



## VISIE OP VOEDING IN KINDEROPVANG DE HARLEKIJNTJES

Voeding is bij Kinderopvang **De Harlekijntjes** een essentieel onderdeel van onze dagelijkse werking en pedagogische visie. In lijn met onze missie creëren wij een **warme en veilige omgeving waarin kinderen van 0 tot 3 jaar zich gezien, gehoord en gewaardeerd voelen**.

Eetmomenten zijn voor ons meer dan verzorgingsmomenten: het zijn momenten van **verbinding, ontwikkeling en ontdekking**.

We werken hierbij volgens de richtlijnen van **Kind en Gezin (Opgroeien)**.

Ons doel is:

- Eenduidig en kwaliteitsvol handelen rond voeding
- Veilig, warm en ontwikkelingsgericht eetklimaat voor elk kind
- Afstemming met de richtlijnen van Kind en Gezin
- Duidelijkheid voor medewerkers, vrijwilligers en ouders

### Gezonde, veilige en evenwichtige voeding

Kinderopvang De Harlekijntjes biedt gezonde, gevarieerde en evenwichtige voeding aan, afgestemd op de leeftijd en ontwikkeling van het kind. Ons voedingsaanbod sluit aan bij de aanbevelingen van **Kind en Gezin** en de principes van **de voedingsdriehoek**.

Concreet betekent dit:

- Groenten en fruit vormen de basis van onze maaltijden
- Volkorenproducten krijgen de voorkeur
- Water is de standaard drank
- Toegevoegde suikers of zout worden vermeden
- Sterk bewerkte producten worden beperkt
- Aangepaste structuren en porties die aansluiten bij de ontwikkelingsfase van elk kind

Baby's krijgen borst- en/of flesvoeding volgens hun individueel voedingsschema, dat in overleg met de ouders wordt opgesteld en opgevolgd.

Bij de overgang naar vaste voeding kiezen wij bewust voor **de lepelmethode**.

Veiligheid staat voorop in onze werking. Jonge kinderen ontwikkelen hun kauw- en slikvaardigheden stap voor stap, waardoor een doordachte begeleiding tijdens eetmomenten essentieel is.

De keuze voor de lepelmethode ondersteunt deze veilige aanpak. Door voeding begeleid aan te bieden, kunnen begeleiders de consistentie van de voeding aanpassen aan het ontwikkelingsniveau van het kind en het eetproces aandachtig opvolgen. Dit verkleint het risico op verslikken en maakt het mogelijk om snel in te spelen op signalen van het kind.

### **Respect voor het kind: responsief voeden**

In onze opvang staan **responsief voeden** en het **welbevinden van het kind** centraal. We observeren de honger- en verzadigingssignalen van elk kind en stemmen onze begeleiding hierop af.

Ook binnen de lepelmethode blijft het tempo van het kind bepalend. Begeleiders bieden de lepel aan en kijken aandachtig naar de signalen van het kind: toont het interesse in een volgende hap of geeft het aan verzadigd te zijn? Eten wordt nooit opgedrongen. De lepel wordt aangeboden, niet ingegeven. Het kind krijgt de ruimte om op zijn eigen tempo te eten en te ontdekken.

### **Zelfredzaamheid en positieve eetbeleving**

Eetmomenten verlopen in een rustige en aangename sfeer. Begeleiders nemen een actieve voorbeeldrol op en creëren een omgeving waarin kinderen zich veilig voelen om nieuwe smaken en texturen te ontdekken. Nieuwe voedingsmiddelen worden herhaald aangeboden, zonder druk, beloning of straf.

De lepelmethode ondersteunt een rustige en verbindende eetomgeving. Begeleiders blijven nabij, maken oogcontact en gebruiken het eetmoment als een moment van interactie en afstemming. Dit versterkt het gevoel van veiligheid en draagt bij aan **een positieve eetbeleving**.

Wanneer kinderen er ontwikkelingsmatig klaar voor zijn, stimuleren we hen om stap voor stap zelfstandiger te eten en drinken. Ze krijgen kansen om zelf een lepel vast te nemen, te experimenteren met verschillende texturen en geleidelijk meer autonomie te ontwikkelen. Voelen, proeven en uitproberen maken deel uit van dit leerproces en worden gezien als waardevolle ervaringen.

### **Aandacht voor diversiteit en samenwerking met ouders**

Een open samenwerking met ouders is een belangrijk uitgangspunt binnen ons voedingsbeleid. Ouders worden duidelijk geïnformeerd over ons voedingsaanbod, de eetmomenten en de ontwikkeling van hun kind. We bespreken samen wanneer en hoe de overgang naar meer zelfstandig eten plaatsvindt.

We communiceren ook transparant over onze keuze voor de lepelmethode en de redenen achter deze aanpak binnen de opvangcontext.

Daarnaast hebben we bijzondere aandacht voor kinderen en gezinnen in een kwetsbare situatie. We waken over toegankelijkheid, haalbaarheid en respect voor ieders context. In dialoog zoeken we samen met ouders naar veilige en haalbare oplossingen binnen ons voedingsbeleid.

Hoewel we elementen van zelfontdekkend-eten (zoals de Rapley-methode / Baby Led Weaning) erkennen, passen we deze methode in de opvangcontext niet toe. In een groepssituatie biedt deze aanpak minder overzicht, vraagt ze intensieve individuele begeleiding en kan ze bij jonge of onervaren eters een groter risico op verslikken met zich meebrengen.

Dit betekent echter niet dat we deze visie afwijzen. Waar mogelijk integreren we elementen ervan, zoals het stimuleren van zelfstandigheid en het laten ontdekken van voeding, binnen een begeleide en veilige aanpak.