

# ANMELDELSER



## Jeg kan godt selv – en introduktion til baby-led weaning

Af Patricia DeCosta og Lærke Morell  
Forlaget DeCostaMorell  
171 sider. Pris 229 kr.

Baby-led weaning (BLW) betyder baby-initieret fravæning (fra mælk). Metoden bygger på en forståelse af, at børn skal tilbydes almindelig mad sammen med deres forældre fra de er 6 måneder og ikke (kun) grød. Til familiens måltider spiser baby selv, og maden får derfor lov at være genstand for undersøgelse frem for noget, der skal mætte. Langsomt trapper baby ned på mælk, som dog stadig er den primære ernæring i mange måneder. Metoden skulle ifølge bogen fremme børns motoriske udvikling og skabe et sundere og mere positivt forhold til mad. 'Jeg kan godt selv' er den første danske bog om BLW og synes at være et udtryk for en stigende interesse for metoden. Da jeg først fik bogen i hånden, var jeg faktisk lidt skeptisk i forhold til, hvor meget bogen egentlig kunne bidrage med. Jeg blev dog meget positivt overrasket, da jeg læste den og fandt, at den rent faktisk inddrager flere studier og refererer til både Sundhedsstyrelsens og WHO's anbefalinger. Det evidensbaserede fundament for bogen kan skyldes forfatterens baggrunde. Den ene har en bachelor i human ernæring, mens den anden er journalist. Bogen er dog stadig meget jordnær og skrevet til den almene

familie. Den er krydret med forfatterens og andre forældres personlige oplevelser med BLW samt med billeder af børn, der spiser. Desuden er der tilknyttet filmklip, som findes med en kode til nettet.

Bogen er simpel og meget hurtigt læst. Alligevel synes jeg, den kommer godt omkring, ikke bare principperne bag BLW, men også udfordringer og reaktioner, der kan være i forhold til ens omgangskreds, sundhedsplejersken mm.

Bogen henvender sig primært til forældre, der er nysgerrige på BLW. Jeg synes dog også, den er rigtig fin for sundhedspersonale, især sundhedsplejersker, da den giver et solidt indblik i metoden, og hvorfor forældre vælger det. Selvom vejledningen i ernæring af børn på 6 måneder er uden for de fleste jordemødres arbejdsområde, synes jeg, det har været meget interessant at få et indblik i en kultur, som synes at tiltage i popularitet hjemme. Ligeledes kan bogen give jordemødrene en mulighed for at videreformidle et mere nuanceret indblik i overgangskost, når de gravide og nybagte forældre vi møder, skulle forespørge det.

Anmelder Rikke Bodenhoff,  
jordemoder

## KONGRES I NORDISK JORDMORFORBUND, NJF

Den næste kongres i Nordisk Jordmorforbund, NJF, afholdes i Göteborg i Sverige.

**Hvornår:** 12.-14. maj 2016.

**Program:** Det foreløbige program bliver præsenteret i januar 2016, men allerede nu er hovedtalerne på plads. Det bliver Frances Day-Stirk, præsident for ICM, jordemødrenes verdensorganisation, og Cecily Begley, professor og formand for Nursing and Midwifery, Trinity College Dublin, Ireland.

**Call for abstracts:** Frist for indsendelse af abstracts er 31. oktober 2015.

**Pris:** Før 1. januar 2016 4.300 SEK. Herefter 4.900 SEK

**Yderligere oplysninger:** Læs mere om tilmelding, call for abstracts, program mv. på [www.njfcongress.se](http://www.njfcongress.se).

## Mindful birth

Undervis gravide i metoden Mindful birth - den glemte viden om den naturlige fødsel. Kursus for alle jordemødre og jordemoderstuderende.



Læs mere på  
[www.mindfulbirth.dk](http://www.mindfulbirth.dk)