



facebook <https://www.facebook.com/theDveP>

Blog 97: Ik smeer 'm

Het is warm, erg warm. Je zweet op plekken waarvan je niet wist dat je er zweeten kon. Wij zijn slim want we doen het rustig aan. De monsters? Die niet. Want de zon schijnt en die is warm. Heet zelfs. In een seizoen als dit met festivals, uitjes, stranden en autoritjes van hot naar her is het wel even handig ondanks je zonnesteek na te blijven denken.

Ik mag hopen dat het niet nodig is maar een gewaarschuwd mens telt voor 6. Besmeer je monster met factor 50 sunblock. Gewoon met een verfroller, liters tegelijk. Heb je geen rollers kun je ook gewoon regelmatig sprayen maar dat is saai. Met een kwast is ook leuk, kun je figuursmeren. Een hartje op je zoon en een auto op je dochter. Eigenlijk maakt het geen moer uit, maar smeer wel. Dan is er iets met water of ander vocht. Laat ze regelmatig drinken, ranja, water, wicky of taxi. Cognac kan ook maar dat staat meer bekend als dorstmaker dan lesser. Kleine tip, flikker die pakjes drinken gewoon in je zwembad. Kunnen ze drinken duiken. Wie hem pakt mag hem drinken. Voor ons kun je ook flugel doen maar dan 's-avonds.

Met het warme weer hebben kinderen nooit dorst. Maar drinken is ook geen vraag, maar een mededeling, snapje. Smeren en drinken. Schaduw is relaxt, mocht het er niet zijn, creëer het dan. Niet met je K3 tent, maar zo'n halve. Een tent is fijn, maar ook net een bakoven. Een halve tent is voor de helft open 🙄🙄 #omg #dezelogica. Deze wordt dus geen oven maar geeft wel schaduw. Zijn we nu klaar? Zeker niet!

Effe oppassen op het volgende. Je monster hoort te zweeten in de hitte. Zolang het zweet, vul je het water aan. Megabelangrijk en superlogisch. Wanneer het stopt te zweeten terwijl hij dat al die tijd wel doet, is de kop overhit en dus heeft het monster een zonnesteek. Vul het vocht dus regelmatig aan! Hoe herken je een zonnesteek? In het geval van Hira is dat lastig maar wel het ultieme voorbeeld.

- raar gepraat, onduidelijk. Onsamenhangend.

- vreemd loopje, het shoarma-loopje na een avond stappen. Lopen als een winkelwagentje.
- veelvuldig gekke fouten maken.
- geen zweet meer. Anti-axe. Of juist extreem zweten to tha max.
- zo rood als een kreeft of bleek.

In worstcase scenario dut hij ni meer. Meteen 112 bellen. Geen grappen.

Hoe leuk de zon ook is, hoe fijn ze ook aan het spelen/zwemmen zijn. Blijf alert. Maak het jezelf comfi met wat pils en peuken, muziekje erbij, hoed op je bol en je snelle planga op je gezicht, maar blijf alert. Check meteen de site van ouders van Nu even met de handige tips. Oh en fix bij de buurman de roller even, smeren met die handell!

<https://www.oudersvanu.nl/baby/gezondheid/hoe-herken-je-een-zonnesteek-bij-je-kind/>