

"Mijn dochter at laatst een tomaatje,
dat doet ze anders nooit. Maar ja,
als je klasgenootjes het ook eten..."

Karin Wilterdink, moeder van Nora (5 jaar).

Van EU-Schoolfruit naar schoolbeleid

Van EU-Schoolfruit naar schoolfruitbeleid

Deze brochure is ontwikkeld voor scholen die meedoen met EU-Schoolfruit. Deze brochure helpt scholen om in vijf stappen een eigen schoolfruitbeleid op te stellen.

Geïnspireerd?

Ga naar www.euschoolfruit.nl voor een stappenplan en meer tips, bijvoorbeeld over de communicatie met ouders.

Colofon

Redactie: Steunpunt Smaaklessen en EU-Schoolfruit, Getik
Vormgeving: Vuurrood



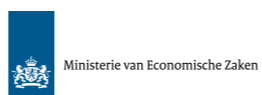
Steunpunt Smaaklessen & EU-Schoolfruit- en groente

Contact

Steunpunt Smaaklessen en EU-Schoolfruit
Wageningen University
Telefoon: 0317 48 59 66
E-mail: euschoolfruit@wur.nl
Website: www.euschoolfruit.nl
Twitter: @EU_Schoolfruit

Het EU-Schoolfruitprogramma wordt u aangeboden door de Europese Unie, het ministerie van Economische Zaken en de schoolfruitleveranciers. De Rijksdienst voor Ondernemend Nederland en het Steunpunt EU-Schoolfruit - Wageningen University - zijn verantwoordelijk voor de uitvoering van de regeling. Stichting Voedingscentrum Nederland ondersteunt het programma.

© Wageningen University en Stichting Voedingscentrum Nederland, 2016.



Een schoolfruitbeleid op uw school

In 5 stappen

EUROPEES
schoolfruit en groente
PROGRAMMA



Deze activiteit draagt bij aan een
GEZONDE SCHOOL

Wat houdt een schoolfruitbeleid in?

Ga na de gratis periode door met de regel: drie keer per week groente of fruit om tien uur. Uit onderzoek blijkt dat dit er al voor zorgt dat kinderen dan ook thuis gezonder kiezen en meer fruit en groente proeven. Dit stappenplan helpt u om verdere plannen te maken voor het eten van groente en fruit op school.

Voordelen Schoolfruit

- **Het is gezond.** Fruit en groente leveren relatief weinig calorieën en veel vezels, vitamines en mineralen. Bovendien verzadigen ze goed.
- **Meer gezonde eetmomenten op de dag.** Kinderen eten vrijwel allemaal al fruit en groente, maar de porties zijn vaak klein. De eetmomenten op school kun je niet missen als je het advies wilt halen: minimaal 150 gram groente en 2 stuks fruit per dag.
- **Gezond eten werkt aanstekelijk.** Zien eten, doet eten. Ook kinderen die de gezonde keuze van thuis niet meekrijgen, doen mee.
- **Ouders waarderen het.** Na de periode van gratis fruit en groente, wil 75% van de ouders een structureel schoolfruitbeleid.
- **Het is helder en eenduidig.** Ouders weten waar ze aan toe zijn als ze alleen fruit en groente mogen meegeven voor het tienuurtje. Die regel kunnen scholen ook gemakkelijk handhaven.
- **Het is leerzaam.** Kinderen leren wat gezonde voeding is.
- **Het is duurzaam.** Veel soorten fruit en groente hebben een relatief lage klimaatbelasting.

- **Een gezonde school presteert beter.** Een goed schoolfruitbeleid past bij een aanpak waarbij kinderen ook goed lunchen en veel bewegen. Dat zorgt voor leerlingen die:
 - lekkerder in hun vel zitten
 - zich fitter voelen
 - makkelijker leren
 - minder snel griep krijgen of verkouden zijn

Doe de test:

Hoe is het eet- en beweegbeleid op uw school?

Met een online test brengt u het huidige eet- en beweegbeleid van uw school in kaart. U krijgt direct concrete tips voor verbeterstappen.

Kijk op www.voedingscentrum.nl/gezondebasisopschool

"Op de rapportavond zeggen ouders dat ze blij zijn met de aandacht voor groente en fruit op school."

Brenda Harmsen, schoolfruitcoördinator SO De Isseborgh, Doetinchem.

Gezonde School Vignet

Veel scholen die meedoen met EU-Schoolfruit, besteden ook bij andere eetmomenten en in de les aandacht aan gezondheid. Dat is iets om trots op te zijn. Met het Vignet Gezonde School laat u zien dat uw school scoort met een goed gezondheidsbeleid. Meer weten over het vignet en het themacertificaat Voeding? Kijk op www.gezondeschool.nl.



Het stappenplan



Stap 1: Inventariseren huidige beleid

Hoe gaat het nu met het schoolfruitbeleid op uw school? Is er een werkgroep die het schoolfruitbeleid coördineert? Om het schoolfruitbeleid te laten slagen is het belangrijk dat de hele school meedoet. Inventariseer dus ook wat de verschillende betrokkenen vinden. Staat het team achter het beleid? Hoe zijn de reacties op schoolfruit vanuit de ouders?



Stap 2: Doel formuleren

Wat is het ambitieniveau? Is drie keer in de week fruit en groente voldoende? Of gaat u voor vijf dagen? Wat zijn de regels omtrent traktaties? En wil de school alleen met het schoolfruitbeleid aan de slag? Of wilt u het hele eet- en beweegbeleid verbeteren? Een medewerker van de GGD kan advies geven. Kijk ook eens op www.gezondeschool.nl



Stap 3: Aanpak kiezen

Optie 1: Ouders geven fruit en groente mee

- Ouders bepalen het aanbod.
- De betrokkenheid van ouders wordt vergroot.
- Ouders betalen de directe kosten.

Optie 2: Een schoolfruitabonnement

- De school sluit een abonnement af bij een leverancier.
- De leverancier zorgt voor een gevarieerd aanbod, eventueel seizoensgericht of biologisch.
- Ouders hoeven geen tienuurtje mee te geven.
- De school betaalt de directe kosten, bijvoorbeeld vanuit de opbrengsten van een sponsorloop of een (extra) ouderbijdrage.



Stap 4: Uitvoeren

Bij het uitvoeren van het schoolfruitbeleid horen steeds twee zaken:

a. Communicatie

Vermeld het beleid in het schoolplan en zet het op de website, in nieuwsbrieven en andere communicatiemiddelen van de school. Ook horen ouders erover bij het kennismakingsgesprek of op een ouderavond. Zo raken ouders betrokken bij de nieuwe regels en weten zij wat de voordelen zijn voor hun kind.

b. Verankering

Een goed schoolfruitbeleid is onderdeel van een integrale aanpak. Geef groente en fruit bijvoorbeeld een rol bij sportdagen en andere evenementen. Zet dit onderwerp ook met enige regelmaat op de agenda voor de team-, OR-, en MR-vergadering.



Stap 5: Evalueren

Vinden ouders de nieuwe regels voor het tienuurtje prettig of lastig? Lukt het de teamleden om de regels te handhaven? Wat zijn verbeterpunten? Evalueer hoe het gaat. Bijvoorbeeld door dit regelmatig samen te bespreken of met een (online) enquête.

Online Stappenplan

Op www.euschoolfruit.nl/stappenplan vindt u meer praktijkvoorbeelden, maar ook standaardbrieven voor ouders, ouderbrochures en voorbeeldenquêtes.

"Kinderen zijn nu gewend aan het eten van fruit en groente op school, ze vinden het prima en de meeste ouders ook."

Clariet Erbrink, directeur Margrietschool Wageningen, heeft het Vignet Gezonde School, themacertificaat Voeding.

30% van de kinderen van 4-12 jaar voldoet aan de aanbevolen hoeveelheid groente en fruit.



(CBS april 2015)

