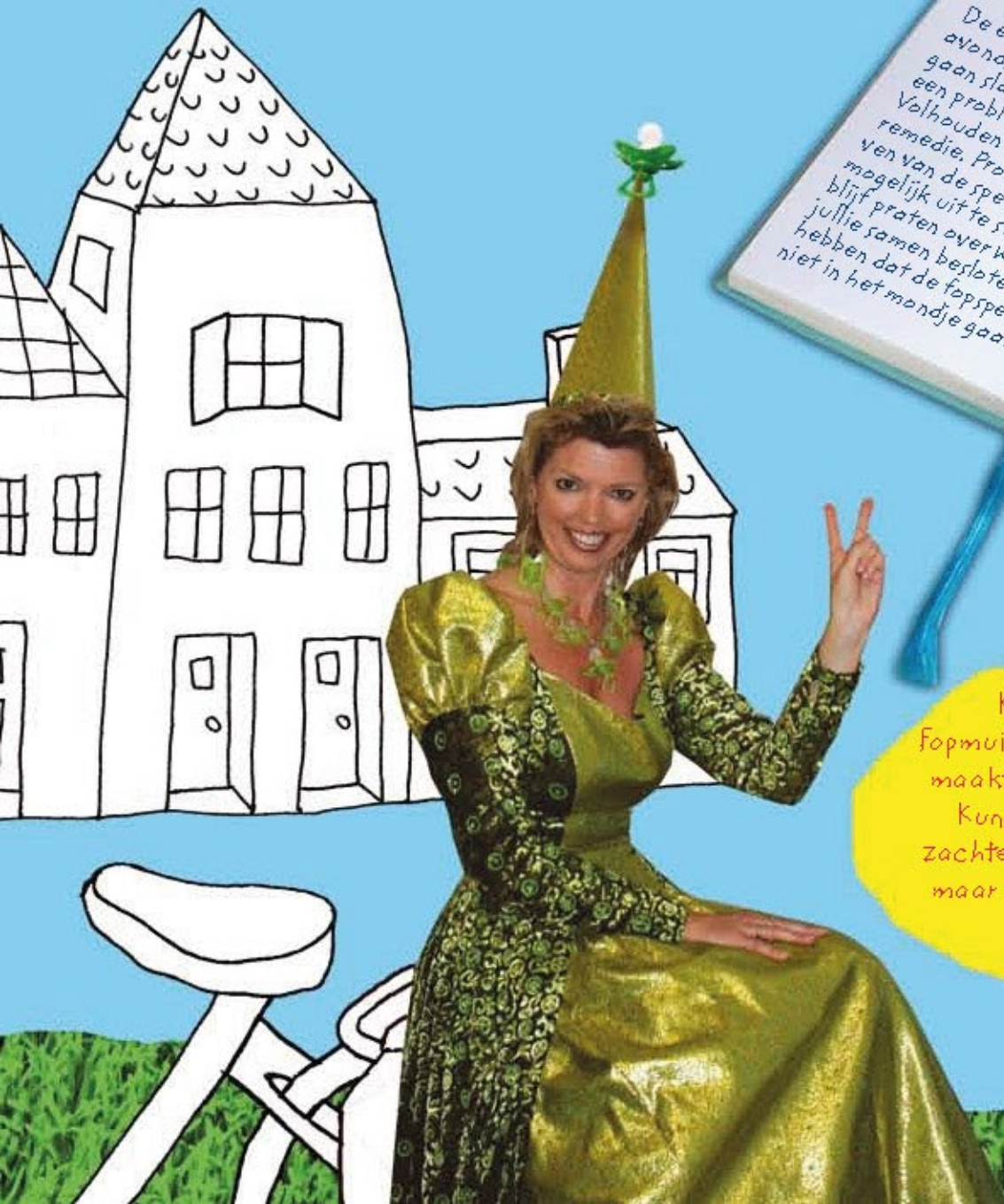


Spel 13

Maak een tekening van.....



Kaat vindt het heel jammer dat Fopmuis weer naar huis is gegaan en daarom maakt ze een mooie tekening van Fopmuis. Kun jij ook een tekening maken van de zachte knuffelmuis. Ben je klaar? Plak dan maar gauw een sticker, oh, je hoeft er nog maar 2, watspannend!



.....Fopmuis!



'Dat is dan 0,50 cent,' zegt Ko. Hij geeft een grote envelop aan Kaat en plakt er een stickertje op. 'Dit is zogenaamd de postzegel!' Kaat haalt uit haar portemonneetje een paar muntjes en betaalt postbode Ko. 'Wacht eens, er zit niets in de envelop. Je kunt geen lege envelop versturen, dat is raar,' zegt Ko. Kaat denkt heel diep na. Aha, ze weet al iets. Ze loopt naar de kamer en pakt de tekening van Fopmuis van de tafel. 'Kijk, ik heb al wat,' zegt Kaat, terwijl ze voorzichtig de tekening zonder kreukelen in de envelop schuift.



.....dus moet de speen op de bus!

'Voor wie heb je die gemaakt?,' vraagt Ko als hij de mooie tekening ziet.

'Voor niemand,' antwoordt Kaat, 'of toch wel, voor mezelf. Toen jij Fopmuis kwam ophalen miste ik hem zo erg dat ik maar een tekening heb gemaakt. Dan is hij toch nog een beetje bij me.'

Samen zitten ze op de grond en kijken naar de envelop. 'Wacht eens Kaat,' zegt Ko opeens. 'Als jij nu je laatste speen erbij stopt en de envelop opstuurt naar Soe Soe de fopspenenfee, dan krijg jij ook een Fopmuis. En die is dan helemaal van jou!'

Kaat begint te stralen. 'Ko, je bent niet alleen mijn liefste, maar ook mijn slimste vriend,' roept ze blij.



Spel 14

Maak een envelop voor.....

DE TIP
VAN
SOESOE

Zorg ervoor dat u altijd een alternatief voor de speen bij u heeft. Stop een knuffeltje in uw tas, een boekje, een koelkje of een sapje. Blijf consequent in het a anbieden van dit alternatief. Dit vraagt ook heel wat van uw doorzettingsvermogen, maar laat uzelf niet meer te vaak verleiden tot de fopspeen. En... vergeet niet trots te zijn op uw kind als het zich door iets anders dan de speen laat troosten!



.....Soe Soe de fopspenenfee



Voor jou is het nu ook bijna zover. Je hebt bijna alle stickers geplakt. Dat betekent dat jij er ook klaar voor bent om je laatste speen op te sturen naar Soe Soe de fopspenenfee. Zoek een mooie envelop. Je mag daar de tekening van Fopmuis in doen of misschien wil je wel een andere tekening maken, dat mag ook. Laat pappa of mamma het adres op de envelop schrijven, zodat we zeker weten dat hij bij mij aankomt. Stop je speen er vast bij, maar plak de envelop nog niet dicht.

Is het gelukt dan mag je weer een sticker plakken op de kalender. Nog maar 1 sticker te gaan, je bent er bijna!



Dag 15

De optocht!



Vandaag is Kaat in een wip aangekleed. Ze rent de trap af naar beneden waar de grote envelop al ligt te wachten. Kaat sluit de envelop, mamma schrijft het adres erop en pappa staat al klaar met een echte postzegel. Wat zijn ze trots op Kaat! Kaat kan niet wachten. Zo trots als een pauw stapt ze naar buiten met de grote envelop in haar hand geklemd. Poes gaat ook mee en pappa en mamma ook. Als de buurvrouw de optocht voorbij ziet komen, dan komt ze snel naar buiten.

'Wat is hier toch aan de hand?,' vraagt ze.

'Ik ga mijn speen opsturen naar de fopspenenfee,' roept Kaat, terwijl ze stevig doorstappen in de richting van de brievenbus. De buurvrouw gaat ook mee, en de buurman ook. Dan komen ze langs het huis van Ko. Hij gaat ook mee en Fopmuis ook. De stoet van mensen wordt langer en langer.



.....Hoera voor Kaat!

Dan stopt de lange optocht, want ze zijn bij de brievenbus. Met grote moment is aangebroken en papa tilt Kaat op zodat ze er goed bij kan. '1..2..3...,' roept de optocht in koor en daar glijdt de envelop door de gleuf van de brievenbus naar binnen.

Iedereen begint luid te juichen en Kaat is trots, zó trots. Opeens voelt ze zich heel erg groot, want Kaat hoeft nooit meer een speen!



Spel 15

Het is zo ver.....

DE TIP
VAN
SOESOE

Bewaar de volle kalender zodat u bij moeilijke momenten nog kunt verwijzen naar alle betaalde stickers en hoe goed uw kind het wel niet gedaan heeft. Praat regelmatig over het niet meer gebruiken van de fopspaan. Als uw kind om een fopspaan vraagt, leg dan rustig uit wat jullie samen met alle spenen hebben gedaan. Het knutselen het bootje varen en de laatste fopspaan op de post. En vertel aan uw kind dat nu fopmuil niet zal komen! En natuurlijk ook hoe trots u bent op een kind zonder fopspaan!



.....je speen op bus!



Om de laatste sticker te verdienen, mag je samen met je pappa en mamma het zuigdeel van de laatste fopspeen afknippen en de speen in de envelop stoppen.

BRAVO, nu mag je de laatste gouden sticker plakken! En op naar de brievenbus! Wie neem jij allemaal mee in de optocht?

Gefeliciteerd hoor, het is je gelukt. Je hebt het fantastisch gedaan. Ik weet zeker dat je pappa en mamma reuze trots op jou zijn. En ik, Soe Soe de fopspenenfee, natuurlijk ook. Daarom krijg jij zo snel mogelijk ook een eigen Fopmuis opgestuurd. Zul je lief voor hem zijn? Een dikke fopzoen van Soe Soe de fopspenenfee.





Stoppen met de vertrouwde fopspeen is best moeilijk. Difrax doet zijn uiterste best om verantwoorde fopspenen op de markt te brengen maar denkt met dit boek ook mee over het afleren van het gebruik van fopspenen.

Het 15 dagen stopplan is zorgvuldig opgebouwd en biedt voor elke dag een verhaaltje en een opdracht of spelletje. Ondertussen geeft Soe Soe de fopspenenfee nog tips voor ouders en wordt het programma duidelijk toegelicht. Geadviseerd door een kindertandarts en een kinderlogopediste is zo een boek ontstaan dat zowel voor ouder en kind verantwoord, leerzaam en plezierig is.

Op de 15e dag kan de laatste fopspeen worden toegestuurd aan Soe Soe de fopspenenfee en zal Fopmuis, de troost muis (die ook in het verhaal een rol speelt) worden opgestuurd naar uw kind.

Idee en tekst Vivienne van Eijkelenborg
Illustraties en tekst Inge Nouws

Geschikt voor kinderen vanaf 3 jaar met enige hulp van ouders

difrax
Different. Difrax.

www.difrax.nl
www.fopspenenfee.nl

