Onderzoekspartners

WAGENINGEN UNIVERSITY & RESEARCH

VU VRIJE UNIVERSITEIT AMSTERDAM

Subsidieverstrekker

Topsector Agri& Food TKI Agri&Food

Eten op School

Bedrijven en brancheorganisaties

FOODBASE WAGENINGEN

Groenten Fruit Huis

NAGF

DUTCH CUISINE

Soepenhart van Nederland

SCHOOLSOEPIE

KONINKLIJKE vezet

nzo

Gemeentes

ede

Sarphati amsterdam research for healthy living

PPS project de Gezonde Schoollunch
TKI AF-16098; looptijd 2017-2020

www.etenopschool.org
https://www.wur.nl/nl/show/Gezonde-schoollunch.htm

Monique.Vingerhoeds@wur.nl

Waarom een gezonde schoollunch?



Overgewicht:

- 1 op de 7-8 kinderen heeft overgewicht[1]
- overgewicht & obesitas hoger bij lager opleidingsniveau

4-11 jarigen[1]	Overgewicht (%)	Obesitas (%)
Totaal	**13.2**	**2.7**
Jongens	16.0	3.4
Meisjes	10.2	1.9



Eetpatroon

- Kinderen in Nederland eten te weinig groenten, fruit en volkorenbrood en drinken teveel suikerhoudende dranken[2]
- Op school worden meer suikerhoudende dranken gedronken dan thuis[3]



School kansrijke plek voor het bevorderen van gezonde voeding

- Bijna alle kinderen in Nederland gaan naar school
- Geen sociale economische ongelijkheid bij een schoollunch

1. https://www.volksgezondheidenzorg.info/onderwerp/overgewicht/cijfers-context/huidige-situatie#node-overgewicht-kinderen *(2020)*
2. https://www.wateetnederland.nl/resultaten/voedingsmiddelen/consumptie
3. *Rongen et al, BMC Public Health (2019) 19:1365:* https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-019-7750-9

Project de Gezonde schoollunch (1)



Doel van het project:

Het ontwikkelen van een gezonde en betaalbare schoollunch die een bijdrage kan leveren aan het stimuleren van gezond eetgedrag van kinderen.

Een half jaar schoollunch op drie scholen met 312 deelnemers:

- Kinderen zijn gezonder gaan lunchen door een gezonde schoollunch:
  - Meer kinderen eten bij de lunch groenten, fruit en volkorenbrood
  - Meer kinderen drinken bij de lunch water en melk
- Als de schoollunch stopt, wordt het gezonde eetpatroon niet voortgezet
- De schoollunch werd door de kinderen, leerkrachten en ouders positief ontvangen
- De schoollunch is logistiek goed uitvoerbaar

Voor een impressie van de schoollunch zie https://youtu.be/6tUFFl4OGUA

Project de Gezonde schoollunch (2)



Aanbevelingen

- Betrek de kinderen en ouders actief bij de menuplanning
- Minimaal 30 minuten lunchtijd – aanpassen pauzerooster
- Organiseer structurele hulp voor scholen en aanvullende financiering
- Combineer de schoollunch met het verhogen van voedselvaardigheden

Impact/maatschappelijke relevantie

Een gezonde schoollunch draagt bij aan een gezonder eetpatroon van kinderen.

Jong geleerd is oud gedaan.

Samen gezond zouden lunchen heeft dat impact op eetgedrag, voedselvaardigheden en preventie van obesitas en andere welvaartsziektes.

Een gezonde schoollunch is goed uitvoerbaar en kan de voedingsinname van kinderen aanzienlijk verbeteren

Stel je eens voor dat alle 1,5 miljoen kinderen op de basisschool in Nederland samen gezond zouden lunchen.

Hoe zou dat zijn?