

Is het snoepwinkelje al open? Nee, niet de winkel om de hoek, maar de **candybar** van de school. In meer dan de helft van de

# De school

secundaire scholen kunnen scholieren snoep kopen. En blijkbaar zijn ook de drankautomaten ingeburgerd, want vrij veel scholen verkopen frisdranken. De exclusieve resultaten van een nieuw onderzoek naar de gezondheid van jongeren in Vlaanderen.

**Jongens eten nog ongezonder dan meisjes.**



Eén op vijf jongeren drinkt of eet slechts zelden of nooit volle melk of melkproducten. Dat staat in de jongste enquête *Jongeren en Gezondheid*. Het onderzoek bundelt de cijfers van een enquête bij meer dan 4000 kinderen en jongeren tussen 11 en 18 jaar in meer dan 100 scholen. Klasse publiceert de nog niet verschenen resultaten (over voeding) van het jongste onderzoek dat plaats had in 1996. De studie *Jongeren en Gezondheid* is nu voor de derde keer uitgevoerd in Vlaanderen. De eerste enquête had plaats in 1990. Deze studie maakt deel uit van een internationaal onderzoek naar de gezondheid en het gezondheidsgedrag van schoolgaande kinderen, de *Health Behaviour of School-aged Children Study*.

## smaakt zoet

### Dagelijks brood

Twee derde van de jongeren eet elke dag vlees of gevogelte. Slechts één op tien doet dat zelden of nooit. Meer meisjes eten dagelijks vlees of gevogelte dan de jongens. De helft van de ondervraagden (54 %) eet ten minste een keer per week vis. Bij twee op drie staat ten minste een keer per week pasta op het menu.

**Eén op vijf jongeren (22 %) eet nooit wit brood.** Maar bijna de helft eet het dagelijks of zelfs meer keer per dag. Maar dat zal wel geen nieuws zijn. In het

beroepsonderwijs eten zowel jongens als meisjes opmerkelijk meer dagelijks brood (57 %) dan in het technisch (49 %) en algemeen secundair onderwijs (37 %). Van degenen die nooit wit brood eten, zitten de meesten in het algemeen secundair.

**Bijna drie op vijf jongeren (57 %) eten dagelijks één of meer keer bruin brood.** Eén op vijf (22 %) eet het zelden of nooit. In het

algemeen secundair is dagelijks bruin brood eten iets meer in de mode (63 %) dan in de andere richtingen (gemiddeld 52 %). In het beroepsonderwijs eet men het minst dagelijks bruin brood (49 %).

### Meisjes en fruit

**Van de jongeren drinkt 64 procent dagelijks**



**zoete frisdrank**, van wie 23 procent zelfs meermaals per dag. Meisjes van 17-18 jaar drinken dat minder vaak. Twaalf procent van hen zegt dat zelfs nooit te drinken. Bij hun leeftijdgenoten van het mannelijke geslacht is dat percentage slechts 2. Over alle leeftijden heen drinken jongens iets meer dagelijks frisdrank. Jongens en meisjes van het beroepsonderwijs zijn de grootste dagelijkse verbruikers.

**Bijna vier op vijf van de ondervraagden (78 %) zeggen dagelijks groenten te eten.** Achttien procent eet dat meermaals per week, maar niet elke dag. Slechts 2 procent ziet minder dan een keer per week groenten op tafel. Meisjes eten over het algemeen vaker groenten dan jongens. **Twee op drie jongeren bewerden dagelijks fruit te eten.** Zes procent eet minder dan eenmaal per week fruit. Meisjes eten vaker fruit dan jongens. Het verschil is het grootst bij 17-18-jarigen. Bijna zeventig procent (68 %) van deze meisjes eet dagelijks fruit, bij de jongens 51 procent.

### Pizza

Drie kwart van de jongeren eet zeven keer per week een warme maaltijd. Meisjes van 17-18 eten iets minder vaak warm dan de anderen. Dat valt vooral op in het beroeps- en technisch onderwijs. Meer dan 80 procent van de jongeren eet op werkdagen zijn warme maaltijd meestal thuis. Dit geldt voor alle leeftijden en voor beide geslachten. Meer dan 90 procent van de meisjes in het beroepsonderwijs gaat thuis warm eten. In het algemeen vormend secundair onderwijs is dit percentage minder dan 78. In het technisch 83. Thuis een pizza in de microgolf

Pizza's zeggen niets over de kwaliteit van warm eten

gooien, telt ook als warm eten. De cijfers zeggen niets over de kwaliteit van de warme maaltijd.

**Slechts 13 procent blijft op school warm eten** en amper 1 procent duikt een snackbar of een hamburgertent binnen. Anderhalf procent blijft warm eten bij oma of tante in de buurt. In het algemeen secundair onderwijs nuttigt 22 procent van de jongens en 20 procent van de meisjes een warme maaltijd op school. In het beroeps dalen deze percentages tot respectievelijk 12 en 4 procent.

## Zakken

**Van de jongens en meisjes tussen 15 en 18 jaar ontbijt één op tien nooit.** Het aantal jongeren dat elke dag een ontbijt neemt, daalt met de leeftijd. Waar ongeveer 70 procent van de 11-12-jarigen elke dag van de week nog ontbijt, zakt dit per-

Meer frisdrank in het technisch en beroeps-onderwijs?

kopen. Van de jongens in het secundair beweert gemiddeld meer dan 89 procent dat dit kan. Bij de meisjes ligt dat aantal 10 procent lager. Ligt dat aan de nog zeldzame aparte meisjesjesscholen? Volgens de enquêteresultaten wordt er in het technisch en beroeps-onderwijs meer frisdrank op school aangeboden dan in het algemeen secundair. Althans bij de jongens.

Een kwart (27%) van de 11-12-jarigen zegt dat ze van het aanbod van frisdranken op school gebruik maakt. Van de jongens in het secundair zegt 42 procent dit. Van de meisjes 29 procent. Jongens in het technisch en beroeps-onderwijs kopen gemiddeld merkbaar meer frisdrank op school dan hun kameraden van het algemeen secundair. De onderzoekers sluiten niet uit dat de scholieren frisdranken van buiten de school zouden kunnen meebrengen. Als de school geen water of fruitsap aanbiedt, grijpen de scholieren sneller naar een frisdrank, vrezende de onderzoekers. Er zit alvast bruis op school.



VERLEIDING (cijfers in procenten)				
Op mijn school kun je koeken, snoep e.d. kopen				
	11-12 jaar		17-18 jaar	
	jongens	meisjes	jongens	meisjes
ja	21	23	52	43
neen	71	69	39	46
soms	8	8	9	11

tage naar gemiddeld zowat 55 procent voor de 17-18-jarigen. Slechts iets meer dan de helft van de 17-18-jarige meisjes zet zich elke ochtend aan de ontbijttafel. Twee derde van de jongeren in het algemeen secundair onderwijs ontbijt dagelijks. In het technisch slechts 55 procent en in het beroeps net niet de helft.

**Tal van scholen, vooral secundaire, verkopen zelf snoep** (koeken en andere zoete dingen). In het lager onderwijs 14 procent. In het secundair onderwijs stijgt het percentage tot gemiddeld meer dan 53 procent bij de jongens. Meisjes van het secundair zeggen dat ze in 39 procent van de gevallen snoep kunnen kopen op school.

Of jongeren de snoep die de school aanbiedt ook daadwerkelijk kopen, is een andere vraag. Van de 11-12-jarigen zegt 77 procent dat ze op school

VEEL BRUIS (cijfers in procenten)				
Op mijn school kun je frisdrank kopen (cola, limonade e.d.)				
	11-12 jaar		17-18 jaar	
	jongens	meisjes	jongens	meisjes
ja	64	57	88	75
neen	33	40	10	24
soms	3	3	2	1

geen snoep koopt. Het aanbod (14%) is er wel, maar slechts gemiddeld 4 procent maakt er gebruik van. Dit sluit evenwel niet uit dat ze hun waar van thuis al kunnen meehebben of dat ze in de snoepwinkel om de hoek zoetigheden kopen. Snoep op school: jongens laten zich door het zoete aanbod makkelijker verleiden dan de meisjes.

**Blijkbaar zijn drankautomaten ingeburgerd op school. In elk geval bieden vrij veel scholen frisdrank te koop aan.** Van de 11-12-jarigen zegt 60 procent dat ze op hun school frisdrank kan

## Andere belangen

**In 95 procent van de scholen kunnen de leerlingen geen fruit kopen.** De onderzoekers merken op dat men op school makkelijker aan koeken dan aan fruit geraakt. Ze zijn er nochtans van overtuigd dat leerlingen zullen ingaan op het aanbod van fruit. In plaats van een in choco gedoopte koek zouden ze sneller naar bijvoorbeeld een appel grijpen. Als die er maar ligt! Waartoe dienen trouwens lessen over gezonde voeding als het aanbod van de school andere belangen dient, aldus de onderzoekers. Kiezen tussen geld en gezondheid?

## Bannen en verbieden

**Van de 11-12-jarigen zegt 72 procent dat ze op school fruitsap, water of melk kan kopen.** Wellicht wordt dit veeleer gunstige cijfer beïnvloed door het aanbod van melk in de lagere school. In het secundair onderwijs zakt dit percentage tot gemiddeld 63 procent. In het beroeps-onderwijs ligt het aanbod het laagst met gemiddeld 52 procent. Het aanbod van frisdranken ligt duidelijk hoger dan dat van fruitsap en water.

Gemiddeld maakt 19 procent gebruik van het aanbod van fruitsap, water of melk. Meisjes veel meer dan jongens. Zo koopt in het technisch onderwijs meer dan een kwart (27%) van de meisjes fruitsap e.d. op school. Van de jongens doet slechts één op tien dit ook.

De onderzoekers stellen voor de frisdrankautomaten niet te bannen, maar er ook water en fruitsap in te stoppen. Zo komt er meer variatie in het aanbod en kan men de coladrinkers op langere termijn beïnvloeden. Sommige scholen passen hun schoolreglement aan en verbieden de import van coladranken. Of verbieden de juiste oplossing is? ■

## De school verkoopt zelf snoep en frisdrank

### ELK JAAR ONGEZONDER

Jongens hebben een minder gezonde voedingsgewoonte dan meisjes. Jongens eten minder fruit en drinken meer zoete frisdranken. Maar zowel jongens als meisjes eten steeds minder dagelijks fruit. Tussen 1990 en 1994 daalde het percentage dagelijkse fruitconsumenten al gemiddeld met 5 procent. Deze trend zet zich voort. Er valt in de cijfers van 1996 opnieuw een belangrijke daling op van het aantal jongeren dat dagelijks fruit eet. Bij jongens van 11-12 is dit zelfs opnieuw 7 procent. Bij de vrouwelijke leeftijdgenoten 3 procent. Meisjes drinken steeds meer dagelijks zoetefrisdranken, maar ze halen de jongens nog niet in. Tussen 1990 en 1994 was bij de meisjes het verbruik nochtans gedaald. Maar de jongste jaren stijgt het percentage weer. Bij meisjes van 11-12 sinds 1994 met 12 procent. Bij jongens van 11-12 jaar is er de jongste zes jaar een stijging van 14 procent. Vooral in het ASO blijken jongens steeds meer aan de frisdrank te zitten.