

Op de afdeling praktijkonderwijs van het Pius X-College willen we onze leerlingen meer meegeven dan alleen algemeen vormende vakken. We willen ook graag bewustzijn creëren voor een gezonde leefstijl bij onze leerlingen. Uit onderzoek blijkt dat het pedagogisch klimaat op school verbetert en de leerprestaties omhooggaan, als leerlingen gezonder zijn en gezonder leven.

Deelplan

De afdeling Praktijkonderwijs is een gezonde school.

Aanleiding

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

Het feit dat er in de omgeving ongezonde producten te koop zijn, is geen reden om deze ook binnen de school aan te bieden. De school is namelijk een beschermende plek. Niet alleen als het om roken, alcohol of drugs gaat, maar ook als het om voeding gaat.

Onze docenten en ondersteunend personeel stimuleren de gezonde keuze, hebben oog voor duurzaamheid en geven het goede voorbeeld. We streven naar een gezond en duurzaam aanbod van producten bij alle bijeenkomsten op onze school, van schoolfeesten tot vergaderingen.

Naast gezondheid, willen we ook een duurzame omgeving creëren waar tevens duurzame keuzes gemakkelijk zijn: een omgeving met veel groen en weinig (zwerf)afval en waar aandacht is voor afvalscheiding, een gebouw waar leerlingen makkelijk kraanwater kunnen drinken, zonlicht en frisse lucht krijgen en indien wenselijk makkelijk voor milieu- of mensvriendelijke producten kunnen kiezen, een omgeving waar fietsen en openbaar vervoer de standaard is.

Ouders maken we steeds attent op onze gezonde schoolkantine en de aandacht voor gezonde eet- en bewegsgewoonten in ons onderwijs. We vragen ouders vanuit de thuissituatie ook aandacht te hebben hiervoor om samen tot betere resultaten te komen.

Doelstelling

We vinden het belangrijk dat het aanbod in de kantine gezond is. Op school leren de leerlingen over gezond gedrag (tijdens het vak lifestyle of biologie) en in de kantine en tijdens de pauzes kunnen zij dit in de praktijk brengen. Zo ontmoeten theorie en praktijk elkaar.

De praktijkschool heeft/behoudt het vignet/certificaat “gezonde school”.
Meerwaarde van een gezonde school:

Jij leert.
Jij inspireert!

1. Als school proactief uitdragen dat er een gezonde school(sfeer) heerst en dat er op het Pius X-College voor gezonde alternatieven wordt gekozen: dit doet de school met een plaquette met 'Gezonde School' aan de muur. Ook geeft het vignet "gezonde school" een blijk van waardering voor de inspanningen op het vlak van gezondheid. Een gezond schoolbeleid maakt deel uit van het schoolplan. In de praktijk wordt dit dagelijks ten uitvoer gebracht.
2. Borging van beleid: jaarlijks worden de activiteiten rondom de gezonde school besproken en geëvalueerd. Een nieuwe aanvraag van een vignet of certificaat hoort hierbij.
3. Duidelijk kader vaststellen: het Pius X-College heeft in haar schoolplan en deelplannen een duidelijk kader gecreëerd waaruit de school werkt. Nieuwe activiteiten worden aan dit kader getoetst. Zo wil de school voorkomen dat allerlei ad hoc activiteiten op het gebied van gezondheid worden ondernomen.

Inhoud

Onze kantine voldoet aan de richtlijnen van het Voedingscentrum, de 'Richtlijnen Gezondere Kantines'. De kantine van het Praktijkonderwijs van het Pius X-College scoort niveau Goud. Dat betekent dat het aanbod voor minimaal 80% bestaat uit betere keuzeproducten: volkoren/bruin brood, appels, bananen, tomaatjes, rauwkost voor op de broodjes, halvarine, mager beleg (als kipfilet, ei, 30+ kaa), soep, halfvolle melk, water, andere dranken met minder dan 30 kcal per 100 ml en maximaal 110 kcal per portie. Te denken valt daarbij aan Spa&Fruit, kleine mueslirepen, Sultana.

Verder checkt de school ieder jaar het aanbod via de Kantinescan van het Voedingscentrum. Als er nieuwe producten worden toegevoegd, dan wordt eerst gekeken of deze producten passen in een Gezonde Schoolkantine.

Werkwijze

Educatie

Er wordt structureel (elk schooljaar) aandacht besteed aan gezonde voeding in de lessen biologie en/of lifestyle.

Watervoorziening

De school zorgt ervoor dat alle leerlingen en personeelsleden vrij toegang hebben tot een hygiënisch watertappunt. Dit is geen gewone kraan, maar een waterkoeler die aangesloten is op de waterleiding.

Ouders worden op de hoogte gehouden van het beleid omtrent eten en drinken op school, bijvoorbeeld via de website van de school en via de nieuwsbrieven.

Wij verkopen geen energiedrankjes, snoepgoed, ongezonde snacks of suikerhoudende dranken in de kantine of automaten.

Signalering

Wij hebben als school een signalerings-, zorg- en verwijzingsstructuur rondom vragen en problemen over voeding en gewicht. Hiervoor hebben wij o.a. het ondersteuningsteam, de docenten, mentoren, schoolmaatschappelijk werk en een vertrouwenspersoon aangewezen.

Resultaat

De school voert een actief beleid ten aanzien van gezonde voeding. Dit doen we door middel van het vastleggen van de criteria "Gezonde Voeding" volgens de regels van de schoolkantine in het schoolbeleid. We presenteren en garanderen een gezond aanbod in de schoolkantine (minimaal 75% basisproducten uit de Schijf van Vijf en maximaal 25% extra's). Door een intensieve samenwerking tussen docenten en onderwijsondersteunend personeel wordt erop toegezien dat het aanbod van de gezonde school(kantine) wordt gewaarborgd. Tevens spreken we leerlingen aan op gezonde eetgewoontes tijdens pauze-momenten. Het nuttigen van flessen frisdrank, chips of pakken koeken is op

**Jij leert.
Jij inspireert!**

school niet toegestaan. Het eerdergenoemde watertappunt draagt bij aan een gezonde leefomgeving. En zoals gemeld worden ouders op de hoogte gehouden van het beleid omtrent eten en drinken op school via de website van de school en nieuwsbrieven. De praktijkschool heeft het vignet/certificaat “gezonde school” behaald voor de deelcertificaten “bewegen en sport” en “voeding”.