

Smeer'm-memory 1 van 2

Knip de kaartjes uit langs de stippellijn.



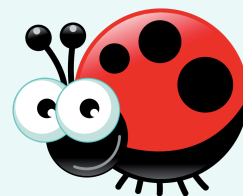
**Elke dag
vettende crème**



**Zachte kleren
van katoen**



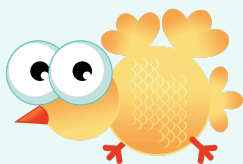
**Kort douchen,
niet te warm**



**Zalf alleen op de
plekjes**



**Jeuk? Koelen of
kloppen**



**Vertel de dokter
hoe het gaat**



**Smeer met de
haartjes mee**



**Vergeet je rug
niet**



**Houd je nagels
kort**



**'s Nachts een
koele kamer**



**Na het
zwemmen
smeren**



**In de zon een
shirt en hoedje**

Smeer'm-memory 2 van 2

Knip de kaartjes uit langs de stippellijn.



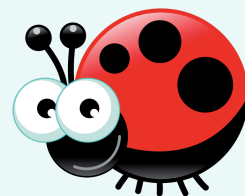
**Elke dag
vettende crème**



**Zachte kleren
van katoen**



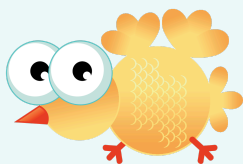
**Kort douchen,
niet te warm**



**Zalf alleen op de
plekjes**



**Jeuk? Koelen of
kloppen**



**Vertel de dokter
hoe het gaat**



**Smeer met de
haartjes mee**



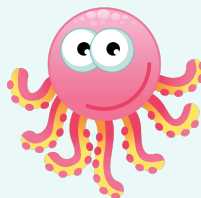
**Vergeet je rug
niet**



**Houd je nagels
kort**



**'s Nachts een
koele kamer**



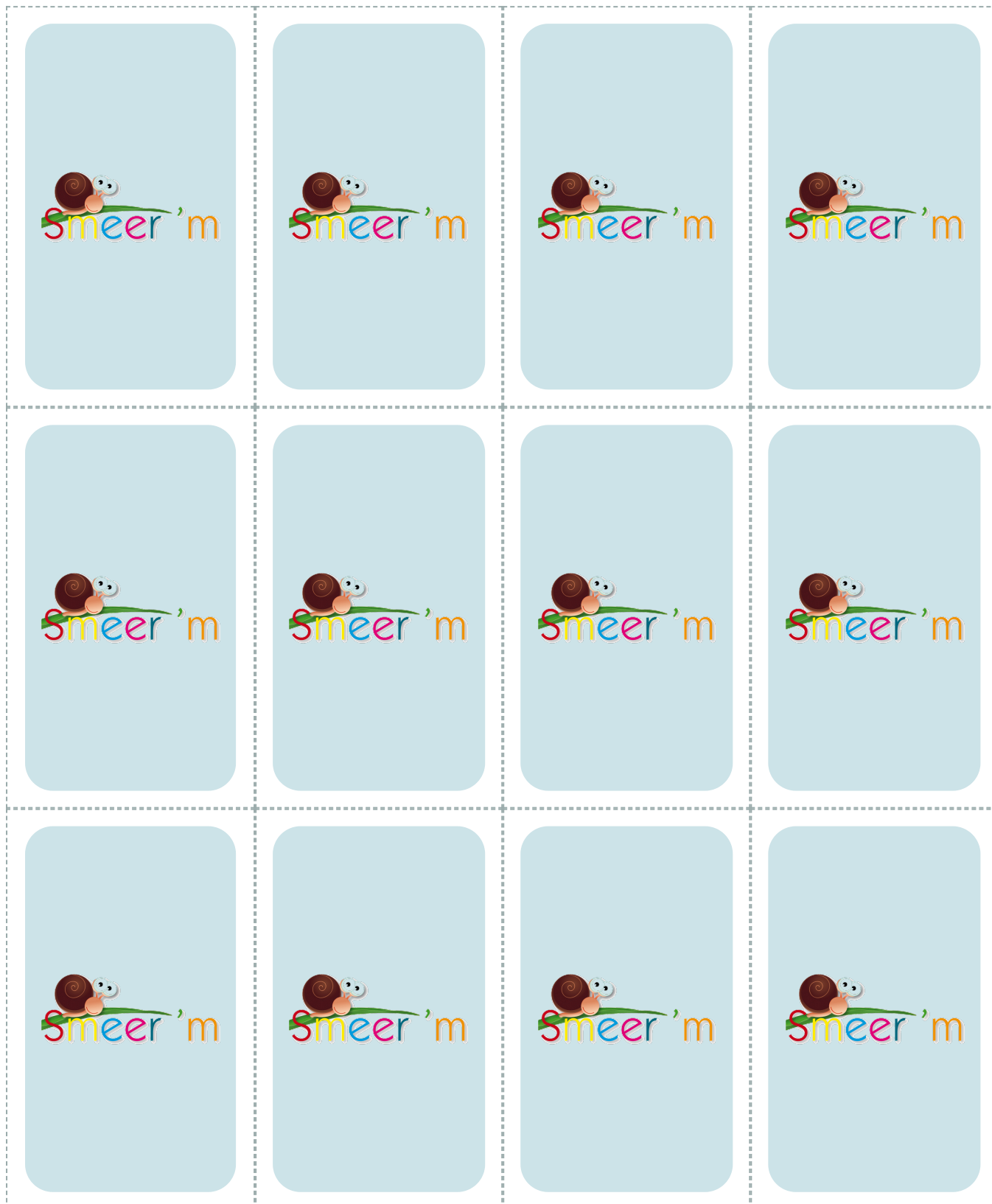
**Na het
zwemmen
smeren**



**In de zon een
shirt en hoedje**

Achterkant

Print deze bladzijde op de achterkant van bladzijde 1 en 2, of plak hem erachter.



Zo speel je Smeer'm-memory

- Leg alle kaartjes met de plaatjes naar beneden op tafel.
- Draai om de beurt twee kaartjes om. Lees de tip hardop voor.
- Zijn ze hetzelfde? Dan mag je ze houden en nog een keer.
- Zijn ze anders? Draai ze terug. Dan is de volgende aan de beurt.
- Wie de meeste paren heeft, wint.



Voor kleine kinderen

Speel met minder paren, bijvoorbeeld zes. Of leg de kaartjes open en zoek samen de paren.

VOOR OUDERS

Elke tip komt uit het Smeer'm-boekje. Vraag bij elk paar: doe jij dat ook? Zo praat je kind spelenderwijs over smeren, douchen, kleding en jeuk.

Samengesteld door dr. Annemie Galimont, dermatoloog. De tips volgen het Smeer'm-eczeemboekje en de NVDV-richtlijn Constitutioneel eczeem. Uitgave: onlinedermatologie.nl, oktober 2026.