



Traktatiebeleid kinderopvang 't Kroontje.

De eigen verjaardag is voor een kind een belangrijke gebeurtenis waar we uitgebreid bij stilstaan. Met al die jarige kinderen, pedagogisch medewerkers en stagiaires, gebeurt het natuurlijk vaak dat er iets getrakteerd wordt. Om die reden hebben wij een “*traktatiebeleid*” ingevoerd.

Waarom een traktatiebeleid?

Iedereen weet dat suikers slecht zijn voor de gezondheid en de tanden. Daarnaast zijn er steeds meer kinderen in Nederland die al op jonge leeftijd overgewicht hebben. Wij willen daar als team van de kinderopvang bewust mee omgaan, omdat “opvang, sport, gezondheid en beweging” ook is waar wij voor staan. Daarmee willen we voorkomen dat de kinderen onnodig veel snoep binnen krijgen tijdens hun verblijf bij 't Kroontje.

Trakteren op het kinderdagverblijf

Kinderen krijgen bij 't Kroontje tot zij 4 jaar zijn een mooie muts en er wordt natuurlijk uitbundig gezongen op elke verjaardag. Daarbij *mag* in de babygroep worden getrakteerd. Een baby is zich daar nog niet bewust van, maar een dreumes en vooral de peuters ervaren het als een spannend hoogtepunt als ze mogen trakteren.

Welke traktatie?

't Kroontje kiest voor gezonde traktaties, die passen bij verantwoorde voeding.

Zoals:

(voor de babygroep)

- Fruit: mandarijntje, banaan of appel
- maisstengels
- Rijstwafel
- Rozijntjes
- Soepstengels (met een zakdoek eraan is dat een leuke knapzak)

U kunt bovenstaande dingen eventueel ook versieren, b.v. leuk inpakken of er met gekleurd karton een vrolijk dier of ander figuur op plakken.

(voor de peutergroep)

- Fruit
- Doosje rozijntjes
- Een blokje kaas
- In de zomer: (peren)ijsje zonder kleur- en smaakstoffen
- Een satéprikker met fruit, kaas en/of worst. Allemaal stokjes die op een halve kool/meloen, omwikkeld met aluminiumfolie, zijn geprikt. Dit ziet er heel feestelijk uit. Bij deze traktatie zijn 3 of 4 stukjes per kind meer dan voldoende.

Wat niet?

Wat niet mag worden getrakteerd zijn: Traktaties met toegevoegde suiker en/of kleur- en smaakstoffen, chips in alle varianten, cakejes, koekjes, voorverpakte popcorn (ook geen zoute, in verband met het risico van verslikken in de maïskorrels. Als het thuis zelfgemaakte pofmaïs is zonder toevoeging van zout of suiker kan het wel; dat is leuk en niet ongezond).





Als een kind toch een traktatie meebrengt die niet onder “gezonde voeding” valt, wordt deze niet in de groep uitgedeeld en niet samen opgegeten. De traktatie wordt in dat geval in de tassen van de kinderen gedaan zodat ouders thuis kunnen beslissen of ze de traktatie aan de kinderen geven of niet.

Trakteren op de BSO

Jarig zijn op de BSO is natuurlijk ook een groot feest. Omdat kinderen op school vaak trakteren (en soms ook op de sport/hobby) kiezen we ervoor om bij 't Kroontje op een andere manier het kind een speciaal moment te geven.

Als het kind op zijn verjaardag op de BSO aanwezig is vieren we een feestje. We zingen en ondernemen een verjaardags-activiteit. Bij de oudere kinderen mag de jarige zelf iets kiezen wat ze met de groep gaan doen. Bij de jongere kinderen kan er gebruik worden gemaakt van de “verjaardagspot” ter inspiratie. In deze pot zitten verschillende activiteiten, waar de jarige dan een activiteit uit kan kiezen.

Afscheid nemen

Als een kind afscheid van de BSO neemt doen we dat met iets lekkers uit het “Kroontje Bakselboek”. Twee weken voor het afscheid bekijken de pedagogische medewerkers met het kind dat weggaat wat diegene wil maken uit het boek. De pedagogisch medewerker zorgt dat de ingrediënten tijdig worden besteld. Op de dag van afscheid wordt dit recept op de groep gemaakt en natuurlijk ook opgegeten...

Viering verschillende feestdagen

Bij de verschillende feestdagen kijken we naar een gezond alternatief als we iets lekkers willen eten met de kinderen. Maar ook bij 't Kroontje maken we natuurlijk wel eens een uitzondering. Als Sinterklaas bijvoorbeeld met zijn Pieten komt dan worden er natuurlijk pepernoten gestrooid of pepernoten gebakken met de kinderen. Dit zijn echter uitzonderingen.

Voorbeelden van gezonde en lekkere traktaties vindt u in het boek “Ik deel uit!” (ISBN 97890 4391 002 6). Dit is een uitgave van het *Voedingscentrum*. Hierin staan traktaties die niet te veel suikers, calorieën en vet bevatten. Het laat zien dat lekkere traktaties ook samen kunnen gaan met gezond! Andere ideeën van traktaties zijn te vinden op de volgende websites:

- www.gezondtrakteren.nl
- www.gezonde-traktatie.nl
- www.euschoolfruit.nl
- www.traktatie-maken.nl

mmm.... lekker én gezond!!!

