

Fit & Fruitig de dag door

Waarom deze infographic?

Afspraken

Signaleren

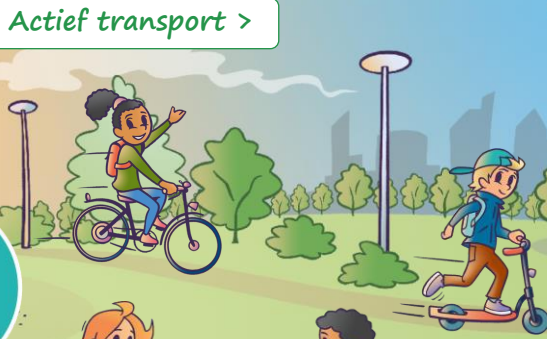
Betrokkenheid leerlingen en ouders

Schoolomgeving



Actief transport >

Ontbijt >



Educatie >



Drinken >



Bewegend leren >



Pauzehap >

Trakteren >



Overblijf >



Buitenspelen >



Bewegingsonderwijs >



CJG >



Buitenschoolse activiteiten >



Waarom deze infographic?

Bij ons op school vinden we het belangrijk dat de kinderen zo gezond mogelijk eten. Dit draagt positief bij aan hun ontwikkeling. Hiervoor hebben wij een voedingsbeleid vastgelegd in deze Infographic.

Sinds februari 2016 is de KAS officieel een Gezonde School. De school heeft het certificaat Sport en Bewegen en het certificaat Voeding behaald.

Visie

Een goede gezondheid vinden wij belangrijk op de KAS. Hieronder valt ook gezonde verantwoorde voeding. We kiezen voor een positieve aanpak, waardoor niemand zich buitengesloten of veroordeeld hoeft te voelen. Gezond eten gaat over goed voor jezelf zorgen. Door duidelijk afspraken en regels op school te maken over pauzehap, lunch, tussendoortjes en traktaties, willen we als school een bijdrage leveren aan een gezonde leefstijl. Op school leren de leerlingen over gezond gedrag en tijdens eetmomenten kunnen ze dit in de praktijk brengen. Hiermee leveren we een bijdrage aan de gezonde ontwikkeling van kinderen.



Ontbijt



We gaan ervan uit dat wanneer het kind naar school komt, het thuis al ontbeten heeft.

Het ontbijt...

- Brengt de spijsvertering op gang en zorgt voor belangrijke voedingsstoffen
- Levert energie voor de benodigde concentratie op school.
- Zorgt voor minder trek in tussendoortjes

Actief transport



Kom, als het lukt, zoveel mogelijk op een actieve manier naar school! Bijvoorbeeld lopend, fietsend, skatend of steppend.

Wij leren kinderen hoe je veilig in het verkeer meedoet, door middel van de lessen van 'School op Seef'.

Meer lezen over actief transport? Klik [hier!](#)

Actief transport - uitgebreid



Als school stimuleren wij leerlingen zoveel mogelijk om actief naar school toe te komen. Onder een actief transport valt bijvoorbeeld lopen, fietsen, steppen en skaten. Door middel van nieuwsberichten stimuleren wij onze ouders en leerlingen om een gezonde keuze te maken in hun transport naar school toe. Door middel van de lesmethode 'School op Seef' leren wij kinderen uit alle klassen aan hoe zij zich veilig gedragen in het verkeer. In deze lessen oefenen kinderen met zowel theoretische als praktische vaardigheden. Leerlingen uit de bovenbouw ronden het lespakket af met een verkeersexamen in de wijk.

Educatie



Omdat gezonde voeding belangrijk is, geven wij hier lessen over:

- Wij geven les uit de methode 'Smaaklessen' in alle groepen
- Wij gebruiken aanvullend EU schoolfruit & groentelessen
- In de groepen 1/2 wordt gebruik gemaakt van een themakist 'Eten en Drinken'

Meer lezen over voedingsonderwijs?
Klik [hier](#)!

Educatie – Uitgebreid



Om de leerlingen en hun ouders bewust te maken van het belang van gezonde voeding en een gezonde levensstijl, geven wij hier op school les over.

Lesmethode

Er wordt structureel lesgegeven over voeding in de groepen 1 t/m 8. Dit doen wij door middel van de erkende lesmethode ‘Smaaklessen’. Ter aanvulling wordt gebruik gemaakt van de EU schoolfruit/groenten lessen. Deze lessen worden gegeven tijdens het project Voeding; een periode van drie weken, om voeding centraal te stellen in ons rooster. We starten het project met een gezamenlijke opening en sluiten het project ook gezamenlijk af. In de groepen 1/2 wordt ook gebruik gemaakt van een themakist Eten en drinken gedurende 5 á 6 weken; meestal ten tijde van het project.

Op onze school werken we met de methode Blink, die ook lessen over voeding aanbiedt. De lesmethoden zijn allen opgenomen in de jaarplanning en schoolgids. Hier kunnen ouders/opvoeders terugvinden welk lesprogramma hun kind volgt rondom Voeding. We spannen ons in om de ouderbetrokkenheid of- participatie een duidelijke plaats te geven.

Wat doet onze leerkracht?

- *Bij zorgen rondom voeding is er contact tussen leerkracht en ouders.*

Drinken



Water is de beste dorstlesser! Op onze school drinken de leerlingen water, thee of (karne)melk. Iedere leerling in groep 1 t/m 4 heeft op school een eigen beker om water uit te drinken. In groep 5 t/m 8 kan dit ook een waterfles zijn. In elke klas is een kraan met kraanwater aanwezig.

We vragen ouders om frisdranken, sportdranken en vruchtensappen te vermijden. Energiedranken zoals Red Bull, Monster en Bullit zijn niet toegestaan.

Trakteren

Jarig zijn vinden wij een feest! Ga je trakteren? Houd het klein en zo gezond mogelijk!

Meer weten over gezond trakteren?
Klik [hier](#)!



Trakteren – uitgebreid

Wij zetten leerlingen die jarig zijn flink in het zonnetje. Daar past een feestelijk moment bij met een traktatie. Wij stimuleren het uitdelen van een gezonde traktatie.

Op www.gezondtrakteren.nl staan allerlei voorbeelden van traktaties die lekker en niet te groot zijn. De traktatie voor de leerkrachten kan dezelfde gezonde traktatie zijn als die voor de leerlingen.



We geven ouders onderstaande adviezen voor traktatie:

- Groente en fruit in een leuk jasje.
- Kleine porties van producten die niet te veel calorieën bevatten, zoals een rozijndoosje, een handje naturel popcorn, soepstengel, koekje of een minirolletje of zakje met kleine (suikervrije) snoepjes of dropjes.
- Een cadeautje, zoals stuiterballen, potloden, fluitjes, stickers, kleurboekjes of bellenblaas.

We geven ouders onderstaande adviezen voor een traktatie:

- Zorg dat de traktatie niet te groot of te veel is
- Kies bij voorkeur een gezonde traktatie
- Denk eens aan niet-eetbare traktaties
- Hartige traktaties bevatten vaak veel vet, wat ook niet goed is voor de gezondheid

Wanneer een traktatie te groot is of naar het oordeel van de leerkracht niet voor alle kinderen geschikt is, dan wordt dit mee naar huis gegeven, zodat ouders kunnen bepalen of deze gegeten mag worden.

Pauzehap & Overblijf



Op onze school nemen leerlingen dagelijks een gezond tussendoortje mee. We vragen ouders om geen koek, snoep of chips mee te geven. Op woensdag, donderdag en vrijdag eten we in alle groepen fruit of groente tijdens de ochtendpauze.

Meer lezen over de pauzehap? Klik [hier!](#)

Leerlingen nemen dagelijks ook een gezonde lunch mee. Leerlingen en leerkrachten eten samen. We nemen even de tijd om rustig te eten. We vragen ouders om geen koek, snoep of chips in de broodtrommel te doen. Ook vanuit de tussentijdse opvang wordt hierop gelet.

Meer lezen over de lunch op school? Klik [hier!](#)

Paوزهاپ – uitgebreid

Fruitedagen tijdens de ochtendpauze

Op woensdag, donderdag en vrijdag eten we in alle groepen fruit of groente tijdens de ochtendpauze. Ouders die geen fruit of groenten meegeven, worden hierop aangesproken. Het eten van meer fruit en groente draagt bij aan een gezonde ontwikkeling van kinderen. Door middel van diverse activiteiten creëren we bewustzijn bij de leerlingen over wat zij meenemen en welke keuzes zij kunnen maken. Ook proberen we daarmee te stimuleren dat alle leerlingen groente of fruit meenemen en eten. Tijdens de fruitedagen worden de ouders en/of leerlingen die geen groente of fruit bij zich hebben hierop aangesproken.

EU Schoolfruit

Ieder schooljaar melden we ons aan voor het EU Schoolfruit; deze dagen komen overeen met de reguliere fruitedagen. De leerlingen hoeven dan alleen drinken van huis mee te nemen of water uit de klas. Het EU Schoolfruit bestaat uit een periode van 20 weken.

Overige tussendoortjes tijdens de ochtendpauze

Bij de ochtendpauze zien we liever geen (chocolade)koeken, snoep of repen. Fruit of groente kan daarentegen altijd! We geven ouders de volgende adviezen mee:

- Geef kinderen iets mee dat niet te groot is (hoeveelheid)
- Geef kinderen iets mee waar niet teveel calorieën in zitten
- Geef één evergreen of volkoren biscuit mee i.p.v. een pakje waar meerdere in zitten
- Een paوزهاپje is een tussendoortje en is niet bedoeld als een maaltijd
- Afspraken over de paوزهاپ gelden ook tijdens schoolreisjes en de sportdag

We geven ouders onderstaande adviezen voor een tussendoortje:

- Fruit, zoals appel, peer, banaan, kiwi, druiven, meloen, pruim en mandarijn.
- Groente, zoals worteltjes, komkommer, paprika, snoeptomaatjes en radijsjes.
- Volkoren of bruine boterham of mueslibol. Kijk voor geschikt beleg bij 'Lunch'



Overblijf – uitgebreid



Op onze school nemen leerlingen dagelijks een gezonde lunch mee. De leerlingen en leerkrachten eten samen. Tijdens de pauze hebben we aandacht voor ons eten en is er zo min mogelijk afleiding door bijvoorbeeld telefoons en tv. We nemen voldoende tijd om rustig te kunnen eten. We vragen ouders om geen koek, snoep of chips in de broodtrommel te doen.

Het voedingsbeleid wordt besproken met de tussentijdse opvang. Afspraken over de pauzehap gelden ook tijdens schoolreisjes en de sportdag.

Wil je meer lezen over de overblijfregels? Klik [hier](#) voor ons informatieboekje!

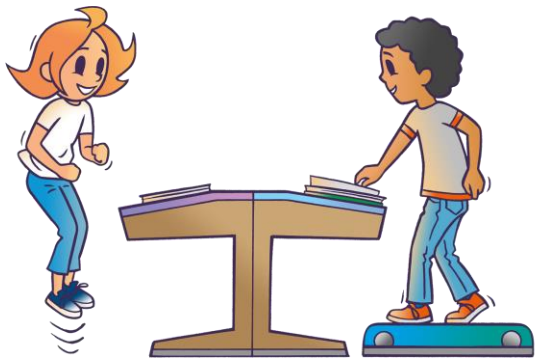
Wat doet onze leerkracht?

- *Leerkracht geeft het goede voorbeeld*
- *Leerkracht motiveert de kinderen gezonde keuzes te maken*
- *Leerkracht zorgt voor een rustige eetomgeving*
- *Leerkracht handhaaft het beleid*
- *Leerkracht signaleert op afwijkende voedingsgewoontes en legt dit vast in het leerlingvolgsysteem*

We geven ouders onderstaande adviezen voor de broodtrommel:

- Brood (liefst volkoren of bruin) dun besmeerd met zachte margarine of halvarine
- Dun belegd met zoet en/of hartig beleg
- Aangevuld met een stuk fruit of een stuk groente (zoals komkommer, cherrytomaatjes, radijsjes, worteltjes, reepjes paprika etc.)
- Drinken: liefst water of melk (bij voorkeur halfvol of karnemelk)

Bewegend leren



De komende jaren zullen wij meer gebruik gaan maken van bewegend leren. Zo zijn we actief bezig en bewegen we meer tijdens de lessen!

Lessen

In onderstaande lessen, wordt (los van de gymles) veel bewogen,

- Met Sprongen Vooruit (bewegend rekenen) in groepen 1 t/m 8.
- Rots en Water trainingen in groep 4 en 6.

Meer lezen over (de plannen voor) bewegend leren? Klik [hier](#)!

Bewegend leren – uitgebreid

De komende jaren zullen wij gaan focussen op bewegend leren in de lessen. Bewegend leren is leren door fysieke activiteit toe te voegen aan de leertaak, zoals springen tijdens de rekenles. Bewegend leren vergroot de motivatie om te leren. Een aantal enthousiaste leerkrachten zijn de kartrekkers in het opzetten van deze methode.

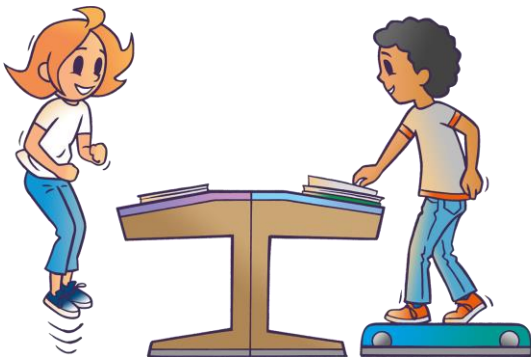
Lesmethode

Onze groepen 1 t/m 8 maken al gebruik van de interactieve rekenmethode 'Met Sprongen Vooruit'. Met deze rekenmaterialen kunnen wij activiteiten met kinderen doen zodat zij al bewegend kennismaken met rekenen. Bij de kleuters wordt daarnaast thematisch gewerkt, waardoor zij veel spelend en bewegend leren.

Daarnaast bieden wij het programma 'Rots en Water' aan in groep 4 en 6. Deze sociale weerbaarheidstrainingen worden gegeven door de vakleerkracht gym en een gedragsspecialist. Na een serie van 10 lessen sluiten wij af met een ouderbijeenkomst en diploma voor de leerlingen.

Wat doet onze leerkracht?

- *Leerkracht enthousiasmeert en motiveert*
- *Leerkracht geeft het goede voorbeeld*
- *Leerkracht integreert in zoveel mogelijk lessen bewegend leren*
- *Leerkracht handhaaft het beleid*



Buitenspelen



Op onze school spelen leerlingen actief buiten in de pauzes.

- We hebben een gezond schoolplein waar kinderen samen spelen. We maken gebruik van een speelrooster voor de tafeltennis en voetbal.
- Onze leerlingen zijn naast de pauzes ook een extra moment in de week actief. Dit is een extra gymles buiten op het plein, naast de twee vaste gymlessen in de zaal.

Meer lezen over buitenspelen? Klik [hier!](#)

Buitenspelen – uitgebreid



Op onze school stimuleren wij leerlingen om actief buiten te spelen in de pauzes. Dit doen wij omdat bewegen goed is voor de mentale en fysieke gezondheid van onze leerlingen. Ook voldoen ze hierdoor makkelijker aan de nationale Beweegrichtlijnen. Wij stimuleren actief buiten spelen onder schooltijd op de volgende manieren:

Wij hebben een uitdagend (gezond) schoolplein

Wij hebben een gezond schoolplein dat de fantasie prikkelt, beweging stimuleert en leert over het belang van de natuur. Daarnaast bieden wij spelmaterialen aan en hebben wij motiverende leerkrachten en overblijfoeders die met de groep mee naar buiten gaan. Onze overblijfoeders worden getraind in het begeleiden buitenspelen. De overblijfoeder heeft een actieve rol in de pauze; zij stimuleren leerlingen om te bewegen en geven het goede voorbeeld door actief mee te doen.

Met verschillende groepen gaan wij gedurende pauzes naar buiten om het samen spelen te stimuleren. We maken gebruik van een tafeltennistafel en voetbal speelrooster. Op vrijdag wordt op dit schoolplein buurtsport georganiseerd.

Ons bewegingsonderwijs stimuleert buiten spelen

In onze gymlessen wordt er aandacht besteed aan buitenspeel-spellen, zo stimuleren wij dat onze leerlingen tijdens de pauzes intensief bewegen. Voor meer informatie zie het kopje [bewegingsonderwijs](#).

Wij faciliteren een 3^e beweegmoment

Onze leerlingen zijn naast de reguliere pauzes een extra moment in de week actief. Dit is een extra gymles buiten op het plein, naast de twee vaste gymlessen in de zaal. Dit derde beweegmoment wordt gefaciliteerd door de eigen leerkracht en de vakleerkracht gym. Tijdens dit derde beweegmoment worden groepen verdeeld op sociaal en motorisch vlak om de behoeften van leerlingen zoveel mogelijk tegemoet te komen.

Wat doet onze leerkracht?

- *Leerkracht/overblijf stimuleert sport en spel, zowel onder school als na schooltijd.*

Bewegingsonderwijs



Op onze school is bewegen belangrijk!

- Een vakleerkracht geeft gymlessen in de groepen 3 t/m 8. Er wordt twee keer per week 45 minuten bewegingsonderwijs gegeven in deze groepen.
- Alle groepen doen mee aan het derde beweegmoment van 30 minuten per week.
- Onze groepen 1 en 2 hebben één les per week gym in de speelzaal en dansen op vrijdag. Ieder dagdeel zijn zij een uur buiten om te spelen.
- Elk jaar doen wij mee aan de koningsspelen. Dit is onze jaarlijkse sportdag.
- Voor leerlingen vanaf 5 jaar biedt onze school, indien gewenst, schoolzwemmen op woensdag

Meer lezen over het bewegingsonderwijs?
Klik [hier](#)!

Bewegingsonderwijs – uitgebreid

Op onze school geeft een vakleerkracht voor bewegingsonderwijs de gymlessen in de groepen 3 t/m 8. Er wordt twee keer per week 45 minuten bewegingsonderwijs gegeven in deze groepen. Daarnaast doen alle groepen mee aan het derde beweegmoment van 30 minuten per week. Onze groepen 1 en 2 hebben één les per week gym in de speelzaal en beoefenen daarnaast dans op vrijdag. Ieder dagdeel zijn zij een uur buiten om te spelen.

Methode

Wij werken in het bewegingsonderwijs met een vakwerkplan voor elke groep. Dit draagt bij aan planmatig en gestructureerd bewegingsonderwijs op onze school. Ook besteden we in onze gymlessen aandacht aan buitenspelen door leerlingen spellen aan te leren die in de pauze gespeeld kunnen worden. Daarnaast vindt ons derde beweegmoment buiten plaats.

Het kennismakingsportaanbod van de brede school wordt gebruikt om kinderen te stimuleren mee te doen aan een divers sportaanbod. De kinderen gaan dan naar de sportvereniging toe of sportcoaches komen naar onze school om de sport te stimuleren. Komen docenten naar school. Dit kennismakingsaanbod krijgt een plek in de gymlessen of indien nodig in extra tijd.

Signaleren

Onze vakdocent signaleert en registreert problemen op het gebied van bewegingsarmoede en overgewicht. Lees hierover meer bij het kopje [signaleren](#).

Sportdag

Onze school organiseert jaarlijks een sportdag voor alle groepen tijdens de Koningsspelen. Wij betrekken ouders en de leerlingenraad bij het organiseren van de sportdag. De kleuters en groep 3 sporten op het plein en groep 4 t/m 8 maakt gebruik van het grote sportveld voor diverse sportactiviteiten.

Zwemmen

Voor leerlingen vanaf 5 jaar biedt onze school, indien gewenst, schoolzwemmen op woensdag. Deze zwemles valt gedeeltelijk binnen onderwijsuren en wordt gefinancierd door de school. De vakleerkracht gym begeleidt deze lessen. Vervoer naar het zwembad en extra toezichthouders worden vanuit een ouderpoule geregeld. Kinderen mogen één jaar zwemmen of totdat het A diploma is behaald.

Wat doet onze (vak)leerkracht?

- *(Vak)Leerkracht stimuleert buitenspelen*
- *(Vak)Leerkracht signaleert achterstanden in de motorische ontwikkeling en legt dit vast in het leerlingvolgsysteem*
- *(Vak)Leerkracht houdt zijn kennis met betrekking tot bewegen en sport 'up to date' door middel van (na)scholing*



Buitenschoolse activiteiten



Na schooltijd bieden wij onze leerlingen de kans om te sporten. Dit doen wij in samenwerking met lokale partners, zoals de lokale buurtsportcoach, sportpuntgouda en sportverenigingen. Op vrijdagmiddag is de buurtsportcoach op ons schoolplein aanwezig.

Wil je meer weten over onze buitenschoolse activiteiten? Klik [hier](#)!

Buitenschoolse activiteiten - uitgebreid



Na schooltijd bieden wij onze leerlingen de kans om te sporten. Dit doen wij in samenwerking met lokale partners, zoals de buurtsportcoach en sportverenigingen.

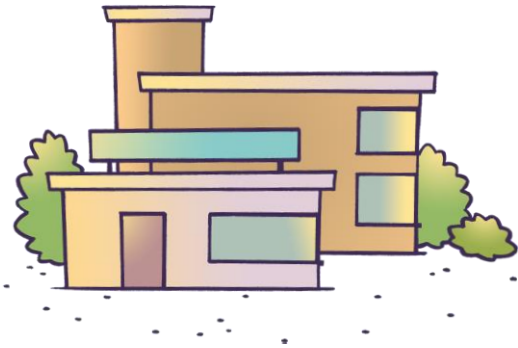
De buurtsportcoach organiseert activiteiten op het schoolplein waar leerlingen van de school, maar ook buiten de school aan mee kunnen doen. Op vrijdagmiddag is de buurtsportcoach op ons schoolplein aanwezig. Samen met studenten van sportopleidingen faciliteert de buurtsportcoach het spelen op het plein samen met de buurtkinderen.

In Gouda ondersteunt Sportpuntgouda en de Brede School door middel van buitenschools sportaanbod.

Ook bieden zij vakleerkrachten voor het bewegingsonderwijs. Sportverenigingen in de gemeente werken samen met Sportpuntgouda in het buitenschools sportaanbod, door na schooltijd gastlessen te organiseren om jongeren te enthousiasmeren om lid te worden van de sportvereniging.

In de wijk Korte Akkeren loopt het project '[de Rijke Schooldag](#)'. Hierdoor vinden er na schooltijd allerlei activiteiten plaats.

Schoolmaatschappelijk werk



Als school staan wij in contact met het Centrum voor Jeugd en Gezin (CJG). Zij adviseren en ondersteunen ons in vragen die wij hebben over Voeding en Bewegen.

De professionals van het Centrum voor Jeugd en Gezin kennen het netwerk in de wijk/gemeente en hebben daarmee een goed beeld van beschikbare expertise, interventies en onderzoeksmogelijkheden die beschikbaar zijn.

Contactpersoon CJG

Wij hebben een contactpersoon vanuit het Centrum voor Jeugd en Gezin met wie wij, of onze ouders, contact op kunnen nemen in het geval van vragen rondom individuele zorg. Deze professional is vaak een medewerker van de jeugdgezondheidszorg en/of

maatschappelijk werk.

Onze contactpersoon vanuit het CJG heeft de opdracht om ondersteunings-vragen van de organisatie te verzamelen en deze voor te leggen aan de gemeente of het team van wijkondersteuners, ook wel ondersteuningsteam, sociaal (wijk)team of jeugd- en gezinsteam genoemd. De contactpersoon vormt daarmee een portaal naar de wijk om de organisatie goed en snel te kunnen ondersteunen en doorverwijzen.

Wil je contact met het CJG of de jeugdverpleegkundige van school? Neem dan contact op met school.

Afspraken

Het voeding- en bewegingsbeleid wordt door alle leerkrachten op onze school uitgedragen. Onze school heeft een gezonde school coördinator en die is het aanspreekpunt voor zowel de leerkrachten, ouders en de leerlingen. Onze gezonde school coördinator evalueert jaarlijks het beleid met de leerkrachten en neemt de ouders en leerlingen hierin mee.

Allergieën en individuele afspraken

Wij houden rekening met allergieën en intoleranties van leerlingen. Er is ook ruimte om individuele afspraken te maken wanneer het noodzakelijk is om af te wijken van het voedingsbeleid, bijvoorbeeld bij een dieet. Tijdens het intakegesprek informeren we bij ouders naar voedselallergie, -intolerantie en dieet van hun kind. Samen bepalen we welke maatregelen noodzakelijk en/of wenselijk zijn.

Handhaving beleid

- Nieuwe ouders worden tijdens het informatiegesprek op de hoogte gesteld van ons voedingsbeleid.
- Elke twee jaar organiseren we een thema-ouderavond betreffende gezonde voeding/gezonde leefstijl
- In de schoolgids en op de website staat informatie over ons voedingsbeleid
- Jaarlijks wordt het beleid in het team en de MR geëvalueerd
- Tijdens de fruitdagen worden de ouders en/of leerlingen die geen groente of fruit bij zich hebben hierop aangesproken
- Bij ongezonde dranken/pauzehappen (op niet fruitdagen) bespreken we dit met het kind en geven voorbeelden van een gezond alternatief. Als dit daarna is gelukt, krijgt het kind een compliment
- Ouders van kinderen die structureel ongezond eten mee naar school geven, worden hier door de leerkracht op aangesproken in een oudergesprek.

Wil je mee lezen over onze afspraken? Bekijk hier de [Schoolgids](#) en het [Informatieboekje](#).

Signaleren

Bij ons op school worden leerlingen met onder- of overgewicht gesignaleerd. Dit wordt gedaan door de schoolarts in groep 2 en groep 7. Er wordt dan contact opgenomen met de ouders. Daarnaast monitort onze vakleerkracht gym de motoriek van onze leerlingen. Dit wordt gedaan met de MQ-scan.

Meer lezen over signaleren? Klik [hier](#)!

Signaleren – uitgebreid

Aangezien onze leerkrachten veel tijd doorbrengen met de kinderen, signaleren professionals tijdens hun werk uitdagingen in de ontwikkeling van leerlingen en opvoeding van ouders.

Voedingsproblematiek

Onze professionals signaleren op overgewicht, ondergewicht, bewegingsarmoede, motorische achterstand en een ongezond gebit. Ook laten we de Jeugdgezondheidszorg een gezondheidsonderzoek uitvoeren in groep 2 en 7. Indien nodig wordt er verwezen naar de Jeugdarts.

Beweegproblematiek

De vakdocent signaleert aan de hand van de MQ-scan op motorische ontwikkeling. Op het moment dat een vakdocent achterstanden signaleert aan de hand van de test, gaat hij in gesprek met collega's om te bespreken of dezelfde signalen ook in de klas worden waargenomen. Na dit overleg wordt gesprek met ouders gevoerd om de signalen te bespreken, en indien nodig door te verwijzen naar de jeugdverpleegkundige van de school. De jeugdverpleegkundige kan de ouders en het kind uiteindelijk doorverwijzen naar lokale hulp of sportactiviteiten. Door middel van het signaleren van beweegproblematiek en behoeften, wordt het

sportaanbod zo passend mogelijk gemaakt voor elke leerling.

Zorgteam

In het zorgoverleg worden opvallendheden omtrent de voedings- of beweegsituatie van leerlingen besproken. Het zorgteam kijkt naar een passende oplossing bij problematiek of verwijst door naar de huisarts, maatschappelijk werker, fysiotherapeut of het social team.

Contact met ouders

Onze leerkrachten bespreken de uitdagingen en concrete zorgen actief met de betrokken ouders en waar mogelijk werken ze met ouders samen om zorgen te verminderen. Als er na de afstemming met ouders geen verbetering optreedt in signalen draagt de professional de zorg over aan de professional van het Centrum voor Jeugd en Gezin (zie Centrum voor Jeugd en Gezin). Deze professional zal vervolgens de juiste hulp zoeken voor het kind en zijn/haar gezin.

Grote zorgen

De zorgen die leven kunnen ook dermate ernstig zijn dat er sprake zou kunnen zijn van verwaarlozing of een instabiele thuissituatie. Signalen van kindermishandeling en huiselijk geweld die in verband staan met Voeding en Bewegen kunnen zijn: overgewicht, slecht onderhouden gebit, signalen van honger, eetproblematiek of achterblijvende motoriek. Per 1 juli 2013 zijn wij vanuit de wet verplicht om met de Meldcode Huiselijk Geweld en Kindermishandeling te werken.

Dit betekent dat onze professionals de uitdagingen en concrete zorgen actief met de betrokken ouders en waar mogelijk werken ze met ouders samen om zorgen te verminderen. Als er na de afstemming met ouders geen verbetering optreedt in signalen en het vermoeden van kindermishandeling toeneemt, draagt de leerkracht de zorg over de aandachtfunctionaris huiselijk geweld en kindermishandeling/intern begeleider. De aandachtfunctionaris huiselijk geweld en kindermishandeling/intern begeleider doorloopt in afstemming met de leerkracht de verdere stappen van de Meldcode.

Betrokkenheid leerlingen en ouders

Leerlingen

De leerlingen zijn waar mogelijk betrokken bij activiteiten rondom voeding en bewegen. Dit kan op verschillende manieren vorm krijgen. Voorbeelden hiervan zijn het organiseren van een sportdag, het organiseren van een uitje naar een supermarkt of boerderij of het organiseren van een gezond paas/kerstontbijt of het meedenken over het beleid in samenwerking met leerkrachten en/of directeur.

Ouders

Om ouders te betrekken in het beleid communiceren we op meerdere manieren over ons voedingsbeleid

- Indien we EU Schoolfruit hebben, laten we de ouders weten wat de leerlingen krijgen. We verwijzen naar diverse websites, waar informatie over voeding te lezen is.
- Gedurende het project Voeding wordt er op Social Schools en in het KAS-nieuws (nieuwsbulletin) hierover gepubliceerd
- In school hangen posters met informatie over

voeding

- Elke twee jaar organiseren we een thema-ouderavond betreffende gezonde voeding/gezonde leefstijl
- In de schoolgids en op de website staat informatie over ons voedingsbeleid
- Nieuwe ouders worden tijdens het informatiegesprek op de hoogte gesteld van ons voedingsbeleid.
- De Brede School biedt regelmatig activiteiten aan met betrekking tot voeding. Hier maken we de ouders en kinderen op attent.
- Jaarlijks wordt het beleid in het team en de MR geëvalueerd

Ook zijn ouders regelmatig betrokken bij activiteiten, dit kan zowel structureel (bijvoorbeeld bij het schoolfruit en schoolzwemmen) maar ook incidenteel zoals bij de jaarlijkse koningsspelen.

Tips voor thuis

[Online smaakwereld](#)

[Trommel zonder rommel](#)

Schoolomgeving

Wij vinden het belangrijk dat ook binnen het schoolgebouw aandacht is voor het stimuleren van bewegen en gezond eten. Daarom hangen door onze school posters met informatie over voeding. Zoals de 'suikerklontjesposter' van het Voedingscentrum.

Op onze school kunnen leerlingen en leerkrachten de hele dag water pakken. We zorgen hier ook voor tijdens buitenschoolse activiteiten.



Colofon en disclaimer

RDOGHM.nl - Copyright © 2022 GGD Hollands Midden
Auteur: GGD Hollands-Midden
Ontwikkeling: GGD Hollands-Midden
Ontwerp: Lexenzo
Publicatienummer: 20012

Niets van deze uitgave mag worden verveelvoudigd, door middel van druk, fotokopieën, geautomatiseerde gegevensbestanden of op welke andere wijze ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

De inhoud van onze infographic is met uiterste zorgvuldigheid tot stand gebracht. GGD Hollands Midden kan echter niet aansprakelijk worden gesteld voor de juistheid, volledigheid en actualiteit van teksten van/in de infographic. GGD Hollands Midden kan in het bijzonder niet aansprakelijk worden gesteld voor eventuele schade of consequenties ontstaan door direct of indirect gebruik van de inhoud van de infographic.

Voor het gebruik van de juiste functies van dit interactieve beleid, adviseren wij het PDF bestand te openen in Adobe Acrobat Reader of Google Chrome.