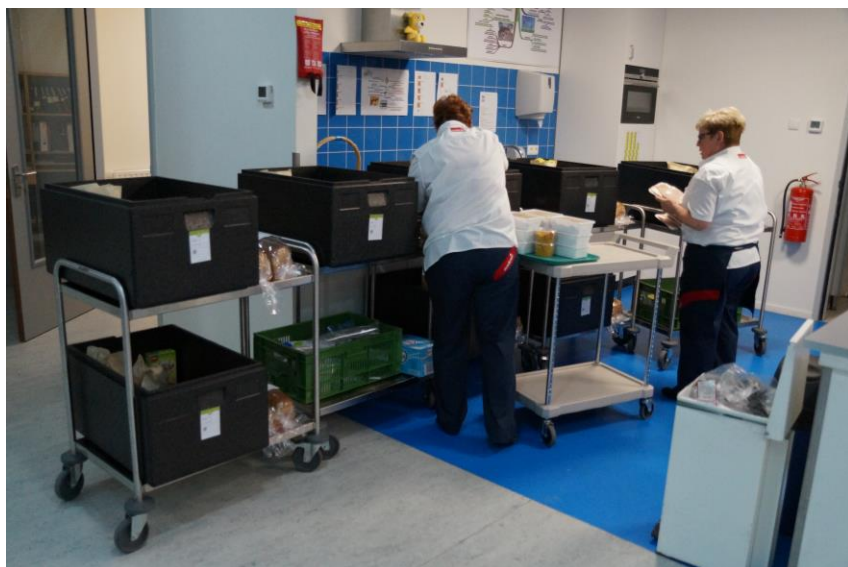


## De Gezonde Basisschool van de Toekomst

Het project de Gezonde Basisschool van de Toekomst werkt op vier scholen in oostelijk Zuid-Limburg met ouders en leerlingen aan het ontwikkelen van gezond gedrag. Het project is gestart op scholen in 2015 en loopt tot en met 2019. In samenwerking met de Universiteit Maastricht worden de effecten van dit project onderzocht en in 2020 gepubliceerd.

Doel van 'De Gezonde Basisschool van de toekomst' van onderwijsstichting Movare is te onderzoeken of kinderen die op de basisschool een dagritme aangeboden krijgen met voldoende onderwijstijd, sport, bewegen, spelen en aandacht voor gezonde voeding een betere fysieke, emotionele en intellectuele groei doormaken. Tevens wordt onderzocht of kinderen en ouders hierdoor meer rust en minder stress ervaren en of dit bijdraagt aan een betere kwaliteit van leven. Naast deze mogelijke voordelen voor het kind en de ouders wordt gekeken naar de maatschappelijke en economische voordelen op zowel de middellange als de lange termijn. Hieraan ten grondslag ligt de theorie dat wanneer leerlingen op jonge leeftijd leren over het maken van gezonde keuzes, zowel bewust als onbewust, en dat koppelen aan plezier, ze dat meenemen in de rest van hun leven.



Voor de vier deelnemende scholen zijn er een aantal veranderingen doorgevoerd. Op twee van de vier scholen krijgen de leerlingen een lunch en tussendoortjes op school met daaromheen ook educatie op theorie- en productniveau. De samenstelling van de lunch gebeurt door Sodexo, zij overleggen intensief met de GGD Zuid Limburg, het Voedingscentrum en Maastricht University. Daarnaast worden leerlingen, leerkrachten en ouders als klankbord gebruikt. De lunches zijn natuurlijk gezond maar ook leuk! Het samen eten in de klas

zorgt ervoor dat kinderen meer durven te proeven en uiteindelijk meer leren over producten en smaak. Bij de lunch wordt het drinken van water gestimuleerd. Elk kind heeft een eigen bidon die gedurende de dag steeds bijgevuld kan worden. Op alle vier de scholen wordt waar kan gezondheid verweven door het curriculum. Hierbij krijgen leerkrachten ondersteuning vanuit de GGD. Ook is voor alle scholen een uitgebreid en divers beweegaanbod beschikbaar. Naast sport en spel zijn er ook diverse culturele activiteiten waarin ook bewogen wordt, zoals dans en drama. Het programma wordt vier dagen per week



aangeboden met extra schooltijd waarbinnen het verruimde aanbod kan worden uitgevoerd. Het programma wordt ook doorgetrokken naar de lokale voorschoolse en buitenschoolse voorzieningen (BSO).

## Resultaten

Sinds de start in 2015 zijn er al mooie resultaten behaald op verschillende niveaus. Zo geven de kinderen aan de verschillende interventie onderdelen leuk te vinden en daardoor ook met meer plezier naar school gaan. Ook de leerkrachten merken veranderingen in gedrag, met name door een betere concentratie, minder pestgedrag en dat de leerlingen beter in hun vel zitten. Zowel ouders, leerkrachten als de leerlingen zelf zijn enthousiast over het verbeterde eetpatroon. Andere resultaten zijn onder andere de nieuwe schooltuinen voor basisschool de Schatgraver en basisschool Langeberg en het Vignet Voeding van de Gezonde School voor basisschool de Langeberg. De scholen die deelnemen aan dit project merken ook een toename in aanmeldingen voor de school. De gemeente profiteert ook mee door meer werkgelegenheid door de toename in sport en culturele activiteiten. De wetenschappelijke resultaten laten nog even op zich wachten. In 2020 wordt de eindbalans opgemaakt en wordt gerapporteerd over de invloed van de Gezonde Basisschool van de Toekomst op onder andere gewicht, schoolprestaties, verzuim en bezoeken aan de huisarts



### En na 2020?

Alle scholen vinden het belangrijk om samen met ouders en verzorgers een beeld en een mening te vormen hoe één en ander een mogelijk vervolg kan krijgen. Daarom worden ouders regelmatig bijgepraat over de laatste stand van zaken rondom het onderzoek maar ook om de kansen voor verduurzaming van het project te bespreken. Daarnaast is het de bedoeling om dit project naar meerdere scholen in Nederland uit te rollen.

## Visie makelaar

Truus Diepenmaat, makelaar Jong Leren Eten in Limburg: “Ik vind dit een mooi inspiratievoorbeeld omdat er verschillende partijen (UM, GGD, Schoolbestuur, Voedingscentrum, Sodexo, movefactory, kinderopvang) samenwerken aan gezonde en duurzame voeding. Ik zie onze rol als makelaar Jong Leren Eten om met dit voorbeeld andere scholen te inspireren en om verbindingen te leggen tussen verschillende partijen”.

**Meer weten over de Gezonde Basisschool van de Toekomst?**  
Kijk op [www.degezondebasisschoolvandetoekomst.nl](http://www.degezondebasisschoolvandetoekomst.nl)

