

Vraag het de Expert

Peuters



Accreditatie (7 punten) is aangevraagd bij de Stichting Accreditatie Deskundigheidsbevorderende Activiteiten Paramedici.

Regionale bijeenkomsten

Donderdag 1 april 2010	Zwolle
Donderdag 27 mei 2010	Utrecht
Donderdag 3 juni 2010	Den Bosch

Peuters en hun voedingsfeiten
Bespreken van eigen casuïstiek
Discussie afgenomen anamnese
Kennis van het consultatiebureau

Het belang van een goede voeding voor peuters is evident. Zo is aandacht voor een gezonde ontwikkeling van het lichaamsgewicht inmiddels een integraal onderdeel van de jeugdgezondheidszorg¹. Het aanleren van gezond eetgedrag staat centraal in de adviezen aan ouders van jonge kinderen.

Voor kinderen vanaf 1 jaar gelden de Richtlijnen goede voeding. De voeding van peuters voldoet hier echter niet aan. Zij eten te weinig groente, fruit, vis en vezelrijke voedingsmiddelen. En één op de zeven jonge kinderen (2-6 jaar) heeft overgewicht. Dit blijkt uit onderzoek van het RIVM².

Het Voedingencentrum is de campagne 'Eet het goede voorbeeld' gestart, gericht op ouders met jonge kinderen. Naast publieksgerichte voorlichting zal ook individuele begeleiding nodig zijn. De diëtist is de expert bij uitstek als het gaat om voedingsadviezen op maat, ook als het gaat om peuters en hun ouders. Laat het consultatiebureau en de kinderafdeling van het ziekenhuis profiteren van uw deskundigheid!

Vraag het de Expert bijeenkomsten

De Vraag het de Expert bijeenkomsten behandelen niet alleen de algemene kenmerken van peuters van 1 tot 4 jaar. De deelnemer raakt ook met de experts in gesprek om een antwoord te krijgen op specifieke vragen. Eigen casuïstiek, die door de deelnemers is voorbereid, geeft invulling aan deze gesprekken. De kleinschalige Vraag het de Expert bijeenkomsten over peuters zijn de vierde in een reeks. Vraag het de Expert bijeenkomsten over pubers, zwangerschap & preconceptie en senioren zijn eerder gehouden.

Voedingsstoffendichtheid

Dat waardevolle voedingsstoffen nodig zijn voor een goede gezondheid is geen nieuws. Dit geldt zeker ook voor jonge kinderen die volop in de groei zijn. Voedingsmiddelen met een hoge voedingsstoffendichtheid zijn voor hen zeer geschikt. Deze voedingsmiddelen bevatten veel verschillende nutriënten. De NNR (Naturally Nutrient Rich Score) is een maat om de voedingsstoffendichtheid uit te drukken. De NNR wordt tijdens de workshop toegelicht.

De Experts



Jeanne de Jongh, diëtist met eigen praktijk (Diëten-praktijk Andermaal) en werkzaam in het Albert Schweitzer-ziekenhuis te Dordrecht. Zij ziet veel peuters tijdens de nazorgpolikliniek voor prematuur en/of dysmatuur geboren kinderen (leeftijd tot 4 jaar), kinderdiabetespoli, eetpoli, kinderallergiepoli en kindergastro-enterologie.

"Op de peuterleeftijd groeit het kind naar autonomie. Dit vraagt flexibiliteit van de ouders en van ons (als voedingsadviseurs) waarbij de opvoeding niet in het gedrang mag komen."



Dr. Claudie Oude Nijhuis, kinderarts en werkzaam in het Centrum voor Jeugd en Gezin te Rotterdam. Zij ziet kinderen van 0 tot 4 jaar op het consultatiebureau en begeleidt peuters en hun ouders om via een goed voedingspatroon en voldoende lichaamsbeweging een gezonde groei en ontwikkeling te stimuleren.

"Leer de peuter gezond te eten, laat hem spelend in beweging de wereld ontdekken en de basis voor een gezond leven is gelegd."



Babette Logtenberg, verpleegkundige consultatiebureau, is na de HBO-V, studie psychologie en pedagogiek, sinds 1994 werkzaam bij Zuwe in Maarssen in de jeugdgezondheidszorg. Als jeugdverpleegkundige en videohometrainer begeleidt zij bij opvoedings-, ontwikkelings-, en voedingsvraagstukken. Tevens verzorgt Babette trainingen voor ouders over bijv. peuterpubertijd en geeft scholing op kinderdagverblijven en peuterspeelzalen. De pedagogische aspecten van het eetgedrag van jonge kinderen staan vaak centraal met als belangrijkste boodschap: "Geef als ouders/leidster het goede voorbeeld."

"Hoe meer zorg hoe minder (gezond) de peuter eet???"

¹ Voedingencentrum. Voeding van zuigelingen en peuters. Den Haag: Voedingencentrum; Digitale brochure 2007. www.voedingencentrum.nl

² RIVM. Voedselconsumptiepeiling bij peuters en kleuters 2005/2006. Bilthoven: RIVM. 2008; RIVM rapport 350070001.

Programma

12.30 uur **ONTVANGST**

13.00 uur **WELKOM**

Middagvoorzitter Jeanne de Jongh, diëtist

13.05 uur **DE PEUTER ONTRAFELD**

Jeanne de Jongh, diëtist

De statistieken zijn helder. Het aantal peuters met overgewicht blijft stijgen. Wat eten zij en hoe actief zijn ze? Wat is hun achtergrond, wat is hun dagbesteding en wie zijn hun ouders? Waardevolle informatie als u zich (meer) wilt richten op peuters.

13.30 uur **EEN GEZONDE START ALS BASIS VOOR EEN GEZOND LEVEN**

Claudi Oude Nijhuis, kinderarts

- **Luisteren naar de expert**

Vanwege de snelle fysieke en mentale groei hebben peuters andere fysiologische kenmerken dan volwassenen. Verstoringen in deze ontwikkeling kunnen gevolgen hebben voor de gezondheid op latere leeftijd. Welke verstoringen kun je voorkomen?

- **In gesprek met de expert**

De deelnemers bespreken eigen casuïstiek met de expert.

15.00 uur **PAUZE**

15.30 uur **HET CONSULTATIEBUREAU, DE PEUTER EN VOEDING**

Babette Logtenberg, consultatiebureau verpleegkundige

- **Luisteren naar de expert**

Welke voedingsvragen krijgt de verpleegkundige op het consultatiebureau? Hoe begeleidt zij ouders om een gezond eetpatroon te ontwikkelen? En op welke punten kan zij ondersteuning van de diëtist gebruiken? Belangrijke informatie om je zorg als professional goed af te kunnen stemmen en je aandeel te kunnen leveren aan een gezonder eetgedrag van peuters.

- **In gesprek met de expert**

De deelnemers bespreken eigen casuïstiek met de expert.

16.30 uur **DE PEUTER AAN TAFEL**

Jeanne de Jongh, diëtist

- **Luisteren naar de expert**

Waar zitten de knelpunten in de voeding en waar de kansen?

- **De experts met elkaar in gesprek**

De deelnemers zijn expert op het gebied van voeding. Zij combineren hun deskundigheid met die van de kinderarts en de consultatiebureauverpleegkundige om de zorg rondom de peuter te verbeteren.

17.30 uur **WEL THUIS**

Praktische gegevens

Datum en plaats 1 april 2010 Zwolle, Bilderberg Grand Hotel Wientjes
27 mei 2010 Utrecht, In de Driehoek/Gertrudiskapel
3 juni 2010 Den Bosch, Golden Tulip Hotel Central
Alle locaties zijn op loopafstand van het NS station

Tijd 12.30 – 17.30 uur

Doelgroep Diëtisten die regelmatig peuters (willen) begeleiden.
Het minimale aantal deelnemers per bijeenkomst is 40, het maximale 65.

Initiatief De Nederlandse Zuivel Organisatie (www.zuivelengezondheid.nl)

Participant Diëtisten Coöperatie Nederland (www.dcn.nu)

De Nederlandse Vereniging van Diëtisten (www.nvdietist.nl)

Realisatie PIT Actief (www.pitactief.nl)

Informatie PIT Actief, E expert@pitactief.nl,

T 020-6266694/035-6024615, F 0412-457402

Kosten Inclusief documentatie, consumpties en BTW:

Leden NVD/DCN € 80,00

Niet-leden NVD/DCN € 105,00

Aanmelden U kunt zich opgeven via de website:

www.zuivelengezondheid.nl/vraaghetdeexpert

Na inschrijving ontvangt u binnen twee weken per post een bevestiging met bijbehorende factuur. Aanmelden verplicht tot betalen. Bij schriftelijke annulering tot uiterlijk 3 weken voor de trainingsdag bent u de administratiekosten verschuldigd (€ 15,00).

Accreditatie Accreditatie voor diëtisten (7 punten) is aangevraagd bij de Stichting Accreditatie Deskundigheidsbevorderende Activiteiten Paramedici.

De accreditatiepunten zijn opgebouwd uit 4 contacturen en 3 uren voor de voorbereiding.



De Nederlandse Zuivel Organisatie (NZO) behartigt de belangen van de Nederlandse zuivelsector. Zuivel wordt al decennia lang door het Voedingscentrum geadviseerd als basisvoedingsmiddel vanwege haar goede nutriëntendichtheid.

Diëtisten Coöperatie Nederland (DCN) stelt zich ten doel een bijdrage te leveren aan een goede gezondheidszorg in Nederland door advisering en begeleiding in de voedings- en dieetzorg. Met name binnen de eerste lijnsgezondheidszorg.

De Nederlandse Vereniging van Diëtisten (NVD) stelt zich tot doel om de diëtist te positioneren en te profileren als dé specialist op het gebied van voeding en gedrag in relatie tot ziekte en gezondheid.

Schrijf nu in op
www.zuivelengezondheid.nl/vraaghetdeexpert