



Samen werken aan een kansrijke omgeving voor uw kind.

Hoe gaat het met kinderen
in Ede, en hoe werken we
samen aan gezond en kansrijk
opgroeien?

Informatieboekje 4-12 jaar

Vragen of wil je meer weten over Opgroeien in een Kansrijke Omgeving in Ede?

Kijk dan op: www.ede.nl/oko

Voor dit boekje gaan we uit van *guidelines for parents* (Planet Youth IJsland en Ierland). Gemeenten die zijn aangesloten bij Opgroeien in een Kansrijke Omgeving van het Trimbos-Instituut kunnen het boekje gebruiken.

In dit boekje

Hier vind je tips en informatie over belangrijke onderwerpen in het leven van kinderen tussen 4 en 12 jaar.

Ook lees je hoe het nu gaat met deze groep kinderen in onze gemeente. De cijfers komen uit de Kindmonitor van de GGD uit 2021 (een onderzoek onder ouders).

Opgroeien in een kansrijke omgeving	4
Samen voor jouw kind	6
Hoe gaat het met onze kinderen in Ede?	7
Gezin	8
Vrije tijd	10
School	12
Vrienden	14
Media en internet	16
Buurt	18

Over opgroeien in een Kansrijke omgeving:



OKO staat voor *Opgroeien in een Kansrijke Omgeving*. Dit model komt van het succesvolle IJslandse preventiemodel. Een model dat in IJsland al lange tijd wordt ingezet om kinderen gezond en weerbaar te laten opgroeien.

In plaats van de aandacht te richten op problemen, kijkt OKO naar de omgeving van het kind. Samen kijken we wat gaat goed en wat beter kan. Kinderen ontwikkelen zich beter als ze opgroeien in een veilige en betrokken en stimulerende omgeving, waarin volwassenen beschikbaar zijn.

Waar groeien kinderen in Ede op?

Kinderen ontwikkelen zich door de interactie met hun verschillende leefomgevingen. Deze omgevingen zijn:



Samen voor jouw kind

Als ouder wil je dat jouw kind veilig, gezond en kansrijk opgroeit. Maar de wereld verandert snel.

Daarom helpt het als ouders met elkaar praten over opvoeden. En soms ook met anderen in de omgeving die een rol kunnen hebben bij het opgroeien, zoals school, een sportcoach of een betrokken buurtgenoot. Niet om te controleren, maar om elkaar te helpen en te bespreken: Wat werkt? Wat kunnen we samen doen?

Kinderen groeien op in zes leefomgevingen, die invloed hebben op hun welzijn. Die leefomgevingen staan niet los van elkaar.

Elke omgeving kan steun geven – of juist een uitdaging zijn. Door ervaringen en zorgen te delen met andere ouders, ontstaan nieuwe inzichten en afspraken.

Ouders aan zet

Om het goede gesprek te voeren, helpt het als we de volgende dingen bespreken:

1. Wat zijn de cijfers?
2. Wat valt op, en wat vinden we daarvan?
3. Wat willen en kunnen we hier samen aan doen?

We nodigen je van harte uit om mee te denken en praten. Niet om alles perfect te doen, maar om te ontdekken wat werkt – samen met andere ouders.

Voor de resultaten gaan we uit van de antwoorden van 2.458 ouders in 2021.

Hoe gaat het in Ede?



90%
van de kinderen
voelt zich
meestal goed

51%
van de kinderen
kan goed
omgaan met
onverwachte
problemen



97%
van de ouders
ervaart de
gezondheid van
hun kind
als erg goed

59%
van de ouders
vindt het
ouderschap
vermoeiend



64%
van de kinderen
is meestal
weerbaar



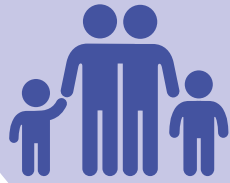
89%
van de ouders
combineert de
zorg voor
kinderen en
andere taken
goed



89%
van de ouders
ervaart de eigen
gezondheid als
goed

74%
van de kinderen
is vaak goed in
het bedenken
van een
oplossing





Gezin

Het gezin is een belangrijke plek voor de ontwikkeling van je kind. Als ouder of verzorger speel je hierin een grote rol, ook als je kind ouder wordt.

Je helpt je kind door samen tijd door te brengen, afspraken te maken, duidelijke regels te geven, steun te bieden en interesse te laten zien.

Je bent als ouder een voorbeeld. Als jij laat zien wat je belangrijk vindt – bijvoorbeeld samen dingen doen– leert je kind daarvan.



78%

heeft nog geen afspraken gemaakt over alcoholgebruik

43%

van de kinderen drinkt elke dag zoete drankjes

68%

eet 6 of meer dagen per week groente

59%

van de ouders vindt het ouderschap vermoeiend

39%

krijgt hulp van familie en vrienden

46%

van de kinderen heeft een grote gebeurtenis meegemaakt

39%

van de ouders vindt het goed dat hun kind tussen 10 en 15 jaar alcohol probeert

Vragen om over na te denken:

- Welke dingen herken jij?
- Hoe breng jij tijd door met je kind?
- Weet je waar je kind is en met wie?
- Van wie krijg jij steun?



Vrije tijd

Vrije tijd is belangrijk voor kinderen. Door mee te doen aan sport of andere activiteiten zitten ze lekkerder in hun vel en leren ze nieuwe dingen en ontwikkelen sociale vaardigheden.

Ze bewegen meer, maken vrienden en vervelen zich minder. Hierin is het belangrijk dat er volwassenen beschikbaar zijn om te helpen hoe zij deze momenten positief invullen.

Help je kind door samen op zoek te gaan naar leuke activiteiten of een sportclub.

33%

van de kinderen beweegt elke dag minstens 1 uur

67%

is lid van een sportclub of vereniging

94%

van de kinderen tussen 8 en 12 jaar heeft een zwemdiploma

72%

van de gezinnen heeft geen moeite met rondkomen. Gezinnen met weinig geld gaan minder vaak op vakantie. Ze zijn ook minder vaak lid van een club, hebben geen geld voor kleding en hebben vaker stress thuis.

Vragen om over na te denken

- Wat doet je kind in zijn of haar vrije tijd?
- Hoe zorg je dat je kind genoeg beweegt?
- Wie is een voorbeeld voor je kind?
- Wat helpt als het financieel lastig is?



Kijk op de website van de gemeente Ede voor de 'Meer kinderen meedoen'-regelingen. Je kunt hier een bijdrage vragen voor de kosten van een sportclub of muziekles.



School

School is een plek waar kinderen veel tijd doorbrengen. Het is belangrijk dat ze zich daar veilig voelen en het naar hun zin hebben.

Als je als ouders weet wat er speelt en wat je kind doet, helpt dit je kind veilig te voelen en te komen tot leren.

Betrokkenheid van ouders helpt bij het welzijn en de schoolprestaties van je kind.

56%

van de kinderen gaat heel graag naar school

55%

gaat te voet of met de fiets naar school

45%

van de kinderen gaat niet lopend of met de fiets naar school: voor 37% is het te ver, voor 30% is het te druk en 18% door gebrek aan tijd

Vragen om over na te denken:

- Is de sfeer op school fijn?
- Heb je contact met school of de leerkracht?
- Wordt je kind gezien en gehoord?



Wist je dat
ouderbetrokkenheid op school
bijdraagt aan het welzijn en
leerprestaties van je kind?





Vrienden

Vrienden worden steeds belangrijker als je kind ouder wordt. Kinderen zoeken steun bij elkaar, spiegelen zich aan elkaar en leren zo wie ze zijn.

Vrienden geven zelfvertrouwen en helpen bij het ontwikkelen van sociale vaardigheden. Maar er kan ook groepsdruk zijn of dat kinderen zich vergelijken met anderen.

Als ouder kun je hierin veel betekenen. Laat interesse zien in de vrienden van je kind, praat over groepsdruk en grenzen. En blijf vooral beschikbaar als veilige thuishaven.

37%

van de kinderen praat altijd met een volwassene over zorgen en problemen

76%

van de kinderen is nooit gepest
Pesten gebeurt vooral op school (19%), in de buurt (6%) of bij een club (2%)

Vragen om over na te denken:

- Maak je afspraken met andere ouders?
- Heeft je kind vrienden op wie hij of zij kan rekenen?
- Draagt je kind positief bij aan de groep?



Nodig eens de ouders van de vrienden van je kind uit voor een kop koffie of thee.





Media en Internet

Kinderen groeien op met heel veel digitale middelen: telefoons, tablets, sociale media en games. Dit is leuk en leerzaam, en is een belangrijke manier om de wereld te leren kennen, maar het brengt ook risico's met zich mee.

Al die beeldschermen kunnen zorgen voor minder concentratie of onzekerheid. Kinderen komen dankzij die beeldschermen ook dingen tegen die niet goed voor ze zijn. Als ouder kun je helpen door interesse te hebben in wat je kind online doet. Stel vragen, maak afspraken en help je kind bewust met media om te gaan. Grenzen stellen helpt daarbij – niet om te controleren, maar voor veiligheid en rust.

55%

van de kinderen kijkt elke dag televisie
1 op de 4 kijkt meer dan 1 uur per dag

37%

van de ouders weet altijd welke website hun kind bezoekt; 20% weet altijd met wie hun kind online chat.

49%

denkt dat mediagebruik van andere kinderen invloed heeft op het mediagebruik van hun eigen kind

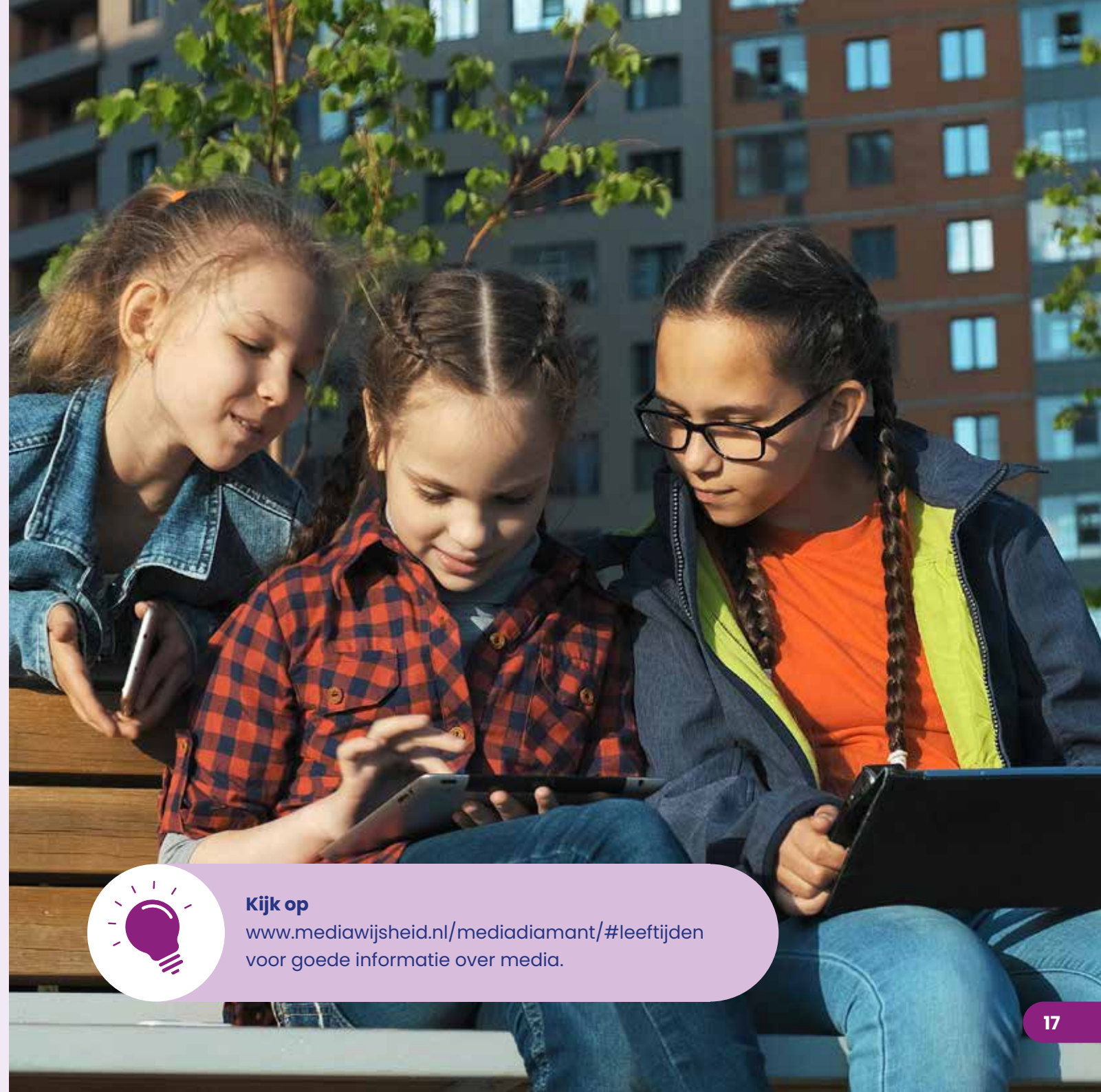
Vragen om over na te denken

- Als je opnieuw kon beginnen met sociale media, wat zou je anders doen?
- Weet je wat je kind ziet, hoort en doet online?
- Hoe praten jullie thuis over games, filmpjes en social media?



Kijk op

www.mediawijsheid.nl/mediadiamant/#leeftijden voor goede informatie over media.





Buurt

Kinderen leren niet alleen thuis of op school, maar ook in de buurt. Buiten spelen, zelf naar school fietsen of een boodschap doen helpt om zelfstandig te worden en zelfvertrouwen te ontwikkelen.

Een veilige buurt zorgt ervoor dat kinderen zich vrij kunnen bewegen. Als ouder help je door te weten waar je kind is en afspraken te maken over buiten spelen.

Contact met andere ouders of buurtgenoten helpt ook. Samen zorgen we voor een fijne en veilige buurt waar kinderen zich gezien voelen.

83%

vindt de buurt kindvriendelijk

63%

moedigt hun kind aan om (bijna) elke dag buiten te spelen

32%

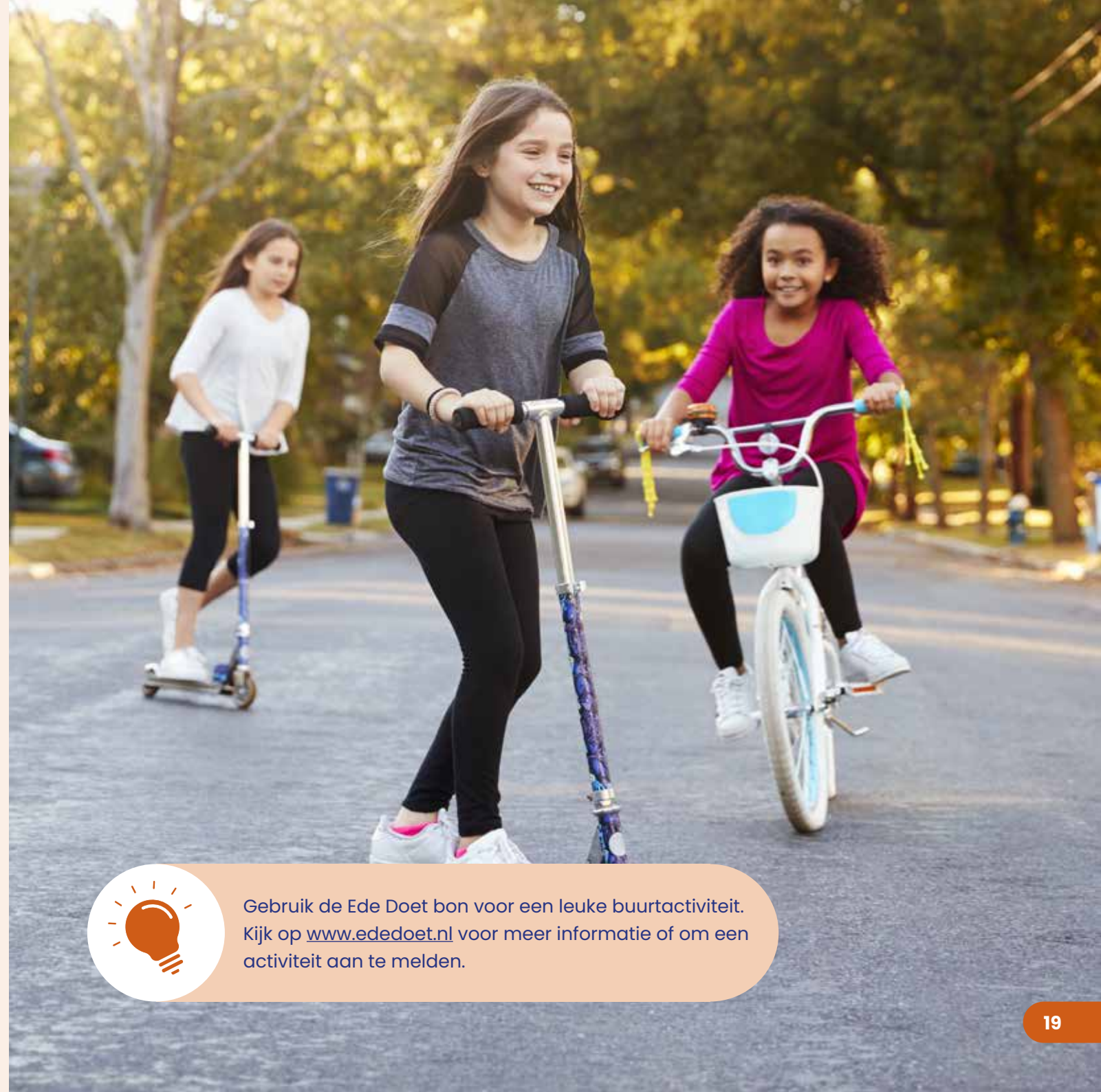
van de kinderen speelt 7 dagen per week buiten. De belangrijkste reden om niet buiten te spelen is te veel verkeer (17%)

33%

van de kinderen beweegt elke dag minstens 1 uur

Vragen om over na te denken

- Ken je de kinderen (en hun ouders) uit de buurt?
- Spreken volwassenen kinderen aan op hun gedrag?
- Wat helpt jou om je kind aan te moedigen om buiten te spelen?



Gebruik de Ede Doet bon voor een leuke buurtactiviteit. Kijk op www.ededoet.nl voor meer informatie of om een activiteit aan te melden.



Heb je vragen, of wil
je meer lezen over
Opgroeien in een
Kansrijke omgeving
in Ede?
Kijk dan op:

www.ede.nl/oko

