Pedagogische richtlijnen bij het eetmoment

Het eetmoment is een rustig en gezellig moment.

Het kind bepaalt zelf hoeveel hij eet en wanneer hij genoeg heeft.

Kinderen worden aangemoedigd om verder te eten of te drinken of te proeven.

Er wordt geen voeding of drank gegeven aan een wenend kind.

Baby’s drinken flessenwater. Peuters drinken kraantjeswater.

Er worden aparte lepeltjes genomen voor de desserten.

Er wordt respectvol met voeding omgegaan.

Kinderen worden gestimuleerd om zelfstandig te eten en krijgen hiervoor voldoende tijd.

Het eetmoment wordt begrensd tot 30 minuten omwille van pedagogische redenen. Een afgebakend moment schept duidelijkheid bij een kind.

Kinderen worden aangeleerd om alsjeblieft en dankuwel te gebruiken, ook bij de eetmomenten.

Voeding bij baby’s

Tijdstip: VM vanaf 10u45, NM vanaf 14u45

Vlak voor het eten wordt er speelgoed gewisseld op de mat, zodat de kinderen die hun beurt moeten afwachten om te eten nieuw speelgoed hebben.

Aantal kindjes: maximum 3 kindjes per begeleidster, waarvan 1 zelfstandig kan eten. Dus maximum 2 kindjes die moeten geholpen worden bij het leren eten of die eten gegeven worden.

Zachte lepeltjes voor baby’s onder de 8 maanden, nadien inox lepeltjes.

Start vaste voeding geleidelijk aan, schakel over naar fles indien nodig. Ga geen gevecht aan.

Van bij de start laten we de kindjes drinken uit een beker. Indien dit niet goed lukt, probeer dan water te geven met een lepeltje.

Vanaf 10 maanden proberen over te schakelen naar geplette voeding (starten met half geplet, half gemixt).

Vanaf 12 maanden stimuleren tot het zelf vasthouden van een lepeltje bij het eten en zelf drinken uit beker. Beginnende drinkers gebruiken de bekers met 2 oortjes.

Baby’s drinken flessenwater. Voor de papflessen wordt er dagelijks een nieuwe fles water geopend. Flessen die geopend worden, worden gedateerd.

In de namiddag worden stukjes fruit aangeboden aan de baby’s vanaf 10 maanden, aangevuld met stukjes brood. Er wordt gestart met zacht fruit (banaan), later eventueel andere fruitsoorten. De stukjes fruit worden aangevuld met een halve portie fruitpap totdat het kind een equivalent van 1 stuk fruit kan eten.

Handen en gezicht van kindjes die alleen eten worden gewassen aan tafel na het eten.

Voeding bij peuters

Tijdstip: VM start om 11u, NM start om 15u

Handjes worden gewassen voor het eten.

Er wordt gezamenlijk gegeten aan tafel. De voeding wordt op de tafel van de kinderen gezet zodat zij kunnen zien wat er in de kookpotten zit. Bij het uitscheppen wordt de voeding benoemd.

Bordjes worden doorgegeven en niet geschoven over de tafel (respectvol omgaan met voeding).

Kinderen worden gestimuleerd om te proeven.

Na het eten wordt er water gedronken (indien nodig ook tussendoor). Peuters drinken kraantjeswater uit hun schenkkan.

In de namiddag wordt er fruit gegeven: minstens 2 soorten fruit. De kinderen worden gestimuleerd om een equivalent van 1 stuk fruit te eten (vb halve banaan, kwart appel, kwart kiwi). Indien ze nog honger hebben, wordt er een boterham aangeboden.

Bij het vieruurtje drinken de peuters koude melk.

Kindjes die net overgekomen zijn naar de kleine peuters doen een slabber aan bij het vieruurtje.

Handjes en gezichtjes worden gewassen na het eten (elk kind een apart washand en handdoek).

De begeleidster zit mee aan tafel.

Grote peuters specifiek

De kinderen eten met een vorkje ipv lepeltje.

De kinderen helpen mee de vorkjes uitdelen voor het eten.

Groenten, aardappelen en vlees worden apart op het bord aangeboden.

Drinkmomenten per dag

9u: soep

11u30: water na het middageten

14u: water bij het wakker worden

15u30: water (baby’s) of melk (peuters) na het fruitmoment

17u: water + koekje

Baby’s die nog geen vast ritme hebben drinken na elk dutje wat water.

Bij temperaturen van meer dan 25°C worden de kinderen gestimuleerd om elk uur te drinken en kan er bij de peuters af en toe appelsap, aangelengd met water, gegeven worden om de kinderen beter te doen drinken. Bij de baby’s wordt het water dan aangelengd met ligacé.