

Informatieboekje

Dreumesgroep



KINDEROPVANG
CALIMERO KIDZ

DE PLEK WAAR JE OP JE
EIGEN TEMPO MAG GROEIEN

Inhoudsopgave

<u>Welkom bij Calimero Kidz!</u>	pag. 3
<u>Even voorstellen</u>	pag. 4
<u>Praktische informatie</u>	pag. 5
<u>Onze visie</u>	pag. 8
<u>Slapen op de dreumesgroep</u>	pag. 11
<u>De dreumesgroep ruimte</u>	pag. 15
<u>Intake</u>	pag. 16
<u>Een dag op de dreumesgroep</u>	pag. 17
<u>Tips voor een soepel afscheid</u>	pag. 19
<u>Tips voor de wenperiode</u>	pag. 20
<u>Bijlage 1. Intake vragenlijst</u>	pag. 23

Welkom bij Calimero Kidz!

We weten dat ouders ons het meest dierbare in hun leven toevertrouwen. Dat is een grote verantwoordelijkheid, en die nemen we heel serieus. Daarom willen we er alles aan doen om samen met jullie de best mogelijke zorg te bieden voor jullie kind.

In dit boekje vind je meer over wie we zijn en waar we voor staan. Je leest over onze visie, hoe een dag op de groep eruitziet, hoe je je kind kunt ondersteunen bij het wennen, en we delen tips over afscheid nemen. Ook vind je praktische informatie én vind je een smoelenboek van het team.

We hopen dat dit boekje helpt om met een goed gevoel te starten aan deze nieuwe stap!



Even voorstellen

Voordat ik je meer vertel over Calimero Kidz, stel ik mij graag aan je voor.

Mijn naam is Jacqueline Breukelman. Samen met mijn man en zoon woon ik in Winsum, het prachtige dorp waar ik mijn hele leven al met veel plezier woon.

Ruim 12,5 jaar geleden liep ik bij Calimero Kinderopvang binnen. Destijds was de opvang nog van mijn moeder. Ik begon als pedagogisch medewerker op de groep: dankbaar werk dat voldoening geeft. Geen dag is hetzelfde. Elke dag weer de blijde gezichten van kinderen, zien hoe ze zich ontwikkelen en groeien en daar zelf een bijdrage aan mogen leveren. Prachtig werk!

Naast mijn werk als pedagogisch medewerker kreeg ik de rol van pedagogisch coach. Ik begeleidde het team, voerde ontwikkelgesprekken en onderzocht samen hoe we onze kwaliteiten verder konden versterken. Vanuit het team hoorde ik woorden als uitdaging bieden, bijdragen, plezier en een vertrouwde en veilige plek willen zijn. Daar gingen we mee aan de slag, om dit samen te realiseren voor de kinderen.

In 2023 vroeg mijn moeder of ik het eigenaarschap wilde overnemen. Jeetje, wat spannend, maar ook wat een prachtige uitdaging! Samen met mijn man Rik ben ik nu eigenaar, vastbesloten om het levenswerk van mijn moeder voort te zetten.

Ik verdiepte me in verschillende pedagogische visies en stromingen om te ontdekken wat écht bij mij past. Hoe wil ik dat kinderen opgroeien? Wat vind ik belangrijk? Woorden als vertrouwen, veiligheid, groeien, ontwikkelen en eigen tempo kwamen steeds terug. Zo kwam ik al snel uit bij de pedagogiek van Emmi Pikler. Haar visie, een uitdagende en stimulerende speelomgeving, kinderen zien als competente personen en ruimte voor eigen groei en ontwikkeling, sprak mij enorm aan.

Dit wil ik voor onze kinderen: een veilige, vertrouwde omgeving waar zij in hun eigen tempo mogen groeien en ontwikkelen. Deze visie willen we steeds beter uitdragen, waardoor onze opvang altijd in ontwikkeling blijft. We blijven ons afvragen: Hoe sluiten we nog beter aan bij de behoeften van de kinderen? Zodat ze optimaal kunnen groeien en ontwikkelen in een veilige omgeving.



Bij Calimero Kidz vinden we het belangrijk dat ouders goed geïnformeerd zijn over hoe wij werken en wat we van elkaar mogen verwachten. Hieronder vind je de belangrijkste praktische afspraken en gegevens.

Bereikbaarheid

Tijdens de opvanguren moeten ouders telefonisch bereikbaar zijn. Mocht dit niet mogelijk zijn, geef dan altijd een achterwacht door (bijvoorbeeld een opa, oma of andere vertrouwde volwassene). In geval van nood moeten we iemand kunnen bereiken.

Algemeen telefoonnummer Calimero Kidz: 0595 – 208003

Voeding en verzorging

- Flesvoeding vragen we om zelf mee te geven, bij voorkeur in een voedingstoren. Borstvoeding graag ontdooid meegeven in daarvoor bestemde flesjes of borstvoedingszakjes.
- Dieetvoeding of bijzondere voeding graag zelf meebrengen.
- Overige voeding (brood, fruit, groente en drinken) wordt door ons verzorgd.
- We zijn een gezonde kinderopvang: we spelen dagelijks buiten, bieden ruimte voor vrij bewegen en stimuleren risicovol spel onder toezicht.
- Binnen dragen de kinderen antislipslofjes, antislipsokken of het liefst blote voeten.

Verjaardagen bij Calimero Kidz

Bij Calimero Kidz staat bij een verjaardag het kind centraal. We maken er een warm en feestelijk moment van, waarin het kind wordt gezien en aandacht krijgt. De nadruk ligt op samen vieren, niet op de traktatie.

Trakteren is niet verplicht. Wanneer er wel wordt getrakteerd, kiezen we voor kleine, gezonde of niet-eetbare traktaties die passen bij de leeftijd van de kinderen. Zo houden we verjaardagen prettig, veilig en ontspannen voor iedereen.

Ziekteprotocol

We volgen een helder beleid rondom ziekte, in het belang van alle kinderen en medewerkers:

- We verwachten dat ouders tijdens de opvang dag bereikbaar zijn voor noodgevallen.
- Als een kind 38 graden of hoger koorts heeft, vragen we om het kind op te halen.
- Een kind mag pas weer komen als het 24 uur volledig koortsvrij is.
- Kinderen mogen niet naar de opvang worden gebracht met paracetamol.
- Medicatie (geen paracetamol) kunnen we alleen toedienen met een ingevuld en ondertekend medicijnenformulier.

Opvangmogelijkheden en dagindeling

Wij werken met dagdelen. Je kunt kiezen uit de volgende opvangtijden.

Standaard dagdelen:

- Ochtend: 07.00 – 12.30 uur
- Middag: 12.30 – 18.00 uur

Een hele dag opvang bestaat uit twee dagdelen: de ochtend én de middag.

Ruilen en extra opvang

Ruilen of het aanvragen van extra opvang kan vóór de eerste van de maand via het ouderportaal.

Heb je onverwacht extra opvang nodig of wil je ruilen op korte termijn? Neem dan contact op met de pedagogisch professional op de groep, telefonisch of via een bericht in het ouderportaal. We denken graag met je mee.

Openingstijden en gesloten dagen

Calimero Kidz is geopend van maandag t/m vrijdag van 07.00 tot 18.00 uur.

We zijn gesloten op:

- Officiële feestdagen (zoals Hemelvaart en de dag erna)
- Studiedagen
- De periode tussen Kerst en Oud & Nieuw

Let op: gesloten dagen worden niet gecompenseerd.

De actuele sluitingsdata kun je altijd terugvinden in het ouderportaal.



De belangrijkste behoefte van ieder kind is de behoefte aan verbinding. Zonder een afgestemde relatie met een liefdevolle volwassene zullen er geen andere behoeften bevredigd kunnen worden en kan een kind zich niet veilig voelen.

Daarom nemen we de 1-op-1 band met ieder kind in de groep heel serieus. Een stevige band zorgt ervoor dat een kind zich kan hechten, ontspannen, spelen, leren en optimaal kan ontwikkelen. Werken met meerdere kinderen tegelijk vraagt dat we heel bewustilstaan bij hoe we die verbinding dagelijks met elk kind versterken. Zodat ieder kind zich gezien, gehoord en begrepen voelt.

Kinderarts Emmi Pikler liet zien hoe we dit ook in een opvangsetting liefdevol kunnen vormgeven. Haar manier van kijken helpt ons om elk kind echt te leren kennen en op zijn eigen tempo te laten groeien.

Gras groeit niet harder als je eraan trekt.

Elk kind ontwikkelt zich op zijn eigen manier en op zijn eigen tempo. De kunst is om geduld te hebben en vertrouwen te houden, ook als iets nog even niet lukt.

Misschien denk je nu: Emmi wie? Geen zorgen, de naam hoeft je niet te onthouden. Wat wij belangrijk vinden, is dat je begrijpt hoe wij haar visie toepassen in ons dagelijks werk.



Het competente kind

Wij geloven niet dat kinderen alleen maar afhankelijk zijn. Ze beschikken over heel veel mogelijkheden, maar alleen als wij die ook echt willen zien.

Daarom observeren we veel. We kijken, wachten en geven kinderen de kans om eerst zelf iets te proberen voordat we helpen. Vanuit vertrouwen. Natuurlijk zijn we alert en grijpen we meteen in bij onveilige situaties of als een kind aangeeft dat het hulp nodig heeft.

Respectvolle verzorgingsmomenten

De verzorgingsmomenten zetten we strategisch in om onze band met het ieder kind te verdiepen. We geven dan onverdeelde aandacht (1 op 1), praten met het kind, nodigen het uit om mee te doen waar dat kan, en zorgen voor rust en nabijheid. Er is ruimte voor een grapje, een gesprekje of een liefdevolle aanraking.

Deze kleine momenten zijn groots in betekenis: hier voelt een kind zich werkelijk gezien en begrepen.

Vrije bewegingsontwikkeling

We richten onze ruimtes zorgvuldig in, zodat die precies aansluiten bij de ontwikkelingsfase en de spelbehoeften van de kinderen op de groep.

We brengen een kind nooit in een houding waar het niet zelfstandig in of uit kan komen. We vertrouwen op de mogelijkheden van het kind en op het tempo waarin het zich ontwikkelt.

We zijn niet gefocust op mijlpalen, maar op de weg ernaartoe: Hoe voelt een kind zich? Beweegt het soepel? Is het in balans?

Deze manier van begeleiden zorgt voor zelfvertrouwen, innerlijke rust en een natuurlijke motorische ontwikkeling.

Rust en regelmaat

Kinderen gedijen het best als ze weten wat er komt. Daarom proberen we zoveel mogelijk te benoemen wat we doen en zorgen we voor een voorspelbaar dagritme. Dit geeft houvast: kinderen voelen zich sneller veilig, kunnen beter meebewegen met de dag en raken minder snel overprikkeld.

Rust is óók essentieel voor herstel. Daarom zorgen we voor voldoende rustmomenten én voor plekjes waar kinderen zich gedurende de dag kunnen terugtrekken, ook buiten de slaaptijd om.

Iedere ruimte bevat een rusthoekje waar een kind even alleen mag zijn om bij te komen, tot zichzelf te komen, of gewoon even niets te hoeven.

Slapen op de dreumesgroep



Slapen is voor dreumesen ontzettend belangrijk. Tijdens hun slaap verwerken kinderen alle indrukken van de dag en krijgen hun lichaam en brein de rust die nodig is voor hun ontwikkeling.

En juist op deze leeftijd kan de slaapbehoefte enorm verschillen. Het ene kind is na een uur uitgerust en klaar om weer te spelen, terwijl een ander kind op dat moment nog midden in een diepe slaap zit. Ook kan de slaapbehoefte van hetzelfde kind van dag tot dag verschillen.

Daarom vinden wij het belangrijk om bij het slapen niet alleen naar de klok te kijken, maar vooral naar **het kind dat voor ons ligt**.

Een opvangdag vraagt veel van een kind

Een opvangdag is niet hetzelfde als een dag thuis. Op de opvang zijn er vaak veel meer prikkels te verwerken: andere kinderen om je heen, geluiden, samen spelen, activiteiten, overgangsmomenten en alles wat er gedurende de dag gebeurt.

Dat vraagt veel van een jong kind. Het is daarom heel normaal dat een dreumes op een opvangdag soms meer slaap nodig heeft dan thuis. Ook kan een kind de ene dag simpelweg vermoeider zijn dan de andere dag.

We kijken daarom niet alleen naar hoeveel een kind thuis of 'normaal gesproken' slaapt, maar vooral naar wat het kind **die dag** nodig heeft.

We nemen wensen van ouders mee én blijven kijken naar het kind

Natuurlijk begrijpen we dat ouders wensen kunnen hebben rondom de slaapduur van hun kind. Bijvoorbeeld omdat langer slapen overdag invloed kan hebben op het slapen thuis. Daar luisteren we naar en daar proberen we zoveel mogelijk rekening mee te houden.

Wanneer is afgesproken dat een kind bijvoorbeeld maximaal een uur slaapt, zullen we het kind na dat uur rustig proberen wakker te maken.

Slapen op de dreumesgroep



Maar wakker maken betekent niet automatisch dat een kind ook daadwerkelijk **wakker kán zijn**.

Soms zien we een dreumes die nauwelijks wakker te krijgen is, zijn ogen amper open kan houden, tijdens het wakker worden alweer in slaap valt of overduidelijk nog ontzettend moe is.

Op zo'n moment vertelt het lichaam van een kind ons eigenlijk heel duidelijk: **ik heb deze slaap nog nodig**.

We vinden het niet passend om een dreumes op zo'n moment koste wat kost uit bed te halen en wakker te houden omdat de afgesproken tijd voorbij is. Wanneer we duidelijk zien dat een kind nog niet uitgeslapen is, geven we het de ruimte om verder te slapen.

We zorgen niet voor één kind, maar voor een hele groep

Daarbij speelt ook mee dat we binnen de kinderopvang altijd kijken naar het welbevinden van alle kinderen in de groep.

Wanneer één kind wakker wordt gemaakt terwijl het eigenlijk nog erg moe is, kan het de rest van de middag meer nabijheid nodig hebben, sneller huilen, prikkelbaar zijn of moeilijker tot spel komen. Natuurlijk kunnen en willen we een kind daarin begeleiden.

Maar wanneer dit op hetzelfde moment voor bijvoorbeeld drie of vier kinderen geldt, ontstaat er een andere situatie. Meerdere kinderen die eigenlijk nog slaap nodig hadden, vragen tegelijkertijd extra nabijheid en ondersteuning. Dat heeft niet alleen invloed op deze kinderen zelf, maar ook op de rust in de groep en op de aandacht die we aan de andere kinderen kunnen geven.

Daarnaast slapen de dreumesen samen in één slaapkamer. Wanneer kinderen allemaal verschillende maximale slaaptijden hebben, betekent dit dat pedagogisch professionals meerdere keren de slaapkamer in moeten om individuele kinderen wakker te maken. De deur gaat open, er is beweging in de slaapkamer en ook

Slapen op de dreumesgroep



kinderen die nog wél slaap nodig hebben kunnen hierdoor wakker worden.

Op een groep met meerdere slapende kinderen is het daarom niet altijd haalbaar om voor ieder kind een strak individueel wekmoment aan te houden zonder dat dit gevolgen heeft voor de andere kinderen.

Daarom zien wij een afgesproken slaaptijd niet als een harde wekker, maar als een **richtlijn**. We nemen de afspraken met ouders serieus, proberen een kind op het afgesproken moment rustig wakker te maken én blijven ondertussen kijken naar wat het kind ons laat zien en wat er binnen de groep mogelijk is.

We blijven hierover natuurlijk graag met ouders in gesprek. Jullie kennen je kind thuis, wij leren jullie kind steeds beter kennen binnen de opvang. Door die informatie samen te brengen, kunnen we zo goed mogelijk aansluiten bij wat een kind nodig heeft.

We kijken naar de klok, maar het kind laat ons zien wat het op dat moment nodig heeft.

Wat kun jij als ouder doen?

Bij Calimero begeleiden we kinderen naar rust, afgestemd op hun eigen ritme. Slapen is geen vaardigheid die we aanleren, maar een proces dat we ondersteunen met veiligheid, voorspelbaarheid en nabijheid.

Tijdens de wenperiode stemmen we af op de slaapgewoonten van thuis. Daardoor voelt je kind zich sneller op zijn gemak in de groep. Zodra je kind meer gewend is begeleiden we hem of haar, als dat nodig is, stap voor stap richting zelfstandig in slaap vallen.

Dit doen we zonder hulpmiddelen zoals white noise, schommelstoelen of fixatie. In plaats daarvan leggen we kinderen wakker en ontspannen op de rug in een rustige omgeving, waar ze zelf tot rust mogen komen met een kalme, aanwezige volwassene in de buurt.

Slapen op de dreumesgroep



De opvang lijkt in sommige opzichten op een groot gezin. Er zijn momenten waarop meerdere kinderen tegelijk gaan slapen. Dan moeten we onze aandacht verdelen en is het simpelweg niet haalbaar om elk kind uitgebreid te wiegen of rond te lopen, hoe graag we dat soms ook zouden willen.

We willen daar vanaf het begin open over zijn, zodat je weet wat je kunt verwachten. Gelukkig is in slaap vallen een aangeboren vermogen. Ieder kind kan slapen als het daarvoor de juiste rust en ondersteuning krijgt.

Wat helpt?

Je helpt je kind enorm door **thuis al te oefenen met wakker in bed leggen**, zodat hij of zij eraan gewend raakt om op een rustige manier zelf in slaap te vallen.

Wij ondersteunen dit proces liefdevol met rust, nabijheid en vertrouwen, binnen de mogelijkheden van de groep.

De dreumesgroep ruimte

De dreumesgroep

Als je binnenkomt op de dreumesgroep, zie je dat de ruimte is opgedeeld in twee delen: een verzorgingsgedeelte en een speelruimte. Op deze manier kunnen we voorkomen dat er onveilige situaties ontstaan als bijvoorbeeld het klimmen op meubels.

In de speelruimte vind je klim en speelmaterialen die precies aansluiten bij de ontwikkeling van je kind. Ook is er een rustplekje aanwezig in de ruimte. Zo willen we kinderen de mogelijkheid bieden zich even terug te trekken als ze hier behoefte aan hebben.

Deze duidelijke indeling helpt kinderen om zich in hun eigen tempo te ontwikkelen, zonder overprikkeling of onbedoelde risico's.

Speelmaterialen

Op onze groepen vind je geen speelgoed dat licht geeft of geluid maakt. We kiezen bewust voor **open-einde materialen**: eenvoudige, uitnodigende voorwerpen die niet 'sturen' maar het kind uitnodigen tot eigen spel en creativiteit.

Zo kan elk kind zélf bepalen wat het wil doen, hoe lang, en met welke intensiteit. Op die manier houden kinderen grip op de hoeveelheid prikkels en worden ze gestimuleerd in hun creativiteit en concentratie. We observeren de kinderen dagelijks en passen de speelmaterialen aan op de behoeften van het kind.



Tijdens de intake maak je kennis met de mentor van je kind. Deze mentor is het vaste aanspreekpunt zolang je kind in deze groep verblijft. In dit gesprek nemen we samen de tijd om alle belangrijke informatie te verzamelen die nodig is om goed aan te sluiten bij de behoeften van jouw kind.

We bespreken onder andere:

- de voeding en eetgewoonten,
- waar je kind graag mee speelt,
- hoe hij of zij het liefst getroost wordt,
- het dagritme thuis,
- en hoe het naar bed gaan daar verloopt.

Een goede voorbereiding helpt om de overgang van thuis naar de opvang zo soepel mogelijk te maken. Daarom vinden we het belangrijk om jouw ervaringen en kennis over je kind mee te nemen in onze zorg.

In de bijlage vind je een korte vragenlijst die je rustig thuis kunt invullen. Zo zorgen we samen voor een fijne en vertrouwde overgang naar de opvang.



Een dag op de dreumesgroep

En dan is het zover, je dreumes komt voor de eerste keer spelen bij Calimero Kidz!

Je brengt je dreumes op de afgesproken tijd naar de opvang. In de gang kun je de jas ophangen en persoonlijke spullen zoals reservekleding, eventuele dieetvoeding, een speen en een knuffeltje opbergen in het laadje van je dreumes. Zo blijft alles overzichtelijk en op de juiste plek.

Daarna is het tijd voor de overdracht. Je wisselt informatie uit met de professional over hoe het met je dreumes gaat en of er bijzonderheden zijn. Vervolgens nemen jullie afscheid. Voor je dreumes is het fijn als dit afscheid kort en op een vaste manier verloopt. Dit geeft houvast aan een moment dat nieuw is. (Zie ook: tips voor afscheid nemen.)

Je geeft je dreumes over aan de professional op de groep. Deze is erop getraind om goed te kijken naar wat jouw dreumes op dat moment nodig heeft. Sommige kinderen willen nog even knuffelen of op schoot zitten, anderen zijn er al aan toe om op ontdekking te gaan. We begeleiden je dreumes naar een plek in de ruimte die past bij zijn of haar ontwikkelingsfase en interesses.

We eten op vaste tijden (fruit/groente, broodmaaltijd, cracker/fruit/groente) en proberen zoveel mogelijk rekening te houden met het slaapschema van thuis. Tegelijkertijd is het goed om te weten dat kinderen in een nieuwe omgeving soms andere behoeften laten zien: ze kunnen meer slapen of juist minder. De professionals stemmen voortdurend af op de signalen van jouw kind en passen de zorg daarop aan.

We werken met een zo voorspelbaar mogelijk dagritme, met afwisseling tussen eten, verzorging, veel vrij (buiten)spelen en bewegen, en rustmomenten. Deze structuur helpt je kind zich veilig te voelen en te begrijpen wat er komt.



Een dag op de dreumesgroep

Via het ouderportaal houden we je regelmatig op de hoogte van hoe het gaat op de groep. Bij bijzonderheden nemen we uiteraard meteen contact met je op om te overleggen.

Aan het einde van de dag haal je je dreumes weer op. Tijdens de overdracht hoor je kort hoe de dag is verlopen, en is er ruimte om vragen te stellen.

Let op: het is heel normaal dat kinderen, vooral tijdens de wenperiode, wat vermoeid of hongerig thuiskomen. Het kan helpen om na een opvang dag geen drukke plannen te maken, maar eerst rustig samen thuis te landen en de dag te verwerken.

1 of 2 dagen opvang?

Voor jonge kinderen, en zeker voor kinderen die moeite hebben met wennen of veel huilen, is regelmaat extra belangrijk. Bij 1 dag opvang per week zit er vaak te veel tijd tussen de opvangmomenten, waardoor het wennen steeds opnieuw lijkt te beginnen.

Twee dagen per week, liefst kort na elkaar, zorgen ervoor dat het kind sneller vertrouwd raakt met de ruimte, de mensen en het ritme van de dag. Het leert: "Ik word gebracht, ik kan hier spelen, en mijn ouder komt weer terug." Deze herhaling versterkt het vertrouwen, vermindert stress en helpt het kind emoties beter te reguleren.



Tips voor een soepel afscheid

Als ouder kun je je kind op weg helpen met een korte, voorspelbare afscheidsroutine. Oefen deze thuis, zodat je kind weet wat er gaat gebeuren. Denk aan een knuffel en een vaste zin zoals “Ik kom altijd terug” of “Tot straks, lieverd”. Juist iets bekends helpt in een moment waarin veel onbekend voelt.

Kies samen met de opvang een vaste aanspreekpersoon voor je kind en bespreek wat jouw kind helpt om zich te kalmeren.

Zie en erken het gevoel van je kind, zonder het over te nemen. Als jij zichtbaar gespannen of onzeker bent, voelt je kind dat en kan het gaan denken: “Misschien is het hier toch niet veilig.” Dan worden jouw zorgen de zorgen van je kind.

Laat in woorden en houding merken dat je vertrouwen hebt:

- “Ik weet het, het is lastig om afscheid te nemen.”
- “Ik weet dat je veilig bent.”
- “Ik weet dat je uiteindelijk een fijne dag zult hebben.”
- “Ik weet dat ik je straks weer zie, als ik je kom ophalen.”

Sluit het afscheid af met warmte en vertrouwen: een knuffel, een geruststellende zin en dan gaan. Als je het afscheid langer maakt dan nodig, geef je onbedoeld het signaal dat je de situatie niet helemaal vertrouwt. Dat maakt het voor je kind lastiger om te ontspannen.

Jouw doel is dat je kind voelt:

“Mijn gevoel mag er zijn, ik ben hier veilig,
en mijn ouder komt altijd terug.”



Tips voor de wenperiode



1. Bereid je kind voor

- **Overleg met de mentor**

Neem tijd voor de intake. Zorg dat alle belangrijke informatie is uitgewisseld met de opvang. Neem bij bijzonderheden of wijzigingen in het voeding/slaap schema altijd contact met ons op!

- **BELANGRIJK! Boots de opvangsituatie thuis na:**

Laat je kind af en toe zelf spelen/bewegen en leg hem wakker in bed, zodat deze situatie alvast vertrouwd voelt.

LET OP! Geef je borstvoeding? Begin dan op tijd met het oefenen van drinken uit een flesje!

- **Oefen met korte momenten van afscheid**

Begin met kort weggaan en bouw dit langzaam op. Gebruik altijd hetzelfde afscheidsritueel: bijvoorbeeld een kus en knuffel, met steeds dezelfde zin zoals "Ik hou van je en ik zie je straks weer" of "Veel plezier lieverd, ik kom snel terug". Dit helpt je kind begrijpen dat je weer terugkomt.

- **Een vertrouwd knuffeltje of doekje mee**

Een bekend object van thuis kan troost geven en een gevoel van veiligheid bieden in de nieuwe omgeving.

2. Maak de overgang makkelijker

- **Praat positief over de opvang**

Ook als je kind nog jong is, kun je de opvang al op een vrolijke manier introduceren. Bijvoorbeeld: "Je gaat spelen met nieuwe vriendjes, dat wordt leuk!".

Tips voor de wenperiode



- **Erken het gevoel van je kind**

Het is normaal dat jullie beiden spanning voelen. Merk je dat je kind onrustig wordt? Benoem dat op een geruststellende manier, zoals: "Ik weet dat dit anders voelt, je bent hier veilig, ik kom altijd weer terug". Zo voelt je kind zich gezien in zijn ongemak.

- **Probeer rustig en zelfverzekerd te blijven**

Kinderen spiegelen het gevoel van hun ouder. Als jij kalm en zeker bent, voelt je kind zich sneller veilig op de opvang. Vind je dit lastig? Laat het dan weten aan de professional op de groep, zij zijn getraind je hierin te ondersteunen.

- **Check in bij jezelf**

Neem na het afscheid een moment om stil te staan bij je eigen gevoel. Het is normaal om verdrietig of nerveus te zijn. Vertrouw erop dat je kind zich zal aanpassen naarmate hij meer gewend raakt.

3. Ondersteun je kind bij de overdracht

- **Houd het afscheid kort**

Een vast en kort ritueel helpt: knuffel, afscheidsgroet, vertrekken. Lang blijven hangen maakt het afscheid vaak lastiger.

- **Stel je kind gerust**

Zeg bijvoorbeeld: "Ik weet dat dit lastig is, maar je bent hier veilig en ik kom snel terug". Zo voelt je kind zich gesteund én vrij om emoties te uiten.

- **Vertrouw de pedagogisch professionals**

Pedagogisch professionals zijn getraind om kinderen door deze moeilijke momenten heen te helpen. Ze maken gebruik van verschillende strategieën en bieden zo troost waar nodig.

Tips voor de wenperiode

4. Thuis na een dag opvang

- **Praat met je kind**

Vraag bij thuiskomst vrolijk: "Heb je fijn gespeeld met je vriendjes?". Ook al kan je kind nog niet antwoorden, jouw toon en enthousiasme maken dat hij zich verbonden voelt.

- **Observeer het gedrag**

Het is normaal dat je kind wat meer aanhankelijk, moe of van slag is in de wenperiode. Plan na een opvangdag ruimte om rustig samen thuis te zijn. Knuffel, speel of lees samen een boekje om weer te landen.

- **Vertel over zijn dag**

Vertel in eenvoudige woorden wat hij gedaan heeft en met wie. Dit helpt je kind zich gezien en gehoord te voelen.

5. Blijf in contact met ons!

Goede communicatie is essentieel.

- Deel je zorgen en observaties met de pedagogisch professionals.
- Vraag bij het ophalen hoe de dag is verlopen, zodat je daar thuis op kunt aansluiten in je gesprekken met je kind.

Bijlage 1. Intake vragenlijst



Voeding en eetgewoonten

- Hoe geef je je kind voeding op dit moment? (borstvoeding, flesvoeding, combinatie?)
- Zijn er vaste voedingstijden of volg je de signalen van je kind?
- Welke signalen zie je bij je kind als hij of zij trek heeft?
- Hoeveel drinkt je kind ongeveer per keer?
- Wordt je kind gevoed op verzoek of op schema?
- Hoe verloopt een voedingsmoment thuis? Zijn er dingen waar we op kunnen letten?
- Heeft je kind specifieke voorkeuren, allergieën of voedingswensen?

Spel en interesse

- Waar speelt je kind op dit moment graag mee?
- Hoe beweegt je kind zich door de ruimte (bijv. rollen, kruipen, tijgeren)?

Troosten en nabijheid

- Hoe merk je dat je kind zich ongemakkelijk, overstuur of verdrietig voelt?
- Wat helpt om je kind te troosten?
- Heeft je kind behoefte aan fysiek contact (bijv. dragen, wiegen), woorden, of juist rust en afstand?
- Hoe reageert je kind op onbekende mensen of nieuwe situaties?
- Wat is belangrijk voor jullie als ouders als je kind verdrietig is in de opvang?

Dagritme thuis

- Hoe ziet een gemiddelde dag er thuis uit voor je kind?
- Zijn er vaste momenten voor slapen, voeden, spelen en verzorgen?
- Zijn er specifieke overgangsrituelen die je gebruikt (bijv. voor of na het slapen)?
- Hoe merk je dat je kind moe wordt of juist toe is aan actie?
- Zijn er verschillen tussen doordeweekse dagen en het weekend?

Bijlage 1. Intake vragenlijst



Slapen en naar bed gaan

1. Algemeen

- Hoe laat gaat je kind meestal slapen overdag?
- Hoe vaak en hoe lang slaapt je kind meestal op een dag?
- Merk je bepaalde signalen waaraan je kunt zien dat je kind moe is?

2. Voorbereiding op het slapen

- Hebben jullie een vast ritueel voordat je kind gaat slapen (bijv. zingen, boekje lezen, masseren)?
- Welke woorden of zinnen gebruik je als je je kind vertelt dat hij/zij bijna gaat slapen?
- Wordt je kind gevoed vlak voor het slapen (borst/fles)? Zo ja, hoe verloopt dat moment?

3. Troosten en “in slaap brengen”

- Hoe begeleid je je kind? (Bijv. in bedje leggen, in de armen wiegen, voeden tot slapen, wieg of draagdoek?)
- Wordt je kind volledig wakker of al in slaap in bed gelegd?
- Wat helpt je kind om tot rust te komen? (Bijv. zacht praten, sussen, zingen, hand op buik?)

4. Slaapomgeving en hulpmiddelen

- Slaapt je kind in een slaapzak of met dekentje? Wat draagt hij/zij?
- Gebruikt je kind een speen? Zo ja, wanneer geef je die?
- Heeft je kind een knuffeltje of doekje bij het slapen?
- Is de kamer donker of met een nachtlampje?

Bijlage 1. Intake vragenlijst



5. Houding en plek

- Op welke plek slaapt je kind overdag? (Bijv. wieg, co-sleeper, bed op eigen kamer, draagzak?)
- In welke houding leg je je kind neer om te slapen? (Bijv. op de rug, zij, buik, evt. onder begeleiding)
- Zijn er speciale wensen of aandachtspunten rondom de slaaphouding?

6. Bij het wakker worden

- Wat doen jullie thuis als je kind wakker wordt maar nog moe lijkt?
- Hoe reageer je als je kind tijdens de slaap onrustig is of even huilt?

7. Overig

- Zijn er dingen die voor jullie belangrijk zijn rondom het slapen van jullie kind?
- Zijn er medische of persoonlijke aandachtspunten die we moeten weten?

Tot slot

- Zijn er andere dingen die je graag met ons wilt delen over je kind?
- Zijn er wensen of zorgen die je hebt rondom de start op de opvang?