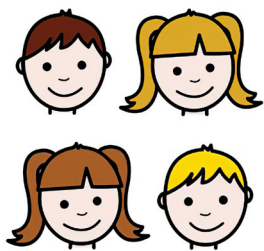


Sluta med blöja och börja pott-träna



Barn kan sluta med blöja i olika åldrar. Man måste öva barnet att gå på toaletten och det kan ta olika lång tid.



Det är bra om barnet börjar träna att gå på toa eller pottan tidigt.



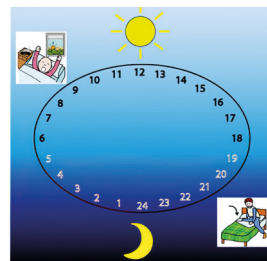
Det är lättare för barnet att tömma urinblåsan eller tarmen om hen sitter ner. Man undviker förstoppning.



Tvinga aldrig barnet att sitta på pottan eller toaletten om det inte vill just då.



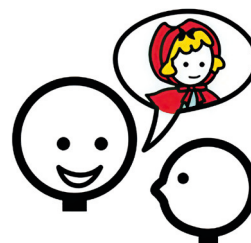
Hur ser du att ditt barn behöver kissa eller bajsas?



Låt barnet sätta sig på pottan eller toaletten regelbundet under dagen.



Bekräfta barnet att *Nu sitter du på pottan*. Kissar eller bajsar barnet så uppmärksamma det extra.



Gör toalettbesöken trevliga och roliga. Läs en bok eller sjung tillsammans med ditt barn.

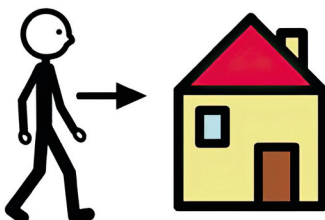
Pott-träning – när ska man gå?



Efter man vaknat.



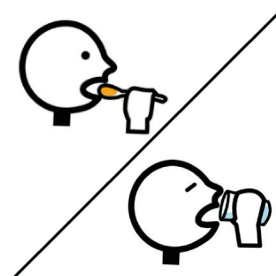
Innan man ska sova.



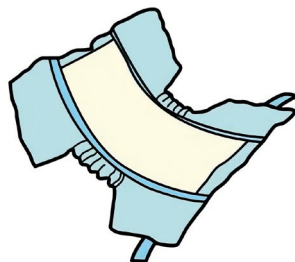
Efter man kommer hem.



Innan man går ut.



Efter man ätit och druckit.



När man byter blöja.

