



Voedingsbeleid Archipelschool de Sprong

We vinden het belangrijk dat er op school gezond eten en drinken is tijdens de pauzes, de lunch, tijdens uitjes en bij het trakteren, dus zowel meegenomen als aangeboden eten en drinken. We leren de leerlingen over gezond gedrag en tijdens eetmomenten kunnen zij dit in praktijk brengen.

De school gaat ervan uit dat wanneer het kind naar school komt, het thuis al ontbeten heeft. Een goed ontbijt en gezonde tussendoortjes zorgen voor energie en benodigde concentratie op school. Bovendien heeft een kind, als het ontbijt, in de loop van de ochtend minder trek in iets tussendoor.

We hebben hierover afspraken gemaakt, die door de leerkrachten worden gehandhaafd. We kiezen voor een positieve aanpak. Gezond eten gaat over goed voor jezelf zorgen.

Regels en afspraken

- We stimuleren alle dagen dat kinderen water, thee, halfvolle melk dranken of dranken zonder suiker meenemen om te drinken. Energydrinks en frisdranken met prik worden niet toegestaan.
- Tijdens de lunch eten de kinderen gezond. Onder gezond verstaan we bijvoorbeeld volkoren boterhammen die belegd zijn met suikervrij-beleg, bijvoorbeeld vleeswaren, kaas, appelstroop, pindakaas, vis en ei. Broodvervangers zoals rijstwafels, volkoren knäckebröd, roggebrood of een krentenbol zijn een gezond alternatief voor een boterham. Kinderen drinken water, thee, halfvolle melk dranken of gezond sap. Snoep is niet toegestaan.
- We stimuleren gezonde traktaties. Er zijn diverse internetsites te vinden met leuke ideeën. Van originele gezonde traktaties maken we foto's die we in de nieuwsbrief plaatsen.

<http://www.voedingscentrum.nl/nl/thema-s/trakteren-voor-kinderen-kindertraktaties.aspx>

www.gezondtrakteren.nl

- We verzorgen drie dagen schoolfruit en -groente mits er subsidie beschikbaar is.. Op deze dagen hoeven de kinderen alleen drinken mee te nemen voor de ochtendpauze.
- We stimuleren dat kinderen ook op dinsdag en donderdag als tussendoortje groente, fruit of een boterham eten.

Speciale gelegenheden

Bij speciale gelegenheden mogen uitzonderingen gemaakt worden t.a.v. het eten en drinken. Onder speciale gelegenheden verstaan we bv. schoolreisjes, thema's, en feestdagen. Vanuit school wordt ook bij speciale gelegenheden gezocht naar een goede balans tussen gezond en 'feest'.

Lesprogramma's

Om kinderen het belang van gezonde voeding en voldoende bewegen te leren begrijpen werken we met diverse projecten en programma's.

Groep specifieke programma's	
Groep 1-2	Koekeloere en HBB Schatkist thema: gezondheid/ ik ben lekker fit Methode Kwink Logo 3000 woorden leren en consolideren over gezonde voeding Aanbieden van prentenboeken rondom thema gezondheid Tijdens het eten en drinken wordt er regelmatig over gezond en ongezond eten/drinken gesproken GGD Project Sam de Waterman (om het jaar) Jong leren eten en de Groene schoolplein revolutie*
Groep 3-4	Schooltv NPO Methode Kwink Winter Groentepakket en kooklessen in de klas Naut Jong leren eten en Groene schoolplein revolutie*
Groep 5-6	Schooltv NPO Naut Geobas Methode Kwink Ik eet het beter: Week van de Pauzehap en Stapel Gezond

	Ik eet het beter: Week van de Pauzehap en Over de Tong
Groep 7-8	Kwink Ik eet het beter: Week van de Pauzehap en Expeditie Lekker in je Vel Ik eet het beter: Week van de Pauzehap en KlasseLunch Ik eet het beter: Testlab (om het jaar)
<u>Groep overstijgende schoolprogramma's</u> <p>De school doet mee aan campagnes als het Nationale schoolontbijt, Koningsontbijt 1-4, Schoolfruit en het "Ik eet het beter" aanbod. Tevens besteden we aandacht aan voeding tijdens terugkerende vieringen zoals de paasbrunch en het kerstdiner</p> <p>De school heeft een aantal kleine moestuintjes in bakken op het schoolplein. In samenwerking met tuin-ouders en leerlingen van de school worden deze moestuintje onderhouden. De gekweekte groente en kruiden worden tijdens de lunch op school genuttigd.</p>	

Handhaving beleid:

We bespreken binnen het team jaarlijks het voedingsbeleid, stellen het bij en passen het aan.

In onze maandelijkse nieuwsbrief hebben we regelmatig aandacht voor thema's die passend zijn binnen de gezonde school.

We zien dat ouders op de Sprong zeer betrokken zijn en gezonde pauzehapjes, -lunches en -tractaties verzorgen voor hun kinderen. Als we incidenteel zien dat ouders zich niet aan het beleid houden wordt dit meegenomen in een oudergesprek.

* De Sprong heeft recent (april 2019) van de 'Groene Revolutie Zeeuwse Schoolpleinen' een 1500 euro gewonnen met het ontwerpen van een voedselplek op het schoolplein. Met dit geldbedrag kunnen we op het schoolplein fruitbomen, bessenstruiken, een moestuin en kruidentuin aanleggen.