

IN 4 STAPPEN NAAR EEN SUCCES- VOL GROENTE- EN FRUITBELEID!

INFORMATIEBROCHURE

Wij kiezen groente en fruit! U toch ook?
Ga naar: wijkiezengroenteenfruit.nu

't 10-UURTJE
WIJ KIEZEN
GROENTE
EN FRUIT!



Start met een schoolfruitbeleid!

DEZE BROCHURE HELPT U BIJ HET MAKEN VAN AFSPRAKEN OVER VASTE GROENTE- EN FRUITDAGEN OP SCHOOL.



Waarom vaste groente- en fruitdagen?

- Met vaste groente- en fruitdagen leert u kinderen een goede gewoonte aan.
- Het is gezond. Groente en fruit bevatten veel vezels, vitaminen en mineralen.
- Iedereen doet mee. Ook kinderen die de gezonde keuze van huis uit niet meekrijgen.
- Een Gezonde school draagt bij aan het welbevinden van de kinderen en daarbij aan de leerprestaties.

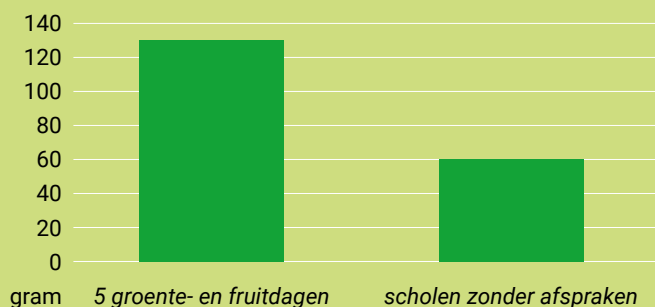


Waarom 5 vaste groente- en fruitdagen?

- Het geeft duidelijkheid voor iedereen: kinderen, ouders en schoolteam. Elke dag is hetzelfde. Hierdoor is er geen verwarring of discussie.
- Alle kinderen in de klas nemen elke dag groente en fruit mee.
- Uit onderzoek blijkt dat de consumptie van groente en fruit op scholen met 5 vaste dagen ruim 2 keer zo hoog is als bij scholen zonder afspraken. (Gemiddeld 130 versus 60 gram).

“
Het was even wennen maar nu is iedereen heel tevreden over de aanpak
”

BELEID VERSUS GEEN BELEID



- Uit onderzoek blijkt dat de meeste ouders vijf vaste groente- en fruitdagen ervaren als zinvol, stimulerend en makkelijk om uit te voeren.

Op www.wijkiezenegroenteenfruit.nu vindt u:

- Voorbeeldbrieven
- Voorbeeldteksten voor beleid
- Tips: Hoe overtuig ik ouders? Hoe overtuig ik het team?
- Inspiratie vanuit andere scholen



Gezonde school

Het maken van afspraken over vaste groente- en fruitdagen is een goede eerste stap richting een Gezonde School. Wanneer het team en ouders hier achter staan dan kunt u een tweede stap zetten. Denk hierbij aan het stimuleren van water drinken, gezond trakteren en voedseducatie.

Kijk voor meer info op gezondeschool.nl, thema voeding.

“

Een beleid van
5 vaste groente-
en fruitdagen
geeft duidelijkheid

”

STAPPENPLAN

Lees hier hoe u stappen kunt maken naar (meer) groente- en fruitdagen op uw school. Elke school is anders. Kies daarom de aanpak die bij uw school past.

1. VOORBEREIDING

1.1 Vaste groente- en fruitdagen

Besprek met het team en de MR.

- Hoeveel vaste groente- en fruitdagen per week?
- Gaat de school ook deelnemen aan het EU-Schoolfruit- en groenteprogramma?

1.2 Kies de gewenste aanpak

Optie 1: Ouders geven groente en fruit mee vanuit thuis.

- Ouders behouden hun verantwoordelijkheid.
- De groente en het fruit kunnen thuis gesneden worden.
- Ouders bepalen wat zij meegeven.
- Ouders betalen de directe kosten.

Optie 2: Een schoolfruitabonnement bij een leverancier.

- De school sluit een abonnement af bij een leverancier voor de hele school.
- De school kiest zelf de variatie en het aantal dagen.
- Kosten worden betaald vanuit een extra ouderbijdrage (appelgeld) of bijvoorbeeld uit de opbrengsten van een sponsorloop.
- Ouders hoeven geen tienuurtje mee te geven. Hierdoor ontlast u de ouders.

1.3 Creëer voldoende draagvlak

- Informeer ouders tijdig over de nieuwe plannen.
- Neem voldoende tijd voor de overgangperiode.
- Zorg voor één centraal aanspreekpunt binnen de school.
- Ga in gesprek met ouders die weerstand tonen.

2. UITVOERING

2.1 Hoe starten?

Leg de standaard groente- en fruitdagen vast in het schoolbeleid en kies een goede manier om te starten.

2.2 Communiceer over de afspraken

- Vermeld de afspraken in de schoolgids en op de website.
- Plaats regelmatig een item in de nieuwsbrief, ouder-app of op social media.

2.3 Handhaaf het nieuwe beleid

- Wat doet een leerkracht wanneer een kind iets anders dan groente of fruit mee heeft?
- Ga bij voorkeur in gesprek met de ouder/verzorger.

3. EVALUATIE

- Wat vindt het team van de afspraken?
- Lukt het alle teamleden de afspraken na te leven?
- Wat gaat er goed? Wat kan er beter?

4. ONDERSTEUNING

Wilt u van gedachten wisselen over schoolfruitbeleid? Neem dan contact op met de Gezonde School Adviseur, een JOGG regisseur (alleen in JOGG gemeenten) of met het Steunpunt EU-Schoolfruit.

Ga naar wijkiezengroenteenfruit.nu voor de contactgegevens.

wijkiezengroenteenfruit.nu

Wilt u ideeën opdoen voor een aanpak die bij uw school past? Bekijk de video's en verhalen van andere scholen en ouders op **wijkiezengroenteenfruit.nu**.

Wij kiezen groente en fruit op school is een initiatief van JOGG en het EU-Schoolfruit- en groenteprogramma. Door samen te werken worden krachten gebundeld. **Gedeeltelijk gefinancierd door de EU.**



gezonde jeugd
gezonde toekomst



't 10-UURTJE
WIJ KIEZEN
GROENTE
EN FRUIT!

