

AAN DE SLAG MET DE SUBSIDIE

GEZOND #VANRSL

Superfood

LAAT JE
INSPIREREN!

voor jonge helden



Inhoudstafel

P4 | Voorwoord

p6 | 1 Achtergrondinformatie

- 1.1 Een gezond aanbod: wat is dat nu precies?
- 1.2 Een duurzaam aanbod: wat is dat nu precies?
- 1.3 Een betaalbaar aanbod: wat is dat nu precies?

p8 | 2 Subsidiereglement 'Superfood voor jonge helden'

- 2.1 Voor wie?
- 2.2 Waarvoor krijg je de subsidie?
- 2.3 Wat zijn de voorwaarden als school?
- 2.4 Hoe berekenen we de subsidie van jouw school?
- 2.5 Hoe dien je de aanvraag in?

p10 | 3 Hoe de subsidie inzetten op jouw school?

- 3.1 Groenten
- 3.2 Fruit
- 3.3 Volle granen
- 3.4 Noten en zaden
- 3.5 Zuivel

Bronvermelding

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

Voorwoord

Beste school,

Heel wat kinderen eten onvoldoende gezond, ontbijten niet of krijgen soms een lege brooddoos mee naar school. Nochtans heeft gezond eten op korte en lange termijn **een gunstige invloed op hun gezondheid, leerprestaties en concentratievermogen**. Kinderen zonder honger voelen zich energiever en zijn aandachtiger in de klas. Hiermee worden hun ontwikkelingskansen vergroot.

In Roeselare groeien bijna 1 op 6 kinderen op in een gezin met armoede (kansarmoede-index 2020 van Kind en Gezin). Als we dit aantal afzetten tegenover het aantal leerlingen in het basisonderwijs in Roeselare, komt dit neer op 1200 leerlingen op een totaal van 7165 (waarvan 2610 kleuters). Wij vinden dat elk van deze 7165 leerlingen **recht heeft op betaalbare en gezonde voeding op school**. We willen dan ook de toegang tot voeding op school vergroten voor alle kinderen, met specifieke aandacht voor kinderen in een kwetsbare situatie.

Wil jij als school ook jouw steentje bijdragen?

Super! In deze gids vind je alvast inspiratie om met voeding aan de slag te gaan in jouw school.

In het eerste deel geven we **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 tenslotte geven we een aantal ideeën rond **hoe je deze subsidie kan inzetten**.

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

- Oog voor lekkers
- Rikolto
- Gezond Leven
- Klimaatswitch #VANRSL

Het subsidiereglement 'Superfood voor jonge helden' voorziet in **financiële ondersteuning voor een aanbod van voeding op school**. Naast een aanbod van voeding werken veel scholen ook aan verduurzaming van speelplaatsen (vb. vergroenen van speelplaatsen, moestuintjes, ...), minder afval op school (vb. voorzien van fruitdoosjes, drinkflessen, ...) en partnerschappen en ouderbetrokkenheid in functie van betaalbaarheid, ... Hiervoor kan ondersteuning gevraagd worden via andere subsidiereglementen van Stad Roeselare, zoals respectievelijk subsidie natuur op school, subsidie klimaatscholen en subsidie elk telt.

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 be-
wezen effect op de gezondheid.

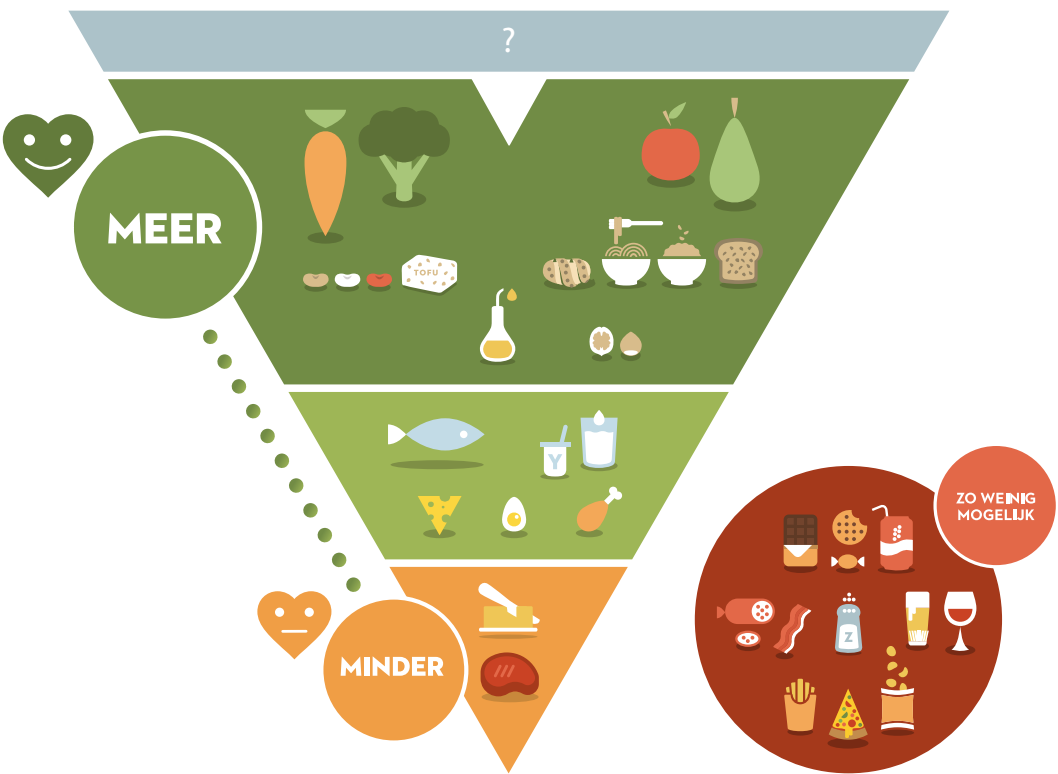
Dit zijn o.a.:

- 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...



ONZE EIS? VOOR ELK PRODUCT...



EET LOKAAL & VOLGENS DE SEIZOENEN...



GA VOEDSELVERSPILLING TEGEN...



ZO FIER ALS EEN PAUW...



KIES VOOR DUURZAAM GEVANGEN VIS...



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 subsidiereg-

ment 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?

2 Subsidiereglement

2.1 Voor wie?

Basisscholen in Roeselare.

2.2 Waarvoor krijg je de subsidie?

Je krijgt een subsidie voor een aanbod van betaalbare (duurzame en gezonde) voeding voor de leerlingen op school.

Het aanbod van deze voeding:

- Heeft een **structureel karakter**, vb. een wekelijks aanbod, 2 dagen per week, een gans trimester;
- Is voor een **volledige groep**, vb. voor een bepaalde graad, voor een afdeling zoals kleuters, voor alle leerlingen;
- 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 op de website);
- Is bij voorkeur **gezond en duurzaam**. Als dit niet kan of een andere keuze wordt gemaakt, motiveer je dit;
- Wordt **niet doorgerekend** via de schoolfactuur aan de ouders/voogd van de leerling (je kan ook opteren om een korting toe te kennen van een bestaand aanbod op de schoolfactuur voor een volledige groep).

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, website,... rond het aanbod Superfood voor jonge helden het

label GEZOND #VANRSL en de vermelding 'met financiële steun van Stad Roeselare'.

2.4 Hoe berekenen we de subsidie van jouw school?

50% van het subsidiebedrag wordt bepaald door het aantal leerlingen op jouw school. Hierbij kan er een maximum van €10,00 per leerling per indiendatum toegekend worden.

De overige 50% van het subsidiebedrag wordt bepaald door het aantal indicatorleerlingen op jouw school. Hierdoor kan je een extra krijgen voor die leerlingen met een maximum van €25,00 per indicatorleerling per indiendatum.

Het toegekende budget per school wordt uiterlijk op 1 september en 15 januari bekendgemaakt.

2.5 Hoe dien je de aanvraag in?

Vul het online **aanvraagformulier** op de website van Stad Roeselare in.

Afhankelijk van de periode waarvoor je een aanvraag indient, zijn er 2 indiendata:

- **Voor 15 juli** voor de periode 1 september – 31 januari van volgend schooljaar (project dient ten laatste te starten op 1 oktober).
- **Voor 15 december** voor de periode 1 februari – 30 juni van het lopende schooljaar.



3 Hoe de subsidie inzetten op jouw school?

3.1 Groenten

Aanbod van **snackgroentjes** zoals kerstomaatjes, snackkomkommer, radijsjes,... als tussendoortje. Zo komen leerlingen in contact met nieuwe smaken.

Aanbod van **groenten** ter verrijking van een broodmaaltijd over de middag door een saladbar.

Aanbod van **groentesoep** in de wintermaanden tijdens de speeltijd. In de warmere periodes van het jaar kan je een ander gezond tussendoortje aanbieden.

Aanbod van gratis **soep** ter aanvulling op de broodmaaltijd (en warme maaltijd?) tijdens de middagpauze.

3.2 Fruit

Aanbod van **hapbaar fruit** in de klassen. Denk aan banaan, blauwe bessen, druiven, appel,... Leerlingen kunnen een stuk fruit nemen wanneer ze hier nood aan hebben of als klasleerkracht kan je een fruitmoment inplannen doorheen de dag.

Werk samen met het **project 'Oog voor lekkers'** om op die manier **goedkoper fruit** aan te bieden aan de leerlingen als tussendoortje in de speeltijd.

Met eventuele **overschotten van fruit** kan je aan de slag om smoothies te maken in klas!

3.3 Volle granen

Aanbod van een **boterham** met confituur als element van een ontbijthoekje op school. Bij voorkeur een bruine of volkoren variant.

Aanbod van een **stuk brood** bij een tas soep. Dit kan zowel als tussendoortje of bij het middagmaal. Een **rijstwafel** is een goede bron van vezels. Het aanbieden van rijstwafels is een goede vervanging voor een koek als tussendoortje.

3.4 Noten en zaden

Een handjevol **noten en zaden** per dag als tussendoortje is een goed idee! Kies bij voorkeur voor ongezouten noten. Noten en zaden bevatten heel wat gezonde vetten. Je kan ze ook aanvullen met wat rozijnen of ander gedroogd fruit.

3.5 Zuivel

Werk samen met het **project 'Oog voor lekkers'** om **melk** aan te bieden aan de leerlingen. Dit kan als tussendoortjes, of als element van een ontbijthoekje op school.

Geef kinderen een **extra portie ongesuikerde (fruit)yoghurt** als tussendoortje, als aanvulling op hun middagmaal of als onderdeel van een mobiele ontbijtkar.





GEZOND #VANRSL