

## Afspraken Gezond eten en drinken op OBS Hannie Schaft per 17 september 2018

# HANNIE SCHAFT

Op OBS Hannie Schaft vinden we het belangrijk dat onze leerlingen gezond eten en drinken. Daarom hebben wij de volgende afspraken op school:

### In de ochtendpauze eten we groente en/of fruit en drinken we water.

We vragen ouders om elke dag hun kind(eren) een stuk fruit en/ of groente mee te geven. Kinderen nemen (kraan)water mee in een beker / bidon.



### In de middagpauze eten we een gezonde lunch en drinken we water.

Wij vragen ouders een gezonde lunch mee te geven aan de leerlingen. **De lunch bestaat uit brood met beleg.** Fruit en groente zijn een goede aanvulling op de lunch. De leerlingen nemen ook tijdens de lunch water mee.



### Gezonde traktaties

Jarig zijn is een feest! Jarigen mogen trakteren in hun eigen groep. **Uw kind mag één item uitdelen.** Dit kan een gezonde traktatie zijn, bestaande uit groente en/of fruit. **Of** een klein cadeautje.

Wij stimuleren gezonde traktaties.

**Wanneer uw kind uitdeelt en iets aan de leerkrachten wil geven, geven wij ook de voorkeur aan een gezonde traktatie.**

Inspiratie op [www.gezondtrakteren.nl](http://www.gezondtrakteren.nl)



### Speciale gelegenheden:

Onder speciale gelegenheden verstaan we bv. schoolreisjes, thema's en feestdagen. Op deze dagen verzorgt de oudercommissie de versnaperingen. Eventuele zoete en vette producten (gezoete dranken, snoep, chips e.d.) worden met mate gebruikt en er is altijd een gezonde keuze!

De regel is dat alle leerlingen water drinken en een gezonde lunch nuttigen. Een pakje drinken en andere invullingen voor de lunch (pizza/croissants etc) geven we dan ook weer mee naar huis.

Wat betreft de traktatie waarderen wij het als leerlingen kiezen voor een gezonde traktatie!

**Vragen en/ of opmerkingen? Neem contact op met de (adjunct) directeur.**

**Team Hannie Schaft**