



CHECKLIST:

JOUW VACCINATIE, OP JOUW FAVORIETE MANIER!

Gebruik **FAVO** om je vaccinatie prettiger te maken.

De onderstaande **FAVO's** zijn voorbereid, jij hoeft alleen nog maar te kiezen.

Vul deze checklist thuis in en neem hem mee.

Fijn



- ☐ Op schoot/
samen zitten



- ☐ Rechtop zitten
☐ Liggen



- ☐ Eet iets tijdens de
vaccinatie (snack)

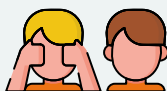


- ☐ Ik neem iets anders
fijns van thuis mee

Afleiden



- ☐ Wel aftellen
☐ Niet aftellen



- ☐ Kijken
☐ Niet kijken



- ☐ Afleiden met iets van
thuis (boekje/knuffel)
☐ Met iets van de GGD
(Shotblocker)



- ☐ Ik neem mijn eigen
afleiding van thuis mee

Vragen

aan de zorgverlener



- ☐ Over de vaccinatie
☐ Wat er gaat gebeuren



- ☐ Mijn arm bewegen na
vaccinatie



- ☐ De vaccinaties tegelijk
krijgen
☐ De vaccinaties
om-en-om krijgen



- ☐ Ik heb een andere
vraag

Ontspannen



- ☐ Ademen alsof jij een
kaars uitblaast



- ☐ Stilte
(zo min mogelijk geluid)
☐ Praat met me



- ☐ Ik wil iemand erbij
hebben, bijvoorbeeld
een vriendin



- ☐ Ik neem mijn eigen
ontspanning van thuis
mee

Heb jij een andere FAVORiet?

Besprek dan voordat je naar de vaccinatie gaat met een zorgverlener wat mogelijk is!

Ben jij weleens duizelig of misselijk geweest tijdens of na een vaccinatie?

- ☐ Ja ☐ Nee

Sommige kinderen vinden het spannend om een vaccinatie te krijgen.

Hoe spannend vind jij het?

- ☐ Helemaal niet ☐ Een beetje ☐ Soms wel, soms niet ☐ Best wel ☐ Heel erg

Ingevuld door GGD

Voor meer
informatie over
FAVO, scan de
QR-code

