

Inspiratiegids Superfood voor jonge helden



Beste school,

In september 2022 startten heel wat basisscholen in Roeselare met het subsidiereglement 'Superfood voor jonge helden'. Een schooljaar lang konden we experimenteren, feedback opvragen en bijsturen. Als resultaat kan je hier het bijgestuurde subsidiereglement lezen. Heel wat kinderen blijven ongezond eten, niet ontbijten of krijgen soms een lege brooddoos mee naar school.

Nochtans heeft gezonde voeding op korte en lange termijn een positieve invloed op hun gezondheid, leerprestaties en concentratievermogen. Kinderen zonder honger voelen zich energiever en zijn aandachtiger in de klas. Zo worden hun ontwikkelingskansen vergroot.

Als school kan je hen hierin blijven ondersteunen! In deze gids vind je alvast inspiratie om met voeding aan de slag te gaan in jouw school. In het eerste deel vind je achtergrondinformatie rond de betekenis van gezonde en duurzame voeding. Het subsidiereglement, ontwikkeld door Stad & OCMW Roeselare, zorgt er voor dat het ook allemaal betaalbaar blijft. Je vindt dit reglement in deel twee.

In deel drie staan we stil bij enkele voorbeelden van good practices in de Roeselaarse basisscholen (schooljaar 2022-2023). Vervolgens kan je je in deel vier laten inspireren door andere subsidiereglementen die een mooie aanvulling kunnen zijn op 'Superfood voor jonge helden'. Tenslotte ontdek je in deel vijf enkele voorbeelden van hoe je als school kan communiceren rond het project en/of jullie aanbod.

Zoek je meer achtergrondinformatie en inspiratie rond betaalbare, gezonde en duurzame voeding op school? Neem dan zeker ook een kijkje op een van de volgende websites:

- oogvoorlekkers.be
- rikolto.be
- gezondleven.be
- klimaatswitch.be

INHOUDSTAFEL

Voorwoord

P2	1	Achtergrondinformatie
P2	1.1	Een gezond aanbod: wat is dat nu precies?
P3	1.2	Een duurzaam aanbod: wat is dat nu precies?
P4	1.3	Een betaalbaar aanbod: wat is dat nu precies?
P6	2	Subsidiereglement 'Superfood voor jonge helden'
P6	2.1	Voor wie?
P6	2.2	Waarvoor krijg je de subsidie?
P6	2.3	Wat zijn de voorwaarden als school?
P6	2.4	Hoe berekenen we de subsidie van jouw school?
P7	2.5	Hoe dien je de aanvraag in?
P8	3	Good practices
P8	3.1	Gratis soep
P8	3.2	Fruitmanden
P11	3.3	Groentenkraam
P11	3.4	Aanbod van noten
P12	3.5	Stuk Fruit
P12	3.6	Fruit en groenten over de middag
P12	3.7	Ontbijt
P14	4	Andere subsidiereglementen
P14	4.1	OOG voor lekkers
P14	4.2	Brood(doos)nodig
P15	4.3	Elk telt
P16	4.4	Subsidie klimaatscholen
P16	4.5	Subsidie natuur op school
P17	5	Communicatie
P17	5.1	Sociale media
P18	5.2	Nieuwsbrief
P18	5.3	Schoolkrantje
P19	5.4	Brieven voor ouders

Bronvermelding

Gezond Leven - Rikolto - Charter Wonderwel
Oog voor lekkers - Brood(doos)nodig

1. ACHTERGRONDINFORMATIE

1.1 Een gezond aanbod: wat is dat nu precies?

Wanneer we spreken over een gezond aanbod, baseren we ons op de richtlijnen van de voedingsdriehoek. Het Vlaams Instituut Gezond Leven verzamelde alle huidige wetenschappelijke kennis over gezonde en milieuverantwoorde voeding – wat krijgt de voorkeur, wat beperk je beter – in een voedingsdriehoek.

Drie **uitgangspunten** vormen de wetenschappelijke basis voor de voedingsdriehoek:

- Eet in verhouding meer plantaardige dan dierlijke voeding
- Eet en drink zo weinig mogelijk lege calorieën
- Vermijd voedselverlies en matig je consumptie

In de groene zone van de voedingsdriehoek zitten de voedingsmiddelen van plantaardige of dierlijke oorsprong, met een gunstig, neutraal of onvoldoende bewezen effect op de gezondheid.

Dit zijn o.a.:

- Groenten
- Fruit
- Volle granen en aardappelen
- Noten en zaden
- Zuivel



1.2 Een duurzaam aanbod: wat is dat nu precies?

Rikolto is een organisatie die staat voor duurzame en gezonde voeding voor mens en planeet. In de trajecten waarin ze vorm geven aan duurzame voeding, worden er 6 uitgangspunten gehanteerd:

- 1 Minder vlees, meer plantaardig
- 2 Lokaal en seizoensgebonden
- 3 Duurzame productie (vermijd ultrabewerkte voeding)
- 4 Eerlijke handel
- 5 Minder voedselverspilling
- 6 Duurzame vis

JE SPAART DE PLANEET...



EET LOKAAL & VOLGENS DE SEIZOENEN...



ZO FIER ALS EEN PAUW...



ONZE EIS? VOOR ELK PRODUCT...



GA VOEDSELVERSPLLING TEGEN...



KIES VOOR DUURZAAM GEVANGEN VIS...



Wanneer je kiest voor een aanbod van groente en fruit kan de lokale handelaar dit vaak leveren in kisten die nadien weer opgehaald en ingewisseld worden. Dat zorgt voor een groot verschil op de afvalberg.

Groente -en fruitafval kan je als school bovendien composteren. De voedingsresten belanden niet meer in de vuilbak en leerlingen zien zelf hoe de natuur bepaalde afvalsoorten afbreekt en meststof maakt.

Kies je voor koekjes in jouw aanbod, koop ze dan in bulk aan. Door niet voor individueel verpakte koeken te kiezen, bespaar je opnieuw heel wat afval.

Laat kinderen een herbruikbare drinkfles meebrengen naar school. Die kunnen ze opnieuw vullen met water uit de kraan.

1.3 Een betaalbaar aanbod: wat is dat nu precies?

Met het 'Charter Wonderwel' kiezen we ervoor om schoolkosten zo laag mogelijk te houden, zonder afbreuk te doen aan waardevolle activiteiten. Het beperken van niet-onderwijsgebonden kosten (zoals opvang, maaltijden,...) hoort hier zeker ook bij.

Als het gaat over voeding zijn er volgende mogelijkheden:

Uitputten van **subsidiekanalen**:

- Aanbod van fruit of melk via Oog voor lekkers
- Wordt een hartelijke school via Brood(doos)nodig
- Intekenen op het subsidiereglement van Stad Roeselare, Superfood voor jonge helden
- Een project indienen via Elk Telt
(bv. organisatie workshop 'hoe maak ik een gezonde brooddoos voor mijn kind?')

Daarnaast blijft het van groot belang om transparant te zijn over de **kostprijs**. Hoeveel kost een maaltijd? Hoeveel bedraagt de kostprijs voor het middagtoezicht? Is soep inbegrepen? Kunnen er tussendoortjes aangekocht worden op school en voor welke prijs?

Er kan ook worden ingezet op **partnerschap** met (lokale) handelaars:

- Afspraken maken met de traiteur. vb. hoeveel ml soep wordt er gerekend voor een kleuter? Is dit te veel, te weinig? Kan de aanpassing van de hoeveelheid soep een invloed hebben op de kostprijs?
- Overeenkomst sluiten met een lokale handelaar rond de aankoop van fruit en/of groente.

Ook het **oudercomité** kan een rol spelen. Kunnen zij een actie opzetten binnen je school om de aankoop van soep en brood te financieren?

Wil je als school een armoede – en kostenbeleid uitwerken, dan kan je beroep doen op vzw Krijt. Zij bieden ondersteuning op zes verschillende domeinen. Je kiest zelf met welke domeinen je aan de slag gaat:

Visie op armoede: visie op kansarmoede en over kansarmoede zelf

Communicatie: schriftelijk en mondeling communiceren met ouders in (kans)armoede

Kostenbeleid: hoe kan je school de kosten verminderen

Schoolrekening: hoe stel en volg je die als school het best op

Participatie: hoe geef je leerlingen zoveel mogelijk kansen om deel te nemen aan onderwijs en leerprocessen

Solidariteitsfonds: je sociale kas optimaal inzetten en aanvullen

GEZOND #VANRSL



Komkommers, mandarijnen of banaan: als ik nu veel fruit eet, ga ik later héél oud worden!

Just 8 jaar



GEZOND #VANRSL



De lekkerste soep op school is aspergesoep, die met brokjes is de allerbeste!

Maxim 1 jaar



GEZOND #VANRSL



In de zomer is er niets beter dan een lekker groot stuk watermeloen.

Emiel 8 jaar



GEZOND #VANRSL



Ik lust graag blauwe bessen, die vitamines kan ik goed gebruiken!

Roelke 1 jaar



GEZOND #VANRSL



Wortels zijn mijn lievelingsgroenten, die zou ik elke dag kunnen eten!

Nicole 9 jaar



GEZOND #VANRSL



Buiten spelen is nog leuker als ik daarna een lekkere appel kan eten.

Maxim 8 jaar



2. SUBSIDIEREGLEMENT

2.1 Voor wie?

Basisscholen in Roeselare.

2.2. Waarvoor krijg je de subsidie?

Je krijgt een subsidie voor een aanbod voor betaalbare (duurzame en gezonde) voeding voor de leerlingen op school. Om in aanmerking te komen voor de subsidie, moet je aanbod minimaal aan deze voorwaarden voldoen:

- je biedt **voeding** aan
- de bedeling is **structureel** en gebeurt minstens twee keer per week (ook dagelijks kan)
- het aanbod is voor **alle leerlingen**
- het aanbod is **aanvullend** op andere subsidiekanalen (De voeding die aangekocht wordt met deze subsidie van de Stad, wordt niet of niet volledig gefinancierd door andere subsidiekanalen. Een overzicht van aanvullende subsidiekanalen kan je terugvinden in deze inspiratiegids.)
- het aanbod is bij voorkeur **gezond en duurzaam**. Als dat niet kan of je maakt een andere keuze, moet je dat motiveren.
- de prijs wordt **niet doorgerekend** via de schoolfactuur aan de ouders/voogd van de leerling

Facultatief kan het resterend budget ingezet worden voor:

- een aanbod van voeding voor alle kinderen of een afgebakende groep met aandacht voor de kinderen in een **kwetsbare situatie**
- **logistieke zaken** die noodzakelijk zijn om het structurele aanbod te realiseren (zoals aankoop materiaal, inzet vrijwilligers, ...) met een maximum van 10% van de totale subsidie
- de aankoop van voeding voor **feest** op school (zoals Sintontbijt, verjaardagsfeest, ...) met een maximum van 20% van de totale subsidie
- **klasactiviteiten** (vb. soep maken, naar de markt gaan, ...) met een maximum van € 120 voor de aankoop van voedingsmiddelen per klasactiviteit

2.3. Wat zijn de voorwaarden als school?

Jouw school:

- Is gelegen op grondgebied Roeselare;
- Is erkend door Vlaanderen;
- Onderschrijft het Charter Wonderwel;
- Voert een sociaal beleid dat mee opgenomen is in het schoolreglement;
- Volgt de richtlijnen voor Vlaamse scholen over schoolmaaltijden.

Jouw school vermeldt op zijn affiches, websites, ... rond het aanbod Superfood voor jonge helden 'met financiële steun van Stad Roeselare'.

2.4. Hoe berekenen we de subsidie voor jouw school?

50% van het subsidiebedrag wordt bepaald door het aantal leerlingen op jouw school. Hierbij kan er een maximum van € 20 per leerling per schooljaar toegekend worden.

De overige 50% van het subsidiebedrag wordt bepaald door het aantal indicatorleerlingen op jouw school. Per indicatorleerling kan je € 50 extra krijgen per schooljaar.

Het toegekende budget per school communiceren we ten laatste op 30 juni.

De uitbetaling van de subsidie gebeurt in twee delen:

- 50% bij de start van het schooljaar (september)
- 50% bij de tweede helft van het schooljaar (februari)

2.5. Hoe dien je de aanvraag in?

Op de website van Stad Roeselare vind je het online aanvraagformulier.

Je moet de subsidie voor 10 juni aanvragen voor de periode van één schooljaar (vanaf 1 september tot 30 juni).

Superfood voor jonge helden



3. GOOD PRACTICES

3.1 Gratis soep

Via de cateraar van de warme maaltijden

De extra liters soep die je bestelt, kan je betalen met de subsidie 'Superfood voor jonge helden'.

Via een aparte cateraar of lokale handelaar

Als je niet verplicht bent om de soep te bestellen via de cateraar van de warme maaltijden, kan je zelf op zoek gaan naar een lokale partner. Je kan ook met een aantal scholen uit je regio samen een groepsaankoop doen.

Hoe werkt dat?

Je gebruikt de soep als gezond tussendoortje tijdens de speeltijd.

Voor kleuters:

- Een vrijwilliger komt 's morgens de soep ruim op voorhand uitschenken in bekers op een kar (de soep kan dan wat afkoelen)
- De kar gaat rond van klas tot klas bij de kleuters, de kinderen kiezen zelf of ze soep drinken
- Pas na het aanbod van de soep, krijgen ze de kans om hun meegekregen koekjes op te eten

Voor leerlingen uit het lager onderwijs:

- Tijdens de speeltijd schenkt een personeelslid de soep uit (zoals de buschauffeur, of een doorschuifstelsel binnen het personeel)
- Kinderen uit het lager schuiven aan en krijgen om beurt hun soep
- Zodra de soep op is, brengen de kinderen zelf hun beker terug
- Nadien worden de karren naar de keuken gebracht en wordt de afwas gedaan door het middagpersoneel

De soep vult het middagmaal aan.

Kinderen die over de middag op school eten, krijgen ook een kom soep aangeboden. Ze hebben zelf de keuze om al dan niet soep te drinken.

Hoeveel kost dat?

Soep tijdens de speeltijd:

- +/- €3,5 per l (via aparte cateraar)
- +/- 200 ml per kind

Soep bij het middagmaal:

- +/- €1,09 per l (via cateraar warme maaltijden)
- 200 ml per kind

3.2 Fruitmanden

Mandje in de klas

Per klas is er een fruitmand aanwezig met hapklaar fruit en fruit dat weinig (schil)werk vraagt.

Superfood voor jonge helden



3.3 Groentenkraam

Een keer per week is er tijdens de speeltijd een groentenkraam waarbij de kinderen een potje kunnen vullen met verschillende snackgroentjes. Er zijn die speeltijd geen andere tussendoortjes toegelaten.

Hoe werkt dat?

- Twee vrijwilligers per week komen op de dag van het groentenkraam alles klaarmaken:
 - Eventuele groentjes nog snijden, al kan je ook met de leverancier een kant-en-klare levering afspreken
 - De groenten in de bakjes van het kraam doen
 - Het groentenkraam met potjes klaarzetten op de speelplaats
- Via een beurtroelsysteem komen er telkens twee leerlingen van het 6de leerjaar helpen tijdens de bedeling, samen met de twee vrijwilligers
- Voor de peuters en het 1ste kleuter wordt er rond gegaan in de klassen met een kar waarop de groentjes en de potjes staan. Zij eten hun groentjes op voor de speeltijd in de klas.
- Daarna staan de leerlingen van het 6e leerjaar en de vrijwilligers bij de groentekramen zelf om de kinderen vanaf het 2e kleuter tijdens de speeltijd te voorzien van groentjes
- De kinderen schuiven aan, krijgen een potje en maken dan een keuze uit het aanbod wat ze willen eten of proeven
- Kinderen kunnen meerdere keren aanschuiven, zolang de voorraad strekt
- Na de bedeling wordt alles naar de refter gebracht. De leerlingen van het 6e leerjaar koppelen nog een wiskundige opdracht aan de bedeling terwijl alles terug wordt opgeruimd.
- Inspiratie van snackgroentjes: radijsjes, minikomkommer, kerstomaat, wortelstaafjes, bloemkoolroosjes, minipaprika

Hoeveel kost dat?

€ 190 voor een aanbod van vier soorten snackgroenten per bedelingsmoment voor zo'n 300 kinderen.

3.4 Aanbod van noten

Elke ochtend kunnen de kinderen van het lager onderwijs op een centrale plaats in school langs gaan bij de notendispensers om een handjevol noten te krijgen.

Hoe werkt dat?

- Vooraf check je bij ouders of er kinderen met een notenallergie zijn
- Je koopt twee dispensers in plexiglas aan, zo kan je de noten makkelijk en hygiënisch verdelen
- De dispensers worden aangevuld met een mix van noten:
 - Notenmix
 - Studentenhaver
 - Geen geroosterde pinda's (deze zijn te vet voor de handjes en de dispensers)
- Iedere dag zijn twee leerlingen verantwoordelijk om de dispensers op te stellen op de centrale plaats. De verantwoordelijke leerlingen draaien een keer een portie noten in een potje en gieten dit uit in de handen van de kinderen die er wensen
- Alle kinderen lager onderwijs hebben toegang tot de dispensers. Ongeveer 25% van de kinderen maakt gebruik van het aanbod
- De verantwoordelijke leerlingen plaatsen de dispensers terug in het secretariaat. Het secretariaat zorgt ervoor dat de dispensers aangevuld worden

Hoeveel kost dat?

Aankoop van twee dispensers (4l) – kostprijs: € 55/dispenser.
 Aanbevolen hoeveelheid: 25 à 30 gr noten per dag (handjevol)
 Kostprijs: €13 à €16 per kilo noten (aankopen via webshop)

3.5 Stuk fruit

Afhankelijk van hoe vaak het voor jou school haalbaar is, zijn er dagen waarop de kinderen geen tussendoortje van thuis moeten meebrengen. Kinderen krijgen een stuk fruit tijdens de speeltijd als tussendoortje. Vrijwilligers kunnen het fruit schillen, in stukken snijden en per klas verdelen.

Hoe werkt dat?

- Op de fruitdagen zijn er 's morgens een aantal vrijwilligers paraat om het fruit klaar te maken voor de kinderen. De vrijwilligers kunnen (groot)ouders, buurtbewoners, sympathisanten, ... zijn.
- De vrijwilligers schillen en snijden het fruit (indien nodig – afhankelijk van de leeftijd van de kinderen) in stukken.
- Elke klas heeft een box waarin het fruit per klas en volgens de juiste hoeveelheid wordt verzameld. De vrijwilligers brengen deze boxen naar de klas.
- De boxen worden verzameld in de refter na de speeltijd en afgewassen door het middagpersoneel

Hoeveel kost dat?

- 1 stuk fruit per kind - €0,30 à €0,35 per stuk fruit/kind

3.6 Fruit en groenten over de middag

In de eetzaal is er een tafel waarop fruit en groenten staan. Kinderen kunnen nadat ze eerst hun brooddoos hebben leeggegeten, langskomen en nemen waar ze zin in hebben.

Hoe werkt dat?

- Het middagpersoneel zet de tafel telkens klaar met de beschikbare groente en fruit.
- Deze tafel staat in de buurt van de plaats waar de warme maaltijden worden bedeid. Op die manier kan het personeel ook een oogje in het zeil houden of helpen wanneer dit nodig zou zijn.
- Na het eten kan je het overschot bewaren voor de volgende dag. Is er op het einde van de week nog over, dan kan je dat bedelen in de naschoolse opvang.

Hoeveel kost dat?

Het budget is af te spreken met de fruithandelaar, afhankelijk van de toegekende subsidie.

De ene school spreekt af dat er maximaal € 100 per week besteed mag worden voor 200 leerlingen. Een andere school besteedt € 40 à € 45 per middagpauze voor 200 boterhammers.

Beide kunnen een mooi aanbod doen aan de kinderen. De fruithandelaar varieert dan meer in het soort fruit / groenten, afhankelijk van de prijzen op dat moment.

3.7 Ontbijt

Ontbijt in de opvang

In de voorschoolse opvang krijgen de kinderen die al voor 7.30 u. aanwezig zijn nog iets te eten aangeboden als ontbijt. Vaak hebben deze kinderen al zeer vroeg of nog niet ontbeten.

Ontbijt tijdens de zachte landing in klas

Er is een tafel (centraal in de school) waarop er boterhammen met beleg (confituur of choco) beschikbaar zijn. Kinderen kunnen aan deze tafel (meerdere malen) passeren om boterhammen naar wens mee te nemen terwijl ze zich intussen installeren in de klas om de lesdag te starten.

Hoe werkt dat?

Ontbijt in de opvang:

- Het personeel van de opvang voorziet een klein ontbijt voor de kinderen die reeds voor een bepaald uur aanwezig zijn in de opvang.
- Dit aanbod is gevarieerd en wordt besteld bij een lokale handelaar.
- Variatie in het aanbod doorheen de week:
 - Yoghurt
 - Eierkoek
 - Pistolet met kaas
 - Pannenkoek
 - ...
- Tegen 8 u. is alles opgeruimd door het personeel van de opvang.

Ontbijt tijdens de zachte landing in klas

- Twee groepen van vijf vrijwilligers verzamelen om 7.30 u. op school. Ze wisselen elkaar af om de twee weken. Ze smeren de boterhammen met choco en confituur.
- Tussen 8 en 8.15 u. zetten ze de tafel met boterhammen klaar.
- Kinderen van het lager onderwijs passeren tijdens de zachte landing zelf aan de ontbijtstand. Boterhammen voor het kleuter worden meegegeven met de leerkracht per klas.
- Overschotten van de boterhammen kan je na de zachte landing afdekken en tijdens de speeltijd opnieuw aanbieden.

Hoeveel kost dat?

Ontbijt in de opvang:

- De kostprijs is zeer afhankelijk van wat je aanbiedt.

Ontbijt tijdens de zachte landing in klas:

- Twee soorten beleg: choco en confituur. Dit wordt in grotere hoeveelheden aangekocht door een personeelslid van de school.
- Het brood wordt 's morgens geleverd door de bakker.
- 17 broden voor ongeveer 350 leerlingen lager onderwijs + 150 leerlingen kleuter
- Kostprijs brood en beleg: zo'n 60 à 65 euro per ontbijtmoment



4. ANDERE SUBSIEREGLEMENTEN

4.1 OOG voor lekkers

Als je binnen 'Superfood voor jonge helden' fruit aanbiedt, kan je dat combineren met 'Oog voor Lekkern', een subsidie van de Vlaamse overheid. Zo kan je je aanbod nog verder uitbreiden. Met deze subsidie kan je 2 x 10 weken fruit, groenten en/of melk aanbieden. Want gezonde keuzes maken zou de normaalste zaak van de wereld moeten zijn!

Check op de website van Oog voor lekkers zeker de deadlines rond het aanvragen van deze subsidie.

Hoe kan je 'Oog voor lekkers' combineren met 'Superfood voor jonge helden'?

- Via 'Superfood voor jonge helden' kan je kiezen om fruitmanden met hapklaar fruit te voorzien in je school. Zo heb je te allen tijde een aanbod. Daarnaast voorzie je op een vaste weekdag fruit vanuit 'Oog voor Lekkern' tijdens een van de speeltijden.
- Via 'Oog voor Lekkern' is er 2 x 10 weken fruit op een vaste weekdag. 'Superfood voor jonge helden' zorgt voor een uitbreiding aan de periode van 10 weken zodat er het hele jaar door op die vaste weekdag fruit is.
- Als school bied je elke dag een stuk fruit aan tijdens de speeltijd in de voormiddag. Hierbij wordt de subsidie van 'Oog voor Lekkern' afgetrokken van de totale factuur van de fruitleverancier en wordt het resterende bedrag gefinancierd door 'Superfood voor jonge helden'. Op die manier is er een uitbreiding van de periode van 2 x 10 weken maar ook van het aantal dagen waarop je fruit kan aanbieden.
- Zie je nog andere mogelijkheden om te combineren? Laat het ons zeker weten, dan bekijken we dit graag!

Meer weten of vragen?

Heb je vragen over 'Oog voor Lekkern'?
Neem dan contact op via
schoolfruit-melk@lv.vlaanderen.be.

Heb je vragen over de combinatie met de subsidie
'Superfood voor jonge helden'?

Contacteer dan dienst Samenleven Stad Roeselare
samenleven@roeselare.be, 051 80 59 00.

Meer over het project kan je lezen
op oogvoorlekkers.be.



4.2 Brood(doos)nodig

Brood(doos)nodig werd in september 2021 opgestart door Enchanté vzw, Let US en 9 scholen van de scholengroep SKOG in Gent. Het project wil voedzame maaltijden voorzien voor leerlingen die het nodig hebben, zodat ook zij alle kansen krijgen in het onderwijs. Zo maken we komaf met honger in de klas én maken we voedselongelijkheid beter bespreekbaar.

Brood(doos)nodig bouwt warme netwerken in de omgeving van de school. Zo kunnen ouders, familieleden en buurtbewoners solidaire bijdragen doen om leerlingen van hun lokale deelnemende school te trakteren op een gezonde en lekkere maaltijd, warm of koud. Na een succesvolle opstart in Gent breidde het project verder uit, ook naar Roeselare. In Vlaanderen zijn er momenteel al 62 brood(doos)nodig-scholen.

Hoe kan je 'Brood(doos)nodig' combineren met 'Superfood voor jonge helden'?

- Het budget wordt ingezameld via solidaire bijdrages van netwerken in de omgeving van de school. Daarnaast vult de nationale (algemene) pot dit budget verder aan. Het budget wordt telkens verdeeld volgens een verdeelsleutel waarbij rekening gehouden wordt met het totaal aantal leerlingen in de school en het aantal leerlingen in een kwetsbare situatie.
- Als school schat je zelf in voor welke situaties of leerlingen je het budget kan gebruiken.
- Het budget kan zonder afgebakende percentages of maximale bedragen ingezet worden voor een eenmalig of structureel aanbod op school.

Meer weten of vragen?

Heb je vragen over Brood(doos)nodig?
 Contacteer dan Kim Swyngedouw,
 kim@enchantevw.be, 0479/ 33 62 20
 OF
 dienst Samenleven Stad Roeselare
 samenleven@roeselare.be, 051 80 59 00.

Meer over het project kan je lezen op
www.enchantevzw.be/brooddoosnodig.



4.3 Elk telt

Deze subsidie biedt ondersteuning aan sociale projecten die gelijke kansen bevorderen in Roeselare op vlak van opvoeding, onderwijs, werken, wonen, vrije tijd en sociale relaties, gezondheid en inkomen. Deze sociale projecten komen tegemoet aan noden en behoeften van mensen in maatschappelijk kwetsbare posities.

Hoe kan je 'Elk Telt' combineren met 'Superfood voor jonge helden'?

Je kan deze subsidie inzetten om de ouderbetrokkenheid te vergroten. Ook daarmee verhoog je de kansen van kinderen in het onderwijs.

Enkele voorbeelden ter inspiratie:

- een workshop voor ouders 'Hoe maak ik een gezonde brooddoos voor mijn kind?'
- een infosessie 'Hoe leer ik mijn kind gezond eetgedrag aan?'
- een workshop waarin ouders en kinderen samen gezonde tussendoortjes maken
- ouders betrekken bij het aanbieden van gezonde schoolmaaltijden

Meer weten of vragen?

Heb je vragen over Elk Telt?
 Contacteer dan dienst Samenleven Stad Roeselare
 samenleven@roeselare.be, 051 80 59 00.

Meer over deze projectsubsidie kan je lezen op
roeselare.be/subsidies-welzijnsbeleid.

4.4 Subsidie Klimaatscholen #VANRSL

Scholen die ideeën hebben om hun schoolomgeving groener te maken of in te zetten op gedragsverandering kunnen een subsidie krijgen. Ga het engagement aan en word klimaatschool #VANRSL!

De subsidies kunnen aangevraagd en aangewend worden voor duurzame ingrepen en/of duurzame educatieve acties binnen de domeinen:

- groen & natuur
- energie
- lucht
- afval en circulariteit
- mobiliteit
- water
- voeding
- duurzame ontwikkelingsdoelstellingen

De Stad belooft je inspanningen met een minimumsubsidie van € 500. Je kan de subsidie gebruiken voor bijvoorbeeld de aankoop van klein materiaal of de organisatie van workshops.

Hoe kan je 'Klimaatscholen #VANRSL' combineren met 'Superfood voor jonge helden'?

Wil je kinderen naar buiten brengen en bovendien gezonder laten eten, dan is een moestuin een leuk idee! Ieder kind wil zijn zelfgekweekte radijsjes, sla en tomaatjes wel proeven. Het planten van een zaadje doet kinderen beseffen hoe belangrijk het is om die natuur te beschermen.

Door hen ergens voor te laten zorgen, leer je de kinderen om verantwoordelijk te zijn. En wist je dat kinderen zich op schoolpleinen met groen (bomen, gras, aarde, struiken of een moestuintje) prettiger en veiliger voelen, minder pesten en gepest worden en ook nog eens beter leren?

Meer weten of vragen?

Heb je vragen over Klimaatscholen?
Contacteer ons dan via klimaatswitch@roeselare.be.

Meer over deze projectsubsidie kan je lezen op www.klimaatswitch.be/klimaatswitch-op-school.

4.5 Subsidie natuur op school

Via deze subsidie kan je jouw school vergroenen en ontharden. Via de provincie kan je al een subsidie krijgen om voor meer groen te zorgen, maar Stad Roeselare verhoogt die met maximaal € 10.000.

Om in aanmerking te komen voor deze subsidie moet je project voldoen aan volgende criteria:

- De natuurlijke inrichting van het schooldomein heeft een duidelijke meerwaarde voor de biodiversiteit en het klimaat
- Het project heeft een duidelijke meerwaarde op educatief vlak
- De aanleg en het beheer getuigen van ecologische en duurzame keuzes
- Het project komt via een participatief proces tot stand

Hoe kan je 'Natuur op school' combineren met 'Superfood voor jonge helden'?

Naast gezonde voeding is ook veel bewegen belangrijk voor het welzijn van kinderen. Een groene speelplaats waar kinderen zich kunnen uitleven biedt heel wat voordelen:

- Beter fysieke en mentale gezondheid
- Meer prikkels en afwisseling tijdens het spelen
- Leerkansen rond groen en biodiversiteit

Meer weten of vragen?

Heb je vragen over klimaatscholen?
 Contacteer ons dan via klimaatswitch@roeselare.be.

Meer over deze projectsubsidie kan je lezen op
www.klimaatswitch.be/natuurrijke-en-avontuurlijke-speelplaats.



5. COMMUNICATIE

5.1 Sociale media

Wist je dat...

Elke leerling in onze school ... krijgt. Dit kan via het project 'Superfood voor jonge helden' met de steun van Stad Roeselare. Op die manier leren de leerlingen nieuw fruit kennen en zijn de buikjes gevuld om er weer tegen aan te kunnen!



Met 'Superfood voor Jonge Helden' zorgen we voor gezonde voeding op school voor élk kind in Roeselare. Dankzij dit project krijgen alle leerlingen (omschrijving inhoud project). Weg met de lege brooddozen!



5.2 Nieuwsbrief

Wist je dat?!

... het groenten- en fruitproject op school een echt succes is? Elke vrijdag mogen de leerlingen in het groentekraam op de speelplaats snackgroentjes komen kiezen. Enkele vrijwilligers helpen samen met enkele zesdeklassers alles in goede banen leiden. We koppelen er zelfs een wiskundeactiviteit aan voor de zesdejaars. Zo weten we wat we de volgende keer moeten bestellen!

We kopen elke week een gevarieerd aanbod bij een lokale leverancier zodat de leerlingen verschillende groenten leren kennen en proeven: worteltjes, bloemkoolroosjes, kleine paprika's, ... De leerlingen zijn tot nu toe heel enthousiast en er wordt heel wat gesmuld op vrijdagochtend.

Ook het vrije aanbod van extra fruit wordt gewaardeerd. Tijdens de speeltijden en tijdens de opvang krijgen de kinderen extra fruit. Dit is allemaal mogelijk door de subsidies van Stad Roeselare met het project 'Superfood voor jonge helden'.

5.3 Schoolkrantje: in combinatie met project 'Brood(doos)nodig' en 'Oog voor Lekkers'

SMAKELIJKE SCHOOL

Je pikte het misschien wel op in de media, misschien nog niet, maar scholen zetten zich met behulp van verschillende projecten in tegen lege brooddozen. Ook SBS De Brug wil met verschillende initiatieven en inspanningen kinderen goed leren eten. Hieronder een opsomming van verschillende acties die liepen de voorbije periode binnen SBS De Brug.

PROJECT BROODDOOSNODIG NODIG

Deze subsidie werd de voorbije periode gebruikt om alle leerlingen van het kleuter- en lager- een evenwichtig ontbijt aan te bieden op vrijdagmorgen 28 oktober 2022.

We zorgden voor een aanbod van fruit, melkproducten en graanproducten. Alle bouwstenen voor een evenwichtig ontbijt. Tijdens het eerste lesuur kwamen de kinderen aanschuiven en kon iedereen genieten van het ontbijt. We willen via deze weg ook de vrijwilligers bedanken die mee kwamen 'smieren'.

Wist je dat je als ouder (of bedrijf) dit project financieel mee kan ondersteunen? Via onderstaande QR-code kan je een kleine (of grote) schenking doen aan de initiatieven voor Brooddoosnodig.

Daarnaast is Brooddoosnodig 1 van de projecten die opgenomen is binnen de Warmte Week. Om geld in te zamelen hebben 3 illustratoren stickers ontworpen om brooddozen te pimpen. De sticker/vellen worden verkocht in Roeselare in de 2 vestigingen van Lidl, alsook op 7 hartelijke plekken in Roeselare.




PROJECT SUPERFOOD VOOR JONGE HELDEN

Een titel, helemaal op het lijf geschreven van onze leerlingen, onze jonge helden.

Dit project kwam er door de steun van Stad Roeselare.

Via dit project bieden we op school, in de vorm van een korting, superfood aan voor onze warmeters. Een welgekomen korting van 25 cent per maaltijd, betaald door de subsidie van de school. Kinderen die dagelijks warm eten op school krijgen hierdoor dus 35 euro korting/jaar/kind.

Maar ook de boterhammers krijgen een deeltje van hun superfood in de vorm van fruit.

Sinds september bieden we, tijdens de middagsift, fruit aan in de vorm van een gezond buffet. Dagelijks een verse portie superfood, het fruit vullen we verder aan met hapklare groenten.





EN NOG ... PROJECT OOG VOOR LEKKERS

We leren onze leerlingen oog hebben voor lekkers. Naast alle bovenstaande projecten hebben we ook de mogelijkheid om op sporadische momenten activiteiten aan te vullen met lekkers. Lekkertjes in de vorm van fruit en groenten.

Hierdoor kan de Sint voor elke leerling van de lagere school een mandarijn voorzien. In de toekomst volgen zeker nog momenten vol 'Oog voor Lekkers'.



5.4 Brieven voor ouders

Korte brief – aanbod fruit:



Naam school

Adres school

Contactgegevens school

datum

Superfood voor jonge helden op onze school

Beste ouder(s),

Dankzij de financiële steun van Stad Roeselare kan onze school via het project 'Superfood voor jonge helden' van ... tot ... (periode) **alle kinderen een stuk fruit aanbieden** op ... (dagen). Uw kind hoeft dus geen fruit mee te brengen op deze dag(en).

Het project start **vanaf ... (datum)**.

Dat wil zeggen dat uw kind(eren) enkel nog een ... moeten meebrengen voor in de namiddag (en op ...).

Groeten,

Het schoolteam

Korte uitleg – aanbod fruit, combinatie met Oog voor Lekkers:

Voor iedereen een gezond tussendoortje!

Dankzij de financiële steun van

- de stad Roeselare (Superfood voor jonge helden)
- project 'oog voor lekkers' van de Vlaamse overheid en Europese Unie gezonde voedingsgewoonten

is er op woensdag voor elk kind een **gratis gezond tussendoortje** beschikbaar!

Uitgebreidere brief met meer duiding – aanbod noten (en fruit):



Naam school

Adres school

Contactgegevens school

datum

Superfood voor jonge helden op onze school

Beste ouder(s),

Vanaf ... (datum) zullen we **naast fruit ook noten** aanbieden bij het binnenkomen van de school 's **morgens**. We bieden graag vrijblijvend een handjevol noten aan per dag. Fruit en noten zijn een belangrijke bron van voedingsvezels, vitamines en mineralen. Ze hebben dus een positief effect op de gezondheid.

We kunnen dit aanbieden dankzij de subsidie 'Superfood voor jonge helden' van Stad Roeselare.

Wist je dat...

- de vitamines E en B bijdragen tot het gezond houden van het denkvermogen en de concentratie?
- **Noten** je een energieboost geven? Ze zitten bovendien vol voedingsstoffen die goed zijn voor je immuunsysteem.
- Cashewnoten goed zijn voor je humeur en helpen tegen stress?

Omdat sommige kinderen allergisch zijn aan bepaalde noten, vragen we om onderstaand strookje in te vullen en terug te bezorgen aan de leerkracht.

Groeten,

Het schoolteam

Uitgebreidere brief met meer duiding – aanbod soep, combinatie met Brooddoosnodig voor aanbod fruit



Naam school

Adres school

Contactgegevens school

datum

Superfood voor jonge helden en Brood(doos)nodig op onze school

Beste ouder(s),

Als school willen wij een lekkere en voedzame maaltijd voorzien voor alle leerlingen. Om dit mogelijk te maken, krijgen we van Stad Roeselare een subsidie via het project 'Superfood voor jonge helden'. Daarnaast zamelen we met het project 'Brood(doos)nodig' nog extra geld in. Met dit budget willen we voor alle leerlingen op onze school **GRATIS soep en fruit** voorzien.

Wat is superfood voor jonge helden?

Scholen die willen inzetten op betaalbare gezonde voeding op hun school, kunnen hiervoor een subsidie krijgen. Zo kunnen we samen van Roeselare een gezonde stad maken!

Wat is Brood(doos)nodig

Brood(doos)nodig wil scholen ondersteunen in het voorzien van een gezonde maaltijd voor ieder kind. Dit doet ze door iedereen in en rond de school (ouders, grootouders, familieleden, buurtbewoners en lokale partners) warm te maken om via een solidaire bijdrage de leerlingen te trakteren op een gezonde én lekkere maaltijd. Zo zitten zo weinig mogelijk leerlingen met honger op de schoolbanken én bevorderen we gelijke onderwijskansen voor ieder kind.

Wat betekent dit voor onze school?

Wanneer?	Vanaf ... (datum)
Voor wie?	Voor alle kinderen van onze school
Wat?	<p>GRATIS soep over de middag GRATIS fruit op ... (moment) Dit komt dus niet meer op de schoolrekening van jullie kind.</p> 

Samen gaan we voor een goed gevulde brooddoos voor ieder kind!

Groeten,

Het schoolteam



ROESELARE
is 'r voor jou

