

Betreft: Onze school gaat groenten en fruit eten in de ochtendpauze!

Beste ouder(s)/verzorger(s),

In de periode van 18 januari tot 1 april 2012 doet onze school mee met het EU-Schoolfruitprogramma, een Europees programma dat het eten van voldoende groenten en fruit stimuleert. Door EU-Schoolfruit leren kinderen spelenderwijs om verschillende soorten groenten en fruit te eten. Dat is niet alleen gezond, maar ook gezellig!

Kinderen hebben veel te winnen bij gezonde eetgewoonten. Want kinderen die genoeg groenten en fruit eten en elke dag actief bewegen zitten lekkerder in hun vel, krijgen minder snel griep, zijn minder snel verkouden, voelen zich fitter, beleven meer plezier aan sport en spel en leren makkelijker. Uit onderzoek blijkt dat kinderen niet altijd gewend zijn iets te eten voor ze naar school gaan en veel vaker vette en suikerrijke tussendoortjes eten. Ook eten ze weinig groenten en fruit. Slechts 1 op de 4 kinderen haalt de aanbeveling van 2 stuks fruit per dag en 1 op de 1000 kinderen haalt de aanbeveling van 2-3 opscheplepels groenten per dag.

Wat de leerlingen eten, is de verantwoordelijkheid van ouder(s)/verzorger(s), maar met het EU-Schoolfruitprogramma kan de school kinderen helpen om gezonder te leren eten en zo de basis te leggen voor een gezond leven. De praktijk heeft uitgewezen dat dit werkt!

Het EU-Schoolfruitprogramma is een initiatief van de Europese Unie, het Ministerie van Economische Zaken, Landbouw en Innovatie, het Productschap Tuinbouw, het Steunpunt Smaaklessen & SchoolGruiten en vier sponsors uit de groente- en fruitsector. Het programma wordt ondersteund door Stichting Voedingscentrum Nederland en GroentenFruit Bureau. U kunt hierover meer lezen op de website www.euschoolfruit.nl.

Kern van het EU-Schoolfruitprogramma is het gezamenlijk eten van groenten en fruit in de klas: het 'gruiten'. De kinderen krijgen op 3 vaste dagen in de week (de 'gruitdagen') gedurende 10 weken een portie groenten of fruit uitgereikt tijdens de ochtendpauze om gezamenlijk in de klas op te eten. Deze groente- en fruitverstrekkingen worden gefinancierd door de Europese Unie en schoolfruit.nu.

Onze drie vaste gruitdagen worden woensdag, donderdag en vrijdag. Op deze gruitdagen hoeft u dus geen pauzehap mee te geven.

Er zijn voor ouder(s)/verzorger(s) géén kosten verbonden aan deze groente- en fruitverstrekkingen.

De school ziet in het EU-Schoolfruitprogramma een waardevolle investering in de gezondheid van de leerlingen nu én later als ze groot zijn.

Namens het schoolteam,
Cbs "De Hoekstien"