**Mail opvang baby’s en peuters**

**Tips en advies nodig voor een gezondere, actievere kinderopvang? Gevonden!**

*Fruitsap is toch gezond? Veggie, is dat iets voor kinderen?*

*Waar halen we leuk speelmateriaal? Waar moeten de kinderen buiten spelen, we hebben geen grote tuin? Moeten we álle schermen verbannen?*

Vraag jij jou dit als kinderdagverblijf of onthaalouder ook soms af? **Gezonde kinderopvang** weet er een antwoord op. Want deze **website én tool** biedt je al het nodige om werk te maken van een gezonde én actieve ‘tweede thuis’ voor alle kinderen.

**Schat aan info én praktische tool**

De website [gezondekinderopvang.be](http://www.gezondekinderopvang.be) staat tjokvol interessante info over tussendoortjes, warme maaltijden, dranken, buiten spelen, spelmaterialen, communicatie met ouders … Én ze bevat een **praktische tool** waarmee je je eigen werking rond voeding en beweging in kaart brengt. Het principe is simpel: je vult enkele gemakkelijke, korte vragenlijsten in en krijgt meteen heel wat **advies en tips** over de groeikansen die er zijn. Plus: je ontvangt een **concreet actieplan** in je mailbox. Handig!

Voor je het weet ben je een **beleid rond gezonde voeding en beweging** aan het uitwerken! Meer nog: deze tool helpt je zelfs bij de invulling van het zelfevaluatie-instrument MeMoQ van Kind & Gezin en bij de aanpak van het verslag van de zorginspectie.

Al meer dan 230 kinderdagverblijven gingen in het verleden aan de slag met de materialen van ‘Gezonde kinderdagverblijven’. Zij ontdekten zo **inspirerende manieren** om hun opvang gezonder en actiever te maken. Alle info en instrumenten van ‘Gezonde kinderdagverblijven’ zijn vanaf nu digitaal beschikbaar én geschikt voor onthaalouders! Benieuwd hoe dit in de praktijk loopt? [Check dan zeker dit filmpje](https://youtu.be/sbsa3isqZUU).

Meer weten? Kijk op [gezondekinderopvang.be](http://www.gezondekinderopvang.be)!

Meer ondersteuning nodig? Geen probleem: [wij bieden ook vormingen aan](https://www.gezondleven.be/settings/kinderopvang/kinderdagverblijven-onthaalouders).

Met vriendelijke groetjes,

Dr. Annelies Vandenberghe Rosa Luyten  
[annelies.vandenberghe@gezondleven.be](mailto:annelies.vandenberghe@gezondleven.be) [rosa.luyten@gezondleven.be](mailto:rosa.luyten@gezondleven.be)   
Senior stafmedewerker beweging Stafmedewerker gezonde voeding  
Vlaams Instituut Gezond Leven Vlaams Instituut Gezond Leven

[](http://www.gezondleven.be/)

