

Basisschool De Toren
Zevenbergen

Gezonde School
Activiteitenplan 'Voeding'
Schooljaar 2018-2019 en verder



**GEZONDE
SCHOOL**

Datum: .. augustus 2018

Opgesteld door Jennyfer Heyden, Gezonde School-coördinator bs De Toren te Zevenbergen in samenwerking met de Gezonde School-adviseur.

Inhoud

Inleiding.....	3
Basisvoorwaarden	4
Overzicht activiteiten	6
Pijler Educatie	7
Pijler Signalering	8
Pijler Omgeving (fysiek en sociaal)	9
Pijler Schoolbeleid	11

Inleiding

Basisschool De Toren werkt al jaren aan de gezondheid van haar leerlingen. Zij geeft daarbij prioriteit aan het thema Voeding en werkt daarbij volgens de landelijke Gezonde School-aanpak. De Gezonde School-adviseur ondersteunt hen daarbij.

Een onderdeel van het werken aan gezondheid op de basisschool volgens Gezonde School is het opstellen van een activiteitenplan. Hierin legt de school vast met welke activiteiten zij invulling geeft aan het thema Voeding in de komende schooljaren.

Het plan is een evenwichtige samenstelling van activiteiten voor de hele school. De activiteiten zijn niet alleen gericht op leerlingen, maar ook op het schoolpersoneel en op de ouders/verzorgers. Om ervoor te waken dat de activiteiten effect hebben, worden ze aangeboden op alle niveaus van gezondheidsbevordering: signaleren, educatie, schoolomgeving en schoolbeleid.

Gezondheidsthema's

Voeding 	Bewegen en sport 	Roken en alcohol 
Hygiëne, huid en gebit 	Welbevinden en sociale veiligheid 	Relaties en seksualiteit 
Fysieke veiligheid 	Milieu en natuur 	Mediawijsheid 

De Gezonde School-pijlers

1. **Gezondheidseducatie:** in de lessen is er structurele aandacht voor gezondheid. Bijvoorbeeld door op een thema een lespakket uit te voeren.
2. **Fysieke en sociale omgeving:** gezond gedrag stimuleren door aanpassingen in de fysieke en sociale omgeving. Denk hierbij aan een beweegvriendelijk of 'groen' schoolplein en aan het betrekken van de ouders bij de Gezonde School.
3. **Signaleren:** gezondheidsproblemen worden gesignaleerd. Bijvoorbeeld door gebruik te maken van een volgsysteem voor het bewegingsonderwijs of de sociaal-emotionele ontwikkeling.
4. **Beleid:** alle maatregelen voor de gezondheid van leerlingen en leraren zijn vastgelegd in het schoolbeleid.

Basisvoorwaarden

Basisschool De Toren voldoet aan de wettelijke eisen (basisvoorwaarden) die van invloed zijn op de gezondheid van leerlingen, de medewerkers en de schoolomgeving.

Hieronder zijn deze wettelijke eisen genoemd. De hyperlinks verwijzen naar de wettelijke voorwaarden.

Om het Vignet Gezonde School te behalen moeten scholen aan deze wettelijke voorwaarden voldoen.

- [Heldere ondersteuningsstructuur](#): de school werkt samen met ketenpartners om leerlingen met gedrags-, ontwikkelings- en opvoedingsproblemen snel en adequaat te helpen. Daartoe is een heldere ondersteuningsstructuur ingericht, waarvan een zorgteam, zorg- en adviesteam (ZAT) en/of multidisciplinair overleg deel uit kunnen maken.
- [Effectief verzuimbeleid](#): de school hanteert een effectief verzuimbeleid voor leerlingen. Het verzuim wordt geregistreerd, er is preventief beleid om verzuim te voorkomen en beleid om bij verzuim achterliggende problematiek aan te pakken en eventueel door te verwijzen.
- [Meldcode Huiselijk geweld en kindermishandeling](#): de school hanteert de verplichte Meldcode Huiselijk geweld en kindermishandeling. De stappen van de code zijn ingebed in het werkproces en de ondersteuningsstructuur van de school en het personeel is geschoold in de eigen verantwoordelijkheid ten aanzien van de meldcode en voelt zich in staat hiernaar te handelen.
- [Meldplicht seksueel misbruik](#): de school hanteert de verplichte meldplicht seksueel misbruik. Iedere medewerker is verplicht om bij een vermoeden van seksueel misbruik of seksuele intimidatie dit onmiddellijk bekend te maken bij het schoolbestuur. Melden bij de schoolleiding is niet voldoende.
- [Klachtenregeling](#): de school hanteert een klachtenregeling voor ouders en personeel. De informatie is te vinden in de schoolgids.
- [Roken](#): In het schoolgebouw wordt niet gerookt. Met ingang van 1 januari 2020 zijn scholen verplicht om een [rookvrij schoolterrein](#) te hebben.
- [Alcohol](#): Aan leerlingen jonger dan 18 jaar wordt geen alcohol geschonken.

- [Wet Veiligheid op school](#): per 1 augustus 2016 zijn scholen in het primair- en voortgezet onderwijs – als gevolg van een aanpassing van de onderwijswetten – verplicht zorg te dragen voor een [veilige school \(externe link\)](#). Door de wetwijziging moeten scholen:
 - 1) Aan een inspanningsverplichting voldoen om een actief veiligheidsbeleid te voeren;
 - 2) het effect van het veiligheidsbeleid periodiek monitoren;
 - 3) De volgende taken bij tenminste één persoon beleggen:
 - het coördineren van anti-pestbeleid;
 - het fungeren als vast aanspreekpunt in het kader van pesten.
 De onderwijsinspectie zal toezien op naleving van de wettelijke verplichtingen.
- [Arbowet](#): de school voldoet aan de Arbowet: er zijn voldoende bedrijfshulpverleners, er is een preventiemedewerker, ongevallen worden geregistreerd, er is een goedgekeurde Risico Inventarisatie en Evaluatie (RI&E) van maximaal 4 jaar oud. Het beleid wordt vermeld in de schoolgids.
- [Veilige speeltoestellen](#): de school heeft veilige speeltoestellen, welke voldoen aan het Warenwetbesluit Attractie- en speeltoestellen (WAS). De school inspecteert en onderhoudt deze speeltoestellen regelmatig.
- [Bouwbesluit 2012](#): het schoolgebouw voldoet aan het bouwbesluit 2012, [versie 1-1-2017](#), zodat de veiligheid en gezondheid van de mensen die in het gebouw verblijven gegarandeerd is.
- [Omgevingsvergunning voor brandveilig gebruik](#): de school heeft een 'Omgevingsvergunning voor brandveilig gebruik', zodat de brandveiligheidsinstallaties en vluchtroutes voldoen aan de extra voorschriften voor gebouwen met kinderen tot 12 jaar.
- [Ontruimingsplan](#): de school hanteert een ontruimingsplan volgens de [wettelijk verplichte procedures](#), taken en verantwoordelijkheden.
- [Lichaam en gezondheid](#): de school voldoet aan kerndoel 34 waarin o.a. staat dat de leerlingen leren zorg te dragen voor de lichamelijke en psychische gezondheid van henzelf en anderen.
- [Seksualiteit en seksuele diversiteit](#): de school voldoet aan kerndoel 38 waarin o.a. staat dat de leerling leert respectvol om te gaan met seksualiteit en met diversiteit binnen de samenleving, waaronder seksuele diversiteit.
- [Bewegingsonderwijs](#): de school voldoet aan kerndoelen 57 en 58 voor het vak bewegingsonderwijs

Overzicht activiteiten

Onderstaande tabel geeft een schematisch overzicht van de activiteiten die basisschool De Toren in Zevenbergen uitvoert gericht op Voeding.

Dit activiteitenplan is opgesteld door basisschool De Toren (Jennyfer Heyden, Gezonde School-coördinator) in samenwerking met de Gezonde School-adviseur (Heidy de Mol). Het activiteitenplan geldt voor schooljaar 2018-2019 en is opgesteld met de intentie om de activiteiten in de schooljaren daarna navolging te geven.

Gezonde School-pijlers (criteria themacertificaten)

Thema Voeding:

1. **Gezondheidseducatie:** Elk schooljaar wordt er binnen het lesaanbod aandacht besteed aan het thema voeding. De school maakt hierbij gebruik van het lesprogramma Smaaklessen, Lekker Fit! of Ik eet het beter, of gebruikt een ander lespakket dat voldoet aan de [criteria](#).
2. **Beleid:** De school voert een actief beleid rond gezonde voeding en heeft vastgelegd hoe het toezicht is op het beleid.
3. **Signaleren:** De school heeft een signalerings-, zorg- en verwijzingsstructuur rond vragen en problemen over voeding, gewicht én gebit.
4. **Omgeving:** Leerlingen en personeel kunnen eenvoudig zelf water tappen bij een hygiënisch watertappunt. Daarnaast informeert de school ouders over het voedingsbeleid en zorgt ervoor dat het beleid via de website en/of de schoolgids of op andere wijze altijd gemakkelijk is in te kijken.

Bijlagen t.b.v. bewijsvoering

1. Schoolgids
2. Schoolplan
3. Voedingsbeleid (o.a. pauzehap, lunch bij continuooster, traktatiebeleid)
4. Jaarplanning
5. Nieuwsbrieven waarin Voeding een thema is
6. Foto's watertappunten / kraantjes in de klas

Pijler Educatie

Activiteit	Toelichting	Doelgroep	Uitvoerder	Planning
Ik eet het beter	Ik eet het beter bestaat uit verschillende interactieve lesprogramma's om leerlingen te leren gezonde keuzes te maken. Leerlingen ontdekken en ervaren op de basisschool wat gezonde producten doen voor hun lichaam. Ze worden zich bewust van wat ze dagelijks eten en drinken en leren op een speelse manier gezonde keuzes te maken. Vast onderdeel is 'de week van de Pauzehap'	Leerlingen – groep 5 t/m 8	Leerkrachten	Planning van de lesprogramma's wordt landelijk bepaald, school sluit hierbij aan. 24 t/m 28 sept. 2018
Nationaal Schoolontbijt	De school schrijft zich elk jaar (mits passend in de jaarplanning) in voor deelname aan het Nationaal Schoolontbijt. Deelnemende scholen krijgen een gevarieerd ontbijtpakket met producten volgens de richtlijnen van het Voedingscentrum. Daarnaast maakt de school gebruik van de aanvullende (les)materialen.	Leerlingen – alle groepen	Leerkrachten	Jaarlijks in november
EU-schoolfruit	De school schrijft zich elk jaar in voor deelname aan EU-schoolfruit. Deelnemende scholen ontvangen 20 weken gratis 3 stuks groente/fruit per leerling per week. Daarnaast maakt de school gebruik van de bijbehorende lesmaterialen.	Leerlingen – alle groepen	Leerkrachten	Jaarlijks 20 weken vanaf november tot april
Heppie Leven	Heppieleven is een digitaal lesprogramma over voeding, beweging en mind. De module voor de groepen 5 t/m 7 bestaat uit 20 lessen voor drie schooljaren (dus ca. 7 lessen per schooljaar). Elke les kent een klassikaal gedeelte en een uitdagende verdieping waar kinderen zelfstandig of in kleine groepjes aan kunnen werken, thuis of op school. Voor liefhebbers is er bij elke les een toets.	Leerlingen – groep 5 t/m 8	Leerkrachten	Jaarlijks lesprogramma.

Het programma wordt door zowel leerkrachten als leerlingen als heel erg leuk ervaren! Ondertussen leren over gezonde keuzes en verantwoord leven... kan het beter!

Pijler Signalering

Activiteit	Toelichting	Doelgroep	Uitvoerder	Planning
Ketenpartners van school	De school werkt samen met diverse zorgverleners in een SOT, om signalen die kunnen wijzen op de behoefte aan extra zorg voor een leerling goed te beoordelen en de leerlingen door te verwijzen. Binnen dit SOT vallen de medewerkers van het CJG, GGD en JGZ. Ook hebben we regelmatig contact met de fysiotherapeuten en zij signaleren jaarlijks. Maar ook hebben we samenwerking gezicht met de voedingsdeskundige tegenover school.	Leerlingen, ouders	Intern begeleider i.s.m. CJG, JGZ, etc.	Doorlopend
Preventief Gezondheids-onderzoek (PGO)	De jeugdarts en -verpleegkundige onderzoeken en adviseren de leerlingen en ouders in een PGO.	Leerlingen – groep 2 en 7	JGZ	Op afspraak
Vertrouwenspersoon	Ouders en leerlingen weten bij wie ze op school terecht kunnen voor hulp bij persoonlijke problemen.	Leerlingen, ouders, schoolpersoneel	Vertrouwenspersoon	Doorlopend
Signaleren en doorverwijzen	De (vak)leerkrachten zijn alert op leerlingen met een slecht voedingspatroon, onder- of overgewicht en/of een motorische achterstand en verwijzen de leerlingen en/of de ouders indien nodig	Leerlingen, ouders	Leerkrachten	Doorlopend

	<p>door naar de juiste hulpverlening, zoals de jeugdverpleegkundige, een diëtist of de fysiotherapeut op school.</p> <p>Leerlingen die in groep 8 nog geen zwemdiploma hebben, worden gewezen op het (gratis) aanbod van de gemeente om op zwemles te gaan en het diploma te behalen.</p>			
--	---	--	--	--

Pijler Omgeving (fysiek en sociaal)

Activiteit	Toelichting	Doelgroep	Uitvoerder	Planning
Voorbeeldgedrag	De leerkrachten en ander personeel geven het goede voorbeeld aan de leerlingen.	Leerlingen	Schoolpersoneel	Doorlopend
Aandacht voor gezonde voeding tijdens uitstapjes, evenementen en feestdagen	Tijdens sportevenementen eten en drinken de kinderen gezond (water en fruit / groente). Tijdens uitstapjes of feestdagen maken de leerkrachten en ouderraad een bewuste keuze in het aanbod door een kleine, feestelijke traktatie altijd aan te bieden in combinatie met iets gezonds.	Leerlingen	Schoolpersoneel en hulpouders van OR	Doorlopend bij uitstapjes, evenementen en feestdagen
Watertappunt	In elke klas kunnen leerlingen hygiënisch water tappen bij de kraantjes in de klas.	Leerlingen	Leerkrachten	Doorlopend
Ouderbetrokkenheid	De school betreft ouders bij activiteiten gericht op gezonde voeding door: <ul style="list-style-type: none"> - Schriftelijke informatie via de website, schoolgids en nieuwsbrieven - Mondelinge informatie via informatieavonden, inloopavonden en incidentele gesprekken 	Ouders	Directie, leerkrachten	Doorlopend

Samenwerking voedingsdeskundige	Er is samenwerking gezocht met de voedingsdeskundige die tegenover school woont. Zij adviseert de school en geeft ouders via de nieuwsbrief informatie en tips over gezonde voeding en een gezonde leefstijl.	Ouders	Voedingsdeskundige in school	Doorlopend
---------------------------------	---	--------	------------------------------	------------

Pijler Schoolbeleid

Activiteit	Toelichting	Doelgroep	Uitvoerder	Planning
Gezonde pauzehap en gezonde lunch	Op school eten leerlingen elke dag een gezonde pauzehap en een gezonde lunch. In het schoolbeleid kunnen ouders terugvinden wat de school geschikt vindt voor de kleine pauze en de lunch.	Leerlingen – alle groepen	Leerkrachten en ouders	Doorlopend
Advisering tov het traktatiebeleid	De school heeft een adviserende houding tov traktaties. De regels zijn vastgelegd in het schoolbeleid. School geeft voorbeelden van gezonde traktaties en school vraagt aan ouders of zij leerkrachten ook een kleine traktatie willen geven. Zo kunnen de leerkrachten het goede voorbeeld geven.	Leerlingen – alle groepen	Leerkrachten en ouders	Doorlopend
Water drinken	De school stimuleert het drinken van water.	Leerlingen – alle groepen	Leerkrachten en ouders	Doorlopend
Fruit	De school schrijft zich jaarlijks in voor EU-schoolfruit. Daarnaast stimuleert de school fruit als één van de gezonde opties voor een pauzehap. Van maandag t/m vrijdag nemen alle leerlingen van school groenten en/of fruit mee naar school als pauzehap.	Leerlingen – alle groepen	Leerkrachten en ouders	Doorlopend
Handhaving Voedingsbeleid	De leerkrachten zien erop toe dat het voedingsbeleid wordt gehandhaafd. Als leerlingen ongezond eten of drinken bij zich hebben, zoals chips of frisdrank, dan gaat dat in de tas terug mee naar huis. De leerkracht biedt het kind een alternatief aan vanuit de school (bijv. fruit of water).	Leerlingen – alle groepen	Leerkrachten	Doorlopen