
Visie en beleid voor voeding

op school



Leerlingen meer meegeven dan alleen goed onderwijs.

Op Ubbo Emmius geloven we in de mogelijkheid van leren en ontwikkelen. We verbinden in plaats van dat we verdelen. Onze kernwaarden en normen zijn mede hierop gebaseerd. We kijken naar wie je bent en naar hoe je wilt zijn, hebben de overtuiging dat we op aarde zijn om iets te dóen. We vinden het onze plicht om een verschil te maken door te handelen en actief te zijn, niet door alleen te luisteren en te praten.

Ubbo Emmius wil met de Gezonde School een bron van inspiratie zijn, zodat leerlingen, ouders en personeel kunnen excelleren op ieder vlak.

VISIE

Onze school is een school die planmatig en structureel educatie over gezonde voeding en duurzaam voedsel voor iedere jaargroep in haar schoolplan heeft opgenomen. Voorbeelden hiervan zijn lesonderwerpen als “de schijf van 5” bij de beroepsgerichte vakken Zorg en Welzijn en Dienstverlening en Producten, het onderdeel voeding bij natuur en gezondheid maar ook in de methode van Biologie worden de hoofdstukken ‘voeding en vertering’, ‘voedingsmiddelen en voedingsstoffen’ en ‘gezonde voeding’ behandeld. Naast aandacht voor het onderwerp gezonde voeding in de les ondersteunt onze school de aandacht voor een gezonde omgeving wat betreft gezond en duurzaam eten op school.

Onze school is een omgeving waar gezond eten gemakkelijk moet zijn, omdat dit bijdraagt aan de ontwikkeling van de leerlingen. We kiezen voor een positieve aanpak, waardoor niemand zich buitengesloten of veroordeeld hoeft te voelen. Gezond eten gaat over goed voor jezelf zorgen en niet over schoonheidsidealen.

We vinden het belangrijk dat er op school gezond eten en drinken is tijdens de pauzes, de lunch, tijdens uitjes en bij het trakteren, dus zowel meegenomen als aangeboden eten en drinken. Op school leren de leerlingen over gezond gedrag en tijdens eetmomenten kunnen zij dit in de praktijk brengen. Zo ontmoeten theorie en praktijk elkaar.

De school is een beschermde plek. Het feit dat er in de omgeving, zoals bv. thuis, ongezonde producten aanwezig zijn, is geen reden om deze ook binnen de school aan te bieden. Wij vinden het daarom van belang dat leerlingen zich bewust worden van een betere en gezonde keuze. Niet alleen als het om roken, alcohol of pesten gaat, maar ook als het om voeding gaat.

De kantine straalt ‘gezond’ uit, volgens de richtlijnen van Gezondere Kantines. Dit betekent dat we het belangrijk vinden dat de betere keuze producten het meest opvallen en zichtbaar de meeste ruimte in beslag nemen. De betere keuze zie je ook terug op posters en borden .

Ons managementteam, docenten en conciërges stimuleren de gezonde keuze, hebben oog voor duurzaamheid en geven het goede voorbeeld. We streven naar een gezond en duurzaam aanbod tijdens vergaderingen, traktaties of andere bijeenkomsten op onze school.

Naast gezondheid, willen we ook een duurzame omgeving waar duurzamer eten gemakkelijk is. Een duurzame omgeving met veel groen, weinig (zwerf)afval en waar aandacht is voor afvalscheiding. Een gebouw waar leerlingen gemakkelijk kraanwater kunnen drinken, zonlicht en frisse lucht krijgen en er bijvoorbeeld tijdens eetmomenten aandacht is voor milieu- dier- of mensvriendelijke producten. In een omgeving waarin we bewegen zoveel mogelijk promoten en lopen/fietsen de standaard is.

Ouders maken we steeds attent op gezond eten en drinken op school en de aandacht voor gezonde eet- en beweggewoonten in ons onderwijs. We vragen ouders vanuit de thuissituatie ook aandacht te hebben hiervoor. Dit doen wij op de jaarlijkse ouderavonden en via onze nieuwsbrieven.

Gezondheidsbevordering en -preventie wordt aangepakt in een breder perspectief. We hebben een integraal schoolgezondheidsbeleid waarin aandacht is voor een goede educatie over gezonde en duurzame voeding, een gezond en veilig schoolklimaat, een helder voedingsbeleid en het stimuleren van sport en bewegen. Dit alles in samenspraak met leerlingen, het schoolteam en het overkoepelend management. De GGD kan hierbij ondersteunen. Dit wordt ieder jaar geëvalueerd en bijgesteld.

BELEID

Educatie:

- Vanaf het schooljaar 2015-2016 wordt structureel aandacht besteed aan gezonde voeding. Dit gebeurt door middel van lespakketten over gezonde voeding die binnen alle leerjaren aangeboden worden.
 - Leerjaar 1: *Doit*
 - Leerjaar 2: *Doit*
 - Leerjaar 3: Lesgebonden pakket binnen Zorg en Welzijn en Dienstverlening en Producten.
- Daarnaast wordt in de lessen Biologie aandacht besteed aan hoeveel kJ's bepaalde voedingsmiddelen bevatten en waaruit een gezonde maaltijd bestaat, hoeveel je op een dag aan kJ's/calorieën moet binnenkrijgen als man of vrouw. De leerlingen moeten van een dag bijhouden wat ze aan maaltijden en tussendoortjes op eten en daaruit een conclusie trekken.
- Bij het vak Zorg en Welzijn en Dienstverlening en Producten wordt aandacht besteed aan de Schijf van Vijf.
- De kantine van het Ubbo Emmius in Winschoten is een leerbedrijf van Zorg en Welzijn en Dienstverlening en Producten.

Omgeving:

- Onze school heeft een gouden schoolkantine die voldoet aan de richtlijnen van het voedingscentrum. Dit betekent dat minimaal 80% van de producten bestaat uit basisvoedingsmiddelen uit de nieuwe Schijf van Vijf. Het aanbod in de kantine bestaat uit brood, bakjes fruit, yoghurt en soep. De producten die wij aanbieden voldoen aan de betere keuze criteria. Bijvoorbeeld: volkoren-/bruin-/meerzadenbrood, sla, komkommer, tomaat en paprika voor op de broodjes, halvarine, mager beleg zoals achterham en kipfilet, ei, 30+ kaas, halfvolle melk, magere yoghurt en vruchtensap.
Met de medewerker van de kantine is afgesproken dat ieder jaar het aanbod gecheckt zal worden door middel van de kantinescan van het Voedingscentrum. De uitkomst zal worden gerapporteerd en besproken met het managementteam. Als er nieuwe producten worden toegevoegd wordt eerst gekeken of deze aan de betere keuze criteria voldoet.
- Energydrink, ijs en chips zijn verboden in de school en worden dus ook niet verkocht in de kantine. Dit verbod is voor de leerlingen duidelijk zichtbaar middels posters.
- De kantine heeft geen frituur.
- Onze leerlingen en het personeel kunnen eenvoudig zelf watertappen bij de watertap in de kantine. Deze is overduidelijk aanwezig en er wordt op gewezen hoe gezond water drinken is.

- Ingaande schooljaar 2018/19 worden leerlingen en personeel gewezen op een duidelijke verdeling in afvalscheiding: PBD (Plastic, blik en drinkpak), papier en restafval.
- Ouders van onze leerlingen worden door middel van een nieuwsbrief iedere periode (4 keer per jaar) op de hoogte gehouden van het beleid omtrent eten en drinken op school. Daarnaast is er op de website van het Ubbo Emmius Winschoten een link naar het onderdeel "Gezonde School" waar ouders ons beleidsstuk kunnen inzien. In leerjaar 1, 2 en 3 wordt hieraan tijdens ouderavonden aandacht aan besteed.
- Wij besteden aandacht aan het onderwerp 'duurzaamheid'. Alle leerlingen van de school hebben volgens een roulatieschema een keer corvee waarbij de kantine wordt opgeruimd, maar ook het schoolplein/het park wordt meegenomen. Daarnaast hangt bij de watertap een poster waarop aangegeven wordt dat een plastic beker bij hoge uitzondering gebruikt wordt, karton is een betere keus maar een eigen flesje vullen is de beste keus.

Signalering:

- Onze school heeft inzicht in de voedingsgewoonten en het gewicht van de leerlingen. In samenwerking met het JGD is er in het derde leerjaar een contactmoment genaamd 'Jij en Je Gezondheid'. Hiermee wordt de ontwikkeling van jongeren in kaart gebracht, worden risicogedragingen en problemen op tijd gesignaleerd, wordt er informatie en advies geleverd en jongeren worden zo passend begeleid en geholpen. Elk schooljaar maakt de GGD een schoolprofiel van de gezondheidssituatie van de leerlingen op school. Op basis van dit profiel worden maatregelen in gang gezet om de gezondheid van leerlingen op school te bevorderen.
- Wij hebben als school een signalerings-, zorg- en verwijzingsstructuur rond vragen en problemen over voeding en gewicht. Hiervoor heeft iedere klas een mentor die waar nodig de hulp van een vertrouwenspersoon, schoolverpleegkundige, ondersteuningscoördinator of het ZAT-team (Zorg advies team) in kan schakelen. (Zie zorgplan)
- Wij hebben in klas 1 een Fit-test. Deze test wordt meteen in de eerste week na de zomervakantie gedaan. Jaarlijks worden de eerstejaars getest op motorische vaardigheden en lichamelijke samenstelling. Dit gebeurt door middel van de B-fittest. De leerlingen worden na de test gescreend, mocht een leerling hierop uitvallen dan wordt hij/zij uitgenodigd voor een extra beweegmoment. Wij geven hiermee een signaal af als school dat wij het belangrijk vinden dat leerlingen zich fit en gezond voelen.