GEZONDE KINDEROPVANG VOOR BABY'S EN PEUTERS IN ZUID-LIMBURG

Oktober 2020

INHOUD

- **Voorwoord** 3
- **Samenvatting** 5
- **Aanleiding** 6
- **Onderzoeksopzet** 8
- **Resultaten** 10
  - Planmatige aanpak 11
  - Samenwerking 13
  - Ouderpartnership 14
  - Ondersteuning 15
  - Beleid, activiteiten en interventies 16
  - Thema Voeding 17
  - Thema Beweging 20
  - Thema Mediaopvoeding 23
  - Thema Groen 25
  - Thema Seksuele Ontwikkeling 27
- **Conclusie** 29
- **Aanbevelingen** 30
  - Ondersteuning 31
  - Overzicht van activiteiten, interventies en inspirerende voorbeelden 32
  - Meer samenwerking tussen kinderopvang en basisschool 33
  - Ontwikkelen van beleid 34
  - Scholing en ondersteuning PM'ers 35
  - Blijf voldoende aandacht houden voor voeding 37
  - Focus op groen en beweging 38
  - Aandacht voor mediaopvoeding 40
  - Aandacht voor sociale en seksuele ontwikkeling 42
- **Samengevat: top 6 aanbevelingen voor de kinderopvang** 43
- **Samengevat: advies voor de regionale aanpak in Zuid-Limburg** 44
- **Het vervolg** 46
- **Referenties** 47

GGD ZUID LIMBURG

VOORWOORD

GGD Zuid Limburg wilde graag weten waar we op dit moment staan: Wat loopt goed en welke mooie voorbeelden kunnen we regionaal verspreiden? En waar liggen nog knelpunten, wensen en behoeften?

Jong geleerd is oud gedaan!

Hoe jonger kinderen een voorkeur voor gezond eten, plezier in bewegen, aandacht voor milieu en duurzaamheid, en psychosociaal welbevinden ontwikkelen, hoe beter. De leeftijd 0-4 jaar is een cruciale leeftijd voor de vorming van gewoonten en gedrag voor de rest van het leven. Dagelijks bezoeken veel Zuid-Limburgse kinderen de kinderopvang (kinderdagverblijven, peuteropvang en gastouders). De kinderopvang speelt hiermee een grote rol in het aanleren van gezonde gewoonten op jonge leeftijd, zij kunnen het kinderen 'al met de paplepel ingeven'.

De kinderopvang in Zuid-Limburg is al jaren bezig met het creëren van een gezonde omgeving. GGD Zuid Limburg wilde graag weten waar we op dit moment staan: wat loopt goed en welke mooie voorbeelden kunnen we regionaal verspreiden? En waar liggen nog knelpunten, wensen en behoeften? Dit rapport toont u de resultaten van deze inventarisatie die wij in oktober 2020 hebben uitgevoerd.

Het rapport is met name geschreven voor beleidsmakers/pedagogen/locatiemanagers van kinder-opvangorganisaties als terugkoppeling van de resultaten van het onderzoek, en we hopen hen hiermee te inspireren om te reflecteren op het beleid en de activiteiten rondom gezondheid van hun organisatie. Via dit rapport en de infographic op pagina 5 kunnen zij ook de pedagogisch medewerkers binnen hun organisaties meenemen in de huidige situatie en de daaruit volgende acties.

trendbreuk zuid-limburg

VOLOP IN ACTIE!

GGD ZUID LIMBURG

Fleur Verkade
Unit Gezondheidsbevordering
GGD Zuid Limburg

Mandy Braun
Unit Gezondheidsbevordering
GGD Zuid Limburg

Jessie Meis
Afdeling Kennis & Innovatie
GGD Zuid Limburg

Ons rapport sluit af met concrete aanbevelingen waar kinderopvangorganisaties sámen met ondersteunende partijen mee aan de slag kunnen. Ook sluiten we af met aanbevelingen voor de regionale aanpak in Zuid-Limburg, waarin actiepunten staan beschreven die niet elke organisatie zelfstandig hoeft en kan aanpakken, maar waarin regionale samenwerking vereist is. Hierin ligt een gedeelde verantwoordelijkheid voor kinderopvangorganisaties, opleiding- en kennisinstituten, gemeenten en maatschappelijke partners, GGD Zuid Limburg en ondersteunende programma's vanuit Trendbreuk zoals JOGG, Gezonde Basisschool van de Toekomst en Gezonde School. Ons rapport is daarmee ook voor deze partners relevant.

Graag bedanken wij alle samenwerkingspartners die de afgelopen maanden betrokken waren bij ons onderzoek. Hopelijk inspireert ons rapport om samen in Zuid-Limburg verder te werken aan een Gezonde Kinderopvang. Veel leesplezier!

Gezonde Kinderopvang

JOGG Zuid-Limburg gezonde jeugd gezonde toekomst

de gezonde basisschool van de toekomst

GEZONDE SCHOOL

SAMENVATTING

ONDERZOEK 'GEZONDE KINDEROPVANG VOOR BABY'S EN PEUTERS IN ZUID-LIMBURG' DOOR GGD ZUID LIMBURG, OKTOBER 2020

PLANMATIGE AANPAK

36% van de kinderopvanglocaties heeft op het moment een coach Gezonde Kinderopvang.

SAMENWERKING

38% van de kinderopvanglocaties die bij een school liggen, werkt niet samen op het gebied van gezondheid met die nabij gelegen school.

OUDERPARTNERSHIP

39% van de kinderopvanglocaties betrekt ouders actief bij het maken van beleid/ afspraken op het gebied van gezondheid.

ONDERSTEUNING

Wil graag ondersteuning op het gebied van gezondheid:

63% van de kinderopvanglocaties

30% van de gastouders

78% van de overkoepelende kinderopvangorganisaties

83% van de gastouderbureaus

BELEID, ACTIVITEITEN EN INTERVENTIES

THEMA VOEDING

16% van de kinderen in de kinderopvang krijgt naast water ook nog wel eens ranja.

89% van de kinderen in de opvang door gastouders krijgt naast water ook nog wel eens ranja.

27% van de kinderopvang-locaties maakt zich zorgen over ontbijtgedrag.

30% van de kinderopvang-locaties geeft aan dat PM'ers zelf niet altijd het gezonde voorbeeld geven.

THEMA BEWEGING*

38% van de kinderopvang-locaties maakt geen gebruik van een methodiek voor bewegingsvaardigheden.

13% van de kinderopvang-locaties doet geen beweegtussendoortjes.

26% van de gastouders doet geen beweegtussendoortjes.

32% van de locaties geeft aan dat PM'ers nog onvoldoende kennis hebben over het aanbieden van uitdagende beweeglessen.

THEMA MEDIAOPVOEDING

42% van de kinderopvang-locaties die beeldschermen gebruiken bij 0-4 jarigen (45%), zetten deze in voor ontspanning.

82% van de gastouders die beeldschermen gebruiken bij 0-4 jarigen (75%), zetten deze in voor ontspanning.

THEMA GROEN*

33% van de kinderopvang-locaties heeft een groene speelplaats.

18% van de kinderopvang-locaties heeft een moestuin.

23% van de gastouders heeft een moestuin.

THEMA SEKSUELE ONTWIKKELING

Zowel kinderopvanglocaties als JOGG-regisseurs bespreken en behandelen dit thema bijna niet, omdat er onbekendheid is over de uitwerking van dit thema bij deze doelgroep.

* Meest genoemde thema's om meer mee te gaan doen.

AANBEVELINGEN

VOOR DE KINDEROPVANG:

1. Neem contact op met de adviseur Gezonde Kinderopvang van GGD Zuid Limburg via www.ggdzl.nl om samen aan de slag te gaan via een planmatige aanpak.
2. Zorg voor minimaal één coach Gezonde Kinderopvang voor je eigen organisatie.
3. Werk samen met scholen op het gebied van gezondheidsbeleid en -activiteiten.
4. Doe inspiratie op uit de 'menukaart' (nog in ontwikkeling) met daarop goede voorbeelden van in te zetten activiteiten.
5. Zet beweegtools/beweegprogramma's in om het bewegen gedurende de dag verder te stimuleren en de kwaliteit ervan te verbeteren.
6. Zorg voor voldoende opleiding, scholing en intervisie (daar waar mogelijk 'on the job') voor PM'ers in het kader van gezondheid.

VOOR DE REGIO ZUID-LIMBURG:

Richt een regionaal samenwerkingsverband (lerend netwerk) op met als doel: 'Werk meer met elkaar samen in de regio, deel kennis en maak slimme verbindingen.'

trendbreuk zuid-limburg

VOLOP IN ACTIE!

Gezonde Kinderopvang

GGD ZUID LIMBURG

AANLEIDING

Focus op de jeugd

De regio Zuid-Limburg kampt al jaren met een hardnekkige gezondheidsachterstand, die al in het prille begin van het leven ontstaat en van generatie op generatie wordt doorgegeven. Om deze trend te doorbreken, hebben de 16 Zuid-Limburgse gemeenten afgesproken om met hun beleid stevig in te zetten op de jeugd. Jong geleerd is immers oud gedaan! Een doorgaande lijn van gezondheids-bevordering voor alle levensfasen van het kind, van -9 maanden tot 23 jaar, is van groot belang om te komen tot een trendbreuk.

Het programmabureau Trendbreuk vanuit de GGD Zuid Limburg is volop aan de slag om de regio gezonder te maken. Zij willen interventies die bewezen hebben goed te werken beschikbaar maken voor iedereen. Inmiddels zijn al meerdere programma's regionaal uitgerold. In samenwerken ligt de kracht, we kunnen elkaar versterken in de regio.

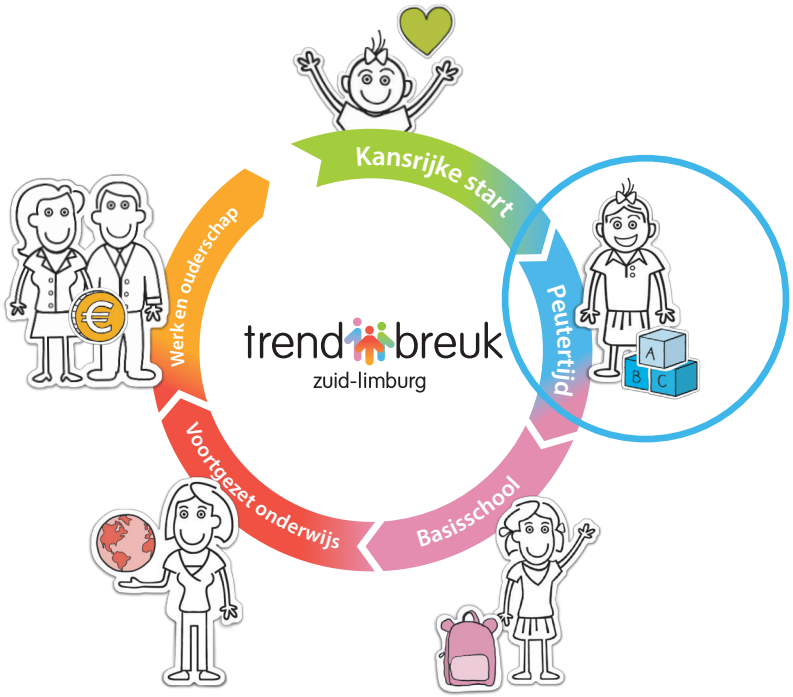
Verkennend onderzoek

0-4 jaar is een cruciale leeftijd voor de vorming van gewoonten en gedrag voor de rest van het leven. Veel van de kinderen in deze leeftijdsgroep (en hun ouders) zijn te bereiken in de kinderopvang. De kinderopvang in Zuid-Limburg is al jaren bezig met het creëren van een gezonde omgeving.

Er zijn mooie initiatieven vanuit de kinderopvang zelf, middels de aanpak Gezonde Kinderopvang of vanuit programma's waar de kinderopvang bij aan kan sluiten (zoals JOGG, SuperFIT, Gezonde School en Gezonde Basisschool van de Toekomst). Ook zijn er mooie lokale initiatieven te zien.

Vanuit het programmabureau Trendbreuk was er nog geen regionale aanpak voor de peuterleeftijd, en daarom wilde zij graag weten waar we op dit moment staan in de kinderopvang in Zuid-Limburg: wat loopt goed en welke mooie voorbeelden kunnen we regionaal verspreiden? En waar liggen nog knelpunten, wensen en behoeften die we regionaal kunnen oppakken?

Om inzicht te krijgen wat de kinderopvang in Zuid-Limburg doet ten behoeve van gezondheid van peuters, en of regionale ondersteuning hierbij wenselijk is, heeft een interne werkgroep van GGD Zuid Limburg in opdracht van het programmabureau Trendbreuk in oktober 2020 een inventarisatie gedaan bij de kinderopvangorganisaties en de JOGG-regisseurs. Dit rapport beschrijft de resultaten van deze inventarisatie en op basis daarvan brengen we een advies uit voor de regio Zuid-Limburg.



ONDERZOEKSOPZET

Alle kinderopvangorganisaties (kinderdagverblijven (KDV), peuteropvang (PSZ) en gastouders) in Zuid-Limburg zijn in oktober 2020 door de JOGG-regisseurs uitgenodigd om een vragenlijst in te vullen.

Inhoud vragenlijst

De vragenlijst bevatte vragen over beleid en activiteiten/interventies omtrent de Gezonde Kinderopvang thema's voeding, beweging, mediaopvoeding, groen, en seksuele ontwikkeling. Verder werd gevraagd naar de inzet van een coach Gezonde Kinderopvang. Daarnaast waren er open vragen over waar men trots op is als het gaat om het stimuleren van gezondheid binnen de eigen organisatie, en wat er nog niet zo goed loopt. Tenslotte gingen enkele vragen over ouderbetrokkenheid en samenwerking met basisscholen/kindcentra. De vragenlijst is ontwikkeld samen met enkele pedagogen/beleidsmedewerkers in de kinderopvang.

Werving

De vragenlijst is door de JOGG-regisseurs van Zuid-Limburg verstuurd naar alle koepelorganisaties/gastouderbureaus in de kinderopvang, met de vraag of zij de vragenlijst binnen hun eigen organisaties wilden verspreiden naar de locaties/gastouders. We wilden vanuit elke kinderopvanglocatie/gastouder een ingevulde vragenlijst ontvangen, én vanuit elke overkoepelende kinderopvangorganisatie/gastouderbureau ook één ingevulde vragenlijst. De locaties/gastouders kunnen namelijk het beste aangeven wat er in de praktijk gebeurt op de locaties en of het beleid wordt uitgevoerd, de koepels/gastouderbureaus kunnen het meest vertellen over het beleid.

Respons

Onderstaande tabel toont het aantal ingevulde vragenlijsten:

Kinderopvang (KDV/PSZ)		Gastouderomgeving	
Overkoepelende organisaties	Locaties	Gastouderbureaus	Gastouders
9 (50% van de overkoepelende kinderopvangorganisaties in Zuid-Limburg)	123 (49% van de locaties in Zuid-Limburg)	7 (44% van de gastouderbureaus in Zuid-Limburg)	94

Voor een digitale vragenlijst is de respons bovengemiddeld. Dit is te danken aan de warme contacten van de JOGG-regisseurs met de kinderopvangorganisaties. Desalniettemin zijn de resultaten waarschijnlijk niet volledig representatief voor de gehele regio Zuid-Limburg, aangezien vooral de (grotere) organisaties hebben gereageerd waar de JOGG-regisseurs goede contacten mee hebben en die vaak al aan de slag zijn met thema's van Gezonde Kinderopvang.

Korte inventarisatie bij de JOGG-regisseurs

Om een aanvulling en verificatie te verkrijgen op wat de kinderopvangorganisaties zelf aangaven in de vragenlijst, hebben we ook een korte vragenlijst per e-mail uitgezet bij de JOGG-regisseurs (+ provinciaal coördinator JOGG) zelf, om zo te achterhalen wat volgens hen belangrijk is om op in te zetten binnen de kinderopvang en in hoeverre dit al gebeurt. 6 van de 9 JOGG-regisseurs en de provinciaal coördinator JOGG hebben de korte vragenlijst ingevuld.

Op de volgende pagina's zijn de resultaten beschreven voor de verschillende onderdelen van de vragenlijst.

RESULTATEN

- **PLANMATIGE AANPAK**

  WORDT ER PLANMATIG GEWERKT AAN GEZONDHEID?

- **SAMENWERKING**

  IN HOEVERRE WERKT DE KINDEROPVANG AL SAMEN MET BASISSCHOLEN?

- **OUDERPARTNERSHIP**

  WAT WORDT ER AL GEDAAN RONDOM OUDERPARTNERSHIP?

- **ONDERSTEUNING**

  AAN WELKE ONDERSTEUNING HEEFT DE KINDEROPVANG BEHOEFTE?

- **BELEID, ACTIVITEITEN EN INTERVENTIES**

  WAT IS ER AL BINNEN DE VERSCHILLENDE GEZONDHEIDSTHEMA'S: VOEDING, BEWEGING, MEDIAOPVOEDING, GROEN, EN SEKSUELE ONTWIKKELING?

PLANMATIGE AANPAK

WORDT ER PLANMATIG GEWERKT AAN GEZONDHEID?

36%

van de kinderopvanglocaties heeft op het moment een coach Gezonde Kinderopvang.

Als kinderopvangorganisaties structureel volgens een planmatige aanpak aan gezondheid werken, vergroot dit de kans dat er zoveel mogelijk gezondheidswinst wordt behaald.

De aanpak Gezonde Kinderopvang

Het RIVM en het Voedingscentrum hebben het landelijke programma Gezonde Kinderopvang ontwikkeld. Hiermee worden kinderopvangorganisaties ondersteund en gestimuleerd om op een planmatige manier structureel en integraal aan gezondheid te werken, en een coach op te leiden die het aanspreekpunt wordt binnen de organisatie voor gezonde leefstijl en de eigen collega's schoolt en coacht in de scholing Een Gezonde Start.

In de training tot coach Gezonde Kinderopvang wordt de coach geleerd om planmatig te werken (voorbereiden, uitvoeren en evalueren) volgens het 'Stappenplan werken aan Gezonde Kinderopvang' (RIVM, september 2020). Zuid-Limburg telde op het moment van het inventarisatie onderzoek in totaal 29 coaches Gezonde Kinderopvang (RIVM, oktober 2020). Coaches kunnen actief zijn op meerdere locaties. In de vragenlijst gaf 36% van de locaties aan op dat moment een coach Gezonde Kinderopvang te hebben. Het zou zinvol zijn om aanvullend te evalueren hoe de coaches op dit moment worden ingezet en wat de ervaringen hiermee zijn. Er is ook veel belangstelling om nog meer coaches in de regio aan te stellen: 78% van de koepelorganisaties gaf in de vragenlijst aan dat zij de wens hebben om (nog) een coach op te leiden binnen hun organisatie.

Enkele gastouderbureaus zijn ook bekend met de aanpak Gezonde Kinderopvang. 10% van de gastouders gaf aan dat er vanuit het gastouderbureau een coach Gezonde Kinderopvang is.
De manier waarop gastouderbureaus de gastouders ondersteunen, verschilt van de kinderopvang (KDV/PSZ): gastouders krijgen protocollen met adviezen en kinderopvanglocaties werken volgens beleid, waardoor er meer formele afspraken zijn.

De aanpak SuperFIT

In Zuid-Limburg wordt ook gewerkt met de aanpak SuperFIT (Van de Kolk et al., 2020). SuperFIT is ook een voorbeeld van een planmatige aanpak die begint met een behoeftepeiling, vervolgens interventies gaat implementeren en daarna evalueren/borgen. MIK&PIW Groep, de grootste kinderopvangkoepel in Zuid-Limburg, is van plan om SuperFIT op al haar locaties uit te rollen. Gezonde Kinderopvang en SuperFIT versterken elkaar in onze regio: Gezonde Kinderopvang wil SuperFIT opnemen als erkende interventie. Deze samenwerking wordt op dit moment verkend en SuperFIT doorloopt momenteel het erkenningstraject om opgenomen te worden in de database voor erkende interventies van het Loket Gezond Leven.

Uitvoering van een planmatige aanpak

In het inventarisatie onderzoek is ook kort uitgevraagd hoe de uitvoering van de planmatige aanpakken verloopt. Uit de vraag naar verbeterpunten kwam naar voren dat de vaardigheden om gezonder gedrag te stimuleren en de kennis die daarvoor nodig is, vaak nog ontbreken bij een deel van de pedagogisch medewerkers (PM'ers). Binnen de kinderopvangorganisaties leeft het thema gezondheid vaak nog slechts bij één of enkele PM'ers of leidinggevenden. De uitvoering van het beleid, en het structureel borgen van activiteiten, vraagt een inzet van álle PM'ers.

SAMENWERKING

IN HOEVERRE WERKT DE KINDEROPVANG AL SAMEN MET BASISSCHOLEN?

38%

van de kinderopvanglocaties die bij een school liggen, werkt niet samen op het gebied van gezondheid met die nabij gelegen school.

Steeds meer kinderopvangorganisaties werken samen met het basisonderwijs (om één doorgaande lijn voor 0-12 jarigen te bieden).

Samenwerking

Uit het inventarisatie onderzoek blijkt dat op dit moment slechts 2 op de 5 kinderopvanglocaties (41%) met een basisschool afstemt m.b.t. beleid en activiteiten op het gebied van gezondheid en welbevinden. Ondanks de ligging van de kinderopvanglocatie bij een school werkt 38% toch niet samen op het gebied van gezondheid met die nabij gelegen school.

Meerwaarde

Ook JOGG-regisseurs geven aan dat afstemming over drinkwaterbeleid, traktatiebeleid en bijvoorbeeld het gezamenlijk inzetten van een vakleerkracht bewegingsonderwijs van grote toegevoegde waarde is, maar dat dit nog niet altijd gebeurt.

OUDERPARTNERSHIP

WAT WORDT ER AL GEDAAN RONDOM OUDERPARTNERSHIP?

39%

van de kinderopvanglocaties betrekt ouders actief bij het maken van beleid/afspraken op het gebied van gezondheid.

Het samenwerken met ouders en er voor zorgen dat de gezonde leefstijl ook in de thuissituatie wordt doorgezet blijft een uitdaging, terwijl dit juist essentieel is voor het vergroten van de effectiviteit van interventies (Van de Kolk et al., 2019).

Samenwerken met ouders

In het inventarisatie onderzoek is het samenwerken met ouders verschillende keren genoemd als verbeterpunt. Zo zegt één van de gastouders:

‘Gezond eten en drinken begint thuis bij de ouders. Niet alle ouders geven hun kinderen gezond eten en drinken, waardoor het moeilijk is om de kinderen van deze ouders aan het door mij aangeboden gezond eten en drinken te laten wennen. Ik kan deze ouders niet overtuigen en stimuleren hun voedingsgewoonten te veranderen.’

39% van de kinderopvanglocaties betrekt ouders actief bij het maken van beleid/afspraken op het gebied van gezondheid. 72% van de kinderopvanglocaties geeft aan dat ouders er achter staan wat zij adviseren en doen op het gebied van gezondheid.

Uit de eerste landelijke pilots van Gezonde Kinderopvang kwam naar voren dat PM’ers behoefte hebben aan het leren en oefenen hoe ze ouders moeten benaderen, zeker wanneer het om kritische ouders gaat (Abrahamse & Balledux, 2017). Ook in ons inventarisatie onderzoek benoemt een PM’er dat het lastig is om ouders te benaderen over gezondheidsthema’s als voeding:

‘Ik vind het lastig om ouders advies te geven over wat ze wel en niet op de boterham moeten doen. Is dat aan ons?’

ONDERSTEUNING

AAN WELKE ONDERSTEUNING HEEFT DE KINDEROPVANG BEHOEFTE?

Wil graag ondersteuning op het gebied van gezondheid:

63%
van de kinderopvanglocaties

30%
van de gastouders

78%
van de overkoepelende kinderopvangorganisaties

83%
van de gastouderbureaus

Op veel plekken wordt ondersteuning geboden aan de kinderopvang, denk aan de adviseurs Gezonde Kinderopvang van GGD Zuid Limburg, JOGG-regisseurs in de regio, Kinderen Ons Vak, en de landelijke organisatie Gezonde Kinderopvang.

Ondersteuningsbehoefte

Uit het inventarisatie onderzoek blijkt dat 63% van de kinderopvanglocaties, 30% van de gastouders, 78% van de overkoepelende kinderopvangorganisaties, en 83% van de gastouderbureaus graag ondersteuning wil op het gebied van gezondheid. Ondersteuning is gewenst bij:

- Inhoudelijke vraagstukken (bijv. wat bied ik aan?)
- Beleidsmatige/implementatie vraagstukken (bijv. hoe creëer ik draagvlak, en zorg ik voor de communicatie met de ouders?)
- Pedagogische vraagstukken (bijv. wat doe je als een kind iets écht niet lust? Of als ouders niet willen dat de kleren vies worden?)

Ervaringen en inspirerende voorbeelden

Binnen de grootste kinderopvangorganisatie in Zuid-Limburg (MIK&PIW Groep) zijn alle locaties overgestapt op een gezond voedingsbeleid. PM'ers vinden het bij het implementeren nog wel eens lastig om er handen en voeten aan te geven: wat kan wel, wat kan niet, en hoe maak je gezonde tussendoortjes aantrekkelijk voor de kinderen? Ook ervaren PM'ers dat het beleid soms botst met hun eigen overtuigingen (bijv. een ongezonde traktatie hoort bij een feest). Met betrekking tot voedingsbeleid zijn er in de regio al ervaringen en inspirerende voorbeelden hoe het lukt om het beleid goed te implementeren. Het zou mooi zijn om deze ervaringen onderling uit te wisselen.

BELEID, ACTIVITEITEN EN INTERVENTIES

WAT IS ER AL BINNEN DE VERSCHILLENDE GEZONDHEIDSTHEMA'S?

32%

van de kinderopvanglocaties wil meer doen met het thema 'groen'.

44%

van de kinderopvanglocaties wil meer doen met het thema 'bewegen'.

De kinderopvang zet actief in op de thema's van Gezonde Kinderopvang. Er gebeurt al heel erg veel.

Inzet van erkende interventies

67% van de kinderopvanglocaties die hebben deelgenomen aan het onderzoek voert een erkende interventie uit op het gebied van gezondheid. De meest genoemde zijn Gezonde Start (de opleiding tot coach Gezonde Kinderopvang) en Nijntje Beweegdiploma.

Meer aandacht voor groen en bewegen

Bij het voorleggen van de thema's van Gezonde Kinderopvang geven kinderopvanglocaties aan dat zij vooral nog meer aan de slag willen met de thema's 'groen' (32%) en 'bewegen' (minder zitten & welke beweegactiviteiten kun je aanbieden?; 44%). Bij de gastouders noemt ook 22% het thema bewegen als thema waar ze meer mee willen doen. Over het algemeen is te zien dat op het thema 'voeding' al veel gebeurt. Daar liggen wel nog wat ondersteuningsvragen, met name in de voorbeeldfunctie van PM'ers en in praktische ondersteuning in de uitvoering, maar (zo geven ook de JOGG-regisseurs aan) heeft de focus tot nu toe al veel op dit thema gelegen.

Op de volgende pagina's wordt de inventarisatie van het beleid en de activiteiten/interventies per thema uitgewerkt. Het gaat om de volgende thema's:

- Voeding
- Beweging
- Mediaopvoeding
- Groen
- Seksuele ontwikkeling

VOEDING

Op het gebied van voeding zijn al veel mooie stappen gezet. Veel van de kinderopvang-organisaties heeft al een gezond voedings-beleid, maar nog niet overal is dat het geval. Daarnaast behoeft de implementatie van het voedingsbeleid nog aandacht (kinderen krijgen nog wel eens ranja, en PM'ers geven nog niet altijd zelf ook het gezonde voorbeeld). Voor de aanbevelingen voor het thema Voeding, klik hier.

BELEID, ACTIVITEITEN EN INTERVENTIES

16%

van de kinderen in de kinderopvang krijgt naast water ook nog wel eens ranja.

89%

van de kinderen in opvang door gastouders krijgt naast water ook nog wel eens ranja.

In het algemeen zien we positieve ontwikkelingen ten aanzien van het thema 'voeding' binnen de kinderopvang. Ook de JOGG-regisseurs geven aan dat er tot nu toe veel aandacht is geweest voor dit thema.

Beleid

Op het gebied van voeding hebben veel kinderopvangorganisaties een voedingsbeleid of adviezen over voeding:

	Kinderopvanglocaties	Gastouders
Drinken alleen water, thee zonder suiker, of melk	66%	40%
Eten alleen groente, fruit of kleine gezonde snack als tussendoortje	81%	37%
Trakteren niet of alleen gezond door locatie en/of ouders	79%	45%

Ten aanzien van trakteren merken JOGG-regisseurs op dat dit wellicht ook wordt beïnvloed door de corona-maatregelen. Niet-trakteren is door de maatregelen een logische optie geworden, terwijl dit voorheen vaak lastig werd gevonden om door te voeren.

Hoe verloopt de uitvoering van dit beleid in de praktijk? Zowel op de kinderopvanglocaties als bij de gastouders drinken kinderen vooral water en melk. Bij de kinderopvanglocaties krijgt 16% daarnaast ook wel eens ranja, bij de gastouders is dat 89%.

THEMA VOEDING

BELEID, ACTIVITEITEN EN INTERVENTIES

27%

van de kinderopvanglocaties maakt zich zorgen over ontbijtgedrag.

‘Het stimuleren van bewegen en gezonde voeding gaat goed, d.m.v. SuperFIT en door het feit dat we het predikaat Gezonde Kinderopvang hebben.’

30%

van de kinderopvanglocaties geeft aan dat PM’ers zelf niet altijd het gezonde voorbeeld geven.

‘Er zijn een aantal kindjes die slecht/niet ontbijten thuis of alleen een boterham met chocopasta.’

‘Ik twijfel of een kind soms wel gegeten heeft.’

Ontbijtgedrag

Ontbijten vindt meestal plaats in de thuissituatie. Toch krijgen JOGG-regisseurs te horen van kinderopvanglocaties dat er zorgen bestaan over het ontbijtgedrag van de kinderen. Uit het inventarisatie onderzoek blijkt dat 27% van de kinderopvanglocaties en 11% van de gastouders zich hier zorgen over maakt. Het Nationaal Schoolontbijt is één van de jaarlijks terugkerende evenementen die inzet op het ontbijtgedrag van kinderen. Daaraan deden het afgelopen jaar 47 Zuid-Limburgse kinderopvanglocaties mee en daarmee zijn 1100 peuters bereikt.

Activiteiten/interventies

Naast deelname aan het Nationaal Schoolontbijt zetten kinderopvanglocaties ook structureel in op het stimuleren van gezonde voeding. 96% doet dat door in de ochtendpauze groente en fruit aan te bieden, of te stimuleren dat dit wordt meegenomen. 41% van de locaties maakt gebruik van bidons om water te stimuleren. Bij 23% worden kinderen betrokken bij het bereiden van (onderdelen van) maaltijden. 21% voert de interventie SuperFIT uit.

Kennis en gedrag van PM’ers

In de vragenlijst werd gevraagd te reageren op de stelling ‘Op mijn locatie/binnen mijn organisatie hebben PM’ers up-to-date kennis over gezonde voeding’. Op 61% van de locaties is dit helemaal op orde, bij 30% is hier een begin mee gemaakt, bij 4% nog niet.
Ook werd gevraagd te reageren op de stelling “Op mijn locatie/binnen mijn organisatie geven PM’ers het gezonde voorbeeld (eten/drinken zelf ook gezond)”. Op 67% van de locaties is dit helemaal op orde, bij 24% is hier een begin mee gemaakt, bij 6% nog niet. Een PM’er geeft aan:

‘Collega’s hebben vaak nog even een extra zetje nodig om het positieve ervan in te zien.’

BEWEGING

PM’ers stimuleren het bewegen van de kinderen door middel van een beweeg-methodiek en/of beweegtussendoortjes. Er is echter een grote groep kinderop-vanglocaties die nog niet met een methodiek werken. Beweegtussendoortjes worden vaak ingezet, maar de invulling hiervan is divers. Het thema bewegen verdient meer aandacht. Voor de aanbevelingen voor het thema Beweging, klik hier.

BELEID, ACTIVITEITEN INTERVENTIES

38%
van de kinderopvanglocaties maakt geen gebruik van een methodiek voor bewegingsvaardigheden.

13%
van de kinderopvanglocaties doet geen beweegtussendoortjes.

26%
van de gastouders doet geen beweegtussendoortjes.

JOGG-regisseurs en kinderopvangorganisaties zelf geven aan dat er meer aandacht mag liggen op 'bewegen'.

Methodieken om de motoriek te stimuleren

38% van de kinderopvanglocaties maakt geen gebruik van een methodiek voor bewegingsvaardigheden. De erkende interventie die het vaakst gebruikt wordt, is Nijntje Beweegdiploma (27%).

Inzet van een beweegprofessional

29% van de kinderopvanglocaties zet een vakleerkracht (gymleraar), buurtsportcoach of andere beweegprofessional in.

Beweegtussendoortjes

13% van de kinderopvanglocaties en 26% van de gastouders doet geen beweegtussendoortjes. Op de locaties die wel beweegtussendoortjes doen, is de invulling hiervan heel divers. Sommige locaties maken gebruik van tools (SuperFIT kaarten, Peuter Beweegbox, Beweegkriebels, beweegvloer), terwijl andere locaties en gastouders hier zelf invulling aan geven (bijvoorbeeld door kort te bewegen op muziek of een spelletje te doen).
Binnen SuperFIT is het verminderen van zitgedrag ook een belangrijk onderdeel (Van de Kolk et al., 2020). Toch merken JOGG-regisseurs dat dit nog een lastig onderdeel is om te implementeren. Ook PM'ers zelf geven aan dat het thema bewegen binnen de huidige aanpakken nog lastig is:

'We doen wel van alles, maar het zit er bij PM'ers nog niet 'vast' in, dat zou beter kunnen. Ik bedoel dan vooral het tussendoor bewegen'.

‘Het zou goed zijn als er meer aandacht komt voor hoe je kunt bewegen met de kinderen.’

32%

van de locaties geeft aan dat PM’ers nog onvoldoende kennis hebben over het aanbieden van uitdagende beweeglessen.

In de vragenlijst werd gevraagd hoe vaak de dagelijkse routine activiteiten op een actieve manier worden gedaan met de kinderen (bijvoorbeeld het kringgesprek of tekenen staand i.p.v. zittend). Bij de kinderopvang gebeurt dit bij 13% nooit, 29% soms, en 58% meestal/altijd. Bij de gastouders doet 18% dit nooit, 29% soms, en 44% meestal/altijd.

Kennis en gedrag van PM’ers

In de vragenlijst werd gevraagd te reageren op de stelling ‘Op mijn locatie/binnen mijn organisatie hebben PM’ers up-to-date kennis over bewegen en zijn getraind/bijgeschoold in het aanbieden van leuke, uitdagende beweeglessen’. Op 28% van de locaties is dit helemaal op orde, bij 38% is hier een begin mee gemaakt, bij 32% nog niet. Veel PM’ers uitten de behoefte dat er meer aandacht komt voor hoe je kunt bewegen met de kinderen.

Ook werd gevraagd te reageren op de stelling ‘Op mijn locatie/binnen mijn organisatie geven PM’ers het gezonde voorbeeld wat betreft bewegen/niet veel zitten’. Op 58% van de locaties is dit helemaal op orde, bij 30% is hier een begin mee gemaakt, bij 9% nog niet.

Tenslotte werd gevraagd te reageren op de stelling ‘De binnen- en buitenruimte van mijn locatie(s) daagt uit tot bewegen’. Bij 61% van de kinderopvanglocaties is dit helemaal op orde, bij 30% is hier een begin mee gemaakt, bij 9% nog niet.

MEDIAOPVOEDING

Kinderopvanglocaties gebruiken beeldschermen/media regelmatig voor de ontspanning. Bij de gastouders ligt dit percentage veel hoger dan bij de kinder-opvanglocaties. Voor de aanbevelingen voor het thema Mediaopvoeding, klik hier.

THEMA MEDIAOPVOEDING

BELEID, ACTIVITEITEN INTERVENTIES

42%

van de kinderopvanglocaties die beeldschermen gebruiken bij 0-4 jarigen (45%), zetten deze in voor ontspanning.

82%

van de gastouders die beeldschermen gebruiken bij 0-4 jarigen (75%), zetten deze in voor ontspanning.

Kinderen groeien op in een steeds digitalere wereld. Op dit moment worden media heel divers ingezet in Zuid-Limburg bij baby's en peuters.

Beleid

Op 37% van de kinderopvanglocaties en bij 28% van de gastouders is er vanuit de overkoepelende organisatie beleid/afspraken of zijn er adviezen over de inzet van media/beeldschermen bij 0-4 jarigen.

Beeldschermgebruik

Op 45% van de kinderopvanglocaties en bij 75% van de gastouders gebruiken de 0-4 jarigen media/beeldschermen. Onderstaande tabel toont - onder degenen die media/beeldschermen inzetten bij 0-4 jarigen - voor welke doeleinden deze apparaten (bijv. televisie, PC/laptop, tablet, gsm of smartboard) worden ingezet in de kinderopvang en bij gastouders.

	Kinderopvanglocaties	Gastouders
Educatie	64%	59%
Ontspanning	42%	82%
Beweegstimulering	69%	53%
Anders	4%	4%

GROEN

Binnen de kinderopvang komt ‘groen’ naar voren middels: educatie, uitstapjes in de natuur, een groene speelplaats of een moestuin. Het thema ‘groen’ verdient meer aandacht, eventueel in een gecombineerde aanpak met de thema’s voeding en bewegen. Voor de aanbevelingen voor het thema Groen, klik hier.

THEMA GROEN

BELEID, ACTIVITEITEN INTERVENTIES

33%

van de kinderopvanglocaties heeft een groene speelplaats.

‘De buitenruimte mag onderhanden worden genomen. Meer groen en natuurlijke materialen om de kinderen uit te dagen.’

18%

van de kinderopvanglocaties heeft een moestuin.

23%

van de gastouders heeft een moestuin.

Groen is een thema dat veel linken heeft met de thema’s voeding en bewegen.

Thema’s combineren

In het programma Jong Leren Eten wordt heel bewust gekozen voor een combinatie van het thema ‘groen’ en ‘voeding’. Ook JOGG-regisseurs geven aan dat bewegen nog meer gestimuleerd kan worden door groenbeleving op de speelplaats. 33% van de kinderopvanglocaties heeft al een groene speelplaats/natuurspeelplaats/speelplaats met natuurbeleving.

Aandacht voor groen

Manieren waarop aandacht wordt besteedt aan groen:

	Kinderopvanglocaties	Gastouders
Geeft educatie over groen, natuur en milieu	38%	43%
Maakt uitstapjes in de natuur (bos, (kinder)boerderij)	56%	77%
Heeft een moestuin	18%	23%
Gebruikt regenlaarsjes/regenkleding zodat de kinderen toch naar buiten kunnen als het regent	37%	53%

Naast het thema ‘beweging’ werd het thema ‘groen’ als tweede thema genoemd waar men graag meer aandacht voor zou willen. Mooi voorbeeld in de regio is de samenwerking met het CNME (Centrum voor Natuur- en Milieueducatie).

SEKSUELE ONTWIKKELING

Zowel kinderopvanglocaties als JOGG-regisseurs bespreken en behandelen dit thema bijna niet, omdat er onbekendheid is over de uitwerking van dit thema bij deze doelgroep. Voor de aanbevelingen voor het thema Seksuele Ontwikkeling, klik hier.

THEMA SEKSUELE ONTWIKKELING

BELEID, ACTIVITEITEN INTERVENTIES

De sociale en seksuele ontwikkeling begint al op jonge leeftijd. Bij kinderen kun je denken aan knuffelen, vriendschappen, lekker in je vel zitten, nieuwsgierigheid naar het eigen en andermans lichaam, en 'fijne' en 'niet fijne' aanrakingen.

'Zowel kinderopvanglocaties als JOGG-regisseurs bespreken en behandelen dit thema bijna niet, omdat er onbekendheid is over de uitwerking van dit thema bij deze doelgroep.'

Ondergeschoven kindje

Het thema 'sociale en seksuele ontwikkeling' wordt vaak gezien als een ondergeschoven kindje. Ook JOGG-regisseurs benoemen dit thema niet als aandachtspunt. Kinderopvanglocaties geven vaak aan dat beleid hierover 'niet van toepassing' is voor kinderen van 0-4-jarigen. Toch begint seksuele vorming al op jonge leeftijd (gezondekinderopvang.nl). Verder werd door een paar respondenten benoemd dat rondom dit thema er wel eens adviezen worden gegeven vanuit het gastouderbureau en dat de kennis van de PM'ers één keer per jaar wordt opgefrist.

CONCLUSIE

Uit het inventarisatie onderzoek naar de inzet op gezondheid bij de kinderopvang én uit de uitvraag bij JOGG-regisseurs is gebleken dat er al veel gebeurt in deze setting. Veel gezondheidsthema's zijn opgenomen in het beleid en er vinden regelmatig stimulerende activiteiten plaats met de kinderen. Met name op het gebied van voeding is de afgelopen jaren flink geïnvesteerd. Programma's als JOGG en Jong Leren Eten hebben hieraan bijgedragen. Het is belangrijk om te weten dat het beleid en de tools en/of interventies waar gebruik van wordt gemaakt verschillen per (koepel)organisatie en/of per gemeente. Kinderopvangorganisaties en JOGG-regisseurs geven aan dat er vooral op het gebied van 'groen' en 'beweging' nog ondersteuningsvraagstukken liggen.

Kanttekening onderzoek

Door de werving te laten verlopen via de JOGG-regisseurs was de respons hoog, maar heeft er waarschijnlijk ook selectie-bias plaatsgevonden. Juist de locaties waar contact mee is, en waar naar alle waarschijnlijkheid ook veel op gezondheid wordt ingezet, hebben gereageerd.

AANBEVELINGEN

Leeswijzer

Uit dit onderzoek komen wensen, behoeften, sterke punten en knelpunten naar voren in de aanpak op het gebied van gezondheid binnen de kinderopvang in Zuid-Limburg. Daarom volgen er in dit hoofdstuk aanbevelingen waar kinderopvangorganisaties sámen met ondersteunende partijen mee aan de slag kunnen. De aanbevelingen in dit rapport zijn opgedeeld in:

Aanbevelingen voor de kinderopvang

Waarin actiepunten worden toegelicht waar kinderopvangorganisaties zélf, maar met ondersteuning van de adviseur Gezonde Kinderopvang en de JOGG-regisseur, mee aan de slag kunnen.

Aanbevelingen voor de aanpak in Zuid-Limburg

Waarin actiepunten staan beschreven die niet elke organisatie zelfstandig hoeft en kan aanpakken, maar waarin regionale samenwerking vereist is. Hierin ligt een gedeelde verantwoordelijkheid voor kinderopvangorganisaties, opleiding- en kennisinstituten, gemeenten en maatschappelijke partners, GGD Zuid Limburg en ondersteunende programma's vanuit Trendbreuk zoals JOGG, Gezonde Basisschool van de Toekomst en Gezonde School.

DE ADVISEURS GEZONDE KINDEROPVANG VAN GGD ZUID LIMBURG

ONDERSTEUNING

Zoals uit de conclusie van dit inventarisatie onderzoek naar voren is gekomen, is er duidelijk behoefte aan ondersteuning binnen de kinderopvang om met gezondheidsthema's preventief aan de slag te gaan. Bij GGD Zuid Limburg zijn adviseurs Gezonde Kinderopvang werkzaam die de kinderopvang-organisaties (en -locaties) op maat (gratis) kunnen helpen en begeleiden in hun aanpak op het gebied van gezondheid. Ook de Jeugdgezondheidszorg (JGZ) heeft een belangrijke signaleringsfunctie voor deze doelgroep. Zij hebben in de huidige aanpak regelmatige afstemming met de kinderopvang over gezondheid van peuters. Deze signaleringsfunctie kan zowel op individueel als op collectief niveau plaatsvinden. JGZ geeft op dit moment algemene adviezen aan de kinderopvang hoe zij deze signalen kunnen verwerken in het gezondheidsbeleid of kunnen doorvertalen in activiteiten. Door een intensievere samenwerking en een actievere inzet van de adviseur Gezonde Kinderopvang kan de kinderopvang verder ondersteund worden in de aanpak op het gebied van gezondheid op de kinderopvang. Deze adviseur Gezonde Kinderopvang werkt hierbij vanzelfsprekend samen met de JOGG-regisseur(s). Voor alle aanbevelingen die in dit hoofdstuk staan vermeld, geldt dat de adviseur Gezonde Kinderop-vang kan worden ingezet.

OVERZICHT VAN ACTIVITEITEN, INTERVENTIES EN INSPIRERENDE VOORBEELDEN

Uit dit inventarisatie onderzoek kwam naar voren welke activiteiten en interventies worden ingezet in de regio. Kinderopvangorganisaties gaven aan dat er behoefte is aan kennisdeling en uitwisseling van goede ervaringen met ingezette activiteiten en interventies, net als de uitwisseling van inspirerende voorbeelden.

Acties voor de kinderopvang

- Maak gebruik van de ‘menukaart’ (nog in ontwikkeling) waarin een overzicht van mogelijke activiteiten/interventies/voorbeelden te vinden is.

Acties voor de aanpak in Zuid-Limburg

- Maak een ‘menukaart’ van de activiteiten, interventies en inspirerende voorbeelden uit de regio. Dit kan een taak zijn van een regiocoördinator ‘Gezonde Kinderopvang’, die deel uitmaakt van een plan dat is ingediend voor de subsidiecall ‘Gemeenten Samen Gezond’ van ZonMw.
- Organiseer netwerkbijeenkomsten ‘Gezonde Kinderopvang’ of intervisies waar praktijkvoorbeelden aan bod komen.

MEER SAMENWERKING TUSSEN KINDEROPVANG EN BASISSCHOOL

38% geeft aan dat de opvanglocatie wel bij een school ligt, maar niet of nauwelijks samenwerkt op het gebied van gezondheid. Op dit moment worden er op diverse locaties beweegexperts ingezet door de kinderopvang. In sommige gevallen is dit een vakleerkracht (geven JOGG-regisseurs aan). Ook scholen maken soms gebruik van vakleerkrachten. Hiervan wordt door JOGG-regisseurs de duidelijke meerwaarde aangegeven.

Acties voor de kinderopvang

- Werk actief samen met school, bijvoorbeeld op het gebied van:
  - Drinkwater beleid
  - Voeding- en tussendoortjes beleid
  - Traktatiebeleid
  - Gezamenlijk inzetten van een beweegexpert/vakdocent
  - Activiteiten zoals het Nationaal Schoolontbijt, sportdag/koningsspelen, peuter-kleuter Vierdaagse
  - Seksuele ontwikkeling (vlaggensysteem)

Gezonde Kinderopvang

GEZONDE SCHOOL

Acties voor de aanpak in Zuid-Limburg

- Stimuleer meer de samenwerking met de basisscholen, zodat in een kindcentrum 1 beweegprofessional wordt aangesteld die van 0-12 kan werken aan een doorlopende methodiek voor bewegen en aanjager kan zijn in de verbinding met de thema's groen en voeding.
- Zowel kinderopvanglocaties als scholen organiseren jaarlijks veel activiteiten. Enkele van deze initiatieven worden regionaal georganiseerd of gestimuleerd. Daar waar mogelijk: stimuleer de deelname van scholen én kinderopvang (zoals Nationaal Schoolontbijt, Limburgse peuter-kleuter Vierdaagse).
- Adviseer en schrijf beleid voor een geheel kindcentrum en niet voor een kinderdagverblijf en school apart.

ONTWIKKELEN VAN BELEID

Het vormen van beleid is belangrijk. In het inventarisatie onderzoek werd aangegeven ‘dat het moeilijk is om te werken buiten het beleid (grijs gebied)”. Wissel beleidstukken van grotere organisaties uit, zodat kleine organisaties (zonder beleidsmedewerkers) kunnen meeliften en sneller stappen kunnen zetten.

Acties voor de kinderopvang

- Kijk op www.gezondekinderopvang.nl voor handige tools en voorbeelden van beleid.
- Vraag bij je gastouderbureau/koepelorganisatie na welke stukken er al liggen.

Acties voor de aanpak in Zuid-Limburg

- Verzamel beleidsstukken en inspirerende voorbeelden, zodat organisaties zich aan elkaar op kunnen trekken en opgedane kennis breed kan worden ingezet.

SCHOLING EN ONDERSTEUNING PM'ERS

Beleid en afspraken worden gemaakt, activiteiten uitgevoerd, maar hoe geef je er echt handen en voeten aan, hoe maak je van de PM'er de ambassadeur? Het is erg belangrijk dat PM'ers het goede voorbeeld geven. Dat vraagt ook om een gedragsverandering bij de PM'ers zelf. Daarom is er behoefte bij kinderopvanglocaties aan scholing om kennis en kunde van PM'ers te versterken, te zorgen voor een bekwaam gevoel, en iedereen mee te krijgen. Zorg ervoor dat het thema gezondheid niet slechts bij één of enkele PM'ers of leidinggevenden leeft. De uitvoering van het beleid, en het structureel borgen van activiteiten, vraagt een inzet van álle PM'ers. De rol van een zogenaamd 'lerend netwerk' dat bij kan dragen aan deze upgrade aan kennis en uitwisseling van expertise maakt ook onderdeel uit van het plan dat is ingediend voor de subsidiecall 'Gemeenten Samen Gezond' van ZonMw.

Acties voor de kinderopvang

- Zorg bij de ontwikkeling van beleid voor een brede werkgroep, zodat PM'ers zelf ook betrokken zijn en input kunnen leveren in de afspraken en activiteiten.
- Zet in op expertise en enthousiasme.
- Zorg dat binnen de organisatie professionals zijn opgeleid tot coach Gezonde Kinderopvang en ga aan de slag via een planmatige aanpak.

Acties voor de aanpak in Zuid-Limburg

- Aanvullend onderzoek is gewenst om de inzet van coaches Gezonde Kinderopvang verder te onderzoeken en te komen tot een concreter advies over de inzet van de coaches: welke rollen en taken kunnen bij deze persoon worden ondergebracht, welke ondersteuning is er vanuit externe partijen nog gewenst en welk werkgebied is haalbaar voor één coach?
- Zorg dat iedere organisatie minstens één coach Gezonde Kinderopvang in dienst heeft die het thema gezondheid intern uitwerkt. Voor grotere organisaties adviseren wij meerdere coaches.
- Organiseer informatieve bijeenkomsten en intervisie voor PM'ers. Voor scholing zijn slechts een beperkt aantal uren beschikbaar binnen kinderopvangorganisaties. Bekijk wat haalbaar en de meest efficiënte aanpak is.
- Organiseer een helpdesk voor PM'ers.
- Organiseer een lerend netwerk om uitwisseling van expertise te versterken.
- Ontwikkel, net zoals voor Gezonde School, ook een nieuwsbrief voor Gezonde Kinderopvang.
- Het betrekken van ouders blijft een uitdaging. Het advies is om de doorontwikkeling binnen SuperFIT op dit thema op te volgen, ook voor coaching PM'ers, en deze kennis en expertise uit te wisselen via het op te zetten lerend netwerk.
- Informeer gastouders over de aanpak Gezonde Kinderopvang en acties die zij kunnen uitzetten.

BLIJF VOLDOENDE AANDACHT HOUDEN VOOR VOEDING

Op het gebied van voeding gebeurt bij de meeste kinderopvangorganisaties al erg veel. Ook JOGG-regisseurs zien dat terug in de praktijk. Enerzijds is het dus belangrijk om dat wat is bereikt vast te houden, anderzijds ligt er nog een regionale uitdaging om ook organisaties (en gastouders) waar deze stappen nog niet zijn gezet, te ondersteunen en te inspireren. Ook blijkt uit dit onderzoek dat er nog enkele knelpunten zijn waar nog ondersteuning in te bieden is, zoals praktische vragen over de eetmomenten, de voorbeeldfunctie van PM'ers en de link naar de thuissituatie.

Acties voor de kinderopvang

- Maak op organisatieniveau afspraken over de eetmomenten van medewerkers: eten zij wel/niet bij kinderen en houden zij zich ook aan de richtlijnen van gezonde voeding op de werkvloer?
- Zet, daar waar nodig, een coach of training in over eetmomenten in de praktijk (wat doe ik als een kind iets niet proeft, hoe daag ik uit om kinderen vaker iets te laten proeven, hoe zorg ik dat het geen 'strijd' wordt aan tafel?).

Acties voor de aanpak in Zuid-Limburg

- Zorg voor een helder aanbod aan coaches/trainingen die kunnen worden ingezet op vraag en behoefte bij de kinderopvangorganisaties.
- Verzamel de knelpunten op Zuid-Limburgs niveau en biedt een veelzijdig aanbod aan, vraaggestuurd.
- Zet proactief in op de ondersteuning om op álle kinderopvangorganisaties en gastouderbureaus een gezond voedingsbeleid te creëren. Zorg dat er samenwerking tussen de organisaties en tussen gemeenten op gang komt, zodat er kan worden geput uit de beleidsvoorbeelden die al zijn ontwikkeld.
- Zet vanuit JOGG in op de link naar de thuissituatie en haal goede voorbeelden op voor het betrekken van ouders.

FOCUS OP GROEN EN BEWEGING

De thema's 'groen' en 'beweging' worden door kinderopvanglocaties genoemd als thema's waar men meer mee zou willen doen en waar ze graag ondersteuning bij willen ontvangen. 'Groen' is een thema dat goed te verbinden is met de thema's voeding en bewegen. Denk aan moestuinen en een groene speelplaats.

Acties voor de kinderopvang

- Zet (evt. met hulp van een beweegexpert) een beweegmethodiek (bijv. Nijntje Beweegdiploma) in voor 0-4 jarigen om de motoriek van jongs af aan goed te ontwikkelen.
- Zoek de samenwerking op met Jong Leren Eten en maak gebruik van de subsidieregelingen van JLE.
- Creëer groene, gezonde speelplaatsen waar kinderen tijdens en eventueel na de opvang uren met veel plezier kunnen spelen.
- Sluit je aan bij de daily mile voor de kinderopvang. Loop iedere dag met de kinderen minimaal 15 minuten in de natuur.
- Zet beweegtools/beweegprogramma's in om het bewegen gedurende de dag verder te stimuleren en de kwaliteit ervan te verbeteren (zie ook de aanbeveling Overzicht van activiteiten, interventies en inspirerende voorbeelden).
- Werk samen met beweegexperts (eventueel samen met school) om de kwaliteit van beweegactiviteiten te bevorderen).

Acties voor de aanpak in Zuid-Limburg

- Adviseurs Gezonde Kinderopvang, JOGG-regisseurs en Jong Leren Eten makelaars werken nauw samen om meer de verbinding te leggen tussen groen en bewegen.
- Ga op zoek naar financiële mogelijkheden om de speelpleinen van de kinderopvang uitdagender en groener te maken.
- Creëer een overzicht van beweegtools/programma's om bewegen gedurende de dag te stimuleren (zie ook aanbeveling (zie ook de aanbeveling Overzicht van activiteiten, interventies en inspirerende voorbeelden). Breng hierbij ook potentiële ondersteunende partijen (beweegexperts) in kaart, zodat ondersteuning op de werkvloer zorgt voor meer expertise in bewegen bij 0-4 jarigen.

AANDACHT VOOR MEDIAOPVOEDING

Kinderen groeien op in een steeds digitalere wereld. Mediaopvoeding en een bewust, gezond mediagebruik is daarom nodig. Op dit moment worden media heel divers ingezet in Zuid-Limburg bij peuters. Ook experts zijn het er nog niet over eens wat gezond mediagebruik voor deze doelgroep nu precies is. Daarom adviseren we de inzet van media tot 2 jaar zoveel mogelijk te beperken. Vanaf twee jaar adviseren we om hier hele bewuste keuzes en afwegingen in te maken en de richtlijnen van Gezonde Kinderopvang (www.gezondekinderopvang.nl) op te volgen. Deze richtlijnen staan vermeld onder de acties voor de kinderopvang.

Acties voor de kinderopvang

- Wees u bewust van het voorbeeld dat u geeft aan ouders en kinderen en denk na over uw rol als mediaopvoeder. Zorg voor een balans tussen online en offline spel.
- Gebruik alleen goede mediaproducten die inhoudelijk aansluiten bij het ontwikkelingsniveau van peuters en onderzoek hoe bruikbaar en betrouwbaar een app bijvoorbeeld is.
- Zet media bewust in als middel en begeleid online spel. Samen spelen betekent ook zorgen voor interactie: praat erover, laat kinderen reageren. Dat is niet alleen goed voor de ontwikkeling van kinderen, maar het verhoogt ook het speelplezier.
- Gebruik de mogelijkheden van media: vergroot de wereld van kinderen door hen iets te tonen dat u ze in de werkelijkheid niet kunt laten zien. Koppel er een fysieke activiteit aan vast, zo legt u verbanden tussen digitaal en fysiek spel.
- Neem de regie en zorg voor een veilige omgeving door bewust met media om te gaan, kinderen goed te begeleiden en geen persoonlijke devices zoals tablets of smartphones te gebruiken. (bron: www.gezondekinderopvang.nl)

Acties voor de aanpak in Zuid-Limburg

- Het thema ‘mediaopvoeding’ verdient meer aandacht en mag nadrukkelijker een plaats krijgen in de advisering door de Adviseur Gezonde Kinderopvang.
- Leg in de advisering verbanden met de andere thema’s: media kan namelijk goed gebruikt worden om andere thema’s te bevorderen, bijvoorbeeld bewegen.

AANDACHT VOOR SOCIALE EN SEKSUELE ONTWIKKELING

Het thema ‘seksuele ontwikkeling’ krijgt op dit moment beperkte aandacht in de kinderopvang. Vaak wordt benoemd dat dit thema nog niet aan de orde is bij de jonge doelgroep op de kinderopvang. Dit is een onterechte aanname. De seksuele ontwikkeling begint al op jonge leeftijd. Bij kinderen kun je denken aan knuffelen, vriendschappen, lekker in je vel zitten, nieuwsgierigheid naar het eigen en andermans lichaam, en ‘fijne’ en ‘niet fijne’ aanrakingen. Kinderen experimenteren, ook op seksueel gebied. Het is voor medewerkers van de kinderopvang en ouders soms lastig in te schatten wat normaal experimenteergedrag is en wanneer gedrag te ver gaat. Toch wordt er gevraagd gepast te reageren op seksueel gedrag en waar nodig bij te sturen. Het is voor medewerkers van de kinderopvang dus belangrijk om kennis te hebben over de seksuele ontwikkeling van kinderen.

Acties voor de kinderopvang

- Integreer Seksuele Ontwikkeling in het gezondheidsbeleid.
- Zet de (gratis) training vanuit GGD Zuid Limburg in om PM’ers (max. 20 per training) te trainen in:
  - Hoe verloopt de seksuele ontwikkeling van kinderen?
  - Waarom is het belangrijk om aandacht te besteden aan seksuele vorming in kinderopvangcentra?
  - Wat is normaal gedrag en wanneer gaat iets te ver?
  - Hoe ga ik om met lastige vragen van leerlingen én ouders?

Acties voor de aanpak in Zuid-Limburg

- Informeer alle adviseurs Gezonde Kinderopvang om het onderwerp ‘seksuele ontwikkeling’ te bespreken en de taak van de adviseur scherp te stellen.
- Informeer de kinderopvangorganisaties over het belang van dit onderwerp binnen deze doelgroep.

SAMENGEVAT:

TOP 6 AANBEVELINGEN VOOR DE KINDEROPVANG

1. Neem contact op met de adviseur Gezonde Kinderopvang van GGD Zuid Limburg via www.ggdzl.nl om samen aan de slag te gaan via een planmatige aanpak.
2. Zorg voor minimaal één coach Gezonde Kinderopvang voor je eigen organisatie.
3. Werk samen met scholen op het gebied van gezondheidsbeleid en -activiteiten.
4. Doe inspiratie op uit de ‘menukaart’ (nog in ontwikkeling) met daarop goede voorbeelden van in te zetten activiteiten.
5. Zet beweegtools/beweegprogramma’s in om het bewegen gedurende de dag verder te stimuleren en de kwaliteit ervan te verbeteren.
6. Zorg voor voldoende opleiding, scholing en intervisie (daar waar mogelijk ‘on the job’) voor PM’ers in het kader van gezondheid.

SAMENGEVAT:

ADVIES VOOR DE REGIONALE AANPAK IN ZUID-LIMBURG

Uit de inventarisatie is gebleken dat er behoefte is aan kennisdeling en samenwerking in de regio: tussen kinderopvangorganisaties onderling, en tussen kinderopvang en ondersteunende partijen (GGD Zuid Limburg, gemeenten, Kinderen Ons Vak, de Innovatiewerkplaats van MIK&PIW groep, Gezonde Kinderopvang, de AWPG, e.d.). Ook de verbinding met andere programma's zoals JOGG, Gezonde Basisschool van de Toekomst en Gezonde School is belangrijk voor het versterken van de doorgaande lijn.

Om deze kennisdeling en samenwerking te realiseren, adviseren we om een regionaal samenwerkingsverband op te richten: een lerend netwerk 'Gezonde Kinderopvang Zuid-Limburg'. Een regiocoördinator Gezonde Kinderopvang van GGD Zuid Limburg zal dit lerend netwerk bij elkaar brengen en aansturen.

Het lerend netwerk heeft als doel: 'Werk meer met elkaar samen in de regio, deel kennis en maak slimme verbindingen.'

SAMENGEVAT:

Concrete opdrachten voor de regio Zuid-Limburg die uit de inventarisatie naar voren komen en door het lerend netwerk kunnen worden gerealiseerd, zijn:

- Inventariseer gezamenlijke knelpunten.
- Inventariseer goede voorbeelden en bundel deze in een ‘menukaart’ van succesvolle activiteiten, effectieve interventies en inspirerende voorbeelden om regionaal uit te rollen.
- Deel kennis met elkaar via activiteiten die het ‘samen leren’ versterken (kennisproducten, netwerkbijeenkomsten).
- Bespreek werkprocessen met elkaar en organiseer scholing voor PM’ers daar waar mogelijk ‘on the job’ om zo de uitvoering van beleid en activiteiten in de kinderopvang te verbeteren.
- Ga samen op zoek naar financiële mogelijkheden om scholing en implementatie van aanpakken mogelijk te maken.
- Organiseer en stimuleer activiteiten regionaal, bijv. het Nationaal Schoolontbijt, en de Limburgse peuter-kleuter Vierdaagse.
- Verbind kinderopvangorganisaties en basisonderwijs met elkaar voor het versterken van de doorgaande lijn.
- Zorg dat iedere kinderopvangorganisatie minstens één coach Gezonde Kinderopvang in dienst heeft die het thema gezondheidsbevordering intern uitwerkt. Plan daarnaast een onderzoek om de inzet van coaches Gezonde Kinderopvang verder te onderzoeken en te komen tot een concreter advies over de inzet van de coaches:
  - Welke rollen en taken kunnen bij deze persoon worden ondergebracht?
  - Welke ondersteuning is er vanuit externe partijen nog gewenst?
  - Welk werkgebied is haalbaar voor één coach?

HET VERVOLG

Dit rapport wordt begin april 2021 gedeeld met alle kinderopvangorganisaties in Zuid-Limburg en samenwerkingspartners als terugkoppeling van de resultaten van het onderzoek. We hopen beleidsmakers/pedagogen/locatiemanagers te inspireren om te reflecteren op het beleid en de activiteiten rondom gezondheid. We hopen dat hieruit initiatieven ontstaan die binnen de eigen kinderopvangorganisaties zullen worden verkend, maar ook dat er tussen kinderopvangorganisaties en andere partners in onze regio samenwerkingen zullen ontstaan en men van elkaar kan leren. De Academische Werkplaats Publieke Gezondheid Limburg wil hierin een stimulerende/faciliterende rol gaan vervullen.

REFERENTIES

Abrahamse, S. & Balledux, M. (2017). Een Gezonde Kinderopvang in de praktijk. Evaluatieonderzoek bij tien kinderopvangorganisaties en drie brede scholen (2016). NJI, 2017.

RIVM (september 2020). Online folder Stappenplan werken aan Gezonde Kinderopvang [Internet]. Opgehaald 16-12-2020 van https://www.gezondekinderopvang.nl/documenten/folder-stappenplan-gezonde-kinderopvang.

RIVM (oktober 2020). Aantal coaches Gezonde Kinderopvang in Zuid-Limburg [Internet]. Opgehaald 02-11-2020 van https://www.gezondekinderopvang.nl/advies-en-ondersteuning/organisaties-coach.

Van de Kolk, I., Verjans, S., Gubbels, J.S., Kremers, S.P.J., Gerards, S.M.P.L. (2019). Effectiveness of combined childcare- and family-based interventions, with active parental involvement: a systematic review. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 16: 110.

Van de Kolk, I., Harms, L., Gubbels, J., Gerards, S., Kremers, S., Van Dinther-Erkens, A. (2020). Het zit in de kleine dingen: de SuperFIT-aanpak voor meer beweging en gezonde voeding in de peuteropvang. KIDDO, 2020.

www.ggdzl.nl

GGD Zuid Limburg
Postbus 33, 6400 AA Heerlen