

# DE GEZONDE BASISCHOOL VAN DE TOEKOMST

## DE OPBRENGSTEN NA 2 JAAR



### Waarom?

In 2015 startte het experiment met de Gezonde Basisschool van de Toekomst binnen onderwijsstichting MOVARE. Een vernieuwend en gestructureerd dagprogramma werd geïntroduceerd, met meer onderwijstijd, sport, beweging, ontspanning en oog voor een gezonde leefstijl en voeding. Verwacht werd dat jeugdigen op deze manier een betere lichamelijke, emotionele en intellectuele groei doormaken. Spelenderwijs leren ze zo wat goed voor hen is. Kortom, een schoolomgeving waar gezondheid de normaalste zaak is.

### Wat veranderde op school?

1. Geen broodtrommel meer mee naar school, maar een gezonde schoollunch. Kinderen gingen samen eten. Sodexo verzorgde de lunch volgens de regels van het Voedingscentrum Nederland. Vooral veel minder suiker en vet en meer vitamines, eiwitten en vezels. Pakweg 90% uit de Schijf van Vijf.
2. De tussenschoolse opvang werd verlengd naar tenminste 1,5 uur per dag. Hierdoor ontstond ruimte voor een langere lunch en voor sport-, spel- en cultuuraanbod.
3. Pedagogisch medewerkers van de kinderopvang gingen de tussen schoolse opvang begeleiden. De kinderen kregen er een nieuwe juf bij: 'de juf van de tussenschoolse opvang'.
4. Buurtsport en cultuur coaches zorgden voor ondersteuning van de pedagogisch medewerkers bij het sport-, spel- en cultuuraanbod. Externe partners maakten hun entree in school.
5. Ouders werden van meet af aan actief betrokken. Zij gaven mede vorm aan de ontwikkeling van de Gezonde Basisschool van de Toekomst en participeerden als vrijwilliger tijdens de tussenschoolse opvang.

Het experiment startte op vier scholen: twee met voeding en beweging, twee met alleen beweging. Vier scholen waar niets veranderde deden ter vergelijking mee in het onderzoek<sup>1</sup>. In totaal deden 1676 kinderen mee aan het onderzoek.

#### *Citaat van een leerling:*

*"Ik vind het ook leuk dat we na elke lunch gaan bewegen, of iets met cultuur doen. Daardoor heb je niet in de gaten dat de schooldag langer duurt. Ik voel me nu vaker fitter en het is leuker op school: ik geef de school een 9, dat was een 8. Soms zijn er dingetjes niet goed, dat vertel ik dan in de leerlingenraad. Zo zat er een keer een worm in een appel."*

### Wat levert het na twee jaar op?

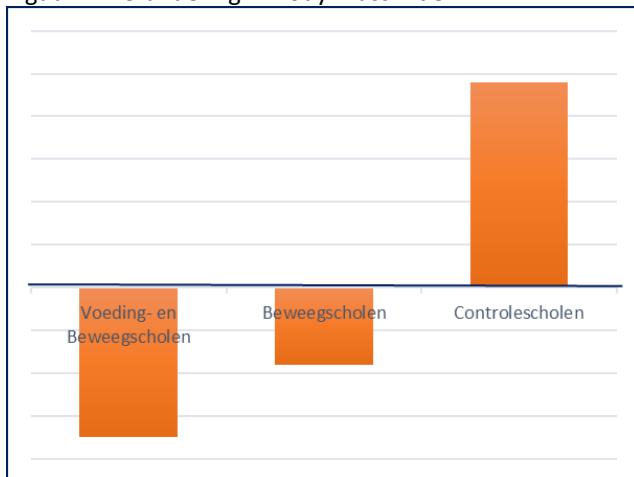
- Op de voeding- en beweegscholen is de BMI (een maat voor gezond gewicht) significant afgenomen. Deze is meer afgenomen dan op de beweegscholen. Op de controle scholen neemt de BMI juist toe (Figuur 1).
- Op de voeding-en-beweegscholen is het zitgedrag significant afgenomen ten gunste van meer licht bewegen in vergelijking met de beweegscholen en controlescholen (beide geen verandering in zitgedrag).
- Op de voeding-en-beweegscholen eten kinderen meer zuivel, groente en fruit tijdens de lunch in vergelijking met de beweeg- en controlescholen (Figuur 2). Gedurende de rest van de dag zijn kinderen veel meer water gaan drinken. Gezond voedingsgedrag (fruit, groente, water) tijdens de rest van de dag is significant toegenomen.
- Ongezond voedingsgedrag (zoete dranken, snacks) is afgenomen in vergelijking met de beweeg- en controlescholen.
- Leerkrachten zien duidelijk minder conflicten en minder pestgedrag sinds de start van het experiment. Het gezamenlijk eten en bewegen zorgt voor een positievere sfeer op school.

<sup>1</sup> De Universiteit Maastricht onderzoekt de effectiviteit, kosten-effectiviteit, leerprestaties, kansenongelijkheid en juridische aspecten. Resultaten over kosten-effectiviteit, leerprestaties en kansenongelijkheid zijn pas in 2020 beschikbaar omdat minimaal vier jaar nodig is om hierin veranderingen te kunnen waarnemen.

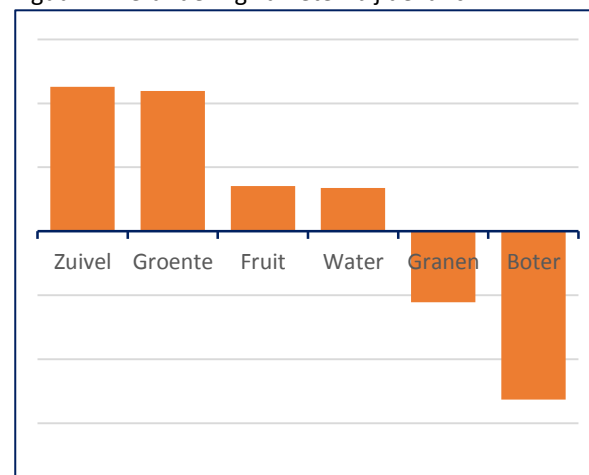
- De tevredenheid van kinderen en ouders is gestegen de afgelopen jaren. De meerderheid van de kinderen vindt de school en het overblijven leuker geworden, en veel ouders geven aan dat ze de Gezonde Basisschool van de Toekomst zouden aanbevelen aan andere ouders.
- Ouders zijn zich meer bewust geworden van het belang van gezonde voeding. Dat blijkt uit de discussies in de Klankbordgroep. Ouders geven aan dat hun kinderen ook thuis graag groenten en fruit willen eten.
- Pedagogisch medewerkers van de Kinderopvang zijn onderdeel geworden van het schoolteam. Een externe partner met andere competenties is toegevoegd aan de school. Leerkrachten hebben competenties in de cognitieve en sociaal-emotionele ontwikkeling van het kind. Pedagogisch medewerkers hebben competenties voor het vrije tijds deel met aandacht voor sociale vorming, gezonde voeding, sport, spel en cultuur. Samen versterken zij elkaar. Dat heeft meerwaarde!
- De school is meer onderdeel geworden van de wijk. Voorzieningen in de wijk worden gebruikt tijdens de tussenschoolse opvang. Daardoor heeft de school een nadrukkelijke verbinding met de wijk, haar bewoners en het verenigingsleven. De spreiding van de kinderen over het gebouw, de speelplaatsen en de directe omgeving van de school zorgt voor meer rust.

Belangrijkste opbrengst: kinderen zijn zich **vitaler en socialer** gaan gedragen!

Figuur 1: Verandering in Body Mass Index



Figuur 2: Verandering van eten bij de lunch



### Hoe verder?

De Gezonde Basisschool van de Toekomst kan in principe niet verplicht worden gesteld voor kinderen en ouders. Maar het Internationaal Verdrag voor de Rechten van het Kind en andere wet- en regelgeving bieden wel een basis voor een recht van kinderen op een gezonde school. Gezond onderwijs gaat uit van het belang van kinderen om gezond op te groeien en draagt bij aan de realisatie van de rechten van het kind zoals geformuleerd in het Kinderrechtenverdrag, dat ook door de Nederlandse Staat is onderschreven.

Vergeleken met internationale studies naar schoolgezondheid en regionale gezondheidsinitiatieven zijn de resultaten van de Gezonde Basisschool van de Toekomst na 2 jaar al gunstig en relevant. Als uit de evaluatie na vier jaar blijkt dat de positieve veranderingen blijvend zijn, komt een trendbreuk in beeld. Limburg van achterstandsregio naar koploper.

**Namens alle betrokkenen bij de Gezonde Basisschool van de Toekomst**



## DE TOEKOMST

### VAN LEERSCHOOL NAAR LEEFSCHOOL

#### Trendbreuk

Voor het realiseren van een trendbreuk is niets doen geen optie. Op de controlescholen neemt het gewicht van kinderen juist toe met alle huidige en toekomstige risico's op ongezondheid en verminderde vitaliteit van dien. Door aandacht voor voeding én bewegen én door het verlengen van de schooldag, treden positieve ontwikkelingen in, zowel in gewicht als in gedrag. Kinderen zijn vitaler en socialer. **Na twee jaar is dit al zichtbaar.** Een effectieve aanpak dus. Grootste opbrengst van dit experiment is het bewijs dat het onderwijssysteem veranderd kan worden en dat er een beweging in gang is gezet waarbij naast het leren ook andere levensvaardigheden onderdeel van het schoolprogramma zijn. Van leerschool naar "**leefschool**". Naast leerkrachten ook "leefkrachten" die meesturen in de (complexer wordende) uitdagingen van leven.

#### Talentontwikkeling

Het experiment levert voornamelijk geen resultaten op met betrekking tot de leerprestaties. Om hier uitspraken over te kunnen doen zijn de analyses van de komende twee meetjaren noodzakelijk. Nationaal is er sprake van een hardnekkige patroon van ongelijke kansen voor leerlingen met dezelfde capaciteiten. Dat patroon manifesteert zich ook in Zuid-Limburg. Rotterdam investeert hierin al jaren met het programma "Leren Loont!" Leerlingen krijgen minstens 6 uur extra onderwijstijd per week. De citoscores zijn verbeterd. Een dergelijke aanpak in Limburg zal bijdragen aan vitale en sociale leerlingen met gelijke kansen op talentontwikkeling.

#### Waarom investeren in de jeugd?

Ieder kind heeft het recht om zich optimaal te ontwikkelen en om volwaardig mee te kunnen doen in de samenleving. Zo staat het ook vermeld in het Internationaal Verdrag inzake de Rechten van het Kind. Dit vraagt om onderwijs dat in innige samenwerking met ouders en de omgeving streeft naar het ontdekken en benutten van talenten van kinderen en jongeren. Ons onderwijs verdient die maatschappelijke betrokkenheid. Het vraagt ook om een overheid die dit faciliteert en stimuleert. Onderwijs is het voorportaal naar een hoogwaardige en vitale beroepsbevolking die op haar beurt weer een voorwaarde is voor een positief vestigingsklimaat voor nieuwe bedrijven. Investeren in de jeugd is dus investeren in de toekomst van Limburg.

#### Ambitie: wat moet gebeuren?

Voorop staat dat wat we doen ten goede komt aan het kind, de leerling, de jeugd. Idealiter ontstaat er een breed gedragen uitvoeringsmodel voor de "leefschool" vanaf de voor- en vroegschoolse periode tot en met de start als werknemer. Om dit haalbaar te maken beginnen we bij de 2-12 jarigen. De aanpak die ontwikkeld gaat worden betreft extra schooltijd voor begeleiding bij voeding, sport, spel, cultuur, én bij het leren en leven in de breedste zin van het woord. De ervaringen van de Gezonde Basisschool van de Toekomst en Leren Loont! worden gebundeld en **van 4 naar 40 scholen** uitgerold in de komende vier jaar (dat is ca. 1/3 van alle basisscholen in Zuid-Limburg; 10 scholen per jaar). Leerkrachten zorgen voor kwalitatief goed onderwijs met extra lesuren voor kinderen die meer ondersteuning nodig hebben. Daarnaast zetten leefkrachten (bijvoorbeeld pedagogisch medewerkers) zich in om de school ook de functie van het dorpsplein, straatvoetbal en hangplek over te laten nemen. Ouders doen ook mee. Veiligheid en geborgenheid staan centraal. Onderwijsbesturen gaan maatschappelijke vertegenwoordiging organiseren. Zij aan zij gaan zij samen met ouders, wijk en overheid aan de slag!

#### Wie doet mee?

Het afgelopen jaar is er in de regio op diverse overlegtafels gesproken over hoe de Gezonde Basisschool van de Toekomst kan worden voortgezet en hoe we het concept kunnen verbreden zodat ook kansengelijkheid en leerprestaties nadrukkelijker worden meegenomen. De initiatiefgroep van het Zuid-Limburgse Gezondheidsakkoord heeft intensief meegedacht. Limburg en met name Zuid-Limburg staat voor een stevige maatschappelijke opgave, namelijk een trendbreuk bewerkstelligen in de achterstand ten opzichte van Nederland in (arbeids)participatie, onderwijs, gezondheid en sociaal kapitaal. De insteek hierbij is om te starten bij de jeugd, de nieuwe generatie. De regio gaat om die reden uitvoering geven aan het landelijke programma

Kansrijke Start, waarmee de basis wordt gelegd voor een gezonde start vanaf de conceptie (de eerste 1000 dagen). De "leefschool" sluit hierop aan. Partijen hebben aangegeven wat zij kunnen betekenen.

**Steun van:**

- Ouders zijn bereid zelf een bijdrage te leveren aan de tussenschoolse opvang inclusief een gezonde lunch. Er is draagvlak voor een bijdrage van tussen de 1,75 en 2 euro per kind per dag. Ouders die hier moeite mee hebben, worden geholpen vanuit het gemeentelijke armoedebeleid
- Kindpartners en onderwijsbesturen zijn bereid tot meedenken in ontschotting van voor-, tussen- en naschoolse opvang en het onderwijs
- De gemeenten kunnen GIDS (Gezond In De Stad) (her)overwegen
- Buurtsport en cultuur coaches van gemeenten zijn inzetbaar; meer fte's m.i.v. januari 2019
- Budget voor onderwijsachterstanden is per 2019 opgehoogd voor veel Zuid-Limburgse gemeenten
- Regiodeal middelen vanuit het Rijk kunnen worden overwogen (betreft alleen Parkstad)
- De Provincie kan vanuit de Sociale Agenda Limburg cofinancieren
- De Universiteit Maastricht en de Academische Werkplaats Publieke Gezondheid kunnen zorgdragen voor goede monitoring op gezondheidseffecten, kosten-effectiviteit, kansengelijkheid en leerprestaties
- Leerwerkbedrijven (voorheen de sociale werkvoorziening) via de eigen aandeelhouders (gemeenten) capaciteit vragen in facilitaire dienstverlening
- Verbindingen leggen met De Gezonde School-aanpak (landelijk RIVM), Vitale (Lim)burgers (Zuyd), Limburg Meet (LIME), Actiecentrum Positieve Gezondheid, Gemeentelijk Wmo-, gezondheids- en sportbeleid (sportimpuls) en JOGG
- Het Rijk kan helpen om de achterstand in te lopen, net zoals in Rotterdam is gebeurd
- Het Rijk kan ook vanuit het Preventieakkoord een bijdrage leveren voor leefstijlbevordering in voeding en beweging en het terugdringen van obesitas en overgewicht
- CZ kan ervaringen delen uit schuldhulpproject Den Haag met de health impact bond, instrument om private investeerders te committeren aan innovatie in zorg. Verder is CZ betrokken bij een experiment 'leefstijlinterventie jeugd', relevant voor kinderen met medische indicatie / verhoogd gewichtsgerelateerd gezondheidsrisico
- Misschien zijn er nog fondsen of bedrijven die willen ondersteunen.

## Eigenaarschap

*Everybody's concern, nobody's business* is een veel gehoorde klacht. Hoewel de gezondheidsachterstanden en ongelijkheid in Zuid-Limburg evident zijn, voelde zich tot voor kort niemand écht eigenaar van dit probleem. Het tij is echter gekeerd! Voor déze maatschappelijke opgave voelt een collectief, bestaande uit publieke en private organisaties en personen zich verantwoordelijk. Publieke organisaties bundelen startkapitaal en zoeken naar structurele financiering voor de toekomst. Dit proces, waarbij de ministeries van OC&W, VWS en EZ een belangrijke rol spelen, is inmiddels al in gang gezet. De Limburgse onderwijsbesturen zijn van groot belang in dit proces. Hun commitment om de beweging in de richting van een trendbreuk in gang te zetten, is een van de kritische succesfactoren.

Private organisaties ondersteunen en faciliteren het bedrijfsmatig en efficiënt inrichten van het proces. Mogelijk kunnen bedrijven voor de kinderen van hun werknemers meefinancieren aan de verlengde schooldag. Dat is aantrekkelijk voor de werknemer en versterkt de onderlinge band tussen werkgever en werknemer. Zo doen we betekenisvolle dingen voor elkaar.

## Namens alle partners van het Gezondheidsakkoord Zuid-Limburg



Colofon  
Tekst: Maria Jansen, Andrew Simons  
13 febr 2019