



De oogst van 7 jaar Smaaklessen en SchoolGruiten

Gezond, bewust en lekker eten:
leren door ervaren op de basisschool



Inleiding

“Een droom die werkelijkheid is geworden”, zo kijkt tv-kok Pierre Wind terug op 7 jaar Smaaklessen. Zijn droom? “Voedingslessen waar kinderen van smullen, op de basisschool. Nu nog op elke basisschool!”



Dankzij het ministerie van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit (nu Economische Zaken) kan Wageningen UR vanaf 2005 een lespakket ontwikkelen dat de droom van Wind realiseert: Smaaklessen. Smaaklessen is een bijzondere vorm van ervaringsonderwijs, waarbij kinderen proeven, ruiken en ontdekken waar hun eten vandaan komt en wat gezonde keuzes zijn. Van een lespakket is Smaaklessen uitgegroeid tot een breed educatieplatform. Wind: “Ik ben ongelooflijk trots dat het in de praktijk zo'n succes is.”

Smaaklessen gaat op veel scholen hand in hand met SchoolGruiten, het programma waarbij alle leerlingen van een school fruit en groente eten tijdens de ochtendpauze. Zo brengt een school de aandacht voor gezond, bewust en lekker eten ook in de pauze in de praktijk.

Op bijna 4.000 scholen, dat is meer dan de helft van alle basisscholen in Nederland, hebben kinderen al kennisgemaakt met Smaaklessen. En dankzij SchoolGruiten eten kinderen op 1.000 basisscholen minimaal 2 keer in de week fruit en/of groente in de ochtendpauze. Daarnaast zijn er ook scholen die gebruikmaken van de materialen van één van beide programma's, maar dit niet officieel geregistreerd hebben. Een groot aantal leerkrachten zet zich dus in om hun leerlingen van jongs af aan – op een positieve, smakelijke manier – te leren wat gezond en lekker eten is.

Niet alleen de leerkrachten zijn enthousiast. Uit onderzoek blijkt dat leerlingen Smaaklessen waarderen, vooral omdat zij daarbij zelf proeven, proefjes doen en koken. Ook blijkt dat leerlingen die deelnemen aan Smaaklessen meer kennis hebben over smaak, gezond eten en de herkomst van producten én bereid zijn meer onbekende producten te proeven. Kinderen die meedoen met SchoolGruiten zijn positiever over fruit en eten dit ook vaker. Op school én thuis.

In deze evaluatie leest u hoe Smaaklessen en SchoolGruiten op basisscholen zijn geïntroduceerd en uitgevoerd; hoe de programma's elkaar versterken; wat het effect is en wat er nog beter kan in de toekomst.

Graag nodig ik u uit om ook naar het filmpje en de aanvullende informatie te kijken op: www.smaaklessen.nl/evaluatie. Daar ziet en ervaart u wat de prachtige oogst is van onze bijzondere programma's, namelijk kinderen die meer weten over eten en nieuwsgieriger zijn naar wat er op hun bord ligt. Pierre Wind komt regelmatig op scholen om te zien wat er van zijn droom terecht is gekomen: “Het blijft heerlijk om de gezichten van de kinderen te zien wanneer zij bijvoorbeeld een proefje doen met fruit dat ze nog niet kennen.”

Vanaf nu zijn Smaaklessen en SchoolGruiten in goede handen bij het Voedseleducatie Platform en met die wetenschap sluit ik graag af zoals Pierre Wind dat altijd doet: tot Culi, tot Smaak!

Hante Meester
Manager Steunpunt Smaaklessen en SchoolGruiten, Wageningen UR

De droom van Pierre Wind:

“Voedingslessen waar kinderen van smullen, op alle basisscholen.”



1994 - 2006

Pilot Smaaklessen

Kleine initiatieven ontwikkelen zich tot een landelijke pilot.

2006

Smaaklessen

Het ministerie van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit adopteert Smaaklessen als hét lesprogramma over smaak, gezondheid en productie.

2009

Verbinden met SchoolGruiten

Smaaklessen en SchoolGruiten vallen onder één organisatie.

2011

Doorontwikkeling

De effectiviteit van Smaaklessen wordt aangetoond en de programma's worden landelijk erkend.

2013 en verder

Zelfstandig verder!

Smaaklessen en SchoolGruiten zijn onderdeel van het Voedseleducatie Platform en het EU-Schoolfruitprogramma.

1. Van droom naar Praktijk: Smaaklessen en SchoolGruiten

“Eigenlijk zijn Smaaklessen voedingslessen in een moderne, mooie jas, zodat kinderen ervan smullen!” tv-kok Pierre Wind

Basisschool De Parachute in Voorburg krijgt in september 2006 bezoek van Pierre Wind en minister Veerman van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit (LNV). De leerlingen maken kennis met een hele bijzondere lesvorm, waarbij ze eten ruiken, voelen en proeven in de klas. Ze doen proefjes en krijgen vragen zoals: “Zit in vruchtenhagel fruit?”

Het eerste lespakket

De aandacht voor smaak, gezondheid en de herkomst van ons eten komt niet uit de lucht vallen. De Nederlandse tak van Euro-Toques, een Europees samenwerkingsverband van topkoks, hamert al sinds 1994 op meer aandacht voor smaak. 7 jaar later, tijdens ‘Rotterdam Culturele hoofdstad van Europa 2001’, geeft Pierre Wind in het kader van het project Wereldsmaken een aanzet tot de ontwikkeling van een ‘Smaaklespakket’. Dit eerste pakket ontwikkelt hij samen met de Centrale Educatieve Dienstverlening Groep en het Innovatie Netwerk Groene Ruimte en Agrocluster.

In 2004 doet Wageningen UR een marktonderzoek naar dit Smaaklespakket. Hieruit blijkt dat er veel animo is voor voedingslessen in het algemeen en dit pakket in het bijzonder. Smaaklessen wordt alom enthousiast ontvangen.



LNV: focus op bewuste consument

Op dat moment ontwikkelt het ministerie van LNV een nieuwe visie op voeding. Met de ‘Strategische dialoog voedselkwaliteit’, verlegt het ministerie de focus van producent naar consument. Bovendien komen, naast voedselveiligheid, ook gezondheid en duurzaamheid hoger op de politieke agenda. Jongeren zijn daarbij een belangrijke doelgroep. Het idee is om ze op een vernieuwende, speelse manier te interesseren voor voeding. Dat is precies wat Smaaklessen wil doen!

De verwachting is dat Smaaklessen op langere termijn zorgt voor bewustere consumenten, die bij hun voedselkeuzes aspecten als veiligheid, gezondheid en herkomst meewegen.

Smaakopvoeding

De directie Kennis van LNV geeft Wageningen UR eind 2005 opdracht om een lespakket te ontwikkelen en uit te rollen. Doel is om ‘leerlingen van 4 tot 16 jaar te interesseren voor voeding en voedsel via smaakopvoeding, zodat zij op latere leeftijd bewustere keuzes maken voor een gevarieerd, gezond en duurzaam eetpatroon’. Aan het eind van het schooljaar 2012/2013 moet het lesprogramma 25% van de jeugd en 3.000 basisscholen hebben bereikt. De doelgroep wordt dus gespecificeerd naar leerlingen op de basisschool van 4 tot 12 jaar. Het ministerie noemt het groene onderwijs expliciet als een belangrijke partner om de geformuleerde doelstellingen te bereiken.

Wageningen UR richt het Steunpunt Smaaklessen op, dat valt onder het departement Agrotechnologie en Voeding. Binnen het steunpunt krijgt Stichting Voedingscentrum Nederland een actieve rol, vooral bij de ontwikkeling van het lesmateriaal. Een werkgroep en een stuurgroep waken over de inhoud en de organisatie. Deze bestaan uit leden van de directie Voedselkwaliteit, Diergezondheid en Consument en de directie Kennis van het ministerie van LNV. De groene onderwijsinstellingen krijgen een rol als ondersteuner in de regio.

Smaaklessen verbonden met SchoolGruiten

Parallel aan Smaaklessen loopt ondertussen SchoolGruiten, gestart in 2000. SchoolGruiten is een initiatief van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, het Productschap Tuinbouw, GroentenFruit Bureau en het Voedingscentrum.

Gruiten = gr(oente) en (fr)uit eten in de ochtend-pauze, minimaal 2 keer per week. Dit programma biedt scholen handvatten om een fruitbeleid in te voeren. Doel van SchoolGruiten is de verbetering van het imago van groente en fruit bij kinderen en de verhoging van de consumptie. Schoolkinderen blijken in 9 van de 10 gevallen niet te komen aan de dagelijks aanbevolen hoeveelheid van 150 gram groente en 2 stuks fruit. En er is een dalende trend.

Onder verantwoordelijkheid van GroentenFruit Bureau ontwikkelt het programma zich tussen 2000 en 2009 van een pilot in 7 gemeenten tot een landelijk succes. Al in 2006 geven de ministeries van LNV en VWS aan dat zij graag zien dat Smaaklessen en SchoolGruiten inhoudelijk en organisatorisch gaan samenwerken. Dit kan leiden tot meer synergie en (kosten)efficiëntie.

De ministeries leggen hun ambities in december 2006 vast in de programmalijn Jeugd en Voedsel. In maart 2007 schrijven zij in een brief aan de Tweede Kamer:

De doelstelling van Jeugd en Voedsel is om op prikkelende wijze de kennis van de schoolgaande jeugd over voedsel en voeding te verhogen, zodat ze nu of op latere leeftijd gezondheid en herkomst van voedsel in hun eigen keuzes betrekken. Ook bevordert het programma specifiek de groente- en fruitconsumptie. Smaaklessen en SchoolGruiten krijgen een plaats in deze programmalijn. Aanvullend wordt gestreefd dat de programmalijn een structurele plaats krijgt in het onderwijs.



Gezonde School Methode

Het Steunpunt Smaaklessen krijgt in 2008 de opdracht om de programma's te integreren. Dat is een feit in januari 2009. Het Steunpunt Smaaklessen is vanaf dan het Steunpunt Smaaklessen en SchoolGruiten. Het steunpunt verbindt de programma's organisatorisch en inhoudelijk. Zowel de werkgroep als de stuurgroep wordt aangevuld met leden van de directie Voeding, Gezondheidsbescherming en Preventie van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

Steeds meer scholen kiezen vervolgens voor een gecombineerde aanpak. Zo kan het dat leerlingen tijdens de Smaakles proefjes doen met het verse fruit dat ook op het menu staat om op te eten tijdens het tienuurtje. Dit is precies de gedachte achter de Gezonde School Methode, die scholen helpt om structureel aan de slag te gaan met gezondheid en veiligheid. De methode gaat uit van een integrale aanpak. Bij voeding gaat het dan dus niet alleen om lessen over eten en drinken (Smaaklessen), maar ook om beleid voor het tienuurtje (SchoolGruiten) en andere eetmomenten. De verwachting is dat juist die synergie bijdraagt aan het bereiken van het doel: een gezondere leefstijl voor basisschoolleerlingen.

2. Smaaklessen: eten ontdekken met alle zintuigen

“Smaaklessen kunnen wij koppelen aan andere lessen en dat maakt het een aantrekkelijk pakket.” Vincent Scholte, directeur basisschool De Biezenkamp

Smaaklessen is een educatief programma over eten en drinken voor alle groepen van het basisonderwijs. Door te ruiken, te proeven, te luisteren, te voelen en te kijken, verkennen kinderen hun eten. Ervaren en beleven staan centraal.

Het lesmateriaal, de basis van Smaaklessen, wordt aangeboden in de zogenaamde Smaakleskist. Hierin zitten leerkrachtenhandleidingen met 8 tot 12 lessen per 2 jaargroepen, kopieerbladen en leerlingenboekjes, posters en diverse materialen voor het uitvoeren van proefjes, zoals lang houdbare levensmiddelen, kleurstoffen en aroma's, lepeltjes en bakjes. Op deze manier kunnen scholen bijna direct met Smaaklessen aan de slag.

3 thema's

De eerste versie van het lesmateriaal, Smaaklessen 1.0, verschijnt in 2006. Scholen werken ermee in de periode 2006-2012. Het lesmateriaal is gebaseerd op de kerndoelen van het primair onderwijs en de doelstellingen van de Wereldgezondheidsorganisatie.

De volgende 3 thema's vormen de basis:

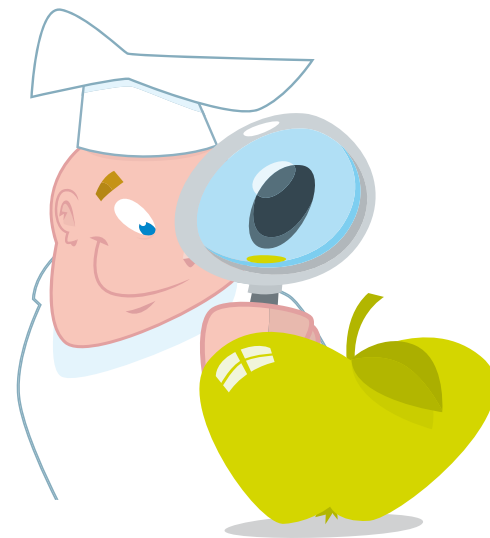
Smaak

- Wat is smaak?
- Welke smaken zijn er?
- Welke zintuigen spelen een rol?
- Hoe wordt smaak beïnvloed door culturele, emotionele en psychologische factoren?
- Hoe ontwikkel je je smaak?



Voeding en gezondheid

- Hoe ziet je eigen eetpatroon er uit?
- Wat heb je nodig?
- Wat is gezond en wat niet?
- Hoe zijn eten en bewegen met elkaar verbonden?



Voedselkwaliteit

- Waar komt ons voedsel vandaan en hoe wordt het geproduceerd?
- Wat zegt een verpakking?
- Hoe moet je voedsel bewaren?
- Hoe zit het met dierenwelzijn, eerlijke handel en het milieu?

Smaaklessen 2.0

Smaaklessen 1.0 is altijd zeer enthousiast ontvangen. Naar aanleiding van diverse procesevaluaties en een effectevaluatie is Smaaklessen 2.0 ontwikkeld. De doorlopende leerlijn 'Hanteren van een gezond en duurzaam voedingspatroon' van het Voedingscentrum is hierbij als basis genomen. Smaaklessen is nu hét lesprogramma dat het beste voldoet aan de doelstellingen van deze leerlijn. De voornaamste aanpassingen ten opzichte van Smaaklessen 1.0 zijn dat het aantal lessen is gereduceerd, de lessen compacter zijn gemaakt en dat ze per jaargroep worden aangeboden. Ook komt het thema duurzaamheid in de lessen nadrukkelijker aan bod. In aanvulling op de handleidingen zijn er online digibordopdrachten én aanvullende lesactiviteiten via een online Inspiratieboek. In het lesmateriaal staan suggesties om elke Smaakles te combineren met één van de reguliere vakken in het basisonderwijs, zoals taal, rekenen of wereldoriëntatie. Smaaklessen 2.0 is begin 2013 uitgebracht.

Smaakbudget, website en nieuwsbrieven

De eerste jaren ontvingen scholen naast de Smaakleskist een Smaakbudget van € 50,- voor de aanschaf van verse producten. In 2009 is besloten deze budgetten niet meer te verstrekken vanwege de administratieve lasten.

Voor informatie over het lesprogramma kunnen leerkrachten terecht op de website www.smaaklessen.nl. Daarnaast ontvangen ze nieuwsbrieven, die bedoeld zijn om ze te stimuleren Smaaklessen blijvend in te zetten in de klas.



Naast het lesmateriaal verschijnt in 2012 een speciale versie van Smaaklessen voor de buitenschoolse opvang: **Smaakplezier op de BSO**. De proefjes en opdrachten in dit pakket passen bij de buitenschoolse setting.

Introductieworkshop

Leerkrachten verzorgen de lessen zelf, met de Smaakleskist als basis en houvast. Zij volgen eerst een introductieworkshop. Zo leren ze meer over de opzet, achtergrond en inhoud van Smaaklessen.

Leerkrachten krijgen handvatten om het pakket structureel in te zetten, ook in samenhang met fruitbeleid (SchoolGruiten). Het meest geliefde onderdeel van de workshop is het onderdeel waarbij de leerkrachten zelf aan de slag gaan met de proefjes. Na afloop van de workshop is voor elke school een Smaakleskist beschikbaar. In de periode 2006-2012 zijn er ruim 300 introductiewerkshops georganiseerd.

Van Kok in de Klas tot Smaakfeest

Om Smaaklessen extra onder de aandacht te brengen, zijn er zo'n 1.000 aanvullende activiteiten aangeboden. Voorbeelden zijn Kok in de klas, Student in de klas, Bedrijf in de klas en Smaakfeesten. Op de website www.smaaklessen.nl/evaluatie staat meer informatie. Deze activiteiten ondersteunen de leerkracht en zorgen voor meer enthousiasme voor Smaaklessen bij leerlingen, ouders en het team. Een speciale activiteit is een krachtig middel om Smaaklessen op de kaart te zetten bij leerlingen, leerkrachten én ouders!

Het succes van Smaaklessen neemt toe, waardoor het niet meer haalbaar is om op elke school regelmatig een aanvullende activiteit aan te bieden. In de periode 2006-2013 verschuift de focus daarom van het aanbieden van vele individuele activiteiten naar een hogere frequentie van nieuwsbrieven met daarin verfrissende lessuggesties voor in de klas én thuis.



Smaakleskist 2013

Regionale steunpunten

Bij de uitvoering van Smaaklessen worden basisscholen ondersteund door regionale steunpunten bij de onderwijsinstellingen Hogeschool Inholland, Helicon Opleidingen, Hogeschool van Hall Larenstein, CAH Vilentum, HAS Den Bosch (tot 2011), CITAVERDE College, AOC-Oost en Wageningen UR, aangevuld met het Natuur- en Milieu Educatie Centrum Schouwen-Duiveland. De steunpunten organiseren de introductiewerkshops en de aanvullende activiteiten en zijn het eerste aanspreekpunt voor basisscholen in hun regio.

Doelstellingen gehaald!

Uit tabel 1 blijkt dat Smaaklessen aan het einde van het schooljaar 2012/2013 3.708 scholen heeft bereikt. Dat is meer dan de helft van de basisscholen in Nederland. De doelstelling uit 2005 is daarmee ruimschoots gehaald.

Er zijn ook scholen die zonder Smaakleskist aan de slag zijn gegaan. Die hebben het lesmateriaal bijvoorbeeld gedownload of een leskist geleend bij een GGD of een Natuur- en Milieu Educatie Centrum (NME).



Ongeveer een jaar na de introductieworkshop, wordt scholen gevraagd of zij Smaaklessen structureel willen inzetten. Uit deze inventarisatie blijkt dat 78% van de scholen dit van plan is. 48% heeft zelfs concrete plannen om Smaaklessen herhaaldelijk in te zetten.

Tabel 1: Smaakles scholen per schooljaar (cumulatief)

Schooljaar	Oorspronkelijke doelstelling per schooljaar	Smaaklesscholen met eigen leskist	Smaaklesscholen zonder eigen leskist*	Totaal
2006/2007	500	500		500
2007/2008	1.150	1.150		1.150
2008/2009	1.800	1.800		1.800
2009/2010	2.100	2.100		2.100
2010/2011	2.355	2.355		2.355
2011/2012	2.600	2.579	336	2.915
2012/2013	3.000	3.031	677	3.708

* Dit aantal werd geregistreerd vanaf het schooljaar 2011/2012.

Succesfactoren van Smaaklessen

1. Leren door ervaren

De ervaringsgerichte benadering is dé succesfactor van Smaaklessen. Kinderen ontdekken op speelse wijze hun eigen eten. Deze benadering zorgt voor veel enthousiasme bij leerlingen, leerkrachten en ouders, maar ook in de media en bij bedrijven en organisaties.

2. Mooi en gedegen lesmateriaal

Een tweede succesfactor is de aantrekkelijkheid van de materialen. De interesse voor het pakket is direct gewekt als leerkrachten het zien en horen dat het gratis is. Ze zijn vaak vlot over de streep te trekken om deel te nemen aan het programma. Vaak wordt Smaaklessen op een school geïntroduceerd door een enthousiaste leerkracht, die het thema voeding belangrijk vindt. Deze leerkracht treedt binnen de school op als ambassadeur voor Smaaklessen en overtuigt de rest van het team.

3. Motiverende workshops

Leerkrachten krijgen het lesmateriaal na afloop van de introductieworkshop. Die werkwijze zorgt ervoor dat alleen gemotiveerde leerkrachten in aanmerking komen voor het gratis materiaal. De workshops zijn de derde succesfactor van Smaaklessen, omdat ze leerkrachten sterk betrekken bij het lesprogramma. Er zijn workshops in het hele land, zodat de reistijd voor leerkrachten kort is en de drempel om te komen dus laag.



4. Gemakkelijke integratie met andere vakken

Educatie over voeding is geen basisvak op scholen. Voor de structurele inzet van Smaaklessen is het belangrijk dat scholen dit programma kunnen integreren met vakken als taal, rekenen en wereldoriëntatie. Daarom wordt actief aan scholen duidelijk gemaakt hoe zij Smaaklessen kunnen combineren met veelgebruikte lesmethodes. In Smaaklessen 2.0 staan bovendien bij alle lessen tips om Smaaklessen te combineren met andere vakken. Omdat de nieuwe versie minder lessen telt, die bovendien compacter zijn, past het lesprogramma makkelijker in het curriculum. Dit vergroot het enthousiasme van leerkrachten, die eerder meer moeite hadden om het programma te integreren in de drukke lesdagen.

5. Invulling voor Vignet Gezonde School

Scholen kunnen Smaaklessen gebruiken als invulling van de Gezonde School Methode. Deze methode is ontwikkeld vanuit het ministerie van VWS en stimuleert scholen om op een structurele, samenhangende manier te werken aan gezondheid. Hiermee kunnen zij het Vignet Gezonde School behalen. Eén van de deelthema's van het Vignet is voeding. Door de inzet van Smaaklessen zijn scholen goed op weg om dit Vignet te behalen.

Het uitgebreide netwerk zorgt ervoor dat Smaaklessen zich ontwikkelt tot een veelgebruikt en landelijk erkend programma.



Voedingscentrum eerlijk over eten

Het Voedingscentrum speelt een belangrijke rol bij Smaaklessen. In de eerste plaats omdat de organisatie in Nederland een autoriteit is op het gebied van gezonde, duurzame en veilige voeding. Dit maakt Smaaklessen voor scholen en andere organisaties een betrouwbaar lesprogramma. Het Voedingscentrum heeft bovendien veel contacten met organisaties in het werkveld. Dit zorgt ervoor dat Smaaklessen goed aansluit bij andere initiatieven op het gebied van preventie en gezondheidsbevordering.

Smaaklessen zou ervoor kunnen zorgen dat kinderen meer interesse krijgen in de groene sector. Dat is een goede reden waarom groene onderwijsinstellingen een rol willen spelen bij de uitvoer van Smaaklessen.

Smaaklessen heeft de potentie uit te breiden naar het voortgezet onderwijs. Deze doelgroep is voor de meeste groene onderwijsinstellingen interessanter, omdat potentiële studenten instromen vanuit het voortgezet onderwijs. 6 van de 7 instellingen zijn daarom bereid hier zelf in te investeren.



Gedurende de looptijd van Smaaklessen ontstaat een intensieve samenwerking met 29 GGD'en. Zij investeren in preventie en gezond gedrag onder de jeugd en begeleiden scholen bij het maken van beleid op het gebied van gezondheid. In dat verband attenderen GGD'en scholen op Smaaklessen. De samenwerking met GGD'en leidt tot gezamenlijke communicatiemomenten, bijeenkomsten en activiteiten voor scholen.

In het schooljaar 2012/2013 is een speciale uitleenkist Smaaklessen verschenen. Deze leskist is opgenomen in het uitleenaanbod van veel GGD'en en NME's.

In de uitleenleskist zitten geen levensmiddelen, maar gebruiksmaterialen als bordjes, bestek, een keukenweegschaal en snijplanken. Meerdere scholen kunnen zo dezelfde uitleenkist gebruiken. Materialen hoeven niet bijgevuld te worden.



Smaaklessen uitleenleskist



Structurele inzet van Smaaklessen vraagt om regelmatig contact, herhaalde attendering op het lesprogramma en een concreet aanbod van aanvullende activiteiten. De regionale steunpunten, GGD'en en NME's spelen daarbij een heel belangrijke rol, omdat zij deze persoonlijke aandacht kunnen geven.

3. SchoolGruiten: gezonde boost voor het tienuurtje

“Ik vind het fijn dat je alleen fruit of groente mag meegeven. Het is prettig dat ik thuis de discussie niet meer heb over koek en snoep. Ik kan nu gewoon zeggen: ‘Het is een regel, zo is het, klaar.’”

Anja van der Scheur, moeder van 2 dochters op de basisschool



Tabel 2: Aantal SchoolGruitscholen per schooljaar (cumulatief)

Schooljaar	Aantal SchoolGruitscholen
2008/2009	500
2009/2010	640
2010/2011	900
2011/2012	696
2012/2013	1.006

Het doel van SchoolGruiten is dat kinderen structureel meer fruit en groente eten. Daarvoor is het belangrijk dat scholen gedurende het hele schooljaar minimaal 2 dagen in de week ‘gruiten’. En dat zij dit inbedden in het schoolgezondheidsbeleid. Bij de start is er geen kwantitatief doel gesteld.

Scholen die meedoen met SchoolGruiten kunnen dit op 2 manieren doen: óf ze vragen ouders op vaste dagen groente en fruit mee te geven in de ochtendpauze óf ze sluiten een abonnement af met een schoolfruitleverancier.

Deelnemende scholen krijgen handvatten om fruitbeleid te ontwikkelen en om leerlingen en ouders te informeren en enthousiasmeren. Hiervoor is een aantal materialen ontwikkeld:

- lessen voor groep 7-8 en lessuggesties voor de groepen 1-6 (alleen digitaal);
- ouderbrochure;
- verschillende posters;
- een dvd met een promotiefilm;
- keurmerk voor officiële SchoolGruitscholen;
- Gruitboxen. De vraag naar Gruitboxen is zo groot, dat deze sinds schooljaar 2012/2013 niet meer beschikbaar zijn.
- Handboek SchoolGruiten. Dit handboek bestaat aanvankelijk alleen in hard-copy en is sinds 2013 uitsluitend digitaal beschikbaar. De digitale versie sluit aan op de eet- en beweegtool van het Voedingscentrum en het Vignet Gezonde School.

Tabel 2 geeft een overzicht van het aantal scholen dat in de periode 2008-2013 geregistreerd staat als ‘SchoolGruitschool’. Dit is een school die aangeeft minimaal 2 maal in de week te gruiten en dit ook heeft opgenomen in het schoolbeleid.

In de tabel valt een achteruitgang op van het aantal ‘gruitscholen’ in het schooljaar 2011/2012. Deze dip werd veroorzaakt doordat scholen die alleen tijdelijk met SchoolGruiten hebben meegedaan, niet meer tot de SchoolGruitscholen werden gerekend. Desondanks is aan het einde van het schooljaar 2012/2013 de 1.000^{ste} SchoolGruitschool bereikt. Daarnaast zijn er veel scholen die zich niet registreren, maar waar gruiten wel een begrip is. Want uit onderzoek blijkt dat meer dan de helft van de basisscholen in Nederland afspraken heeft over het eten van groente en fruit op school¹.

Tabel 3: Verspreide materialen SchoolGruiten

Soort materiaal	Aantallen
Ouderbrochures	132.771
Posters	18.824
Dvd’s	1.786
Keurmerken	675
Gruitboxen	88.044
Handboek	170

Tabel 3 geeft een overzicht van de aantallen waarin de materialen in de periode 2009-2013 zijn uitgegeven.

Om het fruitbeleid te laten slagen, blijkt ondersteuning van de GGD waardevol. Zij begeleiden SchoolGruiten door:

- het werven van scholen;
- het begeleiden van het proces binnen een school met directie, schoolteam en ouders;
- het geven van voorlichting en uitleg;
- het begeleiden van pr-activiteiten;
- het zoeken van externe financiering om het gruit te kunnen betalen.

Voor deze activiteiten stelt het Steunpunt Smaaklessen en SchoolGruiten in de periode 2009-2013 budget beschikbaar aan 7 GGD’en. Aanvullend gaat een groot deel van de overige GGD’en actief aan de slag met dit thema, onder andere door de scholen in hun werkgebied te attenderen op SchoolGruiten.



Het Steunpunt Smaaklessen en SchoolGruiten coördineert vanaf 2010 ook de communicatie van het EU-Schoolfruitprogramma, een programma waarbij deelnemende scholen 20 weken lang gratis 3 stuks fruit per scholier per week ontvangen. Als deze periode erop zit, gaat de school gedurende de rest van het schooljaar zelfstandig verder met schoolfruitbeleid. Hierdoor is EU-Schoolfruit een goede opstap naar SchoolGruiten. Door het EU-Schoolfruitprogramma neemt het aantal ondersteunende GGD’en toe. Zij stimuleren scholen om na EU-Schoolfruit door te gaan met SchoolGruiten.

Succesfactoren van SchoolGruiten

1. Zien eten doet eten

Eén van de belangrijkste succesfactoren van SchoolGruiten is het gezamenlijk eten van groente en fruit. Leerkrachten vertellen dat kinderen die normaal weinig lusten, nu juist wél nieuwe soorten eten, omdat hun klasgenoten dit ook doen.

2. Gevulde fruitschaal thuis

Veel scholen kiezen ervoor om de ouders te vragen op vaste dagen groente en fruit mee te geven. Ouders kopen dit dus zelf en dit zorgt zo ook voor een gevulde fruitschaal thuis.

3. Invulling voor Vignet Gezonde School

Scholen die willen scoren bij het deelthema voeding voor het Vignet Gezonde School, moeten de gezonde keuze ook in hun beleid stimuleren. SchoolGruiten is een veelgebruikt programma hiervoor.

4. Mooie materialen

Het Handboek SchoolGruiten begeleidt scholen bij de stapsgewijze ontwikkeling van een groente- en fruitbeleid. Dit instrument alleen blijkt echter niet voldoende om te zorgen voor blijvende positieve aandacht voor groente en fruit. Daarom zijn veel mooie, ondersteunende materialen ontwikkeld, zoals posters, het keurmerk en de Gruitboxen. Deze materialen enthousiasmeren zowel het schoolteam, als leerlingen en ouders blijvend voor SchoolGruiten.

5. Persoonlijke begeleiding door GGD'en

Met dank aan de inzet van GGD'en, krijgen scholen persoonlijke begeleiding en coaching bij SchoolGruiten. Hierdoor kan SchoolGruiten inspelen op de specifieke situatie van de scholen. De combinatie van mooie materialen én persoonlijke begeleiding zorgt voor een succesvolle aanpak.

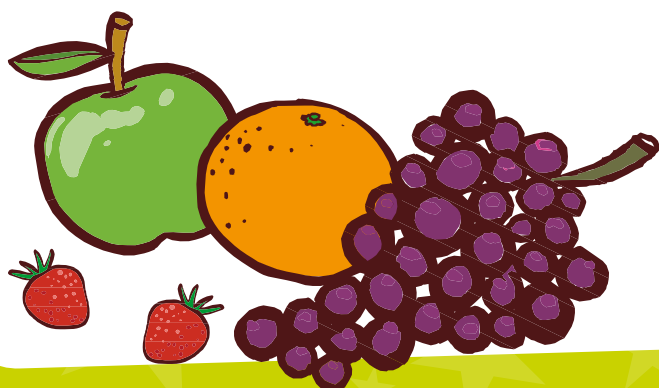


6. Handvatten voor de communicatie

Scholen worstelen soms met de vraag of zij wel verantwoordelijk zijn voor de gezondheid van hun leerlingen. In het verlengde daarvan vragen leerkrachten en ouders zich af of de school het recht heeft te bepalen wat de leerlingen eten. Waarom horen chips en koeken niet op school thuis? SchoolGruiten biedt tips voor de communicatie met ouders, leerlingen en twijfelende teamleden. Bijvoorbeeld met een folder over de voordelen van SchoolGruiten, zoals de rust en duidelijkheid die een helder groente- en fruitbeleid oplevert.

7. Het Voedingscentrum

De betrokkenheid van het Voedingscentrum zorgt ervoor dat scholen, GGD'en en andere organisaties SchoolGruiten als een belangrijk en objectief programma zien. Hierdoor is het programma geïntegreerd in andere initiatieven op het gebied van preventie en gezondheidsbevordering.



4. Onderzoekresultaten

“Mijn dochter loopt thuis sneller naar de fruitschaal dan eerst. Fruit eten is nu meer een gewoonte.” Karien Henselmans, moeder van Reva (7)

Smaaklessen

Het hoofddoel van Smaaklessen is om leerlingen van 4-12 jaar te interesseren voor voeding en voedsel via de ingang smaak, zodat zij op latere leeftijd bewustere keuzes kunnen maken voor een gevarieerd, gezond en duurzaam eetpatroon.

Om de doelstellingen van Smaaklessen te toetsen zijn 2 procesevaluaties en 2 effectstudies uitgevoerd. Uit de procesevaluaties blijkt dat leerkrachten het lesprogramma bijzonder waarderen om de gebruiksvriendelijkheid, de aantrekkelijke materialen, de ervaringsgerichte proefjes en de keuzevrijheid in opdrachten^{2,3}. Leerlingen waarderen Smaaklessen zeer en vinden vooral het proeven, de proefjes en het koken leuk. De scholen stellen de persoonlijke ondersteuning door de regionale steunpunten eveneens op prijs.

Uit een eerste kleine effectstudie in 2011, op 13 basisscholen in Midden-Nederland (meer dan 500 kinderen), blijkt dat leerlingen na 1 of 2 jaar Smaaklessen hoger scoren op een aantal gedragsdeterminanten ten aanzien van het proeven van onbekende producten dan kinderen die geen Smaaklessen hebben gehad⁴. De resultaten laten effect zien op de kennis van kinderen, hun interesse in smaak en hun bereidheid om nieuwe producten te proeven.

Tijdens een vervolgstudie in 2012 op 21 basisscholen (ongeveer 1.200 kinderen) zijn naast het eerste doel (smaakontwikkeling) ook de doelen voor gezondheid en voedselkwaliteit onderzocht⁵. De resultaten wijzen uit dat de inzet van gemiddeld een derde van de Smaaklessen het kennisniveau van kinderen al verhoogt ten opzichte van kinderen die geen Smaaklessen hebben gehad. Dit effect is aan het begin van het nieuwe schooljaar nog steeds zichtbaar.

Kinderen doen meer kennis op over smaak, gezonde voeding en producten. Daarnaast heeft Smaaklessen op de korte termijn effect op de mate waarin kinderen letten op hoe gezond ze eten, de druk die ze ervaren van hun leerkracht om onbekende producten te proeven en hun intentie om onbekende producten te proeven en gezond en gevarieerd te eten.

Goede scores

De Erkenningscommissie van Interventies (Centrum Gezond Leven, RIVM) erkent het programma Smaaklessen als 'Theoretisch goed onderbouwd' en plaatst het in de databank Effectieve Jeugdinterventies van het Nederlandse Jeugdinstituut. Smaaklessen scoort ook goed op de pedagogisch-didactische kenmerken van de NME-kwaliteitsmeter.

Conclusie

Uit deze onderzoeken mogen we concluderen dat de doelstellingen van Smaaklessen zijn behaald, voor zover dat in relatief korte studies aantoonbaar is. Het lesprogramma draagt bij aan de smaakontwikkeling van kinderen en vergroot hun kennis van voeding en gezondheid, voedselkwaliteit en smaak. Bovendien worden kinderen zich bewuster van hun eigen eetgedrag en krijgen ze meer vaardigheden en een positievere houding ten opzichte van voeding en voedsel. Deze determinanten dragen eraan bij dat kinderen meer bewuste en gezonde keuzes maken. Hierdoor kan het risico op gezondheidsproblemen op de langere termijn worden verlaagd.

Het zou interessant zijn om een groep kinderen de komende jaren te blijven volgen. Alleen op die manier kan worden onderzocht wat voor effecten het volgen van Smaaklessen op latere leeftijd heeft.



SchoolGruiten

Het doel van SchoolGruiten is dat kinderen structureel meer fruit en groente eten. Daarvoor is het belangrijk dat scholen minimaal 2 dagen in de week gruiten, dat zij dit structureel invoeren en dat zij dit inbedden in het schoolbeleid.

Zijn de doelstellingen van SchoolGruiten gehaald? Ook hier zijn meerdere onderzoeken aan gewijd: vooronderzoek (1996-2002), pilot project SchoolGruiten (2003-2005) en landelijke implementatie (2006-2008) met een effectonderzoek en procesevaluatie.

Vooronderzoek

Het vooronderzoek door het Productschap Tuinbouw laat zien dat kinderen door het verstrekken van groente en fruit op school zowel naar eigen zeggen als volgens de ouders onder schooltijd en thuis meer groente en fruit gaan eten⁶.

In de pilot-periode van SchoolGruiten voeren de Vrije Universiteit Amsterdam en het Productschap Tuinbouw een effect- en procesevaluatie uit^{7,8}. De belangrijkste conclusie hiervan is dat het programma effectief de fruitconsumptie bij scholieren verhoogt met een kwart stuk per dag. Voor groente kan dit niet worden aangetoond. Er zijn aanwijzingen dat SchoolGruiten ongezond snacken tijdens de schoolpauzes vermindert. Bovendien worden positieve effecten op kennis en waardering voor het project vastgesteld. Tot slot blijkt de interventie met een waarschijnlijkheid van 60% kosteneffectief.

Effectonderzoek

In de landelijke implementatiefase voert het Productschap Tuinbouw effectonderzoek uit (voor- en nametingen na 9 maanden en na een jaar en 9 maanden bij 497 kinderen). Het geeft aan dat SchoolGruiten de kennis en houding ten aanzien van de fruitconsumptie verbetert. Dit geldt niet voor de groenteconsumptie: in het aantal stuks groente dat kinderen per week eten wordt geen significante verandering gevonden.



Procesevaluaties

Uit alle procesevaluaties blijkt dat de scholen, kinderen, ouders en leerkrachten de interventie als goed en positief beoordelen. Dit geldt zowel voor de verstrekking van 2 keer per week groente en fruit op school, als voor het ondersteunende lesmateriaal en het handboek voor scholen⁹. De procesevaluatie toont verder aan dat deelname aan SchoolGruiten de scholen stimuleert om groente en fruit op school onderdeel van het schoolbeleid te maken.

Goede score

De Erkenningscommissie van Interventies (Centrum Gezond Leven, RIVM) erkent het programma SchoolGruiten als 'Theoretisch goed onderbouwd' en plaatst het in de databank Effectieve Jeugdinterventies van het Nederlandse Jeugdinstituut.

Conclusie

De effect- en procesonderzoeken maken duidelijk dat de hoofddoelstelling van SchoolGruiten is bereikt: op deelnemende scholen hebben leerkrachten en leerlingen op minimaal 2 dagen per week groente en fruit gegeten in de pauze. De fruitconsumptie van kinderen is daardoor verhoogd. Dat SchoolGruiten niet leidt tot een verhoogde groenteconsumptie komt waarschijnlijk doordat leveranciers en ouders meestal fruit aanbieden.

Of kinderen op de lange termijn meer groente en fruit gaan eten door deelname aan SchoolGruiten, is nog niet aangetoond. Het programma draagt er in elk geval aan bij dat de gezonde keuze op school de standaard wordt.

5. Vruchtbare grond zorgt voor rijke oogst

“Wij hebben hier 32 leerkrachten en het is echt niet zo dat iedereen meteen stond te springen toen we met het thema voeding aan de slag gingen. Maar inmiddels zijn we er als team van doordrongen dat de maatschappij is veranderd. De school heeft gewoon een taak om aandacht te besteden aan een gezonde leefstijl.” Vincent Scholte, directeur basisschool de Biezenkamp

Wat hebben de programma's teweeg gebracht?

Hoe wordt sinaasappelsap gemaakt? Durf jij een onbekende groente te proeven? Hoe maak je popcorn?

Het ontdekken van eten aan de hand van aspecten als smaak, gezondheid, herkomst en koken, is dé succesfactor van beide programma's. Dit zorgt voor de positieve verhalen en ervaringen van kinderen. In de praktijk blijkt dat zij het gewoon heel leuk en interessant vinden om op een ervaringsgerichte manier te leren.

Smaaklessen en SchoolGruiten sluiten naadloos aan op de tijdgeest, want er is veel belangstelling voor maatschappelijke aspecten van voeding en voedsel, zoals overgewicht, voedselverspilling, dierenwelzijn en duurzaamheid.

Door de focus van de programma's op zowel voeding (gezondheid) als voedsel (herkomst en duurzaamheid), verbinden zij 2 werelden. Dit blijkt bijvoorbeeld uit de samenwerking tussen de ministeries van Economische Zaken en Volksgezondheid, Welzijn en Sport. En ook organisaties zoals GGD'en, NME's en koks- en sportorganisaties hebben elkaar gevonden. Mede dankzij dit snel groeiende netwerk zijn Smaaklessen en SchoolGruiten uitgegroeid tot erkende (les) programma's voor het basisonderwijs.

Groot bereik

Het bereik van Smaaklessen en SchoolGruiten is groot. Hebben scholen bij de start van SchoolGruiten in 2000 bijvoorbeeld nog nauwelijks aandacht voor het onderwerp, in het schooljaar 2012/2013 beschikt al

meer dan de helft van de scholen over fruitbeleid¹. Voor veel scholen zijn beide programma's aanleiding om hun gezondheidsbeleid te verbreden en bijvoorbeeld aan te sluiten bij De Gezonde School Methode.

Hier komt bij dat het bereik van Smaaklessen en SchoolGruiten veel verder gaat dan de basisschool alleen. De ervaringsgerichte aanpak zorgt voor veel enthousiasme bij leerkrachten in het basisonderwijs, maar spreekt ook andere beroepssectoren aan. Denk hierbij aan de medewerkers van de kinderopvang, leerkrachten in het voortgezet onderwijs, diëtisten, koks en sociaal werkers. Zij zoeken ook materialen om kinderen en volwassenen iets te leren over eten en zo ook hun interesse voor dit thema te vergroten. De grote vraag leidt onder andere tot uitbreiding van de bestaande programma's met Smaakplezier op de BSO en een pilot met schoolfruit in het voortgezet onderwijs.

Het enthousiasme voor Smaaklessen en SchoolGruiten ontgaat bedrijven en organisaties niet: zij tonen zich bereid de programma's in de toekomst financieel te ondersteunen. De sector ziet Smaaklessen als een kans om kinderen meer inzicht te geven in voedselproductie en de interesse voor eten en de sector te vergroten. Ook worden belangrijke uitgangspunten van SchoolGruiten overgenomen binnen het EU-Schoolfruitprogramma.

Meer passie

Samenvattend: het resultaat van Smaaklessen en SchoolGruiten is meer dan de som der delen. De programma's hebben in samenhang onmiskenbaar gezorgd voor meer passie voor eten en interesse in gezonde en bewuste voedselkeuzes. Door de grote aandacht op scholen, thuis, in de media en bij bedrijven en organisaties, is een belangrijke stap gezet in de richting van een gezondere en meer bewuste consument. En die bewuste consument stimuleert producenten om meer te letten op gezondheid en duurzaamheid.



6. Een blik naar de toekomst

“Kinderen moeten wel weten dat een spruitje niet aan de boom hangt!” Tineke Zuurveen, leerkracht op een basisschool in het Friese Heeg

De oogst van 7 jaar Smaaklessen en SchoolGruiten is bijzonder, mede dankzij de ondersteuning vanuit de ministeries van LNV en VWS. Op ruim de helft van de basisscholen in Nederland hebben leerlingen gekeken, geroken, gevoeld, geproefd en ontdekt wat gezond, lekker eten is. Investeren in het voedingsbeleid op scholen, levert echt iets op. Daarom is voortzetting van Smaaklessen en SchoolGruiten noodzakelijk.

Smaaklessen is sinds 2013 geadopteerd door het Voedseleducatie Platform. Dit consortium van organisaties en bedrijven in de Agri en Food-sector vindt het belangrijk dat de interesse van kinderen in voeding en voedsel wordt gestimuleerd, zodat zij tot een gezonder en meer duurzaam eetpatroon komen. Daarnaast hebben deze organisaties en bedrijven behoefte aan een hogere instroom van personeel.

Het Voedseleducatie Platform, een initiatief binnen het Topsectorenbeleid van het ministerie van Economische Zaken, is in het leven geroepen om educatieve materialen over voeding en voedsel gecoördineerd aan te bieden aan de doelgroep. Smaaklessen vormt hierbij de basis. Dit materiaal wordt aangevuld met materialen en (regionale) activiteiten vanuit de diverse productsectoren uit de Schijf van Vijf. Om dit aanbod zichtbaar en toegankelijk te maken, wordt een online zoekstelsel ontwikkeld, dat het mogelijk maakt lesmaterialen en activiteiten gezamenlijk aan te bieden aan het onderwijs.



Belangrijke uitgangspunten van SchoolGruiten zijn overgenomen in het EU-Schoolfruitprogramma. EU-Schoolfruit was tot enkele jaren geleden een programma waarbij scholen alleen 10 weken lang gratis groente en fruit ontvingen, maar heeft inmiddels de meerwaarde van de structurele aanpak van SchoolGruiten overgenomen. Dit betekent dat scholen gedurende een langere periode van 20 weken gratis groente en fruit ontvangen én tegelijkertijd worden begeleid naar een structurele aanpak van het groente- en fruitbeleid op school. De aanpak blijkt succesvol: maar liefst 80% van de scholen gaat na EU-Schoolfruit structureel verder met een groente- en fruitbeleid. Hierdoor heeft subsidiëring van EU-Schoolfruit jarenlang effect op de gezondheid van kinderen.

Smaaklessen en EU-Schoolfruit blijven elkaar de komende jaren aanvullen en versterken. Binnen het Voedseleducatie Platform neemt educatie over groente en fruit een belangrijke plek in. Daarbij wordt gebruik gemaakt van materialen en activiteiten die zijn ontwikkeld vanuit SchoolGruiten en het EU-Schoolfruitprogramma. De communicatie vanuit beide programma's naar scholen en regionale partners als GGD'en en NME's wordt blijvend op elkaar afgestemd. Tot slot worden scholen ook in de toekomst binnen de Gezonde School Methode gestimuleerd om educatie (Smaaklessen) en beleid (SchoolGruiten/EU-Schoolfruit) met elkaar te combineren.

Voetnoten:

- 1: Van Grinsven, V., Westerik, H., Elphick, E. (2013). Rapportage SchoolGruiten Omnibusonderzoek Directeuren Basisonderwijs. DUO Onderwijsonderzoek. Utrecht.
- 2: Werkman A.M., van Zoelen, C. (2008). Smaaklessen beproefd: een formatieve procesevaluatie. Stichting Voedingscentrum Nederland. Den Haag.
- 3: Martens M., Sluis M. v.d. (2011). Smaaklessen - Een procesevaluatie onder docenten, leerlingen, partners en Regionale steunpunten. ResCon, research & consultancy. Amsterdam.
- 4: Fries, M.C.E., Haveman-Nies, A., Renes, R.J. (2012). Evaluatie van Smaaklessen. Heeft Smaaklessen effect op kennis over voedsel en interesse in het proberen van onbekende producten? Wageningen UR, Humane Voeding. Wageningen.
- 5: Battjes-Fries, M.C.E., Dongen, E.J.I., van, Haveman-Nies, A. (2013). Evaluatie van Smaaklessen: heeft Smaaklessen effect op determinanten van gezond en bewust eetgedrag? Wageningen UR, Humane Voeding. Wageningen.
- 6: Ham, v.d. E. (2002). Onderzoek leerlingen en leerkrachten en ouders. Productschap Tuinbouw, Afdeling marketing. Zoetermeer.
- 7: Tak, N.I. (2009). The SchoolGruiten Project. Evaluation of a primary school fruit and vegetable scheme in the Netherlands p134-139.
- 8: te Velde, S. J., Lennert Veerman, J., Tak, N.I., Bosmans, J.E., Klepp, K.I., Brug, J. (2011). Modeling the long term health outcomes and cost-effectiveness of two interventions promoting fruit and vegetable intake among schoolchildren. Economics and Human Biology, 9(1): 14-22.
- 9: Wind, M. (2007). Pro Children; The Development, Implementation and Evaluation of a School-based Intervention to Promote Fruit and Vegetable Intake among 10-13 year old European Schoolchildren. Erasmus Medical Center. Rotterdam.



Colofon:

Auteur: Hante Meester

Redactie: Heleen Ronner en Cees de Geus

Vormgeving: Vuurrood

Steunpunt Smaaklessen & SchoolGruiten

Wageningen University

Telefoon: 0317-485966

E-mail: Smaaklessen@wur.nl

Twitter: @Smaaklessen

Website: www.smaaklessen.nl



Steunpunt Smaaklessen & SchoolGruiten

