

donderdag, 09 februari 2012

FEITJES EN WEETJES

- De overheid heeft zich, als het om schoolkantines gaat, het doel gesteld dat alle kantines in 2015 '100 procent gezond' moeten zijn.
- Het percentage overgewicht bij jongeren van twee tot twintig jaar verloopt schommelend, blijkt uit cijfers van

- het CBS. De trend is echter dat het aantal jongeren met overgewicht stijgt.
- Volgens het Convenant Gezond Gewicht bedragen de maatschappelijke kosten van overgewicht en obesitas minimaal 3,2 miljard euro per jaar.



'Zakken chips, dat hou je toch niet tegen'

„Als de leerlingen hun snoep niet hier op school kunnen kopen, gaan ze wel naar de supermarkt op de hoek. Dat we hier soms mensen met grote zakken chips zien rondlopen, daar doe je toch niets aan.”

Medewerkster catering Citaverde College Horst

Gezond eten vet cool

Verzin een lekkere, gezonde lunch. Leerlingen van de Venlose praktijkschool 't Wildveld Venlo gingen voor deze wedstrijd aan de slag en maakten de beste schoollunch van Limburg. Maar hoe gezond wordt er gegeten op scholen in deze regio?

door **Angela Janssens**

„Wat is dat eigenlijk, een gezonde lunch?” Directeur Henk Janssen van het Bouwens van der Boijecollege in Panningen wil niet flauw zijn, maar het antwoord op deze vraag is niet altijd even gemakkelijk. „Dan blijkt ineens weer uit onderzoek dat een broodje gezond echt niet beter is dan een kroket”, klinkt het. Toch doet het Bouwens er alles aan om de leerlingen zo ver te krijgen dat ze fruit eten en geen zakken chips. „Maar het blijkt altijd weer erg lastig om dat te sturen”, zegt Janssen. „We hebben weleens appels tegen een heel lage prijs aan de man proberen te brengen. Ze bleven liggen. Die proef is helemaal mislukt.” Momenteel is er een mix van gezond en wat minder gezond in de kantines van het Bouwens te krijgen. Janssen: „Het blijft een dilemma. Alle ongezonde spullen uit de schappen halen, is namelijk geen optie. We willen niet dat de jongeren het dorp in trekken om daar van alles bij de supermarkt te halen. We proberen ze toch zo veel mogelijk op het schoolterrein te houden. Dan moet je een zo uitgebreid mogelijk assortiment in je kantine aanbieden. Anders gaat zeker de bovenbouw het dorp in.” Bij de catering van het Citaverde college in Horst wordt dat laatste beeld bevestigd. „Als we hier in de schoolkantine geen snoep verkopen, gaan ze het wel bij de Jumbo halen”, klinkt het. „Dat zie je nu ook al gebeuren. In onze automaten zitten kleine zakjes chips. Maar voor hetzelfde geld verkoopt de super grote zakken van een B-merk. Die kom je hier dan ook regelmatig tegen.” Als het gaat om verse broodjes hoeven de leerlingen van de Horster school de deur niet uit. Broodjes gezond, Italiaanse bollen kipfilet met sla; het is er allemaal. Kroketten en kaassoufflés ook, maar die komen uit de oven en niet uit het vet. Ook in het gebouw



Leerlingen van 't Wildveld maken zelf de broodjes voor hun kantine.

foto G6 Hirdes

van het Raayland College in Venray zal nooit een walm van frituurvet hangen, zegt directeur Loek de Veen. „We hebben daar afspraken over gemaakt met onze cateraar”, klinkt het. „Ons uitgangspunt daarbij is, dat het eten nooit meer dan honderd calorieën per honderd gram mag bevatten.” Dit betekent

dat de Venrayse scholieren wel een pizza in de kantine kunnen kopen, maar geen worstenbroodjes of frikandellen. „Hebben we allemaal niet meer, we verkopen veel broodjes gezond.” Dat er vlak bij de school een snackbar ligt, is volgens De Veen niet echt een probleem. „Natuurlijk gaan leerlingen daar

wel eens heen. Maar ik zie daar in de pauze geen lange rijen aan de balie staan.” Voor een wandeling richting dorp en supermarkt zijn de pauzes van het Raayland weer te kort, stelt de directeur. Al kan het best eens voorkomen dat iemand van de bovenbouw tijdens een tussenuur op pad gaat. Maar ook hier

betreft het geen uittocht om aan ongezond, vet eten te komen. Bij het Blariacumcollege in Venlo wordt dat laatste voorkomen door leerlingen van met name de bovenbouw in de kantine toch zaken als Turkse pizza's of broodjes kroket aan te bieden. Uit de oven, dat wel. „Als je helemaal niets van dat spul

hebt, gaan ze naar de C1000 of het tankstation”, weet Cor Vulders, directeur van de school. „Dan krijg je weer te maken met buurtbewoners die overlast ondervinden, omdat scholieren rommel op straat gooien.” Aangezien de overheid heeft bepaald dat in 2015 alle schoolkantines 100 procent gezond moeten zijn, is Vulders volop bezig met het aanbod. „Er staan hier al geen automaten met snoep meer in het gebouw. We hebben gemerkt dat kinderen toch minder snoep kopen als ze het bij de balie moeten halen.” Maar scholen kunnen dan nog zo kien zijn op gezonde voeding, als de ouders er thuis weinig aan doen, is het dwellen met de kraan open, zo blijkt uit het verdere relaas van de Blariacumdirecteur. „Ik zie nog veel te vaak dat jongeren 's morgens vroeg een zakje chips bij wijze van ontbijt opentrekken. Ja echt, dat gebeurt en het is geen uitzondering.”

Klas praktijkschool 't Wildveld Venlo

door **Angela Janssens**

VENLO - De leerlingen van klas 1.2a van 't Wildveld, school voor praktijkonderwijs in Venlo, krijgen aanstaande maandag een prijs omdat zij de beste schoollunch van Limburg hebben verzonden en gemaakt. Deze 'Wildveld-lunch', die bestaat uit een gezond soepje, een paddestoelensandwich en een zelfgemaak-

te thee, mag de Limburgse eer dit voorjaar hoog gaan houden tijdens de nationale strijd voor leerlingen tot veertien jaar. Deze zoektocht naar de 'allerlekkerste, gezondste en duurzaamste lunch' van Nederland is een initiatief van het steunpunt Smaaklessen en Schoolgruiten. De stichting heeft bij alle deelnemende (basis)scholen ook speciale smaaklessen gegeven.

maakt Limburgs beste schoollunch

Volgens directeur Jack Smulders van 't Wildveld past deze wedstrijd uitstekend bij de pogingen van de school om de pubers en tieners die hier rondlopen iets bij te brengen over gezonde voeding. „Uit onze schoolkantine hebben we inmiddels alle vette producten verwijderd”, zegt hij. „Onze leerlingen verkopen in de kantine zelfgemaakte broodjes. We willen deze jonge-

ren zo gezond mogelijk opvoeden. Onze leerlingen worden op deze school immers helemaal klaargestoomd voor een baan. Dus moeten ze ook fit genoeg zijn om te kunnen werken. We leren onze scholieren dat een gezonde voeding en voldoende bewegen heel belangrijk zijn. Want laten we eerlijk zijn: iemand die niet arbeidsfit is, krijg ook geen werk.”