

Sprankelende ervaringen uit Zwijndrecht

Sinds 2014 drinken de kinderen van de twee grote Zwijndrechtse kinderopvangorganisaties meer water.

Dit is opgenomen in het beleid van Stichting Kinderopvang Zwijndrecht (SKZ) (800 kinderen) en Yes! Kinderopvang (1300 kinderen).

De Zwijndrechtse basisscholen krijgen daarmee vanaf schooljaar 2014-2015 kinderen in de klas die gewend zijn aan water drinken.

Monique Fluitsma, directeur van Stichting Kinderopvang Zwijndrecht en Wieneke de Laat, manager kinderopvang van Yes! Kinderopvang vertellen over de stap om kinderen meer water te laten drinken.



Waarom hebben jullie water drinken ingevoerd? Wieneke de Laat legt uit: 'We laten kinderen graag spelenderwijs kennismaken met een gezonde levensstijl. Denk daarbij aan peutergym, bewegen in de BSO, werken in de moestuin en groente en fruit eten op de groepen. Water drinken sluit daar naadloos op aan.' Monique Fluitsma onderstreept dit: 'We zijn voortdurend bezig met het gezond laten opgroeien van kinderen. Juist op jonge leeftijd starten met water drinken is namelijk belangrijk.' Jong geleerd is oud gedaan.

Hoe zijn jullie begonnen met water drinken? 'We waren al bezig met het herzien van het voedingsbeleid en eigenlijk was het helemaal niet zo moeilijk om water drinken daarbij in te voeren. We hebben meer waterdrinkmomenten op de dag ingevoerd en minstens één drinkmoment vervangen door water. Dit bespraken we in de teamvergaderingen en communiceerden we naar de ouders. In januari 2014 volgde het kick-offmoment met de Zwijndrechtse wethouder Slotema met leuke JOGG-bekers en vrolijke waterkannen. Op alle locaties is dit ingevoerd. Het is belangrijk om de medewerkers en ouders goed te informeren', aldus Fluitsma.

De Laat legt uit dat de kinderen bij Yes! Kinderopvang voor water kunnen kiezen: 'We hebben dagelijks op elke groep en in elke tuin een waterkaraf staan zodat kinderen altijd water kunnen drinken. Ook bij elk eet- en drinkmoment hebben kinderen de keus om water te drinken. We stimuleren kinderen ook de juiste keuze te maken, zodat ze later ook

zelfstandig in staat zijn om de juiste keuze te maken. Samen met onze pedagoog hebben we hier zorgvuldig over nagedacht.'

Welke reacties ontvangen jullie van ouders?

'Louter positief. Normaal gesproken komen er zelden reacties van ouders op mailingen, zoals over de fotograaf, dag van de medewerkers of over een vakantie-uitstapje. Nu waren er achttien reacties van ouders, allen positief over het water drinken', aldus Wieneke over de reacties van Yes!-ouders. SKZ-ouders zijn ook overwegend positief volgens Monique: 'Het is een illusie om te denken dat ouders allen positief zijn. We hebben zeker enkele ouders die het betuttelend of armoedig vinden. Gelukkig zijn de reacties overwegend positief en krijgen we veel leuke reacties.'

Hoe reageren jullie medewerkers?

Monique Fluitsma van SKZ: 'Sommige medewerkers zagen er de noodzaak niet zo van in en maakten zich zorgen hoe de ouders zouden reageren. Goede uitleg hierover was voldoende om de medewerkers mee te krijgen. De ouders ontvingen voorafgaand aan de kick-off een brief met goede uitleg'. Wieneke de Laat van Yes! Kinderopvang: 'Heel positief. Medewerkers volgden daarnaast een waterworkshop, waarbij ze meteen een waterkan meekregen. De volgende dag zag je overal de groene waterkannen staan en op Facebook verschijnen. Medewerkers dragen het uit en de positieve wisselwerking tussen ouders en medewerkers werkt aanstekelijk. Wij hebben het in de zomer ingevoerd, dat werkt goed, omdat veel medewerkers dan al een flesje water meenemen.'



Heb je een tip voor ouders?

'Ga vooral de strijd niet aan. Wat kinderen moeten, doen ze bij voorbaat al niet. Gewoon doen. En als je kind dorst heeft bij het opstaan, geef het dan gewoon water', aldus Wieneke. Monique vult aan: 'Begin er zo vroeg mogelijk mee. Doe in het flesje ook af en toe al water. Doe er gewoon over en zorg dat het leuk is, bijvoorbeeld in mooie watertaps. Dan krijg je je kinderen zo mee!'