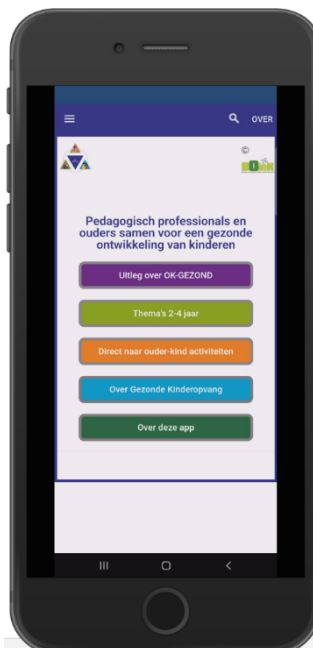


PERSBERICHT

maandag 16 januari 2023

OK-GEZOND APP GEEFT PRAKTISCHE TIPS VOOR EEN GEZONDE LEEFSTIJL BIJ PEUTERS

Altijd bij de hand op tablet of telefoon; de OK-GEZOND app biedt ouder-kind activiteiten en praktische tips over gezond eten en drinken, voldoende bewegen en goed slapen voor peuters. De app is ontwikkeld voor medewerkers in de kinderopvang en is een eenvoudig hulpmiddel om samen te werken met ouders aan een gezonde leefstijl van hun peuters.



Het aanleren van een gezonde leefstijl op jonge leeftijd is belangrijk voor een goede ontwikkeling. Latere gewoonten worden namelijk voor een groot deel bepaald door opvoeding en ervaringen in de (jongste) kindertijd. Het helpt kinderen als professionals in de kinderopvang en ouders samenwerken bij het stimuleren van gezonde gewoonten. De OK-GEZOND app is hierbij een praktisch hulpmiddel. Het bevat ouder-kind activiteiten, animaties, informatie en tips over gezond eten, bewegen en slapen voor 2 tot 4-jarige kinderen.

Landelijk programma Gezonde Kinderopvang

De app geeft daarnaast informatie over het landelijke programma Gezonde Kinderopvang. Dit programma ondersteunt de kinderopvang in het stimuleren van een gezonde leefstijl bij jonge kinderen, onder andere door het opleiden van coaches Gezonde Kinderopvang.

 De app is gratis te downloaden in de App Store (Apple) of de Google Play Store (Android)



Samenwerkingsverband

BOink (Belangenvereniging van Ouders in de Kinderopvang) heeft in samenwerking met de HvA (Hogeschool van Amsterdam) deze app ontwikkeld. Voor de content van deze app is gebruik gemaakt van de resultaten van het project OK-GEZOND van de HvA in samenwerking met Gezonde Kinderopvang, Voedingscentrum, NJi, Pharos, PPINK, Brancheorganisatie Kinderopvang Amsterdam, GGD Amsterdam, Kenniscentrum Sport & Bewegen, PLAYgrounds, kinderopvangorganisaties (Impuls, Partou en Swazoom) en diëtistenpraktijken (de Zoete Appel en FitFood). Het project OK-GEZOND is medegefinancierd door Regieorgaan SIA, onderdeel van de Nederlandse Organisatie voor Wetenschappelijk Onderzoek (NWO).

Noot voor de redactie (niet voor publicatie)

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met:

Voor vragen over de app: contact BOink - Gjalt Jellesma, voorzitter BOink, 06-24680642 of boink@boink.info

Voor inhoudelijke vragen: contact HvA - Rian Lanenga, persmedewerker: 06-50899526 of r.lanenga@hva.nl