

Evaluatie opschaling van de Gezonde Smikkelweken op de buitenschoolse opvang

Femke Hoefnagels,
Marieke Battjes-Fries



© 2022 Louis Bolk Instituut

Evaluatie opschaling van de Gezonde Smikkelweken op de buitenschoolse opvang

Femke Hoefnagels MSc., Dr. Ir. Marieke Battjes-Fries

Publicatienummer 2022-040 VG

28 pagina's

Deze publicaties is beschikbaar via www.louisbolk.nl/publicaties

www.louisbolk.nl

info@louisbolk.nl

T 0343 523 860

Kosterijland 3-5

3981 AJ Bunnik



@LouisBolk

Louis Bolk Instituut: Onderzoek en advies ter bevordering van
duurzame landbouw, voeding en gezondheid

Voorwoord

Deze rapportage beschrijft de evaluatie van de Gezonde Smikkelweken van Spoony die het Louis Bolk Instituut in opdracht van Jong Leren Eten heeft uitgevoerd. De Gezonde Smikkelweken is geëvalueerd op het bereik, de implementatie, de waardering, het gepercipieerd effect en succes- en faalfactoren.

We danken alle deelnemers die de vragenlijsten hebben ingevuld en de BSO-locaties die ons verwelkomd hebben voor de interviews.

Inhoud

1 Inleiding en achtergrond	5
1.1 Aanleiding onderzoek	5
1.2 Doel van het onderzoek	6
2 Methode	7
2.1 De interventie	7
2.2 Onderzoeksopzet en meetprocedure	7
2.3 Studiepopulatie	8
2.4 Uitkomstmaten	9
2.5 Data-analyse	10
3 Resultaten	11
3.1 Studiepopulatie	11
3.2 Activiteiten en faciliteiten op de BSO	13
3.3 Groente eten op de BSO	14
3.4 Voedseleducatie op de BSO	15
3.5 De Gezonde Smikkelweken op de BSO	15
3.6 Het Kook- en Speelboek voor thuis	19
3.7 Gepercipieerd effect op de kinderen	20
3.8 Vervolg wensen en tips voor de Gezonde Smikkelweken	22
4 Conclusie en discussie	24
Literatuur	26
Bijlage: De waardering per activiteit	27

1 Inleiding en achtergrond

1.1 Aanleiding onderzoek

Voor een goede ontwikkeling en gezondheid op korte en lange termijn is het belangrijk dat kinderen een gezond eetpatroon aanleren.¹ Een gezond eetpatroon, bijvoorbeeld rijk aan groente en fruit, verlaagt het risico op ziektes zoals overgewicht, hart- en vaatziekten en verschillende soorten van kanker op latere leeftijd.^{2,3} Volgens de nationale voedselconsumptie-peiling eet echter meer dan de helft van de kinderen in Nederland onvoldoende groente en fruit.⁴ Het is daarom van groot belang om een gezond eetpatroon bij kinderen te bevorderen en groente- en fruitconsumptie te verhogen. Ruim een half miljoen 4-12 jarige kinderen gaan gemiddeld 7,5 uur per week naar de BSO in Nederland⁵. Op de BSO krijgen kinderen op verschillende momenten op de dag te eten en drinken. De BSO lijkt daarom, naast de basisschool, een geschikte setting om kinderen kennis te laten maken met verschillende soorten groente en fruit.

In juli 2021 heeft Spoony samen met Jong Leren Eten Noord-Holland, Van Kekem Fruit en ProeVkantoor de 'Gezonde Smikkelweken' georganiseerd. Spoony is een sociale onderneming met de missie kinderen (4 - 12 jaar) een gezond voedingspatroon te geven, waarin groenten een hoofdrol speelt. Dit doet zij onder andere door middel van voedingsproducten, eetspelletjes en diverse speciaal voor kinderen ontwikkelde producten, waarmee zij kinderen en medewerkers op de BSO inspireren om groenten te ontdekken, proeven, klaar te maken en te eten. Daarnaast wil het kinderen en hun ouders stimuleren ook thuis aan de slag te gaan met groente en gezonde en duurzame voeding. Het Louis Bolk Instituut heeft deze pilot van de Gezonde Smikkelweek geëvalueerd, met als doel inzicht te krijgen in hoeverre de Gezonde Smikkelweek succesvol was, en geïnventariseerd in hoeverre de BSO een geschikte setting is voor het aanbieden van voedseleducatie in het algemeen. De resultaten van deze pilot in Noord-Holland waren veelbelovend.

In de zomer van 2022 werd de Gezonde Smikkelweek opgeschaald van alleen de provincie Noord-Holland naar zeven provinciën in noord en midden Nederland. Het streven van Spoony was om deze zomer met dit programma 45.000 kinderen en hun ouders op 500 BSO-locaties in minimaal 5 provinciën te bereiken. Daarnaast is de Gezonde Smikkelweek uitgebreid naar de Gezonde Smikkelweken, met aanscherping van het programma naar aanleiding van de pilot en uitbereiding met een online platform. De Gezonde Smikkelweken bestaan nu uit vier activiteiten op de BSO, een Kook- en Speelboek met daarin voor 8 weken lang thuisactiviteiten en challenges en het online platform www.gezondesmikkelweken.nl. Om dit online platform bekend te maken werd samengewerkt met partners als Quest Junior en Kidsweek. In 2021 bestond de Gezonde Smikkelweek nog uit drie kook-, ontdek- en eetactiviteiten en een kleine versie van het Kook- en speelboek voor thuis. De aanscherpingen van het programma bestaan uit de samenwerking met het Voedingscentrum waarbij is nagegaan of de producten die in de Gezonde Smikkelweken worden gebruikt voldoen aan de richtlijnen van het Voedingscentrum. Daarnaast is het betrekken van de ouders en de thuissituatie uitgebreid met challenges waarbij foto's ingestuurd konden worden. Tenslotte is de aandacht voor duurzaamheid uitgebreid, waaronder aandacht voor verpakkingsmateriaal, groenten uit het seizoen, lokale groenten, voedselverspilling en het aanbieden van moestuinactiviteiten om de kinderen te leren over de herkomst en productie van groenten.

1.2 Doel van het onderzoek

De kern van het onderzoek is de evaluatie van de vernieuwde en landelijke vorm van de Gezonde Smikkelweken van Spoony op de buitenschoolse opvang (BSO) en thuis onder BSO-medewerkers en ouders. Het primaire doel is de Gezonde Smikkelweken te evalueren op het bereik, de implementatie, de waardering, het gepercipieerd effect en de succes- en faalfactoren ten aanzien van de inzet van de Gezonde Smikkelweken. Het secundaire doel is breder de mogelijkheden en wensen voor de implementatie van voedseleducatie in de BSO in kaart te brengen. Hiermee kan de Gezonde Smikkelweken nog meer geoptimaliseerd en passend voor BSO's worden gemaakt en de doorwerking op de thuissituatie beter in kaart worden gebracht.

2 Methode

2.1 De interventie

Voor de eerste week van de zomervakantie ontvingen 585 BSO-locatie in 7 provincies in noord en midden Nederland via Spoony een krat met vier kook-, ontdek- en eetactiviteiten die pedagogisch medewerkers samen met de kinderen op de BSO konden uitvoeren en per kind voor thuis een Kook- en Speelboek met daarin voor de hele zomervakantie thuisactiviteiten en challenges.

De activiteiten op de BSO waren verrassende rauwkost proeven met het Zintuigenspel; Letterpretsoep met croutons en oud brood maken; brownies van zwarte bonen bakken en de kartonnen dozen recycleren tot mini-moestuintjes. Voor de BSO-locaties die aangegeven hadden geen keukenfaciliteiten te hebben, zijn vervangende activiteiten toegevoegd: een choco-bonen broodspread maken en van avocado's guacamole-krokodillen knutselen met het salsa kroko-pakket.

Er zijn 5500 gebruikers die iets hebben gedaan op het online platform en 1.300 gebruikers hebben meegedaan met de (foto)challenges waarbij de kinderen kans konden maken op het winnen van één van de 100 prijzen. Deze challenges konden de kinderen vinden in het Kook- en Speelboek (50.000 stuks) en via publicaties van de mediapartners Quest Junior en Kidsweek.

De eerste week van de zomervakantie was voor regio Midden van 11 tot en met 15 juli 2022 en voor regio Noord van 18 tot en met 22 juli 2022. Een aantal locaties heeft de activiteiten in de week of weken daaropvolgend uitgevoerd. De totale kosten voor de Gezonde Smikkelweken inclusief opstartkosten bedroeg tegen de 2 euro per kind.

2.2 Onderzoeksopzet en meetprocedure

Om de inventarisatie uit te voeren en de Gezonde Smikkelweken te evalueren is een mixed methods opzet met een pretest post-test design gehanteerd, aangevuld met semigestructureerde interviews.

Dit houdt in dat er een voormeting en een nameting uitgevoerd is bij BSO-medewerkers, middels digitale vragenlijsten. Alle locatiemanagers van de 585 BSO-locaties die zich hadden ingeschreven ontvingen via Spoony tweemaal de link en bijpassende QR-code naar een digitale vragenlijst, die zij vervolgens konden verspreiden onder de medewerkers van hun BSO-locatie. De digitale vragenlijst voor de voormeting is afgenomen in de twee weken voorafgaand aan de start van de Gezonde Smikkelweken. De voormeting had als doel inzicht te krijgen in de huidige situatie op de BSO omtrent het aanbieden van groente, beleid en -activiteiten ten aanzien van gezonde voeding, voedseleducatie en houding ten aanzien van groente eten op de BSO. Direct na afloop van de Gezonde Smikkelweken is de nametingsvragenlijst afgenomen bij de BSO-medewerkers. Zij konden deze vragenlijst tot aan de start van het nieuwe schooljaar invullen. De nameting had als doel inzicht te krijgen in het aanbieden van groente, ervaringen met de Gezonde Smikkelweken en waardering, implementatie, het bereik en de succes- en faalfactoren van de Gezonde Smikkelweken. Onder de BSO-medewerkers die beide vragenlijsten hebben ingevuld zijn tien tegoebonnen à €15,- verloot.

Aanvullend aan de vragenlijsten zijn er semigestructureerde interviews gehouden met BSO-medewerkers om verdiepende informatie over de implementatie, waardering en succes-

en faalfactoren ten aanzien van de Gezonde Smikkelweken op te halen. De interviews hebben in de eerste drie weken na de Gezonde Smikkelweken plaatsgevonden op de eigen BSO-locaties, met uitzondering van één interview dat via videobellen is afgenomen.

De ouders/ verzorgers van de kinderen die tijdens de Gezonde Smikkelweken naar de BSO zijn geweest, is direct na afloop van de week waarin de activiteiten op de BSO plaatsvonden gevraagd eenmalig een digitale vragenlijst in te vullen. Zij konden tot aan de start van het nieuwe schooljaar deze vragenlijst invullen. De ouders hebben via de locatiemanagers de link naar de vragenlijst ontvangen, bijvoorbeeld via het ouderportaal. Daarnaast hebben de BSO-locaties een poster ontvangen gericht aan de ouders met daarop informatie over de Gezonde Smikkelweken en de QR-code naar de vragenlijst. De vragenlijst voor de ouders had als doel inzicht te krijgen in de ervaringen met de Gezonde Smikkelweken en het Kook- en Speelboek, attitude ten aanzien van het stimuleren van groente op de BSO en eventuele vervolgwensen. Onder de ouders die de vragenlijst hebben ingevuld zijn tien tegoedbonnen à €15,- verloot.

Deelname aan het onderzoek, zowel de vragenlijsten als de interviews, was vrijwillig. De deelnemers konden te allen tijde besluiten hun deelname te beëindigen zonder opgave van reden. Alle data is vertrouwelijk en gecodeerd verwerkt. Het verzamelen, verwerken en opslaan van de data heeft plaatsgevonden volgens de uitvoeringswet AVG.

De door Spoony opgerichte 'Raad van Inspiratie' heeft geholpen met de opzet van het onderzoek en het gebruik van de juiste terminologie. In deze klankbordgroep zaten onder andere het Voedingscentrum, Jong Leren Eten, Brancheorganisatie Kinderopvang, een grote kinderopvangorganisatie en andere wetenschappers.

2.3 Studiepopulatie

In de twee weken vóór en direct na de Gezonde Smikkelweken werd er onder de BSO-medewerkers, werkzaam bij BSO-locaties die meededen aan de Gezonde Smikkelweken, een digitale vragenlijst verspreid. De locaties die meededen aan de Gezonde Smikkelweken zijn geworven door Spoony en partners zoals Jong Leren Eten en Jongeren Op Gezond Gewicht.

Voor deelname aan het onderzoek naar de Gezonde Smikkelweken werden de volgende inclusiecriteria gehanteerd: de BSO-medewerkers moesten tenminste één dag gewerkt hebben tijdens de Gezonde Smikkelweken en de ouders/verzorgers moesten tenminste één kind hebben die minimaal één dag had deelgenomen aan de activiteiten van de Gezonde Smikkelweken. Ouders/verzorgers met meerdere kinderen op de BSO werd gevraagd de vragenlijst in te vullen voor één van de kinderen, bij voorkeur het kind dat de aan de meeste activiteiten van de Gezonde Smikkelweken had meegedaan.

Onder de ouders van de kinderen die aanwezig waren tijdens de eerste week van de zomervakantie op de deelnemende BSO's is direct na afloop van de activiteiten op de BSO een vragenlijst verspreid. Er is een reminder voor het invullen van de vragenlijsten gestuurd naar de BSO-locaties en naar de BSO-medewerkers die alleen de voormetingsvragenlijst hadden ingevuld. Er zijn verschillende BSO-locaties benaderd voor een interview, waarbij rekening werd gehouden met een spreiding over de provincies en met een mix aan functies binnen de BSO.

De SES-WOA-score is gebruikt om de indeling van de ligging van de BSO-locaties te bepalen⁶. Deze indeling op sociaaleconomische status per postcodegebied wordt

beschreven in termen van de financiële welvaart, het opleidingsniveau en het recente arbeidsverleden van particuliere huishoudens⁶. Scores lager dan -0,1 zijn geclassificeerd als laag, van -0,1 tot 0,1 als midden en hoger dan 0,1 als hoog.

2.4 Uitkomstmaten

De voormetingsvragenlijst voor de BSO-medewerkers bestond uit 34 vragen. Om de huidige situatie op de BSO in kaart te brengen werd er uitgevraagd a) op welke momenten er groenten werd gegeten op de BSO-locatie, b) welke groentesoorten er werden aangeboden, c) het aantal kinderen dat groente (met plezier) at en proefde, d) het groentebeleid op de BSO, e) aanwezige kook- en moestuinfaciliteiten, f) aandacht aan groenten en duurzame voeding op de BSO en g) het gebruik van intermediairs en andere programma's. Vervolgens werden er vragen gesteld over de geschiktheid van de BSO voor voedseleducatie, hoe dit het beste gegeven kan worden en welke vorm dit dan zou moeten hebben. Tenslotte werden een aantal stellingen voorgelegd over de kennis, motivatie en ondersteuning voor de groente-activiteiten en de mening over het eten van groente op de BSO.

De nametingsvragenlijst voor de BSO-medewerkers bestond uit 46 vragen. De vragenlijst bestond uit vragen over a) op welke momenten er groenten werd gegeten op de BSO-locatie, b) welke groentesoorten er werden aangeboden, c) het aantal kinderen dat groente (met plezier) at en proefde, d) twaalf stellingen over de waardering van de Gezonde Smikkelweken, e) vragen over het bereik van de Gezonde Smikkelweken op de BSO, o.a. over het aantal kinderen dat meedeed aan de activiteiten en hoeveel kinderen het Kook- en Speelboek hebben meegenomen, f) welke activiteiten zijn uitgevoerd op de BSO-locatie, g) zes stellingen over het inzetten van de activiteiten en h) het inzetten van de Gezonde Smikkelweken, groente eten, gezond eten en duurzaam eten in de toekomst.

De voor- en nametingsvragenlijst voor de BSO-medewerkers werden beiden afgesloten met dezelfde vragen over demografische kenmerken van de respondenten (provincie, geboortedatum, geslacht, functie en postcode). Alle stellingen werden op een 5-punt-Likertschaal uitgevraagd van helemaal oneens tot helemaal eens, helemaal niet tot helemaal wel of geen tot (bijna) alle kinderen.

De vragenlijst voor de ouders bestond uit 22 vragen. Na de vragen over de aanwezigheid van het kind tijdens de Gezonde Smikkelweken, volgde een aantal stellingen over hun mening over de Gezonde Smikkelweken op de BSO en de gepercipieerde effecten bij hun kinderen op de groenteconsumptie, -kennis en het proeven van groente. Vervolgens werden een aantal vragen gesteld over het meegekregen Kook- en Speelboek en de gepercipieerde effecten hiervan. Daarna volgde een aantal stellingen over groente en duurzaam eten in het algemeen op de BSO. Alle stellingen werden op een 5-punt-Likertschaal uitgevraagd van helemaal oneens tot helemaal eens. De vragenlijst werd afgesloten met vragen over demografische kenmerken van de respondenten (provincie, leeftijd van het kind, geslacht en eigen leeftijd).

De interviewgids voor de semigestructureerde interviews bestond uit verschillende thema's. De thema's a) voorbereiding en materialen, b) verloop van de Gezonde Smikkelweken inclusief het verloop van de specifieke activiteiten, c) resultaat en ervaringen en d) de communicatie kwamen in variërende volgorde aan bod tijdens de interviews. Het interview werd afgesloten met de vraag over welke onderdelen echt behouden moeten blijven, waar ze de verbeterpunten zien en of ze de Gezonde Smikkelweken nog eens zouden willen houden op de BSO.

2.5 Data-analyse

De data-analyse is uitgevoerd met het programma IBM SPSS versie 26. De resultaten zijn descriptief weergegeven als gemiddeld $\pm$ standaarddeviatie voor continue variabelen (wanneer deze normaal verdeeld zijn) en als n (aantal) en percentage voor categorische variabelen. De vragen met Likertschaal van 1-5 is numeriek weergegeven, waarbij de antwoorden 'eens' (4) en 'helemaal eens' (5) per vraag bij elkaar opgeteld zijn.

De datasets van de BSO-medewerkers zijn op basis van geboortedatum en postcode aan elkaar gekoppeld om de vergelijkingen tussen de voor- en nameting bij de BSO-medewerkers uit te voeren. Dit betrof de vragen over het groenteaanbod, groenteconsumptie, -eetplezier, bereidheid tot proeven en de kennis over groenten bij de kinderen. Vergelijkingen tussen de voor- en nameting zijn, aangezien de data normaal verdeeld was, getoetst met gepaarde t-toetsen. Resultaten met een p-waarde $<0,05$ zijn als statistisch significant geïnterpreteerd.

Het overgrote deel van de interviews is face to face afgenomen. De gesprekken zijn samenvattend uitgewerkt. Er is per vooraf opgesteld thema een beschrijving gemaakt van de resultaten, waaruit nieuwe sub-thema's ontstonden. Van elk sub-thema is een samenvatting gemaakt. Uit deze samenvattingen zijn de aanbevelingen gehaald en conclusies getrokken.

3 Resultaten

3.1 Studiepopulatie

Van de 431 BSO-respondenten die aan de voormetingsvragenlijst waren begonnen, zijn er tussen de 384 en 410 respondenten in de analyses meegenomen. Zij hebben toestemming gegeven om de antwoorden te gebruiken voor dit onderzoek en minstens de eerste twee inhoudelijke vragen van de vragenlijst ingevuld. Van de 585 deelnemende locaties hebben medewerkers van ten minste 279 locaties (48%) de voormetingsvragenlijst ingevuld. Van de respondenten werkten er 234 als pedagogische medewerker (60%), 53 als locatiemanager (14%) en 50 als leidinggevende (13%; zie tabel 1).

Aan de nametingsvragenlijst zijn 372 respondenten begonnen, waarvan er tussen de 289 en 327 respondenten in de analyses zijn meegenomen. Van de respondenten werkten er, vrij vergelijkbaar als bij de voormeting, 183 als pedagogisch medewerker (63%), 33 als locatiemanager (11%) en 42 als leidinggevende (14%). Andere functies die de BSO-medewerkers hadden zijn assistent leidinggevende, directeur/eigenaar, pedagogisch coach, activiteiten coördinator, zorgmedewerker en gastouder.

De vragen van de nametingsvragenlijst voor de ouders is door 70 tot 79 respondenten ingevuld. De respondenten hebben de vragenlijst voornamelijk ingevuld voor hun kinderen die tussen de 4 en 9 jaar oud waren (94%). De meeste kinderen (71%) zijn twee of drie dagen naar de BSO gegaan tijdens de Gezonde Smikkelweken.

De interviews zijn gehouden met BSO-medewerkers met verschillende functies. Drie medewerkers hadden het thema 'Voeding' onder hun hoede of zijn Gezonde Kinderopvang coach.

Tabel 1. Kenmerken van de studiepopulatie

	Voormeting BSO (n=410)	Nameting BSO (n=327)	Nameting ouders (n=79)	Interviews BSO (n=10)
Geslacht ^{abc} (n, %)				
Man	29 (8%)	21 (7%)	13 (19%)	-
Vrouw	350 (91%)	268 (92%)	56 (80%)	10 (100%)
Anders/ geen antwoord	5 (1%)	3 (1%)	1 (1%)	-
Leeftijd ^{abc} (gem ± SD)	39,5 ± 11,4	40,1 ± 11,5	38,5 ± 4,8	35,8 ± 15,0
Functie ^{ab} (n, %)				
Pedagogisch medewerker	234 (60%)	183 (63%)		7(70%)
Locatiemanager	53 (14%)	33 (11%)		1(10%)
Leidinggevende	50 (13%)	42 (15%)		1(10%)
Anders	50 (13%)	32 (11%)		1(10%)
Provincie BSO-locatie (n, %)				
Drenthe	37 (9%)	25 (8%)	6 (8%)	
Flevoland	29 (7%)	21 (6%)	3 (4%)	
Friesland	59 (14%)	54 (17%)	7 (9%)	
Gelderland	30 (7%)	29 (9%)	15 (19%)	
Groningen	1(0%)	-	1 (1%)	
Noord-Holland	128 (31%)	98 (30%)	26 (33%)	
Overijssel	49 (12%)	41 (13%)	8 (10%)	
Utrecht	75 (12%)	59 (18%)	12 (15%)	
Zuid-Holland	1(0%)	-	1 (1%)	
Leeftijd kind (n, %)				
< 4 jaar			2 (3%)	
4 – 6 jaar			40 (51%)	
7 – 9 jaar			34 (43%)	
10 – 13 jaar			3 (4%)	

^a Missende waarden bij de voormeting van de BSO-medewerkers: geslacht n=26, leeftijd n=15, functie n=23

^b Missende waarden bij de nameting van de BSO-medewerkers: geslacht n=35, leeftijd n=11, functie n=37

^c Missende waarden bij de nameting van de ouders: geslacht n=9, leeftijd n=9

Ruim de helft van de deelnemende BSO-locaties (55%) was gelegen in een buurt met een relatief hoge SES-WOA-score, ten opzichte van 50% van de buurten met een hoge SES-WOA-score in heel Nederland (tabel 2).

Tabel 2. Spreiding SES-WOA-scores van de deelnemende BSO-locaties versus heel Nederland

SES-WOA score	BSO-locaties	Nederland
Laag (< -0,1)	17%	16%
Midden (-0,1 tot 0,1)	28%	34%
Hoog (>0,1)	55%	50%

3.2 Activiteiten en faciliteiten op de BSO

Beleid

Van de respondenten gaf 77% aan dat er iets in het beleid van hun BSO stond over groente eten met de kinderen of dat hier afspraken over gemaakt zijn, ten opzichte van 14% die hier geen afspraken of beleid over had. Het voedingsbeleid dat wordt gehanteerd op de BSO was bijna altijd een eigen beleid (89%). Bij 6% van de BSO's was dit beleid afgestemd met de basisschool waarvan zij de kinderen ontvangen.

Faciliteiten

Bij 94% van de respondenten waren keuken- of kookfaciliteiten op hun BSO-locatie aanwezig en 76% maakte hier ook samen met de kinderen gebruik van. Het verschilde per locatie hoe vaak er samen met de kinderen gekookt of gebakken werd, variërend van wekelijks (21%), maandelijks (31%) of af en toe (42%). Wanneer er wordt gekookt en gebakken, waren koekjes (63%) en cupcakes/ taart (57%) favoriet. Het koken van soep (49%) en gerechtjes met groente maken (34%) werd bij relatief minder BSO-locaties gedaan. De vaakst genoemde redenen bij locaties waar er zelden of nooit wordt gekookt en gebakken waren dat niet de juiste materialen of faciliteiten aanwezig zijn, er geen tijd voor is of dat het te arbeidsintensief is.

De helft van de BSO's (49%) hadden een vorm van een moestuin: 39% had buiten een moestuin en 10% had potjes of een minikasje voor binnen. Van de locaties met een moestuin buiten (37%), groeide hier ruim de helft (56%) hier samen met de kinderen groente in.

Activiteiten groente & duurzaam eten

Op de BSO werd met de kinderen op verschillende manieren aandacht besteed aan groente. Dit was bijvoorbeeld door kinderen te laten helpen met groente snijden of bereiden (74%), onbekende of nieuwe groente te laten proeven (42%), het koken of bakken van groentegerechten (41%) en groente laten ontdekken door het te bekijken, voelen en ruiken (35%). Er werd het minst vaak in spelvorm (8%) of digitaal (1%) een activiteit met groente gedaan.

Bij de BSO's waar met de kinderen aandacht werd besteed aan duurzaam eten, was dat het vaakst over voedselverspilling (42%), het scheiden van afval (34%) en eten in het seizoen (34%). Er werd minder vaak aandacht besteed aan de milieubelasting van het eten (3%) en lokaal eten (10%). Er zijn ook BSO-locaties waar helemaal geen aandacht werd besteed aan het eten van groente (12%) of aan duurzaam eten (27%).

Belang van aandacht voor groente, gezond en duurzaam eten

Voor de Gezonde Smikkelweken vond 75% van de BSO-medewerkers het belangrijk om activiteiten met groente aan te bieden en 76% vond gezond eten bij de taken van de BSO horen (tabel 3). Minder, maar toch ook het merendeel van de BSO-medewerkers (58%) vond dat aandacht geven aan duurzaam eten bij de taken van de BSO hoort.

Tabel 3. Het belang van gezond en duurzaam eten op de BSO volgens de BSO-medewerkers en de ouders (stellingen met Likertschaal 1-5).

	Gemiddelde $\pm$ SD
BSO-medewerkers (n=389)	
Ik vind het belangrijk dat kinderen op de BSO dagelijks groente krijgen aangeboden	4,2 $\pm$ 0,6
Ik vind het belangrijk dat wij activiteiten met groente aanbieden	3,9 $\pm$ 0,7
Ik vind het bij de taken van de BSO horen om aandacht te besteden aan gezond eten	4,0 $\pm$ 0,7
Ik vind het bij de taken van de BSO horen om aandacht te besteden aan duurzaam eten	3,7 $\pm$ 0,7
Ouders (n=70)	
Ik vind de BSO een geschikte locatie voor voedseleducatie	4,5 $\pm$ 0,8
Ik vind het belangrijk dat mijn kind op de BSO voldoende groente krijgt aangeboden	4,5 $\pm$ 0,7
Ik vind het fijn dat de BSO het eten van groente stimuleert	4,7 $\pm$ 0,5
Ik zou graag willen dat de BSO van mijn kind doorgaat met extra aandacht voor het eten van groente	4,4 $\pm$ 0,7

De ouders waren het bijna unaniem (helemaal) eens (99%) dat ze het fijn vinden dat de BSO het eten van groente stimuleert en 91% vond het belangrijk dat de BSO groente aanbiedt aan de kinderen. De ouders gaven daarbij ook nog hun mening over gezond en duurzaam eten op de BSO, waar zowel positieve als negatieve reacties tussen zaten. Een aantal ouders gaf aan dat *“het leuk is dat kinderen op deze wijze groentes leren kennen”* en *“leren over de natuur is altijd goed, zolang de kinderen maar wordt geleerd zelf na te denken en geen mening wordt opgelegd”*. Anderen waren juist minder positief *“een gezond voedingsbeleid is te rigide”* en *“we eten thuis al gezond, op de BSO gaat het echt te ver”*. Een deel van de ouders (41%) heeft weinig behoefte om meer concrete tips van de BSO te krijgen over hoe ze thuis groente eten kunnen stimuleren bij kinderen.

Nadat de Gezonde Smikkelweken waren afgelopen is aan de BSO-medewerkers gevraagd of zij in de toekomst meer willen doen met groente, gezond en duurzaam eten. De meeste BSO-medewerkers wilden meer doen met gezond eten (97%), gevolgd door meer willen doen met groente eten (93%). Minder maar nog steeds veel BSO-medewerkers gaven aan in de toekomst meer te willen doen met duurzaam eten (88%). Dit komt overeen met de wens van ouders dat de BSO doorgaat aandacht te geven aan groente (87%), gezond (90%) en in mindere mate duurzaam (74%) eten.

3.3 Groente eten op de BSO

Groentemomenten & -soorten

Bijna alle BSO-medewerkers vonden het belangrijk om op de BSO dagelijks groente aan te bieden aan de kinderen (90%). Volgens 41% van de medewerkers werd momenteel al genoeg groente gegeten door de kinderen. Bijna alle medewerkers eten met plezier groente met de kinderen mee wanneer ze dit aanbieden (91%). De groentesoorten die regelmatig (minstens twee keer per week) worden aangeboden aan de kinderen waren komkommer (94%), paprika (88%), tomaat (84%) en wortel (72%).

De BSO-medewerkers gaven aan dat er in de schoolvakanties op verschillende momenten regelmatig groenten gegeten wordt op hun BSO-locatie. Het eten van groente als tussendoortje in de middag (90%) was het meest favoriet, maar ook als tussendoortje in de ochtend (40%) en bij of na de lunch (39%) werd er op BSO-locaties groente aangeboden.

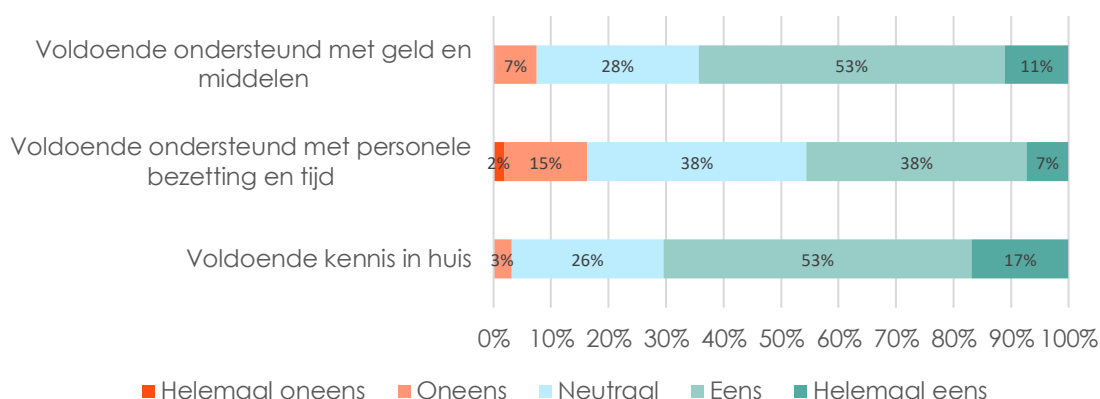
3.4 Voedseleducatie op de BSO

De BSO werd door 84% van de respondenten gezien als een geschikte locatie voor voedseleducatie. De helft van de BSO's (48%) gebruikt hier een bepaald lesprogramma's voor. Programma's voor voedseleducatie die worden gebruikt zijn de cursus Gezonde Kinderopvang (15%), een eigen programma (8%), activiteiten van natuur- en milieueducatie Nederland of het instituut voor natuurbeschermingseducatie (NME of IVN, 8%) en Smaakplezier op de BSO (4%). Van de respondenten was 7% zelf Gezonde Kinderopvangcoach en bij 21% is een collega dat.

Het structureel inbedden van voedseleducatie op de BSO, wat 56% van de BSO-medewerkers wilde, kan via verschillende manieren. De meeste BSO-medewerkers gaven de voorkeur aan smaakproefjes met de vijf zintuigen (73%), experimentjes met eten (73%) en kooklessen (67%). Maar ook activiteiten in de moestuin (48%), spellen over eten (47%) en knutselopdrachten (42%) zijn manieren waarop de BSO-medewerkers structureel aandacht wilden geven aan voedseleducatie. Minder vaak werd er gekozen om via filmpjes voedseleducatie te geven (14%). Dat sluit aan bij welke vorm het aanbod bij voorkeur aan de BSO's wordt aangeboden. De voorkeur ging minder vaak uit naar how-to video's (13%) of een digitale omgeving met activiteiten (25%). De vorm waarnaar de voorkeur het vaakst naar uitgaat waren een set, box of kist met materialen (53%), een map met activiteiten (52%) en workshops door externen (44%).

3.5 De Gezonde Smikkelweken op de BSO

Voorafgaand aan de Gezonde Smikkelweken gaf 93% van de BSO-medewerkers aan gemotiveerd te zijn om met de activiteiten bezig te gaan. Hierbij voelde 64% zich voldoende ondersteund met geld en middelen en 46% voldoende ondersteund met personeel en tijd (figuur 1). Het merendeel (70%) ervoer ook voldoende kennis in huis te hebben om de kinderen groente te laten eten.



Figuur 1. Ervaren mogelijkheden om kinderen meer groente te laten eten volgens de BSO-medewerkers voorafgaand aan de Gezonde Smikkelweken (Likertschaal 1-5, n=386).

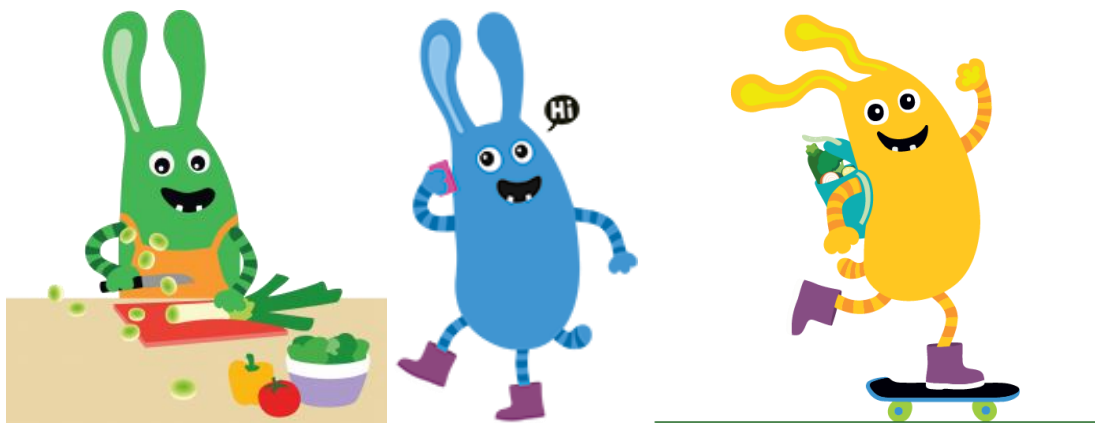
Na afloop van de Gezonde Smikkelweken waren de BSO-medewerkers positief over de activiteiten van de Gezonde Smikkelweken en hoe de week vol activiteiten was georganiseerd (tabel 4).

Tabel 4. Ervaringen met de Gezonde Smikkelweken volgens de BSO-medewerkers (n=313).

	Gemiddelde $\pm$ SD
Ik heb de Gezonde Smikkelweken als positief ervaren	4,3 $\pm$ 0,6
De bezorging van de pakketten verliep goed	4,4 $\pm$ 0,8
Ik ben enthousiast over samen koken en spelenderwijs groenten proeven en ontdekken	4,4 $\pm$ 0,6
De spelletjes maakten de activiteit extra aantrekkelijk voor de kinderen om mee te doen	4,2 $\pm$ 0,7
De communicatie over de Gezonde Smikkelweken verliep goed	4,3 $\pm$ 0,7
De Gezonde Smikkelweken werd door mijn locatie voldoende ondersteund met tijd en personele bezetting	3,9 $\pm$ 0,8
De Gezonde Smikkelweken werd door mijn locatie voldoende ondersteund met geld en middelen	4,0 $\pm$ 0,7
De Gezonde Smikkelweken past bij de manier van werken van mijn BSO-locatie	4,2 $\pm$ 0,7
De ouders reageerden positief op de Gezonde Smikkelweken.	3,9 $\pm$ 0,7
Mijn collega's hebben zich enthousiast ingezet bij de Gezonde Smikkelweken	4,0 $\pm$ 0,7
Ik zou de Gezonde Smikkelweken aanraden aan collega's/andere BSO-locaties	4,3 $\pm$ 0,7
De activiteiten waren gemakkelijk in te passen in mijn dagelijkse werkzaamheden	4,0 $\pm$ 0,7
De uitleg voor de begeleiding voor de activiteiten was duidelijk voor mij	4,3 $\pm$ 0,5
De organisatie rond de activiteiten was goed te doen voor mij	4,2 $\pm$ 0,6
De activiteiten waren goed in te passen in het dagschema	4,2 $\pm$ 0,6
De activiteiten namen te veel tijd in beslag	2,7 $\pm$ 0,8
De activiteiten waren goed uit te voeren door de kinderen	3,9 $\pm$ 0,6
De kinderen hebben met plezier de activiteiten uitgevoerd	4,2 $\pm$ 0,5

Algemeen

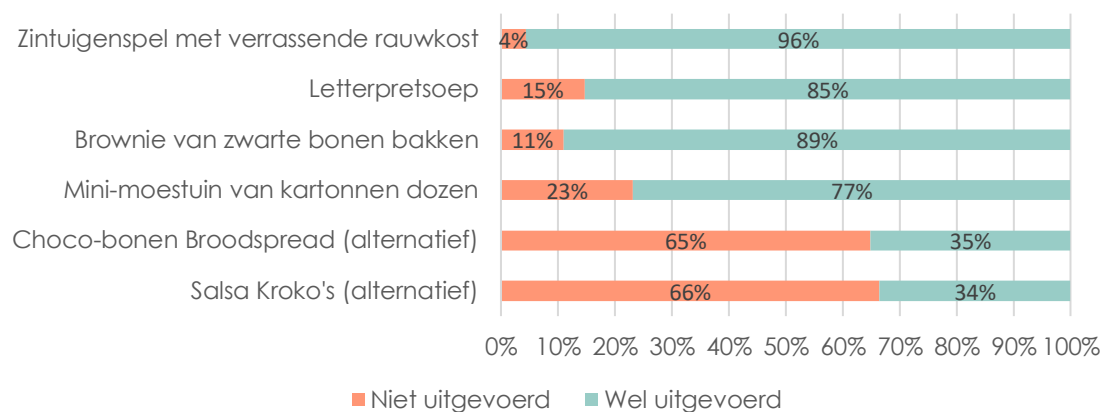
Tijdens de interviews waren de reacties van de BSO-medewerkers op de vormgeving van de Gezonde Smikkelweken unaniem positief. Wat genoemd werd was dat het er erg professioneel uitziet omdat alle materialen en communicatie-uitingen matchen. Bovendien werd het door één BSO-medewerker als prettig en gemakkelijk ervaren dat er een communicatiekit werd meegeleverd, tijdens andere interviews is dit niet benoemd. De BSO-medewerkers vonden ook dat de kleuren bij het thema passen. De poster hing twee weken na de Gezonde Smikkelweken nog steeds op een goed zichtbare plek bij een aantal BSO-locaties. Aan de hand van de poster kregen ze reacties van de ouders. Met het Spoony tekenfiguurtje waren de kinderen niet bezig zeiden de BSO-medewerkers (figuur 2) van verschillende locaties. De kinderen waren vooral bezig met wat de activiteit was; het ging niet over Spoony. Een van de pm-ers dacht dat het kwam doordat de kinderen geen associatie hadden met dit tekenfiguur.



Figuur 2. Het Spoony tekenfiguurtje.

De activiteiten uitvoer en deelname

Uit het reguliere pakket is het zintuigenspel het vaakst uitgevoerd (96%) en de mini-moestuin het minst vaak (77%, zie figuur 3). Twee BSO-locaties gaven hiervoor de verklaring dat ze zelf al een moestuin hadden, waardoor deze activiteit dubbelop was. Voor de BSO-locaties die niet de juiste kookfaciliteiten hadden, werd een alternatief aangeboden. Voor de Brownie van zwarte bonen was dit choco-bonen broodspread en voor de letterpretsoep was dit de salsa kroko's.

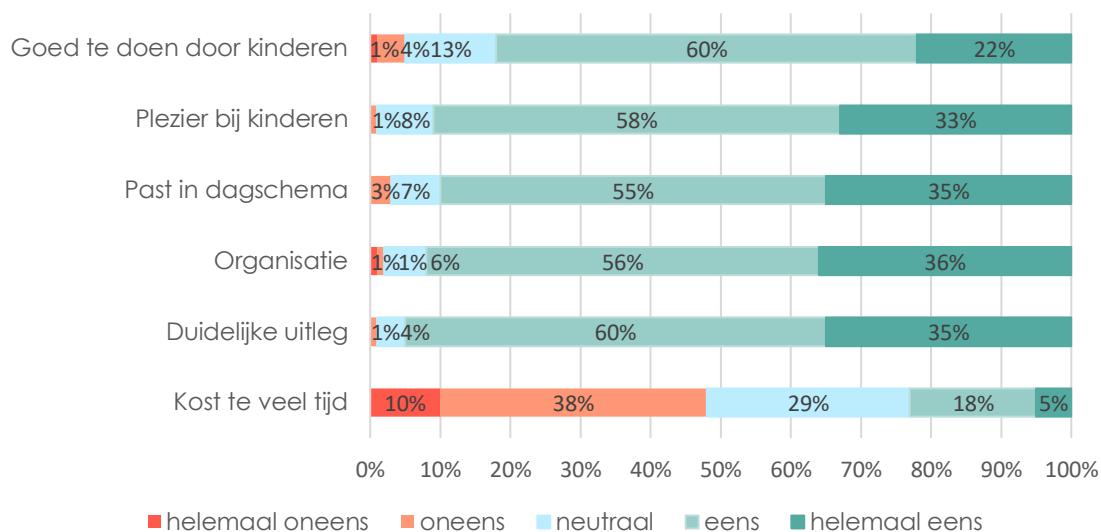


Figuur 3. De uitgevoerde activiteiten van de Gezonde Smikkelweken op de BSO.

Het aantal kinderen dat deelnam per activiteit verschilde tussen de BSO's: 50% van de BSO-medewerkers gaf aan dat er 1 tot 15 kinderen meededen. Een deel (49%) of de meeste kinderen (38%) was aanwezig bij meerdere activiteiten. Meestal werden de activiteiten gedaan met de kinderen die zin hadden om mee te doen (55%) en soms werden de activiteiten met de hele groep kinderen samen gedaan (34%). Uit de interviews bleek dat de bereiding van de recepten vaak door een kleiner groepje kinderen werd gedaan en dat het proeven vervolgens samen met alle kinderen die wilden en de pm-ers werd gedaan.

“Als je dit soort activiteiten zelf organiseert zijn er veel meer mits en maren. Dit maakt het veel makkelijker om ermee te starten.”

De BSO-medewerkers waren over het algemeen erg positief over de activiteiten van de Gezonde Smikkelweken op de BSO (figuur 4). De BSO-medewerkers waren positief over onder andere de pakketten, de verse en verrassende producten en de afwisseling in activiteiten. Gemiddeld scoorden de BSO-medewerkers de stellingen over de uitleg, het organiseren van de activiteiten, het passen in het dagschema, het plezier van de kinderen bij de activiteit en dat de uitvoer goed te doen was voor de kinderen allen positief. De stelling dat de activiteit te veel tijd kost scoorde juist gemiddeld neutraal. Als grote voordeel van het Gezonde Smikkelpakket werd genoemd dat het als complete set wordt aangeboden. De BSO-medewerkers gaven aan dat ze het wel zelfstandig zouden kunnen bedenken en invoeren, maar dat dit meehelpt bij het enthousiasmeren van collega's en het vergemakkelijkt de uitvoer. De sturing die het pakket en de activiteiten bieden, werd als prettig ervaren.



Figuur 4. De waardering van de activiteit-onderdelen volgens de BSO-medewerkers.

Tussen de activiteiten waren kleine verschillen in waardering te zien (zie bijlage 1). Het viel bijvoorbeeld op dat de activiteiten 'letterpretsoep' (gemiddeld $4,0 \pm 0,8$) en 'salsa kroko's' (gemiddeld $4,0 \pm 0,8$) iets lager scoorde op het kunnen inpassen in het dagschema dan de andere activiteiten (gemiddeld $4,2 \pm 0,6$). Dit kwam ook naar voren in de interviews; de croutons voor de letterpretsoep werd achterwegen gelaten of het maken van de soep werd overgenomen door de pm-er omdat de kinderen er geen geduld meer voor hadden. De activiteiten scoorde gemiddeld negatief (gemiddeld $2,7 \pm 0,8$) op 'nam te veel tijd in beslag', alleen de activiteit 'letterpretsoep' scoorde hier gemiddeld hoger op (gemiddeld $3,1 \pm 1,0$). De activiteiten 'letterpretsoep' en 'salsa kroko's' scoorden lager dan de andere activiteiten op 'goed uit te voeren door de kinderen' (gemiddeld $3,7 \pm 0,8$ en $3,7 \pm 0,8$ versus gemiddeld $3,9 \pm 0,6$).

De ouders waren ook positief over de Gezonde Smikkelweken op de BSO: 93% vond het goed dat dit heeft plaatsgevonden op de BSO en 78% dacht dat hun kinderen het leuk vonden (tabel 5). Volgens de ouders had 76% van de kinderen thuis verteld over de Gezonde Smikkelweken. Een van de pm-ers vertelde tijdens de interviews dat bij het ophalen van de kinderen, de kinderen vooral heel enthousiast vertelden over het maken van de gerechten en niet over het proeven hiervan.

Tabel 5. Ervaringen met de Gezonde Smikkelweken volgens de ouders (n=71).

	Gemiddelde $\pm$ SD
Ik vind het goed dat de Gezonde Smikkelweken op de BSO van mijn kind(eren) heeft plaatsgevonden	4,6 $\pm$ 0,8
Mijn kind vond de Gezonde Smikkelweken leuk	4,2 $\pm$ 0,8
Mijn kind heeft thuis verteld over de Gezonde Smikkelweken	3,8 $\pm$ 1,2
De BSO heeft mij voldoende geïnformeerd over de Gezonde Smikkelweken	3,8 $\pm$ 1,2

Aandachtspunten

Hoewel de BSO-medewerkers overwegend positief waren over de Gezonde Smikkelweken, merkte ze een aantal aandachtspunten op over de Gezonde Smikkelweken in het algemeen en over specifieke activiteiten. Dit ging met name over onduidelijkheid over de hoeveelheden: *“Als er maar 150gr lettervermicelli in de soep hoeft, waarom geven jullie dan verpakkingen van 250gr?”* en welke producten zelf gekocht moesten worden: *“Het zou fijn zijn als we een lijstje doorkrijgen wat wij nodig hebben”*. Ook werd er benadrukt dat er volgens hen te veel verspilling was, zowel van folders en drukwerk dat te veel geleverd is als van de producten waarvan maar een gedeelte gebruikt werd.

*“De naam Gezonde Smikkelweken is verwarrend
als je maar 1 week een pakket krijgt.”*

De naam Gezonde Smikkelweken impliceert volgens de BSO-medewerkers dat er voor meerdere weken activiteiten zouden zijn, terwijl de naam slaat op één week op de BSO en zes weken thuis. Voor sommige BSO-medewerkers werkte dit verwarrend. Sommigen hebben dit opgelost door de activiteiten uit te spreiden over meerdere weken. Het verspreiden van de activiteiten over meerdere weken werd ook gedaan als er te weinig personeel aanwezig was om de activiteit goed te kunnen coördineren. De BSO-medewerkers vonden deze coördinatie wel nodig, omdat de kinderen niet zelfstandig alle stappen van de recepten konden volgen. Ook werd er genoemd dat de activiteiten leken op die van vorig jaar of op activiteiten die ze al kennen via andere aanbieders, hierin zouden ze graag meer variatie in willen.

Sommige activiteiten zijn door de BSO-medewerkers aangepast zodat deze beter bij de kinderen van de BSO-locatie paste. De maskers bij het zintuigenspel zijn bijvoorbeeld achterwege gelaten omdat de kinderen het te spannend vonden om geblinddoekt te worden of de kinderen moesten zelf hun ogen dichthouden zodat er meer kinderen mee konden doen. De croutons bij de letterpretsoep zijn niet of zonder knoflook gemaakt omdat dit te veel tijd kostte of niet lekker werd gevonden. Het snijden en voorbereiden van de groenten werd bij meerdere locaties door de pm-ers gedaan in plaats van door de kinderen, meestal omdat het te moeilijk werd bevonden voor de kinderen. De groentes waren bijvoorbeeld te hard om te snijden en voor de kokosnoot waren hulpmiddelen nodig.

3.6 Het Kook- en Speelboek voor thuis

De BSO-medewerkers gaven aan dat de meeste of (bijna) alle kinderen het Kook- en Speelboek hebben meegenomen (82%). Dit komt overeen met wat de ouders aangaven (87%). De reacties op het Kook- en Speelboek waren positief (tabel 6).

Tabel 6. De waardering van het Kook- en Speelboek volgens de BSO-medewerkers en de ouders (stellingen met Likertschaal 1-5).

	Gemiddelde $\pm$ SD
BSO-medewerkers (n=288)	
De kinderen vonden het leuk om het Kook- en Speelboek mee naar huis te krijgen	4,2 $\pm$ 0,6
De ouders reageerden positief op het Kook- en Speelboek dat ze mee naar huis kregen	4,0 $\pm$ 0,7
Ouders (n=51)	
Mijn kind vond de activiteiten uit het Kook- en Speelboek leuk	4,4 $\pm$ 0,6
De uitleg bij de activiteiten was duidelijk	4,4 $\pm$ 0,6
De activiteiten waren goed uit te voeren door mijn kind	4,1 $\pm$ 0,6
De activiteiten namen te veel tijd in beslag	2,4 $\pm$ 0,8

Volgens de BSO-medewerkers vonden de kinderen het leuk om het Kook- en Speelboek mee naar huis te krijgen (87%) en reageerden de ouders ook positief op het boek (75%). Met name spraken de snelle challenges en het 'kunnen winnen' aspect aan bij het Kook- en Speelboek.

“Het boekje met de challenges was het eerste dat de kinderen aansprak. Ze wilden direct meedoen en winnen.”

Van de ouders die de vragenlijst hebben ingevuld, hadden bijna alle kinderen één of meerdere activiteiten uit het Kook- en Speelboek uitgevoerd. De helft (52%) heeft iets gekookt of gebakken en 38% heeft de challenges uitgevoerd. De activiteiten werden veelal uitgevoerd samen met iemand die ouder was zoals ouders, volwassenen of de oppas (71%). Volgens de ouders vonden de kinderen de activiteiten leuk (96%), was de uitleg duidelijk (97%) en de activiteiten waren goed uit te voeren door de kinderen (84%). De activiteiten uit het Kook- en Speelboek namen volgens hen niet te veel tijd in beslag (94%).

3.7 Gepercipieerd effect op de kinderen

Tijdens de Gezonde Smikkelweken was er geen verschil te zien in welke groentesoorten er, naast de groenten uit het Gezonde Smikkelwekenpakket, werden aangeboden ($p=0,92$). De groenten uit het pakket waren wel extra bovenop de reguliere groentesoorten die worden aangeboden. Tijdens de Gezonde Smikkelweken werd er vaker groente gegeten als tussendoortje in de ochtend (+ 17%) en bij of na de lunch (+ 17%) ten opzichte van de voormeting. Tijdens de Gezonde Smikkelweken werd er dan ook op meer momenten groente gegeten dan in een reguliere schoolvakanties ($p<0,01$).

Het aantal kinderen dat groente eet wanneer dit wordt aangeboden scoorden de BSO-medewerkers bij de voormeting hoog in (tabel 7). Bij de nameting werd hierin geen significant verschil gevonden (4,3 $\pm$ 0,8 versus 4,2 $\pm$ 0,8, $p=0,30$).

In de voormeting gaven de BSO-medewerkers aan dat gemiddeld een aantal kinderen groente durfden te proeven die ze nog niet kende of normaal niet eten (37%). Na de Gezonde Smikkelweken was het aantal kinderen dat groentesoorten durfde te proeven die ze nog niet kennen of normaal niet eten significant hoger (57%, $p < 0,001$). Meer kinderen wilden groentesoorten proeven die ze nog niet kenden of normaal niet eten (tabel 7).

Tabel 7. Het eetplezier en het aantal kinderen dat groente eet en durft te proeven op de BSO volgens de BSO-medewerkers voor en tijdens de Gezonde Smikkelweken ($n=222$).

Stelling	Voor	Na	Verschil ^a p-waarde
	Gem. $\pm$ SD	Gem. $\pm$ SD	
Aantal kinderen dat groente eet wanneer dit wordt aangeboden	4,2 $\pm$ 0,8	4,3 $\pm$ 0,8	0,30
Aantal kinderen dat nieuwe of onbekende groentesoorten durft te proeven	3,1 $\pm$ 0,9	3,7 $\pm$ 0,9	<,001
Eetplezier van groente bij de kinderen	3,8 $\pm$ 0,8	4,0 $\pm$ 0,8	0,06

^a Getoetst met een gepaarde t-toets, bij de BSO-medewerkers die zowel de voormetings- als nametingsvragenlijst hebben ingevuld.

In zowel de voor- als de nameting beoordeelde BSO-medewerkers het eetplezier met groente bij de kinderen in de afgelopen week gemiddeld hoog. Na de Gezonde Smikkelweken beoordeelden de BSO-medewerkers het eetplezier gemiddeld iets hoger ten opzichte van een reguliere week, al was dit verschil niet significant verschillend.

“Ik hoefde het pakket maar te pakken en de kinderen stonden al op om mee te doen.”

In de interviews kwam unaniem naar voren hoe enthousiast de kinderen reageerden op de activiteiten. De BSO-medewerkers hadden het gevoel dat de Gezonde Smikkelweken aansloot op de natuurlijk aanwezige nieuwsgierigheid van de kinderen.

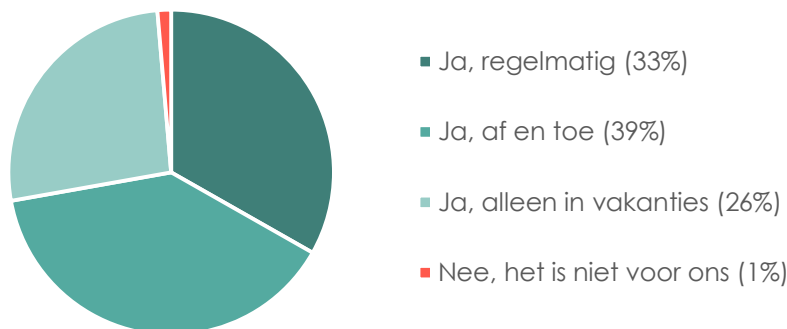
Gemiddeld waren de ouders neutraal over het effect van de Gezonde Smikkelweken op de BSO en thuis op het groente eten (tabel 8). Ruim de helft van de ouders gaf aan dat de kinderen meer wisten over groenten na de Gezonde Smikkelweken op de BSO en ook thuis door de activiteiten uit het Kook- en Speelboek wisten de kinderen meer over groenten. Ook durfde hun kind volgens 52% van de ouders meer groentesoorten te proeven. Rondom een derde van de ouders vond dat hun kind thuis meer en makkelijker groente was gaan eten.

Tabel 8. Effecten van de Gezonde Smikkelweken op de BSO en thuis op de kinderen volgens de ouders (stellingen met Likertschaal 1-5).

	Gemiddeld $\pm$ SD
Na de Gezonde Smikkelweken op de BSO...	
...is mijn kind meer groente gaan eten thuis	3,0 $\pm$ 1,0
...weet mijn kind meer over groente	3,4 $\pm$ 1,1
...merkte ik een grotere interesse van mijn kind in groente	3,2 $\pm$ 1,1
...durft mijn kind meer groentesoorten te proeven thuis	3,2 $\pm$ 1,1
...is mijn kind makkelijker groente gaan eten thuis	3,1 $\pm$ 1,1
Door het Kook- en Speelboek...	
...is mijn kind meer groente gaan eten thuis	3,1 $\pm$ 1,0
...weet mijn kind meer over groente	3,6 $\pm$ 0,8
...merkte ik een grotere interesse van mijn kind in groente	3,5 $\pm$ 0,8
...durft mijn kind meer groentesoorten te proeven	3,4 $\pm$ 1,0
...is mijn kind makkelijker groente gaan eten thuis	3,2 $\pm$ 0,9

3.8 Vervolg wensen en tips voor de Gezonde Smikkelweken

Bijna alle BSO-medewerkers (99%) waren enthousiast over het vaker willen inzetten van de materialen en activiteiten van de Gezonde Smikkelweken (figuur 5). Ook gaven de geïnterviewden aan dat ze volgend jaar weer willen meedoen als de Gezonde Smikkelweken opnieuw georganiseerd worden.



Figuur 5. Het aantal BSO-medewerkers dat vaker de Gezonde Smikkelweken willen inzetten (n=295).

Er zijn verschillende aanbevelingen gedaan door de BSO-medewerkers om de Gezonde Smikkelweken naar een nog hoger niveau te tillen. Uit de vragenlijsten en de interviews kwamen de volgende aanbevelingen meerdere malen naar voren over de Gezonde Smikkelweken in het algemeen:

- Maak een duidelijke en korte briefing voor de BSO-medewerkers met een puntsgewijze lijst met producten die de BSO's nodig hebben en andere voorbereidingen die de pm-ers van tevoren moeten doen. Communiceer deze 'checklist' op tijd met de BSO-locaties.
- Noteer de moeilijkheidsgraad en geschikte leeftijd bij de activiteiten of onderdelen van de activiteit zodat de BSO-medewerkers een indicatie hebben of de activiteit aansluit bij de kinderen.
- Het zou handig zijn als het spel en het recept niet op hetzelfde karton zit. Het spel kon nu soms niet gespeeld worden omdat de pm-ers niet door hadden dat dit op

hetzelfde papier stond, het recept in gebruik was of vies was geworden tijdens het koken.

- De bezorgers van de pakketten hebben bij verschillende locaties gezegd dat het niet in de koelkast hoefde, terwijl dit wel moest. Zet duidelijk op het pakket dat deze wél in de koelkast moet.
- Op verscheidene BSO's zitten kinderen van verschillende achtergronden. Het zou gewaardeerd worden als de activiteiten van de Gezonde Smikkelweken meer culturen probeert te bereiken, zodat de kinderen ook rechten kunnen maken vanuit hun eigen achtergrond. Zeker in combinatie met de koppeling naar thuis en andere themaweken op de BSO ligt hier een kans volgens de BSO-medewerkers.
- De wens voor korter durende activiteiten werd uitgesproken. De meest ideale duur voor de activiteit inclusief maken en opruimen werd op een uur geschat. Vooral omdat het dan kan samenvallen met de lunch die vaak om 12 uur begint.
- Met het oog op de duurzaamheid van de Gezonde Smikkelweken zou het goed zijn om de (voedsel)verspilling te verminderen. Ideeën hiervoor zijn (nog) minder folders en drukwerk leveren, de BSO's de keuze laten of ze het Kook- en Speelboek willen ontvangen en passende hoeveelheden voor de recepten aanhouden en aanleveren.

Ook voor de specifieke activiteiten van de Gezonde Smikkelweken 2022 zijn een aantal aanbevelingen gedaan door de BSO-medewerkers:

Het Zintuigenspel met verrassende rauwkost

- Kies voor steviger papier, want het papier van de maskers was volgens meerdere BSO-medewerkers te dun waardoor de meesten scheurden bij het aantrekken van de elastieken.
- Het hoeven niet perse vergeten groentes te zijn die de kinderen blind proeven, reguliere groentes kunnen ook een verrassend effect geven.

De letterpretsoep:

- Maak de verpakking van de vermicelli kleiner en gebruik eventueel glutenvrije vermicelli zodat alle kinderen mee kunnen eten.

De mini-moestuin van kartonnen dozen

- Ondanks dat de mini-moestuin al kiemgroenten bevatte werd het idee geopperd om voor groenten te kiezen die snel groeien zodat de kinderen ook resultaat zien, zoals taugé, boontjes of andere kiemgroenten.

Brownie van zwarte bonen bakken

- De zwarte bonen brownie viel bij meerdere locaties niet zo in de smaak, de brownie werd niet lekker gevonden; deze was anders dan verwacht en te bitter volgens de BSO-medewerkers.

4 Conclusie en discussie

Aan de Gezonde Smikkelweken 2022 van Spoony hebben 585 BSO's in heel noord en midden Nederland meegedaan. Van de vier reguliere groente-activiteiten is het zintuigenspel het vaakst uitgevoerd, gevolgd door de brownie van zwarte bonen en de letterpretsoep. De mini-moestuinen zijn het minst vaak gemaakt. Veel kinderen hebben het Kook- en Speelboek meegenomen naar huis en de helft van de kinderen heeft één of meerdere activiteiten hieruit gedaan. De BSO-medewerkers zijn over het algemeen positief over de Gezonde Smikkelweken, unaniem positief over de vormgeving en professionele uitstraling van de Gezonde Smikkelweken en bijna unaniem over het vaker willen inzetten van de Gezonde Smikkelweken. De BSO-medewerkers vonden de activiteiten een duidelijke uitleg hebben, het organiseren van de activiteiten goed gaan, de activiteiten passen in het dagschema en de activiteiten niet te veel tijd kosten. Het Kook- en Speelboek is ook positief beoordeeld door de BSO-medewerkers en de ouders. Het aantal kinderen dat groente durfde te proeven werd door de BSO-medewerkers na de Gezonde Smikkelweken significant hoger gescoord dan ervoor. Op groenteconsumptie en eetplezier werd geen significant verschil gezien. Naast de groente uit het pakket zijn er op de BSO niet meer groentesoorten aangeboden, maar er is tijdens de Gezonde Smikkelweken wel significant vaker groente gegeten als tussendoortje in de ochtend en bij de lunch.

Voor een juiste interpretatie van de resultaten is het belangrijk een aantal kanttekeningen te plaatsen. Ten eerste zijn de resultaten uit dit onderzoek gebaseerd op zelf-gerapporteerde gegevens verkregen via (online) vragenlijsten en interviews, waarbij sociaalwenselijke antwoorden een rol kunnen spelen. Wel is er gekozen voor een mixed method methode van zowel vragenlijsten als interviews om de validiteit te verhogen. Ook is bij de vragenlijsten zoveel mogelijk gebruik gemaakt van standaard vragensets en zijn de vragenlijsten online ingevuld en anoniem verwerkt. Voor de semigestructureerde interviews is een interviewgids opgesteld. Toch kunnen sociaalwenselijke antwoorden altijd een rol spelen bij dit type onderzoek. Ten tweede kunnen de resultaten gekleurd zijn doordat de niet alle deelnemende BSO-locaties de vragenlijst hebben ingevuld. De respons uit Noord-Holland is vrij hoog, wellicht omdat deze locaties vorig jaar ook meededen bij de eerste editie van de Gezonde Smikkelweek. Ondanks dat het lijkt dat er voornamelijk BSO-locaties die liggen in hoge SES buurten mee hebben gedaan aan de Gezonde Smikkelweken, komt dit vrij goed overeen met de algehele spreiding van SES buurten over Nederland. De respons op de vragenlijst voor de ouders is vrij laag, ook relatief laag ten opzichte van de respons op de vragenlijst voor de BSO-medewerkers. Om de waardering van ouders en het effect van de Gezonde Smikkelweken (of andere vormen van voedseleducatie) op de thuissituatie specifiek in kaart te brengen, moet gezocht worden naar andere mogelijkheden om de ouders te betrekken in het onderzoek.

In 2021 is er een evaluatie van de Gezonde Smikkelweek bij 120 BSO-locaties in Noord-Holland uitgevoerd⁷. De resultaten uit die pilot zijn in lijn met de resultaten van deze studie naar de Gezonde Smikkelweken. De Gezonde Smikkelweken zijn ook dit jaar heel enthousiast ontvangen door de BSO-medewerkers en de ouders. Hiermee lijkt de Gezonde Smikkelweken een goed en passend concept voor BSO's om met groente en voedseleducatie aan de slag te gaan.

De BSO-medewerkers en de ouders gaven aan dat ze activiteiten aanbieden met groente op de BSO belangrijk vinden en dat het bij de taken hoort van de BSO om aandacht te besteden aan gezond en duurzaam eten. Bijna alle BSO's hebben hier ook al de keuken- of kookfaciliteiten voor en de helft heeft een vorm van een moestuin op de BSO. De meerderheid van de BSO-medewerkers wilde voedseleducatie op de BSO structureel

inbedden, waarbij de voorkeur uitgaat naar smaakproefjes, experimentjes en kooklessen. Bij de activiteiten van de Gezonde Smikkelweken staat het koken, proeven en ontdekken van groente centraal, wat goed past bij de vorm van ervaringsgerichte voedseleducatie waar BSO's de voorkeur aan geven. De BSO-medewerkers scoorden het aantal kinderen dat nieuwe en onbekende groentesoorten durfde te proeven na de Gezonde Smikkelweken hoger dan ervoor. Ondanks dat zich dit niet direct vertaalde in een hogere consumptie van groente of een toename in aangeboden groentesoorten naast de groente uit het pakket, geeft dit aan dat de Gezonde Smikkelweken mogelijk effectief zijn in het verhogen van smaakacceptatie en daarmee waardevol voor het eetgedrag van kinderen. Het aanbieden van verschillende groentesoorten kan de consumptie op zichzelf al stimuleren⁸ en blootstelling aan onbekende of nieuwe groentesoorten kan de acceptatie hiervan vergroten⁹. Een effectevaluatie is nodig om de effectiviteit van de Gezonde Smikkelweken op het proef- en eetgedrag van kinderen verder vast te kunnen stellen.

Rekening houdend met de beperkingen van de studieopzet laten de resultaten van dit onderzoek zien dat de Gezonde Smikkelweken van Spoony wederom succesvol is ontvangen. De ervaringsgerichte activiteiten zijn een geschikte vorm van voedseleducatie voor op de BSO en blijken een veelbelovende manier om ook de thuissituatie te bereiken. Deze resultaten geven aanleiding tot het zoeken naar een structurele manier om de Gezonde Smikkelweken, of andere vormen van ervaringsgerichte voedseleducatie rondom gezond en duurzaam eten, op de buitenschoolse opvang in te zetten. Er is meer onderzoek nodig om te inventariseren in hoeverre de activiteiten in de BSO het eetgedrag van de kinderen en het gezin thuis beïnvloeden.

Literatuur

1. Uauy R, Kain J, Mericq V, Rojas J, Corvalán C. Nutrition, child growth, and chronic disease prevention. *Annals of Medicine*. 2008;40(1):11-20.
2. Gezondheidsraad, Richtlijnen goede voeding ecologisch belicht. Gezondheidsraad, Den Haag, 2011.
3. Van Rossum CTM, Nelis K, Wilson C, Ocké MC (2018). National dietary survey in 2012-2016 on the general population aged 1-79 years in the Netherlands. EFSA supporting publication 2018:EN-1488. 25 pp. 10.2903/sp.efsa.2018.EN-1488.
4. Van Cauwenberghe, E., Maes, L., Spittaels, H., van Lenthe, F. J., Brug, J., Oppert, J. M., & De Bourdeaudhuij, I. (2010). Effectiveness of school-based interventions in Europe to promote healthy nutrition in children and adolescents: systematic review of published and 'grey' literature. *British journal of nutrition*, 103(6), 781-797.
5. Nederlands Jeugdinstituut. (z.d.) *Buitenschoolse opvang bso*. Geraadpleegd op 4 oktober 2022 van <https://www.nji.nl/cijfers/buitenschoolse-opvang-bso>
6. CBS. (z.d.). *SES-WOA scores per wijk en buurt*. Geraadpleegd op 20 september 2022 van <https://www.cbs.nl/nl-nl/onze-diensten/methoden/onderzoeksomschrijvingen/korte-onderzoeksomschrijvingen/ses-woa-scores-per-wijk-en-buurt>
7. Marieke C.E. Battjes-Fries, Femke A. Hoefnagels. 2021. Voedseleducatie binnen de buitenschoolse opvang: de 'Gezonde Smikkelweek' van Spoony. 2021-037 VG. Louis Bolk Instituut, Bunnik.
8. Nekitsing, C., Blundell-Birtill, P., Cockroft, J. E., & Hetherington, M. M. (2018). Systematic review and meta-analysis of strategies to increase vegetable consumption in preschool children aged 2–5 years. *Appetite*, 127, 138-154.
9. Maier, A. S., Chabanet, C., Schaal, B., Leathwood, P. D., & Issanchou, S. N. (2008). Breastfeeding and experience with variety early in weaning increase infants' acceptance of new foods for up to two months. *Clinical Nutrition*, 27(6), 849-857.

Bijlage: De waardering per activiteit

Tabel 9. Waardering van de specifieke activiteiten van de Gezonde Smikkelweken volgens de BSO-medewerkers (Likertschaal 1-5)

	Gemiddelde ± SD
Zintuigenspel met verrassende rauwkost (n=163)	
De uitleg voor de begeleiding van het 'Zintuigenspel' was duidelijk	4,3 ± 0,6
De organisatie rond het 'Zintuigenspel' was goed te doen	4,2 ± 0,7
Het 'Zintuigenspel' was goed in te passen in het dagschema	4,3 ± 0,7
Het 'Zintuigenspel' nam te veel tijd in beslag	2,6 ± 0,9
Het 'Zintuigenspel' was goed uit te voeren door de kinderen	4,0 ± 0,7
De kinderen hebben met plezier het 'Zintuigenspel' uitgevoerd	4,2 ± 0,6
Letterpretsoep (n=155)	
De uitleg voor de begeleiding voor de 'Letterpretsoep' was duidelijk	4,3 ± 0,5
De organisatie rond de activiteit 'Letterpretsoep' was goed te doen	4,1 ± 0,7
De activiteit 'Letterpretsoep' was goed in te passen in het dagschema	4,0 ± 0,8
De activiteit 'Letterpretsoep' nam te veel tijd in beslag	3,1 ± 1,0
De activiteit 'Letterpretsoep' was goed uit te voeren door de kinderen	3,7 ± 0,8
De kinderen hebben met plezier de activiteit 'Letterpretsoep' uitgevoerd	4,1 ± 0,7
Brownie van zwarte bonen (n=147)	
De uitleg voor de begeleiding voor de 'Brownie' was duidelijk	4,3 ± 0,6
De organisatie rond de activiteit de 'Brownie' was goed te doen	4,3 ± 0,6
De activiteit de 'Brownie' was goed in te passen in het dagschema	4,2 ± 0,7
De activiteit de 'Brownie' nam te veel tijd in beslag	2,6 ± 1,0
De activiteit de 'Brownie' was goed uit te voeren door de kinderen	4,0 ± 0,7
De kinderen hebben met plezier de activiteit de 'Brownie' uitgevoerd	4,1 ± 0,7
Mini-moestuin (n=92)	
De uitleg voor de begeleiding voor de 'Mini-moestuin' was duidelijk	4,3 ± 0,6
De organisatie rond de activiteit 'Mini-moestuin' was goed te doen	4,3 ± 0,6
De activiteit 'Mini-moestuin' was goed in te passen in het dagschema	4,4 ± 0,5
De activiteit 'Mini-moestuin' nam te veel tijd in beslag	2,4 ± 1,0
De activiteit 'Mini-moestuin' was goed uit te voeren door de kinderen	4,2 ± 0,6
De kinderen hebben met plezier de activiteit 'Mini-moestuin' uitgevoerd	4,3 ± 0,6
Brownie Broodspread (n=23)	
De uitleg voor de begeleiding voor de 'Brownie Broodspread' was duidelijk	4,5 ± 0,5
De organisatie rond de activiteit 'Brownie Broodspread' was goed te doen	4,4 ± 0,5
De activiteit 'Brownie Broodspread' was goed in te passen in het dagschema	4,5 ± 0,5
De activiteit 'Brownie Broodspread' nam te veel tijd in beslag	2,6 ± 1,2
De activiteit 'Brownie Broodspread' was goed uit te voeren door de kinderen	4,2 ± 0,6
De kinderen hebben met plezier de activiteit 'Brownie Broodspread' uitgevoerd	4,4 ± 0,6

Salsa Kroko's (n=30)

De uitleg voor de begeleiding voor de 'Salsa Kroko's' was duidelijk	4,2 ± 0,6
De organisatie rond de activiteit 'Salsa Kroko's' was goed te doen	4,1 ± 0,7
De activiteit 'Salsa Kroko's' was goed in te passen in het dagschema	4,0 ± 0,8
De activiteit 'Salsa Kroko's' nam te veel tijd in beslag	2,6 ± 1,0
De activiteit 'Salsa Kroko's' was goed uit te voeren door de kinderen	3,7 ± 0,8
De kinderen hebben met plezier de activiteit 'Salsa Kroko's' uitgevoerd	4,1 ± 0,7
