



kindcentrum
Wis & Wierig

Schoolbeleid

Eten, drinken en trakteren op school

September 2025

Inleiding

Gezondheid vinden wij belangrijk op onze school. Op allerlei manieren willen wij bijdragen aan het ontwikkelen van gezond gedrag van onze leerlingen. Dit doen wij door zoveel mogelijk bewegen te bevorderen en een omgeving te creëren die gezonde eetgewoonten bevordert.

Dit voedingsbeleid is opgesteld om richtlijnen te geven voor gezonde voeding binnen de school en om ouders, leerlingen en personeel te informeren en te ondersteunen bij het maken van gezonde keuzes.

Kinderen brengen een groot deel van de week op school door waardoor dit een geschikte omgeving is om samen met de opvoeders gezond gedrag te bevorderen.

Samen met ouders, MR en de medewerkers van Wis en Wierig hebben we het bestaande traktatie/voedingsbeleid vastgesteld. We vragen ouders/verzorgers om zich te houden aan het beleid dat er is op onze school.

In het kader van de Gezonde School hebben we daarom een richtlijn opgesteld voor traktaties en de fruit- en lunchpauze.

Team Kindcentrum Wis en Wierig
Gaanderen

Ochtendpauze (rond 10 uur)

De kinderen mogen tijdens de ochtendpauze iets eten en/of drinken. Toegestaan zijn fruit, groente, brood, crackers of rijst- of maiswafels.

Snoep, (school)koekjes, bierworstjes, cheesedippers, chocoladeproducten en andere zoetigheden zijn niet toegestaan.

Water is de beste dorstlesser. Daarom adviseren wij om uw kind als tussendoordrank water mee te geven. Melk of karnemelk kan ook (dit kan in de koelkast).

Lunchbeleid

Voor het eten en drinken tijdens de lunch geldt hetzelfde. Een gezonde lunch bestaat bijvoorbeeld uit brood, crackers en eventueel fruit of groente. De gezondste keuze is een bruine of volkoren boterham, besmeerd met halvarine en beleg.

Ook voor de lunch is water de beste dorstlesser, maar melk of karnemelk kan natuurlijk ook. De kinderen kunnen het drinken voor de lunch in de koelkast van school bewaren.

Brood, volkoren knäckebröd of een mueslibolletje dun besmeerd met zachte margarine of halvarine, volkoren wrap, yoghurt
Dun belegd met zoet en/of hartig beleg (bijv. ei, kaas, pindakaas, smeerkaas, zuivelspread, notenpasta)
Aangevuld met fruit of groente (zoals komkommer, cherrytomaatjes, radijsjes, worteltjes, reepjes paprika etc.)
Drinken: liefst melk, karnemelk of water (evt. met fruit of groente erin).

Feestjes en Traktaties

Trakteren

Tijdens verjaardagen wordt er op school niet getrakteerd, maar zetten we de jarige op een feestelijke manier in het zonnetje. Dit doen we door er echt even tijd en aandacht aan te besteden. Dit kan zijn door (per klas kan het verschillen):

- een vlag op tafel;
- een versierde stoel;
- een activiteit kiezen (spelletje, langer naar buiten, filmpje, enz)

Daarnaast mogen de kinderen, tussen 10.00 uur en 10.30 uur, met een kaart langs de klassen om een hand(tekening) te krijgen van alle professionals.

Feestelijke gelegenheden op school

Bij speciale gelegenheden biedt de school zeer incidenteel snoep of koek aan: pepernoten bij Sinterklaas, een kerstkransje bij kerst, een paaseitje bij Pasen een ijsje bij een schoolreisje e.d. Kinderen krijgen op school geen koolzuurhoudende dranken aangeboden.

Schooluitjes

Het schoolreisje is voor veel kinderen één van de hoogtepunten van het jaar. Natuurlijk is het leuk om dan iets lekkers mee te nemen. Wij zullen als school hierin voorzien.

Evalueren

Het voedingsbeleid wordt jaarlijks geëvalueerd en indien nodig aangepast.

Door het volgen van dit beleid hopen we een bijdrage te leveren aan de gezondheid en het welzijn van onze leerlingen, zowel nu als in de toekomst.