

Dilsen, 7 oktober 2020

Beste ouder(s)

Op vrijdag 9 oktober starten we het gezondheidsproject 'Oog voor Lekkers' in onze school.

Wat is 'Oog voor Lekkers?' Dit is een Vlaams project dat de aankoop van vers fruit en groenten ondersteunt op school en dit gedurende 20 weken.

Gezonde voeding is zowel thuis als op school erg belangrijk. Om kinderen al vroeg de voordelen van een evenwichtige voeding bij te brengen, kan deze op school zeker niet ontbreken. Daarnaast zorgen gezonde tussendoortjes voor een betere concentratie, worden suikerdips vermeden en krijgen de kinderen zo makkelijk hun nodige dosis vitamientjes binnen.

Het is algemeen geweten dat groenten en fruit gezond zijn. Toch kiezen vele ouders en kinderen nog steeds voor ongezonde tussendoortjes zoals koekjes en dergelijke. Hierin willen ook wij, in samenspraak met het leerlingenparlement en met de sponsoring van het oudercomité, verandering brengen.

Daarom voorzien we als school voor elk kind één keer per week op vrijdag, gedurende 20 weken, gratis extra fruit of snoepgroentjes tijdens de eerste pauze. Fruitdag op woensdag blijven we tevens behouden.

Vanaf 9 oktober tot en met 19 maart loopt dit project in onze school.

Vanaf 26 maart, wanneer de termijn van 20 weken verstreken zijn, zetten we deze trend voort maar zal er **op vrijdag een stuk fruit of snoepgroentjes van thuis uit meegegeven dienen te worden**. 1 portie is voldoende. Het overige eetmoment mag het een koek zijn, doch maak een verstandige keuze.

Zo zetten we samen alweer een stap naar een gezonder eetpatroon op school.

Dank voor uw medewerking!

Met vriendelijke groeten

Lut Aerts & Inge Otten

directie SBS 1&2