

ANALYSE

# Het belang van 'de gezonde school'

**Kinderen met een gezonde leefstijl leren beter.** Een 22 miljoen euro kostend onderzoek op vier scholen in Parkstad moet aantonen of die bewering klopt. Luidt het antwoord 'ja', dan verandert het onderzoek de toekomst van heel veel kinderen.



**Andrew Simons**  
projectleider Movare

*„We zien nu al dat school voor de kinderen die meedoen al leuker en aantrekkelijker is.“*



**Onno van Schayck**  
projectleider universiteit

*„We vragen heel veel van ouders en leerlingen. Toch is het draagvlak groter dan we durfden te dromen.“*

door **Josette Mulders**

**Z**e zullen het niet in de gaten hebben, de 1200 leerlingen van vier basisscholen in Parkstad, maar ze kunnen voor een revolutie in het onderwijs zorgen. Al die kinderen doen vanaf deze week mee aan een 22 miljoen euro kostend onderzoek. Het is een onderzoek naar hun gezondheid en leerprestaties. Universiteit Maastricht, GGD Zuid-Limburg, de provincie en het bestuur van de scholen willen weten of gezond eten en bewegen kinderen slimmer en gezonder maken. De komende vier jaar gaat de helft van die kinderen, 600 scholieren van twee scholen, gezond lunchen en snacken op school. Tijdens de schooldag bewegen ze in totaal een uur. Een andere groep, nog eens 600 kinderen van twee scholen, eten wat ze willen in de middagpauze, maar gaan wel een uur per dag bewegen. Zo'n 25 wetenschappers werken aan het onderzoek mee. Nog nergens is een onderzoek gedaan waarbij het effect is gemeten van gezond eten én bewegen gedurende langere tijd.

De noodzaak stijgt om kinderen een gezonde leefstijl aan te leren, want steeds meer kinderen zijn ziek. Iedere school heeft ze, een groeiend aantal leerlingen met diabetes (suikerziekte) en obesitas (zwaarlijvigheid). Iedere school kent ze, de scholieren die hun vrije tijd vullen met tv-kijken of gamen en iedere school ziet ze, de peuters die zonder ontbijt in hun stoeltje gaan zitten of achtsgroepers die een zak chips opentrekken als lunch of zoete koeke uit hun broodtrommel halen.

Op basisscholen in Parkstad blijkt dat allemaal nog een graadje erger is. Hun ziektevolwassenen in Parkstad zijn niet als hun kinderen ongezonder dan elders in Nederland. De regio telt meer dan een gemiddeld aantal chronisch zieken die de gezondheidszorg veel geld kosten. Het aantal werklozen blijft in steden als Heerlen, Kerkrade, Landgraaf en Brunssum onverminderd hoger dan elders. Ook dat kost veel. Duidelijk is dat deze regio hardnekkige en serieuze problemen heeft en dat al tientallen jaren lang. Die vicieuze cirkel moet doorbroken worden, meent Movare, het bestuur van 52 basisscholen in Parkstad, Sittard-Geleen, Vaals en Stein. Movare vindt dat het 'de morele verplichting heeft om actie te ondernemen om 'hun' kinderen een betere toekomst te geven en die kan wel eens uit meer bestaan dan alleen lesgeven. Het bestuur heeft de samenwerking gezocht met de universiteit, GGD en de provincie. Daaruit is het project ontstaan dat de naam 'De Gezonde Basisschool van de Toekomst' heeft gekregen. Alle vier de partijen draaien voor een gelijk deel van de kosten op. De gezonde lunches, de salarissen van de on-



Iedere dag wordt op vier scholen in Parkstad in totaal een uur gesport en gespeeld, zoals hier op

derzoekers en de begeleiders op de scholen worden met hun bijdrage vier jaar lang betaald. Klopt de theorie dat gezond eten en bewegen, slimmere kinderen oplevert, dan schrijft Parkstad historie. Dan zullen heel wat andere scholen het onderwijsconcept willen overnemen. Deze week start De Gezonde Basisschool van de Toekomst. De financiering is de komende vier jaar geen probleem. Die is goed geregeld. Maar hoe zit het met het enthousiasme van de betrokkenen? Met de kwaliteit van de lunches? Als deze week de eerste bruine boterhammen met kaas en tomaten in de klaslokalen van De Schatgraver en De Carrousel (beide in Landgraaf) worden geserveerd, is dat ongetwijfeld een feestje voor de leerkrachten, kinderen en hun ouders. Lukt het om die sfeer vier jaar zo te houden? De teams van de

twee scholen hebben zich gemeld voor het hele pakket (eten en bewegen). Het extra werk dat deelname aan het project oplevert, heeft de leerkrachten niet afgeschrikt. De Schatgraver en De Carrousel zien de kansen en de voordelen die deelname biedt. Vast staat dat hun leerlingen hun horizon en kennis verbreden, wat (gezond) eten, sport en beweging betreft. Ze worden wellicht ook nog slimmer, dat deelname aan vijf jaar als alle onderzoeksresultaten in kaart zijn gebracht. Op cultureel gebied krijgen deelnemers aan de Gezonde Basisschool ook heel wat extra, zoals theaterbehammen met kaas en tomaten in de klaslokalen van De Schatgraver en De Carrousel (beide in Landgraaf) worden geserveerd, is dat ongetwijfeld een feestje voor de leerkrachten, kinderen en hun ouders. Lukt het om die sfeer vier jaar zo te houden? De teams van de



OBS Harlekijn Landgraaf.

foto's Bas Quaevlieg

Vier jaar is een lange periode om de boog gespannen te houden voor iets waarvan de uitkomst onzeker is. Een ander risico voor het slagen van het onderzoek zijn de lunches. De kwaliteit van de lunches moet constant hoog zijn. Een voedselvergiftiging blijft altijd mogelijk, ondanks de ongetwijfeld vele kwaliteitscontroles, en die kan de doodsteek inluiden van het project. De leverancier van de lunches, het van oorsprong Franse Sodexo, moet wat dat betreft elke dag scoren en dat vier jaar lang. Wat in de middagpauze aan groenten, fruit en brood op tafel staat, moet de leerlingen vanaf dag 1 aanspreken. Niemand is erbij gebaat wanneer de leerlingen hun eigen (ongezonde) voedsel gaan meenemen. De grootste onzekerheidsfactor zijn de ouders en niet hun kroost. De kinderen vinden het prachtig dat ze vragenlijsten mogen invullen

over hun eet- en bewegedrag. Bij een presentatie van de lunches waren ze enthousiaster dan hun vaders en moeders. De leerlingen verheugen zich op alle nieuwe spelletjes en sporten waarmee ze kennis gaan maken. De ouders mogen niet afhaken. Ruim 86 procent van de ouders van de twee eet- en bewegescholen staan vierkant achter De Gezonde Basisschool van de Toekomst, heeft een rondvraag uitgegeven en die voor de vier scholen bepalend was voor deelname. Een

heel hoog percentage van de ouders durft het aan om het eten van hun prinsjes en prinsesjes uit handen te geven en ziet tegelijkertijd de waarde van het project in. Te hopen is dat die betrokkenheid de komende jaren blijft. Veel zal daarbij afhangen van de communicatie van de projectleiders met de ouders. Die is cruciaal, hebben ze nu al gemerkt. Hoe meer informatie de ouders krijgen in het afgelopen jaar, hoe betrokkener en enthousiaster ze werden, hebben ze gemerkt. Het onderzoek naar de invloed van een gezonde leefstijl op de leerprestaties van kinderen staat of valt met de nauwkeurigheid waarmee het wordt uitgevoerd. Wat dat betreft rust een grote verantwoordelijkheid op de schouders van alle betrokkenen. De toekomst van ieder individueel kind kan ervan afhangen en ook die van Parkstad.



**Maartje Willeboordse**  
onderzoeker

*„Zo breed als wij dit aanpakken, gebeurt nergens. Dat vind ik geweldig.“*



**Maria Jansen**  
begeleider het onderzoek

*„Ik hoop dat het ons lukt om de gezondheids- en leerachterstand in Parkstad in te halen.“*



**Yosta Brij**  
diëtiste Sodexo

*„Ik wil kinderen veel en ongedwongen laten proberen van voor iedereen toegankelijke producten.“*