

## GGDFlits Kinderen bezighouden tijdens de lockdown

De kerstvakantie is vervroegd begonnen. De combinatie van werk en opvang van je kinderen is en blijft een uitdaging. Bijgaand wat ideeën om de kinderen thuis bezig te houden in de kerstvakantie.

- [Tips voor thuis | Nederlands Jeugdinstituut \(nji.nl\)](#)
- [Elke dag iets leuks in de kerstvakantie | Nederlands Jeugdinstituut \(nji.nl\)](#)
- [101 dingen om binnen te doen met kinderen als het regent of koud is Leuk met kids](#)
- [Onze bucketlist voor kerst: kerstvakantie activiteiten voor kinderen Leuk met kids](#)
- [Beweespelletjes – Samen Happie](#)
- [Binnenspelletjes met kinderen | binnen spelen | tips binnenspelen met kinderen | Go-Kids Breda](#)
- [21 spelletjes binnen voor kinderen tussen 8 - 12 jaar \(voormijnkleintje.nl\)](#)
- [Knutselen \(voormijnkleintje.nl\)](#)
- [Slecht weer? Deze 10 spelletjes zijn leuk om binnen te spelen \(jmouders.nl\)](#)

### Heb je vragen of maak je je zorgen over je kind?

Bijvoorbeeld over het gedrag, niet eten, niet slapen, de groei, de ontwikkeling, het gehoor? Ook in deze periode is jeugdgezondheidszorg er voor jou en je kind. Je kunt als ouder terecht voor advies en tips.

### Afspraak maken?

Het is altijd mogelijk een afspraak te maken met de jeugdarts of jeugdverpleegkundige verbonden aan de school van je kind. Zij kunnen meedenken, onderzoeken, adviseren en verwijzen. Een afspraak maken kan op werkdagen van 8.30 – 12.30 en 13.00 – 17.00 via 023 7891777 of [frontofficejgz@vrk.nl](mailto:frontofficejgz@vrk.nl)

## GGDFlits Keeping children busy during lockdown

The Christmas holidays have started early. Combining work and taking care of your children is still a challenge. Attached are some ideas to keep the kids busy at home during the Christmas vacations. (in Dutch, but there are many pictures.)

- [Tips voor thuis | Nederlands Jeugdinstituut \(nji.nl\)](#)
- [Elke dag iets leuks in de kerstvakantie | Nederlands Jeugdinstituut \(nji.nl\)](#)
- [101 dingen om binnen te doen met kinderen als het regent of koud is Leuk met kids](#)
- [Onze bucketlist voor kerst: kerstvakantie activiteiten voor kinderen Leuk met kids](#)
- [Beweespelletjes – Samen Happie](#)
- [Binnenspelletjes met kinderen | binnen spelen | tips binnenspelen met kinderen | Go-Kids Breda](#)
- [21 spelletjes binnen voor kinderen tussen 8 - 12 jaar \(voormijnkleintje.nl\)](#)
- [Knutselen \(voormijnkleintje.nl\)](#)
- [Slecht weer? Deze 10 spelletjes zijn leuk om binnen te spelen \(jmouders.nl\)](#)

### Do you have questions or are you worried about your child?

For example about behavior, not eating, not sleeping, growth, development, hearing? Youth health care is there for you and your child. As a parent, you can get advice and tips.

### Do you want an appointment?

It is always possible to make an appointment with the youth physician or youth nurse associated with your child's school. They can help you think things through, examine your child, give advice and refer you. You can make an appointment on workdays from 8.30 - 12.30 and 13.00 - 17.00 via 023 7891777 or [frontofficejgz@vrk.nl](mailto:frontofficejgz@vrk.nl).