

Groente en fruit op school, vanzelfsprekend!

Sessie Groente en Fruit voor kinderen

Gertrude G. Zeinstra (WFBR)



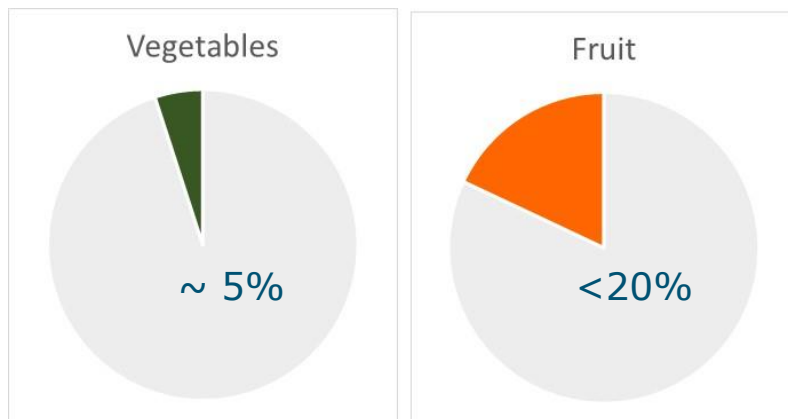
nationaal actieplan
groenten en fruit



Aanleiding

Groente- en fruitconsumptie van kinderen onder de aanbevelingen

School is een ideale setting om gezonde eetgewoonten te stimuleren



*Lynch 2014; Dutch NFCS 2012-2014: 4-12y
Scriven 2011; Van Ansem 2013*

Projectdoel

Ontwikkelen van effectieve aanpak voor basisscholen en ouders om de beschikbaarheid van G&F op school te verhogen



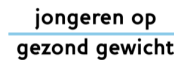
Bijdragen aan structurele verhoging G&F consumptie



Groente en fruit op school
Vanzelfsprekend!

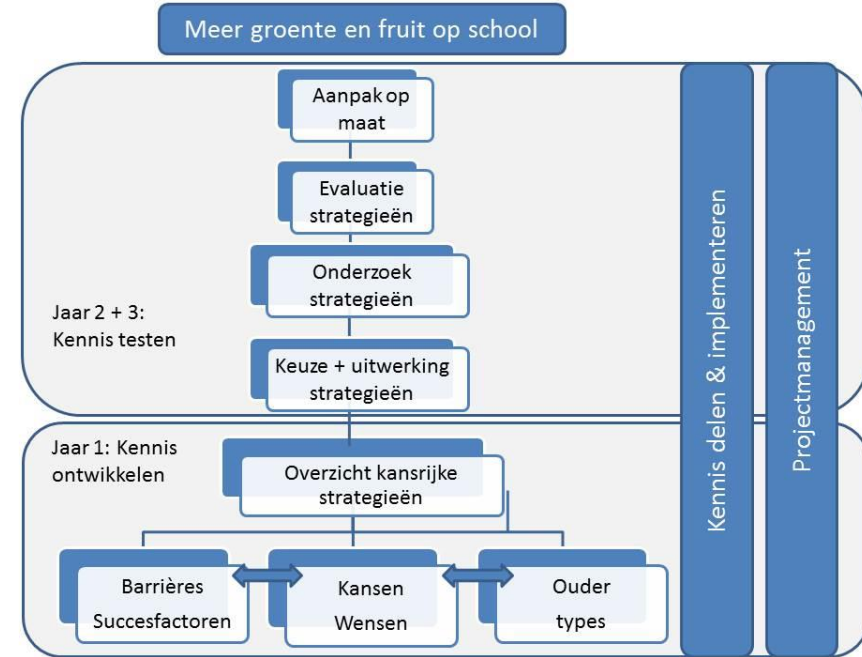


WAGENINGEN
UNIVERSITY & RESEARCH



Aanpak 3-jarige PPS project

- Kwalitatief onderzoek onder professionals & scholen
- Vragenlijstonderzoek ouders
- Verschillende strategieën pilots
- Effect & haalbaarheidsonderzoek
3 situaties op school



<https://www.wur.nl/nl/project/Groente-en-fruit-op-school-vanzelfsprekend-1.htm>

Groente en fruit op de basisschool

Hoe kan het eten van groente en fruit tijdens de ochtendpauze op de basisschool een gewoonte worden? Wageningen University & Research heeft onderzocht welke strategieën effectief en haalbaar zijn voor ouders, kinderen en de basisschool.



Doelgroep:
Kinderen groep 3 t/m 5



Meetmoment:
Ochtendpauze, basisschool



Bij dit onderzoek is gekeken naar de groente- en fruitconsumptie van kinderen in 3 situaties:



Geen beleid

Scholen zonder regels over het eten van groente en fruit in de ochtendpauze.

4
scholen
196
kinderen



60 gram



■ Groente ■ Fruit



50-60%
eet groente
en/of fruit.



5-dagen beleid

Scholen met de regel dat ouders 5 dagen per week groente en/of fruit meegeven naar school voor de ochtendpauze.

3
scholen
265
kinderen



130 gram



■ Groente ■ Fruit



97-98%
eet groente
en/of fruit.



Groente- en fruitschaal

Scholen waar 5 dagen per week een schaal gevuld met groente en fruit in de klas werd gezet, waar kinderen vaker van konden pakken.

2
scholen
108
kinderen



250 gram



■ Groente ■ Fruit



87-97%
eet groente
en/of fruit.

De meeste ouders vonden het 5-dagen beleid zinvol, stimulerend en plezierig; niet vervelend of overdreven.



De resultaten zijn vertaald naar een toolkit voor scholen en professionals.

Zie www.wijkiezengroentenenfruit.nu

Dit onderzoek is onderdeel van het project Groente en fruit op school, vanzelfsprekend! (TU 16007).

10-URTJE
WIJ KIEZEN
GROENTE
EN FRUIT!



Meest
haalbaar;
ook lage
SES



Zeinstra et al,
2021 (Appetite):
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0195666321001422>

Toolkit + campagne

Doel: Professionals & scholen ondersteunen om naar 5 vaste G&F dagen te gaan



The screenshot shows the homepage of the website. At the top left, there is a logo with the text 'WIJKIEZINGROENTE EN FRUIT!'. The navigation menu includes 'Home', 'Stappenplan', 'Inspiratie', 'Downloads', and 'Contact'. The main heading reads 'Maak van groente en fruit eten op school een gewoonte. In 4 simpele stappen!'. Below this is a button 'Start met stap 1!' and a link 'Al gestart? Klik hier voor extra materiaal'. A section titled 'Groente & fruitbeleid op school werkt:' contains the text: 'Met vaste groente- en fruitdagen eten kinderen ruim twee keer zoveel groente en fruit als op scholen zonder afspraken (130 vs 60 gram). Zo helpt de school jonge mensen aan een gezonde leefstijl. En wij helpen u graag op weg! "Gaan met die banaan!"'. The page is decorated with illustrations of a pea and a strawberry.



Discussie

Nieuws

Groente- en fruitconsumptie tijdens 10-uurtje twee keer zo hoog bij een 5-dagen beleid

8 april 2021

Laten we er met elkaar voor zorgen dat het normaal wordt dat er om 10 uur groente en fruit gegeten wordt op school.

- Hoe zorgen we ervoor dat alle scholen bekend raken met de toolkit en de resultaten? → Communiceer mee!
- Hoe zorgen we ervoor dat scholen hiermee aan de slag gaan?
- Wat is er nodig om dit te faciliteren en te stimuleren?
- Wat kunt u doen?
- Volgende stap?



Dank voor uw aandacht en inbreng

Met dank aan:

- Partners
- Studenten
- Collega's: Annemien Haveman, Marlies Willemsen, Sandra van der Haar

Verder lezen:

[Projectwebsite](#)

[Toolkit met banners](#)



gertrude.zeinstra@wur.nl