SNACK & CHILL

HET STAPPEN-PLAN



VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

STAP 1: CREËER DRAAGVLAK

BIJ DIRECTIE EN LEDEN VAN HET SCHOOLTEAM

Begin bij het begin: overtuig de directie en het schoolteam van het belang van gezonde dranken en tussendoortjes op school. Toon dat Snack & Chill dé manier is om effectief tot gezond snacken te komen. Deze eerste stap is van cruciaal belang. Want alleen als er draagvlak is, bij zowel de directie als het schoolteam, heeft je project écht kans op slagen.

TIP: neem de tijd om iedereen te overtuigen. Een haastige start zonder voldoende draagvlak leidt vaak tot teleurstelling en verspilde energie. Investeer liever nu in gesprekken en presentaties om vervolgens écht goed van start te gaan. Geen zorgen: je staat er niet alleen voor. We hebben tal van materialen om je daarbij te helpen.

BIJ DIRECTIE

Met steun van je directie heb je goud in handen. Zij kunnen je een mandaat geven om Snack & Chill uit te werken en budget voorzien voor de fruit en groenten.

Je betrekt hen best vroegtijdig: nog voor je inschrijving (via **www.snackenchill.be**) of net erna. Zoek naar linken met het schoolbeleid en de onderwijskaders. Zo maak je het relevant voor hun prioriteiten.

Deze materialen zetten je op weg:

- S1_Fiche_Beleidsaanpak
  Gebruik deze fiche om je directie aan boord te krijgen van het project. We leggen Snack & Chill nog eens kort uit, lichten toe wat het voor jullie school kan opleveren en leggen de link met diverse onderwijskaders, waaronder het decreet op leerlingenbegeleiding en de minimumdoelen.

- S1_Fiche_Tijdsinvestering en budgetten
  Wil je directie weten hoeveel budget er nodig is om Snack & Chill van de grond te krijgen? En hoeveel tijd dit vraagt van de werkgroep en de leerlingenteams? We geven een indicatie in deze fiche!

- S1_Fiche_Wat kan je met S&C op jouw school bereiken (cijfers)
  In deze fiche vind je enkele sprekende resultaten terug uit de evaluatie van het project in 2023. Ideaal om aan te tonen dat Snack & Chill écht het verschil kan maken op jullie school.

- Korte video over Snack & Chill

- S1_Webpagina_Getuigenissen van deelnemende scholen
  Snuister eens door onze **webpagina met getuigenissen** van deelnemende scholen om te tonen wat Snack & Chill precies kan inhouden. Je zal al snel ontdekken dat elke school zich het project eigen maakt volgens wat haalbaar is.

BIJ HET SCHOOLTEAM

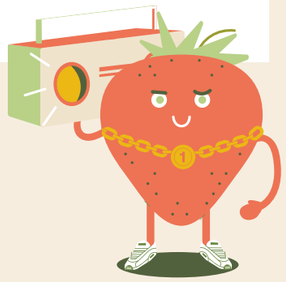
Om ervoor te zorgen dat je er nooit alleen voor staat en Snack & Chill kan verdergezet worden wanneer iemand onverwacht uitvalt (bv. door ziekte), is het aangeraden dat minstens drie leden van het schoolteam het project trekken. Hiervoor kan je een nieuwe werkgroep oprichten of kan het project door een bestaande **werkgroep** worden opgenomen (bv. een werkgroep gezondheid of welzijn). Benieuwd hoe jij je collega's kan enthousiasmeren? Wij stellen het volgende voor:

- S1_Flyer_Snack & Chill in de leraarskamer
  Registreer je voor Snack & Chill én kies voor Fruitsnacks als jouw leverancier! Dan bedanken we jouw leerkrachten met een gezonde extra. Bij de opstart van fruitleveringen ontvangt jouw school een GRATIS fruitmand voor de lerarenkamer. Een kleine attentie voor de leerkrachten, want ook zij verdienen een gezonde pauze tijdens een drukke schooldag.

- Korte video over Snack & Chill

- S1_Webpagina_Getuigenissen van deelnemende scholen
  Snuister eens door onze webpagina met getuigenissen van deelnemende scholen om te tonen wat Snack & Chill precies kan inhouden. Je zal al snel ontdekken dat elke school zich het project eigen maakt volgens wat haalbaar is.

Ervaar je bepaalde moeilijkheden of drempels?
Bekijk dan zeker eens onze **flowchart** en ontdek hoe je hiermee om kan gaan én welke materialen van pas kunnen komen.



BIJ DE LEERLINGEN

Snack & Chill is een project voor én door leerlingen. Met een goeie portie leerlingenparticipatie verhoog je de kans dat het goed aansluit bij hun leefwereld. Bovendien krijgen de betrokken leerlingen de mogelijkheid om verantwoordelijkheid te nemen en extra vaardigheden te ontwikkelen (bv. organiseren, plannen, evalueren, samenwerken). Met behulp van een **kant-en-klare vragenlijst** kan je de input van de leerlingen verzamelen en nagaan welke leerlingen graag zouden meehelpen en op welke manier. Je ontvangt als school ook een link om de resultaten van de bevraging op te volgen aan de hand van een overzichtelijk rapport.

- S1_Poster_Aankondiging met QR-code naar de online vragenlijst
  Hang deze posters op om de leerlingen warm te maken om de online vragenlijst 'Wat wil jij op school?' in te vullen.

- S1_Slide_ Aankondiging met QR-code naar de online vragenlijst
  Laat deze kant-en-klare slide verschijnen op de schermen op school om de leerlingen warm te maken om de online vragenlijst 'Wat wil jij op school?' in te vullen. Herhaling werkt!

- S1_4_Sjabloon_Voorbeeldberichten
  Gebruik het voorbeeldbericht 'oproep vragenlijst' om via het schoolplatform aan te kondigen dat de leerlingen met de online vragenlijst hun mening kunnen delen over het project.

- S1_Vragenlijst_Wat wil jij op school?
  Hier kan je een overzicht van alle vragen in de vragenlijst bekijken. **Via deze link** kan je de vragenlijst verspreiden en kunnen de leerlingen de vragen online invullen.

- Overzichtelijk rapport met resultaten van de bevraging 'Wat wil jij op school?'
  Vraag de link naar het rapport met de resultaten van jouw school op bij je contactpersoon bij Gezond Leven.

Is je directie enthousiast en geven ze je het mandaat om verder te gaan met Snack & Chill?
Vind je enkele enthousiastelingen in het schoolteam en onder de leerlingen om samen met jou hun schouders onder het project te zetten? Dan kan je verdergaan naar stap 2!

STAP 2: BRENG HUIDIGE ACTIES EN AANBOD DRANKEN EN TUSSENDOORTJES IN KAART

Misschien biedt je school al (gezonde) dranken en/of tussendoortjes aan. In deze stap breng je het bestaande aanbod in kaart door op te lijsten wat er precies voorzien wordt en hoe vaak dat gebeurt. Is er nog geen of onvoldoende aanbod aan gezonde keuzes, of merken jullie dat het huidige aanbod weinig aanslaat bij de leerlingen? Geen paniek, want daar gaan we met Snack & Chill mee aan de slag. Met onze **checklist** kan je met de werkgroep eenvoudig nagaan hoe het aanbod eruitziet en kan je dit meteen aftoetsen aan de aanbevelingen. Zo wordt snel duidelijk waar jullie al sterk staan en waar nog kansen liggen om te groeien naar een gezond en aantrekkelijk aanbod van dranken en tussendoortjes voor alle leerlingen.

- S2_Checklist_Analyse aanbod dranken en tussendoortjes (pdf)
  Vul de checklist in en toets het aanbod af met de aanbevelingen.

STAP 3: DOELSTELLING PROJECT

Om het project succesvol te maken, is het belangrijk om een duidelijke én vooral **haalbare doelstelling** te formuleren. Die doelstelling vertrekt vanuit de kern van het project (nl. gezonde tussendoortjes aanbieden), maar wordt mee gevormd door wat leerlingen zelf aangeven in de vragenlijst. Tegelijk kies je als school wat haalbaar is binnen jullie tijd, ruimte en mogelijkheden. Klein beginnen mag, stap voor stap groeien werkt vaak het best.

- **Gebruik de input van de leerlingenbevraging**
  Kijk naar wat leerlingen belangrijk vinden: willen ze een gezellige plek om hun pauze door te brengen en zien ze een wekelijkse gezonde snackbar zitten? En hoe stellen ze zich dit voor? Deze voorkeuren helpen om jullie doelstelling te concretiseren.

- **Kies voor een haalbare aanpak en werk stap voor stap** Niet elke school heeft een aparte ruimte of veel tijd om te investeren. Daarom is het helemaal oké om klein te starten. Je kan bijvoorbeeld eerst het aanbod van gezonde tussendoortjes verbeteren en pas later nadenken over de inrichting van een plek. Ook een klein hoekje met wat versiering kan al een merkbaar verschil maken.

Daarnaast kan je ervoor kiezen om Snack & Chill eerst in de eerste graad op te starten en het daarna geleidelijk uit te rollen naar de andere graden. Door gefaseerd te werken blijft het project haalbaar en bouw je tegelijk aan tussentijdse successen die motiveren om verder te gaan.

- **Formuleer je doelstelling SMART**
  Een duidelijke doelstelling helpt om gericht te werken en succes te meten. Hieronder vind je twee mogelijke voorbeelden

  - **Zeer ambitieus voorbeeld:** "Tegen juni biedt de school elke schooldag een gezond tussendoortje aan in de Snack & Chill-bar, afgestemd op de voorkeuren uit de leerlingenbevraging. Dit aanbod wordt actief gepromoot tijdens de pauzes."

  - **Ambitieus voorbeeld:** "Dit schooljaar starten we met één vast wekelijks moment waarop gezonde snacks worden aangeboden, afgestemd op de voorkeuren uit de leerlingenbevraging."

- **Blijf realistisch en mild voor jezelf**
  Het is helemaal prima om klein te beginnen. Een hoekje met wat versiering kan al voldoende zijn als een aparte ruimte ontbreekt. Het belangrijkste is dat jullie een stap zetten richting een gezonder aanbod.

- S3_4_5_Sjabloon_Actieplan
  Gebruik het actieplan om het project verder uit te werken en de taken te verdelen.

Vul de doelstelling voor dit schooljaar aan in je actieplan. Je kan hiervoor ons sjabloon gebruiken of een eigen format hanteren.



STAP 4: **ACTIES BEPALEN**

Om je doelstelling te bereiken, vertaal je deze naar een concreet en **haalbaar actieplan**. Daarin bepaal je **wat** er moet gebeuren, **wanneer** dat gebeurt en **wie** waarvoor verantwoordelijk is.

VAN DOELSTELLING NAAR ACTIES

Vertrek vanuit de doelstelling die je in stap 3 formuleerde en stel jezelf de vraag:

"Welke stappen zijn nodig om dit te realiseren?".

Maak dit zo concreet mogelijk:

- **Wat?** Welke acties zijn nodig? (bv. welk aanbod stellen we samen en hoe bieden we het aan, hebben we een locatie voor de Snack & Chill-bar, welk materiaal moeten we voorzien, welke communicatiemiddelen zetten we in, organiseren we een testmoment, ...?)

- **Wanneer?** Wat is de timing? Werk met een eenvoudige planning of kalender.

- **Wie?** Wie neemt dit op? Verdeel de taken duidelijk.

- S3_4_5_Sjabloon_Actieplan
  Gebruik het actieplan om het project verder uit te werken en de taken te verdelen. Het is een praktisch werkdocument en bedoeld om jullie werking te ondersteunen. Gebruik dus enkel de onderdelen die jullie écht vooruithelpen.

Vul de geplande acties aan in je actieplan. Je kan hiervoor ons sjabloon gebruiken of een eigen format hanteren.

BETREK LEERLINGEN ACTIEF

Snack & Chill is een project **voor én door leerlingen**. Aarzel dus niet om hen verantwoordelijkheid te geven. Door hen een actieve rol te geven:

- sluit het project beter aan bij hun leefwereld;
- vergroot je de kans op succes;
- verlaag je de werklast voor de werkgroep;
- leren leerlingen belangrijke vaardigheden (plannen, samenwerken, organiseren, feedback geven, ...).

Om de betrokkenheid concreet te maken, kan je werken met twee leerlingenteams.

	TEAM CREATIE	TEAM ORGANISATIE
WAT DOEN ZE?	**Dit team focust op het creatieve en conceptuele luik:** - inrichting en sfeer van de Snack & Chill-plek - naam, uitstraling en aankleding - ideeën rond beleving en uitstraling	**Dit team neemt de praktische uitwerking en continuïteit op:** - organisatie van de verkoopmomenten - planning en taakverdeling - opvolging van voorraad en aankopen - praktische afspraken tijdens de werking
WIE BETREK JE?	- leerlingen die in de vragenlijst (stap 1) aangaven te willen meewerken aan de opbouw en inrichting - leerlingen met praktische of creatieve interesses - eventueel leerlingen uit specifieke richtingen (bv. hout, mode, bouw, ...) - geïnteresseerde leerkrachten of (groot) ouders	- leerlingen die in de vragenlijst (stap 1) aangaven te willen helpen bij de organisatie - leden van de leerlingenraad - leerlingen die graag verantwoordelijkheid opnemen - eventueel leerkrachten met relevante expertise (bv. economie, wiskunde, ...)
HOE BETREK JE HEN?	- stel een trekker/ verantwoordelijke aan (leerling of lid van het schoolteam) - geef de teamleden de handleiding voor Team Creatie - werk eventueel in functie van een les of project - laat hen zelf ideeën uitwerken en realiseren	- stel een trekker/ verantwoordelijke aan (bij voorkeur een lid van het schoolteam) - geef de teamleden de handleiding voor Team Organisatie - laat leerlingen zelf plannen, organiseren en bijsturen - ondersteun waar nodig

Wij voorzien per team **een handleiding voor de leerlingen** zodat ze samen met de verantwoordelijken aan de slag kunnen.

- S4_Handleiding_Team Creatie
- S4_Handleiding_Team Organisatie

Deel de handleidingen uit aan beide teams. Neem het samen met hen door of laat het hen zelfstandig bekijken. Laat hen zoveel mogelijk zelf aan de slag gaan, maar voorzie ondersteuning waar nodig.

TIP: we werken samen met leverancier Fruitsnacks. Zij leveren fruit en groenten in heel Vlaanderen en doen dit aan een voordelige prijs voor scholen die deelnemen aan Snack & Chill. Bovendien hebben wij afspraken met hen gemaakt in verband met portiegrootte, variatie, seizoensfruit en –groenten, … Een dubbele win dus!

- S4_Fiche_Informatie over onze leverancier Fruitsnacks
- S4_Presentatie_Fruitsnacks

TIP: vraag gerust een kleine bijdrage aan de leerlingen wanneer ze een gezond tussendoortje of drankje komen halen in de bar. Zo wordt het geheel financieel iets makkelijker voor de school én leren de leerlingen bovendien met geld omgaan. Uit het pilootproject bleek dat de leerlingen bereid zijn om €0,30 tot €0,60 per portie te betalen.



Hou de motivatie hoog

Merk je dat het enthousiasme afneemt? Dat is normaal bij projecten. Enkele manieren om leerlingen gemotiveerd te houden:

- geef hen echt eigenaarschap en inspraak;
- voorzie kleine extra's (bv. gratis fruit, restjes, privileges);
- maak hun inzet zichtbaar en waardeer hun bijdrage.

VRAAG HULP WAAR NODIG

Door anderen in te schakelen, verdeel je de tijd en energie die in het project kruipt. Je hoeft het niet alleen te doen. Durf hulp te vragen en denk na over wie je kan inschakelen om je actieplan te versterken:

- **Leerlingen**: meedenken, uitvoeren, promoten
- **Leerlingenraad**: ideeën verzamelen, draagvlak vergroten
- **Schoolteam**: ondersteuning, toezicht, logistiek
- **Familie en vrienden**: helpen bij voorbereiding, materiaal, inspiratie
- **Directie**: budget, ruimte, toestemming

TIP: maak het concreet: wie kan wat doen? En durf gericht hulp te vragen.

DENK AAN JE COMMUNICATIE

Een goede start begint met duidelijke communicatie. Informeer leerlingen en collega's over wat er aankomt en hoe ze kunnen deelnemen.

Je kan hiervoor gebruik maken van de **kant-en-klare voorbeeldberichten en materialen** uit het startpakket:

- S1_4_Sjabloon_Voorbeeldberichten
  Gebruik de voorbeeldberichten over de aankondiging van de opening van de Snack & Chill-bar en een oproep voor helpende handen.
- S4_Posters_Aankondiging opening Snack & Chill-bar
  Hang deze posters op om de opening van jullie Snack & Chill-bar aan te kondigen.
- S4_Slide_Aankondiging opening Snack & Chill-bar
  Laat deze kant-en-klare slide verschijnen op de schermen op school om de opening van de Snack & Chill-bar aan te kondigen. Je kan deze slide zelf aanpassen met de openingstijden van de bar. Blijf ze ook in de toekomst gebruiken om de leerlingen eraan te herinneren wanneer de bar open is.

Zo bespaar je tijd én zorg je voor een duidelijke en aantrekkelijke boodschap.

Houd het haalbaar
Je actieplan hoeft niet van bij de start perfect of volledig uitgewerkt te zijn. Begin klein, test wat werkt en stuur bij waar nodig. Zie het als een houvast: een overzicht waarop je kan terugvallen.

TIP: gebruik duidelijke, concrete boodschappen om iedereen te informeren. Stel een eenvoudig, praktisch plan op. Betrek de leerlingen. Dit zijn enkele sleutels tot een succesvolle start.zicht waarop je kan terugvallen.

STAP 5: **START**

Tijd om van plannen naar actie te gaan. In deze fase breng je je actieplan tot leven. Het hoeft nog niet perfect te zijn: **het belangrijkste is dat je start, uitprobeert en leert wat werkt op jullie school**.

TESTMOMENT

In plaats van meteen alles volledig uit te rollen, kies je best voor een eerste testmoment. Zo kan je in een veilige en haalbare setting uitproberen hoe Snack & Chill in de praktijk verloopt.

Enkele voorbeelden:

- een eenmalig verkoopmoment tijdens de pauze;
- een testweek met een beperkt aanbod;
- een opstart met één graad of klas.

Zo zie je wat de leerlingen aanspreekt, ontdek je praktische aandachtspunten (timing, organisatie, voorraad, …) én kan je snel bijsturen zonder grote impact.

Geef tijdens dit testmoment zoveel mogelijk verantwoordelijkheid aan de **leerlingenteams**:

- Team Creatie zorgt voor sfeer, presentatie en beleving.
- Team Organisatie neemt de praktische uitvoering in handen

Als **leerkracht of werkgroep**:

- ondersteun je waar nodig;
- bewaak je het overzicht;
- stuur je bij wanneer het nodig is.

Kies een eerste testmoment
Wacht niet tot alles perfect is. Begin klein en bouw samen met je leerlingen aan een snackaanbod waar iedereen naar uitkijkt.

STAP 6: **EVALUEER EN STUUR BIJ**

Na je testmoment neem je even de tijd om stil te staan bij hoe het ging. Wat werkte goed? Wat kan beter? Zo kan je snel bijsturen

EVALUEER

Beantwoord samen met leerlingen en het schoolteam enkele gerichte vragen, zoals:

- Aanbod: sloot dit aan bij de voorkeuren van leerlingen?
- Organisatie: verliep het verkoopmoment vlot (planning, taakverdeling, …)?
- Beleving: was het aantrekkelijk en gezellig voor de leerlingen?

Een sjabloon voor jullie evaluatie vind je in het startpakket:

- S6_Sjabloon_Evaluatie
  Evalueer het project bij de leerlingen(teams), de werkgroep en de leerkrachten. Wij voorzien twee online vragenlijsten zodat je op een makkelijke manier alle feedback kan verzamelen bij de leerlingen en leerkrachten. Voor de kleinere evaluatiemomenten bij de leerlingenteams en de werkgroep voorzien we inspirerende voorbeeldvragen.

STUUR BIJ

Gebruik de inzichten uit je checklist om je actieplan aan te passen:

- verbeter wat nog niet vlot liep;
- behoud wat goed werkt.

Daarna ben je klaar om Snack & Chill verder uit te rollen, met een sterkere en meer doordachte aanpak.

Elke feedback telt
Neem tijd om samen terug te blikken. Gebruik de inzichten van leerlingen en collega's. Zo groeit Snack & Chill stap voor stap uit tot een duurzaam succes op jullie school.

Evalueren is geen eindpunt
Maak van evalueren een vast gewoonte, zo versterk je stap voor stap je project. Houd tussentijds de vinger aan de pols door regelmatig te evalueren. Dat kan door bij de leerlingen na te vragen wat ze van het project vinden of via een uitgebreidere enquête.

STAP 7: VERANKER IN HET SCHOOLBELEID

Een gezonde snackbar is één manier om gezondheid op school een boost te geven. Een samenhangend voedingsbeleid bereik je door breder in te zetten op gezonde voeding. Denk naast het werken aan een gezond aanbod ook aan lesgeven over de voedingsdriehoek of afspraken maken over water drinken in de les.

Van geslaagde actie naar duurzame verandering
Veranker jullie inspanningen, maak van gezondheid een vanzelfsprekend onderdeel in het dagelijks schoolleven.

Momenteel wordt er door de preventiesector hard gewerkt aan een beleidsmethodiek om scholen te ondersteunen om van losse acties naar een samenhangend beleid te gaan. Schrijf je in op onze nieuwsbrief om op de hoogte te blijven van alle nieuwtjes!

www.gezondleven.be/nieuwsbrief

Snack & Chill is een realisatie van:
het Vlaams Instituut Gezond Leven en Departement Zorg

Met dank aan: