

“Te weinig aandacht voor gezonde voeding in Vlaamse scholen”

Een opmerkelijke studie van het Vlaams Instituut voor Gezond Leven. Het gezondheidsbeleid in Vlaamse scholen laat nog flink te wensen over. Dat blijkt uit de meest recente editie van de preventiepeiling in het basis- en secundair onderwijs. De werkpunten: meer groenten, meer vleesvervangers, minder stilzitten.

🕒 22 SEPTEMBER 2023 – LAATST BIJGEWERKT OM 22 SEPTEMBER 2023 17:21

Ruben De Keyser

Lees meer over:

gezondheid

gezond

onderwijs



Een warme maaltijd zou voor de helft uit groenten moeten bestaan, maar dat is in veel scholen nog niet het geval. Slechts iets meer dan de helft van de basisscholen (54%) serveert dagelijks een volwaardige groenteportie. In de middelbare school is dat nog minder: 51 procent. Toch is het secundair onderwijs aan een inhaalbeweging bezig, want drie jaar geleden bood slechts 32 procent voldoende groenten aan.

Frietjesdag

Als er één groente is die wel duchtig wordt verorberd, dan zijn het aardappelen. Helaas niet in zijn meest gezonde vorm. Het Instituut Gezond Leven beveelt scholen aan om frietjes nooit meer dan één keer per week op het menu te zetten. Vier op vijf basisscholen volgen deze aanbevelingen, maar in het secundair onderwijs is het een ander verhaal. Daar volgt slechts 33 procent deze richtlijn.

Vleesvervangers

Ook de aanbeveling om meer in te zetten op plantaardige vleesvervangers zoals peulvruchten, soja en tofu valt grotendeels in dovemansoren. Amper 29 procent van de basis- en secundaire scholen biedt deze producten minstens één keer per week aan bij de warme maaltijden.

Beweging

Tot slot worden er vooral in het middelbaar te weinig initiatieven genomen om lang stilzitten te doorbreken. Ook hier zijn het de basisscholen die een beter voorbeeld stellen. 95 procent van de basisscholen voorzien ‘bewegingstussendoortjes’ of zetten in op bewegend leren. Hierbij wordt lesgegeven via fysiek actieve lessen, al dan niet in de buitenlucht.

Veel scholen bieden wel sport- en spelmateriaal aan tijdens de speeltijden. Maar moest er tijdens het sport en spel een ongeval met mondletsel gebeuren, dan beschikt net niet de helft van de scholen (48 procent) over een procedure voor wat te doen als er schade is aan de tanden van een leerling.

Water

Op andere vlakken blijven de scholen dan wel goed bij de les. In zo goed als elke bevraagde basisschool is iedere dag gratis kraanwater beschikbaar. In 93 procent van de basisscholen mogen kinderen zelfs tijdens de les drinken, wat 25 procentpunten meer is dan drie jaar voordien. In het secundair onderwijs zijn de cijfers gelijkaardig, al is drinken tijdens de les er slechts in driekwart van de scholen toegestaan.

Andere, minder gezonde dranken zoals fruitsap, gezoete melkdranken of gesuikerde frisdranken behoren dan weer steeds meer tot het verleden. “Uitdoofcategorie”, zo noemt het Instituut Gezond Leven deze drankengroep. Het streefdoel is om deze dranken nooit of enkel bij speciale gelegenheden aan te bieden.

Alcohol en tabak

Ook roken wordt sterk ontmoedigd. Een leraar die een sigaret opsteekt voor ogen van de klas is not done. De meeste basisscholen (94%) hebben geen asbakken meer staan aan de schoolpoort in het zicht van de leerlingen. In het middelbaar is dat in slechts 71 procent van de scholen het geval. Zij hebben wel bijna allemaal (98%) schriftelijke afspraken over roken en vaperen.

Wat alcohol betreft vindt het Instituut dat scholen nog meer kunnen inzetten op het voorbeeldgedrag van leerkrachten en ouders. Zo heeft slechts 58 procent van de lagere scholen en 50 procent van de secundaire scholen afspraken over alcoholgebruik door leerkrachten bij schoolse activiteiten. En minder dan twee derde van de scholen biedt op schoolevenementen met ouders of personeel aantrekkelijke alcoholvrije alternatieven aan.

Bron: Eigen berichtgeving

VILT vzw

Koning Albert II Laan 35
1000 Brussel
Belgium

Contact

T • 0473 59 41 39
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 twitter page: https://twitter.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>

© 2024 VILT vzw, all rights reserved |

[Privacy policy](#)

[Copyright](#)

[Cookie Policy](#)

Webdesign by [Who Owns The Zebra](#)