

ONDERZOEK NAAR DE BREDE EFFECTEN VAN HET SCHOOLONTBIJT

Het schoolontbijt heeft positieve effecten op kinderen, ouders en school & versterkt hun relatie

17 Scholen

4500 Ontbijtjes verzorgd per week in Rotterdam-West

MAART 2022

JUNI 2023



Door het schoolontbijt zitten kinderen met een gevulde maag in de klas.

Maar wat doet het schoolontbijt nog meer? Dat wilden wij onderzoeken in deze studie.

OPTIE 1
Gezamenlijk ontbijten op school

OPTIE 2
Boodschappentas met ontbijt voor de hele week

We vonden 8 hoofdeffecten op kinderen, ouders en school:

Zowel thuis als in de klas

De sfeer thuis is verbeterd

De band tussen ouders is verbeterd

Kind

Ouders

Het ontbijt bestaat uit volkoren boterhammen, pindakaas, kaas, jam, en fruit.

Kinderen hebben een positieve ervaring en zin in het ontbijt

Minder zorgen bij ouders en schoolpersoneel

Het ontbijt werd mogelijk gemaakt door:

27 vrijwilligers uit de wijk

7 ouderconsulenten

2 schoolpersoneel

Op school wordt de lestijd en het talent van kinderen beter benut

De band tussen ouders & school is verbeterd

Het belang van een ontbijt is zichtbaarder en normaler geworden

Ouders worden beter ondersteund door school

School

MOGELIJK GEMAAKT DOOR



ONDERZOEK DOOR



Kind

Kinderen hebben een positieve ervaring en zin in het ontbijt

Kinderen zijn zich bewust wat gezond eten en ontbijten doet

Kinderen voelen zich goed en vinden het leuk om samen te ontbijten

Op school wordt de lestijd en het talent van kinderen beter benut

Kinderen hebben meer concentratie en energie, zijn rustiger en alerter

Kinderen zijn vaker op tijd op school

De sfeer thuis is verbeterd

Het kind heeft minder stress en meer welzijn

Ouders hebben minder stress en een beter zelfbeeld

Het hele gezin kan mee-eten en ouders hoeven zichzelf geen ontbijt meer te ontzeggen

De band tussen ouders is verbeterd

Ouders vragen hulp aan elkaar en er is ruimte voor meeleven en tips

Ouders hebben samen een open gesprek over armoede

Er is minder schaamte over de noodzaak van een schoolontbijt

Ouders

Minder zorgen bij ouders & schoolpersoneel

Ouders horen dat het ontbijt positieve effecten heeft in de klas

Er is ontbijt voor alle kinderen op school en iedereen krijgt genoeg te eten

Ouders ontmoeten elkaar vaker door het schoolontbijt

Kinderen ontbijten met elkaar op school

Schoolontbijt

Vrijwilligers geven ouders een ontbijttas mee naar huis

Samen ontbijten op school is normaal geworden

Ouders zijn vaker aanwezig op school

Ouders komen liever niet uit voor hun problemen en schamen zich dat ze de ontbijttas nodig hebben

Er is meer dankbaarheid en vertrouwen in de school

Ouders delen meer en zijn meer betrokken bij de school

De band tussen ouders & school is verbeterd

Kinderen zijn meer bewust van de noodzaak van het ontbijt

Ouders zijn opener tegen schoolpersoneel en delen meer

Openheid kan ook zorgen voor een machteloos gevoel van het personeel

Hierdoor kan het schoolpersoneel hulpvragen identificeren en doorzetten

Sommige ouders zijn bang dat ze afhankelijker worden van school

Er is een betere sfeer in de klas

Er is meer medeleven en er wordt minder gepest en buitengesloten

School

Ouders worden beter ondersteund door school



Er is meer openheid over armoede

"[...] nu is het van: als je het niet meer gebruikt, nou geef maar hoor. Ik ga het wel gebruiken hoor. Als een kind altijd hele mooie kleding heeft. Ik wil het wel als hij eruit gegroeid is. Vroeger moest je het daar echt niet over hebben. Nu wordt daar echt over gepraat."

Ouderconsulent over gesprekken tussen ouders

Ouders delen meer over hun thuissituatie met de school

"Je geeft niet alleen pakketten mee, maar je krijgt ook nog wat terug over de thuissituatie om het kind te helpen. [...] om een maatschappelijk werker in te schakelen [...] Dit gezin komt bij mij om een ontbijtpakket te halen, maar dit en dit en dit speelt er thuis."

Ouderconsulent die ouders ontbijttassen meegeeft

Soms is er schaamte

"Sommigen durven het niet [aanmelden voor schoolontbijt], willen het niet omdat ze zich schamen. Sommigen willen het niet, anderen zien hen gelijk als arm. Soms zijn er twee werkende ouders, en toch komen ze tekort."

Ouders over schaamte om gebruik te maken van de ontbijttas

Kinderen voelen zich thuis en op school beter

"Het bredere effect dat kinderen dus ook minder stress ervaren thuis en dus ook gewoon het hele effect op het pedagogisch klimaat in de klas. Je merkt gewoon dat ze ook een stukje rustiger naar school zouden kunnen komen."

Leerkracht over de brede positieve effecten van de ontbijttas

Ouders zijn enthousiast en betrokken

"Ik zie gewoon dat enthousiasme van ouders veel effect heeft op de kinderen. Ik zie het bij mijn kind, als ik heel betrokken ben, dat geeft mijn kind echt voldoening."

Gesprek tussen ouders over toegenomen ouderbetrokkenheid

Verhalen uit het onderzoek naar het schoolontbijt

Van ouders en schoolpersoneel

Minder stress onder ouders

"Wat ik echt terugkrijg van de ouders [is] dat ze weer echt plezier hebben met boterham smeren. Echt dat ze dat lachend doen en ook gewoon weer grappig met het kind bezig zijn. Dus ze hebben geen stress meer van, 'O nee, wat moet ik nu doen, gaat de juf mij bellen omdat mijn zoon of dochter weer geen brood bij zich heeft.'"

Leerkracht over de brede positieve effecten van de ontbijttas

Minder gevoelens van schuld en ongemak

"Dat de kinderen dan thuis vertellen aan mama 'ik moest vandaag mijn brood delen [...]' Nu kunnen ze [ouders] gewoon hun kinderen eten meegeven naar school, want ze weten dat andere kind wat vroeger niks meenam of heel weinig meenam, nu ook genoeg eten krijgen, dus hebben ze dat schuldgevoel niet meer [...] Dat geeft een rust gevoel van, we zijn blij, alle kinderen in de klas van mijn kind krijgen genoeg eten."

Ouderconsulent die veel contact heeft met ouders over het ontbijt

Kinderen begrijpen waarom een ontbijt belangrijk is

"Er is wel een bewustwording ook bij die kinderen van 'Als het motortje moet lopen, moet het ook energie hebben.'"

"Juf, mag ik alvast een boterham?"

Schoolpersoneel over het ontbijt op school