

Datum:

Betreft: fruitpauze

Beste ouder(s) / verzorger(s),

Misschien heeft u het al gehoord, onze school doet mee aan Doe ff Gezond! Dat is een project van de GGD Zuid-Holland Zuid, in opdracht van de gemeente. Wilt u meer weten, kijk dan op [www.doeffgezond.nl](http://www.doeffgezond.nl). Het team van Doe ff Gezond gaat ons helpen om met elkaar te werken aan een gezonde leefstijl. Wij vinden dit belangrijk, omdat een gezonde leefstijl bijdraagt aan een betere concentratie en dus aan beter kunnen leren en werken.

Daarom starten we vanaf [datum] met een gezonde pauzehap. Wij vragen u om uw kind fruit en-/of groente mee te geven als pauzehap.

Bekijk samen welke soorten fruit of groenten uw kind lekker vindt om mee naar school te nemen. Denk bijvoorbeeld aan een fruitsalade, druiven, stukken komkommer, aardbeien of lekkere snacktomaatjes. Op [www.voedingscentrum.nl](http://www.voedingscentrum.nl) staan veel leuke ideeën. U vindt daar vast iets wat uw kind lekker vindt.

**[Voor een overgangperiode]**

Vanaf [datum] vragen wij u om uw kind een gezonde pauzehap mee te geven. Tot [datum] (bijvoorbeeld de herfstvakantie) gaan we nog wennen aan de nieuwe afspraken. (Dit doen wij door.... verder invullen door school). Vanaf de (herfst)vakantie gaan de afspraken echt in.

Heeft u nog vragen of behoefte aan meer ideeën, dan kunt u terecht bij de leerkracht van uw kind.

Namens het schoolteam,  
(naam + handtekening)

Datum:

Betreft: gezond trakteren

Beste ouder(s) / verzorger(s),

Misschien heeft u het al gehoord, onze school doet mee aan Doe ff Gezond! Dat is een project van de GGD Zuid-Holland Zuid, in opdracht van de gemeente. Wilt u meer weten, kijk dan op [www.doeffgezond.nl](http://www.doeffgezond.nl). Het team van Doe ff Gezond gaat ons helpen om met elkaar te werken aan een gezonde leefstijl. Wij vinden dit belangrijk, omdat een gezonde leefstijl bijdraagt aan een betere concentratie en dus aan beter kunnen leren en werken.

Daarom starten we vanaf [datum] met gezonde traktaties. Aan mogelijkheden geen gebrek, online staan heel veel ideeën voor superleuke gezonde traktaties. Trakteer een druivenrups of verwen klasgenootjes met een klein kadootje, zoals een leuk potlood of te gekke gum. Oh, en natuurlijk gaan de juffen en meesters ook over op gezonde traktaties!

Heeft u nog vragen of behoefte aan meer ideeën, dan kunt u terecht bij de leerkracht van uw kind.

Namens het schoolteam,  
(naam + handtekening)