

# Gezond opgroeien: VSM Kind



PURE LIJFKRACHT  
VOOR DE KLEINTJES

# Gezond opgroeien? Pure lijfkracht!

Zoals ieder mens beschikt ook een kind over het vermogen om zichzelf te herstellen. Omdat dit vermogen heel sterk is, noemen we het bij VSM: Pure lijfkracht. Kinderen hebben een nog grotere lijfkracht dan volwassenen; het is de kracht die hen doet groeien. Kleine lijfjes, grote kracht!

Als je kindje ziek is, kan zijn lijfkracht wel wat ondersteuning gebruiken. En daarvoor gebruik je bij voorkeur een homeopatisch geneesmiddel dat werkt en dat je met een gerust gevoel aan je kindje kunt geven.

VSM heeft deze middelen en helpt je hiermee om je kindje gezond te laten opgroeien.



Omdat kinderen hun eigen specifieke behoeften hebben, heeft VSM een speciale serie ontwikkeld voor kinderen van 0-6 jaar: VSM Kind. De meeste producten uit deze kinderserie zijn homeopathische geneesmiddelen. Omdat een kinderlichaam nog puur is en geen of weinig schadelijke stoffen bevat, werken deze middelen vooral bij kinderen goed. Daarnaast is er ook een aantal plantaardige gezondheidsproducten speciaal voor kinderen van 0-6 jaar. Deze ondersteunen de gezondheid van je kindje op een natuurlijke manier.

# Doorkomende tandjes en oorpijn

Tandjes krijgen is geen ziekte, maar je kindje kan zich er wel vervelend door voelen. Het kan pijn hebben, maar ook hongerig of onrustig zijn en 's nachts regelmatig huilen. De snijtandjes veroorzaken bij het doorkomen meestal niet veel pijn. Wel kan er een lichte tandvleesontsteking ontstaan, waardoor je kindje meer gaat kwijlen. De kiezen, de hoektanden en de tweede kiezen geven meestal meer problemen.



Je kunt je kindje helpen door het tandvlees zachtjes te masseren en koel drinken te geven. Laat je kindje ook gerust ergens op kauwen, bijvoorbeeld op een bijtring of een broodkorstje. Verder kun je Chamodent druppels of tabletjes geven. Dit homeopathische geneesmiddel vermindert de klachten bij het tanden krijgen.

Peuters kunnen soms last hebben van oorpijn als de eerste vier kiezen doorkomen. Je merkt dat doordat je kindje steeds over het oor wrijft. Ook dan kun je Chamodent gebruiken.



## Chamodent druppels of tabletten\*

- Vermindert pijn en rusteloosheid bij het doorkomen van tanden en kiezen
- Geschikt voor kinderen vanaf 0 jaar
- In tabletjes en suikervrije druppels

\* Homeopathisch geneesmiddel. Lees voor gebruik de bijsluiter.

## Darmkrampjes

Baby's kunnen in de eerste drie maanden soms heftige darmkrampjes hebben. Omdat de darmen nog niet volledig ontwikkeld zijn, kunnen krampjes ontstaan wanneer de voeding de darmen passeert. De krampjes kunnen ook veroorzaakt worden door te gulzig drinken, waardoor de baby lucht inslikt.

Darmkrampjes komen zowel bij borstvoeding als bij flesvoeding voor. Als je borstvoeding geeft, kan je baby last krijgen van bepaalde voedingsstoffen, die je zelf hebt gegeten, zoals kool, knoflook of ui. Probeer deze voedingsstoffen dan te vermijden. Als je baby flesvoeding krijgt, let er dan op dat de speen tijdens het voeden steeds vol is en dat het gat in de speen niet te groot of te klein is.

Je kunt proberen krampjes te voorkomen door na de voeding het buikje van je baby zachtjes te masseren. Een warm badje kan de pijn ook verlichten. Als deze trucjes niet helpen, kun je je kindje Cinababy geven. Dit homeopathische kindergeneesmiddel zorgt ervoor dat de geïrriteerde darmjes tot rust komen, zodat de krampjes verminderen.



### **Cinababy druppels\***

- Bij darmkrampjes
- Geschikt voor kinderen vanaf 0 jaar
- Bevat geen suiker, geur- of smaakstoffen

\* Homeopathisch geneesmiddel. Lees voor gebruik de bijsluiter.

# Misselijkheid en verstoorde spijsvertering

Tot een jaar of twee hebben kinderen nog heel gevoelige ingewanden. Het is dan ook niet vreemd dat ze af en toe last hebben van spijsverteringsstoornissen, zoals misselijkheid, door bijvoorbeeld verkeerde voeding, een virus of een bacteriële infectie. Maag en darmen van je kindje kunnen dan behoorlijk van streek zijn.



Laat je kindje veel drinken (water, thee, bouillon of rijstwater) en geef het een paar dagen voedsel dat een beetje verstoppend werkt, zoals pap, rijst, bananen, toast en wit brood. Daarbij kun je Kindigest geven. Dit homeopathische geneesmiddel bevat vier bestanddelen die zorgen dat de maag en darmen weer tot rust komen. In combinatie met de aangepaste voeding werkt Kindigest bij een verstoorde spijsvertering.

Let op: Baby's verliezen bij hevig braken en diarree snel zoveel vocht dat ze kunnen uitdrogen. Raadpleeg daarom je huisarts als je baby last heeft van braken en diarree.

*Tip:*

*Kindigest helpt niet om de ontlasting zachter te maken. Dan kun je het gezondheidsproduct Kindicol gebruiken*

## Kindigest tabletten\*

- Bij misselijkheid en een verstoorde spijsvertering
- Geschikt voor kinderen vanaf 0 jaar
- Bij acute klachten mag je je kindje elk uur een dosis geven tot maximaal zes keer per dag
- Bij vermindering van de klachten is 4x daags een dosis voldoende

\* Homeopathisch geneesmiddel. Lees voor gebruik de bijsluiter.

# Harde ontlasting

De ontlasting van een kindje kan verschillende vormen hebben. Bij een baby die borstvoeding krijgt, is die vaak dun. Toch kunnen ook kinderen die nog volledig met melk worden gevoed, een stevigere ontlasting hebben. Maar vooral als het kind onverteerbare vezels van plantaardige voedingsproducten gaat eten, wordt de ontlasting steviger. Soms is de ontlasting zelfs hard.

Als de ontlasting hard is, zorg er dan voor dat je kindje zoveel mogelijk vezelrijke voeding krijgt en voldoende drinkt. Ook beweging is van groot belang voor een regelmatige stoelgang. Beweging stimuleert namelijk de darmwerking.

Daarbij kun je Kindicol geven. Dit helpt om de ontlasting zachter te maken. Kindicol helpt bij (her)opname van vocht in de darmen en ondersteunt zo een zachtere darminhoud en een regelmatige stoelgang.



## Kindicol druppels\*

- Natuurlijk product
- Speciaal samengesteld voor kinderen vanaf 0 jaar
- Helpt de ontlasting zachter maken

# Slecht slapen, onrust

Kinderen hebben veel indrukken te verwerken. Soms een beetje te veel. Veranderingen in het gezin, een verjaardag of een eerste schooldag kunnen ervoor zorgen dat ze onrustig worden en moeilijk in slaap kunnen komen.

Voldoende slaap is voor opgroeiende kinderen heel belangrijk, omdat juist tijdens de slaap het groeihormoon geproduceerd wordt. Probeer daarom om de omstandigheden voor een goede nachtrust optimaal te maken.

Zorg voor een goed bed en een frisse, goed geventileerde slaapkamer.

Laat je kind niet vlak voor het slapen gaan naar spannende tv-programma's kijken, maar lees rustig samen een boekje of vertel een verhaaltje. Een vast patroon of ritueel bij het naar bed brengen kan ook helpen. Speciaal voor kinderen met slapeloosheid of onrust is er Kindival. Het is een mild, rustgevend middel dat een gezonde slaap bevordert.

## Kindival tabletjes\*

- Voor onrustige kinderen
- Bevordert een gezonde slaap
- Geschikt voor kinderen vanaf 0 jaar



\* Homeopathisch geneesmiddel. Lees voor gebruik de bijsluiter.

# Griep en verkoudheid

Hoe vervelend het ook is, een griepje of een verkoudheid is bij kleine kinderen niet te voorkomen. Je komt zelf immers ook dagelijks in aanraking met andere mensen en het verkoudheidsvirus is uitermate besmettelijk. Gelukkig is een verkoudheid voor de meeste kinderen ongevaarlijk, maar lastig is het wel. Een verstopte neus, niezen,

hoest, koorts, misselijkheid: het zijn allemaal symptomen die erbij horen.

Je kunt je kindje helpen door de luchtvochtigheid in huis te verhogen. Zet het raam op de slaapkamer op een kiertje en zet het hoofdeind van het bedje wat hoger. Laat je kindje veel drinken (liefst verse fruit- en groentesapen) en gezond eten.

Zodra je de eerste signalen van een griepje of een verkoudheid opmerkt, kun je meteen in actie komen met Nisykind tabletjes. Deze bestrijden het virus in het lichaam van je kindje vanaf de eerste symptomen.



## Tips:

- Houd de weerstand van je kindje op peil door gezonde voeding en voldoende nachtrust
- Als je kindje vaak verkouden is, geef dan Caltrivat\* om de weerstand te verhogen

## Nisykind tabletten\*

- Bij griep en verkoudheid
- Geschikt voor kinderen vanaf 0 jaar
- Kan direct bij de eerste verschijnselen van griep of verkoudheid worden gegeven

\* Homeopathisch geneesmiddel. Lees voor gebruik de bijsluiter.

# Hoest

Hoesten is een natuurlijke reactie van de luchtpijp, die probeert alles wat irriteert te verwijderen. Dat kan stof zijn of bijv. een broodkruimeltje, maar ook slijm uit de neus of de longen. Hoest komt vaak voor als een van de symptomen van een griep of verkoudheid.

Als je kindje last heeft van hoest met benauwdheid of koorts, is het verstandig een arts te raadplegen. Als er geen sprake is van koorts of benauwdheid kun je Tussikind geven. Dit homeopathische geneesmiddel helpt bij vastzittende én kriebelhoest.

## Tips:

- Geef je kindje regelmatig kleine beetjes te drinken (liever geen zoete melkproducten)
- Zorg voor voldoende frisse lucht in de slaapkamer
- Zet het bedje aan het hoofdeind een paar centimeter omhoog



## Tussikind\*

- Stopt elke hoest
- Helpt bij slijmvorming
- Verkrijgbaar als suikervrije sirop en in tabletten
- Geschikt voor kinderen vanaf 0 jaar

\* Homeopathisch geneesmiddel. Lees voor gebruik de bijsluiter.

## Verstopte neus

Omdat kleine kinderen hun neus nog niet goed kunnen snuiten, is er een grotere kans dat hun neusslijmvlies geïrriteerd raakt en ze neusverkouden worden. Vooral bij baby's is een verstopt neusje erg lastig. Het kindje heeft dan moeite met drinken, omdat het niet door het neusje kan ademen.

Er zijn speciale buisjes verkrijgbaar om het neusje schoon te zuigen. Daarnaast kun je Rinikind neusspray geven. Dit is een homeopathische neusspray, zonder conserveringsmiddelen, speciaal voor kinderen vanaf 0 jaar. De neusspray helpt om de neusholte vrij te maken en kan daardoor ook een bijdrage leveren aan het verminderen van oorspijn. Met Rinikind neusspray kan je kindje weer rustig ademen.

*Tip:*

*Leg een doorgesneden ui op de slaapkamer. Je kindje kan dan 's nachts gemakkelijker ademen*



### **Rinikind neusspray\***

- Geschikt voor kinderen vanaf 0 jaar
- Mag langere tijd gebruikt worden
- Zonder conserveringsmiddelen



\* Homeopathisch geneesmiddel. Lees voor gebruik de bijsluiter.

# Keel, neus en luchtwegen

Voelt je kindje zich niet zo lekker? Soms kan de weerstand van keel, neus en luchtwegen een steuntje in de rug gebruiken. Dan kan een plantabioticum helpen.

Dit kuurtje van 7 dagen activeert het natuurlijke afweersysteem en brengt de keel tot rust. Het zorgt ervoor dat je kindje vrijer kan ademen. Je merkt het verschil.

Nisykind Forte is een plantabioticum dat speciaal is samengesteld voor kindjes vanaf 0 jaar. Het is een plantaardig middel op basis van pelargonium sidoides, een geraniumsoort die oorspronkelijk uit Zuid-Afrika komt.

## Nisykind Forte\*

- 7-daagse plantabioticumkuur
- Bevordert de weerstand
- In handige druppelflacon
- Geschikt voor kinderen vanaf 0 jaar

## Weetje:

Nisykind Forte bevat een extract met bestanddelen uit pelargonium sidoides. Deze plant komt alleen voor in Zuid-Afrika en wordt in dit land al honderden jaren gebruikt vanwege de positieve invloed op de keel, neus en luchtwegen



## Verlaagde weerstand

Sommige kinderen zijn vaker verkouden dan anderen. Ze lopen regelmatig te hoesten en te snotteren. Bij deze kinderen is de weerstand tegen bacteriën en virussen nog onvoldoende ontwikkeld. De ervaring leert dat de weerstand pas rond het zesde of zevende jaar goed functioneert. Kleine kinderen zijn

dus vatbaarder dan volwassenen. Kinderen komen vaak ook meer in aanraking met virussen en bacteriën dan volwassenen, bijvoorbeeld op het kinderdagverblijf of in de peuterspeelzaal.

Bij de zogenaamde 'kwakkelkinderen' komen de luchtwegklachten regelmatig terug. Als je kindje zich in zo'n situatie bevindt, is het niet gewenst om alle bestaande ontstekingen apart te behandelen. Het is dan nuttiger om de totale weerstand van je kindje te verhogen.

*Tip:*

*Gebruik Caltrivat als een kuurtje van vier weken of zolang de 'r' in de maand is*

Voor de opbouw van een goede weerstand is het belangrijk dat je kindje veel buiten speelt en voldoende slaapt. Een goede voeding met veel verse groenten en fruit doet veel goed, omdat de vitamines A en C een grote rol spelen in de strijd tegen ziekteverwekkers. Daarbij kun je je kindje Caltrivat geven. Dit homeopathische geneesmiddel kan gedurende langere tijd gebruikt worden, bijvoorbeeld zolang de 'r' in de maand is of als een kuurtje van vier weken.



### **Caltrivat tabletten\***

- Verhoogt de weerstand
- Bij steeds terugkerende verkoudheid
- Geschikt voor kinderen vanaf 0 jaar

\* Homeopathisch geneesmiddel. Lees voor gebruik de bijsluiter.

# Herstel na vaccinatie

Die vaccinatieprikken bij een kindje... elke ouder ziet er tegenop. Een vaccinatie kan ook heel wat teveel brengen bij een baby: je kindje kan zich een paar dagen niet lekker voelen, weinig trek in eten hebben en onrustig slapen.

Als je baby bijna twee maanden is, komt de eerste oproep van het consultatiebureau om je kindje te laten inenten. Vaccinaties zijn bedoeld om te beschermen tegen besmettelijke ziektes die ernstige gevolgen kunnen hebben. Ze zijn gratis, maar niet verplicht.

Een goede weerstand op het moment van de vaccinatie is belangrijk. Zorg dus dat je kindje gezond eet, voldoende beweging krijgt in de buitenlucht en ook genoeg rust. Daarnaast kun je je kindje helpen met Tujababy druppels. Dit versnelt het herstel na vaccinatie.

## Tujababy druppels\*

- Helpt de weerstand te verhogen
- Versnelt het herstel na de vaccinatie
- Verzacht de gevolgen van de vaccinatie

## Tips:

- *Masseer de prikplek zachtjes direct na de vaccinatie*
- *Smeer de prikplek in met Arnikind Vallen en stoten gel*



# Koorts

Baby's, peuters en kleuters hebben snel verhoging of koorts. Bijvoorbeeld na een inenting of bij doorkomende tandjes. Koorts is een natuurlijke reactie van het lichaam. Het activeert het afweersysteem om tegen bacteriën en virussen te strijden, zodat deze sneller worden uitgeschakeld.

Als de koorts niet hoger wordt dan 40°C en niet langer dan een paar dagen duurt, hoeft je je geen zorgen te maken. Wanneer de koorts erg hoog wordt of meer dan drie dagen aanhoudt, is het verstandig een arts te raadplegen, zeker bij kleine kinderen.

Het is beter om de koorts niet te onderdrukken, maar hem gewoon zijn werk te laten doen. Je kunt je kindje wel helpen door het veel water, slappe thee of vruchtensap te laten drinken. Als de koorts gepaard gaat met overvloedig zweten, kan afsponzen met lauw water verlichting geven.

*Tip:*  
Een zetpil inbrengen gaat gemakkelijker als je hem even nat maakt

Je kunt je kindje ook Kinditherm geven. Dit is een homeopathisch geneesmiddel, dat de koorts niet onderdrukt, maar het afweersysteem stimuleert. Hierdoor verloopt het koortsstadium sneller en is het minder hevig.



## Kinditherm zetpillen\*

- Bij koorts
- Voor kindjes vanaf 0 jaar
- Stimuleert het afweersysteem

\* Homeopathisch geneesmiddel. Lees voor gebruik de bijsluiter.

# na Waterpokken

Waterpokken is een virusinfectie die het hele jaar kan voorkomen, meestal bij kinderen onder de tien jaar. De ziekte begint met rode vlekjes over het hele lichaam. Meestal verschijnen de rode vlekjes eerst op de romp en pas later op het gezicht, de

armen en de benen. De rode vlekjes veranderen in met vocht gevulde blaasjes, die hevig jeuken. De meeste kinderen hebben bij waterpokken lichte koorts.

Het vervelendste bijverschijnsel van waterpokken is de hevige jeuk. Probeer te voorkomen dat je kindje de blaasjes openkrabt. Ze kunnen dan gemakkelijk gaan ontsteken, waardoor er lelijke littekens kunnen ontstaan.

Ter verkoeling en verzorging van de huid van je kindje kun je de rode plekjes twee tot drie maal per dag insmeren met Calendulan kinderemulsie. Deze plant-aardige emulsie bevat onder andere goudsbloem (Calendula) en kamfer. Goudsbloem ondersteunt het herstellend vermogen van de huid, kamfer helpt om de huid te verkoelen en zuiveren.



## Calendulan kinderemulsie\*

- Verkoelt de huid
- Helpt de huid herstellen
- Verzorgt de huid
- Geschikt voor kinderen vanaf 0 jaar



\*Gezondheidsproduct.

# Schrale en rode billetjes

Door diverse invloeden van buitenaf kunnen babybilletjes schraal en rood worden. Om de billetjes gezond te houden, is het belangrijk de conditie van de huid te ondersteunen.

Maak de billetjes bij iedere luierwisseling goed schoon met water of een speciaal babydoekje, ook als je kindje alleen geplast heeft. Laat de billetjes daarna goed drogen en breng vervolgens Calendulan billenzalf aan. Dit zorgt voor een bedekkend, beschermend laagje, terwijl de huid toch kan ademen.

Calendulan billenzalf ondersteunt het herstellend vermogen van de huid, beschermt, verkoelt en verzacht. De zalf smeert gemakkelijk uit, is waterafstotend en bevat geen kleurstoffen en geen parfum.

16



*Tip:*

*Verschoon je baby minimaal zes keer per dag en breng bij iedere luierwisseling een nieuwe laag Calendulan billenzalf aan*

## **Calendulan billenzalf\***

- Calendula helpt de huid herstellen
- Bevat zinkoxide voor een beschermend laagje op de billetjes
- Is geschikt voor langdurig, dagelijks gebruik
- Ook geschikt bij andere schrale, rode plekjes op de huid
- Geschikt voor kinderen vanaf 0 jaar

# Vallen en stoten

Kinderen zijn vaak brokkenpi-  
lootjes. Met vallen en opstaan  
leren ze kruipen, lopen, klim-  
men, fietsen en spelen met  
andere kinderen. Kinderen zijn  
de hele dag bezig om de wereld  
en hun eigen vaardigheden te  
ontdekken, terwijl hun motoriek  
nog in ontwikkeling is.



Hierdoor vallen ze en stoten ze  
zich vaak, met als gevolg tranen,  
bulten of blauwe plekken.

Natuurlijk moet je ervoor zorgen  
dat je huis zo kindvriendelijk mo-  
gelijk ingericht is en dat je kind  
veilig speelgoed heeft. Toch kun  
je niet voorkomen dat er af en  
toe een klein ongelukje gebeurt.  
Het is dan goed om Arnikind  
Vallen en stoten gel in huis te  
hebben. Deze verkoelende gel  
kan worden gebruikt als een  
natuurlijk EHBO-middel bij kneu-  
zingen, blauwe plekken, zwelling-  
en en lichte schaafwondjes.



17

## Arnikind Vallen en stoten gel\*

- Bevat Arnica montana en Calendula officinalis
- Verkoelt de huid
- Vermindert blauwe plekken en zwelling
- Voorkomt ontstekingsreacties en helpt de huid herstellen
- Geschikt voor kinderen vanaf 0 jaar

\*Lees voor gebruik de gebruiksaanwijzing.

# Meest gestelde vragen over homeopathie en gezondheidsproducten bij kinderen

## 1 Tot welke leeftijd geef ik een VSM kindermiddel?

De VSM kindermiddelen zijn in toedieningsvorm en samenstelling afgestemd op kinderen in de leeftijd van 0 tot 6 jaar.

## 2 Mag je homeopathische druppeltjes door de baby- of kindervoeding doen?

Nee, geef het middel bij voorkeur een half uur voor of na de maaltijd in een leeg mondje.

## 3 Mag ik mijn kind meerdere VSM kindermiddelen tegelijk geven?

We adviseren om maximaal drie middelen tegelijk te geven. Geef ze bij voorkeur niet op hetzelfde moment. Als de verschijnselen regelmatig terugkeren of wat langer duren, raadpleeg dan eens een (homeopathisch) arts.

## 4 Hoe geef ik de tabletjes aan mijn baby?

Voor een baby kun je de tabletjes fijn drukken tussen twee lepeltjes.

## 5 In een onbewaakt moment heeft mijn kindje van een VSM-product gesnoept. Wat nu?

Maak je geen zorgen. Er valt geen nadelig effect te verwachten. Homeopathie is namelijk een prikkeltherapie en veel tabletjes of druppels in één keer, gelden in dat geval als één dosering. Als je kind het hele flesje heeft leeg gesnoept, kan het hooguit licht misselijk worden.

## 6 Kun je een VSM-product voor volwassenen ook aan kinderen geven?

Ja, in de meeste gevallen wel, mits het middel past bij de klachten en de dosering wordt aangepast aan de leeftijd van

het kind. De kinderdosering vind je in de bijsluiter. Een beperkt aantal VSM-producten is voorzien van een leeftijdsindicatie 'vanaf' en vormt hierop dus een uitzondering. Je kunt dit altijd terugvinden op de verpakking.

## 7 Mijn kindje mag geen koemelk. Bevatten de VSM-kindermiddelen koemelkbestanddelen?

Wanneer een kindje geen koemelk mag, kan er sprake zijn van een reactie op koemelkeiwit of melksuiker (lactose). De VSM-kindermiddelen bevatten geen koemelk. De tabletjes bevatten wel lactose (0,1 gram per tablet). Een normale dosering van 3x daags 1 tabletje geeft meestal geen problemen. Je kunt dit nog met je arts overleggen. In een aantal gevallen biedt VSM een alternatief in de vorm van druppels.

# ABC van de kindermiddelen

## (Homeopathische) geneesmiddelen

Bij:	Adviseren wij:
Darmkrampjes	Cinababy druppels*
Griep en verkoudheid	Nisykind tabletjes*
Hoest	Tussikind siroop suikervrij of tabletjes*
Koorts	Kinditherm zepillen*
Misselijkheid, verstoorde spijsvertering	Kindigest tabletjes*
Neusverkoudheid	Rinikind neusspray*
Oorpijn	Chamodent druppels of tabletjes*
Slecht slapen, onrust	Kindival tabletjes*
Tanden en kiezen (doorkomende)	Chamodent druppels of tabletjes*
Verlaagde weerstand	Caltrivat tabletjes*

## Medisch hulpmiddel:

Vallen en stoten/EHBO

Arnikind Vallen en stoten gel\*\*

## Gezondheidsproducten:

Helpt de ontlasting zachter maken	Kindicol druppels
Keel-, neus- en luchtwegen	Nisykind Forte druppels (7-daagse kuur)
Rode en schrale billetjes	Calendulan billenzalf
Vaccinatie (herstel na)	Tujababy druppels
Waterpokken (na een ziekte als)	Calendulan kinderemulsie



# Wil je **meer weten** over **gezond** opgroeien en **natuurlijke wegen tot herstel** voor je kindje?

Kijk dan eens op onze website [www.vsmkind.nl](http://www.vsmkind.nl).

**Heb je nog vragen?** Bel dan tijdens kantooruren met de VSM-informatielijn **072-566 11 58**

