

# Traktaties

Als je jarig bent, mag je trakteren! Dat is voor ieder kind een hoogtepunt. Aan de verjaardag van uw kind wordt dan ook op school de nodige aandacht besteed. De jarige mag in de eigen groep trakteren.

Omdat niet alle ouders het goedkeuren dat hun kind (teveel) snoept, willen wij u vragen uw gedachten te laten gaan over meer gezonde alternatieven. Dat is ook van toepassing op de traktatie voor de leerkracht.

Waar mogelijk proberen wij als school het snoepen zoveel mogelijk te beperken en/of de schadelijke effecten van het eten van snoep te beperken.

Wij hebben in overleg met de medezeggenschapsraad besloten niet over te gaan tot een verbod, omdat het handhaven daarvan in de praktijk niet haalbaar blijkt en vaak andere ongewenste effecten met zich meebrengt. Wel blijven wij met regelmaat een beroep op ouders doen om hun verantwoordelijkheid in deze te nemen. Grote hoeveelheden snoep worden niet op school opgegeten, maar mee naar huis gegeven.

## Plastic wegwerpartikelen

Gezien de aangetoonde schadelijke effecten op het milieu vragen wij u het gebruik van plastic wegwerpartikelen, zoals: rietjes, bekertjes, drinkkartonnetjes, plastic traktatiezakjes, etc., tot een minimum te beperken en hier rekening mee te houden bij de keuze van uw traktatie, pauzehapje en/of lunch.

Kortom een goede traktatie moet aan veel eisen voldoen: het moet er goed uitzien, lekker en niet te groot zijn, gemakkelijk mee te nemen, goed te bewaren, betaalbaar en natuurlijk gezond zijn en niet te veel calorieën bevatten. Veel ouders vragen ons dan ook wat een geschikte traktatie kan zijn. Onze tip: een leuke traktatie hoeft niet altijd veel of groot te zijn en op internet zijn veel leuke suggesties te vinden.

Zie bijvoorbeeld [Trakteren op school: 25 gezonde traktatie tips \(vankaat.nl\)](#).

## HIEPERDEPIEP HOERA!

Er is er een jarig. En dat vieren wij! Kijk daarom gauw op [www.voedingscentrum.nl/trakteren](http://www.voedingscentrum.nl/trakteren) voor leuke en gezonde traktatie-ideeën.



Voedingscentrum  
eerlijk over eten