

Gezonde, toegankelijke voeding op school

Een gezond en evenwichtig eetpatroon is essentieel voor kinderen en jongeren om succesvol op te groeien. Helaas is dat in ons land nog verre van een evidentie¹.

Scholen zijn een van de weinige plaatsen waar alle kinderen, ongeacht hun godsdienstige, levensbeschouwelijke, culturele of sociaaleconomische achtergrond, samenkomen. Het onderwijs is dan ook de ideale hefboom om een gezond en duurzaam² voedingsaanbod bij alle kinderen en ouders te promoten en te stimuleren. Aangezien niet elk kind of elke jongere van thuis uit gezond eten meekrijgt, draagt een toegankelijk en gezond aanbod op school bovendien bij aan gelijke kansen in het onderwijs. Met een slechtgevulde maag kan men niet leren.

Hieronder worden interventies geformuleerd, die onderling samenhangen en bijgevolg als geheel minimaal nodig zijn als antwoord op de bestaande uitdagingen.

De tekst kwam tot stand in een expertenwerkgroep, gefaciliteerd door Katharina Beelen (Rikolto) met medewerking van Xavier Brenez (Onafhankelijke Ziekenfondsen), Paul Callewaert (Solidaris), Elisabeth De Vleeschauwer (GO! Onderwijs van de Vlaamse Gemeenschap), Sigrid De Vuyst (GO! Onderwijs van de Vlaamse Gemeenschap), Séverine Hervé (Good Planet), Laura Jame (Christelijke Mutualiteit), Saar Lambrechts (Netwerk tegen Armoede), Hannelore Lambrighs (KOOGO vzw), Sarah Meys (Kinderrechtencommissariaat), Philippe Mayné (Landsbond Neutrale Ziekenfondsen), Jolien Plaete (Vlaams Instituut Gezond Leven), Lore Sleenckx (Vlaamse Scholierenkoepel), Kim Swyngedouw (Enchanté vzw), Hilde Timmermans (ouderkoepel VCOV), Cassandra Vanboterdael (Liberale Mutualiteit), Brigitte Van Der Hertten (De Link), Dienneke van de Sompel (UGent), Stefanie Vandevijvere (Sciensano), Wendy Van Lippevelde (UGent), Timothy Van Raemdonck (GO! ouders), Katrien Verbeke (Let us).



¹ Dit blijkt voor Vlaanderen bijvoorbeeld uit [de Voedselconsumptiepeiling](#), de [HBSC-studie van 2022](#) en de [Gezondheidsenquête](#) (2018).

² Duurzaamheid is een veelomvattend begrip waarbij een evenwicht wordt nagestreefd tussen ecologische, sociale en economische belangen. Onder 'duurzame maaltijden' verstaan we gezonde maaltijden, toegankelijk voor iedereen, niet alleen nu maar ook in de toekomst. Zie ook <https://www.gezondleven.be/themas/voeding/voedingsdriehoek/overige-producten/milieu>.

De uitdagingen

- Kinderen en jongeren eten over het algemeen te weinig verse groenten en fruit, te veel suiker en vetrijke snacks³.
- 12,7% van de kinderen tussen 0 en 3 jaar groeide in 2021 in Vlaanderen op in kansarmoede⁴. Volgens de resultaten van de EU SILC-enquête (2022) loopt 18,7% van de Belgische bevolking risico op armoede of sociale uitsluiting⁵. Hoewel onderwijs alleen het kansarmoedeprobleem niet kan oplossen, kan het een belangrijke rol spelen in het creëren van meer gelijke (onderwijs)kansen.
- Tot dusver zijn er in Vlaanderen geen cijfers over wat kinderen meebrengen naar de school en wat de invloed is van de socio-economische achtergrond van het gezin. Dit onderzoek wordt momenteel uitgevoerd door UGent en Vlaams Instituut Gezond Leven en resultaten zullen pas begin 2024 beschikbaar zijn⁶. Op basis van gelijkaardige studies in andere Europese landen blijkt echter dat wat kinderen meebrengen naar school vaak ongezond en onevenwichtig is, los van socio-economische status⁷.
- Het voedingsaanbod op Vlaamse scholen voldoet nog niet aan de gezondheidsrichtlijnen van de Vlaamse overheid⁸. Vooral een uitgebreider plantaardig aanbod met grotere groenteporties en meer gezonde, vegetarische alternatieven is wenselijk.
- De mate waarin (warme) maaltijden op school worden aangeboden, vertoont grote regionale verschillen. Bovendien bieden scholen om allerlei redenen steeds minder (warme) schoolmaaltijden aan⁹.
- Kinderen die op regelmatige basis niet of niet evenwichtig eten¹⁰, kunnen zich minder goed concentreren, wat een impact heeft op hun leerprestaties¹¹.
- Ondanks de hoge werkdruk proberen steeds meer scholen de grootste honger bij leerlingen te stillen¹². Scholen hebben echter nood aan ondersteuning bij een meer structurele aanpak.
- De voedselomgeving, vooral rond scholen in verstedelijkt gebied, is vaak ongezond en kent een toename in fastfood. Dit kan het ontwikkelen van gezonde voedingspatronen bij kinderen belemmeren¹³.
- Vlaanderen heeft geen regelgevend kader rond toegang tot gezonde, duurzame voeding op scholen. De Vlaamse voedselstrategie besteedt wel aandacht aan gezonde voeding in de schoolomgeving, maar legt zichzelf geen concrete doelstellingen en budgetten op. Dit in tegenstelling tot Brussel en Wallonië¹⁴, en ondanks de [universele verklaring](#) van de rechten van de mens (art. 25), de [Europese Kindgarantie](#) en het [Kinderrechtenverdrag](#) (art. 27).

³ <https://www.gezondleven.be/nieuws/vlaamse-kinderen-eten-te-weinig-fruit-groenten-en-melkproducten>. In ons land kampt bijna 1 op de 4 kinderen met overgewicht (rapport WHO). Zie ook de [HBSC-studie](#) (surveyonderzoek bij jongeren) en de resultaten van [de voedselconsumptiepeiling](#) van 2014-2015.

⁴ Agentschap Opgroeien, [Lokaal dashboard kinderen in kansarmoede](#).

⁵ [België in cijfers, STATBEL](#).

⁶ Vlaams Instituut Gezond Leven, [toegankelijke schoolmaaltijden](#).

⁷ Rongen et al. [Content of lunchboxes of Dutch primary school children and their perceptions of alternative healthy school lunch concepts](#). Public Health Nutrition 2022 DOI; Evans et al. A repeated cross-sectional survey assessing changes in diet and nutrient quality of English primary school children's packed lunches between 2006 and 2016. BMJ Open 2020 <http://dx.doi.org/10.1136/bmjopen-2019-029688>.

⁸ Vlaams Instituut Gezond Leven, [Schoolmaaltijden in België](#).

⁹ Zie [preventiepeiling 2022](#) en artikel in [De Morgen](#), d.d. 17 september 2021.

¹⁰ Eén op de vier kinderen zit met honger op schoolbanken. 43% van de Vlaamse leerlingen uit het 4de leerjaar zegt met honger naar school te komen. In 2016 was dit 19% ([PIRLS-studie](#) met 5000 leerlingen).

¹¹ [Gallegos et al. Food Insecurity and Child Development: A State-of-the-Art Review. Int J Environ Res Public Health 2021](#).

¹² Verschillende scholen en leerkrachten, zoals bijvoorbeeld [Juf Cato](#), getuigen dat ze diepviesbrood en chocopasta voorzien om de grootste honger te stillen.

¹³ Volgens het [WHO-rapport](#) is het ongezonde aanbod in de (school)omgeving een van de belangrijke oorzaken van overgewicht bij kinderen. Tussen 2008 en 2020 moesten volgens een [studie van Sciensano](#) steeds meer traditionele, lokale winkels zoals groente- en fruitwinkels in de schoolomgeving plaatsmaken voor fastfoodrestaurants en gemakswinkels. Die toename heeft mogelijk een negatieve invloed op de gewichtstatus van kinderen.

¹⁴ De Waalse regering en de Federatie Wallonië-Brussel hebben op voorstel van de vicevoorzitters en ministers van Gelijke Kansen, hun acties opgevoerd om gratis snacks en gezonde maaltijden uit te delen aan kinderen van kleuter- en basisscholen in moeijkheden.

Wat kunnen overheden doen?

SAMENWERKING – COHERENTIE

1. (Federaal, Vlaams en lokaal) Werk samen op alle niveaus en met alle relevante sectoren om scholen te ondersteunen (bijv. bij het opnemen van gezonde, duurzame criteria in aanbestedingsprocedures, het samenwerken met lokale boeren en producenten, het stimuleren van authentiek leren, het informeren van ouders rond gezonde brooddozen, ...).
2. (Federaal, Vlaams en lokaal) Zorg voor coherentie met andere domeinen van sociaal beleid. Het recht op gezonde voeding mag niet los gezien worden van maatregelen rond herverdeling, armoedebestrijding, gezondheidszorg en sociale bescherming. Ingrepen op het domein van voeding mogen niet ten koste gaan van bestaande maatregelen ten gunste van personen in kwetsbare situaties.

AANBOD

3. (Vlaams en lokaal) Moedig basis- en secundaire scholen aan om op permanente basis een aantrekkelijk, gezond¹⁵ voedingsaanbod te voorzien (ontbijt, soep, warme maaltijden, tussendoortjes, ...) en minstens één maaltijd per dag aan te bieden, met meer plantaardige alternatieven. Maak het voedingsaanbod toegankelijk voor álle kinderen¹⁶. Ondersteun scholen bij het voorzien van een toegankelijk systeem, dat kosteloos voor de ouders kan zijn of op basis van een betaalbaar, niet-stigmatiserend systeem.
4. (Vlaams) Voorzie een aanvulling op de bestaande Europese basissubsidie voor schoolfruit en schoolgroenten.
5. (Vlaams, lokaal) Zorg voor een brede sensibilisering van het belang van water drinken en garandeer dat scholen blijvend aandacht besteden aan toegankelijke, aantrekkelijke en goed functionerende waterfonteinnetjes en dat ze het gebruik hiervan promoten.
6. (Vlaams, lokaal) Zorg voor middagtoezicht dat kosteloos is voor ouders, zodat álle leerlingen zonder onderscheid de kans hebben om 's middags op school te blijven.
7. (Vlaams, lokaal) Voorzie werkings- of opstartmiddelen voor de nodige materialen en infrastructuur (bijvoorbeeld voor het opwarmen van maaltijden, het opscheppen, ...), de bijhorende personeelskosten (afwassen, klaarzetten, ...) en de energiekosten.

EDUCATIE, SENSIBILISERING

8. (Vlaams, lokaal) Bouw mee aan een nieuwe voedingscultuur op school. Investeer in pedagogische ondersteuning bij de eetmomenten, waarbij kinderen op een positieve manier, zonder dwang, aangemoedigd worden om te genieten van het eetmoment, te proeven, nieuwe smaken te ontdekken, ... Benadruk de taak van het onderwijs om alle leerlingen te leren omgaan met voeding, hen te leren wat gezonde, duurzame voeding is en hoe een gezond en duurzaam voedingspatroon in hun leven in te bouwen. Gebruik hiervoor de leerlijn voeding¹⁷ als leidraad. Zorg ervoor dat ook de ouders hierbij betrokken worden. Dit draagt bij aan het strategisch plan¹⁸ om de Vlaming tegen 2025 gezonder te laten leven¹⁹.

¹⁵ In opdracht van de Vlaamse overheid werden richtlijnen voorzien voor [gezonde schoolmaaltijden](#), [gezonde broodjes](#), [tussendoortjes en dranken](#).

¹⁶ [De Europese Kindgarantie](#) moedigt minstens één gratis schoolmaaltijd per kind aan. Zie Anne-Catherine Guio (juni 2023), [Free school meals for all poor children in Europe: An important and affordable target?](#), met overzicht van gratis aanbod in de 27 Europese lidstaten en de mogelijke impact van een gratis schoolmaaltijd per dag op kwetsbare kinderen.

¹⁷ Zie [Leerlijnen over gezond leven | Gezond Leven](#)

¹⁹ Zie <https://www.vlaanderen.be/publicaties/de-vlaming-leeft-gezonder-in-2025-strategisch-plan>.

VOEDSELOMGEVINGEN

9. (Federaal, Vlaams en lokaal) Verbeter de voedselomgevingen zowel binnen als rond de scholen door het implementeren van de aanbevelingen van Wereldgezondheidsorganisatie en de Hoge Gezondheidsraad²⁰, met name het verbieden van reclame voor ongezonde voeding, gericht op kinderen binnen en rond de scholen, het implementeren van nutritionele criteria voor het voedingsaanbod op school²¹, ongezonde voeding (bijv. gesuikerde dranken) hoger te belasten en deze middelen te herinvesteren in een preventief en gezond voedingsbeleid, bijv. door de btw op groenten en fruit te verlagen. Stimuleer gezonde, duurzame voedingskeuzes, in het bijzonder in en rond basis- en secundaire scholen.

INTEGRALE AANPAK

10. (Europees, Federaal, Vlaams en lokaal) Een integrale aanpak, waarbij alle geledingen in en rond de school betrokken zijn, versterkt het leerproces en kan leerlingen aanzetten tot gedragsverandering. Rol daarom samen met andere Europese landen een integrale voedingsaanpak of "whole school food approach"²² uit in alle scholen van het basis- en secundair onderwijs en ondersteun scholen bij de implementatie van een voedingsbeleid op school.

²⁰ Zie [Advies 9527 - Marketing van ongezond voedsel gericht op kinderen | FOD Volksgezondheid \(belgium.be\)](#).

²¹ Zie [richtlijnen](#) Vlaams Instituut Gezond Leven.

²² In het kader van het Europese project [SchoolFood4Change](#) werd in 2023 een kader ontwikkeld voor een integrale voedingsaanpak, dat in verschillende steden en gemeenten in dertien landen (waaronder Gent en Leuven in België) wordt uitgetest in scholen en nadien breder uitgerold zal worden in verschillende replicatiesteden en gemeenten (waaronder Antwerpen en Schaarbeek).