

Liever geen
slapeloze
nachten?

GRATIS
E-BOOK!

21 TIPS!

van interieurarchitect, speelgoed-
ontwerper (Bo and the
baboon) en moeder van Bo,
Monique van de Sande

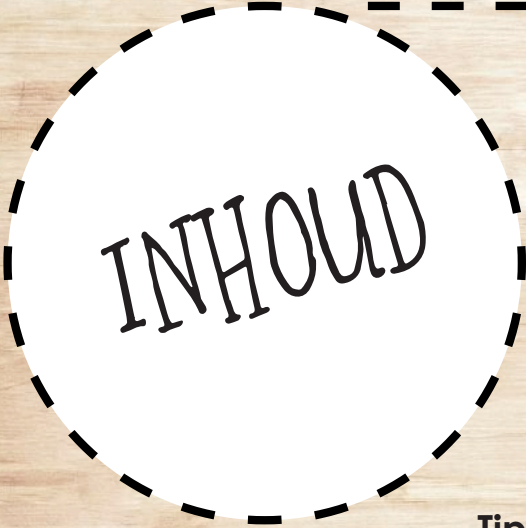
ONTWERP

DE DROOM-KAMER

VOOR JOUW

BABY





INHOUD

Tip 1 - Jouw stijl

Tip 2 - Thema kamer?

Tip 3 - Kleur of geen kleur

Tip 4 - Behangetje uitzoeken

Tip 5 - Collage maken

Tip 6 - De indeling

Tip 7 - Meubeltjes intekenen

Tip 8 - Geen tocht, toch?

Tip 9 - Kledingkast?

Tip 10 - Commode show

Tip 11 - Links rechts & rechts links

Tip 12 - Schone luiers

Tip 13 - Vieze luiers

Tip 14 - Was goed

Tip 15 - De ideale commode

Tip 16 - Ga lekker zitten meid

Tip 17 - Material world

Tip 18 - Pies, poep en vieze vingers

Tip 19 - Mat voor jouw lieve schat

Tip 20 - Als we dan toch aan het verven zijn...

Tip 21 - Voel je verlicht

Alles op een rijtje voor een goede nachtrust



INLEIDING

De babykamer draagt er aan bij dat jouw kindje goed slaapt. Of juist wakker blijft! Liever geen slape-loze nachten? Met behulp van dit E-book ontwerp je de droom-kamer voor jouw kleine aapie.

Hoi, Ik ben Monique van de Sande. Moeder van Bo, interieurarchitect en ontwerper en eigenaar van speelgoedlabel Bo and the baboon. In dit ebook deel ik mijn ervaring als moeder én als interieurarchitect.

De perfecte babykamer!

Als aanstaande moeder wilde ik graag alles zo goed mogelijk voor onze kleine man doen. Logisch! Maar hoe moet je, onervaren als je bent, weten of de billendoekjes en verzorgingsproducten nu juist links of rechts moeten liggen? Wat voor muurverf je het beste achter de commode kunt gebruiken? Waar en hoe je jouw kindje 's nachts het prettigst kunt voeden? Of hoe je ervoor zorgt dat jouw kleine aapje zich straks veilig voelt in de babykamer en goed slaapt?

Een mobieltje boven het ledikantje staat zo schattig. Wist ik veel dat het de aandacht van de baby kan blijven trekken en hij zo mogelijk moeilijker in slaap komt. (Bedankt lieve zus Judith van der Helm voor deze tip!)

Met mijn dikke buik schilderde ik een tweedehands bedje met verf voor hout op waterbasis. Dat is toch veilig, waterbasis? Het had mij een hoop tijd en frustratie bespaard als ik toen geweten had dat er in gewone verf op waterbasis nog steeds allemaal schadelijke stoffen (lees: metalen) zitten! (zie tip 9)

Ook kocht ik zo'n dure, grote, witte, lelijke luieremmer die ik uiteindelijk maar een paar maanden gebruikte. Die stond toch op zo'n baby-uitzetting? Was echt niet nodig geweest. Zonde van mijn geld!

Zo staan er tal van tips in dit E-book en neem ik je mee om stap voor stap tot jouw droom-babykamer te komen.

Succes en veel plezier!



DAAR GAAN
WE DAN...



TIP 1

TIP 1

Jouw stijl

Natuurlijk kun je een stapel magazine kopen maar op Pinterest vind je ontzettend veel (misschien wel te veel) inspiratie voor de babykamer! Daarom heb ik daar alvast een selectie voor je gemaakt.

Ga naar www.pinterest.com/boandthebaboon en check het bord 'babykamer workshop - stijlen'.

Heb je een Pinterest-account? Like (hartje) dan de plaatjes die jou aanspreken of repin ze (nog handiger) op jouw eigen bord. Geen account? Je kunt de afbeeldingen ook gewoon op jouw computer of telefoon opslaan.

Check alle bewaarde afbeeldingen. En? Zit er een duidelijke lijn in qua stijl?

TIP 2

Thema kamer?

Wil je graag een thema-kamer maken? Hartstikke leuk! Maar bewaar de rust en ga niet compleet los met drukke prints of felle kleuren. Het is een slaapkamer en je wilt toch dat jouw kindje straks goed en rustig in slaap kan vallen?

Kies je bijvoorbeeld voor dieren? Alle kinderen zijn er gek op, dus dat is gegarandeerd een succes! Maar welke stijl kies je dan?



Bron: Pinterest

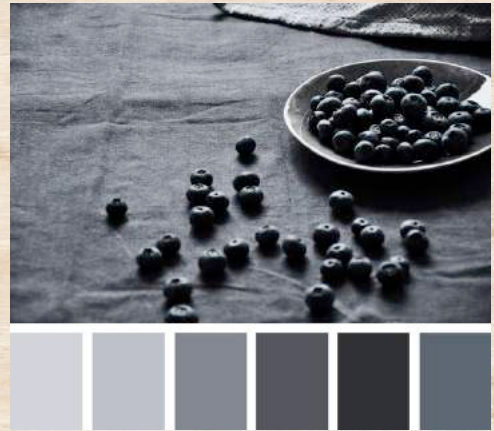
TIP 3

Kleur of geen kleur?

Check de verzamelde afbeeldingen op Pinterest nog eens en kijk welke kleuren jou het meest aanspreken. Als basis kleuren kan ik je wit, grijs en pastelkleuren aanraden. Deze kleuren zijn licht en zorgen voor rust.

Ga naar de verfspecialzaak en verzamel genoeg verfstaaltjes. Neem van iedere kleur 3 tinten mee (zie voor beelden op volgende pagina).

Zoek een afbeelding met 3 tot 6 kleuren die jouw aanspreken en combineer die. Kies er maximaal 2 voor de wanden en laat de overige kleuren eventueel in meubels, textiel en accessoires terugkomen.



Bron: Pinterest

Gebruik de lichtste tint voor 3 of voor alle muren. Wil je 1 muur een andere kleur? Maak die dan 1 of 2 tinten donkerder.

Net als bij tip 2 herhaal ik: Hartstikke leuk! Maar bewaar de rust en ga niet compleet los met drukke prints of felle kleuren. Het is een slaapkamer en je wilt toch dat jouw kindje straks goed en rustig in slaap kan vallen?

Behang 1 muur en kies de lichtste of midden tint om de andere 3 muren te schilderen.



Bron: Pinterest

Een ander leuk alternatief is een grote muursticker of muurschildering (zie Pinterest).



TIP 4
Behangetje
uitzoeken



TIP 5

Collage maken



Kies 4 favoriete afbeeldingen die je op Pinterest (of in een magazine) verzameld hebt en print deze uit. Verzamel ook materialen, verstaaltjes en behangstaaltjes die jou aanspreken en maak er een collage van. Of je de plaatjes nu netjes uitknijpt en recht naast elkaar legt of dat je de plaatjes scheurt en overlappend of juist schuin op elkaar legt maakt niet uit. Doe wat jij het mooiste vindt.

Je hoeft de plaatjes niet op te plakken. Leg ze op de grond of op tafel en maak er met je telefoon of camera een foto van. Mail deze naar jezelf zodat je de collage kunt uitprinten als je dat wil.

TIP 6

De indeling

Pak een vel papier (bij voorkeur ruitjespapier), een liniaal en een potlood en teken de plattegrond van het kamertje op schaal 1:20 (1 meter is 5 cm). Geef ook aan waar de deur, ramen en radiatoren zitten.

TIP 7

Meubeltjes tekenen

Teken op een nieuw vel de omtreklijn van een ledikantje (en eventueel wiegje), een commode en eventueel stoel en kledingkast in dezelfde schaal.

Ledikantje = 1,25 x 0,65 meter

Commode = minimaal 0,90 x 0,50 meter

Schuif met de meubeltjes en ga alle mogelijkheden af. Als je de ideale indeling hebt gevonden en er overal genoeg loop en beweegruimte is kun je de papiertjes vastplakken of de meubeltjes gewoon intekenen.

TIP 8

Geen tocht toch?

3 dingen zijn belangrijk om rekening mee te houden:

- Ligt jouw kindje niet op de tocht? (bij een raam, tussen raam en deur, voor de deur, onder een ventilatiepunt in het plafond)
- Ligt jouw kindje niet voor de radiator?
- Is er voldoende ventilatie in de kamer (raam, roosters, etc)

TIP 9

Kledingkast?

Wil je een eerlijk antwoord? Een kledingkast is de eerste jaren niet persé nodig. De bovenste lade van de commode is gedurende het eerste jaar voldoende. Een stang en/of haakjes om kleertjes aan op te hangen is, zeker vanaf 1 jaar, handig.

Ruimte voor oude kleertjes die te klein zijn (en te schattig om we te doen) en nieuwe kleding wat nog te groot is, is een must. Echter, dat kan ook in een leuke kist, in jouw eigen kledingkast, in de berging, etc.

Check voor inspiratie het bord 'babykamer workshop – handige en leuke oplossingen'

TIP 10

Commode-show

Zorg voor een goede werkhoogte bij de commode. Zowel te laag als te hoog is niet prettig. De hoogte van een commode varieert tussen de 90 en 105 cm. Test verschillende hoogtes in de winkel. Ben je klein? Dan zul je voor 90 – 95 cm kiezen. Ben je lang? Dan ga je voor 100 – 105 cm.

Hoe groter het werkoppervlak hoe beter. (mits voldoende loopruimte natuurlijk) Het is prettig als er op het blad voldoende plek is voor bijvoorbeeld een luier, billendoekjes en schone kleertjes of een kom met water.

TIP 11

Links, rechts & rechts, links

De ideale opstelling bij een commode voor rechtshandige vinden wij: Leg de baby links met het hoofdje. Ben je linkshandig? Leg het hoofdje dan rechts (ben je er nog?).

Het is fijn als de commode groot genoeg is om een mandje met luiers, billendoekjes en een setje kleding neer te kunnen leggen. Ook hierbij geldt: leg dat links als je rechtshandig bent en rechts als je linkshandig bent. De baby kan de spulletjes er dan niet aftrappen.

Voor rechtshandige is het prettig om rechts naast de commode een emmer te hebben staan om de vieze luier in te doen. En ja, links dus voor de linkshandige mama's en papa's.

Is mama rechts en papa links? Kies dan de opstelling die het beste werkt voor degene die de meeste tijd thuis is en dus vaker een luier verschoont.

TIP 12

Schone luiers

Het is een must om altijd een schone luier bij de hand te hebben. Doe ze bijvoorbeeld in een mandje op de commode of plaats een open trolley of rekje naast de commode voor de luiers. Daar kunnen dan ook gelijk billendoekjes en luierzakjes in!

TIP 13

Vieze luiers

Een eenvoudige luier-emmer met losse deksel of een gewone kleine pedaalemmer vinden wij prettiger dan zo'n grote lui-remmer. Je wil niet weten wat voor lucht daar uitkomt als hij een paar dagen staat! Zonder luier-emmer gaat het ook prima overigens! Verzamel de luiers in een (boterham)zakje en knoop die 's avonds dicht, leg 'm bij de buitendeur. Dan kan papa of mama de luiers de volgende ochtend gelijk buiten in de kliko gooien.

TIP 14

Was goed

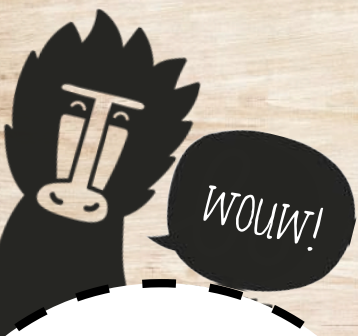
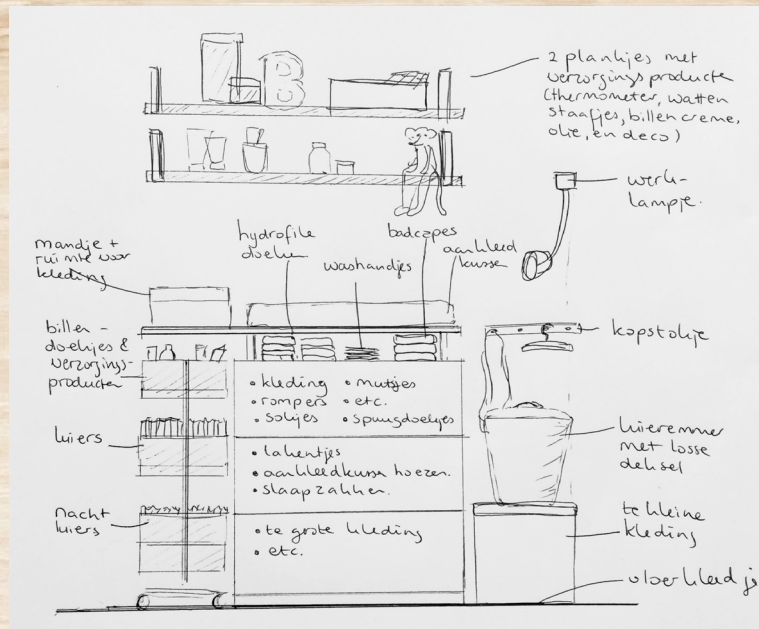
Een wasmand in de buurt van de commode is handig. Kies, in plaats van een standaard wasmand een leuke ton, zak of mand waar over een jaartje bijvoorbeeld speelgoed in kan.

TIP 15

De ideale commode

De ideale commode heeft wat ons betreft 3 laden en een open vak erboven. Naast de commode een trolley en boven de commode 1 of 2 plankjes. Hang de planken niet te laag, want zodra jouw kleine aap kan zitten, kruipen of staan trekt hij de hele plank leeg!

Dit vinden wij een prettige (rechtshandige) indeling waarbij je alles bij de hand hebt!



TIP 16

Ga lekker zitten meid!

Of je nu de fles of borstvoeding geeft een comfortabele stoel is geen overbodige luxe in de babykamer. De eerste periode gebruik je deze misschien om de kleine 's nachts te voeden en/of in slaap te wiegen. Maar hij kan ook prima gebruikt worden als voorleesstoel. Let op: zorg dat de stoel niet te laag en niet te zacht is. Ik kan je uit ervaring zeggen dat zowel vlak na een bevalling als wanneer jouw kindje 10 kg weegt opstaan uit een lage stoel geen pretje is ;)

TIP 17

Material world



Wil je dat het kamertje warm en knus aanvoelt? Combineer dan veel verschillende materialen en structuren. Denk aan een combinatie van een houten bedje of commode, glanzende metalen blikken, van vilt gevlochten manden, mat geschilderde muren en veel (lees: veel!!) zachte materialen! Lekker fluffy!

Wat bedoel ik daarmee? Een schapenvachtje en kussen in de stoel, een kleed onder het bedje en/of onder de stoel (op een harde vloer), dikke gordijnen, een mooi dekenkje in en hemeltje boven het bedje.

Ruwe materialen (ruw hout, metaal, steen) zijn erg mooi, maar pas op voor splinters etc.

Gordijnen die goed verduisteren zijn vooral 's nachts fijn. Zeker wanneer het kamertje aan de straatkant is waar straatlantarens en autolampen schijnen.

TIP 18

Pies, poep & vieze vingers

Wat een verademing dat er zoiets als afneembare verf bestaat! Want de muur achter de commode krijgt wat te voorduren. Een erg mooie, matte schrobvaste muurverf is die van Wijzonol. Ook hebben zij diverse zijde glans afneembare verven. En heel betaalbaar. Vraag de verfspecialzaak om advies.

TIP 19

Mat voor jouw lieve schat

Kies sowieso voor een matte of zelfs extra matte verf voor op de muren. Dit geeft een prachtig natuurlijk effect en zorgt voor veel meer rust. Je kunt ook voor krijtverf of kalkverf kiezen. Dat geeft ook een prachtig resultaat.

Er zijn diverse merken die deze verfsoorten leveren.

TIP 20

Als we dan toch aan het verven zijn...

Heb je een ledikantje, commode of box op de kop getikt maar kan die wel een likje verf gebruiken omdat de tanden erin staan? Neem dan niet zomaar de eerste de beste verf op waterbasis. Deze verf is wel geschikt voor zwangere vrouwen omdat er geen terpentijn damp vanaf komt, maar dat maakt het nog niet geschikt voor jouw kindje. Ze zitten waarschijnlijk vol metalen en zijn absoluut niet sabbelproof!

Kies voor baby- en kindermeubeltjes verf wat daar speciaal voor bedoeld is. Wij zijn gek op Little Greene. Er zijn matte en meer glanzende varianten verkrijgbaar en in iedere Ral en NCS kleur te mengen!

TIP 21

Voel je
verlicht

Verlichting maakt of breekt een kamertje. Welkom bij een speedcursus verlichting voor de babykamer!

1. Zorg altijd voor goede basis verlichting. Deze lichtbron(nen) zorgen er meestal vanaf het plafond voor dat het kamertje in het geheel prima verlicht is.
2. Zorg voor goede werkverlichting. Bijvoorbeeld bij de commode (zijn je billen echt wel goed schoon? Wat zijn dat nou voor rode vlekjes? Even je nageltjes vijlen lieverd.)
3. Zorg voor prettige (bij voorkeur dimbare) sfeerverlichting. Vooral tijdens het voeden 's nachts is het prettig om niet de grote, basis verlichting aan te doen. Het is prettig om deze lamp in de buurt van de stoel te hebben staan/hangen.

Alles op
een rijtje
voor een
goede
nachtrust

Dus...

- Vermijdt felle kleuren en drukke patronen, vooral op de muur naast het bedje
- Kies voor de muren bij voorkeur voor wit, pastelkleuren of grijs-tinten
- Zorg voor genoeg frisse lucht, maar geen tocht!
- Plaats het bedje nooit naast de verwarming
- Plaats een klein nachtlampje die je aan kunt doen tijdens het voeden
- Zorg voor veel zachte en vooral natuurlijke materialen
- Gordijnen die goed verduisteren zijn 's nachts erg fijn! Zeker als de kamer aan de straatkant is, waar straatlantarens en auto-lampen schijnen.
- Oja, en een mobieltje boven en speelgoed in het bedje zijn af te raden. Kies liever voor een muziekdoosje/-knuffel die jouw kindje rustig maakt en in slaap laat vallen



JAAAA!
DOE GEZELLIG
MEE :)

WORK-
SHOP

Zin in de workshop?

Heb je de smaak te pakken gekregen en wil je de hands-on workshop volgen? Meld je aan voor de workshop op www.boandthebaboon.nl.

Na 3 uur loop je vrolijk de deur uit met een volledig plan voor de babykamer!

Hope to see you soon!

Monique, Bo and the baboon