

# Smaakplezier op de BSO

## Werkblad beschrijving interventie

Gebruik de HANDLEIDING bij dit werkblad

Werkblad erkenningscommissie, versie mei 2015

Dit is een gezamenlijk werkblad van de volgende kennisinstututen:



## Colofon

### **Ontwikkelaar / licentiehouder van de interventie**

Naam organisatie: Steunpunt Smaaklessen & EU-Schoolfruit, Wageningen University

Postadres: Postbus 17, 6700 AA Wageningen

E-mail: Smaaklessen@wur.nl

Telefoon: 0217-485966

**Website** (van de interventie): [www.smaaklessen.nl](http://www.smaaklessen.nl)

### **Contactpersoon**

Vul hier de contactpersoon voor de interventie in.

Naam : Marlies Willemsen-Regelink

E-mail : marlies.willemsen@wur.nl

Telefoon : 0317-482803

### **Referentie in verband met publicatie**

Naam auteur interventiebeschrijving:

Titel interventie: Smaakplezier op de BSO

Databank(en): N.v.t.

Plaats, instituut: Wageningen, Steunpunt Smaaklessen & EU-Schoolfruit, Wageningen University & Research.

Datum: augustus 2019

Het werkblad is een invulformulier voor het maken van een interventiebeschrijving, geordend naar onderwerp (doelgroep, doel, enzovoort). De onderwerpen volgen de criteria voor beoordeling. De interventiebeschrijving is een samenvatting van de beschikbare schriftelijke informatie over de interventie voor de bezoeker van de databanken effectieve interventies en voor de erkenningscommissie interventies. De informatie is van belang voor de beoordeling van de kwaliteit, effectiviteit en randvoorwaarden van de interventie.

**Kijk bij het invullen in de handleiding die bij dit werkblad hoort.**

# Inhoud

<b>Colofon</b> .....	<b>2</b>
<b>Inhoud</b> .....	<b>3</b>
<b>Samenvatting</b> .....	<b>4</b>
<i>Korte samenvatting van de interventie</i> .....	4
Doelgroep .....	4
Doel .....	4
Aanpak .....	4
Materiaal .....	4
Onderbouwing .....	4
Onderzoek .....	5
<b>1. Uitgebreide beschrijving</b> .....	<b>6</b>
Beschrijving interventie .....	6
1.1 Doelgroep .....	6
1.2 Doel .....	8
1.3 Aanpak .....	8
<b>2. Uitvoering</b> .....	<b>12</b>
<b>3. Onderbouwing</b> .....	<b>15</b>
<b>4. Onderzoek</b> .....	<b>17</b>
4.1 Onderzoek naar de uitvoering .....	17
4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten .....	18
<b>5. Samenvatting Werkzame elementen</b> .....	<b>19</b>
<b>6. Aangehaalde literatuur</b> .....	<b>20</b>
<b>7. Praktijkvoorbeeld</b> .....	<b>23</b>

# Samenvatting

Eén A-4tje, max 600 woorden

## *Korte samenvatting van de interventie – max 150 woorden*

Smaakplezier is gebaseerd op het lesprogramma Smaaklessen. Net zoals bij Smaaklessen zijn kinderen spelenderwijs met eten bezig waardoor kinderen geïnteresseerd raken in eten en er meer over willen weten. Het verschil met Smaaklessen is dat Smaakplezier een minder educatief karakter heeft. Het bevat juist activiteiten voor in de vrije tijd.

Smaakplezier bestaat uit een map met daarin 100 verschillende activiteiten verdeeld over de thema's:

- In actie!
- Pluktuin
- Cre-eet-tief
- Onderzoek en Ontdek!
- De Smaakprofessor
- Koken is kikkuh!

De activiteiten variëren in duur en moeilijkheidsgraad. De activiteiten kunnen in willekeurige volgorde gedaan worden en een groot aantal activiteiten kunnen met elkaar gecombineerd worden. Smaakplezier kan gebruikt worden als invulling van het programma Gezonde Kinderopvang.

## **Doelgroep** – max 50 woorden

De hoofddoelgroep zijn kinderen van 4 tot 12 jaar die naar de buitenschoolse opvang gaan.

Intermediaire doelgroepen zijn pedagogisch medewerkers, locatiemanagers, medewerkers van overkoepelende organisaties voor de kinderopvang, ouders / verzorgers en professionals in de regio zoals Gezonde School adviseurs, JOGG-regisseurs en buurtsportcoaches.

## **Doel** – max 50 woorden

Hoofddoel: Kinderen van 4-12 jaar op de buitenschoolse opvang interesseren voor smaak, voeding en voedsel. Subdoelen: Kinderen praten vaker of eten en zijn met meer verschillende producten bekend. De kennis over eten neemt toe en kinderen krijgen een positievere attitude t.o.v. gezonde en duurzame voeding.

## **Aanpak** – max 50 woorden

Smaakplezier bestaat uit een handleiding (map) met 100 activiteiten waardoor kinderen spelenderwijs hun eten verkennen. De activiteiten variëren van spellen, tot moestuinieren, knutselen, proefjes doen, proeven en koken. De map biedt de pedagogisch medewerker ondersteuning wanneer zij met het thema voeding aan de slag willen.

## **Materiaal** – max 50 woorden

Smaakplezier bestaat uit een map met afwasbare bladen waarop de 100 activiteiten worden beschreven. De map bevat ook een overzichtstabel waarin elke activiteit is ingedeeld op thema, duur, leeftijd en voorbereidingstijd. De map kost 75 euro. Materialen die nodig zijn om de activiteiten uit te voeren zijn niet inbegrepen.

## **Onderbouwing** – max 150 woorden

Het is belangrijk om kinderen een gezond en gevarieerd eetpatroon aan te leren. Smaakontwikkeling op jonge leeftijd is één van de meest bepalende factoren voor voedingsgedrag op latere leeftijd. Voedselvoorkeuren en de acceptatie van onbekend voedsel worden voornamelijk gevormd door drie leerprocessen die voedselneofobie kunnen overstemmen. Dit zijn herhaalde blootstelling, sociale beïnvloeding en het ontstaan van associaties met de gevolgen van het product. Het herhaaldelijk kennismaken met producten in een positieve context dat positieve ervaringen oplevert, verlaagd dus de invloed van voedselneofobie op de bereidheid van kinderen om dat product te eten en verhoogt de kans op acceptatie van het product. De kinderopvang is een geschikte omgeving om dit te doen. Kinderen kunnen

met elkaar spelenderwijs kennismaken met eten. Uit studies blijkt dat kinderen met een lagere mate van voedselneofobie een gezonder eetpatroon hebben dan kinderen met een hoge mate van voedselneofobie.

### **Onderzoek** – max 100 woorden

Om inzicht te krijgen in het gebruik, de behoefte en waardering van Smaakplezier zijn twee procesevaluaties uitgevoerd. Bij deze evaluaties werden niet alleen pedagogisch medewerkers betrokken maar ook andere professionals in de kinderopvang. In 2010 is de pilot versie van Smaaklessen beoordeeld. In 2018 is een evaluatie gedaan voor verbeteringen van de map. In 2019 is een evaluatie gedaan die ook gericht was op de doorontwikkeling. Belangrijke uitkomsten van de evaluaties in 2018 en 2019 zijn dat het product gemakkelijk ingezet kan worden zonder veel voorbereidingstijd en dat de activiteiten aansluiten bij de vaste eetmomenten. Ook digitalisering is een wens.

# 1. Uitgebreide beschrijving

## Beschrijving interventie

*Het werkblad is ook geschikt voor een samenvattende beschrijving van complexe of samengestelde interventies. Dit zijn interventies die uit twee of meer afzonderlijke onderdelen bestaan. Denk aan interventies met aparte onderdelen voor verschillende doelgroepen, zoals een leefstijlinterventie die zowel gericht is op de community als op de school als op de individuele docent. Of aan interventies met verschillende modules die bij een doelgroep 'op maat' worden toegepast.*

*Naarmate er meer onderdelen zijn is het aan te bevelen de structuur visueel weer te geven in een schema. Dit geldt met name voor de subdoelen en voor de aanpak van de interventie. Zie ook de aanwijzingen in de handleiding.*

### 1.1 Doelgroep

**Uiteindelijke doelgroep** – max 100 woorden

*Wat is de uiteindelijke doelgroep van de interventie?*

Kinderen van 4 tot 12 jaar die naar de buitenschoolse opvang gaan. Smaakplezier op de BSO is geschikt voor jongens en meisjes met verscheidene culturele achtergronden.

**Intermediaire doelgroep** – max 100 woorden

*Zijn er intermediaire doelgroepen? Zo ja, welke?*

Kinderopvang:

1. Pedagogisch medewerkers (PM)
2. Locatiemanagers (LM)
3. Overkoepelende organisaties voor de kinderopvang (OO)
4. Ouders / verzorgers van kinderen van 4 tot 12 jaar die naar de buitenschoolse opvang gaan.

Locatieleiders, managers en medewerkers van overkoepelende organisaties kunnen invloed uitoefenen op het voedingsbeleid en Smaakplezier onder de aandacht brengen bij de pedagogisch medewerkers.

Professionals rondom de kinderopvang

5. Gezondheidsprofessionals in de regio zoals Gezonde School adviseurs, JOGG-regisseurs en buurtsportcoaches.
6. Voedsel / natuurprofessionals in de regio zoals medewerkers Natuur en Milieu Educatie (NME).
7. Makelaars Jong Leren Eten.
8. Projectmanagers Gezonde Kinderopvang
9. Excursie-aanbieders zoals educatieboeren, moestuinhouders en aanbieders kookactiviteiten.

### **Selectie van doelgroepen** – max 250 woorden

*Hoe wordt de (intermediaire)doelgroep geselecteerd? Zijn er contra-indicaties? Zo ja, welke?*

Er zijn geen selectiecriteria voor de doelgroep. Elk kind van 4 tot 12 jaar op de BSO kan deelnemen.

Er zijn ook geen selectiecriteria voor de intermediaire doelgroepen.

Wel dient rekening gehouden te worden met kinderen met een dieet, voedselallergie of voedselovergevoeligheid en kinderen met een fysieke beperking.

### **Betrokkenheid doelgroep** – max 150 woorden

*Was de doelgroep betrokken bij de (door)ontwikkeling van de interventie, en op welke manier?*

2007-2010: De workshop voor leerkrachten die startten met het lesprogramma Smaaklessen werd ook bezocht door pedagogisch medewerkers. Er was een duidelijke vraag naar Smaaklessen voor de kinderopvang.

2010-2011: Pilot versie Smaakplezier.

Locatiemanagers (LM) en pedagogisch medewerkers (PM) van 60 BSO's hebben de pilotversie beoordeeld en zowel mondeling als schriftelijk feedback gegeven.

2012: Realisatie Smaakplezier versie 1

2018: Procesevaluatie 1

Onderzoek naar de huidige behoefte van kinderopvangorganisaties naar activiteiten rondom voedsel.

Interviews met verschillende stakeholders; twee beleidsmedewerkers van een kinderopvangorganisatie, eigenaar, coördinator, vier pedagogisch medewerkers, Gezonde Kinderopvang en de Gelderse Sport Federatie. Op basis van de input is de inleiding van Smaakplezier geoptimaliseerd zodat PM'ers met meer gemak de gewenste activiteit kunnen vinden.

2019: Literatuurstudie en procesevaluatie 2.

Literatuurstudie door studenten Wageningen University en een evaluatie (interviews en/of enquêtes) met zes pedagogisch medewerkers (PM) van verschillende locaties.

De input van de evaluaties wordt gebruikt voor een nieuwe versie van Smaakplezier.

## 1.2 Doel

**Hoofddoel** – max 100 woorden

*Wat is het hoofddoel van de interventie?*

Kinderen van 4-12 jaar op de buitenschoolse opvang interesseren voor smaak, voeding en voedsel.

**Subdoelen** – max 350 woorden

*Wat zijn de subdoelen van de interventie? Indien van toepassing: welke subdoelen horen bij welke intermediaire doelgroepen of subdoelgroep(en)?*

Door de inzet van Smaakplezier op de BSO:

1. Zijn kinderen meer geïnteresseerd in smaak, voeding en voedsel.
2. Zijn kinderen met meer verschillende producten bekend.
3. Hebben kinderen de intentie meer onbekende producten te proeven en zo hun smaakpalet te ontwikkelen.
4. Hebben kinderen meer kennis over smaak, voeding en gezondheid, herkomst en bereiding.
5. Hebben kinderen een positievere attitude ten opzichte van gezonde en duurzame voeding.

### **Doelen intermediaire doelgroep**

Om de doelen voor de einddoelgroep te kunnen behalen, is het wenselijk dat de intermediaire doelgroep de volgende doelstellingen behaald:

1. Binnen het team zijn afspraken gemaakt over het aanbieden van voedsel volgens de richtlijnen van de Schijf van Vijf.
2. Binnen het team zijn afspraken gemaakt over het aanbieden van speel- en leeractiviteiten over voeding en voedsel. Zoals Smaakplezier, een moestuin of een excursie naar een boerderij.
3. Binnen de organisatie is een medewerker opgeleid tot coach Gezonde Kinderopvang.
4. Ouders worden geïnformeerd over de inzet van Smaakplezier. Hierdoor gaan ouder en kind thuis mogelijk napraten over de activiteiten uit Smaakplezier.
5. Ouders worden gestimuleerd om de kinderen ook thuis verschillende (nieuwe) producten te laten proeven.

## 1.3 Aanpak

**Opzet van de interventie** – max 200 woorden

*Hoe is de opzet van de interventie en wat is de omvang (duur, aantal contacten – indien van toepassing)?*

Voeg eventueel een schema toe als bijlage.

Smaakplezier is gebaseerd op het lesprogramma Smaaklessen. Net zoals bij Smaaklessen zijn kinderen spelenderwijs met eten bezig waardoor kinderen geïnteresseerd raken en er meer over willen weten. Het verschil tussen Smaaklessen en Smaakplezier is dat Smaakplezier een minder educatief karakter heeft. Smaakplezier bevat juist activiteiten voor in de vrije tijd .

Smaakplezier bestaat uit een handleiding (map) met daarin 100 verschillende activiteiten, verdeeld over zes thema's. De zes thema's komen overeen met de vijf pijlers van Smaaklessen; smaak, gezondheid, voedselkwaliteit, consumentenvaardigheden en koken.

Thema's Smaakplezier	Aantal activiteiten	Pijlers Smaaklessen
1. In actie!	20	Gezondheid
2. Pluktuin	10	Voedselkwaliteit
3. Cre-eet-ief!	19	Koken
4. Onderzoek en ontdek!	13	Gezondheid
5. De Smaakprofessor	18	Smaak
6. Koken is kikkûh!	20	Koken en consumentenvaardigheden



Ieder thema bestaat uit tien tot twintig activiteiten. De duur van de activiteit varieert van 5-10 min tot 45 minuten of langer. De activiteiten kunnen in willekeurige volgorde gedaan worden. Een groot aantal activiteiten kunnen ook gecombineerd worden. Een voorbeeld is het kweken van kruiden en het koken met kruiden. Wanneer combineren mogelijk is dan is bij beide activiteiten een combinatie-tip vermeld. Er is vooralsnog geen vereiste van het aantal activiteiten dat gedaan moet worden.

#### **Inhoud van de interventie** – max 1200 woorden

*Welke concrete activiteiten worden uitgevoerd en -eventueel- in welke volgorde? Geef geen uitputtende beschrijving van activiteiten; het is voldoende als de lezer zich een beeld kan vormen van wat er gedaan wordt en hoe dit gedaan wordt.*

*Indien van toepassing per onderdeel samenvatten. Vergeet niet aandacht te besteden aan de werving.*

*Bij interventies op maat: geef aan wat op basis van welke criteria wanneer wordt uitgevoerd. Geef ook aan wat minimaal moet worden uitgevoerd om de gestelde doelen te behalen.*

#### **Werving**

Pedagogisch medewerkers en locatiemanagers van de BSO kunnen op verschillende manieren in contact komen met Smaakplezier.

- Via de interventiedatabase van het Centrum Gezond Leven.
- Door berichten en wervingsactiviteiten vanuit het Steunpunt Smaaklessen & EU-Schoolfruit, zoals de website, een nieuwsbrief, social media of aanwezigheid bij evenementen.
- Via berichten en wervingsactiviteiten van nationale en regionale partners zoals Gezonde School, Voedingscentrum, GGD, JOGG, NME en JLE makelaars.
- Pedagogisch medewerkers zoeken ook zelf op internet naar activiteiten rondom het thema voeding.

## Smaakplezier

De handleiding (map) van Smaakplezier bevat de volgende onderdelen:

- Voorwoord Pierre Wind (initiatiefnemer Smaaklessen)
- Inleiding met uitleg en tips
- Tabel waarin elke activiteit is ingedeeld op thema, duur, leeftijd en voorbereidingstijd
- Lijst waarin, per thema, de namen van de activiteiten vermeld worden
- Beschrijving activiteiten. Elk thema heeft een eigen kleur.

De eerste versie van Smaakplezier bevatte een inleiding met een uitgebreide uitleg en een groot aantal tips over de uitvoer. Uit de procesevaluatie in 2018 bleek dat pedagogisch medewerkers weinig tijd hebben voor voorbereiding en het liefst direct aan de slag gaan. Om deze reden zijn twee aanpassingen gedaan:

- De inleiding is ingekort.
- De tabel waarin alle activiteiten worden weergegeven per thema, leeftijd, duur, thema en voorbereidingstijd is toegevoegd.

Deze laatste aanpassing helpt de pedagogisch medewerkers om gemakkelijk een activiteit te vinden voor zijn/haar groep op dat moment.

De activiteiten zijn ingedeeld in zes thema's:

### In actie!

Dit thema bevat activiteiten waarbij kinderen in beweging zijn. Het bevat allemaal spellen rondom het thema voeding. Spelenderwijs leren de kinderen ook over eten. Voorbeelden zijn: 1) Zit jij in het gerecht? Ren dan naar de juiste cirkel, 2) Voel welk product er in de tas zit 3) groente- en fruitkikkertje.

### Pluktuin

Dit thema bevat activiteiten waarbij kinderen hun eigen eten kweken of de (mini) moestuin aankleden met een mooie pot of vogelverschrikker. Kinderen leren dat een plant uit een zaadje komt en wat er nodig is om een plantje groot te laten worden.

### Cre-eet-tief

Dit thema bevat activiteiten waarbij kinderen dingen knutselen die veelal aansluiten bij de andere activiteiten. Zo maken ze een eigen kookboek, een mooie schort of een mooi gedekte tafel met zelfgemaakte servetten en eetbare menukaart. Tijdens het knutselen maken kinderen kennis met allerlei soorten eten.

### Onderzoek en ontdek!

Dit thema bevat activiteiten waarbij kinderen diverse voedingsstoffen gaan onderzoeken. Zo komen ze erachter wat eiwit, zetmeel, vezels, vet en vitaminen zijn en in welke producten deze voedingsstoffen zitten. Ze leren dat je voedingsstoffen nodig hebt om te groeien, te spelen en niet ziek te worden en dat je uit alle vakken van de Schijf van Vijf producten moet kiezen voor een gezond voedselpatroon.

### De Smaakprofessor

Dit thema bevat activiteiten waarbij kinderen producten onderzoeken met al hun zintuigen, zowel bekende als minder bekende producten. Ook ervaren ze wat er gebeurt als je bijvoorbeeld proeft zonder te kijken of te ruiken. Als echte smaakprofessor weten de kinderen uiteindelijk ook welke zes smaken er zijn.

### Koken is kikkôh!

Dit thema bevat activiteiten waarbij kinderen een gerecht bereiden en uiteraard gaan proeven. Als kok komen ze in aanraking met verschillende manieren van bereiding en verschillende smaken. Kinderen bakken hun eigen brood of maken een Marokkaanse muntthee. Spelenderwijs ervaren ze ook de sociale kant van eten.

Elke activiteit is zo beschreven dat kinderen (8+) de opdracht zelf kunnen lezen en begrijpen. Hierdoor kunnen kinderen vanaf 8 jaar ook zelfstandig aan de slag. Bij een aantal activiteiten zijn taken voor de begeleider apart weergegeven. De korte duidelijke teksten maken dat de tekst ook prettig leesbaar is voor de pedagogisch medewerkers.

### **Inhoud Smaakplezier versus Smaaklessen**

Smaakplezier sluit qua inhoud aan bij andere producten van Smaaklessen. In onderstaande tabel wordt weergegeven hoe de producten zich tot elkaar verhouden.

	2 tot 4 jaar	4 tot 12 jaar
Kinderopvang	Smaakspel	Smaakplezier
Basisschool	n.v.t.	Smaaklessen en Smaakmissies

Voor meer informatie zie <https://www.smaaklessen.nl/nl/smaaklessen/Bekijk-het-lesmateriaal.htm>

### **Contact doelgroep**

Via de nieuwsbrief Smaaklessen BSO werden pedagogisch medewerkers en locatiemanagers geïnspireerd om met het thema voeding aan de slag te gaan en te blijven. In de afgelopen jaren is deze nieuwsbrief niet meer verspreid doordat hier geen budget meer voor was. Smaakplezier wordt wel onder de aandacht gebracht via de algemene nieuwsbrief van Smaaklessen & EU-Schoolfruit en via social media. Via de nieuwsbrief kunnen ook berichten voor ouders gedeeld worden.

### **Koppeling andere projecten**

Smaakplezier is zo ontwikkeld dat het goed gecombineerd kan worden met andere projecten en middelen, bijvoorbeeld met het Smaakspel, de ouderworkshop Smakelijke eters of met de Smakelijke moestuinen. Smaakplezier kan ook gecombineerd worden met een excursie naar bijvoorbeeld de boerderij, de winkel of een restaurant.

Wanneer een school werkt met Smaaklessen (structureel of in een themaweek) kan een bijhorende BSO-locatie hierop inspelen met Smaakplezier. Door koppelingen te maken wordt een groter effect verwacht.

## 2. Uitvoering

### **Materialen** – max 200 woorden

*Welke materialen zijn beschikbaar voor de uitvoering, werving en evaluatie van de interventie?*

Smaakplezier bestaat uit een handleiding in de vorm van een map. De map bevat 50 uitneembare bladen van afwasbaar karton. In de handleiding worden 100 activiteiten beschreven. Voor de uitvoer van de activiteiten zijn aanvullende materialen nodig zoals levensmiddelen en kookmaterialen. De materialen zijn grotendeels makkelijk verkrijgbaar of al aanwezig op de BSO maar moeten wel door de BSO-locatie zelf geregeld worden. Bepaalde materialen kunnen voor meerdere activiteiten gebruikt worden. Wanneer dat het geval is, dan wordt dit aangegeven met een combinatie-tip.

Smaakplezier staat vermeld in [de brochure](#) van Smaaklessen & EU-Schoolfruit.

Smaakplezier staat vermeld op [de website www.smaaklessen.nl](http://www.smaaklessen.nl)

Voor de evaluatie van Smaakplezier is een onderzoeksvoorstel opgesteld. Zie bijlage.

In de komende vijf jaar wordt gewerkt aan een nieuwe versie van Smaakplezier. Deze versie zal gebaseerd zijn op de resultaten uit evaluaties en de laatste trends. NB. Om de aanpassingen te kunnen doen dient aanvullend budget gerealiseerd te worden.

Het nieuwe fysieke product zal de huidige map vervangen. De huidige activiteiten van Smaakplezier kunnen worden opgenomen in het nieuwe digitale lesportaal Chef! Dit portaal bevat een zoek- en filterfunctie en een functie om feedback te verzamelen. Via Chef! kunnen pedagogisch medewerkers gemakkelijk zelf een themaweek samenstellen met passende activiteiten.

### **Locatie en type organisatie** – max 200 woorden

*Waar kan de interventie uitgevoerd worden en welk(e) soort(en) organisatie(s) kan/kunnen de interventie uitvoeren?*

Smaakplezier bevat activiteiten voor op de BSO-locatie maar eigenlijk kunnen deze activiteiten op veel meer plekken uitgevoerd worden. Smaakplezier bevat zowel activiteiten voor binnen als voor buiten. De activiteiten kunnen uitgevoerd worden door de pedagogisch medewerker maar ook door bijvoorbeeld door een sportbuurtcoach.

Voor de activiteiten waarbij levensmiddelen gebruikt worden is het wel belangrijk dat de omgeving hygiënisch is. De tafels en materialen moeten schoon zijn en de kinderen moeten hun handen kunnen wassen.

Voor een aantal activiteiten, m.n. bij het onderdeel Onderzoek en ontdek en Koken is Kikkûh!, is een (elektrisch) kookstel, magnetron en/of oven nodig.

### **Opleiding en competenties van de uitvoerders** – max 200 woorden

*Wie zijn de uitvoerders en welke opleiding en competenties hebben zij nodig?*

Smaakplezier is ontwikkeld voor pedagogisch medewerkers. Zij hebben de opleiding voor pedagogisch medewerker niveau 3 of 4 afgerond. Er zijn geen specifieke competenties vereist voor de uitvoering van Smaakplezier.

De scholing Een Gezonde Start van het programma Gezonde Kinderopvang is wel aanbevolen. Deze scholing wordt gevolgd door één of twee medewerkers van een locatie. Deze medewerkers coachen vervolgens hun collega's. Om collega's te coachen kan de coach gebruik maken van een digitale leeromgeving. De leeromgeving bevat leerdoelen over zelfreflectie, interactie met kinderen, gesprekken met ouders en leeromgeving een verdiepende module over voeding.

Door de cursus wordt Smaakplezier ingezet als onderdeel van een bredere aanpak gezonde leefstijl. Pedagogisch medewerkers hebben inzicht in het belang van een gezond en gevarieerd eetpatroon. Dit stimuleert de motivatie om aan de slag te gaan.

Vanuit Smaaklessen is een e-learning ontwikkeld voor leerkrachten. Zie [www.voedseleducatie.nl](http://www.voedseleducatie.nl). Gebruikers leren hoe Chef! werkt en doen basiskennis op over De Schijf van Vijf. Deze e-learning kan ook gebruikt worden door pedagogisch medewerkers. Voor de komende vijf jaar wordt gekeken of de e-learning voldoende aansluit bij de behoeften van pedagogisch medewerkers.

Indien gewenst kan een kinderopvangorganisatie een workshop aanvragen voor BSO medewerkers. De kosten hiervoor zijn 750 euro excl. BTW.

#### **Kwaliteitsbewaking** – max 200 woorden *Hoe wordt de kwaliteit van de interventie bewaakt?*

De afname van Smaakplezier wordt geregistreerd. Het Voedingscentrum registreert de verkoopcijfers. (aantal, naam, organisatie). Sinds 2012 zijn er 237 mappen verkocht of gratis verstrekt.

Sinds 2016 mag het email adres niet meer doorgegeven worden aan het Steunpunt Smaaklessen & EU-Schoolfruit i.v.m. de wet AVG. Wel heeft het Steunpunt inzicht in de naam van de contactpersoon en de organisatie. Hierdoor kan via de algemene gegevens contact gezocht worden.

Om inzicht te krijgen in het gebruik, behoefte en waardering voor Smaakplezier zijn twee procesevaluaties uitgevoerd. De resultaten van de procesevaluaties worden gebruikt om het aanbod voor de kinderopvang door te ontwikkelen en te verbeteren. Zie ook H1.3 en H4.1.

Bij de evaluaties worden niet alleen pedagogisch medewerkers betrokken maar ook locatieleiders, beleidsmedewerkers van opvangorganisaties en projectleiders van de Gezonde Kinderopvang.

Indien Smaakplezier in de toekomst opgenomen wordt in het lesportaal Chef!, dan wordt automatisch feedback van gebruikers verzameld.

#### **Randvoorwaarden** – max 200 woorden

*Wat zijn de organisatorische en contextuele randvoorwaarden voor een goede uitvoering van de interventie?*

Randvoorwaarden voor een goede uitvoer van Smaakplezier zijn:

- BSO-locaties zorgen voor de benodigde materialen.
- BSO-locaties zorgen dat er voldoende tijd is om de gekozen activiteiten uit te voeren en waar nodig voor voldoende personele ondersteuning.
- Aanwezigheid schone tafel, kraan en waar nodig een (elektrisch) kookstel, magnetron en/of oven.
- Draagvlak bij de pedagogische medewerkers.
- Het materiaal is up-to-date en in overeenstemming met de laatste wetenschappelijke inzichten.
- Gebruik producten uit de Schijf van Vijf.
- Basiskennis over een gezond eetpatroon.

In 2016 is de nieuwe Schijf van Vijf gelanceerd. Activiteiten die niet overeenkwamen met de nieuwe Schijf van Vijf zijn aangepast en iedereen die de map in de periode januari 2016 tot december 2018 gekocht heeft, heeft een mail ontvangen over het gratis ontvangen van de aangepaste bladen. 11 Mensen hebben hier gebruik van gemaakt.

Zoals voor vele interventies geldt ook hier: een enthousiaste uitvoerder vergroot vaak het enthousiasme van de doelgroep en daarbij het effect van de interventie.

#### **Implementatie** – max 200 woorden

*Is er een systeem voor implementatie? Geef een samenvatting.*

Smaakplezier kan worden ingezet:

- Binnen een projectperiode
- Als activiteit gedurende het jaar
- In combinatie met aansluitende activiteiten zoals moestuinieren

Smaakplezier kan gebruikt worden als invulling van de aanpak Gezonde Kinderopvang.

Medewerkers van de BSO worden geïnformeerd over Smaakplezier via landelijke organisaties en professionals in de regio zoals Gezonde School adviseurs en JOGG-regisseurs. Gezonde School adviseurs kunnen ook adviseren over hoe Smaakplezier past binnen een voedingsbeleid. Wanneer de BSO-locatie duidelijke regels hanteert over een gezond eetpatroon, dan kan dit het effect van Smaakplezier versterken.

Het Steunpunt Smaaklessen & EU-Schoolfruit wijst BSO medewerkers via de website, nieuwsbrief en social media op de mogelijkheid om de cursus Een Gezonde Start te volgen. Ook worden BSO medewerkers geïnformeerd over de mogelijkheden voor subsidie.

Voor vragen en ondersteuning o.a. over de implementatie van Smaakplezier kunnen BSO medewerkers contact opnemen met het Steunpunt Smaaklessen & EU-Schoolfruit via e-mail, telefoon en social media.

Indien gewenst kan een organisatie een workshop aanvragen voor BSO medewerkers. De kosten hiervoor zijn 750 euro excl. BTW. Deze workshop biedt deelnemers de mogelijkheid om kennis en ervaring op te doen met Smaakplezier.

#### **Kosten** – max 200 woorden

*Wat zijn de kosten van de interventie?* Benoem daarbij de personele (in aantallen uren) en de materiële kosten.

#### **Materiele kosten**

De handleiding Smaakplezier voor de BSO wordt via de webshop van het Voedingscentrum aangeboden voor 75 euro.

Voor een groot aantal activiteiten zijn aanvullende materialen nodig. De kosten voor materialen verschillen van 0 euro (bij bijvoorbeeld groente- en fruittikkertje) tot een paar euro voor bijvoorbeeld potjes en zaadjes of ingrediënten voor pompoensoep. De totale kosten zijn afhankelijk van welke activiteiten uitgevoerd worden en de grootte van de groep.

In de periode 2012 t/m 2018 werd Smaakplezier aangeboden voor een bedrag van 115 euro. Er zijn in deze periode 87 mappen verkocht. Mogelijk redenen van de lage verkoopcijfers:

- De prijs is te hoog
- Smaaklessen wordt gratis digitaal aangeboden. Mogelijk kiezen pedagogisch medewerkers ervoor om hiervan gebruik te maken en Smaaklessen zelf door te vertalen naar de kinderopvang.

Bij een volgende evaluatie wordt dit nader onderzocht.

#### **Personele kosten.**

De personele kosten zijn ook afhankelijk van de keuze van activiteiten. De inzet van tijd varieert. Er zijn activiteiten van 15 minuten zonder voorbereidingstijd maar ook activiteiten van meer dan 45 minuten waarbij ook voorbereidingstijd nodig is om materialen in te kopen en klaar te zetten.

Kinderopvang organisaties kunnen sinds 2018 subsidie aanvragen via de subsidieregeling Jong Leren Eten. Deze subsidie kan zowel gebruikt worden voor personele kosten als voor aanschaf van de handleiding.

### 3. Onderbouwing

#### Probleem – max 400 woorden

*Voor welk probleem of (mogelijk) risico is de interventie ontwikkeld? Omschrijf aard, ernst, spreiding en gevolgen.*

Gezond eetgedrag bij kinderen is belangrijk voor hun groei en ontwikkeling (Bellisle, 2008; Skinner, 2002). Gezond eten verkleint het risico op het ontstaan van overgewicht en chronische ziekten zoals diabetes mellitus type 2 en hart- en vaatziekten (Renders, 2004; Gezondheidsraad, 2015; van Kranen, 2009). Het is belangrijk om gevarieerd te eten om zo voldoende voedingsstoffen binnen te krijgen (Cooke, 2007). Dit is nodig voor een optimale gezondheid en belangrijk voor de cognitieve ontwikkeling van kinderen (Tucker, 2001; Voedingscentrum, 2016; Falciglia, 2009; Falciglia, 2004; Nicklas, 2001; Steyn, 2006).

Zowel kinderen als volwassenen in Nederland eten niet voldoende gezond, gevarieerd en bewust. Een klein percentage haalt de aanbevolen hoeveelheden van groente en fruit. Van de 4-12 jarigen eet 20% fruit en 5% groente volgens de aanbevolen hoeveelheden (van Rossum et al., 2016). Niet alleen kinderen eten te weinig groente en fruit, ook hun ouders kampen met dit probleem (Van Rossum et al., 2017; Van Rossum et al., 2011).

Obesitas is een groeiend wereldprobleem en de prevalentie is sinds 1975 bijna drie keer verdubbeld (World Health Organisation, 2018). In 2016 hadden totaal 340 miljoen kinderen in de leeftijdscategorie van 5-19 jaar overgewicht of obesitas (Martire et al., 2013; World Health Organisation, 2018).

De afstand van de mens tot zijn voedselproductie is een stuk groter in vergelijking met 30 jaar geleden (Tacken, 2010). Daarnaast is er groeiende aandacht voor duurzaam eten. Een duurzame voedselkeuze is essentieel voor de toekomst van de planeet, voor het welzijn van dieren, voor een eerlijke handel en ook voor de gezondheid van de mens (FAO, 2010). Volgens de Richtlijnen Gezonde Voeding van de Gezondheidsraad, brengt gezond eten een minder ecologisch belastend eetpatroon met zich mee (Gezondheidsraad, 2015). Kinderen houden zich nauwelijks bezig met de herkomst en duurzaamheid van voedsel.

Tenslotte blijkt uit een onderzoek van Cito dat de kennis van basisschoolkinderen in Nederland over het thema voeding en gezondheid onder de maat is. Het kennisniveau van de kinderen is gecorreleerd met hun attitude ten opzichte van ongezond eetgedrag (Thijssen, 2011). Het eetpatroon en de eetgewoonten die kinderen worden aangeleerd zijn bovendien belangrijke voorspellers van het eetpatroon op volwassen leeftijd (Neumarkt-Sztainer, 2011; Nicklaus, 2013; Lake, 2006; Craigie, 2011; Contento, 2007; Te Velde et al, 2007).

#### Oorzaken – max 400 woorden

*Welke factoren veroorzaken het probleem of (mogelijk) risico?*

Smaakontwikkeling op jonge leeftijd is één van de meest bepalende factoren voor voedingsgedrag op latere leeftijd (Lake, 2006; Neumarkt-Sztainer, 2011; Craigie, 2011; Nicklaus, 2013). Een mogelijke oorzaak dat kinderen onvoldoende gevarieerd en bijvoorbeeld onvoldoende groente eten is dat kinderen een aangeboren neiging hebben om onbekend voedsel af te wijzen, een fenomeen dat voedselneofobie wordt genoemd (Roderiquez-Tadeo, 2014). Voedselvoorkeuren en de acceptatie van onbekend voedsel worden voornamelijk gevormd door drie leerprocessen die voedselneofobie kunnen overstemmen. Dit zijn herhaalde blootstelling, sociale beïnvloeding en het ontstaan van associaties met de gevolgen van het product (Birch, 1998; Westenhofer, 2001, Contento, 2007). Het herhaald aanbieden van een product in een positieve context dat positieve ervaringen oplevert, verlaagt dus de invloed van voedselneofobie op de bereidheid van kinderen om dat product te eten en verhoogt de kans op acceptatie van dat product (Dovey, 2008; Westenhofer, 2001). Naast proeven kan het ook helpen om kinderen op een andere manier bekend te maken met groentes en zo voedselneofobie verminderen, zoals zien, voelen en ruiken (Dazeley, 2015; Johnson, 2007). Ook kinderen betrekken in de bereiding van de maaltijd kan helpen (Van der Horst, 2012). Het overstemmen van voedselneofobie lijkt dus belangrijk voor kinderen om een gezond eetpatroon aan te nemen (Dovey, 2008). Bekendheid en acceptatie van een product vergroot de voorkeur voor dat product. Bekendheid met verschillende producten verhoogt weer acceptatie van andere producten (Dazeley, 2015; Mustonen, 2010). Uit studies blijkt dat kinderen met een hogere mate van voedselneofobie een ongezonder eetpatroon hebben dan kinderen met een lagere mate van voedselneofobie (Falciglia, 2000; Zalilah, 2005).

Een kind dat veel verschillende smaken leert kennen, eet makkelijker gevarieerd dan een kind met een eenzijdige smaak (Gerrish&Mennella, 2001). Het eetpatroon in de jeugd is daarnaast een belangrijke voorspeller van het eetpatroon op volwassen leeftijd (Neumark-Sztainer, 2011; Nicklaus, 2013; Lake, 2006; Craigie, 2011; Contento, 2007). Naast smaakontwikkeling, spelen ook verschillende persoonskenmerken en omgevingsfactoren een rol in het eetpatroon van kinderen en de bereidheid van hen om onbekend voedsel te proeven (Contento, 2007). Persoonlijke (psychosociale) factoren zijn bijvoorbeeld kennis, attitude, sociale norm ten aanzien van gezond eetgedrag (Westenhofer, 2001; Mustonen, 2012; Evans, 2012; Brug, 2008; De Bourdeaudhuij, 2012; Beck, 2015). Omgevingsfactoren zijn onder andere beschikbaarheid van gezond voedsel, opvoedstijlen van de ouders, prikkels vanuit de media en beleid (Westenhofer, 2001; De Bourdeaudhuij, 2012; Birch, 1998; Couch, 2014).

#### **Aan te pakken factoren** – max 200 woorden

*Welke factoren pakt de interventie aan en welke onder 1.2 benoemde (sub)doelen horen daarbij?*

Smaakplezier wil kinderen op een ervaringsgerichte manier enthousiast maken voor gezonde en duurzame voedselkeuzes en hun bereidheid verhogen om onbekend voedsel te proeven. Dit doet Smaakplezier door in te grijpen op de bovengenoemde persoonskenmerken die een rol spelen bij de ontwikkeling van eetgewoontes, zoals smaakvoorkeuren en psychosociale factoren (Westenhofer, 2001; Contento, 2007). Ten eerste door in te grijpen op het eerste en tweede leerproces binnen smaakontwikkeling (blootstelling en sociale beïnvloeding) door kinderen in groepsverband verschillende smaken en producten te laten proeven en op andere manieren voedsel te laten ontdekken. Dit komt onder andere aan bod bij het thema Smaakprofessor en Koken is kikkûh! Ten tweede door in te grijpen op het derde leerproces (associaties) en de psychosociale persoonskenmerken. Dit door kinderen een positieve context te bieden voor het proeven van onbekende producten en hen iets te leren over smaak, duurzaamheid en gezondheid, bewust te maken van hun eigen smaakvoorkeuren en eetgewoontes en vaardigheden bij te brengen voor het maken van gezonde en duurzame voedselkeuzes. Ook worden bepaalde attitudes bij hen ontwikkeld die gezonde en duurzame eetgewoontes tot gevolg kunnen hebben. Dit komt bij alle zes de thema's terug.

#### **Verantwoording** – max 1000 woorden

*Maak aannemelijk dat met deze aanpak ook daadwerkelijk de doelen bij deze doelgroep bereikt kunnen worden.*

Voor de ontwikkeling van een nieuwe versie van Smaakplezier wordt onderzoek gedaan naar hoe het product zo goed mogelijk bij kan dragen aan de genoemde doelstellingen. Zie H 1.2.

NB. Dit onderzoek kan alleen plaatsvinden bij voldoende financiering.



## 4. Onderzoek

### 4.1 Onderzoek naar de uitvoering – max 600 woorden

*Wat is op basis van het beschikbare onderzoek bekend over de uitvoering van de interventie?*

Beschrijf kort welke onderzoeken zijn gedaan en wat daarvan de uitkomsten waren. Stuur bij het indienen van het werkblad de volledige publicatie van ieder genoemd onderzoek mee.

Beschrijf per onderzoek:

- a) De titel, auteurs, organisatie en jaar van uitgave (indien gepubliceerd)
- b) Het type onderzoek, de onderzoeksmethode en de omvang van het onderzoek
- c) Een samenvatting van de meest relevante uitkomsten met betrekking tot inzicht in de mate waarin activiteiten zijn uitgevoerd volgens plan, het bereik van de interventie, de waardering en ervaring van de uitvoerders en doelgroep, succes- en faalfactoren, en -indien beschikbaar- de uitvoerbaarheid, de randvoorwaarden en de omgevingsvariabelen.

De tweede procesevaluatie is in 2019 uitgevoerd door een groep studenten van de WUR in het kader van Academic Consultancy Training.

Aan het onderzoek deden zes pedagogisch medewerkers (PM'ers) mee. De pedagogisch medewerkers hebben hun ervaringen gedeeld via een persoonlijk interview, telefonisch interview of digitale evaluatie.

**Uitvoerbaarheid en uitvoering van de activiteiten**

Activiteiten uit Smaakplezier werden op de deelnemende BSO's deels uitgevoerd volgens plan. Redenen hiervoor waren onvoldoende tijd, onvoldoende beschikbare materialen, onvoldoende budget en weinig of geen motivatie van kinderen en/of pedagogisch medewerkers. In sommige gevallen werden de activiteiten uitgevoerd met andere materialen of werden ingekort. Thema's die het meeste werden uitgevoerd waren *In actie!* en *Koken is kikkûh!*. Dit kwam omdat er voor deze activiteiten weinig materialen nodig waren en/of deze activiteiten het meest geprefereerd werden door de kinderen. Verder werd de map vooral als inspiratie gebruikt bij de dagelijkse eetmomenten. *Onderzoek en Ontdek!* werd minder gebruikt, omdat dit thema voor kinderen van acht jaar en ouder bestemd was en de activiteiten hiervan meer tijd kostten. Tenslotte werd er voor kortere activiteiten gekozen omdat de PM'ers meer interactie wilden met de kinderen en daardoor de kinderen minder snel zelf een opdracht wilden laten doen.

**Bereik**

De beoogde doelgroep, kinderen op de BSO, werd deels bereikt. Enerzijds werd de doelgroep bereikt doordat BSO-locaties de map aanschaften en de PM'ers activiteiten uit de map uitvoerden. Anderzijds werd de doelgroep niet volledig bereikt doordat een groot deel van de BSO-locaties in Nederland de map nog niet heeft aangeschaft of de PM'ers de activiteiten uit de map niet of onvolledig uitvoerden.

**Waardering en ervaring van pedagogisch medewerkers en kinderen**

Volgens de PM'ers zorgen de activiteiten uit de map voor afwisseling en diversiteit binnen de dagelijkse activiteiten. Verder worden de activiteiten beschouwd als duidelijk en goed beschreven. Ook waardeerden de PM'ers de bruikbaarheid en het brede aanbod aan activiteiten. Bovendien werd de map gezien als overzichtelijk en werd het gebruik van vrolijke kleuren gewaardeerd. Kinderen vinden vooral activiteiten leuk waarbij spelenderwijs geleerd wordt over voeding. Echter vonden de PM'ers dat de activiteiten niet altijd binnen de dagelijkse activiteiten van de BSO pasten, mede omdat de activiteiten veel tijd in beslag namen.

**Succes- en faalfactoren**

Suggesties in de map om activiteiten te combineren en een duidelijk overzicht van de verschillende soorten activiteiten werden als praktisch ervaren. Ook stonden er activiteiten in de map waarbij weinig of geen voorbereidingstijd nodig was. Deze activiteiten werden daarom vaker uitgevoerd. Goede aspecten van de map waren dat de activiteiten overzichtelijk en duidelijk beschreven werden. De PM'ers liepen vooral aan tegen de tijd die ze nodig hadden om de activiteiten voor te bereiden en op te ruimen. Planning speelde hier ook een rol in, omdat de activiteiten niet altijd ingepland werden waardoor

de PM'ers de activiteiten niet uitvoerden. Daarnaast waren kennis en motivatie van de PM'ers belemmerende factoren, omdat PM'ers niet altijd wisten hoe ze voedingseducatie in de praktijk moesten brengen. Bovendien bleek dat PM'ers niet altijd gemotiveerd waren om met voedingseducatie aan de slag te gaan, omdat ze andere activiteiten zoals sport- en spelactiviteiten, belangrijker vonden. Budget en de benodigde materialen werden vaak genoemd als belemmeringen. Ook de motivatie van de kinderen zelf was een belemmering, omdat kinderen na schooltijd graag hun eigen gang gaan.

#### Aanbevelingen

- Laat de activiteiten uit de map beter aansluiten bij de dagelijkse activiteiten en eetmomenten.
- Maak de map digitaal beschikbaar.
- Pas de aangegeven voorbereidingstijd en de tijd voor het uitvoeren van de activiteiten aan aan de daadwerkelijke benodigde tijd.
- Voeg een overzicht van alle activiteiten per leeftijdsgroep toe.
- Zorg dat de activiteiten minder benodigheden vereisen die nog niet op locatie beschikbaar zijn.

## 4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten – max 600 woorden

*Wat is op basis van het beschikbare onderzoek bekend over de behaalde effecten met de interventie?*

Beschrijf kort welke onderzoeken zijn gedaan en wat daarvan de uitkomsten waren. Stuur bij het indienen van het werkblad de volledige publicatie van iedere genoemde studie mee.

Beschrijf per onderzoek:

- a) De titel, auteurs, organisatie en jaar van uitgave
- b) Het type onderzoek, de meetinstrumenten en de omvang van het onderzoek
- c) Een samenvatting van de meest relevante uitkomsten met betrekking tot het bereik van de interventie, de gevonden effecten en -indien beschikbaar- de door de doelgroep ervaren effectiviteit en de mate waarin de veronderstelde werkzame elementen daadwerkelijk zijn uitgevoerd.

Klik hier als u tekst wilt invoeren.

*Let op: dit onderdeel (4.2) hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op de niveaus 'Goed beschreven' en 'Goed onderbouwd'.*

## 5. Samenvatting Werkzame elementen

*Wat zijn de werkzame elementen van deze interventie waardoor de gestelde doelen bij de doelgroep gerealiseerd worden? Geef een puntsgewijs overzicht van de belangrijkste werkzame elementen van de interventie. Denk daarbij aan inhoudelijke en praktische elementen.*

Max 250 woorden

Klik hier als u tekst wilt invoeren.

*Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.*

## 6. Aangehaalde literatuur

*Maak een alfabetische lijst van alle in deze beschrijving aangehaalde literatuur en gebruik hiervoor de APA-normen (variant met kleine letters, zie aanwijzingen in de handleiding).*

*Maak een alfabetische lijst van alle in deze beschrijving aangehaalde literatuur en gebruik hiervoor de APA-normen (variant met kleine letters, zie aanwijzingen in de handleiding).*

Baranowski T, Davis M, Resnicow K, Baranowski J, Doyle C, Lin LS, et al. Gimme 5 fruit, juice, and vegetables for fun and health: outcome evaluation. *Health Education & Behavior*. 2000;27(1):96-111.

Beck J, De Witt P, McNally J, Siegfried S, Hill JO, Stroebele-Benschop N. Predictors of meeting physical activity and fruit and vegetable recommendations in 9–11-year-old children. *Health Education Journal*. 2015; 74(2):183-196.

Bellisle F. Child nutrition and growth: butterfly effects? *British Journal of Nutrition*. 2008;99(SupplementS1):S40-S5.

Birch LL, Fisher JO. Development of eating behaviors among children and adolescents. *Pediatrics*. 1998;101(3 Pt 2):539-49.

Birch LL. Development of food acceptance patterns in the first years of life. *The Proceedings of the Nutrition Society*. 1998;57(4):617-24.

Birch LL. Development of food preferences. *Annual Review of Nutrition*. 1999;19:41-62.

Birch LL. Developmental aspects of eating. In: Sepherd R, editor. *Handbook of Psychophysiology of Human Eating*. Chichester: Wiley; 1989. pp. 179-203.

Brug J, Tak NI, te Velde SJ, Bere E, de Bourdeaudhuij I. Taste preferences, liking and other factors related to fruit and vegetable intakes among schoolchildren: results from observational studies. *British Journal of Nutrition*. 2008;99(SupplementS1):S7-S14.

Contento I. BG, Bronner Y., Lytle L., Maloney S., Olson C. and Swadener S. The effectiveness of nutrition education and implications for nutrition education policy, programs, and research: a review of research. *Journal of Nutrition Education* 1995;27(6):277-418.

Contento IR, Manning AD, Shannon B. Research perspective on school-based nutrition education. *Journal of Nutrition Education*. 1992;24(5):247-60.

Contento IR. *Nutrition education. Linking research, theory, and practice*. Boston 2007: Jones and Bartlett Publishers.

Cooke L. The importance of exposure for healthy eating in childhood: a review. *Journal of Human Nutrition and Dietetics*; 2007: 20: 294–301.

Couch SC, Glanz K, Zhou C, Sallis JF, Saelens BE. Home food environment in relation to children's diet quality and weight status. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*. 2014;114(10):1569-79.e1.

Craigie AM, Lake AA, Kelly SA, Adamson AJ, Mathers JC. Tracking of obesity-related behaviours from childhood to adulthood: a systematic review. *Maturitas*. 2011;70(3):266-84.

Dazeley P & Houston-Price C. Exposure to foods' non-taste sensory properties. A nursery intervention to increase children's willingness to try fruit and vegetables. *Appetite*; 2015: 84, 1-6.

De Bourdeaudhuij I, Klepp KI, Due P, Rodrigo CP, de Almeida M, Wind M, et al. Reliability and validity of a questionnaire to measure personal, social and environmental correlates of fruit and vegetable intake in 10-11-year-old children in five European countries. *Public Health Nutrition*. 2005;8(2):189-200.

Dutch National Food Consumption Survey 2007-2010: Diet of children and adults aged 7 to 69 years. Van Rossum CTM, Fransen HP, Verkaik-Kloosterman J, Buurma-Rethans EEJM, Ocké MC Bilthoven.

Evans CE, Christian MS, Cleghorn CL, Greenwood DC, Cade JE. Systematic review and meta-analysis of school-based interventions to improve daily fruit and vegetable intake in children aged 5 to 12 y. *The American Journal of Clinical Nutrition*. 2012;96(4):889-901.

Falciglia GA, Couch SC, Gribble LS, Pabst SM, Frank R. Food neophobia in childhood affects dietary variety. *Journal of the American Dietetic Association*; 2000: 100(12):1474-81.

Falciglia GA, Horner SL, Liang J, Couch SC, Levin LS. Assessing dietary variety in children: development and validation of a predictive equation. *J Am Diet Assoc*; 2009: 109(4):641-7.

- Falciglia GA, Troyer AG, Couch SC. Dietary Variety Increases as a Function of Time and Influences Diet Quality in Children. *Journal of Nutrition Education and Behavior*; 2004: 36(2):77-83.
- FAO. Biodiversity and sustainable diets united against hunger, International Scientific Symposium. FAO Headquarters, Rome, 2010, p.2.
- Gerrish, CJ & Mennella JA. Flavor variety enhances food acceptance in formula-fed infants. *American Journal of Clinical Nutrition*; 2001: 73, 1080-1085.
- Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM en Trimbos-instituut, 2016.
- Gezondheidsraad. Richtlijnen goede voeding 2015. Den Haag: Gezondheidsraad, 2015; publicatienr. 2015/24. ISBN 978-94-6281-089-1.
- Johnson SL, Bellows L, Beckstrom L, Anderson J. Evaluation of a social marketing campaign targeting preschool children. *American journal of health behavior*; 2007: 31(1), 44-55.
- Lake AA, Mathers JC, Rugg-Gunn AJ, Adamson AJ. Longitudinal change in food habits between adolescence (11–12 years) and adulthood (32–33 years): the ASH30 Study. *J Public Health (Oxf)*. 2006;28(1):10-16.
- Martire, S. I., Holmes, N., Westbrook, R. F., & Morris, M. J. (2013). Altered feeding patterns in rats exposed to a palatable cafeteria diet: increased snacking and its implications for development of obesity. *PLoS ONE*, 8(4), e60407.
- Mustonen S, Oerlemans P, Tuorila H. Familiarity with and affective responses to foods in 8–11-year-old children. The role of food neophobia and parental education. *Appetite*. 2012;58(3):777-80.
- Mustonen S, Rantanen R, Tuorila H. Effect of sensory education on school children's food perception: a 2-year follow-up study. *Food Quality and Preference*. 2009;20(3):230-40.
- Neumark-Sztainer D, Wall M, Larson NI, Eisenberg ME, Loth K. Dieting and disordered eating behaviors from adolescence to young adulthood: findings from a 10-year longitudinal study. *Journal of the American Dietetic Association*. 2011;111(7):1004-11.
- Nicklas TA, Baranowski T, Cullen KW, Berenson G. Eating Patterns, Dietary Quality and Obesity. *Journal of the American College of Nutrition*; 2001: 20:599 - 608.
- Nicklaus S, Remy E. Early origins of overeating: tracking between early food habits and later eating patterns. *Current Obesity Reports*. 2013;2(2):179-84.
- Renders CM, Seidell JC, van Mechelen W, Hirasig RA. Overweight and obesity in children and adolescents and preventative measures. *Ned Tijdschr Geneesk*; 2004: 148(42) 2066-2070.
- Roderiquez-Tadeo A, Pattion Villena B, Urquidez-Romero R. Food neophobia: impact on food habits and acceptance of healthy foods in schoolchildren. *Nutr Hosp* 2014: 21;31(1):260-8.
- Skinner JD, Carruth BH, Bounds W, Ziegler P, Reidy K. Do food-related experiences in the first 2 years of life predict dietary variety in school-aged children? *Journal of Nutrition Education and Behavior*; 2002: 34, 310-315.
- Steyn NP, Nel JH, Nantel G, Kennedy G, Labadarios D. Food variety and dietary diversity scores in children: are they good indicators of dietary adequacy? *Public Health Nutrition*; 2006: 9(5):644-50.
- Tacken GML, van Winter MA, van Veggel RJFM, Sijtsma SJ, Ronteltap A, Cramer L, Reinders MJ. Voorbij het broodtrommeltje ; Hoe jongeren denken over voedsel. LEI, onderdeel van Wageningen UR, Den Haag, 2010, p.134.
- Te Velde, S. J., Twisk, J. W., & Brug, J. (2007). Tracking of fruit and vegetable consumption from adolescence into adulthood and its longitudinal association with overweight. *British Journal of Nutrition*, 98(2), 431-438.
- Thijssen J, Schoot Fvd, Hemker B. Balans van het biologieonderwijs aan het einde van de basisschool 4 - Extra aandachtsgebied Voeding en gezondheid - Uitkomsten van de vierde peiling in 2010. *Periodieke Peiling van het Onderwijsniveau*. 2011.
- Tucker KL. Eat a variety of healthful foods: old advice with new support. *Nutrition Reviews*; 2001: 59(5):156-8.
- Van der Horst K, Ferrage A, Rytz A. Involving children in meal preparation. Effects on food intake. *Appetite*; 2014: 79, 18-24.
- Van Rossum, C.T.M., Beukers, M., de Boer E.J., Brants, H.A.M., Buurma-Rethans, E.J.M., Ocké, M.C., Vennemann, F.B.C.& de Boer, E.J. (2016). *The diet of the Dutch: Results of the first two years of the Dutch National Food Consumption Survey 2012-2016*. Bilthoven: RIVM.

Voedingscentrum. De Schijf van Vijf. Cited July 7; <http://www.voedingscentrum.nl/professionals/schijf-van-vijf.aspx>

Westenhoefer J. Establishing good dietary habits – capturing the minds of children. *Public Health Nutr.* 2001;4(1A):125-9.

WHO (2018). Obesity and overweight. Via:  
<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>.

Zalilah M, Khor G, Mirmalini K, Sarina S. Food neophobia and nutritional outcomes in primary school-children. *Journal of Community Nutrition.* 2005;7(3):121-9.

## 7. Praktijkvoorbeeld

*Beschrijf, indien beschikbaar, in max. 600 woorden een praktijkvoorbeeld van de uitvoering van de interventie: hoe was de situatie voor, tijdens en na de interventie?*

### Voor

De desbetreffende BSO had een beleid voor gezonde voeding en beweging, gezien er de laatste jaren steeds meer aandacht was voor een gezonde leefstijl waarbij sport en bewegen centraal stond. Met de grote toename van het aantal kinderen en jeugdigen met overgewicht, vond deze BSO het wenselijk dat het aanleren van een gezond leef- en bewegingspatroon al op jonge leeftijd zou beginnen. De kinderen werden uitgenodigd en geprikkeld om de omgeving en leefwereld te verkennen, waaraan een leefstijl met veel bewegen en gezondheid ten grondslag lag. Deze BSO bood haar kinderen dan ook een aanbod van sport-, spel- en bewegingsactiviteiten. Vóór het aanschaffen van de map 'Smaakplezier op de BSO' werden er al kook- en proefactiviteiten uitgevoerd op de BSO. Zo werd er wel eens pompoensoep gemaakt en werden er creatieve activiteiten ondernomen, zoals het maken van een fruitschilderij.

### Tijdens

De map 'Smaakplezier op de BSO' werd tweeënhalf jaar geleden aangeschaft via de GGD. De BSO had als doel de map te integreren met de bestaande activiteiten. Door de aanschaf van de map werden meer voedingsactiviteiten uitgevoerd waarbij er meer kookgerei of gezond voedsel ingekocht werd dan voorheen. De map speelde hierbij een ondersteunende rol. Ook werden er door de aanschaf van de map meer activiteiten uitgevoerd waarbij educatie centraal stond. Vóór het aanschaffen van de map werd er wel groenten en fruit aan de kinderen aangeboden, alleen werd er geen uitleg gegeven over waar het vandaan kwam, hoe het rook en smaakte. Sinds de komst van de map werd hier uitleg over gegeven tijdens het eten, waardoor het eetmoment educatiever werd. Daarnaast werd vóór de aanschaf van de map alleen een fruitmoment gehouden, later op de middag. Na de aanschaf van de map aten de kinderen in de vakanties om 10 uur 's ochtends ook groenten en fruit, waardoor alle kinderen de kans kregen om groenten en fruit te proeven. Dit kwam omdat er in de ochtend vaak meer kinderen aanwezig waren dan aan het eind van de middag. 's Avonds kookten de pedagogisch medewerkers al drie keer per week voor de kinderen, maar na de aanschaf van de map werden de kinderen meer betrokken bij onder andere het snijden en proeven van de producten tijdens de eetmomenten. De pedagogisch medewerker vond het lastig in te schatten wat het effect van het gebruik van de map was. Wel merkte de pedagogisch medewerker op dat ouders via hun kind meer hoorden over voeding en de voedingsactiviteiten die gedaan waren op een dag, zoals wanneer kinderen iets nieuws hadden geproefd. De feedback van ouders was heel positief; ze vonden het leuk dat de kinderen meer wisselende voedingsactiviteiten deden. De kinderen zelf vonden voornamelijk de activiteiten waarbij er gegeten of bewogen kon worden leuk.

### Na

De BSO locatie is voornemens om de map 'Smaakplezier op de BSO' in de toekomst vaker te gaan gebruiken en de activiteiten van de map meer te verweven in de dagelijkse activiteiten van de BSO.