



Factsheet leerlingen betrekken bij de eetomgeving op school onderzoek

Samenvatting

Het betrekken van leerlingen bij het realiseren en op de agenda houden van een gezondere schoolkantine is belangrijk, echter blijkt dit in de praktijk niet vanzelfsprekend. Leerlingen geven wel aan graag te willen meedenken en meedoen. Dit kan bijvoorbeeld door leerlingen vragenlijsten over hun schoolkantine in te laten vullen, een actieve en zichtbare leerlingenraad te hebben die leerlingen aan kunnen spreken, leerlingen mee te laten helpen in de kantine en kooklessen aan te bieden. Hierbij is het belangrijk leerlingen te blijven betrekken en ze op de hoogte te blijven houden van de ontwikkelingen, en natuurlijk de successen samen te vieren!

Inleiding

Een gezonde schoolomgeving staat hoog op de agenda van beleidsmakers, professionals en deskundigen en daarmee ook in het Nationaal Preventieakkoord Overgewicht (2018). Het ontwikkelen van een gezond eetpatroon van jongeren is essentieel om overgewicht en andere gezondheidsproblemen zoals diabetes, kanker en hart- en vaatziekten op latere leeftijd te kunnen voorkomen. Een gezondere schoolkantine als onderdeel van een gezonde schoolomgeving kan daaraan een bijdrage leveren omdat het voor jongeren gezonde keuzes makkelijker maakt en hen laat ervaren dat gezond eten lekker en heel gewoon is. Er zijn de afgelopen jaren diverse hulpmiddelen ontwikkeld die scholen ondersteunen bij het implementeren en behouden van een gezondere kantine.^{1,2} Bovendien is het belangrijk om meerdere mensen binnen de school daarbij te betrekken, waaronder leerlingen. Dit leidt bij hen tot een hogere waardering, draagvlak en gevoel van eigenaarschap voor het gezonder maken van de kantine.^{3,4} Daarnaast kan het aanbod van gezondere keuzes in de schoolkantine beter worden afgestemd op de wensen, behoeftes en ideeën van de leerlingen.

Het betrekken van leerlingen bij een gezondere schoolkantine is echter niet vanzelfsprekend.⁵ Maar wat denken leerlingen nu over de gezondere schoolkantine en hoe willen ze betrokken worden?



Beschrijving onderzoek

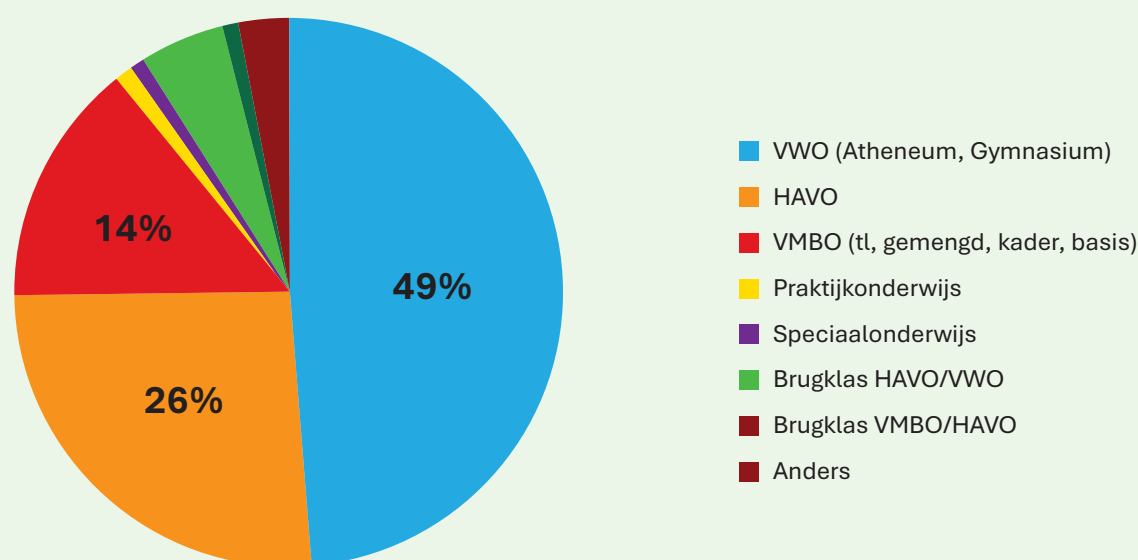
Focusgroepen en vragenlijst

Om te achterhalen wat de wensen en behoeften zijn van leerlingen met betrekking tot de schoolkantine en de bredere voedselomgeving van de school zijn drie focusgroepen gehouden met 19 leerlingen van drie middelbare scholen.

- Focusgroep 1: De focusgroep werd gehouden op een vmbo-school en bestond uit 6 meisjes uit de derde klas. De school ligt in een woonwijk, waarbij de leerlingen tijdens lesuren niet van het schoolplein af mogen. De school heeft een kantine in eigen beheer met vaste kantinemedewerkers. Daarnaast lopen leerlingen stage in de schoolkantine. De school heeft meerdere Schoolkantine Schalen (zilver en goud) behaald de afgelopen jaren.
- Focusgroep 2: Deze groep bestond uit 4 jongens en 3 meisjes uit de 4e klas van de havo. De school ligt in het stadscentrum en in de omgeving zijn veel eetgelegenheden en supermarkten te vinden, waar veel leerlingen naar toe gaan. De school heeft de kantine in eigen beheer, waarbij een vaste kantinemedewerker het eten en drinken verzorgt. Leerlingen kunnen zich opgeven om mee te werken in de schoolkantine tijdens de pauzes. De school heeft nog geen Schoolkantine Schaal gehaald.
- Focusgroep 3: Hier is gesproken met 3 jongens en 5 meisjes uit de leerlingenraad. Zij zaten in verschillende leerjaren (klas 2 t/m 5) en verschillende opleidingsniveaus (mavo t/m vwo). De leerlingenraad heeft een actieve rol op school waarin zij de schakel zijn tussen de leerlingen en het schoolbestuur. De school ligt buiten het centrum in een wijk waar een supermarkt ligt en enkele kleine eetgelegenheden, zoals een snackbar. In de kantine is een externe cateraar gevestigd, met vast personeel dat via een sociale werkplek aangenomen is. Verder biedt de kantine uitsluitend biologisch eten en drinken aan. De school heeft nog geen Schoolkantine Schaal gehaald.

De inzichten van de focusgroepen zijn vervolgens voorgelegd via een vragenlijst om na te gaan of deze bevindingen ook worden gevonden in een grotere groep leerlingen (n=204) afkomstig uit een jongerenpanel van Team Alert. De inclusie voorwaarden waren dat een deelnemer op de middelbare school zat en dat op school eten verkocht werd, in de kantine en/of automaat. De deelnemers waren tussen de 12 en 18 jaar, waarvan de meesten tussen de 15 en 17 jaar oud waren (68%). Daarnaast vulden vooral meisjes de vragenlijst in (75%) en zat 49% van de deelnemers op het VWO (figuur 1).

Opleidingsniveau leerlingen vragenlijst



Figuur 1. Opleidingsniveau van de leerlingen die deelnamen aan de vragenlijst (n=204).

Resultaten

Hoe vaak kopen de leerlingen eten en/of drinken **op** school?



Waarom wel?

- Omdat ze lekkere dingen op school verkopen.
- Omdat het makkelijk is. Dan hoeven de deelnemers geen eten en drinken van thuis mee te nemen.

Waarom (bijna) nooit?

- Omdat de deelnemers altijd eten en drinken van thuis meenemen.
- Omdat de deelnemers het eten op school te duur vinden.

Figuur 2. Overzicht hoeveel leerlingen uit de vragenlijst eten en/of drinken op school kopen en welke redenen ze hiervoor geven (n=204).

Hoe vaak kopen de leerlingen eten en/of drinken **rondom** school?



Waarom wel?

- Omdat het eten daar goedkoop is.
- Omdat het dichtbij is om in een pauze of tussenuur naartoe te gaan.
- Omdat het lekker is.

Waarom (bijna) nooit?

- Omdat de deelnemers altijd eten en drinken van thuis meenemen.
- Omdat het te ver weg is om in een pauze of tussenuur naartoe te gaan.

Figuur 3. Overzicht hoeveel leerlingen uit de vragenlijst eten en/of drinken rondom school kopen en welke redenen ze hiervoor geven (n=204).

Wat zijn de percepties van leerlingen over de (gezondere) schoolkantine?

Leerlingen staan redelijk positief tegenover het gezonder maken van het aanbod van eten en drinken op school. 67% van de jongeren die de vragenlijst invulde laat weten dat ze het eens of helemaal eens zijn met de stelling: 'ik vind het belangrijk dat eten en drinken op school gezond is'. Ook geeft 64% aan het makkelijk te vinden om tijdens schooltijd gezond te eten en te drinken. Eten op school moet vooral lekker en niet te duur zijn.

Veel leerlingen uit de focusgroepen denken met gezond eten en drinken alleen aan een beperkt aantal productgroepen. Ze benoemen bijvoorbeeld alleen groenten, fruit en water als gezonde producten en nauwelijks andere productgroepen zoals gezonde sandwiches of dranken. Dit is ook te zien in de antwoorden op de open vragen van de vragenlijst, waar veel leerlingen aangaven dat ze het bereiden van gezond eten en/of drinken voor school zien als iets wat (te)veel moeite kost.

Hiernaast geven leerlingen aan eten en/of drinken in de kantine te kopen als het meerwaarde heeft ten opzichte van eten dat rondom school verkrijgbaar is.

Wat zouden leerlingen anders willen zien in hun schoolkantine?

Uit de vragenlijst en de focusgroepen met leerlingen zouden leerlingen graag zien dat:

- De producten in de kantine goedkoper zijn
- De producten in de kantine gezonder zijn
- Er ander aanbod is (ook vega/vegan/glutenvrije opties)
- Er afwisselender aanbod in de kantine te krijgen is
- De kwaliteit van het eten verbeterd wordt
- De hygiëne in de kantine verbeterd wordt
- Dat er meer zitruimte is in de kantine
- Dat de zitruimte in de kantine fijner wordt (fijne tafels en stoelen, meer stopcontacten, wifi aanwezig etc.)
- Er een aantal organisatorische veranderingen worden doorgevoerd (kortere rijen, ruimere openingstijden, met pin betalen etc.)
- Gratis groente en fruit op school aangeboden wordt

Laat zien hoe leerlingen mee kunnen denken: dat doen ze graag

Uit de focusgroepen komt naar voren dat scholen wel nadenken over wat leerlingen lekker zouden vinden in de kantine, maar het wordt hen niet persoonlijk gevraagd volgens de leerlingen. De meeste leerlingen geven daarentegen wel aan het leuk te vinden om mee te denken. Ze zouden bijvoorbeeld via een brainstorm, vragenlijst of de leerlingenraad hun mening willen geven over de schoolkantine. Ook uit de vragenlijst komt naar voren dat 64% van de leerlingen hun mening en wensen willen aangeven in een vragenlijst en 38% via een ideeën box of prikbord. Het helpt als de leerlingenraad duidelijk aangeeft hoe hen te bereiken en aan te spreken, want dat is nu vaak niet helder.

In de vragenlijst geven de leerlingen als top 3 de volgende redenen aan om mee te denken:

1. Dat ze het belangrijk vinden dat ze hun stem laten horen (58%)
2. Dat ze dan helpen bij het gezonder en duurzamer maken van hun school (54%)
3. Dat ze dan een gratis lunch of andere beloning zouden krijgen (52%)

Daarnaast vinden leerlingen het een goed idee als de kantinebeheerder de leerlingen kan laten proeven wat hij/zij in de kantine wil verkopen en hierbij de leerlingen om hun mening vraagt. Wel zien leerlingen dat ze minder mee kunnen denken over het aanbod in de kantine als de kantine wordt gerund door een externe cateraar.



Leerlingen geven wel voorwaarden aan om mee te denken aan een gezondere schoolkantine

Leerlingen geven aan dat ze vooral serieus willen worden genomen wanneer ze meedenken over een gezondere kantine en dat er iets met hun ideeën wordt gedaan.

‘Maar of er iets mee wordt gedaan, is dan nog wel de vraag, want wij krijgen dat eigenlijk zelf niet echt te horen. Die docenten zijn dan misschien wel in overleg met alle ideeën, maar wijzelf, de leerlingen, krijgen daar niks van mee, over wat nou precies de ideeën zijn, of er iets mee gedaan wordt, zeg maar.’ – Focusgroep 2

In de vragenlijst geven de leerlingen als top 3 de volgende voorwaarden aan om mee te denken:

1. Dat ze serieus worden genomen (70%)
2. Dat er iets met hun input gedaan wordt (63%)
3. Dat het tijdens schooltijd is (46%)

Leerlingen vinden dat hun betrokkenheid bij de kantine goed gecombineerd kan worden met reguliere lessen, bijvoorbeeld proef- en smaaklessen tijdens de kooklessen of enquêtes invullen tijdens mentor les.

‘Het moet wel een beetje te combineren zijn met de kooklessen inderdaad, dus proeven van, wat vind je lekker en wat [...] Als bijvoorbeeld onze mentor Linda zou zeggen, nou, we gaan even dit uurtje of dit half uurtje, een vragenlijst invullen en van tevoren gaan we even bespreken wat jullie goede ideeën vinden, dan zou ik dat prima vinden om te doen.’ – Focusgroep 2

Leerlingen vinden het ook leuk en/of interessant om bij te dragen aan de schoolkantine

Leerlingen uit de focusgroepen geven aan het leuk te vinden om mee te werken en stage te lopen in de schoolkantine. Dit wordt ondersteund door de leerlingen uit de vragenlijst, waar 67% kooklessen leuk of interessant vindt en 32% het leuk of interessant vindt om mee te helpen in de kantine. Ook vindt een deel van de leerlingen (31%) lessen over hoe eten en drinken helpt bij sporten en je fijn voelen leuk of interessant. Van de leerlingen op het VWO wil 45% meer tijd voor koken op school, van de HAVO leerlingen 52%, en van het VMBO 30%. Daarnaast geeft dit waardevolle kennis over hygiëne, schoonmaken, klaarmaken van broodjes en sociale vaardigheden in de kantine.

‘Gewoon hoe je alles schoonmaakt en zo. En hoe je gewoon allemaal broodjes maakt. Want dat wist ik van tevoren nog allemaal niet precies. En ik vond het alleen wel op het begin een beetje eng toen met de eerste pauze. Want dan komen er allemaal leerlingen in één keer naar je toe die je eigenlijk niet kent. Maar op een gegeven moment wen je daaraan.’ – Focusgroep 1

Conclusie en aanbevelingen

Om de implementatie van een gezondere schoolkantine te bevorderen en deze op de agenda te houden is het van belang leerlingen te betrekken. Ook al maken leerlingen beperkt gebruik van de schoolkantine, geven de meeste leerlingen aan een gezonde schoolkantine belangrijk te vinden, erover mee te willen denken en een bijdrage willen leveren. Ze hebben vooral behoefte aan een goedkopere en gezondere kantine met lekker en wisselend aanbod van eten en drinken die een fijne(re) en meer zitgelegenheid biedt.

Om dit ook in de praktijk te brengen zijn de volgende aanbevelingen opgesteld voor scholen:

- Leerlingen kunnen meedenken over een gezondere en aantrekkelijke schoolkantine door:
 - Vragenlijsten over hun kantine in te vullen, te brainstormen, ideeën in een ideeën box te stoppen, de leerlingenraad aan te spreken die hiertoe wel zichtbaarder moet worden gemaakt en meer moet uitnodigen, en als ze het gezonde eten en drinken mogen proeven en hun mening erover gevraagd wordt.
 - * Herhaal een brainstorm of vragenlijst jaarlijks om de leerlingen betrokken te houden.
 - * Neem de ideeën van de leerlingen serieus en koppel ook terug aan de leerlingen wat met hun ideeën is gedaan.
 - Ook zouden leerlingen over dit onderwerp hun profielwerkstuk kunnen houden, aan de hand van achtergrondinformatie hierover vanuit het Voedingscentrum speciaal voor profielwerkstukken. Kijk voor deze tool op www.voedingscentrum.nl en zoek op 'Profielwerkstuk'.
- Leerlingen kunnen bijdragen aan een gezondere en aantrekkelijke schoolkantine door:
 - Mee te helpen in de kantine, door kooklessen te krijgen, en door te leren wat gezond eten en drinken inhoudt en waarom dat belangrijk is.
- Vraag naast de leerlingen die direct hebben meegeholpen in de kantine ook de leerlingen die wat minder betrokken zijn om hun mening of bijdrage, door bijvoorbeeld de leerlingen te vragen om de leerling enquête van het Voedingscentrum in te vullen tijdens de biologie- of gymles. Zie voor deze tool de www.voedingscentrum.nl/gezondeschoolkantine
- Vier de successen samen met leerlingen, bijvoorbeeld bij het behalen van een Schoolkantine Schaal of Opstapjes. Met de Schoolkantine Schaal kun je laten zien dat je schoolkantine gezond is ingericht, in niveau zilver, goud of ideaal. Met de Opstapjes vier je iedere stap in de juiste richting! Zie voor meer informatie www.voedingscentrum.nl/gezondeschoolkantine
- Zie voor meer tips www.gezondeschool.nl en zoek op 'leerlingparticipatie'. Laat leerlingen bijvoorbeeld goede ideeën delen en ophalen op een 'receptenmuur' of 'Wall of Fame', of maak gebruik van discussiekaarten in het voortgezet onderwijs om het gesprek aan te gaan over de wensen van leerlingen.
- Voor meer inspiratie, kijk op www.voedingscentrum.nl/gezondeschoolkantine en zoek op 'Ervaringsverhalen'. Bekijk bijvoorbeeld hoe op het Haemstede Barger Mavo (HBM) in Heemstede een groep leerlingen samen met hun kantinemedewerkster nadenkt over een gezonde kantine. Of hoe op het Zone College in Almelo de kantine door de leerlingen gerund wordt, waardoor ze zelf de gerechten mogen bedenken en uitproberen.

Colofon

Auteurs: Roos van Wijngaarden, MSc., Iris Krabbenborg, MSc., dr. Lydian Veldhuis, dr. Ellen van Kleef, dr. Carry Renders.

Deze factsheet is tot stand gekomen binnen het ZonMW onderzoeksproject: 'De gezonde schoolkantine op de agenda houden' (nr 50-55505-98-111). Dit project is opgezet en uitgevoerd door de Vrije Universiteit en de WUR in samenwerking met het Voedingscentrum. Met dank aan Team Alert en alle leerlingen die hebben bijgedragen aan de ontwikkeling van deze factsheet.

Bronnen

1. Evenhuis, Irma J., et al. "Implementation of guidelines for healthier canteens in Dutch Secondary Schools: A process evaluation." *International journal of environmental research and public health* 16.22 (2019): 4509.
2. Evenhuis, Irma J., et al. "The effect of supportive implementation of healthier canteen guidelines on changes in Dutch school canteens and student purchase behaviour." *Nutrients* 12.8 (2020): 2419.
3. van Kleef, Ellen, et al. "Moving towards a healthier assortment in secondary and vocational school food environments: Perspectives of Dutch students and school food policy professionals." *British Food Journal* (2019).
4. Eindrapport Healthy temptations: Influencing students' food choices at school through nudging and assortment development (2018). ZonMW, projectnummer 531001109.
5. Hermans, Roel CJ, et al. "Adolescents' responses to a school-based prevention program promoting healthy eating at school." *Frontiers in Public Health* 5 (2017): 309.