

Ouderbetrokkenheid bij voedsel educatie op de basisschool

JONG
LEREN
ETEN

Samen maken we gezond en duurzaam eten gewoon

Als Jong Leren Eten maken wij kinderen en jongeren voedselvaardiger binnen kinderopvang en onderwijs. Maar voedsel educatie gaat verder dan school. Ouders en verzorgers spelen een grote rol in wat kinderen dagelijks eten. Door samen te werken, versterken ouders, verzorgers en scholen elkaar. Kinderen maken vaker gezonde keuzes, gezond eten wordt 'gewoon' en de effecten blijven zichtbaar op de lange termijn.

Maar welke vormen van ouderbetrokkenheid werken echt, en wat is haalbaar en wenselijk voor ouders, verzorgers en scholen? **Wageningen University & Research** onderzocht dit voor ons.

Wat kan jouw school doen? In deze infographic delen we enkele tips om ouders te betrekken bij voedsel educatie op de basisschool. Zo worden gezonde en duurzame eetgewoonten vanzelfsprekend voor ieder kind.

1 Zorg voor draagvlak

- Begin bij wat ouders belangrijk vinden: het kind centraal en zelf regie houden over eten.
- Geef ouders ruimte om mee te denken en keuzes te maken.
- Houd rekening met verschillen in achtergrond, cultuur en taal.

2 Maak het makkelijk

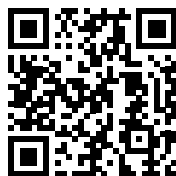
- Koppel activiteiten aan momenten waarop ouders toch al op school zijn.
- Houd het laagdrempelig en betaalbaar.
- Gebruik heldere, visuele communicatie.

3 Bereik zoveel mogelijk ouders

- Benader ouders direct en persoonlijk.
- Gebruik meerdere manieren om contact te maken, zoals de ouderapp, nieuwsbrief of social media.

Deze tips & aanbevelingen zijn gebaseerd op een onderzoek van Wageningen University & Research.

Meer lezen over Jong Leren Eten? Scan de QR-code.



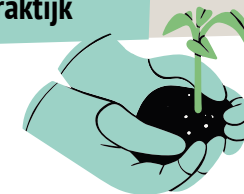
Meer lezen over het onderzoek? Scan de QR-code.



7 vormen van ouderbetrokkenheid die goed werken in de praktijk

Ouder-kindactiviteiten op school

Bijvoorbeeld samen koken of moestuinieren.



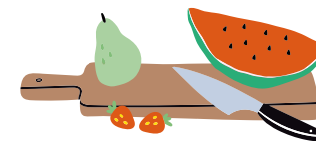
Ouder-kindactiviteiten thuis

Zoals samen boodschappen doen of koken.



Praktische hulp van ouders

Helpen bij schoolmaaltijden, fruit snijden of kooklessen.



Kijkmomenten op school

Ouders uitnodigen om te zien wat hun kinderen leren over voedsel.



Thuisopdrachten

Zoals een spelboekje of een moestuintas mee naar huis.



Informatie via het kind naar ouders

Kinderen stimuleren om thuis over hun ervaringen te vertellen.



Voedselbeleid vanuit school

Ouders informeren via nieuwsbrief, ouderportaal of korte filmpjes.



Tip Combineer verschillende vormen en varieer in tijd en intensiteit, zo blijft het leuk, haalbaar en effectief.



Het programma Jong Leren Eten is een initiatief van het Ministerie van LNVN. Rijk, kinderopvang, scholen, lokale overheden en maatschappelijke organisaties werken hierin samen.