

## Bewegen met kinderen

Het project Fitte Start Schagen is in januari met een Beweeginstuf voor kinderen van 0-4 jaar van start gegaan. Bij de kinderopvang is de opleiding Bewegkriebels uitgerold en jonge kinderen uit Schagen zijn gaan deelnemen aan het Nijntje Bewegprogramma. Tijdens het consult bij de jeugdgezondheidszorg voor ouders van kinderen van 18 maanden wordt extra tijd besteed aan voeding- en beweegadvies.

## Beweegkriebels

Marja Schmitz, van KDV Hoi-Pipeloi, Ciska Bosma en Monique de Vries van Team Sportservice Schagen hebben de opleiding "Train de Trainer" Bewegkriebels afgerond en zijn bevoegd om de training Bewegkriebels te geven.



In januari is de training Bewegkriebels bij de kinderopvangorganisaties Hoi-Pipeloi, SKRS en Kappio gestart. Marja Schmitz en Monique de Vries hebben 12 pedagogisch medewerkers, werkzaam in de kernen Schagen, Schagerbrug en Dirkshorn, opgeleid. De training is afgesloten met een voorlichtingsbijeenkomst voor de ouders waar, naast bewegen en de motorische vaardigheden van een jong kind, ook de gezonde voeding centraal staat.

## Certificaten uitgereikt

De pedagogisch medewerkers Doranne van der Steen, Petra Vink (kinderopvang Hoi Pipeloi), Saskia van Schagen en Anna Boers (kinderopvang Kappio) zijn geschoold en ondersteund in het ontwikkelen én uitvoeren van een uitdagend speels beweegaanbod, afgestemd op de kinderen van 0-4 jaar. Zij hebben begin juli de cursus Bewegkriebels afgerond. De medewerkers hebben veel inspiratie opgedaan om dagelijks enthousiast met kinderen aan de slag te gaan met speelse beweegactiviteiten en het aanleren van een actieve leefstijl.



Op verschillende locaties zijn de medewerkers geschoold in Bewegkriebels. De pedagogisch medewerkers van kinderopvang SKRS sluiten de cursus Bewegkriebels na de zomervakantie af. De uitreiking van de certificaten vindt medio september plaats.

## Nieuwe cursus Bewegkriebels

In oktober start de nieuwe cursus Bewegkriebels voor pedagogisch medewerkers die werkzaam zijn in de kernen Schagen, Schagerbrug, Burgerbrug, Dirkshorn, Sint Maarten. St. Maartensbrug en St. Maartensvlotbrug. Informatie is verkrijgbaar bij Monique de Vries van Team Sportservice via 0224 - 21 47 74 of [mdevries@teamsportservice.nl](mailto:mdevries@teamsportservice.nl).

## Nijntje Bewegdiploma

Bij Gymnastiekvereniging Lycurgus Advendo zijn Nel Veenstra en Saskia van Schagen opgeleid voor de beweglessen Nijntje Bewegprogramma. In januari zijn zij hiervoor geslaagd en geven nu de Nijntje lessen bij de vereniging.

Aan het Nijntje Bewegprogramma hebben 9 kinderen deelgenomen. In ongeveer 20 lessen leerden de jonge kinderen spelenderwijs de basisvormen van bewegen. Daarbij is er aandacht voor het individueel niveau. Alle kinderen hebben het Nijntje Bewegdiploma behaald. De ouders van wie de kinderen de Nijntje lessen hebben gevolgd zijn enthousiast over de vaardigheden en ontwikkelingen. De kinderen gaan met sprongen vooruit en durven meer. Ook fietsen gaat beter.



Er zijn twee voorlichtingsbijeenkomsten voor ouders georganiseerd. Tijdens de 1<sup>e</sup> bijeenkomst verzorgde Mariska Rinkel (Dieet&Co) informatie over gezonde voeding en vertelde Ingela Hermans (Kinderfysiotherapie Hoep Zuid) over de motorische ontwikkeling van het jonge kind. Tijdens de 2<sup>e</sup> bijeenkomst werden de tips hoe je samen kan bewegen met je kind en gezonde hapjes kunt maken in de praktijk gebracht.

## Beweegtips en voedingsadvies

Ook de Jeugdgezondheidszorg van de GGD Hollands Noorden ondersteunt Fitte Start. De jeugdverpleegkundige op het consultatiebureau geeft ouders beweeg- en voedingsadvies. Er is extra aandacht voor de leeftijdsgroep van 18 maanden.



Alle ouders van kinderen van 0-4 jaar krijgen een flyer met beweegtips, zomertips voor buitenspelen en informatie over beweegactiviteiten in de buurt.

## Nieuw beweegaanbod van start

In september start een nieuwe groep van het Nijntje Bewegprogramma bij Lycurgus Advendo in Schagen. Informatie is verkrijgbaar via 0224 - 75 28 of via [www.nijntje@lucurgus-advendo.nl](mailto:www.nijntje@lucurgus-advendo.nl).

Er start ook een groep zwemkids bij Sportfondsen De Wiel. Deze zwemles is voor kinderen met een motorische achterstand. In kleine groepjes doen de kinderen beweegvaardigheden op in het water waarbij de individuele ontwikkeling van een kind centraal staat. Informatie is verkrijgbaar bij Lea Bedeker van Sportfondsen via 0224 - 21 43 90.

*Fitte Start Schagen is een programma voor kinderen van 0-4 jaar én hun ouders en levert een bijdrage aan een gezonde en actieve leefstijl voor kinderen. De programma's bieden ouders met hun kind veel beweegplezier. Informatie over Fitte Start Schagen is verkrijgbaar bij Judith Gielens via 0224 - 21 47 74 of [jgielens@teamsportservice.nl](mailto:jgielens@teamsportservice.nl).*