

# Beleidsafspraken eten & drinken



September, 2020 – Versie 1

## Inhoudsopgave

1.1 Eten en drinken op school.....	2
1.1.1 Eten in de ochtendpauze .....	2
1.1.2 Eten tijdens de lunch.....	2
1.1.3 Drinken onder schooltijd.....	2
1.2 Regels bij traktaties.....	2
1.3 Hygiëne en veiligheid.....	2
1.4 Begeleiding door leerkrachten.....	3
1.5 Toezicht op beleid.....	3
1.6 Smaaklessen .....	3
1.7 EU Schoolfruit .....	3
1.8 Brede-schoolactiviteiten .....	3
1.9. Samenwerking .....	4

In dit beleid zijn afspraken omtrent eten en drinken opgenomen. De regels en afspraken die wij maken over trakteren, eten en drinken op school gelden voor iedereen.

## **1.1 Eten en drinken op school**

De kinderen hebben op een dag twee pauzemomenten.

### **1.1.1 Eten in de ochtendpauze**

Het eerste eetmoment op onze school is de ochtendpauze. Wij stimuleren ouders om een gezonde pauzehap mee te geven, en koek, snoep en chips thuis te laten.

#### **Voorbeelden van gezonde pauzehappen:**

- Fruit.
- Tussendoortje, zoals een pauzekoek (denk aan Liga of Sultana).
- Gedroogd fruit, zoals een doosje rozijnen of een paar abrikozen of dadels.
- Groente, zoals worteltjes, komkommer, paprika, snoeptomaatjes en radijsjes.
- Volkoren of bruine boterham, volkoren knäckebröd of een volkoren mueslibol.
- Op school kunnen ouders kiezen voor Schoolfruit, wanneer dit beschikbaar is.

### **1.1.2 Eten tijdens de lunch**

Wij zien de middagpauze als een rustmoment. We nemen samen de tijd voor de lunch: leerkrachten en kinderen. Wij stimuleren een gezonde lunch.

#### **Voorbeelden van een gezonde lunch:**

- Volkoren of bruine boterham, volkoren knäckebröd of een volkoren mueslibol.
- Groente en fruit, zoals tomaat, komkommer, paprika, banaan, appel en aardbei. Lekker als beleg of voor erbij!

### **1.1.3 Drinken onder schooltijd**

Onder lestijd kunnen de kinderen water drinken. In de pauze mogen de kinderen sap drinken. Dit nemen zij zelf mee.

## **1.2 Regels bij traktaties**

Kinderen die jarig zijn, zetten wij natuurlijk graag in het zonnetje. Veel kinderen brengen een traktatie mee. Dat vinden we erg leuk! In de klas viert het kind een feestje. De leerkracht mag beslissen of de traktatie in de klas wordt genuttigd of thuis. De leerkracht maakt hierover afspraken met de kinderen.

## **1.3 Hygiëne en veiligheid**

In de klassen kunnen de kinderen de handen wassen. Bij elke wastafel zijn zeep en papieren handdoeken te vinden.

#### **1.4 Begeleiding door leerkrachten**

Vanuit onze visie 'handen samen' werken wij ook bij de begeleiding van eten en drinken samen met ouders. Leerlingen die meer moeite hebben met eten en drinken, stimuleren wij in de klas hun eten en drinken op te maken. Als de leerkracht merkt dat de leerling veel eten mee krijgt of iets wat hij/zij niet graag eet, gaat de leerkracht in gesprek met de ouders. Hierin neemt de leerkracht een adviserende rol aan. Na een periode van ongeveer twee weken wordt opnieuw met de ouders gesproken of er verbetering is. Zo niet, kan er opnieuw meegedacht worden hoe de leerling toch tot eten/drinken komt.

Leerlingen die meer tijd nodig hebben, krijgen deze tijd, maar dit gaat ten koste van bijvoorbeeld de buitenspeeltijd. De leerkracht zal hierover afspraken maken met ouders.

Bij hoge uitzondering kan een leerling een extra eetmoment krijgen tijdens de lessen. Dit komt bijvoorbeeld voor bij leerlingen die medicatie gebruiken en daardoor minder eetlust hebben.

#### **1.5 Toezicht op beleid**

We vinden het natuurlijk belangrijk dat ons voedingsbeleid zoveel mogelijk wordt nageleefd. Lukt dat een keer niet, dan is dat niet meteen erg. We zullen ons voedingsbeleid onder de aandacht brengen als dat nodig is, op een vriendelijke manier.

#### **1.6 Smaaklessen**

Dit schooljaar zijn wij gestart met het lesmateriaal van Smaaklessen. Deze lessen zijn bedoeld voor groep 1 t/m 8 en door te proeven, voelen, horen, ruiken en kijken verkennen de leerlingen hun eten.

#### **1.7 EU-Schoolfruit**

20 weken lang ontvangen wij schoolfruit dankzij financiering van de Europese Unie. EU-schoolfruit stimuleert kinderen samen in de klas fruit en groente te eten. Twintig weken lang krijgen alle kinderen van De Achtsprong een portie groente of fruit. De kinderen krijgen dit op woensdag, donderdag en vrijdag. Op deze dagen hoeven de kinderen alleen voor de tweede pauze een boterham o.i.d. mee te nemen. Let op: de kinderen moeten voor beide pauzes zelf drinken meenemen.

#### **1.8 Brede schoolactiviteiten**

Gedurende het schooljaar worden er elke periode brede-schoolactiviteiten na schooltijd aangeboden. Hier worden ook activiteiten aangeboden op het gebied van gezond koken.

## **1.9 Samenwerking**

Om ervoor te zorgen dat onze leerlingen zo gezond en veilig opgroeien werken wij samen met verschillende organisaties zoals JGZ, GGD Haaglanden, Piezo en Jeugd tandverzoring Zoetermeer.

Als u vragen heeft over gezonde voeding, overgewicht of mondverzorging kunt u contact opnemen met de directie of leerkracht.

<https://www.jgzzhw.nl/onze-zorg>

<https://www.ggdhaaglanden.nl>

<https://stichtingpiezo.nl>

<https://www.jtv-zoetermeer.nl>