

HANDLEIDING NATIONALE KRAANWATERDAG 2025

Op woensdag 24 september 2025 is het Nationale Kraanwaterdag. Deze dag staat in het teken van kraanwater als gezonde en duurzame dorstlesser. Op deze dag moedigen de tien Nederlandse drinkwaterbedrijven de kinderen van alle basisscholen en kinderopvangorganisaties aan om meer water te drinken én slimmer met water om te gaan. Zo gebruiken we alleen wat we nodig hebben. Nationale Kraanwaterdag is een goede start van het schooljaar. Leuk dat jullie meedoen!



KRAANWATERDAGLES OP DRIE NIVEAUS

Speciaal voor Nationale Kraanwaterdag zijn er gratis educatieve materialen ontwikkeld. Deze vind je op kraanwaterdag.nl/basisonderwijs.

Er zijn leuke lessen op drie niveaus: groep 1-3, groep 4-6 en groep 7-8. Van een praatplaat, quiz en animatievideo's tot spelletjes, proeven, knutselopdrachten en de meet-tweedaagse. Ook is er een speciaal Kraanwaterdaglied. In deze handleiding vind je alle informatie voor groep 1-2-3 en een lesopzet. En vergeet niet om de [Kraanwaterdagposter](#) op te hangen in de klas!

SLIM OMGAAN MET WATER TERWIJL HET REGENT. HOE ZIT DAT?

We moeten slim omgaan met water. In een droge, warme zomer klinkt dat logisch. Het water verdampt dan snel en we gebruiken dan met z'n allen meer water. Maar ook als het veel heeft geregend blijft het belangrijk om slim met water om te gaan.

Hoe dat zit:

- Van de regen die valt kunnen we niet direct drinkwater maken. Het duurt soms wel honderd jaar voordat het diep in de grond is gezakt.
- Ons land is zo ingericht dat we regenwater zo snel mogelijk afvoeren naar de zee. Zo houden we droge voeten, maar de bodem droogt wel snel op. Daarnaast kunnen we niet overal zomaar regenwater opslaan.
- Er is voor het regenwater steeds minder ruimte om de grond in te zakken, want er zijn steeds meer huizen en bedrijven.
- Er blijven mensen bijkomen. Het water moeten we dus over steeds meer mensen verdelen.

KRAANWATERDAGLES

DOELGROEP

De Kraanwaterdagles is bedoeld voor:

- Leerlingen en leerkrachten basisonderwijs groep 1-8
- Ouders en overige gezinsleden, want onderdelen zijn geschikt voor thuis
- De les is uitgewerkt op drie niveaus:
 - » Groep 1-3
 - » Groep 4-6
 - » Groep 7-8

Werk je in een combinatiegroep? Kijk dan welke les het best aansluit bij jouw leerlingen.

Speciaal onderwijs

Werk je met leerlingen in het speciaal onderwijs? Ook dan kun je gebruikmaken van de educatieve materialen. Laat bijvoorbeeld de waterzuiveringsproef zien of maak samen de knutselopdracht (druppelslinger versieren).

DOELEN

Na de les weten de kinderen meer over:

- Waar je kraanwater voor gebruikt
- Hoeveel kraanwater je ongeveer gebruikt
- Waarom het belangrijk is om slim met kraanwater om te gaan
- Hoe ze zelf slim met kraanwater om kunnen gaan
- Welke verschillende waterbronnen er zijn en dat drinkwaterbedrijven kraanwater maken door water uit de natuur te zuiveren
- Waarom kraanwater gezond voor je is

De Kraanwaterdagles sluit inhoudelijk aan op de volgende kerndoelen binnen het domein 'Oriëntatie op jezelf en de wereld'.

Mens en samenleving:

- Kerndoel 34: De leerlingen leren zorg te dragen voor de lichamelijke en psychische gezondheid van henzelf en anderen.
- Kerndoel 35: De leerlingen leren zich redzaam te gedragen in sociaal opzicht, als verkeersdeelnemer en als consument.
- Kerndoel 39: De leerlingen leren met zorg om te gaan met het milieu.

Natuur en techniek:

- Kerndoel 42: De leerlingen leren onderzoek doen aan materialen en natuurkundige verschijnselen, zoals licht, geluid, elektriciteit, kracht, magnetisme en temperatuur.

Elke groep werkt op het eigen niveau aan de bovengenoemde doelen.

TIJD

De tijdsduur van een kraanwaterdagles is afhankelijk van hoeveel en welke onderdelen er gekozen zijn. De tijd varieert tussen 30 en 90 minuten.

BENODIGDHEDEN ALGEMEEN

- Digibord met internetverbinding
- Kraanwaterdagposter



VOORBEREIDING

Vertel de kinderen een aantal dagen van tevoren dat jullie meedoen aan Nationale Kraanwaterdag. Dit betekent dat ze op woensdag 24 september geen gezoete drankjes, zuiveldrank of bronwater mee naar school mogen nemen, maar kraanwater drinken uit een beker, bidon of hervulbaar flesje.

Informeer ook de ouders. In de toolkit op kraanwaterdag.nl/toolkit staan voorbeelden van teksten gericht aan ouders. Vraag de leerlingen uit groep 4-8 enkele dagen van tevoren eventueel materialen mee te nemen voor de waterzuiveringsproef.

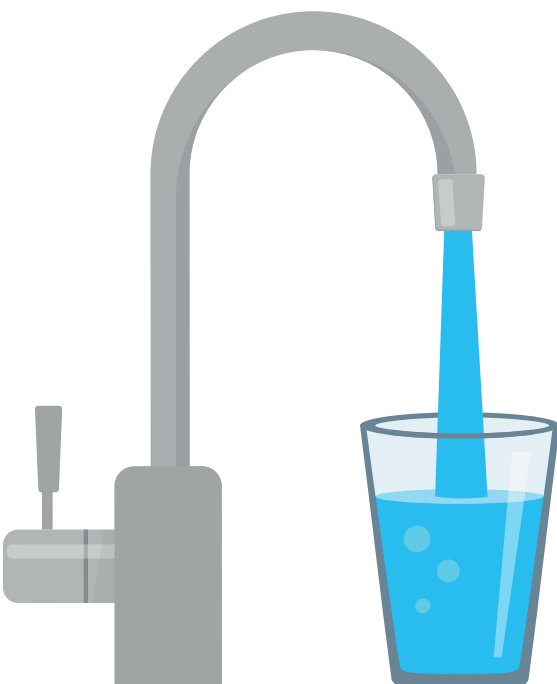
OUDERVIDEO

In de toolkit vind je ook een speciale oudervideo. Hierin vertellen de Healthy Sisters op een leuke manier hoe ouders kraanwater net zo kleurrijk en feestelijk kunnen maken als een pakje drinken. De oudervideo is vooral gericht op ouders die moeilijker te bereiken zijn of mogelijk weerstand hebben om het drinken van kraanwater te normaliseren. De boodschap van de video is dat je door fruit en groente aan kraanwater toe te voegen je kraanwater lekkerder maakt. Net als bij het meegeven van andere drankjes geef je dan ook liefde mee aan je kind.



KRAANWATERDAGLIED

Om het drinken van kraanwater nog leuker te maken heeft Wiebelteneen speciaal voor Nationale Kraanwaterdag een lied geschreven. Zet het lied regelmatig op in de klas, bijvoorbeeld in de pauze. En wijs kinderen op het drinken van water. Het Kraanwaterdaglied met songtekst vind je op kraanwaterdag.nl/kraanwaterdaglied.



INTRODUCTIE

VOORBEREIDING (10 minuten)

Ga naar kraanwaterdag.nl/groep123 en kies één van de interactieve praatplaten uit. Kies de praatplaat die het beste aansluit bij de behoeften of thema's in jouw klas (de andere praatplaten kunnen op een ander moment aangeboden worden).

- **Water en lichaam**

Kinderen ontdekken waarom water gezond is.

- **Water in huis**

Kinderen ontdekken waar en waarvoor in huis kraanwater wordt gebruikt.

- **Slimmer met water**

Kinderen ontdekken hoe je slim kunt omgaan met water.

KLASSENGESPREK (10 minuten)

Loop naar de kraan en schenk een glas water in of schenk vooraf een glas water in. Neem een slok water. Mmm lekker zeg! Voer een klassengesprek over kraanwater.

- Wie van jullie drinkt kraanwater?
- Vinden jullie het lekker?

Bekijk en bespreek de praatplaat. Laat de praatplaat een startpunt zijn voor een klassengesprek. Vraag aan de kinderen wat zij al weten over het onderwerp. Laat vervolgens de kinderen een klikpunt kiezen waar ze meer over willen weten. Lees het weetje voor en geef de kinderen de ruimte om er iets over te vertellen. Stel ook prikkelende vragen, zoals:

- Waar gebruik je allemaal kraanwater voor?
- Waar komt kraanwater vandaan?
- Waarom is kraanwater gezond?

KERN

1. Ga naar kraanwaterdag.nl/groep123 en bekijk klassikaal de twee animatievideo's 'Slim omgaan met water' en 'Water drinken is gezond'. De eerste video gaat over waar je allemaal kraanwater voor gebruikt, waarom je slim met kraanwater moet omgaan en hoe je dat doet. De tweede video legt uit waarom kraanwater gezonder is dan andere drankjes en hoe kraanwater je fit en gezond houdt. Bespreek de video's na. Wat viel de kinderen op? Wat voor nieuws hebben de kinderen geleerd?
2. Kies vervolgens op basis van gewenste werkvormen, inhoud en beschikbare tijd één of meer van de volgende groepsopdrachten.



GROEPSOPDRACHT 1

MAAK EEN DRUPPELSLINGER (30 minuten)

Benodigdheden

- Printer of stuk karton
- Lamineerapparaat en lamineervellen
- Blanco papier
- Schaar
- Kleurpotloden/stiften
- Stickers en/of andere versieringen zoals glitters (zo plat mogelijk)
- Perforator
- Touw

Maak samen met de kinderen een druppelslinger. Laat elk kind zijn of haar eigen druppel versieren. Rijg vervolgens alle druppels aan een touw om één lange slinger te maken. Op kraanwaterdag.nl/groep123 vind je een instructievlog en instructieblad.



Hang de druppelslinger tijdens Nationale Kraanwaterdag op in de klas of op het schoolplein. Zo heb je meteen leuke versiering! En laat de slinger daarna gerust nog even hangen.

GROEPSOPDRACHT 2

MEMORYSPEL (20 minuten)

Benodigdheden

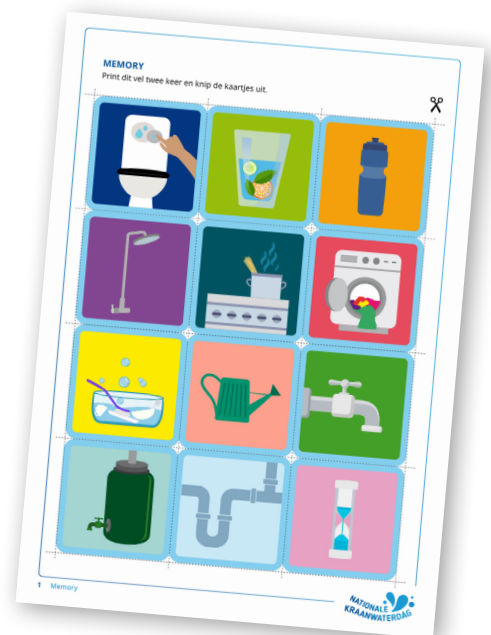
- PDF met memorykaartjes
- Printer
- Schaar

Speel in de klas het Memoryspel. Op kraanwaterdag.nl/groep123 vind je een PDF met memorykaartjes. Print en knip de memorykaartjes uit en laat de kinderen in groepjes memory spelen.

Om papier te besparen kun je de memory ook één keer printen en de kinderen om de beurt in groepjes het spel laten spelen. De andere kinderen kunnen dan bijvoorbeeld ondertussen aan de slag gaan met de druppelslinger.

Stel, als de kinderen klaar zijn met spelen, de volgende vragen:

- Op welke kaartjes zien jullie een voorwerp dat jullie thuis hebben?
- Je kunt op een slimme manier met water omgaan. Welke kaartjes laten zien hoe je dat kunt doen?



GROEPSOPDRACHT 3

WATERSMAAKTEST (20 minuten)

Benodigheden

- Stappenplan Watersmaaktest
- 4 kannen met water
- Bakjes of schaaltes om de ingrediënten op te leggen
- Voor elk kind een hervulbare, kartonnen of andere milieuvriendelijke beker
- Voldoende gesneden ingrediënten naar keuze: verse munt, citroen, sinaasappel, komkommer, aardbeien, basilicum frambozen, bosbessen, watermeloen etc.

*Let op:
houd rekening
met eventuele
allergieën*

Met de watersmaaktest proeven de kinderen verschillende watersmaakjes. Zorg voor voldoende kannen en snijd vooraf de ingrediënten. Maak verschillende smaakcombinaties en laat kinderen hun favoriete waterdrankje bepalen. Op kraanwaterdag.nl/groep123 vind je de instructies.

Bespreek de test na:

- Welk smaakje vonden jullie het lekkerst? Maak met de kinderen een top 2.
- Kunnen jullie zelf nog meer smaakjes bedenken?



GROEPSOPDRACHT 4

DIGITAAL PRENTENBOEK (20 minuten)

Benodigheden

- Digibord (met geluid)
- Eventueel (geprinte) voorleestekst

Ga naar kraanwaterdag.nl/groep123 en open het digitaal prentenboek. Bepaal vooraf of je het verhaal zelf voorleest of dat je gebruik maakt van de voice-over. Bespreek het verhaal vervolgens na:

- Waar komt het water uit de kraan vandaan?
- Waar zijn Wende en haar moeder geweest?
- Wat gebeurt er in de waterfabriek?
- Waarom moet het water eerst goed schoongemaakt worden voor het naar huizen, scholen en andere gebouwen kan?
- Hoe komt het water in onze huizen?
- Waar gebruik jij water allemaal voor?
- Waarom is het belangrijk om slim met water om te gaan?
- De moeder van Wende doet citroen in het water. Wie drinkt ook weleens water met fruit of kruiden? Welk smaakje vind je lekker?

Optioneel:

Speel gezamenlijk het verhaal na. Neem zelf bijvoorbeeld de rol van de moeder op je. Wat gebeurt er eerst? En dan? Wat zeggen de moeder en Wende tegen elkaar?

Zorg dat alle kinderen die dat willen het verhaal nog een keer kunnen terugluisteren en -kijken.

TIP:

WENDE EN DE WONDERLIJKE WATERWERELD

1. Het is lekker weer. Wende is buiten aan het spelen in het gras. Maar van al dat spelen krijg je wel heel erge dorst! Daarom heeft Wende van mama een glas met water gekregen. Mmmm, dat is lekker. Wende kijkt naar het water in haar glas. Wat een gek spul is dat water eigenlijk! Je kan er doorheen kijken en er is niets anders dat net zo smaakt als water. En je gebruikt water ook voor een heleboel andere dingen, zoals douchen. 'Waar komt dat water toch vandaan?' vraagt Wende zich hardop af.
2. Wende rent naar binnen. Mama staat in de keuken en drinkt een glas water. 'Waar komt dat water vandaan, mam?' vraagt Wende. 'Uit de kraan!' zegt mama. 'Maar waar komt het water uit de kraan dan vandaan?' vraagt Wende. 'Dat is een hele goede vraag, Wende,' zegt mama. 'Kom dan laat ik het je zien.'
3. Mama neemt Wende mee naar buiten. Ze lopen door de straten. Links, rechts, een stuk rechtdoor, rechts en dan weer links... Hier zijn geen huizen meer. Maar wel bomen, struiken en kijk, daar een vogelnest! 'Dit is een natuurgebied' zegt mama. Wende herkent deze plek. Ze hebben hier wel eerder gewandeld. Het is vlakbij hun huis. 'Maar dit is niet zomaar een natuurgebied,' zegt mama. 'Hier komt ons water vandaan. Je noemt het ook wel een waterwingebied. Het water komt hier uit de grond. En dat water komt van de regen. Alle regendruppels zakken hier in de grond. We lopen nu dus eigenlijk boven op ons drinkwater.'
4. 'Ooo,' zegt Wende. 'Maar als ik hier dus zelf een gat graaf dan kan ik mijn eigen glas vullen met water.' Wende gaat op de grond zitten en begint met graven. 'Nee Wende, stop maar, dat gaat zomaar niet,' zegt mama. 'Het water komt héél diep uit de grond. Daar kan jij met je handen niet bij.' Mama wijst naar een groot metalen blok. 'Kijk, dit is een waterput. Hier pompen ze het water omhoog. Als het water is opgepompt dan kan je het nog steeds niet drinken. Er zitten dan allemaal stoffen in die niet zo goed voor je zijn. Het water moet dan eerst worden schoongemaakt'. Op andere plekken in Nederland maken ze kraanwater van water uit rivieren en meren. Dat water wordt natuurlijk ook eerst goed schoongemaakt.
5. Mama neemt Wende mee naar een groot gebouw. Ze moeten eerst goed zoeken naar de bel en bellen dan aan. Een meneer doet open. 'Dag meneer,' zegt mama. 'Kunt u ons vertellen wat er in dit gebouw gebeurt?'. De meneer is heel aardig. Hij zegt: 'Dit is een waterfabriek. Het water wordt in deze fabriek schoongemaakt. Jullie mogen wel even binnen kijken. Kijk hier halen we het water door een soort zeef. De slechte stoffen gaan er dan uit. Wat overblijft is schoon water.' 'Het stinkt wel een beetje zeg', zegt Wende. 'Ja, dat klopt, zegt de meneer. Bij het schoonmaken van het water komt een gas vrij. Dat stinkt een beetje. Maar als het water bij jou uit de kraan komt, zijn die luchtjes al lang verdwenen. 'Gelukkig maar!' zegt Wende. Mama en Wende gaan weer naar buiten.

*Lees verder
op de volgende
pagina*

6. 'Maar hoe komt het water dan weer uit de fabriek?' vraagt Wende. Mama wijst weer naar de grond: 'Je ziet het misschien niet, maar onder ons is een hele grote bak met water. Daar wordt het water in opgeslagen.' 'Een soort zwembad?' roept Wende. 'Eigenlijk wel ja. Maar je kan er niet in zwemmen hoor,' zegt mama. 'Vanaf dat hele grote zwembad onder de grond lopen buizen. En ze lopen hier onder het hele natuurgebied en de hele stad door! Bij alle gebouwen waar mensen wonen, naar school gaan en werken, liggen buizen onder de grond. Waterleidingen noem je die.' Wende kijkt verbaasd: 'Wauw, er is dus eigenlijk nog een hele wereld onder de grond die je helemaal niet ziet!'
7. Mama en Wende zijn weer thuis. 'Waar gebruik jij eigenlijk allemaal water voor, Wende?' vraagt mama. 'Even denken,' zegt Wende. 'Om te douchen. En oh ja, om mijn tanden mee te poetsen.' 'Heel goed' zegt mama. 'Maar vergeet niet dat je wel zuinig moet zijn met water. Zoals je hebt gezien is het heel veel werk om het op te pompen, schoon te maken en naar de huizen, scholen en kantoren te vervoeren. Dus vergeet niet altijd de kraan dicht te doen tijdens het tandenpoetsen.' 'Ik weet nog iets waar je water voor gebruikt!' zegt Wende. 'Jij gebruikt ook water om plantjes mee water te geven.' 'Daar gebruik ik inderdaad water voor,' zegt mama. 'Maar geen water uit de kraan. Dat water komt uit de regenton. Dat is dus regenwater. Voor de plantjes hoef je het water niet helemaal schoon te maken. Dat scheelt weer kraanwater.'
8. Mama en Wende staan in de keuken. 'En je gebruikt water om te drinken, natuurlijk!' roept Wende. 'Je mag natuurlijk wel zoveel kraanwater drinken als je wilt,' zegt mama. 'Daar hoef je niet zuinig mee te zijn, hoor! Water is namelijk heel goed voor je.'

AFSLUITING (30 minuten)

1. Bespreek de groepsopdrachten na.
 - » Drinken jullie genoeg water?
 - » Wie van jullie wil thuis vaker kraanwater drinken (in plaats van limonade of sap)?
 - » Welke andere drankjes gaan jullie dan minder vaak drinken?
 - » Wat kunnen jullie thuis of op school doen om slim met water om te gaan?
2. Doe samen de Kraanwaterdagquiz op kraanwaterdag.nl/groep123 en test wat jullie weten over water in je lichaam, water in je huis en slim omgaan met water!
3. Maak afspraken over een of meer vaste kraanwaterdagen in de klas (of op school). Op deze dag(en) nemen de kinderen geen gezoete drankjes, zuiveldrank of bronwater mee van huis, maar alleen kraanwater in een bidon, schoolbeker of hervulbaar flesje. Vul de dag(en) in op de Kraanwaterdagposter. Natuurlijk sluiten jullie de les af met het drinken van een glas water. Je kunt fruit of kruiden aan het water toevoegen om het nog lekkerder te maken. Bijvoorbeeld: watermeloen, munt, limoen, citroen, aardbeien.
4. Zet ondertussen het Kraanwaterdaglied aan en zing en dans met z'n allen mee! Zie kraanwaterdag.nl/kraanwaterdaglied.

KRAANWATER BLIJVEN DRINKEN

TIPS VOOR NA NATIONALE KRAANWATERDAG

Benieuwd hoe je na 24 september een vervolg kan geven aan Nationale Kraanwaterdag? Wij hebben een aantal tips op een rijtje gezet:

- **Gezonde dorstlesser:** stimuleer kinderen om kraanwater te drinken tijdens het eten, na een activiteit of na het buitenspelen en leg uit waarom water drinken belangrijk is.
- **Water altijd binnen handbereik:** zorg voor kannen met water en bekertjes in de klas en stimuleer het meenemen van een eigen bidon of waterfles.
- **Geef het goede voorbeeld:** drink zelf ook water in de klas, tijdens de pauze of tijdens een vergadering.
- **Slimmer omgaan met water:** maak kinderen bewust van hun waterverbruik als ze de kraan gebruiken of naar het toilet gaan.
- **Vaste kraanwaterdag:** om het voor kinderen vanzelfsprekend te maken om kraanwater te drinken kun je (minimaal) één vaste dag in de week aanwijzen als kraanwaterdag. Op deze dag drinkt iedereen in jouw klas alleen kraanwater.

VASTE KRAANWATERDAG

Stel de directie en alle collega's van de groepen voor om minimaal één vaste kraanwaterdag per week aan te wijzen en neem dit op in het beleid van de school. Met een of meer vaste kraanwaterdagen, bereik je sneller het gewenste resultaat. Informeer ook de ouders hierover, zodat er dan geen gezoete drankjes of zuiveldrankjes meegegeven worden. In de toolkit op kraanwaterdag.nl/toolkit vind je handige teksten voor op de website, in de schoolgids en in nieuwsbrieven. Vul de vaste kraanwaterdag(en) in op de Kraanwaterdagposter.

CERTIFICAAT KRAANWATERPROOF

Leuk om te krijgen en nog leuker om te delen: het certificaat Kraanwaterproof. Deel deze op de schoolwebsite of social media en laat zo aan iedereen zien dat jullie als school één of meer vaste dagen in de week kraanwater drinken! Vul het certificaat in op kraanwaterdag.nl/toolkit.

BUITENWATERTAPPUNT

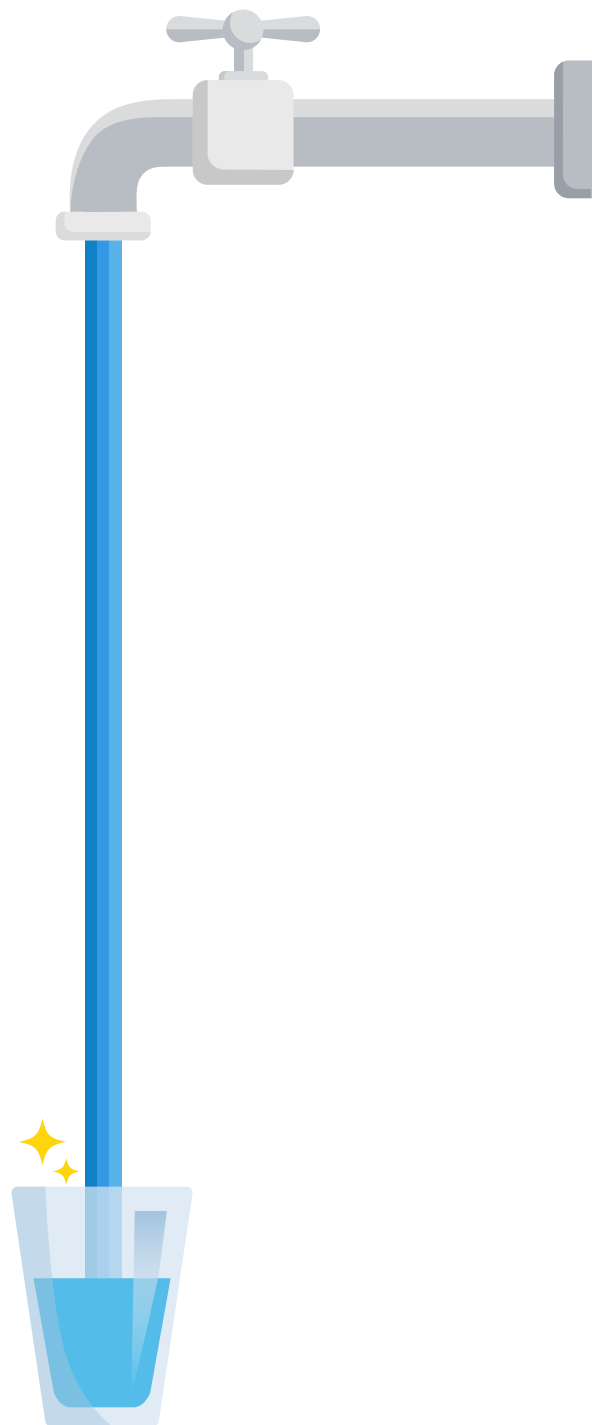
Wil je het drinken van kraanwater nog makkelijker en leuker maken? Plaats dan een buitenwatertappunt. Kijk voor de mogelijkheden op de website van jouw gemeente of van het drinkwaterbedrijf van jouw school.



VERVOLGACTIVITEITEN

Wil je na Nationale Kraanwaterdag verdiepende lessen geven over kraanwater? Maak dan gebruik van het educatie-aanbod van het drinkwaterbedrijf in jouw regio.

Kijk voor het aanbod van jouw drinkwaterbedrijf op kraanwaterdag.nl/educatie-aanbod.



Nationale Kraanwaterdag is een initiatief van alle Nederlandse drinkwaterbedrijven.

Nationale Kraanwaterdag wordt ondersteund door Eco-Schools, Gemeenten voor Duurzame Ontwikkeling (GDO), Gezonde Kinderopvang, Gezonde School, JOGG, Jong Leren Eten, Ons Water, Voedingscentrum, Voedseleducatieplatform, Watereducatie.nl, Nederlands Watermuseum en Humankind.

