



Waarom EU-Schoolfruit?

EU-Schoolfruit werkt! Het is lekker, gezond, leerzaam en duurzaam!



- **Het is lekker en gezond.** Op dit moment eet maar 2% van de Nederlandse kinderen genoeg groente. Een kwart krijgt elke dag twee stuks fruit. De porties vergroten is gemakkelijk en levert gezondheidswinst op. Een goede eerste stap is: vaker fruit en groente eten op school.
- **Het werkt.** Leerlingen die naar een school gaan met een goed schoolfruitbeleid, kiezen thuis ook vaker voor fruit tussendoor. Ook eten zij meer groente dan voorheen. 80% van de ouders vindt schoolfruit prettig.
- **Het is helder.** Voor ouders en leerkrachten is het gemakkelijk om het schoolfruitbeleid uit te leggen.
- **Het is duurzaam.** Veel soorten fruit en groente hebben een relatief lage klimaatbelasting. Dat geldt voor soorten uit de volle grond en van het seizoen, maar bijvoorbeeld ook voor een aantal importproducten, zoals bananen en sinaasappels.
- **Het is leerzaam.** Kinderen ontdekken meer over de herkomst van eten, de seizoenen en over de verschillende soorten fruit en groente.
- **Het kan helpen om overgewicht te voorkomen.** Op dit moment is één op de zeven kinderen te zwaar. Fruit en groente verzadigen goed en leveren relatief weinig calorieën. Als kinderen meekrijgen dat fruit en groente lekker zijn voor tussendoor, kan dit helpen om minder te snoepen en snacken.
- **Een gezonde school presteert beter.** Leerlingen op scholen waar gezond wordt gegeten: zitten lekkerder in hun vel, krijgen minder snel griep, voelen zich fitter en leren makkelijker.

