

Zuid-Limburg op weg naar een Gezonde Kinderopvang

22 juni, Inspiratiesessie

Elkaar inspireren en met elkaar in gesprek gaan over thema's zoals voeding, bewegen en een groene omgeving. Dat is het doel van deze inspiratiemiddag gericht op iedereen die werkzaam is in de kinderopvang. In het kader van de 'Gezonde Maand' en het project 'Zuid-Limburg aan de slag met Gezonde Kinderopvang' is deze middag georganiseerd voor medewerkers in de kinderopvang. De middag begint met een korte introductie door Marjon Hulst (strategisch beleidsmedewerker Trendbreuk). Zij legt uit dat een gezonde leefstijl al op jonge leeftijd van enorm belang is voor de verdere ontwikkeling van kinderen. Daarnaast vertelt Marjon wat meer over het ontstaan van Trendbreuk,



en hoe het project 'Zuid-Limburg aan de slag met Gezonde Kinderopvang', gericht op de peuterleeftijd, past binnen de Trendbreuk-aanpak.

Verbinding van praktijk en onderzoek

Na de introductie, vertellen Claudia Brauers (regio coördinator, GGD Zuid Limburg) en Sid Penders (promovendus, Maastricht University) wat meer over het project, dat eind 2021 is gestart. Zo vertellen ze hoe het project 'Zuid Limburg aan de slag met een Gezonde Kinderopvang', mede gefinancierd door ZonMw, een voorbeeld is van een project waarin praktijk en onderzoek hand in hand gaan en elkaar versterken. Dit komt onder meer tot uiting in de vorm van een Lerend Netwerk, waarin Claudia en Sid samen met zes pedagogisch coaches van zes verschillende kinderopvangorganisaties in Zuid-Limburg samenkomen. Met als doel: 'best practices voortkomend uit de kinderopvang met elkaar delen, en deze implementeren op de locaties'.

SuperFIT

Dan is het nu tijd voor Daan Pluim, werkzaam als projectleider SuperFIT binnen Stichting Ecsplare. Hij vertelt dat SuperFIT een bewezen effectieve interventie is, gericht op gezonde voeding en meer beweging op de kinderopvang met daarin ook aandacht voor het betrekken van ouders. Door het gebruik van een actieve werkvorm, waarbij de deelnemers moeten opstaan om aan te geven hoe belangrijk zij voeding en beweging vinden, krijgt Daan iedereen in de zaal in beweging.



Vervolgens gaat Daan dieper in op de onderdelen van SuperFIT, en hoe ze met Ecsplare samen met de kinderopvangorganisaties tot een aanpak op maat komen. Daan's enthousiasme werkt aanstekelijk en leidt tot een goede discussie onder de deelnemers over wat nou daadwerkelijk goede voeding is.



Jong Leren Eten

Na een korte pauze is het de beurt aan de laatste spreker van de middag. Truusje Diepenmaat, werkzaam bij de GGD Zuid Limburg en Jong Leren Eten-makelaar, neemt de aanwezigen mee in duurzame en goede voeding. "Niet alleen ons eten is veranderd, maar ook ons hele voedselsysteem is de afgelopen jaren veranderd, hetgeen betekent dat wij anders tegen ons voedsel en de manier waarop het geproduceerd wordt moeten gaan

aankijken". Truusje vertelt de deelnemers meer over wat Jong Leren Eten inhoud en



hoe de kinderopvang gebruik kan maken van hun aanbod. Zo organiseren ze

kookworkshops ('Zin in Koken') waarbij kinderen samen met hun ouders onder begeleiding van een kok, een gezonde maaltijd bereiden en deze daarna samen opeten, "Dat is een leuk idee, daar moeten we iets mee doen", klinkt het vanuit de zaal. Na een korte evaluatie van de bijeenkomst, wordt er gezamenlijk door de deelnemers de conclusie getrokken dat het een geslaagde middag was en dat ze uitkijken naar de volgende inspiratiesessie.

Tekst en foto's: Claudia Brauers en Sid Penders

De organisatie is in handen van de GGD Zuid Limburg en Maastricht University. Het project 'Zuid-Limburg aan de slag met Gezonde Kinderopvang' wordt mede mogelijk gemaakt door ZonMw en maakt onderdeel uit van de aanpak Trendbreuk Zuid-Limburg.

www.trendbreukzuidlimburg.nl

www.gezondekinderopvang.nl/