

Schalen voor Gezonde Schoolkantine slaan aan

Vijftien jaar geleden startte het Voedingscentrum met het programma Gezonde Schoolkantine voor het VO, waaraan in 2010 ook het MBO werd toegevoegd. In 2009 was Heleen Schuit-Van Raamsdonk de eerste Brigadier. In 2013 werden de eerste Schoolkantine Schalen uitgereikt. Inmiddels is al een derde van de VO- en MBO-scholen in het bezit van de schaal. Schuit: “Scholen zijn er trots op, beschouwen het als Unique Selling Point (USP) en zien het als manier om zich te onderscheiden naar ouders toe.”

TEKST: PETER BEKKERING



Heleen Schuit-Van Raamsdonk is projectleider van het programma Gezonde Schoolkantine.

Het Voedingscentrum werkt met een aantal programma's. Heleen Schuit-Van Raamsdonk is projectleider van het programma Gezonde Schoolkantine, een programma dat onderdeel is van het programma Gezond door het Leven. Gezond door het Leven is een programma dat een bijdrage wil leveren aan generaties die gezond opgroeien in een gezonde omgeving en die kunnen omgaan met verleidingen in hun eigen sociale en fysieke omgeving. Daarvoor zijn er programma's voor elke leeftijdscategorie: Gezonde Start, Gezond Opgroeien, Gezond Volwassen Worden/Gezonde Schoolkantine, Gezonde Volwassenen en Gezond Oud Worden.

BRIGADIERS

"Het programma Gezonde Schoolkantine dateert al van 2003", vertelt Schuit die zelf vanaf 2009 bij het programma is betrokken. "Ik was destijds de eerste Brigadier. Inmiddels werken we met een team van acht Brigadiers. Brigadiers bezoeken scholen om hen een advies op maat te geven over een gezonde schoolkantine en om hen tips te geven hoe ze ermee aan de slag kunnen gaan." Het programma Gezonde Schoolkantine ontstond in 2003, omdat dit bij uitstek een omgeving is die vraagt om het goede voorbeeld. Tot dan toe was hier nog nauwelijks aandacht voor. "Het ligt ook in de lijn van wat het Voedingscentrum doet, voorlichting geven aan de consument over veilige, gezonde en duurzame voedselkeuzes. Belangrijk daarbij is dat het altijd gaat om wat het individu doet in de omgeving. Het individu maakt keuzes, maar wordt daarbij altijd beïnvloed door zijn omgeving. Die invloed kan positief zijn, maar is in veel gevallen ook negatief."

Het Voedingscentrum vindt school daarbij een belangrijke omgeving. "Het is namelijk een omgeving waar jongeren verplicht verblijven – in tegenstelling tot bijvoorbeeld een sportvereniging. Vanwege die verplichting vinden we het belangrijk dat zo'n omgeving op orde is. Er bleken echter tot 2003 helemaal geen richtlijnen voor te bestaan." Het programma Gezonde Schoolkantine richtte zich aanvankelijk alleen op het VO, in 2010 kwam daar het MBO bij. In eerste instantie bestond het programma vooral uit voorlichtingsmaterialen die werden aangeboden in de webshop, maar in 2009 kwam het besef dat de beste manier om ervoor te zorgen dat scholen ermee aan de gang zouden gaan het actief bezoeken van scholen zou zijn. "Het vergt best iets van een school om dit te doen en het scheelt als iemand je daarbij helpt. Wij wilden als Voedingscentrum met dit programma een aanjager zijn."



AUTOMATISCH GEZONDE KEUZE

Het inzetten van Brigadiers bleek een schot in de roos. "Inmiddels kunnen we zeggen dat er al veel is bereikt. Ook omdat er vanuit de maatschappij veel aandacht is voor gezondheid." Ze noemt een voorbeeld van de vooruitgang: "Je ziet al bijna geen frituur meer in schoolkantines, terwijl dat in 2009 nog best normaal was. We zeggen overigens niet dat alle ongezonde producten uit de schoolkantines moeten, wel dat er een betere keuze beschikbaar moet zijn. Bovendien stimuleren we dat de gezonde keuzes vooraan, op ooghoogte en in grote hoeveelheden aangeboden worden. Zodat je – als je je onbewust laat leiden – automatisch een gezonde keuze maakt, omdat je voor de ongezonde keuze meer moeite moet doen."

"Omdat de school een omgeving is waar jongeren verplicht verblijven, vinden we het belangrijk dat zo'n omgeving op orde is"

De Schoolkantine Brigade kan in elk stadium worden ingezet. "Het gaat dus zowel om scholen die al heel ver zijn als om scholen die ermee willen beginnen, maar nog niet weten hoe. Wij hebben op onze beurt geen wet of dwangmiddel, alleen ons enthousiasme. En heel veel voorbeelden van andere scholen die met soortgelijke problemen kampen. Wij kunnen dan aangeven hoe die scholen het hebben opgelost."(1) ►

Uitreiking van Schoolkantine Schaal op 17 april 2018 aan de Instelling Voortgezet Onderwijs Deurne, waarvan het Alfrinkcollege, het Huub van Doornecollege, het Peellandcollege en De Sprong deel uitmaken.



WERKROEP

Wanneer een school de Schoolkantine Brigade heeft benaderd, zorgen de Brigadiers dat bij de eerste ontmoeting een zo groot mogelijke werkgroep aanwezig is. “We weten uit ervaring en uit onderzoeken die naar ons programma zijn gedaan dat een belangrijke succesfactor is dat het bereiken van een gezonde schoolkantine door een brede werkgroep gedragen wordt. Met daarin het liefst iemand uit de directie, een docent, een leerling, een ouder, iemand van de GGD en een kantinebeheerder of cateraar. Met zo’n groep inventariseren we allereerst wat er al is gedaan en wat daarvan goed en niet goed is gegaan. En we formuleren de hulpvraag van de school.”

Daarbij wordt indien nodig ook de omgeving bij betrokken. “Als een supermarkt in de nabijheid een obstakel is, kijken we hoe we daarmee omgaan. Een school kan bijvoorbeeld de pauzetijden verkorten waardoor leerlingen het niet meer redden om heen en weer te gaan. Of een schoolpleinbeleid instellen (voor de onderbouw), inclusief handhaving. Of tegenhouden dat leerlingen met chips en energiedrankjes op het schoolplein komen.” Dat laatste kan overigens ook op een positieve manier. “Op een school werden steekproefsgewijs kluisjes gecontroleerd op energiedrankjes. Wie geen energiedrankje in zijn kluisje had kreeg een bioscoopbon.”

“We stimuleren dat de gezonde keuzes vooraan, op ooghoogte en in grote hoeveelheden aangeboden worden”

Aan het begin van het traject doen de Brigadiers ook altijd een 0-meting door middel van de Kantinescan bij de schoolkantine zelf. En ze kijken naar het ambitieniveau van de school: is zilver voldoende of gaan ze voor goud? Schuit: “Bij zilver is het 60 procent betere keuzes en 40 procent uitzondering, bij goud zijn die percentages 80 en 20. Ook zit er een verschil in uitstralingspunten. Daarvan hebben we er negen. Bij zilver kies je zes waaraan je wilt voldoen, bij goud acht.” De Brigadiers wijzen de scholen er altijd op dat zij de baas zijn over wat er gebeurt. “Als een school in zee gaat met een cateraar is het belangrijk dat de school weet dat de regie nog steeds hen ligt. De school bepaalt wat er wordt verkocht en niet de cateraar, maar in het ideale geval wordt het aanbod in overleg bepaald.”

VERSCHIL MAKEN

De Brigadiers wijzen scholen er ook op dat van de 1500 leerlingen vaak maar een handjevol naar de supermarkt gaat. “Dat handjevol maakt bewust een ongezonde keuze.



Dat is echter geen reden om te zeggen 'verbieden heeft geen zin', want daarmee verleid je de rest van de 1500 leerlingen tot het maken van verkeerde keuzes. Een school moet zich realiseren dat ze met 'gezond' beleid een verschil kunnen maken voor een hele grote groep en dat ze een voorbeeldrol vervullen. Als je enerzijds in de biologies vertelt over het belang van de Schijf van Vijf en anderzijds in de kantine de saucijzenbroodjes over de toonbank laat gaan, maak je jezelf als school ongeloofwaardig. Kortom: practice what you preach!"

In Nederland maakt circa 40 procent van de VO- en MBO-scholen gebruik van een cateraar, terwijl 60 procent het in eigen beheer doet. "Bij de 40 procent is het vaak de cateraar die ons benadert. Veel schoolcaterars hebben in 2016 samen met verschillende automatenleveranciers, producenten en andere toeleveranciers het Akkoord Gezonde Voeding op Scholen getekend, een initiatief van Jongeren Op Gezond Gewicht (JOGG).(2) De ondertekenaars bieden op de scholen die zij bedienen een aanbod dat minimaal voldoet aan het

"Het is een belangrijke succesfactor dat het bereiken van een gezonde schoolkantine door een brede werkgroep gedragen wordt"

VIJF STAPPEN NAAR EEN GEZONDE SCHOOLKANTINE

- Check je kantine
- Kies een gezonder aanbod
- Maak de uitstraling gezonder
- Stel je beleid op
- Vraag een Schoolkantine Schaal aan

niveau zilver van de Richtlijnen Gezondere Kantines van het Voedingscentrum. Omdat de caterars die het Akkoord hebben getekend een groot deel van de gecaterde scholen bedienen, krijg je in één keer veel scholen de gezonde kant op. Caterars benaderen ons om handvatten hiervoor te krijgen. Wij betrekken vervolgens de directie er nadrukkelijk bij om ervoor te zorgen dat het geborgd wordt in het beleid." Bij de 60 procent eigen beheer is het vaak de kantinebeheerder die het Voedingscentrum benadert: "Die beheerder is vaak op zoek is naar gezonde producten of posters daarover. Ook worden we wel benaderd door een biologie- of gymdocent of leerlingenraad, vaak met een open vraag: wat kunnen jullie doen om ons te helpen?"

SCHOOLKANTINE SCHALEN

Nadat in de periode 2009-2013 de Richtlijnen waren ontwikkeld (3), begon het Voedingscentrum in 2013 met het jaarlijks uitreiken van zilveren en gouden schalen. Uit een onderzoek dat het RIVM in 2016 deed onder alle VO- en MBO-scholen bleek dat op dat moment al een derde van de scholen voldeed aan de Richtlijnen.(4) "Bij sommige scholen hangen een of meerdere schalen als Michelinsterren aan de muren." In 2017 reikte het Voedingscentrum 267 gouden en zilveren schalen uit, in het eerste kwartaal van 2018 al 240. "We hebben dit jaar als thema 365 schalen in 365 dagen. Daarmee zijn we goed op weg." Scholen moeten de schaal elk jaar opnieuw aanvragen. Scholen doen de Kantinescan en vullen hun aanbod in en de manier waarop dat is uitgesteld. Bovendien sturen ze foto's mee. Als foto's en formulieren voldoen aan de Richtlijnen ontvangen de scholen opnieuw een schaal. De Brigadiers bezoeken zelf jaarlijks zo'n 200 scholen en voeren daar zelf of samen met de contactpersoon van de school de Kantinescan uit. Schuit ziet dat elk jaar in aanloop naar de Open Dagen de aanvragen voor schalen fors toenemen. "Scholen zijn er trots op, beschouwen het als USP en zien het als manier om zich te onderscheiden naar ouders toe." ►

Veel schoolcaterers hebben in 2016 samen met verschillende automatenleveranciers, producenten en andere toeleveranciers het Akkoord Gezonde Voeding op Scholen getekend, een initiatief van Jongeren Op Gezond Gewicht (JOGG).



Schuit realiseert zich dat de school niet de enige plaats is waar VO- en MBO-scholieren voedingskeuzes moeten maken. “JOGG, de initiatiefnemer van het Akkoord Gezonde Voeding op Scholen, is bezig met sportkantines en zet daar ook Team:Fit Coaches voor in.⁽⁵⁾ Inmiddels zijn daar al zo’n 1300 verenigingen bij aangesloten. Als Voedingscentrum zijn we daar de controlerende instantie en sportkantines kunnen ook net als scholen een gouden, zilveren, maar ook bronzen certificaat verdienen als ze aan de Richtlijnen voldoen.”

“De school bepaalt wat er wordt verkocht en niet de cateraar, maar in het ideale geval wordt het aanbod in overleg bepaald”

Schuit benadrukt dat sportkantines een lastigere setting zijn: “Het is vrijblijvender en er werken vaak vrijwilligers, die vaak ook nog onderling wisselen. Bovendien is de Gezonde sportkantine relatief nieuw, terwijl de Gezonde Schoolkantine al vijftien jaar ervaring heeft.”

GEZONDE KEUZES

Na decennia campagne groeit er inmiddels een rookvrije generatie op – zo zijn bijvoorbeeld in 2020 alle schoolpleinen verplicht rookvrij – en komen jongeren steeds minder gemakkelijk in aanraking met de verleiding om te roken. Schuit verwacht dat het met gezond eten dezelfde kant op

gaat. “Er is overigens wel een belangrijk verschil. Roken is altijd slecht en eten moet je. Bij eten draait het daarom om de keuze. Die keuze wordt vaak bij het individu gelegd, maar uit onderzoek blijkt dat 95 procent van de keuzes onbewust gebeurt. Daarom hopen we dat het over een aantal jaren op alle VO-scholen en MBO-scholen mogelijk is om eenvoudig gezonde keuzes te maken. Daarvoor is het overigens ook van belang dat het aanbod van gezonde voeding groter, gevarieerder en goedkoper wordt. En omgekeerd. Uit Engels onderzoek is gebleken dat een suikerbelasting positieve effecten heeft.⁽⁶⁾ Of dit ook in Nederland zou werken, is het onderzoek waard, maar eventuele prijsmaatregelen zullen altijd onderdeel moeten zijn van een integrale aanpak, waarbij ook voorlichting, kennisoverdracht, productherformulering en de aanpak van de omgeving een belangrijke rol spelen.

Van de 2100 VO- en MBO-locaties hebben de Brigadiers er inmiddels ruim 1600 bezocht. “Die ervaring is onze kracht. We hebben namelijk alle problemen en uitdagingen die een school kan tegenkomen al gezien. En we hebben een database met voorbeelden hoe andere scholen dit hebben opgelost.” ■

NOTEN

1. <http://gezondeschoolkantine.voedingscentrum.nl/nl/stap-voor-stap/ervaringsverhalen.aspx>
2. <https://jongerenopgezondgewicht.nl/initiatieven/akkoord-gezonde-voeding-op-scholen>
3. https://issuu.com/voedingscentrum/docs/brochure_richtlijnen_gezonde_kantin1?fb=true&e=1222161/44622861
4. Een overzicht is te vinden op: <http://gezondeschoolkantine.voedingscentrum.nl/nl/stap-voor-stap/wie-kreeg-al-een-schoolkantine-schaal.aspx>
5. <https://teamfit.nl/>
6. <https://www.gov.uk/government/news/soft-drinks-industry-levy-comes-into-effect>