



Tips voor acties per gezondheidsthema

Eet en drink gezond en gevarieerd



- Actualiseer jaarlijks de voedingsmiddelen aan de hand van richtlijnen van het Voedingscentrum.
- Maak afspraken met pedagogisch medewerkers over het gezonde voorbeeld geven.
- Ontwikkel richtlijnen voor gezonde traktaties, rekening houdend met verschillen in achtergrond, en bespreek ze periodiek met ouders.

Beweeg veel en ga elke dag naar buiten



- Geef bewegen (binnen en buiten) een vaste plek in dag- en weekprogramma's.
- Neem het onderwerp 'bewegen' op in de overdracht aan ouders.
- Zoek samenwerking met een organisatie in de buurt die bewegen stimuleert (sportvereniging, buurtsportcoach).
- Wees alert op de motorische ontwikkeling van kinderen en signaleer eventuele achterstand.

Schep ruimte voor groen en natuur



- Denk na over hoe groen en natuur onderdeel van uw dagverblijf(activiteiten) kan vormen en verwerk dit in uw beleid.
- Verken samenwerking met een lokale groene partner, bijvoorbeeld IVN, Staatsbosbeheer, het provinciaal landschap of een organisatie voor natuur- en milieueducatie.

Werk aan sociaal-emotionele ontwikkeling



- Bespreek (jullie) visie op sociaal-emotionele ontwikkeling regelmatig met elkaar aan de hand van concrete gebeurtenissen. Besteed extra aandacht aan nieuwe collega's en invalkrachten.
- Maak het periodiek evalueren van interactievaardigheden van pedagogisch medewerkers onderdeel van het kwaliteitssysteem.

Bied een vast dagritme



- Zorg voor een vast en overzichtelijk dagritme met ruimte voor voldoende slaap, buiten spelen, vrij spel en eetmomenten.

- Gebruik dagritme kaarten, zodat iedereen kan zien (kinderen, ouders, medewerkers) wat het dagritme is.

Ga bewust om met digitale media



- Ontwikkel regels voor mediagebruik en schrijf op met welk doel u digitale media eventueel inzet.
- Overweeg een digiwijs-programma.

Waarborg gezonde seksuele ontwikkeling



- Ontwikkel heldere richtlijnen over hoe pedagogisch medewerkers moeten reageren in lastige situaties.
- Check of beleid en richtlijnen over seksuele ontwikkeling de pedagogisch medewerkers houvast bieden.

Minimaliseer ziekteverspreiding



Naast wettelijke verplichtingen zoals een risico-inventarisatie en een hygiëncode:

- Licht medewerkers regelmatig voor over hygiënemaatregelen (handen wassen, niezen, dieren, etc.). Blijf scherp.

- Wees alert op ziekteverschijnselen en zorg voor een meldingsprocedure.

Voorkom ongevallen



Naast wettelijke verplichtingen zoals een risico-inventarisatie en ongevallen-registratie:

- Evalueer (bijna)ongevallen in het (locatie)team. Ga na of genomen maatregelen de veiligheid hebben verbeterd.
- Bied kinderen voldoende uitdaging binnen veilige randvoorwaarden.

Bescherm tegen zonnebrand



- Ontwikkel richtlijnen voor zonnebescherming (jonger dan 1 jaar niet in de zon, insmeren, petje, zorgen voor schaduwplekken, etc.) en controleer op zonnige dagen of iedereen ze opvolgt.
- Bespreek met ouders maatregelen tegen de zon en geef hen een actieve rol bij warme dagen (kind thuis al insmeren).

Deze acties zijn gebaseerd op de vier pijlers uit de aanpak van Gezonde Kinderopvang: beleid, ontwikkelen, omgeving en signaleren.

November 2016