

WATER
LICHHAAM
MILIEU UNIEK
ESSENTIEEL
ZIJN
ORGANISME
ONMISBAAR
VOEDING

BEHOEFTE
ELEMENT
LEVEN



Brussel, 00 xxxx 0000

Beste leerkracht,

Net als de lucht die we inademen, is water essentieel voor het leven. Toch drinkt slechts 1 op de 4 Belgen genoeg water om de officiële aanbeveling van 1,5 liter per dag te halen. Jongeren scoren het slechtst: amper 10% van alle tieners drinkt genoeg water, maar deze groep consumeert wel heel wat gesuikerde dranken¹. Ook kinderen drinken niet voldoende, vooral tijdens de schooluren. **Water drinken moet (opnieuw) een reflex worden. Het is daarom essentieel om kinderen al vanaf jonge leeftijd te laten wennen aan de smaak van water, en ze te leren hoe belangrijk het is om genoeg water te drinken.**

Helaas weten ouders en leerkrachten maar al te goed hoe koppig kinderen en tieners kunnen zijn als volwassenen hen goede raad geven. Je kan wel zeggen: **'Je moet minstens 1,5 liter water per dag drinken'**, maar daar hebben kinderen over het algemeen geen oren naar.

Met dit pedagogische dossier willen we je helpen je leerlingen te motiveren om voldoende te drinken. Daarbij gaan we uit van het principe dat het belangrijk is om **UIT TE LEGGEN waarom water drinken noodzakelijk is om gezond en fit te blijven**. Kinderen zijn vaak meer geneigd om raad op te volgen wanneer ze uitleg en argumenten krijgen over het nut ervan.

Met het pedagogische dossier **'Water voor iedereen'** biedt Spa je nuttige hulpmiddelen om leerlingen uitleg te geven over het belang van water in onze voeding en over de rol van water in ons lichaam. Het dossier bestaat uit drie onderdelen: **'Water, een essentieel bestanddeel van het menselijk lichaam'**, **'Water, een onmisbaar onderdeel van onze voeding'** en **'Water, uniek en divers tegelijk'**. Het lessenpakket kan in zijn geheel worden aangeboden, maar het is ook mogelijk om ieder onderdeel apart te behandelen.

Om de scholen nog meer te steunen, bieden we aan elke klas of school de mogelijkheid om deel te nemen aan een nationale wedstrijd. Het principe is eenvoudig: met de hulp van hun leerkrachten bedenken de leerlingen een project, klasactiviteit of schoolactiviteit rond het thema 'water'. **De ingediende projecten worden beoordeeld door een comité van deskundigen en Spa kent aan het winnende project een bedrag van 1.000 euro toe.**

De winnende klas mag ook een bezoek brengen aan Spa, waar het gelijknamige mineraalwater ontspringt en krijgen een rondleiding in het bezoekerscentrum **'Eaudyssée de Spa'**.

Alle scholen worden achteraf op de hoogte gebracht over het winnende project, om zo ideeën uit te wisselen en hen verder te steunen bij hun inspanningen om water te promoten als belangrijkste drank. Het project wordt het volgende jaar ook opgenomen in het pedagogisch dossier als extra voorbeeld. Meer informatie over de wedstrijd vind je in het document **'Projectoproep'**.

¹ Belgische Voedselconsumptiepeiling 2004, p. 21.

WATER
MILIEU UNIEK
ESSENTIEEL
ZIJN
EVENWICHT
LICHAAM
BEHOEFTE
ELEMENT
LEVEN
ORGANISME
ONMISBAAR
VOEDING
FUNCTIE
BRON



Het pedagogisch dossier dat wij aanbieden, bestaat uit verschillende onderdelen:

- 1) **Een deel voor de leerkracht:** aan de hand van dit materiaal raak je vertrouwd met het onderwerp voordat je de lessen geeft. In dit deel staan ook een aantal suggesties voor oefeningen.
- 2) **De leerlingenfiches** zijn bestemd voor de kinderen en geven de sleutelbegrippen van elke les weer. Aan de hand van de fiches kunnen de leerlingen de geziene lesinhouden bijhouden en herhalen.
- 3) **Een poster van het menselijk lichaam** (als bijlage bij deze brief gevoegd). De poster is bedoeld als illustratie bij het eerste deel, 'Water, een essentieel onderdeel van het menselijk lichaam'. Deze kan klassikaal worden gebruikt bij groepsactiviteiten. De kinderen kunnen er verschillende kaarten op plakken die ook te vinden zijn in het pedagogisch dossier.
- 4) **Een evaluatiefiche van waterconsumptie** waarmee de kinderen en hun gezin kunnen bijhouden hoeveel water ze drinken aan het begin en aan het einde van de lessenreeks. Op die manier kunnen ze nagaan in hoeverre de lessen hun gewoontes hebben beïnvloed.
- 5) **Een diploma van Waterambassadeur** om uit te reiken aan de kinderen als beloning voor hun kennis en inzet.

Zin om ook met je leerlingen aan de slag te gaan rond het thema water? Dat kan op een van de volgende manieren:

1. Download de verschillende onderdelen van het lessenpakket op www.eaudysseedespa.be. Je kan het hele lessenpakket downloaden of enkele onderdelen.
2. Bestel via onze website www.eaudysseedespa.be de papieren versie van het volledige dossier, dat per post wordt opgestuurd.

We hopen dat je dit pedagogische dossier nuttig vindt en dat het je de kans geeft om samen met je leerlingen bijzondere en leerrijke momenten te beleven. Jullie vragen en opmerkingen zijn meer dan welkom op info@spa.be.

Met vriendelijke groeten,

Suzanne Du Clamps

Verantwoordelijke communicatie Spa