

29 september 2020

Betreft: **gezondheidsproject "oog voor lekkers" 2020-2021**

Beste ouder(s), opvoedingsverantwoordelijke(n),

Wij hanteren binnen onze school een actief gezondheidsbeleid.

**In het kader van GEZONDHEID en GEZONDE VOEDING neemt onze school deel aan het project "Oog voor lekkers".**

Het **doel** van dit project is om onze leerlingen aan te leren om van **fruit en groenten eten** een **dagelijkse gewoonte** te maken.

Door één keer per week fruit of groenten als tienuurtje aan te bieden op school en hier extra aandacht aan te besteden in de klas zetten we alvast een stap in de goede richting.

We leren en motiveren onze leerlingen om bewust :

- ✓ met hun gezondheid bezig te zijn
- ✓ daarom te kiezen voor gezonde voeding
- ✓ gemotiveerde keuzes te maken
- ✓ verantwoordelijkheden op te nemen

Wat betekent dit concreet:

Jouw kind zal **op woensdag** genieten van een lekker stuk **fruit** of **groente** op school. De levering start op 7 oktober 2018.

Onze leverancier zorgt voor een variatie aan verse en kwaliteitsvolle producten.

Wij vragen uitdrukkelijk om op woensdag geen ander tienuurtje mee te geven.

**Om dit project te doen slagen hebben we jouw ondersteuning en hulp nodig.** Als ouder bepaal je immers voor een groot stuk wat je kind eet. Als ouder kan jij jouw kind motiveren om meer fruit en groenten te eten.

Dit doe je door bijvoorbeeld:

- ook op andere dagen fruit of groenten mee te geven naar school (*zie ons schoolreglement: "We brengen **gezonde tussendoortjes** mee zoals bijvoorbeeld fruit, ..."*)
- thuis zelf het goede voorbeeld te geven

Op [www.fruit-op-school.be](http://www.fruit-op-school.be) vind je tal van tips om van elke dag een fruitdag te maken!

De deelname aan dit project is gratis en wordt gesponsord door het ministerie van landbouw en de Europese gemeenschap.

Wij rekenen op jullie medewerking en hopen zo samen te werken aan de gezondheid van onze kinderen!

Met vriendelijke groeten,

Martine Rommelaere

Contactpersoon 'gezondheid'

Machteld Aerts

Directeur