

Wat is het Groenteboxjes programma in het kort?

Het doel van het Groenteboxjes programma is het verbeteren van de kennis over groente en het verhogen van de groenteconsumptie door het aanbieden en belonen van eten van groente. De doelgroep zijn kinderen van 2-4 jaar op de kinderopvang. Verder is het Groenteboxjes programma ook indirect gericht op de ouders/verzorgers van het kind en de pedagogische medewerkers van de kinderopvang.

Wat heeft onderzoek van Universiteit Maastricht aangetoond?

Uit onderzoek van Universiteit Maastricht blijkt dat het Groenteboxjes programma bewezen effectief is. Na drie maanden is de kennis over groente bij de kinderen verbeterd en hun groenteconsumptie verhoogd.

Hoe ziet de inhoud van de interventie eruit?

Gedurende een bepaalde periode biedt de kinderopvang minimaal één keer per dag groenten aan zoals wortel, tomaat, komkommer, paprika, radijs, biet, en bloemkool. Als een kind een groente eet krijgt het een sticker op een scorekaart bij de betreffende groente. Bij vijf stickers ontvangt het kind een groentekaart met een recept, en als het alle groenten vijf keer heeft gegeten, wordt het bekroond tot groentekampioen van de dag.

Wat is de duur van het programma?

In Limburg wordt het programma gedurende drie maanden aangeboden. Bekijk samen met de kinderopvanglocatie wat het meest passend is. Het kan namelijk ook gedurende een kortere periode worden uitgevoerd. Universiteit Maastricht noemt hier het volgende over:

“Het gaat voornamelijk om de hoeveelheid blootstellingen dat een kind gehad heeft met een specifieke soort groente of fruit. We zien in onderzoek dat per soort dit ongeveer 8-10 keer zou moeten zijn.”

Wie regelt en betaald de groente?

De kinderopvanglocatie dient zelf voor groente te zorgen. Hierbij is het belangrijk dat de groente overeenkomen met de materialen: wortel, tomaat, komkommer, paprika, radijs, biet en bloemkool. Ook is er één blanco en de mogelijkheid om een groente naar keuze te doen. De kinderopvanglocatie kan er ook voor kiezen om een deel van de groente te doen, bijvoorbeeld alleen tomaat, komkommer en paprika.

Welke materialen horen bij het Groenteboxjes programma?

Alle materialen staan onderstaand beschreven en de totale map kun je via het Expertiseplatform downloaden. In deze map staan ook de drukwerkbestanden.

1. Fysieke materialen

1. Planningstool voor kinderopvang; 2. Groentekaarten met recepten; 3. Scorekaarten; 4. Groentekroon; 5. Groenteboxje.

2. Online materialen

Voor het uitvoeren van het programma op de kinderopvang locatie:

1. Draaiboek; en 2. Inspiratiegids.

Voor het betrekken van de ouders:

3. Informatiebrief; 4. Folder informatie en tips groente eten; 5. Tussentijdse berichten vanuit kinderopvang

Deze materialen kunnen uiteraard ook worden afgedrukt.

3. Eventueel aanvullende materialen

1. Groeimeter

2. Evaluatie vragenlijst voor de kinderopvanglocatie(s) en ouders

Wat is het Groenteboxje?

Na afloop van het programma krijgen de kinderen een groenteboxje om groente als tussendoortje eenvoudig mee te kunnen nemen. In Limburg is de volgende afmeting hiervoor gebruikt: 12,5 x 9 x 4 cm. Je kunt de drukwerkbestanden in EPS-formaat en een voorbeeldafbeelding van het Groenteboxje downloaden bij de materialen.