nieuws

Sofie Dumont lanceert 'Oog voor Lekkers'

nieuws

Het is nog even wachten tot begin oktober voor de eerste porties fruit, groenten en melk van ‘Oog voor Lekkers’ worden verdeeld op de Vlaamse scholen. Dit Vlaams-Europese initiatief wil leerlingen gezonde eetgewoontes bijbrengen, zowel op school als thuis. Vorig jaar namen ruim 1.100 scholen deel. Chef-kok Sofie Dumont trok alvast de nieuwe scholencampagne 2019-2020 op gang met een smakelijke workshop. Ouders kregen er tal van tips en tricks voor een gezonde brooddoos op school, boordevol fruit en groenten. “Ouders zitten nog vaak om inspiratie verlegen als het op de dagelijkse brooddoos aankomt”, weet de chef. “Heel begrijpelijk allemaal. Daarom ben ik zelf ook fan van makkelijke receptjes die je op voorhand kan maken.”

19 SEPTEMBER 2019 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:51

Lees meer over:
europa
gezondheid
varia



Het is nog even wachten tot begin oktober voor de eerste porties fruit, groenten en melk van ‘Oog voor Lekkers’ worden verdeeld op de Vlaamse scholen. Dit Vlaams-Europese initiatief wil leerlingen gezonde eetgewoontes bijbrengen, zowel op school als thuis. Vorig jaar namen ruim 1.100 scholen deel. Chef-kok Sofie Dumont trok alvast de nieuwe scholencampagne 2019-2020 op gang met een smakelijke workshop. Ouders kregen er tal van tips en tricks voor een gezonde brooddoos op school, boordevol fruit en groenten. “Ouders zitten nog vaak om inspiratie verlegen als het op de dagelijkse brooddoos aankomt”, weet de chef. “Heel begrijpelijk allemaal. Daarom ben ik zelf ook fan van makkelijke receptjes die je op voorhand kan maken.”
Een school die actief bezig is met gezonde voeding? Ruim 9 op de 10 ouders zijn voor. Zelf geven ze vaak ook het goede voorbeeld, want kinderen krijgen vooral fruit mee als tussendoortje. Dat blijkt uit onderzoek bij 1.061 Vlamingen naar de gezonde eet- en snackgewoontes in het gezin. Ouders die geen of minder vaak fruit en groenten meegeven, halen verschillende redenen aan: het is te veel gedoe, het wordt niet opgegeten, het kind lust geen fruit of groenten, het kost te veel extra tijd om klaar te maken of ‘andere kinderen krijgen het ook niet mee’.
Met ‘Oog voor Lekkers’ wil de Vlaamse overheid, met steun van de Europese Unie, kinderen en ouders helpen om vaker voor gezonde voeding te kiezen, zowel thuis als op school. “Steeds meer scholen zijn vandaag bewust bezig met gezonde voeding of integreren gezonde voeding in een breder gezondheidsbeleid”, zegt Nele Vanslembrouck, woordvoerder van het Departement Landbouw en Visserij van de Vlaamse overheid. “Een positieve evolutie uiteraard, want jong geleerd is oud gedaan. ‘Oog voor Lekkers’ wil scholen op een praktische en eenvoudige manier hierin steunen.”

Het is nog even wachten tot begin oktober voor de eerste tussendoortjes van Oog voor Lekkers worden verdeeld op de Vlaamse scholen. Vanaf dan kunnen leerlingen één dag in de week samen smullen van een stuk fruit, groente of glas melk. “Voor leerkrachten is dit meteen een ideaal aanknopingspunt om het over gezonde voeding te hebben”, aldus Nele Vanslembrouck. Maar niet alleen de tussendoortjes, ook de brooddoos kan een bron van groenten en fruit zijn. Om ouders wat op weg te helpen, ging chef-kok Sofie Dumont aan de slag. “Presentatie is belangrijk”, weet ze. “Broodrolletjes met kleurrijke groenten, dat wil elk kind wel even proeven hoor. Dus probeer het gerust uit, varieer met fruit en groenten en durf die typische boterham met choco in te wisselen voor een toast met broccolispread.”
Scholen kunnen nog tot 30 september intekenen voor het ‘Oog voor Lekkers’-project. Voor alle praktische info: oogvoorlekkers.be.

Beeld: Departement Landbouw en Visserij

VILT vzw
Bd Simon Bolivar 17
1000 Bruxelles

Contact
M • info@vilt.be

Volg ons op:
screenreader.visit us on our facebook page: https://www.facebook.com/vilt.nieuws/
screenreader.visit us on our linkedin page: https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/
screenreader.visit us on our instagram page: https://www.instagram.com/vilt.nieuws
screenreader.visit us on our x page: https://x.com/vilt_nieuws
screenreader.visit us on our bluesky page: https://bsky.app/profile/viltnieuws.bsky.social

---

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |
Privacy policy
Copyright
Cookie Policy
Cookie instellingen aanpassen
Crafted by Brigada