

Gezonde lunchtrommels van schoolkinderen

Briefje in de broodtrommel van je kind als er jam op het brood zit?

‘Ook ouders moeten worden opgevoed’

HELMOND - Een gevulde koek of een Mars in de schooltas? Dat kan echt niet meer. Maar hoever ga je als basisschool in het stimuleren van gezond eten? Als er een wit in plaats van een bruin bolletje in de broodtrommel zit?

Arjen Vos 17-01-24, 17:42



Er zijn scholen waar een briefje in de broodtrommel wordt gestopt, dat wit brood echt niet de bedoeling is. Daarvan is niet iedereen gediend. Sowieso is er discussie over hoever scholen mogen gaan. *“We hebben best wel wat gesprekken gehad, onderling en met ouders”*, zegt Monique van Ekert, directeur van de Helmondse basisschool Silvester-Bernadette.

Een ouder beklagt zich tegen het ED over de in zijn ogen te strenge aanpak op de school van zijn kind, overigens niet de Silvester-Bernadette. *“Natuurlijk sta ik achter gezond eten. Maar zo’n briefje als je één keer wit brood hebt meegegeven omdat bruin op was, gaat me een stap te ver. Ze moeten rechtstreeks de ouders aanspreken, niet via het kind.”*

Marijet Kuijpers vindt juist dat veel is geoorloofd. Namens Jibb+ helpt zij scholen bij het bevorderen van gezond eten. *“Als van tevoren is duidelijk gemaakt dat zo’n briefje een optie is, vind ik het kunnen. Opvoeden begint met het verantwoord vullen van de lunchtrommel. Niet alleen kinderen, maar ook ouders moeten soms worden opgevoed.”*

Niet de luxe om te discussiëren.

Is het wel aan een school om zich daarmee zo intensief te bemoeien? *“Op het moment dat het broodtrommeltje opengaat, is het kind al op school. We hebben niet de luxe om te discussiëren over of het de verantwoordelijkheid is van de school of van de ouders. Obesitas en bijbehorende gezondheidsproblemen zijn een groot probleem.”*

Op kindcentrum Westwijzer in Helmond stoppen ze geen briefjes in trommeltjes. *“Ik vind het een beetje akelig klinken”,* zegt teamleider Thijs Backx. *“Wij proberen het juist positief te benaderen. Het stimuleren van gezonde voeding vinden we belangrijk, maar het houdt ook ergens op. Dan is het verder aan de ouders en kinderen.”*

Soms voelen ze zich ‘in een spagaat zitten’. Westwijzer staat in Helmond-West, een wijk waar relatief veel mensen met een laag inkomen wonen. Backx: *“Gezond eten kan best duur zijn, duurder dan ongezond eten. Als ik moet kiezen, heb ik liever een kind dat een keer iets minder gezond eet dan helemaal niks.”*

Op basisschool Silvester-Bernadette in Helmond-Oost is het uitgangspunt: een gezonde boterham en eventueel snackgroente of fruit. Geen koek, geen snoep. Maar een bruine boterham met jam in plaats van kaas is niet meteen reden om op te treden.

“We zien natuurlijk liever gezond beleg, maar we gaan niet op de stoel van de ouders zitten”, legt directeur Van Ekert uit. *“De leerkracht is geen politieagent. Daar komt nog bij dat je kunt discussiëren over hoe gezond bijvoorbeeld kaas is.”*

Geen croissantje

Een briefje in de trommel is niet uit den boze, maar heeft niet haar voorkeur. *“Als het echt opvalt dat een kind iets ongezonds eet, een croissant bijvoorbeeld, dan spreken we het kind aan. Mits het oud genoeg is. Bij een jonger kind zoeken we contact met de ouders. Een briefje is dan niet het eerste middel, maar soms is het lastig om contact te krijgen met ouders. In dat geval kan een briefje een optie zijn, maar dat gebeurt bijna nooit.”*

Het stimuleren van gezonde voeding zet zoden aan de dijk. Backx: *“Een paar jaar geleden kwamen ze nog wel eens met een pizzapunt op school. Dat gebeurt bijna nooit meer. Kinderen nemen ook steeds minder koeken, pakjes drinken en ongezond beleg mee.”*

Veel bewegen is ook belangrijk

Op de Silvester-Bernadette gaat gezond eten hand in hand met veel bewegen. *“We hebben al meer dan vijftig jaar een echte gymleraar. Lange tijd waren we daarmee de enige school in de regio”,* aldus Van Ekert. *“Die leraar geeft tips waardoor leerlingen ook tijdens andere lessen veel bewegen. En ons schoolplein is zo ingericht dat kinderen veel actief kunnen zijn.”*

Marijet Kuijpers zegt dat de ondersteuning door Jibb+ enthousiast wordt ontvangen. *“Leerkrachten vinden het onderwerp heel belangrijk, maar hebben er niet altijd genoeg tijd voor. Er komen zo veel maatschappelijke thema’s op ze af. Het mobieltjesverbod, de mentale gezondheid van kinderen en dan weer het vaperen. Terwijl ze vooral worden afgeroepen op rekenen en taal.”*