

## **Angela Schulingkamp**

Beleidsadviseur sociaal domein Gemeente Oldambt;

**Volgend jaar start op vier scholen in Oldambt (later meer in provincie) de Verrijkte schooldag met o.a. aandacht voor gezondheid/gezond eten. 2x/week is er voor alle leerlingen gezonde lunch. Graag hulp/ideeën voor aanpak/recepten/ouder-kind-koken.**

Gaat het om basisonderwijs? Ja

Hebben jullie je laten inspireren door de Gezonde School? Klein beetje

Wat zijn de faciliteiten? Warme koude gerechten? Simpel houden, budget is niet hoog.

Er is nu financiering van 1,75 p.p. per lunch.

Vanuit oldambt concept opzetten met school & stakeholders (kinderen, ouders, leerkrachten). Heerst veel ongezondheid. Schooldag van kinderen naar ander niveau brengen zodat ze kansrijker opgroeien. MPG middelen, impuls geven brede welvaart.

Op vier scholen aan de slag. Onderdeel = gezonde lunch. Omheen leerlijn ontwikkelen. Waar het eten vandaan komt, wat het met je lijf doet e.d.

Nog geen plan

2x per week een 'leuk' moment. Dat het gezellig is om gezond te eten. Paar kooklessen. Ouders van kinderen hielpen mee bij de kooklessen. Ouders meenemen.

Iets dat kind triggert om ouders mee te nemen.

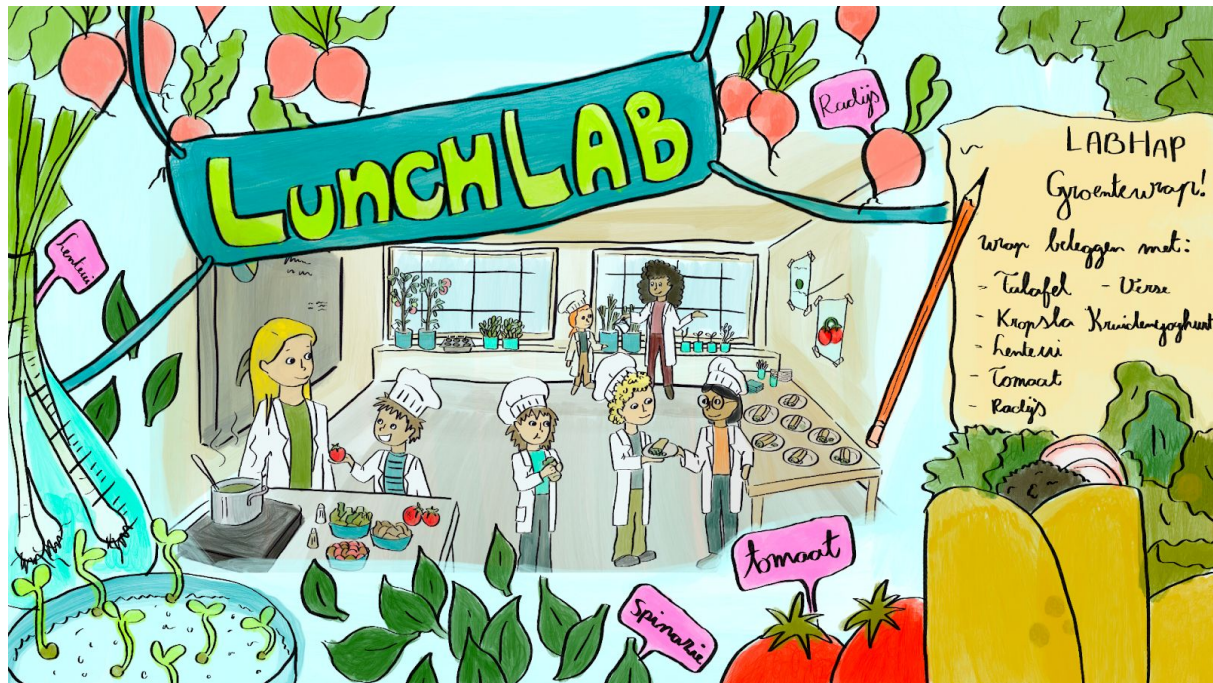
Maand als periode: van de 2 lunches per week doen ouders om beurten mee met bereiden daarvan.

Pilot: week lang dagelijks lunch aangeboden. Brood met gezonde belegkeuzes, gekregen van de supermarkt. En tomaten en komkommer en fruit.

Ouder kind koken zat wel echt aandacht voor gezondheid. Hapjes/traktaties gemaakt. Wraps met sla. En workshop met kok gehad.

Zichtbaar maken dat de gezonde lunch toegevoegde waarde heeft. Want dan wordt het breder getrokken in de provincie: mooie ontwikkeling in het verschiet.

## Oplossing



**Lunch Lab:** o.l.v. ouders en leerkrachten verbouwen leerlingen het hele jaar door groenten in de vensterbank en op het schoolplein, om zo gezonde ingrediënten voor de tweewekelijkse lunch (de Labhap, ha-ha) te produceren. Liefst wordt hier een permanente ruimte voor aangewezen waar de klassen onder begeleiding van ouders en leerkrachten, roulerend de lunch kunnen bereiden. Gewassen die goed binnen te kweken zijn:

- Oesterzwammen
- Kiemgroenten
- Sla
- Tomaten
- Kruiden
- Lenteui
- Spinazie
- Radijs

Overige ingrediënten, en evt. aanvullingen, worden ingekocht.

Daarnaast: bij elk gewas een kaartje zetten met wat het is en iconen waar je het voor kunt gebruiken. (op de boterham, als smeersel, in salade, in wrap, als soep).

In de zomer kunnen leerlingen en ouders die het leuk vinden een plant adopteren en/of wordt er een persoon aangewezen die in ruil voor het verzorgen van de planten, ook mag oogsten.

Visueel:

- Lab idee, banner met Lunch Lab
- Over de top met details
- Labhap uitlichten (een wrap of sandwich)
- Koksmutsen
- Labjassen/schorten

- Petrischaaltjes met kiemgroenten
- Erlenmeyer met lente ui
- Lokaal met planten in vensterbank

**Menu ideeën:**

- Broodje pulled oesterzwam met sla, tomaat en kiemgroenten
- Quiche met spinazie, tomaat en oesterzwam
- Wrap met falafel of kip, lenteui, tomaat, sla, radijs en verse kruidenyoghurt

Of meer basic kan natuurlijk ook/aansluiten bij wat ze kennen:

- Boterham met kaas, tomaat, sla (en ham/ei)
- Zelfgemaakte pindakaas