

## Voedingsbeleid op Het Streek, Locatie BBW

Auteur: Mariken Verhoeven  
Datum : juni 2019

## Het Streek - Voedingsbeleid

### Inhoudsopgave

Inleiding		3
Hoofdstuk 1	Visie op gezonde voeding	4
Hoofdstuk 2	Educatie	5
2.1	Biologielessen	5
2.2	Het vak GeoFuture (GF)	5
2.3	Het vak Technologie & Toepassing (T&T) op de MAVO	5
2.4	Het vak Onderzoeken en Ontwerpen (O&O) op het Technasium	5
2.5	Het vak Wereld Oriëntatie (WO) op het VWO	6
2.6	Project TopFit	6
Hoofdstuk 3	Omgeving	8
3.1	Schoolkantine	8
3.1.1	Schaal voor Gezonde Schoolkantine	8
3.2	Watertappunt	9
3.3	Leerlingen	9
3.4	Informatie	9
Hoofdstuk 4	Signalering	10
4.1	Jeugdverpleegkundige	10
4.2	Gezond leven? - Check het even!	10
4.3	Interne zorgstructuur	10

## Inleiding            Gezonde school en waarom een voedingsbeleid?

Op jonge leeftijd wordt een belangrijke basis gelegd voor de toekomstige leefstijl. Aangezien leerlingen een groot deel van hun dag op school doorbrengen, willen wij als school een belangrijke bijdrage leveren aan het (leren) maken van gezonde(re) keuzes. CSG Het Streek wil gezond gedrag bij haar leerlingen stimuleren door hen een gezonde leefomgeving te bieden en hen middels educatie kennis bij te brengen over gezondheid.

Om structureel en integraal te werken aan gezondheid heeft Het Streek gekozen om te werken volgens 'De Gezonde Schoolaanpak' ([www.gezondeschool.nl](http://www.gezondeschool.nl)). De Gezonde Schoolaanpak is een effectieve manier om bij leerlingen bewustzijn te creëren voor een gezonde leefstijl. Behalve dat een Gezonde School bijdraagt aan het welbevinden en de gezondheid van leerlingen (en medewerkers), verbetert het ook hun schoolprestaties!<sup>1</sup>

Binnen de Gezonde Schoolaanpak zijn er diverse thema's die uitgewerkt kunnen worden. In 2016 is CSG Het Streek, locatie Bovenbuurtweg, volgens de methodiek van de Gezonde School aan de slag gegaan met het thema 'Voeding'. Dit heeft in november 2016 geresulteerd in het behalen van het themacertificaat *Voeding* en daarmee draagt Het Streek het vignet 'Gezonde School'! Met dit vignet laten wij zien dat wij voldoen aan de (strengere) kwaliteitscriteria die voor het thema voeding zijn opgesteld door externe deskundigen zoals het Voedingscentrum.

De Gezonde Schoolaanpak is gebaseerd op vier pijlers: gezondheidseducatie, (fysieke en sociale) omgeving, signaleren en beleid.

Voor u ligt het voedingsbeleid van CSG Het Streek locatie Bovenbuurtweg, waarmee wij als school willen zorgen voor blijvende, structurele aandacht voor het thema 'Voeding'. Nadat in hoofdstuk 1 de visie van CSG Het Streek rondom voeding is beschreven, is in de hoofdstukken 2 t/m 4 te lezen hoe de school de andere drie pijlers (*resp.* educatie, omgeving en signalering) heeft vormgegeven waarmee de visie is verankerd in activiteiten en maatregelen.



<sup>1</sup> <https://www.gezondeschool.nl/voortgezet-onderwijs/waarom-gezonde-school>

## Hoofdstuk 1                      Visie op gezonde voeding

CSG Het Streek wil een gezonde omgeving zijn waar gezond eten, naast bewegen, zorg en veiligheid, als vanzelfsprekend beschouwd kan worden. Gezonde voeding past binnen een gezonde leefstijl en CSG Het Streek wil leerlingen leren hoe zij goed voor zichzelf kunnen zorgen.

Onze school vindt het belangrijk dat leerlingen leren over gezonde voeding en dat het aanbod in de kantine en automaten gezond is. Daarnaast wil school een signaleringsfunctie hebben, waardoor ongezonde voedingsgewoonten of problemen rondom voeding vroegtijdig worden opgemerkt.

## Hoofdstuk 2 Educatie

In het onderwijsaanbod op CGS Het Streek is gedurende de schoolloopbaan op diverse momenten en op verschillende manieren aandacht voor het thema Voeding.

### **2.1 Biologielessen**

Leerlingen van alle niveaus krijgen tijdens de biologielessen in klas 2 uitgebreid informatie over voeding. De leerlingen leren over de verschillende voedingsstoffen in voeding en over een gezonde energie-inname. Ze leren hoe ze de informatie op etiketten moeten lezen en wat gezond is en wat niet. De leerlingen leren wat de gevolgen zijn van het nuttigen van (teveel en te vaak) ongezonde voeding.

Als leerlingen biologie in hun profiel kiezen, krijgen zij binnen dit vak in de bovenbouw nog verdieping op bovenstaande onderwerpen.

### **2.2 Het vak GeoFuture (GF)**

In de brugklas volgen de leerlingen in de havo/vwo- en vwo-klassen het vak GF. Mavo/havo-leerlingen kunnen in de brugklas in het tweede halfjaar ook dit vak kiezen. Vanaf klas 2 is het een keuzevak voor VWO en HAVO.

Het vak GeoFuture werkt in modules waarbij leerlingen op een onderzoekende manier werken aan kennis en vaardigheden gericht op het bedenken van (toekomstige) oplossingen voor problematiek binnen kernthema's in de hedendaagse samenleving.

Voeding, voedselproductie en gezondheid zijn thema's die in verschillende modules binnen dit vak aan bod komen: in klas 1 is er een module 'Gezondheid' en in klas 3 een module over 'de boerderij van de toekomst'. Culturele aspecten van eten, duurzaamheid en voedselproductie en -bewerking zijn belangrijke thema's binnen deze modules.

### **2.3 Het vak Technologie & Toepassing (T&T) op de MAVO**

Leerlingen van de MAVO-afdeling op Het Streek Bovenbuurtweg krijgen het vak T&T. Dit vak laat leerlingen kennismaken met allerlei sectoren waarin technologie een rol speelt. Verschillende modules van dit vak behandelen thema's die een relatie hebben met het thema Voeding: in klas 1 is er een module over brood, in klas 3 een module over het ontwerpen van een gezonde fruitdrink en in klas 4 een module over het ontwerpen van een sausje. Tijdens de modules worden theorie over voeding/gezondheid en praktijk (o.a. voedselbereiding of een bezoek aan een bakker of fabriek) met elkaar afgewisseld.

### **2.4 Het vak Onderzoeken en Ontwerpen (O&O) op het Technasium**

Leerlingen die de Technasiumstroom (HAVO/VWO) volgen, besteden bij het vak O&O (Onderzoeken & Ontwerpen) bij diverse projecten aandacht aan een onderwerp binnen het thema Voeding. Bij het vak O&O wordt gewerkt aan opdrachten die door opdrachtgevers uit het werkveld worden geformuleerd (en daarmee de actualiteit volgen), waardoor de inhoud van de projecten aan verandering onderhevig is. Omdat onze school gesitueerd is in de 'Food Valley' (<https://www.regiofoodvalley.nl/>), een regio waarin kennisinstututen en bedrijven de samenwerking opzoeken om te innoveren op het gebied van voeding, werkt het Technasium geregeld samen met opdrachtgevers die werkzaam zijn binnen dit domein.

Op het moment van schrijven, draait er in klas 2 het project: 'verrijkte drank voor ouderen'. In dit project gaan de Technasiumleerlingen hun kennis over voeding in relatie tot gezondheid toepassen

bij het ontwerpen van een lekkere drank speciaal voor ouderen met speciale dieet- en voedingswensen. In klas 4 VWO gaan de leerlingen aan de slag met het ontwerpen van een product op basis van de restproducten van een bierbrouwerij.

### **2.5 Het vak Wetenschapsoriëntatie (WO) op het VWO**

In de vierde klas van het VWO krijgen alle leerlingen het vak WO. Bij dit vak werken de leerlingen gedurende een periode aan een zelfbedacht onderzoek rondom ‘de schijf van vijf’. Leerlingen kunnen zich hier verdiepen in een door hen zelf gekozen onderwerp, bijv. voedselveiligheid, herkomst van voedsel dat wij eten, of impact van voedselproductie op het klimaat.

### **2.6 Project Topfit**

Naast vaklessen, is er voor leerlingen uit klas 2 HAVO/VWO ook een project rondom het thema bewegen en gezonde voeding: TopFit. Tijdens dit tweedaagse project ondernemen de leerlingen allerlei activiteiten rondom dit thema. Basis van het project vormt het lesprogramma ‘Krachtvoer’ (<http://www.krachtvoer.nu/>), waarbij o.a. aandacht wordt besteed aan voedingsgedrag, voedselverleiding, consumptie van fruit, ontbijten en tussendoortjes.

De kennis die ze opdoen over voeding passen ze concreet toe bij de opdracht waarbij ze zelf een gezonde snack/ontbijt gaan maken.

Tijdens één van de middagen volgen de leerlingen een sportoriëntatieprogramma. Leerlingen kunnen kiezen uit sporten, die ze normaal niet doen tijdens de gymles. Ook doen de leerlingen de shuttleruntest en de eurofittest om de eigenschappen te meten die een sportprestatie bepalen (kracht, lenigheid, coördinatie, snelheid en uithoudingsvermogen).

Tabel 1: Overzicht van lesstof over voeding per leerjaar/niveau

	MAVO	HAVO	VWO	TECHNASIUM (HAVO/VWO)
1	GF (keuze) module over gezondheid			
	T&T module over brood			
2	Biologieles: hoofdstuk over voeding			
		TopFit	TopFit	Module: verrijkte drank
3	T&T module over gezonde drank	GF module over de boerderij van de toekomst		
4	Biologieles: hoofdstuk over voeding, gezondheid en vertering		Onderzoek naar voeding gerelateerd onderwerp bij het vak WO	Module (alleen in VWO): product maken met restproduct bierbrouwerij.
	T&T module over sausjes			
5		Biologieles: hoofdstuk over gezondheid en leefstijl	Biologieles: hoofdstuk over voeding en vertering	Biologieles: hoofdstuk over voeding en vertering
6			Biologieles: hoofdstuk over voedsel voorziening in de toekomst	Biologieles: hoofdstuk over voedsel voorziening in de toekomst

## Hoofdstuk 3 Omgeving

Wij vinden het belangrijk dat het aanbod in de kantine en automaten gezond is. Op school leren de leerlingen over gezonde voeding en gezond gedrag en in de kantine kunnen zij dit in de praktijk brengen. Zo ontmoeten theorie en praktijk elkaar.

CSG Het Streek heeft op beide locaties voorzieningen voor een schoolkantine. Elke locatie heeft dit op een andere manier ingericht. In dit beleidsplan wordt enkel ingegaan op de locatie Bovenbuurtweg.

### 3.1 Schoolkantine

De schoolkantine van de Locatie Bovenbuurtweg bestaat uit verkoop van producten bij een uitgiftebalie en de automaten. De locatie Bovenbuurtweg heeft de cateringfaciliteiten uitbesteed aan Cormet. Inrichting en uitstraling van de kantine en ook de keuze van producten gebeurt door Cormet.

#### 3.1.1 Schaal voor Gezonde Schoolkantine

Volgens de [Richtlijnen Gezondere Kantines](#) die zijn opgesteld door het Voedingscentrum, voldoet de kantine van Het Streek Bovenbuurtweg aan norm 'zilver'. Hiermee garanderen wij dat de kantine binnen de verschillende aangeboden productgroepen (zoals dranken, brood, zuivel, etc.) minstens één betere keuze aanbiedt. Dit geldt voor het uitgestalde aanbod én voor het aanbod in de automaten. [Betere keuzes](#) zijn gedefinieerd door het Voedingscentrum. Daarnaast zorgt de kantine in ieder geval voor fruit en/of groente in het aanbod en is de uitstraling zodanig dat deze verleidt tot een gezondere keuze<sup>2</sup>.

Cormet en school streven ernaar de 'zilveren schoolkantine-schaal' van het Voedingscentrum, die in schooljaar 2015/2016 voor het eerst is verkregen, te behouden. Hiertoe voert school sinds 2016 jaarlijks in samenwerking met Cormet de kantinescan uit. Met de resultaten van deze scan wordt gecheckt of het aanbod nog voldoet aan de richtlijnen. Jaarlijks zal de verkregen schaal zichtbaar gepresenteerd worden in de kantine.



schoolkantine schaal

<sup>2</sup> <https://gezondeschoolkantine.voedingscentrum.nl/nl.aspx>



### 3.2 Watertappunt

In de aula van de school is een watertappunt gerealiseerd op een centrale plaats binnen de school, zodat leerlingen altijd de mogelijkheid hebben om hygiënisch water te tappen en zo voldoende water te drinken op een dag.



Afbeelding 2: foto watertappunt

### 3.3 Leerlingen

Voor leerlingen is het belangrijk dat ze minder in de verleiding komen om ongezonde producten te nuttigen. Het aanbod en de uitstraling van de schoolkantine speelt hierbij een belangrijke rol. Daarnaast heeft school regels opgesteld over wat leerlingen van thuis mee naar school mogen nemen. Het is voor leerlingen verboden om grootverpakkingen aan koek-, snoepgoed en chips mee te nemen. Ook alcoholische dranken en energiedranken zijn verboden. Pauzesurveillanten en conciërges houden toezicht op het naleven van deze regels.

Leerlingen uit de onderbouw mogen bovendien tijdens tussenuren (die vanwege opvanguren nauwelijks voorkomen) het schoolplein niet verlaten, waardoor voor hen niet de mogelijkheid bestaat om bij supermarkten in de omgeving (ongezonde) voeding te kopen. Leerlingen uit de bovenbouw mogen wel het schoolplein verlaten, maar door het werken met verplichte studie-uren worden de meeste tussenuren van de jongeren opgevuld met werken op school.

### 3.4 Informatie

Ouders en leerlingen worden via een speciale link op de website van Het Streek op de hoogte gehouden van het beleid rondom gezonde voeding. Via deze [link](#) kunnen ouders en leerlingen ook de laatste nieuwtjes lezen over de ontwikkelingen rondom 'De Gezonde School'. Daarnaast worden interessante ontwikkelingen rondom De Gezonde school in het Streeknieuws, een informatieblad voor ouders, leerlingen en medewerkers gepubliceerd.

Via informatiebrieven bij projecten of bij huiswerkopdrachten rondom het thema voeding bij het vak biologie worden ook ouders betrokken bij het onderwerp. Op deze manier wordt een link gelegd tussen school en thuis.

## Hoofdstuk 4      Signalering

Om grotere problemen te voorkomen is het noodzakelijk om vroegtijdig problemen op het gebied van gezondheid te signaleren. Op diverse momenten tijdens hun schoolloopbaan komt de gezondheid van leerlingen en daarmee ook de voedingsgewoonten en het gewicht van leerlingen, middels vragenlijsten en/of bezoeken aan de jeugdarts onder de aandacht.

### **4.1 Jeugdverpleegkundige**

In klas 2 vullen elk jaar alle jongeren de KIVPA in (Korte Indicatieve Vragenlijst voor Psychosociale problematiek bij Adolescenten). De KIVPA wordt gebruikt door de GGD voor vroegtijdige signalering van psychosociale en gezondheidsproblemen bij jongeren in het voortgezet onderwijs. Na het invullen van de vragenlijst worden alle leerlingen uitgenodigd voor een consult bij de jeugdverpleegkundige. Tijdens dit consult worden bijzonderheden uit de KIVPA besproken en wordt in ieder geval lengte en gewicht gemeten. De jeugdverpleegkundige geeft tijdens het consult advies en tips over gezond gedrag en gezonde leefstijl. Indien gewenst kan een vervolgspraak gemaakt worden met de jeugdarts van de GGD.

### **4.2 Gezond leven? - Check het even!**

Jaarlijks nemen alle leerlingen van klas 4 deel aan het gezondheidsonderzoek ‘Gezond leven? - Check het even!’ van de GGD. Dit onderzoek omvat een vragenlijst over verschillende onderwerpen: gezondheid (waaronder ook gezonde voeding), lichaam, relaties en gevoelens. Na het invullen van de vragenlijst, krijgen de leerlingen een terugkoppeling op maat, gebaseerd op de eigen antwoorden. Naast informatie, krijgen de leerlingen ook links naar websites over thema’s waar vragen over zijn. Daarnaast kunnen leerlingen op basis van hun gegeven antwoorden uitgenodigd worden voor een gesprek met de jeugdverpleegkundige of jeugdarts. De jeugdverpleegkundige of jeugdarts denkt mee met de jongere, geeft advies en zal wanneer nodig, verwijzen. Als een leerling daar behoefte aan heeft, kan hij/zij ook zelf een gesprek aanvragen bij de jeugdverpleegkundige of jeugdarts.

School ontvangt een (geanonimiseerd) overzicht van de resultaten van de gezondheidscheck en deze worden door de zorgcoördinator besproken met de jeugdarts en de jeugdverpleegkundige van de GGD. Gezamenlijk wordt gekeken of er opvallende resultaten zijn en of de leerlingen van Het Streek afwijkend scoren t.o.v. andere scholen in de regio. Indien nodig kan school op basis van de (trends in) resultaten aanpassingen maken in haar educatie-aanbod en/of het beleid.

### **4.3 Interne zorgstructuur**

De school heeft voor alle leerlingen een signalerings-, zorg- en verwijzstructuur rond vragen en problemen over voeding en gewicht. Bij (vermoedens van) problemen met voeding en/of gewicht kan een mentor of docent terecht bij de zorgcoördinator van de school. Indien nodig kan de leerling besproken worden in het Zorg-Advies-Team (ZAT) van de school waar zowel interne als externe (hulpverlenings)instanties bij zijn aangesloten. Maar ook gesprekken bij de vertrouwenspersoon, de schoolmaatschappelijk werkster of doorverwijzing naar de jeugdarts behoren tot de mogelijkheden.