

# **(Gezonde-)Voedingsbeleid**

**SO-VSO De Groote Aard – Eersel**



*d.d. 05-04-2018*

Auteur(s): Bart Waijers, directeur De Groote Aard  
Jan Smets, beleidsteammedewerker De Groote Aard  
Angela Fiers, leerkracht  
Hannie Oomens, onderwijsassistent  
Jacqueline Paridaans, onderwijsassistent

Besproken in het Beleidsteam:  
Besproken in de Teamvergadering:  
Besproken in de MR:  
Besproken in de Klankbordgroep:  
Besproken met het College van Bestuur:

Vastgesteld: oktober 2018. Geplande evaluatie juni 2019

## I. Inhoudsopgave:

I.	Inhoudsopgave: .....	3
I.	Voedingsbeleid .....	4
I.1	Aanleiding voedingsbeleid .....	5
I.2	Visie op gezonde voeding SO-VSO.....	6
I.3	Voeding- en traktatiebeleid SO-VSO .....	6
I.3.1	Ontbijt.....	6
I.3.2	Pauzehap.....	7
I.3.3	Lunch.....	7
I.3.4	Kooklessen.....	7
I.3.5	Educatie .....	8
I.3.6	Materialen .....	8
I.3.7	Traktaties .....	8
	Verjaardag van de leerlingen .....	8
	Verjaardag van de docenten.....	9
	Speciale gelegenheden.....	9
I.3.8	Voorbeeldgedrag.....	9
I.3.9	Handhaving van het voedingsbeleid .....	9
I.3.10	Communicatie naar ouders en personeel.....	9
	Schoolgids .....	9
	Algemene informatieavond van ouders .....	9
	Website .....	9

## **I. Voedingsbeleid**

Versie: 22-03-2018

Bron: Gezondheidsbeleid in het kader van het verkrijgen van het vignet Gezonde School.

De Groote Aard heeft voedingsbeleid geformuleerd in het kader van het project De Gezonde School.

Er is een groeiend maatschappelijk draagvlak voor voorlichting aan jongeren over gezondheid. Onderwerpen als nicotine, alcohol, drugs, obesitas en computergebruik hebben een aantoonbare negatieve invloed op iemands gezondheid. Beleidsmakers zien in scholen een belangrijke partner om jongeren op een juiste manier voor te lichten over gezond gedrag.

Wij onderschrijven deze ontwikkeling ten volle. Daarbij realiseren we ons wel, dat de draagwijdte van onze acties beperkt is. Scholen hebben beperkte tijd voor een steeds breder curriculum, waarbinnen we verantwoorde keuzes moeten maken. Verder reikt de invloed van school maar zeer beperkt tot de privésituatie van leerlingen. (Voorbeeld)gedrag van familie en vrienden valt buiten onze directe invloedssfeer.

Daarbij realiseren we ons ook, dat onze rol als (voortgezet) speciaal onderwijs, een extra inspanning vraagt. De cognitieve achterstand van onze leerlingen betekent ook, dat ze in hun leven niet automatisch de juiste keuzes kunnen maken. Onze leerlingen zijn extra beïnvloedbaar voor de – soms verborgen – verleiders die het leven mogelijk tijdelijk aangenaam maken, maar een negatieve invloed hebben op de gezondheid.

Bijlagen:

I. Gezondheidsbeleid in het kader van het verkrijgen van het vignet Gezonde School.

## **I.1 Aanleiding voedingsbeleid**

### Wat voorafging

In de periode 2014-2017 heeft De Groote Aard deelgenomen aan het Food Passportproject van de Europese Gemeenschap. De belangrijkste onderwerpen van het project zijn gezonde voeding, leefstijlen en gewoonten en de voorbereiding van traditionele maaltijden van de partners. Het doel is het bereiken van gelijke deelname aan de samenleving door middel van een collectieve bewustwording en identiteit op basis van voedsel. Het Erasmusproject bevordert samenwerking door innovatie en uitwisseling van goede praktijkervaringen.

In het Erasmusproject werkte De Groote Aard samen met VSO-scholen uit Turkije, Polen, Bulgarije en Letland. Er was ondersteuning van adviesbureau Viaindustriæ uit Italië en Insituto Politécnicno de Santarém – Escola Superior de Educaçãois uit Portugal. In het schooljaar 2016-2017 afgesloten met de presentatie van een receptenboek.

De projectgroep die het Erasmusproject leidde, is in stand gebleven om de aanzet die door het Europese project is gegeven verder uit te werken. Een eerste actiepuntenpunt is deelname aan het Europese Schoolfruitproject. Elk jaar vragen we schoolfruit aan. Als we ingeloot worden krijgen leerlingen twintig weken lang fruit en groente als tussendoortje in de ochtendpauze.

## **1.2 Visie op gezonde voeding SO-VSO**

Onze school is een omgeving waar gezond eten logisch 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 op school gezond eten en drinken een vanzelfsprekendheid is tijdens de kooklessen, pauzes, lunch, bij speciale gelegenheden en bij het trakteren. Op school leren de leerlingen over gezond gedrag tijdens de kooklessen en overige eetmomenten. Ze leren dus ook om de theorie in praktijk te brengen. Zo ontmoeten theorie en praktijk elkaar.

We hechten belang aan uitlijning van de visie en het beleid met de ouders en verzorgers vanuit het besef dat we gedrag bij leerlingen dan beter kunnen beïnvloeden. Dit impliceert communicatie met en voorlichting aan ouders over gezonde voeding. Het betekent dat in de vorm te geven beleid heldere afspraken worden gemaakt, die ook nageleefd moeten worden.

In samenspraak met verzorgers zien wij het als een gezamenlijk professioneel doel om jongeren een gezonde leefstijl aan te leren door praktische invulling en voorbeeldgedrag

Niettemin beseffen we dat er altijd uitzonderingen op de regel kunnen zijn. We willen niet rigide zijn en zoeken naar acceptabele oplossingen, passend binnen het beleid. De school wil ouders ondersteuning bieden bij problematisch eetgedrag, bijvoorbeeld door te verwijzen naar GGD of jeugdarts. Tot slot begrijpen we onze voorbeeldfunctie naar leerlingen en ouders. Dit betekent dat teamleden zich binnen school conformeren aan het opgestelde voedingsbeleid en daarnaar handelen.

## **1.3 Voeding- en traktatiebeleid SO-VSO**

Het is van belang vanuit de visie op gezonde voeding, dat het beleid van de school over gezond eten en drinken vastgelegd wordt in het school(gezondheids)beleid. Op die manier wordt gezonde voeding verankerd binnen de school. Daarnaast is het wezenlijk dat we over het beleid communiceren, zodat iedereen ervan op de hoogte is. Natuurlijk is het vervolgens belangrijk om ervoor te zorgen dat ouders, verzorgers, leerlingen en medewerkers zich eraan houden. Het beleid bestaat onder meer uit de volgende onderdelen:

- Regels/afspraken over de ochtendpauze
- Regels/afspraken over de lunch
- Regels/afspraken over trakteren
- Regels/afspraken over vieringen en andere speciale gelegenheden

### **1.3.1 Ontbijt**

De school gaat ervan uit dat wanneer het kind naar school komt, het thuis al ontbeten heeft. Het ontbijt brengt namelijk de spijsvertering op gang en zorgt ervoor dat een kind belangrijke voedingsstoffen binnenkrijgt. Een goed ontbijt levert daarnaast energie voor de benodigde concentratie op school. Bovendien heeft een kind, als het ontbijt, in de loop van de ochtend minder trek in iets tussendoor. Het belang van een gezond ontbijt brengen we van tijd tot tijd bij ouders en leerlingen via het Aardpraetje onder de aandacht.

### **I.3.2 Pauzehap**

Om de leerlingen en hun ouders hierbij een handje te helpen en om alternatieven aan te leren, neemt SO-VSO De Groote Aard sinds het schooljaar 2016-2017 deel aan het programma EU-schoolfruit. In de maanden november t/m april krijgen de leerlingen op drie vaste dagen in de week fruit en/of groente op school aangeboden. De Groote Aard is daarmee een zogenaamde Groente- en fruitschool geworden, hetgeen wil zeggen dat op De Groote Aard het eten van fruit en/of groente in het voedingsbeleid is opgenomen.

Ten aanzien van de ochtendpauze is het beleid het volgende:

1. De leerlingen eten tijdens de pauzes bij voorkeur gezonde tussendoortjes. Gezonde tussendoortjes zijn op De Groote Aard: fruit, groente.
2. De leerlingen drinken bij voorkeur tijdens de pauze water, thee, koffie of een melkproduct.
3. Frisdrank en energiedrankjes zijn niet toegestaan.
4. Leerlingen die geen drinken hebben meegenomen mogen water drinken. In iedere klas is een watertappunt.

### **I.3.3 Lunch**

Op De Groote Aard wordt door de leerlingen gezamenlijk gegeten in de groep. Tijdens het overblijven kunnen de leerlingen eten, drinken, spelen en uitrusten. Door voldoende te lunchen zijn leerlingen 's middags weer in staat zich goed te concentreren. De inhoud van de broodtrommel bepaalt ook de prestaties tijdens de middaglessen.

De school wil daarom het volgende voor de lunch zien:

1. Een gezonde lunchtrommel bevat:  
Brood (bij voorkeur volkoren), krentenbol, volkoren crackers, rauwkost en/of fruit.
2. De leerlingen drinken koffie, thee, halfvolle melk of water.  
Dit wordt door school verzorgd. Ouders betalen een bedrag per jaar voor het overblijven.
3. Houdbaarheid etenswaren.  
Als het warm is op school worden bederfelijke vleeswaren afgeraden (dit kan ook in de winter als de verwarming flink aanstaat aan de orde zijn).  
Een goed sluitende broodtrommel houdt het brood langer lekker en voorkomt uitdrogen.  
Vanuit het oogpunt van verspilling gebruiken de leerlingen bij voorkeur geen plastic zakjes of aluminiumfolie.

### **I.3.4 Kooklessen**

Leerlingen van de VSO-afdeling van De Groote Aard krijgen kookles. In de onderbouw leren ze tijdens de werkgroep horeca aandacht te hebben voor hygiëne en het aanleren en toepassen van verschillende begrippen en technieken. In de VSO bovenbouw wordt dit zover als mogelijk uitgebouwd naar het klaar maken van gerechten / een maaltijd. Een kookles omvat gemiddeld twee klokuren.

Horeca / kooklessen op De Groote Aard omvatten meerdere onderdelen o.a.:

- Met leerlingen wordt besproken wat er gekookt wordt en welke ingrediënten daarvoor nodig zijn. Dit is bij uitstek het moment om voorlichting te geven over gezonde voeding.
- Met de leerlingen worden boodschappen gedaan om de maaltijd te kunnen bereiden. Het lezen van etiketten (ingrediënten, houdbaarheidsdatum en hoeveelheid) is daarbij van belang. Ook wordt naar de prijs en het beschikbare budget gekeken. Ook dat is in hun toekomst een belangrijk element van hun afwegingen.

- Leerlingen bereiden zelf de maaltijd. De leerkracht onderwijst leerlingen op het gebied van kooktechniek (snijden e.d.) en bereidingstechniek (koken, bakken, gaarheid, behoud van vitamines, hygiëne e.d.)
- Leerlingen eten samen de maaltijd. Dit zijn momenten om voorlichting te geven over hoeveelheid en het eten van een uitgebalanceerde maaltijd.
- Na de kookles wordt gezamenlijk opgeruimd en afgewassen. Hygiëne staat hier centraal. Alles wordt schoon en netjes opgeborgen. Eventuele overschotten wordt op de juiste manier opgeborgen. Denk hierbij aan etikettering voor in de koeling of vriezer.
- Leerlingen bereiden ook maaltijden voor personeel of gasten.

### **1.3.5 Educatie**

De Groote Aard werkt vanuit leerdoelen. Deze zijn gebaseerd op de CED-leerlijnen. In de leerlijn Mens en maatschappij en Wonen en Vrije tijd vinden we de kerndoelen:

- De leerlingen leren zorg te dragen voor de lichamelijke en psychische gezondheid van henzelf en anderen.

In de VSO komen bij de leerlijnen Mens, natuur en techniek de volgende kerndoelen aan bod:

- Gezond eten en drinken (Koken, Tafeldekken, Afwassen)
- De leerling leert zorg te dragen voor gezonde voeding en het verzorgen van de maaltijden Dagbesteding (DB)
- De leerling leert over zorg en leert te zorgen voor een gezonde voeding, voor de woon- en leeromgeving en voor de persoonlijke verzorging en presentatie Arbeid (Schoonmaken en inrichten, Technische toepassingen).

Het onderwijs wordt deels vanuit theorie gegeven en audiovisueel onderbouwd. Onze leerlingen leren echter het beste in praktijksituaties. Daarom proberen we deze zoveel mogelijk uit te voeren in de kooklessen.

### **1.3.6 Materialen**

Bij het geven van de lessen bij bovenstaande leerdoelen maken we gebruik van deze materialen:

- Gevisualiseerde kookbladen
- Kookboeken, b.v. Europees Kookboek, TOF kookboek
- Map Gezonde School, Smaaklessen
- Kijk mijn leven
- Internetsites (fotorecepten, stappenplannen, fotokookboeken)

### **1.3.7 Traktaties**

Ten aanzien van traktaties denken we aan de volgende drie zaken:

- Verjaardagen van de leerlingen
- Verjaardagen van de leerkrachten
- Speciale gelegenheden

#### **Verjaardag van de leerlingen**

Een verjaardag vieren is belangrijk voor een kind. Vaak leeft een leerling al weken toe naar zijn/haar verjaardag en is deze voor hem/haar het hoogtepunt van het jaar. De Groote Aard is van mening dat de jarige centraal staat en niet de traktatie.



Het ritueel van het jarig zijn zorgt voor het feest, zoals bijvoorbeeld het liedjes zingen, de namaaktaart, muziekinstrumentjes die het zingen begeleiden en het handen geven. Op SO-VSO De Groote Aard vinden we dat belangrijker dan de traktatie zelf.

Ouders verzorgen met hun kind binnen de gestelde richtlijnen een traktatie voor de leerlingen van de groep. Op deze manier wordt gewaarborgd dat er niet teveel, te vet, te zout en te zoet gesnoept wordt. De school zorgt ervoor dat er een alternatieve traktatie beschikbaar is voor leerlingen met een dieet of die vanwege het geloof geen varkensvlees mogen eten.

In de VSO-afdeling worden verjaardagen op een leeftijdsadequate manier gevierd.

### **Verjaardag van personeel**

Als een leerkracht zijn/haar verjaardag viert dan houdt hij/zij ook rekening met de uitgangspunten van dit voedingsbeleid: de leerkracht zorgt zelf voor een verantwoorde traktatie.

### **Speciale gelegenheden**

We stimuleren tijdens speciale gelegenheden gezonde traktaties. Samen met de activiteitencommissie zoeken we naar aantrekkelijke, passende traktaties waarbij bij speciale gelegenheden wel overwogen uitzonderingen gemaakt mogen worden.

## **1.3.8 Voorbeeldgedrag**

De Groote Aard hanteert een eigen Gedragscode voor personeel, vaste externe ondersteuners en stagiaires. De Gedragscode bevat een deel gedragsregels.

Hierin staan de volgende afspraken:

- Onder werktijd zijn wij nooit onder invloed van alcohol of drugs.  
Tijdens lestijd gebruiken wij geen alcohol of drugs. Uitzonderingen vormen festiviteiten onder werktijd waarbij medewerkers maximaal 2 lichte alcoholische drankjes mogen gebruiken.
- Roken tijdens werktijd is niet toegestaan, behalve tijdens de pauze, mits op een daartoe aangewezen plek buiten het gebouw. (Notitie Rookbeleid).

## **1.3.9 Handhaving van het voedingsbeleid**

Mochten leerlingen onverhoopt toch andere producten mee naar school nemen dan hierboven vermeld, dan spreekt de school de ouders en leerlingen hierop aan. Er wordt gebeld, of de leerkracht schrijft het in het communicatieschriftje.

## **1.3.10 Communicatie naar ouders en personeel**

### **Schoolgids**

Gezondheidsbeleid wordt ingevoerd in de Schoolgids 2018-2019

### **Algemene informatieavond van ouders**

### **Website**

Wordt op dit moment aangepast. Bij de nieuwe opzet zal expliciet het gezondheidsbeleid een plek krijgen