

# Voedingsbeleid OBS de Achtbaan



eerlijk over eten  
**Voedingscentrum**



## Introductie

We willen gezond eten op school voor iedereen makkelijk maken, om zo bij te dragen aan een goede ontwikkeling van de kinderen. Samen met ouders zorgen we voor gezond eten en drinken tijdens de ochtendpauze en de lunch. Trakteren doen we zo gezond mogelijk. Er is ruimte om individuele afspraken te maken bij een allergie, dieet of een bepaalde (geloofs)overtuiging.

## Eten in de ochtendpauze

De kinderen eten elke dag een gezonde pauzehap. We vragen ouders om geen koek, snoep of chips mee te geven, maar groente of fruit.



## Eten tijdens de overblijf

De kinderen eten dagelijks een gezonde lunch. We vragen ouders om geen koek, snoep of chips in de broodtrommel te doen.

## Drinken

Kinderen drinken tijdens de ochtendpauze en de lunch gezonde dranken. Daarnaast vragen we om dranken in een afsluitbare beker of dopper te schenken. We zorgen met ons allen voor afscheiding en ons milieu, en willen zo min mogelijk "pakjes" weggooien.



## Traktaties

Kinderen krijgen per schooljaar al gauw 30 traktaties. Dat mag ook, want jarig zijn is feest! Omdat een verjaardag wel een feest moet blijven, mag je traktatie ook een feestje zijn. Maar: een kleine traktatie is genoeg! Bij traktaties die groot of met veel suiker zijn, nemen de kinderen deze mee naar huis.

### **Het goede voorbeeld**

Kinderen kijken ook naar wat hun leerkrachten eten. Het zou gek zijn als leraren een snoepreep nemen als pauzehap terwijl de kinderen een stuk fruit eten. Traktaties voor leerkrachten zijn niet nodig!

### **Toezicht op beleid**

- Bij niet toegestaan eten of drinken gaat er een standaardbriefje mee naar huis met uitleg voor de ouders
- Als het standaardbriefje niet voldoende verbetering oplevert, gaat de leerkracht in gesprek met de ouders.

### **Overige pijlers**

- Elk schooljaar besteden we aandacht aan gezonde voeding in onze lessen.
- We laten de Jeugdgezondheidszorg (JGZ) een gezondheidsonderzoek uitvoeren in groep 2 en groep 7.
- We wijzen ouders met kinderen die onder- of overgewicht hebben op gespecialiseerde trajecten.
- We houden ouders betrokken door bijvoorbeeld regelmatig een bericht over gezonde voeding in onze nieuwsbrief te plaatsen.
- Op onze school is altijd voor iedereen kraanwater beschikbaar.