



Meerbeke, 8 november 2012

Beste ouders,

Mmm.... Heerlijk: lekker vers fruit.

Wij stimuleren graag onze kinderen tot een gezonde levenswijze. Als school doen wij dan ook al jaren mee aan het fruitproject Tutti Frutti. Vanaf dinsdag 9 oktober 2012 krijgen alle kinderen een stuk fruit op school aangeboden. Maar we vragen om vanaf nu elke dinsdag reeds zelf een stuk fruit mee te geven.

Dus: dinsdag is op school fruitdag= koekjesvrijedag.

Alle kinderen eten dan een stuk fruit.

Koeken zijn dus op dinsdag niet toegelaten!

Een gezonde tip: geef je kind elke dag een stuk fruit mee ! Ook een stukje rauwkost zoals komkommer, tomaat, wortel, bloemkoolroosjes is lekker. Een yoghurt of kaasje is eveneens een gezond alternatief.

Voor onze kleutertjes ... toch nog even dit:

Voorzie een stuk fruit dat uw "oogappel" kan opeten ... liefst een aangepaste hoeveelheid. Het is uiteraard de bedoeling dat uw kind haar/zijn stukje fruit zelfstandig kan opeten ... het fruit dat u meegeeft is dan ook best op voorhand geschild en in aangepaste stukjes gesneden. Het fruit kan meegegeven worden in vershoudfolie ... toch opteert onze school dat het fruit meegegeven wordt in een doosje. (dit om zo weinig mogelijk afval te hebben) Graag het doosje naamtekenen a.u.b. Misschien denkt u ook aan een servetje ... ?

Eet gezond ... eet fruit ... ook onze school wil de kinderen aanzetten om meer fruit te eten.

Dank bij voorbaat

Marc Vanden Eynde

Vrije Basisschool Meerbeke

Nieuwstraat 2 , 9402 Meerbeke – tel: 054/33.20.49 – Fax: 054/59.88.34

Donkerstraat z/n, 9402 Meerbeke – tel 054/33.37.45

Pastorijstraat 1, 9403 Neigem – tel 054/33.85.40

e-mail: ybm.meerbeke@scarlet.be - www.vbmeerbeke.be