

Alle vooroordelen over langvoedende moeders:

Je bent verslaafd aan baby's Je kunt je kind niet loslaten

Je hoort bij de borstvoedingsmaffia Je doet het voor jezelf, omdat je ervan geniet

Je bent een geitenwollen-sokkentype

Je doet het om te laten zien wat voor goede moeder je bent

Je veroordeelt vrouwen die voor de fles kiezen

kunnen volgens deze vrouwen meteen overboord!



‘MIJN KINDEREN WERDEN SNEL ZELFSTANDIG EN ASSERTIEF DANKZIJ HET LANGE VOEDEN’

Kay Poelen (36), zelfstandig ondernemer, is getrouwd met Peter en moeder van Nouk (10), Mik (8), Sep (6) en Yip (2,5).

Voedt: al tien jaar. Nouk, Mik en Sep hebben tot hun vierde borstvoeding gekregen. Kay voedt nu Yip nog.

JE BENT VERSLAAFD AAN BABY’S “Ik heb graag kinderen om me heen, maar houd ze zeker niet bewust klein of afhankelijk door ze lang te voeden. Sterker nog, ik ben ervan overtuigd dat mijn kinderen snel zelfstandig en assertief zijn geworden door het lange voeden. Zij bepalen wanneer ze willen drinken en als ze genoeg hebben, laten ze los. Ik zie om me heen dat veel ouders lang beslissingen nemen voor hun kind, terwijl zelfs een eenjarige al zoveel zelf duidelijk kan maken. Ik beschouw een baby vanaf de geboorte al als volwaardig persoon, die je zoveel mogelijk tools moet geven om zelfstandig te worden. Lang voeden is daar één van, het geeft een stabiele basis en zelfvertrouwen.”

JE KUNT JE KIND NIET LOSLATEN “Loslaten is het moeilijkste wat er bestaat. Pas als je je daar bewust van bent, kun je loslaten. Ik vind het belangrijk dat mijn kinderen hun eigen weg gaan en hun eigen keuzes maken, niet perse op basis van wat ik vind. Lang voeden staat dat niet in de weg. Ik denk juist dat ik mijn kinderen goed kan loslaten; Nouk is tien en fietst gerust alleen naar het dorp, doet boodschappen en maakt daarvan zelf een maaltijd. Ook de andere kinderen gaan vaak hun eigen gang. En dat is prima.”

JE HOORT BIJ DE BORSTVOEDINGSMAFFIA “Ik geloof niet dat ik ergens bij hoor. Persoonlijk vind ik borstvoeding de beste keuze. Maar ik zal dat nooit voor een ander beslis-

sen. Ik ga uit van mijn eigen kracht en laat iedereen in z’n waarde. Het is niet aan mij om te oordelen als ik iemand haar baby de fles zie geven. Daar zal ik dan ook zeker niets van zeggen. Andersom doe ik voor mijzelf wat ik denk dat goed is, wat mensen daar ook van vinden en of ze daar nou ‘last’ van hebben of niet.”

JE BENT EEN GEITENWOLLENSOKKENTYPE “Ik wil graag het tegendeel bewijzen. Lang voeden is voor iedereen weggelegd, ook voor hippe, trendy vrouwen met een drukke baan. Ik heb zelf een eigen bedrijf en heb mijn kinderen veel bij me, maar heb ook jaren voor een baas gewerkt. Ik kolfde in de pauzes en dat ging prima. Het is een mindset: als je denkt dat het een zware combi is, dan is het dat ook, maar als je het echt wilt, lukt het.”

JE DOET HET OM TE LATEN ZIEN WAT VOOR GOEDE MOEDER JE BENT “Volmondig nee! Ik heb juist lak aan wat anderen van me denken. Het lijkt me zwaar als je alleen om die reden lang doorgaat met voeden. Het zou wel fijn zijn als er vanuit de maatschappij meer tolerantie komt voor langvoedende moeders. Veel vrouwen worden door hun omgeving teruggefloten als ze langer door willen gaan en dat is jammer.”

JE VEROORDEELT VROUWEN DIE VOOR DE FLES KIEZEN “Dat borstvoeding de beste voeding is, staat niet ter discussie – dat is een feit. Ik wil het beste voor mijn kind en daarom kies ik daarvoor. Gelukkig leven we in een vrij land en ik vind dat iedere vrouw zelf de keuze moet maken die het beste is voor haar en haar kind. Tolerantie vind ik een groot goed en dat breng ik ook mijn kinderen bij.”

JE BENT EEN ECHTE NATUUR- EN MILIEUFREAK “Milieufreak is overdreven, maar ik wil onze leefomgeving inderdaad zo min mogelijk belasten. Bedrijfsmatig ben ik daar al mee bezig – we recyclen zoveel mogelijk materialen – en thuis scheid ik het afval. Dat borstvoeding het milieu ontziet, is een mooie bijkomstigheid. Alles wat ik zelf kan geven, hoeft niet te worden geproduceerd!”



KAY: TOP € 69,95 (Soaked in Luxury) | **BROEK** € 139,- (G-Star) | **SCHOENEN** € 59,99 (Dolcis) | **OORBELLEN** vanaf € 69,95 en **RINGEN** vanaf € 49,- (beide Pandora) | **ARMBAND** (privébezit) | **YIP: JURK** € 26,95 (Mexx kids) | **TRUITJE** € 9,95 (C&A) | **BROEK** € 24,95 (Shoebly) | **LAARSJES** € 19,95 (www.koe-boe.nl) | **MEUBELS: STOEL** vanaf € 495,- **KUSSENS** vanaf € 59,95 **VAASJE** vanaf € 7,50 **KRUKJE** vanaf € 49,95 (alles Kitsch en Kunst)



‘IK BEN GEEN MANTRA-ZINGENDE, MAKE-UPLOZE MOEDER IN EEN LANG GEWAAD MET SANDALEN’

Saniye Batur (34), docent in het middelbaar onderwijs, is verloofd met Carsten, moeder van Feline (ruim 2,5) en zwanger van haar tweede kind.

Geeft: nog steeds borstvoeding aan Feline.

JE BENT VERSLAafd AAN BABY'S “Ik houd mijn dochter zeker niet klein. Als je bedenkt dat kinderen tot zes jaar zuigbehoefte hebben, vervul ik slechts haar behoefte. Voeden en opvoeden zijn twee verschillende dingen. De borstvoeding die ik haar geef, betekent liefde, rust en aandacht. Het mooie van borstvoeding is dat het zich qua samenstelling aanpast aan de leeftijd van het kind. Een pasgeborene krijgt veel antistoffen binnen, Feline profiteert van weer andere stoffen in mijn voeding. Mijn lijf weet wat zij nodig heeft en dat is mooi.”

JE KUNT JE KIND NIET LOSLATEN “Ik denk dat je als moeder al vanaf de geboorte van je baby begint met loslaten. Er komen zoveel momenten: als ze gaan logeren of naar school gaan... Borstvoeding is geen manier om je kind langer vast te houden; je kunt je kind niet dwingen om te drinken. Als ze morgen zegt: ‘Dankjewel mama, ik heb genoeg’, dan bepaalt zij dat zelf. Sterker nog: als het mij gaat tegenstaan, of als ik geen energie heb om straks twee kinderen te voeden, dan is het ook klaar. Het moet voor beiden leuk zijn.”

JE HOORT BIJ DE BORSTVOEDINGSMAFFIA “Nee! Ik ken moeders die hemel en aarde hebben bewogen om borstvoeding te geven en bij wie het niet is gelukt. Dan is de fles het alternatief. Wie ben ik om te zeggen: ‘Je hebt gefaald?’ Wel vind ik het belangrijk dat vrouwen correcte informatie krijgen. Veel moeders denken dat flesvoeding net zo goed is als borstvoeding. Jammer, want dat is een fabel. Borstvoeding bevat minimaal 234 vitamines en voedingsstoffen. Kunstvoeding bevat 45 ingrediënten, waaronder maltodextrose, wat ook in snoep zit. Ik vind dat moeders die feiten op een rijtje moeten krijgen en dan een gefundeerde keuze moeten maken.”

JE DOET HET VOOR JEZELF, OMDAT JE ERVAN GENIET “Dat zou betekenen dat je als moeder borstvoeding kunt afdwingen. Maar dat kan niet, je hebt er ook je kind voor nodig. Natuurlijk, ik geniet ervan als ik zie dat Feline het prettig vindt. Maar als Feline niet meer wil, houdt het op. En dat is prima, want het is een natuurlijk proces.”

JE BENT EEN GEITENWOLLENSOKKENTYPE “Er zit niks stoffigs in mij. Ik voldoe als moderne, bereisde vrouw met een goede baan bepaald niet aan het beeld van een mantra-zingende, make-uploze moeder in een lang gewaad en met blote voeten in sandalen. Ik denk dat steeds meer hippe vrouwen voor borstvoeding zullen kiezen, zeker nu alsmaar bekender wordt hoe belangrijk het is.”

JE VEROORDEELT VROUWEN DIE VOOR DE FLES KIEZEN “Flessenmoeders schieten vaak in de verdediging, is mijn ervaring. Ze kraken borstvoeding af om de fles te vergoelijken. Ik kraak hen niet af, maar maak wel een andere keuze. Borstvoeden is zoals het bedoeld is, dat hoef ik niet te verdedigen. Gek genoeg vinden mensen het niet normaal dat ik mijn kind nog voed, maar het is toch juist wél normaal en natuurlijk? Borstvoeding zou de norm moeten zijn.”

JE BENT EEN ECHTE NATUUR- EN MILIEUFREAK “Ik ben dol op de natuur en steun het Wereld Natuur Fonds. Maar daarmee houdt mijn milieubewustzijn wel op. Ik koop bij Albert Heijn gerust een plastic tasje en scheid niet al mijn afval. Het lange voeden heeft dus niets te maken met een verregaande liefde voor het milieu. Wel vind ik dat meer mensen zouden moeten inzien dat borstvoeding de meest natuurlijke manier is. Bij ons regeert de cultuur, maar kijk eens naar de rest van de wereld. Daar is lang voeden heel normaal, de natuur.”

SANIYE JURK € 39,95 (C&A) | VEST € 119,95 en KETTING met harten € 24,95 (beide Ruimschoots) | FELINE BLOUSE € 12,- (C&A) | VEST € 24,95 en BROEK € 19,95 (beide Zara)

‘ALS IK EEN MOEDER DE FLES ZIE GEVEN, MOET IK M’N TONG WELEENS AFBIJTEN’

Marcia Leijen (37), freelance journalist, is getrouwd met Koen en moeder van Puck (5), Sjors (2,5) en Brent (3 maanden).

Heeft: Puck negen maanden gevoed, voedt Sjors nog steeds en geeft daar naast Brent volledig borstvoeding.

JE BENT VERSLAAFD AAN BABY’S “Onzin. Ik denk dat borstvoeding niet per se alleen met het voeden van baby’s te maken heeft. Het is een middel om geborgenheid te geven en dat is niet leeftijdgebonden. Ik kan mijn dochter Sjors geen betere troost geven en niet beter verwennen dan met de borst. Door die geborgenheid staat ze stevig in haar schoenen. Ze gedraagt zich absoluut niet als een baby en is erg ondernemend. Als er iemand niet aan mij hangt, is zij het wel.”

JE KUNT JE KIND NIET LOSLATEN “Ik denk dat ik dat prima kan. Zeker bij Sjors, ze is de tweede en dat is toch makkelijker. Zowel Puck als zij zijn zelfstandige kinderen. Ik loop niet achter Sjors aan, zo van: wil je drinken? Ik geef het haar pas wanneer zij daar om vraagt, zoals een andere moeder haar kind een koekje of knuffel zou geven. Ook Brent geeft zelf aan wanneer hij wil en hoeveel. Het fijne is dat ik mijn kinderen en hun behoeftes daardoor goed heb leren kennen.”

JE HOORT BIJ DE BORSTVOEDINGSMAFFIA “Absoluut niet. Iedere moeder moet doen wat ze zelf wil en dat zal ik altijd respecteren. Toch vind ik het jammer als ik zie dat een moeder voor de fles kiest. Ik merk hoe mijn kinderen genieten van het voeden en vind het fijn dat ik hen dat kan geven. Dat voordeel gun ik een ander ook, ik vind dat die moeders zichzelf tekort doen. Maar ik zeg niks, al moet ik weleens m’n tong afbijten.”

JE DOET HET VOOR JEZELF, OMDAT JE ERVAN GENIET

“Nee, hoor. Natuurlijk is het een fijn moment, maar ik denk dat dat met een fles ook zo kan zijn. Eerlijk gezegd vond ik borstvoeding geven in het begin niet eens zo gemakkelijk. Ik had last van stuwings en kreeg een borstontsteking. Ik moest echt doorzetten. Daarbij vliegen de kilo’s er bij mij niet af, in tegenstelling tot wat er wordt gezegd. Voor m’n figuur zou ik eerder stoppen!”

JE BENT EEN GEITENWOLLENSOKKENTYPE

“Allesbehalve! Ik ben een moderne vrouw die midden in het leven staat, maar toevallig wel een die lang borstvoeding geeft. Ik heb ook altijd gewerkt en veel gereisd. Drieënhalve week na de geboorte van Brent was ik alweer een avond op stap met vriendinnen. Hippe vrouwen van nu maken hun eigen keuzes. Borstvoeding staat een carrière en een actief sociaal leven niet in de weg. Natuurlijk kun je niet zomaar de deur uitrennen, je moet wel zorgen dat je hebt afgekolfd bijvoorbeeld. Maar ik zie dat niet als probleem.”

JE DOET HET OM TE LATEN ZIEN WAT VOOR GOEDE MOEDER JE BENT

“Eerlijk gezegd denk ik dat ik ook een goede moeder kan zijn zonder dat ik borstvoeding geef. Puck heb ik ‘maar’ negen maanden gevoed en ik voel me voor haar geen slechtere moeder dan voor Sjors en Brent. Als je doet wat je gevoel je ingeeft, ben je een goede moeder.”

JE VEROOordeelt VROUWEN DIE VOOR DE FLES KIEZEN

“Ik merk dat de kwestie wel of geen borstvoeding geven nogal precair is. Als moeders onder elkaar kunnen we elkaar over allerlei zaken advies geven, maar dit is en blijft beladen. Vrouwen voelen zich al snel aangevallen als je over hun keuze begint en daarom doe ik dat ook niet, ook al zie ik dat de meeste moeders met baby’s van Brents leeftijd de fles geven. Toch vind ik het jammer dat het zo gevoelig ligt. Ik zie borstvoeding als het mooiste wat je je kind kunt geven. Het gaat verder dan buikjes vullen: het is emotie, geborgenheid en vertrouwen. Ik hoef maar naar de gelukzalige gezichtjes van mijn kinderen te kijken als ze drinken – dat zegt me genoeg.”



MARCIA: TOP € 19,95 (New Yorker) | BROEK € 19,- (C&A) | ARMBAND € 14,95 en KETTING € 19,95 (beide de Bijenkorf) | SCHOENEN € 34,95 (Shick) | SJORS: JURK € 19,- (C&A) | VESTJE € 34,95 (Vingino) | MAILLOT € 4,95 (Hema) | BRENT: TRUI € 34,95 (de Bijenkorf) | BROEKJE € 32,50 (No-No) | MEUBELS: BED vanaf € 1250,- DEKBEDOVERTREKSET vanaf € 129,- taupe KUSSENS vanaf € 59,- BANKJE voor bed, prijs op aanvraag (alles Kitsch en Kunst)