

Stimuleringsprijs Gezonde Schoolkantine

Claudia van Zoelen, Voedingscentrum, Den Haag

Een gezond aanbod in de schoolkantine stimuleert gezond eetgedrag van jongeren. Jongeren ervaren dat zelf ook zo. Om scholen extra te stimuleren hun kantine gezonder te maken heeft het Voedingscentrum dit jaar voor de tweede keer de Stimuleringsprijs Gezonde Schoolkantine uitgeschreven.

Met het grootste deel van de jongeren in Nederland gaat het goed. Ze zijn gelukkig en ze zijn gezond. Om dit ook in de toekomst zo te houden, is adequate preventie noodzakelijk. Het eetgedrag van de jongeren is namelijk minder gezond. 14 Procent van de Nederlandse jongeren ontbijt niet dagelijks, 44 procent eet niet elke dag fruit en 61 procent niet elke dag groente. Daarnaast blijft het aantal jongeren met overgewicht toenemen.

KANTINE De schoolkantine is een ideale plaats om iets te doen aan het ongezonde eetgedrag van jongeren, omdat vrijwel alle jongeren er komen. Veel scholen besteden tijdens de lessen al aandacht aan gezond eten en voldoende bewegen. Om jongeren echt een gezond eetpatroon aan te leren, moeten zij hun kennis in praktijk kunnen brengen. Kinderen die leren wat een gezond eetpatroon is en daarna in de kantine worden geconfronteerd met ongezonde producten, vinden het lastig om hun kennis om te zetten in gedrag. Zij vinden het zelf ook belangrijk dat het aanbod in hun kantine gezonder wordt en ongezonde voeding weggehaald wordt uit de schoolomgeving. De school kan zo een heel belangrijke rol spelen bij de gezondheidsbevordering van de leerlingen. Dat is belangrijk voor een gezonde toekomst, maar ook voor goede schoolprestaties. Het is namelijk bekend dat leerlingen die gezonder eten, zich beter kunnen concentreren. Aannemelijk is dat zij dan ook beter zullen presteren.

STIMULERINGSPRIJS Dit jaar is voor de tweede keer de *Stimuleringsprijs Gezonde Schoolkantine* uitgeschreven. Scholen die ervoor in aanmerking willen komen, moeten een werkplan Gezonde Schoolkantine opstellen en zich inschrijven voor 29 april aanstaande. Op de website van de Gezonde Schoolkantine staat alle informatie over deelname. Tijdens de NOT-beurs in januari 2009 maakt de jury bekend welke scholen de prijzen van 10.000, 4.000 en 1.000 euro hebben gewonnen.



HET KAN ECHT Gelukkig zijn er al scholen in Nederland die het goede voorbeeld geven en laten zien dat een gezonde schoolkantine mogelijk is. Het Stedelijk Dalton Lyceum in Dordrecht won de stimuleringsprijs 2007. Deze school renoveerde zijn kantine en keuken volledig. Snoep- en snackautomaten zijn er niet meer te vinden. Het aanbod in de kantine bestaat uit vruchtensap, melk, gezonde broodjes, groente en fruit en rijstcrackers. Regelmatig zijn er acties waarbij gezonde smoothies of gezonde hapjes worden geproefd. Chips, koken of repen zijn er niet te bekennen en geen leerling die er om vraagt.

Scholen kunnen het informatiepakket De Gezonde Schoolkantine gratis bestellen of downloaden van de website: www.degezondeschoolkantine.nl. Op deze site staan meer ondersteunende materialen. Alle GGD'en hebben het pakket per post toegestuurd gekregen.