



Gezonde
Kinderopvang

Waarom werken aan Gezonde Kinderopvang?



Elk kind verdient een gezonde start! Met Gezonde Kinderopvang werkt u met resultaat aan gezond opgroeien. Lees wat dat betekent voor kinderen, hun ouders en de medewerkers in de dagopvang en/of buitenschoolse opvang. En wat de voordelen zijn voor de organisatie.

Meerwaarde Gezonde Kinderopvang

Hoe eerder kinderen gezond gedrag aanleren, hoe beter. Ze hebben daar de rest van hun leven profijt van. De kinderopvang is een kansrijke plek om jonge kinderen vertrouwd te maken met een gezonde leefstijl. Werken aan Gezonde Kinderopvang levert belangrijke voordelen op. Hierna leest u wat de meerwaarde is voor de kinderen, de kinderopvangorganisatie, maar ook voor medewerkers en ouders.

Kinderen

- Met Gezonde Kinderopvang helpt u jonge kinderen een gezonde leefstijl te ontwikkelen.
- Het is makkelijker jong een gezonde leefstijl aan te leren, dan op latere leeftijd een ongezonde leefstijl af te leren.
- Gezonde kinderen presteren ook op latere leeftijd beter.

Kinderopvangorganisatie

- Uw organisatie ontwikkelt een duidelijke visie op gezondheid en gezonde leefstijl en u werkt die visie concreet uit in uw beleid en activiteiten. Zo creëert u structureel samenhang in de activiteiten.
- Als u werkt aan Gezonde Kinderopvang kunt u zich als organisatie naar ouders en samenwerkingspartners profileren rond gezondheid en gezonde leefstijl.
- Ouders en de kinderopvangorganisatie versterken elkaar als u op ouderavonden, bij activiteiten en in nieuwsbrieven in gaat op herkenbare gewoontes en afspraken in de opvang en thuis.
- De aanpak Gezonde Kinderopvang sluit aan op de Gezonde School-aanpak in het primair onderwijs. Voor kinderen is er zo een doorgaande leerlijn rondom gezond opgroeien.

Medewerkers

- Met Gezonde Kinderopvang draagt u bij aan de actuele kennis en vaardigheden van medewerkers. Zo kunnen zij kinderen beter helpen een gezonde leefstijl aan te leren.
- Medewerkers kunnen (verdere) invulling geven aan hun pedagogische bekwaamheden zoals interactievaardigheden.
- Medewerkers hebben praktische handvatten om gezondheidsactiviteiten in te passen in bestaande programma's.

Ouders

- Met Gezonde Kinderopvang maakt u het voor ouders gemakkelijker hun kinderen een gezonde leefstijl aan te leren.
- De kinderopvangorganisatie betreft ouders bij de gezondheidsthema's waaraan zij werken.
- Ouders kunnen de expertise van de kinderopvangorganisatie benutten. Medewerkers zijn een laagdrempelige vraagbaak om gezondheidsonderwerpen rond kinderen te bespreken.

‘Iedereen die betrokken is bij de opvoeding van kinderen, is mede verantwoordelijk voor een gezonde start’,

vindt directeur Stefanie Verrijp. Daarom werkt haar bedrijf Kivido aan Gezonde Kinderopvang.



Feiten & cijfers



Meer feiten en cijfers (incl. bronnen en literatuurverwijzingen) beschikbaar via gezondekinderopvang@rivm.nl.

Een goed beweegprogramma vereist een integrale aanpak, volgens Kitty Düking, coach Gezonde Kinderopvang bij KIK Kinderopvang:

‘Want je kunt nog zo’n goed beleid hebben, als je medewerkers en ouders niet betreft of niet goed signaleert per kind en situatie, gaat het niet werken. En juist dat wij al deze facetten betrekken, maakt onze aanpak tot een succes.’

Met Gezonde Kinderopvang:

- Heeft uw organisatie een opgeleide coach Gezonde Kinderopvang die het aanspreekpunt is voor gezonde leefstijl.
- Werkt u op een praktische manier structureel aan gezonde leefstijl binnen uw organisatie.
- Zijn medewerkers geschoold en deskundig om een gezonde leefstijl te stimuleren bij kinderen en het gesprek aan te gaan met ouders.
- Kiest u één of meer thema’s (zoals voeding, bewegen, groen, seksuele ontwikkeling, mediaopvoeding) die u met concrete activiteiten verankert in het dagelijks werk en beleid.



Wat is Gezonde Kinderopvang

Gezonde Kinderopvang is met resultaat samen werken aan gezond opgroeien. Want elk kind verdient een gezonde start. De partners van Gezonde Kinderopvang ondersteunen kinderopvangorganisaties met een scholing en een praktische aanpak. Daarmee werken organisaties structureel aan een gezonde leefstijl van kinderen en deskundigheid van medewerkers.

Elke kinderopvangorganisatie werkt al aan de gezondheid van de kinderen. Denk aan het fruitmoment, maar ook aan motorische vaardigheden ontwikkelen via (buiten)spelen en het bewust wel of niet inzetten van media (apps, filmpjes etc). Gezonde Kinderopvang helpt organisaties nog betere keuzes te maken om zo bij te dragen aan de gezondheid van de kinderen. Met Gezonde Kinderopvang werkt u aan één of meer leefstijlthema's zoals voeding, bewegen, mediaopvoeding of groen. U voert activiteiten uit op vier pijlers:

Beleid maken en actualiseren

Door in het beleid te beschrijven wat u onder gezonde voeding verstaat, of hoe de organisatie omgaat met online media, zorgt u ervoor dat de aandacht voor gezondheid en gezonde leefstijl structureel is geborgd. Hoe concreter het beleid hoe meer houvast het geeft. Denk hierbij aan concrete doelen, thema's en activiteiten.

Ontwikkelen van kennis en vaardigheden bij medewerkers en kinderen

Wanneer medewerkers weten waarom het belangrijk is kinderen een half uur voordat ze naar buiten gaan in te smeren met zonnebrandcrème, vergroot u de kans dat het ook gebeurt. En een medewerker die over de juiste vaardigheden beschikt zal het gesprek met een ouder, over een lastig onderwerp zoals gezonde voeding, niet uit de weg gaan.

Fysieke en sociale omgeving inrichten

Door de omgeving anders in te richten en ouders te betrekken kunt u de gezondheid en gezond gedrag van kinderen en medewerkers bevorderen. Als er regenlaarsjes en parapluutjes zijn, verlaagt u de drempel om naar buiten te gaan als het regent. Leg ouders uit waarom u bepaalde veranderingen doorvoert, nog beter: laat hen meedenken!

Vroegtijdig signaleren van risico's

Door te signaleren kunt u kinderen tijdig doorverwijzen naar bijvoorbeeld de jeugdgezondheidszorg of de huisarts. Signaleren geeft ook zicht op wat goed gaat op de werkvloer, wat minder goed gaat en waar uw actie nodig is.

Doe de test 'Hoe gezond is jouw kinderopvang'

Op Gezondekinderopvang.nl vindt u twee handige tests. Daarmee krijgt u snel een indicatie wat binnen uw dagopvang of bso rond gezondheid al goed gaat en waar u nog aandacht aan kunt besteden.

Zie www.gezondekinderopvang.nl/aanpak/test-kinderopvang



Meer weten?

- Kijk op www.gezondekinderopvang.nl of mail naar gezondekinderopvang@rivm.nl.
- Zie voor de partners van Gezonde Kinderopvang www.gezondekinderopvang.nl/over-ons.
- De aanpak Gezonde Kinderopvang is in lijn met de Gezonde School-aanpak. Zie ook www.gezondeschool.nl/primair-onderwijs.



Het programma Gezonde Kinderopvang is een initiatief van de ministeries van VWS en SZW. Landelijke kennis- en onderzoeksinstituten voeren dit samen uit, met ondersteuning van branche- en koepelorganisaties. De coördinatie ligt bij het Voedingscentrum en RIVM.

oktober 2019