

Superdikkerds en pluimgewichten

Het aantal zwaarlijvige jongeren dikt aan. Ze hebben nu al in de kleuterschool af te rekenen met gewichtsproblemen. Kinderen eten te vaak frieten, hamburgers, donuts, muffins en zoete tussendoortjes. Veelal hebben ze slechte voedingsgewoonten: te veel vetten en suikers. De meesten eten te weinig groenten en fruit. Vergeleken met Nederland en Groot-Brittannië eten Vlaamse jongeren relatief veel vlees en weinig vezelrijk voedsel. Maar zoete frisdrank drinkt 65 procent van de jongeren dagelijks, 24 procent zelfs meermaals per dag.

VIZIER

Zwaar op

Terwijl de enen te dik zijn, lijnen de anderen. Slechts de helft van de jongens en meisjes tussen 17 en 18 jaar neemt dagelijks een ontbijt. Dertig procent van de 11-12-jarigen slaat het nog al eens over. Eén op tien 17-jarige meisjes volgt een dieet. Anorexia (magerzucht) en boulemiepatiënten (geeuwhonger) worden steeds jonger. Eetstoornissen duiken steeds vroeger op. Schoolkinderen moeten kiezen tussen eten (en snoepen) en een opgedrongen slankheidsideaal.

Samen aan tafel

«Stilte! Iedereen in de rij! De boterhammeneters vooraan, per klas. De warme eters achteraan. Ik herhaal: aan tafel géén woord. En er wordt nu niet meer naar het toilet gegaan! Mars!» Voeding heeft niet enkel te maken met eten, maar ook met eetcultuur. «Waarom altijd van die fantasieloze lange rijen kale tafels in de eetzaal, waarbij de leerlingen zich erg schools moeten gedragen», vraagt **Annemie Peeters** van de **Vlaamse Kankerliga**



de maag

zich af. «Kunnen er geen tafelkleedjes en bloemen op tafel? In sommige scholen zorgen de leerlingen daar in een beurtrol zelf voor. Men kan ook eens de muren laten opruimen of nieuwe gordijnen hangen. Wat muziek op de achtergrond maakt de sfeer toffer. Samen aan tafel is een vorm van cultuur.»

Smurrie

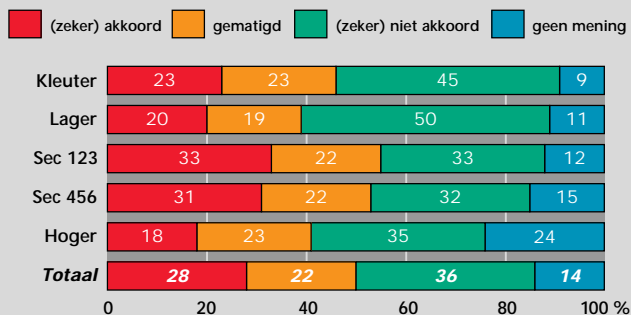
Besteden we echt te weinig aandacht aan de gezonde eetgewoonten van kinderen? Oordeelt u zelf. Meer dan de helft van de secundaire scholen biedt snoep te koop aan. Van de 11-12-jarigen zegt ook al weer meer dan de helft dat ze op school frisdrank kan kopen, in het secundair is dat aantal 88 procent. Drinkautomaten zijn ingeburgerd. Maar is frisdrank botweg verbieden de oplossing? Tal van scholen slagen erin greep te krijgen op de eetgewoonten van hun leerlingen. Zij bieden gezonde tussendoortjes aan en concurreren zelfs het populaire broodje **smurrie** met een bruin broodje **gezond**. Andere scholen kwamen op het idee gratis water aan te bieden. 't Hoef niet altijd spectaculair te zijn.

Smeren

Dat er iets aan de hand is met de voeding van de jongeren, daar is blijkbaar iedereen het over eens. En dit heeft zo zijn gevolgen op school: een ongezonde geest in een ongezond lichaam? Bij de vakoverschrijdende eindtermen is gezondheidsopvoeding alvast een centraal gegeven. Elke leraar krijgt het dus op zijn brood. Tijd om hem te smeren? ■

«De algemene gezondheid van mijn leerlingen gaat er de jongste vijf jaar op achteruit.»

(enquête van Klasse bij meer dan 2000 Vlaamse leerkrachten, cijfers in procenten)



lets meer dan een kwart van de leerkrachten vindt dat de algemene gezondheid van de leerlingen er de jongste vijf jaar op achteruit is gegaan. Een derde gaat daarmee niet akkoord.

Uitschieter is het secundair onderwijs. Een derde van de leerkrachten signaleert er een achteruitgang van de algemene gezondheid van de leerlingen.

Uit onze enquête bleek ook dat leerkrachten in het TSO zelfs voor 39 procent akkoord gaan met de stelling. Dus ver boven het gemiddelde van 28 procent.

Klasse Grafiek

