



Inspiratieboekje

Ouderbetrokkenheid





Samenvatting

Leefstijlinterventies op school hebben meer effect op de leefstijl van de leerlingen indien ouders betrokken worden. Ouders vervullen immers een voorbeeldfunctie voor de kinderen. De voedingsgewoonten bijvoorbeeld van kinderen zijn erg afhankelijk van de invloed van de ouders. Vooral bij jongere kinderen bepalen de ouders nog bijna volledig wat kinderen eten en wat ze mee naar school nemen. Ouders kunnen ook geïnspireerd worden zodat ze thuis dezelfde gezondheidsboodschap geven als de school.

Kinderen voelen zich beter en presteren beter wanneer de ouders nauw betrokken worden. Ouders van kinderen uit kwetsbare gezinnen zijn veel moeilijker bereikbaar. Hetgeen een negatieve invloed heeft op de schoolloopbaan van de kinderen uit deze gezinnen. Bijgevolg is het belangrijk om extra aandacht te besteden aan het betrekken van kwetsbare ouders.

Er zijn verschillende manieren om ouders te betrekken (bv. brief, e-mail, infomoment). Uit onderzoek bleek dat persoonlijk contact, naast schriftelijk contact, de beste strategie is om ouders, en zeker kwetsbare ouders, te bereiken (bv. via infoavond of schoolpoortcontact). Daarnaast is het belangrijk rekening te houden met de werkzame elementen van ouderbetrokkenheid: kennis, attitude, motivatie, bewustwording en interactie. Ouders moeten geïnformeerd worden over gezonde voeding en moeten geholpen worden om deze informatie thuis toe te passen (bv. door het stellen van regels). Ook is het belangrijk attitudes van ouders ten aanzien van gezonde voeding te bevorderen. Daarnaast moeten ouders gestimuleerd worden om hun kind te motiveren te kiezen voor gezonde voeding. Ook dienen ouders bewust gemaakt te worden van hun voorbeeldfunctie en de invloed die ze hebben op het gedrag van hun kind. Bovendien is het betrekken van ouders op een interactieve manier te verkiezen. In wat volgt, wordt aangegeven hoe deze werkzame elementen in de praktijk geïmplementeerd kunnen worden.

Het inspiratiedocument is opgebouwd aan de hand van het [participatiehuis](#) van COB, de cel ouderbetrokkenheid van de drie ouderkoepels GO!-ouders, KOOGO en VCOV.



Symbolisch geeft dit de evolutie weer van ouderbetrokkenheid naar ouderparticipatie. Concreet omvat het huis vijf onderdelen van ouderbetrokkenheid zonder hiërarchische indeling: **mee-leven, mee-weten, mee-helpen, mee-denken** en **mee-bepalen**. Per onderdeel worden acties voorgesteld om de ouderbetrokkenheid bij Oog voor lekkers te vergroten.

Kies als school acties die passen binnen de werking en cultuur van de school. Breng ouders op de hoogte dat ze actief kunnen participeren aan Oog voor Lekkens via de schoolraad en/of ouderraad. Voorzie bijvoorbeeld een hulpcheque waarin ouders kunnen aangeven op welke manier ze willen participeren. Laat hierbij ook voldoende ruimte voor ouders om zelf nieuwe ideeën aan te brengen.

Dit kan bijvoorbeeld via de [hulpcheque](#) van Klasse: op deze hulpcheque kunnen ouders alle activiteiten aanduiden waarmee ze willen helpen op school! Pas deze cheque zelf aan op maat van jouw school en som alle activiteiten op waarbij ouders actief kunnen participeren aan Oog voor Lekkens en het ruimer gezondheidsbeleid op school.

Met steun van:



SCHOOLREGELING GEFINANCIERD
MET EUROPESE MIDDELEN



Vlaamse
overheid

VLAM.be

In samenwerking met:



vigez
thuis in gezond leven.





Inhoud

Mee-leven	5
Mee-weten	7
Mee-helpen	13
Mee-denken	15
Mee-bepalen	16
Meer lezen?	17
Bronnen	18



Mogelijke acties om ouders te betrekken bij Oog voor Lekkers:

Mee-leven: ouders leven mee met Oog voor Lekkers

- **Ouders betrekken via de kinderen**

Laat kinderen een creatieve activiteit uitvoeren rond groenten, fruit en melk (bv: toneelstuk of video-opname) en nodig ouders uit als publiek. Ouders komen graag naar school om hun kind mee te zien doen met dergelijke initiatieven.

Creëer aandacht rond Oog voor Lekkers door kinderen bijvoorbeeld groente- fruit- en melkcreaties te laten maken en deze aan te bieden aan de ouders op het schoolfeest. Wanneer kinderen het zelf presenteren staan ouders meer open voor de inhoudelijke boodschap.

Voorbeelden uit de praktijk:

- Moestuintje op school: Leerlingen kweken groenten en fruit en verkopen het aan de ouders voor een symbolisch bedrag. Met de winst kan het tuintje verder uitgebreid worden.
- Van het ophalen bij de groente-/fruit-/of melkboer in de buurt tot het verdelen onder de leerlingen wordt volledig gedaan door de leerlingen uit de leerlingenraad. De leerlingenraad maakt ook een verslag met foto's. Deze worden via de facebookpagina en website van de school bekend gemaakt aan de ouders. De leerlingen zelf laten doen is de beste reclame/opvoedkundige ondersteuning naar ouders toe. Een trotse leerling vertelt hier thuis ook enthousiast over.

- **Koppel het nuttige aan het aangename**

Breng gezondheidsboodschappen op activiteiten waarop ouders sowieso aanwezig zijn (bv. schoolfeest, oudercontact, opendeurdag, grootouderfeest). Zorg op het schoolfeest bijvoorbeeld voor gezonde voeding en geef aan dat de school hierop inzet en hoe de school dit in de dagelijkse werking doet; geef info over Oog voor Lekkers en toon bijvoorbeeld foto's van de leerlingen tijdens het eetmoment.

- **Informele ouderactiviteiten**

Organiseer informele activiteiten op school die aansluiten bij Oog voor Lekkers. Bijvoorbeeld: nodig ouders uit voor een gezond ontbijt samen met de leerlingen en leerkrachten. Je kan ook een diëtiste uitnodigen op dit gezond ontbijt om ouders te informeren.

Voorbeelden uit de praktijk:

- Op het grootouderfeest worden leuke, gezonde initiatieven uitgewerkt door het oudercomité (bv. gezonde melkcreaties of fruitsla).

- **Organiseer een foto-expo**

Vraag je leerlingen om thuis een foto te maken van een activiteit die ze samen met hun ouders doen rond fruit, groenten en melk. Of ga op zoek naar een (hobby)fotograaf die bij elk kind thuis kan langsgaan om die foto te nemen. Met al die foto's kan je een foto-expo organiseren op school waarop je alle (groot)ouders en leerlingen kan uitnodigen.

Als alternatief voor een foto kan je de leerlingen ook vragen om hun ouders te interviewen over fruit, groenten en melk. Fragmenten uit deze interviews kunnen ook op de expo een plaatsje vinden.

Voorbeelden uit de praktijk:

- Onze school doet mee aan de GoodPlanetActions (<http://www.goodplanet.be/goodplanetactions/nl/>). In oktober vond hierbij de actie 'Eet lokaal' plaats. Aan de ouders werd gevraagd een lokaal fruit of groente aan de kinderen mee te geven.



Mee-weten: ouders zijn op de hoogte van Oog voor Lekkers

- **Warm onthaal**

Bezorg ouders een warm onthaal bij de inschrijving en informeer ze over het pedagogisch project van de school, het schoolreglement en de visie op ouderbetrokkenheid.

Oog voor Lekkers kan uitgelegd worden bij de inschrijving van de leerling. Het kan bijvoorbeeld aangehaald worden tijdens het overlopen van het schoolreglement. De engagementsverklaring is een onderdeel van het schoolreglement waarin afspraken rond ouderbetrokkenheid worden gemaakt. Eventueel kan Gezond in de Boekentas hierin opgenomen worden. Een opname van Gezond in de Boekentas in de engagementsverklaring mag echter niet het enige kanaal zijn. Het is eerder een formeel en aanvullend kanaal. Scholen dienen namelijk eerst te investeren in een goed communicatie- en participatiebeleid.

Na dit eerste contact is het belangrijk om tussen ouders, leerkrachten en directie een vertrouwensband op te bouwen. Hiervoor is een basishouding gebaseerd op openheid en respect essentieel: begrip voor de leefsituatie van de ouders, werken vanuit de krachten en interesses van de ouders, luisteren naar de ouders en deskundigheid van ouders erkennen en versterken.

- **Infoavond**

In het begin van het schooljaar kan een infoavond georganiseerd worden over de werking van de school. Dit kan bijvoorbeeld via een kraampjesmarkt met standjes per thema (schoolreglement, schoolkosten, ...). Ook Oog voor Lekkers kan via een infokraampje aangebracht worden, als onderdeel van het gezondheidsbeleid van de school. Er kan aangegeven worden welke weekdag(en) Gezond in de Boekentas loopt. Bezorg ouders eventueel een lijst met gezonde tussendoortjes. Ook kunnen er foto's getoond worden van het fruit- of melkmoment als de school al deelgenomen heeft in het verleden. Voorzie ook hulpcheques (zie voor meer info pagina 2) zodat ouders kunnen aangeven of ze willen participeren aan het gezondheidsbeleid op school en op welke manier.

- **Communicatiekanalen**

Het is belangrijk om de boodschap te herhalen via verschillende kanalen:

- *Brief*

In het begin van het schooljaar kan een ouderbrief of infobrochure de ouders informeren over Oog voor Lekkers.

Het is belangrijk de schriftelijke communicatie te ondersteunen met pictogrammen zodat de informatie ook toegankelijk is voor kwetsbare ouders. In het begin van het schooljaar kan de school de ouders een pictogrammenwoordenboekje bezorgen in verschillende talen met de pictogrammen die in de brieven worden gebruikt. Er zijn verschillende sites waar voorbeelden van pictogrammen over gebeurtenissen op school terug te vinden zijn. Enkele opties:

- Praten met elkaar: www.pratenmetelkaar.be
- De school brug: <http://deschoolbrug.be/product/pictogrammen/>
- Op sclera vind je ook honderden pictogrammen, netjes opgedeeld in een aantal handige categorieën: <http://sclera.be/nl/vzw/home>

Klasse verwijst ook naar het pictogrammenwoordenboekje voor ouders: in 9 talen worden de pictogrammen toegelicht. Zo kunnen ouders altijd opzoeken wat de school bedoelt. Kijk snel op: <https://www.klasse.be/33492/pictogrammen-voor-school-en-ouders/>

Ook is het belangrijk enkel de kernboodschap te melden (wie/wat/waar/wanneer).

Eventueel kan een vertaalde brief opgesteld worden voor anderstalige ouders, maar hou hierbij rekening met de regelgeving (o.a. voorzie altijd de originele Nederlandstalige brontekst). Kijk voor meer info over de taalwetgeving op: <http://www.taalwetwijzer.be/onderwijs.html>

- *Schoolpoortcontact*

Mondelinge communicatie is doorgaans sterker dan schriftelijke communicatie zoals brieven of flyers. Vooral bij ouders uit kwetsbare groepen is mondelinge communicatie heel belangrijk.

Bv: via schoolpoortcontact Oog voor Lekkers mondeling toelichten.

Deze rol kan bijvoorbeeld ingevuld worden door de zorgjuf, leerlingenbegeleider, maatschappelijk assistent of brugfiguur.

Voor scholen buitengewoon onderwijs is dit vaak moeilijker te realiseren aangezien veel kinderen met de bus gebracht en gehaald worden. De communicatie kan in zulke gevallen ook verlopen via de buschauffeur. Deze persoon ziet de ouders dagelijks en kan hen herinneren aan het project via bijvoorbeeld Gezond in de Boekentas. Ook kan de school kiezen voor telefonisch contact of huisbezoeken bij kwetsbare ouders. Door huisbezoeken toon je interesse in de leerling en zijn/haar gezin. Bovendien zijn ouders in hun vertrouwde omgeving eerder geneigd om achtergrondinformatie te delen of vragen te stellen.

Sommige ouders zijn moeilijk via de school te bereiken maar wel via andere plaatsen zoals bijvoorbeeld het buurthuis of het winkelcentrum. De sleutelfiguur

of brugfiguur kan bijvoorbeeld een voedingsworkshop in of rondom een buurthuis organiseren. Ook kan Oog voor Lekkers aansluiten bij bestaande initiatieven in de wijk of gemeente.

➤ *Website*

Op de schoolwebsite kan Oog voor Lekkers toegelicht worden.

Er kan een concreet schema opgesteld worden met de vaste fruit-/groente en melkdag(en). Deze informatie kan op de schoolwebsite geplaatst worden bij de informatie over de schoolmaaltijden of het weekmenu.

➤ *Visualisatie op speelplaats*

Hang op verschillende plaatsen op school (bv. gang of speelplaats) een poster op van Oog voor Lekkers. Deze poster kan aangevraagd worden via de website www.oogvoorlekkers.be. Of leerlingen kunnen zelf een poster maken.

➤ *Visualisatie aan klaslokaal of aan de inkom van de school*

Aan elk klaslokaal kan een whiteboard/prikbord, magneetbord opgehangen worden als communicatiemiddel met de ouders. Op de fruit-/groente- of melkdag (of dag hiervoor) kan bijvoorbeeld een grote afbeelding van het fruit/groente van de week op het bord gehangen worden.

Aan de schoolpoort kan ook een groot bord opgehangen worden over het project. Zo is de actie visueel duidelijk afgebeeld en kan de leerkracht aan de schoolpoort verwijzen naar het bord om het project bekend te maken bij ouders. Er kan gewerkt worden met verschillende stukken fruit/groenten of melk in karton zodat die op het bord geplakt kunnen worden. Zo zijn ouders en kinderen op de hoogte. Of gebruik het bord om ouders aan de schoolpoort te herinneren aan Gezond in de Boekentas.

➤ *Nieuwsbrief of schoolkrant*

De nieuwsbrief of schoolkrant informeert ouders over de deelname aan Oog voor Lekkers en vermeldt dat dit Europees gesubsidieerd wordt.

➤ *Mondelinge herhaling*

Tijdens de ouderbabbel of koffie- en theeochtenden is het belangrijk om de werking van Oog voor Lekkers te herhalen.

De school kan vrij kiezen op welk moment(en) een thee-en koffiemoment georganiseerd wordt. Bv: bij de start van het project of na de subsidieperiode wanneer de school het project zelf verderzet via Gezond in de Boekentas met de ouders of een eigen abonnement.

Deze methodiek is zeer waardevol aangezien ouders vaak een mondelinge toelichting verkiezen bij de manier van werken in de klas en op school naast de uitgeschreven informatie in het schoolreglement of schoolwebsite. Tijdens een infomoment kan bijvoorbeeld een filmfragment getoond worden waarin deze

informatie gegeven wordt. Bovendien kunnen ouders betrokken worden bij het uitwerken van zo'n filmfragment.

Voorbeelden uit de praktijk:

- Op regelmatige tijdstippen is er op school een babbelfcafé – alle mogelijke onderwerpen komen daar aan bod. Maar gezonde voeding, gezonde gevulde brooddozen en gezonde fruit- en groentesnoepjes zijn toch een steeds weerkerend onderwerp. De ouders geven dan zelf tips aan elkaar om de inhoud van de brooddozen en 10-uurtjesdozen aantrekkelijker te maken.
 - *Agenda of heen-en-weer schriftje*
De agenda of het heen-en-weer schriftje van de leerling kunnen ouders herinneren aan het project.
Wanneer de school de Gezond in de Boekentas-afpraak met de ouders maakt, kunnen de leerkrachten de dag voordien een herinnering (met eventueel een sticker) plaatsen in de agenda of het heen-en-weer schriftje van de leerling.
 - *Weekschema voor ouders en leerlingen*
Voor de ouders, en de leerlingen, kan een weekschema met pictogrammen laten zien wat ze dagelijks mee moeten nemen naar school. Bij fruit/groenten/melk kan een lachend gezichtje staan. Het schema kan ook op de website van de school geplaatst worden zodat de ouders het ook daar kunnen vinden. Bovendien kan het opgehangen worden bij het binnenkomen van de school. De zorgjuf of brugfiguur in de school kan het extra promoten bij kwetsbare ouders.
 - *Wekelijks actiekrantje*
Het wekelijks actiekrantje voor de ouders kan verwijzen naar Oog voor Lekkers en naar de algemene aanpak binnen het gezondheidsbeleid (tips, opfrissing van de afspraken, citaten van leerlingen).
 - **Aanspreekpunt, ankerfiguur of brugfiguur**
Zorg voor een aanspreekpunt, ankerfiguur of brugfiguur die Oog voor Lekkers trekt en instaat voor de communicatie met kwetsbare ouders. Verschillende personen binnen de school kunnen deze rol opnemen: bijvoorbeeld de zorgcoördinator of maatschappelijk assistent.
Ze kunnen het concept uitleggen aan de ouders en hen motiveren om deel te nemen en zich te betrekken bij het project. Zo kan de brugfiguur ouders stimuleren om schilouder te zijn. Ook kunnen praktische tips gegeven worden aan ouders over het organiseren van Gezond in de Boekentas.
- Buiten de school kunnen buurtwerkers, aanspreekpersonen van verenigingen van personen met een migratieachtergrond, van de integratiedienst of van verenigingen waar armen het woord nemen, de rol van brugfiguur vervullen. Ze kunnen instaan voor de communicatie met kwetsbare ouders en hen betrekken bij de school. Zij hebben een goede kennis van de culturele achtergrond en de maatschappelijke problemen van de doelgroep.
- **Klasouders**
Leerkrachten en/of directie kunnen ouders vragen om klasouder te zijn en Oog voor lekkers mee te promoten. Klasouders verhogen ook de betrokkenheid tussen ouders en school. Per klas zijn dit één of twee ouders die een actieve rol spelen in de communicatie tussen en de samenwerking van het schoolteam en de ouders. Concreet

spreken ze andere ouders aan bij de schoolpoort of gaan ze langs voor een gesprek. Ze stimuleren hen voor bepaalde praktische taken en moedigen hen aan om te participeren aan alles wat de school organiseert. Dit werkt drempelverlagend aangezien deze werkwijze als minder formeel wordt ervaren. Dit effect wordt versterkt door ouders met dezelfde sociaal-culturele achtergrond met elkaar in contact te brengen (bv. omwille van taal).

Via regelmatige overlegmomenten met de (klas-) leerkracht kunnen de klasouders ook voor de leerkrachten een klankbord vormen en een hulp betekenen.

- **Vorming**

De school kan verschillende vormingssessies organiseren. Het zijn groepssessies voor ouders om hen kennis en vaardigheden bij te brengen over gezonde voeding zodat ze dit kunnen overbrengen naar hun kinderen.

Enkele voorbeelden:

- *Gezond opgroeien- Over eten en bewegen bij kinderen*
Gezond opgroeien is een vormingspakket om ouders te informeren en vaardigheden aan te leren over voeding en beweging bij kinderen. Deze vorming is een initiatief van VIGeZ vzw i.s.m. Logo's Vlaanderen. Contacteer het Logo in uw regio voor meer informatie: www.vlaamselogos.be.
- *Aanschuifafel CM:*
De aanschuifafel is een interventie gericht op jonge kinderen en hun ouders en heeft tot doel het verbeteren van voedings- en bewegingsgewoonten binnen het gezin ter preventie van overgewicht. Specifiek wordt aandacht besteed aan kwetsbare gezinnen. Tijdens de groepssessies ligt de nadruk op samen spelen, uitwisselingsmomenten tussen ouders en samen eten/koken.
Een gemeente kan dit mee organiseren. Verschillende scholen samen kunnen dit dan aanbieden om zo meer ouders te kunnen bereiken.
Meer informatie: <http://www.datvoeltbeter.be/projecten/aanschuifafel>
- *Vormingsreeks Ratatouille*
Het (op)voedingsproject Ratatouille combineert gezondheidseducatie en opvoedingsondersteuning. Het is een zes-delige vormingsreeks waarvan één sessie aansluit bij het schoolfruitproject (m.n. sessie drie over de lunchbox en de link met tussendoortjes). De sessie bestaat uit het geven van info over een gezonde lunchbox én het samen koken.
Meer informatie: <http://huisdergezinnenbe.webhosting.be/assets/files/draaiboek/DRAAIBOEK%20RATATOUILLE.pdf>

- **Anderstalige ouders**

Denk ook aan anderstalige ouders en raadpleeg indien nodig een tolkdienst in uw buurt. Als uw school vaak in contact komt met anderstalige ouders kan u een samenwerkingsovereenkomst afsluiten met het Agentschap Integratie en Inburgering om zo beroep te kunnen doen op de dienst Sociaal Tolken en Vertalen. Meer info kan u hier vinden: <http://www.integratie-inburgering.be/een-beroep-doen-op-een-sociaal-tolk-of-vertaler>

Voorbeelden uit de praktijk:

- Samenwerking foodblogster: We brengen de ouders ervan op de hoogte dat de school samenwerkt met mevrouw Ellen De Meulemeester, een Brugse foodblogster en tevens ouder van enkele van onze leerlingen die gezonde voeding promoot.



Mee-helpen: ouders geven Oog voor Lekkers mee vorm

- **Ondersteunen bij de implementatie van Oog voor Lekkers op school**

Scholen kunnen ouders, grootouders of andere familieleden motiveren om Oog voor Lekkers mee te implementeren op school. Werk hiervoor bijvoorbeeld met een hulpcheque (zie voor meer info pagina 2) zodat de ouder kan aangeven bij welke activiteit hij/zij wil ondersteunen en wanneer.

Bv: schilouder: Op de wekelijkse fruit-/groenten-/melkdag worden de vrijwilligers uitgenodigd om samen het fruit of de groente te schillen en/of de melk te verdelen. Er kan een brief uitgestuurd worden naar de ouders met de concrete datum en het tijdstip waarop het schil-/of verdeelmoment zal plaatsvinden (bv. elke woensdagvoormiddag tussen 9u en 9u15) en een inschrijvingsstrookje dat meegegeven kan worden aan de leerling. Er kan ook een schema opgesteld worden met een beurtrol zodat niet elke week dezelfde ouders moeten deelnemen. Belangrijk is om de werving van schilouders niet enkel schriftelijk maar ook mondeling te doen zodat ook kwetsbare ouders goed geïnformeerd zijn. Spreek ouders bijvoorbeeld aan bij de schoolpoort of tijdens een oudercontact. Ook kunnen ouders die al schilouder zijn andere ouders motiveren om ook deel te nemen. Dit heeft een sterk effect aangezien deze ouders hun ervaringen kunnen delen.

Scholen dienen ouders vanuit hun mogelijkheden en interesses te laten participeren op school. Het is belangrijk om andere culturen een plaats te geven in de hele schoolwerking, ook in de lessen. Ouders kunnen in de lessen meewerken door bijvoorbeeld verhalen te komen vertellen, hun artistiek talent aan te spreken aan de hand van kunstprojecten (bv. poster over Oog voor Lekkers) of door samen te werken aan schoolmoestuintjes.

Voorbeelden uit de praktijk:

Ouders betrekken bij het verwerken en verdelen van fruit, groenten en melk op speciale dagen:

- Op Halloween lopen de schilouders rond als heksen en zitten er spinnen tussen het fruit, de groenten en de melk.
- Met Sinterklaas delen schilouders knapperige snoepgroenten, snoepfruit en glaasjes melk uit in plaats van het gewone snoep.
- Schilouders delen op ludieke wijze (verkleed als bv. een banaan of appel) fruit, groenten en melk uit aan de schoolpoort op bepaalde dagen (bv. tijdens een gezond ontbijt, de opendeurdag).
- Op het einde van het schooljaar wordt er aan de schilouders een fruitmand geschonken als bedanking.

- **Samen doen**

Ouders verkiezen praktische, leuke en interactieve activiteiten samen met hun kind. De activiteit mag niet te tijdrovend en te theoretisch zijn.

Bv. een kookworkshop 'Lekker en gezond trakteren bij verjaardagen' (eventueel met pictogrammen die aangeven wat gezond is en wat niet)

Voorbeelden uit de praktijk:

- Ouders en grootouders uitnodigen om samen met de jarige te koken op school op basis van een jaarlijkse ouderbijdrage (binnen de maximumfactuur); met die inkomsten wordt gewinkeld voor elke jarige.
- Een boekje maken waaruit de jarige een gezonde traktatie kan kiezen (bv. fruitsaté's, fruitrupsen, groentesmoothies, soep, kruidige melkdrankjes), om dit samen met de ouders klaar te maken. Wanneer het gerecht klaar is schuift iedereen mee aan tafel.
- Ouders worden vooraf betrokken bij de kooklessen op school. Ze koken samen met hun kind op school met ingrediënten die de ouders zelf van thuis hebben meegebracht.
- Leerlingen bezoeken samen met de ouders en leerkrachten een appelboomgaard, groenteboer of melkboer in de buurt.
- De muzische dag wordt gelinkt aan een workshop 'creatief met fruit' begeleid door één van de ouders.

- **Fruit/groenten voorraad**

Plaats op een centrale plaats een groente- en fruitmand. Wie groenten of fruit uit de tuin op overschot heeft, kan die schenken. Zo kan de school een voorraad aanleggen voor bijvoorbeeld leerlingen die niets bijhebben op een Gezond in de Boekentas-dag.



Mee-denken: ouders reflecteren over Oog voor Lekkers

- **Schoolraad, ouderraad of ouderwerking**

Introduceer Oog voor Lekkers op de schoolraad, ouderraad of ouderwerking om zo een draagvlak te creëren. Vraag naar de mening van de leden en werk het project samen uit op maat van de school.

- **Ouderbevraging**

Bevraag ouders over manieren waarop ze betrokken willen worden bij Oog voor Lekkers. Op basis van de resultaten van de bevraging kunnen concrete acties ondernomen worden.

Dit kan via een hulpcheque (zie voor meer info pagina 2) of een oudermuur op school waarop ouders kaartjes kunnen hangen. Voorzie kaartjes met enkele invulvelden: naam, ouder van..., ik wil helpen bij... Geef op de kaartjes ook ruimte aan ouders om zelf ideeën aan te brengen om Oog voor Lekkers te implementeren op school.



Mee-bepalen: ouders geven mee invulling aan het gezondheidsbeleid op school

- **Werkgroep schoolbeleid voeding**

Nodig ouders uit om deel te nemen aan een werkgroep gezonde voeding op school of specifieker een werkgroep Oog voor Lekkens (gezonde tussendoortjes op school).

Via een schoolbeleid over voeding maakt de school duidelijk aan ouders dat ze willen werken rond deze thema's. Afspraken binnen het schoolbeleid voeding kunnen opgenomen worden in het schoolreglement. Door deze afspraken samen met ouders te ontwikkelen creëer je meer draagvlak voor de afspraken.

Bv: gezond traktatiebeleid

Bv: Gezond in de Boekentas met de ouders



Meer lezen?

Op zoek naar meer informatie over ouderbetrokkenheid en specifiek het betrekken van kwetsbare ouders?

Neem contact op met:

- **Ouderkoepels**

- VCOV (koepel van het vrij onderwijs):
<http://www.vcov.be/vcov/Ouderparticipatie/tabid/83/Default.aspx>
- GO! ouders (koepel van het gemeenschapsonderwijs): http://www.g-o.be/SITES/PORTAAL_NIEUW/SUBSITES/GOOUDERS/Pages/default.aspx
- KOOGO (koepel van het gemeentelijk en provinciaal onderwijs):
<http://www.koogo.be/content/doe-het-met-koogo>

- **Pedagogische begeleidingsdiensten**

De pedagogische begeleidingsdiensten van de onderwijsnetten kunnen scholen ook ondersteunen in het uitbouwen van een gelijk onderwijskansenbeleid (door bv. een brugfiguur aan te werven of leraren vrij te stellen voor huisbezoeken).

- **Schoolopbouwwerk**

Voor meer ondersteuning omtrent ouderbetrokkenheid kan een school beroep doen op bijvoorbeeld schoolopbouwwerk. Ze organiseren vorming voor leerkrachten.

Meer info: <http://www.samenlevingsopbouw.be/onderwijs/hoe-doen-we-dat-onderwijs>

- **Minderhedenforum**

Het minderhedenforum vertegenwoordigt etnisch-culturele verenigingen in Vlaanderen en Brussel.

Meer info: <http://www.minderhedenforum.be/>

- **Het Huis van het Nederlands**

Het Huis van het Nederlands geeft vormingen over schriftelijke en mondelinge communicatie.

Meer info: <http://www.huisnederlandsbrussel.be/>



Bronnen

Brugfiguren stad Gent. (2015). Netoverschrijdende samenwerking ter bevordering van de communicatie en samenwerking tussen school en (kwetsbare) ouders. Geraadpleegd 8 juni, 2016 van

<http://elkedebruynaere.be/sites/elkedebruynaere.be/files/bijlagen/Brugfigurenproject%20stad%20Gent-Crevits.pdf>

COB. (2011). Warm onthaald worden vanuit een visie op onthaalbeleid. Geraadpleegd 4 juli, 2016 van

<http://www.ouderbetrokkenheid.be/sites/default/files/pdf/Visietekst%20onthaalbeleid.pdf>

Diva. (n.d.). Gradaties in ouderbetrokkenheid. Geraadpleegd 8 juni, 2016, van

<http://www.diversiteitinactie.be/themas/communicatie-met-ouders/aan-de-slag-op-school/gradaties-ouderbetrokkenheid>

Goodell, S., et al. (2012). Parental information, motivation, and behavioral skills correlate with child sweetened beverage consumption. *J Nutr Educ Behav*, 44(3), 240-5.

Go! Ouders. (2014). Buitengewone ouders: over ouderbetrokkenheid in het buitengewoon onderwijs. GO!: Brussel.

Onderwijs en Vorming in Brussel. (2016). Ondersteuningsaanbod 'Ouderbetrokkenheid en taal' voor basisscholen. Geraadpleegd 9 juni, 2016, van

<http://www.onderwijsinbrussel.be/ondersteuning/ondersteuningsaanbod-%E2%80%99ouderbetrokkenheid-en-taal%E2%80%99-voor-basisscholen>

Onderwijs Vlaanderen (n.d.). Engagementsverklaring. Geraadpleegd 9 juni, 2016, van

<http://onderwijs.vlaanderen.be/node/1739>

Onderwijs Vlaanderen. (n.d.). Leerrecht – leerplicht: algemene en doelgroepgerichte informatie. Geraadpleegd 15 juni, 2016, van

<http://www.ond.vlaanderen.be/leerplicht/actoren/besturen/default.htm>

Ouderkoepels (2016). Ouderbetrokkenheid bevraging. Geraadpleegd 1 juli, 2016, van

<http://www.ouderbetrokkenheid.be/node/25>

RIVM-toolkit. (n.d.). Tipsheet Ouderbetrokkenheid in het basisonderwijs. Tips en trucs om ouders te betrekken bij voedings- en beweegactiviteiten. Geraadpleegd 9 juni, 2016, van

http://rivmtoolkit.nl/Onderwerpen/Ouderbetrokkenheid_gezond_gewicht

Samenlevingsopbouw Oost-Vlaanderen. (2008). Onderwijsopbouwwerk in Ronse.

Geraadpleegd 9 juni, 2016, van http://www.samenlevingsopbouw-oost-vlaanderen.be/wat-we-doen/projecten/gelijke-onderwijskansen-in-en-rond-de-basisschool_151.aspx

Stad Kortrijk. (n.d.). Brugfiguren onderwijs. Geraadpleegd 8 juni, 2016, van <http://www.kortrijk.be/brugfiguren>

Stad Leuven. (n.d.). Ouderbetrokkenheid: Thuis op school. Geraadpleegd 8 juni, 2016, van <http://www.leuven.be/leven/onderwijs/thuis-op-school/>

Stad Turnhout. (n.d.). Brugfiguren ondersteunen bij het huiswerkgebeuren. Geraadpleegd 15 juni, 2016, van http://www.turnhout.be/nl/product_catalog/56/brugfiguren-ondersteunen-bij-het-huiswerkgebeuren.html

TNS. (2016a). Evaluatieonderzoek Schoolfruitactie. Luik 5: Evaluatiemeting basisonderwijs en 1-meting BuSO. Powerpoint presentatie.

TNS. (2016b). Evaluatieonderzoek Schoolfruitactie. Luik 6: Effectmeting bij ouders en kinderen. Powerpoint presentatie.

Tutti Frutti. (2016). Hoe kan je ouders betrekken bij Tutti Frutti. Geraadpleegd 8 juni, 2016, van http://www.fruit-op-school.be/home/ouders/info_voor_scholen_en_ouderwerking/hoe_kan_je_ouders_betrekken_bij_tutti_frutti.html

Tutti Frutti. (2016). Ouders. Geraadpleegd 15 juni, 2016, van http://www.fruit-op-school.be/home/ouders/info_voor_ouders

Van der Heide, I., Chevalier, J., & Bos, V. (2014). Ouderbetrokkenheid in leefstijlinterventies in het onderwijs. Inventarisatie van werkzame elementen van ouderbetrokkenheid en ouderbetrokkenheid in het Nederlandse interventie-aanbod. RIVM Briefrapport.

Van Lippevelde, W. (2012). The role of parents in childhood obesity prevention. Faculty of medicine and health sciences: Department of Public Health.

VCOV. (n.d.). Slimme tussend'oortjes: achtergrondinformatie. Geraadpleegd 1 juli, 2016, van http://www.vcov.be/VCOV/Portals/0/VCOV_ParentInfoStore/25/Bijlage%203%20'tussendoortjes'%20achtergrondinfo.pdf

VIGeZ. (2016). Betrokkenheid van leerlingen en ouders. Geraadpleegd 8 juni, 2016, van <http://www.gezondeschool.be/succesfactoren/betrokkenheid-van-leerlingen-en-ouders/>

Vlaanderen onderwijs & vorming. (2013). Flankerend onderwijsbeleid. Geraadpleegd 15 juni, 2016, van <http://data-onderwijs.vlaanderen.be/edulex/document.aspx?docid=14569>

Vlaanderen onderwijs & vorming. (2014). Decreet betreffende participatie op school en de Vlaamse Onderwijsraad. Geraadpleegd 16 juni, 2016, van <http://data-onderwijs.vlaanderen.be/edulex/document.aspx?docid=13504>

VVSG. (2009). Flankerend onderwijs. Geraadpleegd 15 juni, 2016, van <http://www.vvsg.be/onderwijs/watisFLOB/Pages/WatisFLOB.aspx>

Vlaamse onderwijsraad. (n.d.). Meewerken aan het gezondheidsbeleid op school: servicedocument voor ouders. Geraadpleegd 5 juli, 2016, van http://www.go-ouders.be/sites/go-ouders.be/files/content/servicedocument_voor_ouders.pdf