

De Gezonde School

Visie:

De Zeven Linden is een school in een omgeving waar gezond eten gemakkelijk moet zijn, omdat dit bijdraagt aan een gezonde ontwikkeling en leefstijl 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.

Zo vinden we het belangrijk dat het aanbod in de kantine en automaten gezond is. Daarnaast leren de leerlingen in vaklessen over gezond gedrag en in de kantine kunnen zij dit in de praktijk brengen. Zo ontmoeten theorie en praktijk elkaar. Wij bieden een schoolomgeving waar gezond eten gemakkelijk en vanzelfsprekend is.

Voedingsbeleid

- **Educatie:**
 - Er wordt structureel (elk schooljaar) aandacht besteed aan gezonde voeding in de lessen. De afgelopen jaren hebben we dit in praktijk gebracht door Irun2Bfit. Dit is een vakoverstijgend leefstijl programma dat wordt aangeboden aan alle tweedejaars leerlingen van de Zeven Linden. Momenteel onderzoeken we of we dit kunnen voortzetten.
 - Dit schooljaar gebruiken we in ieder geval het door het voedingscentrum goedgekeurde lespakket “Weet Wat je Eet.”



- **Omgeving:**
 - De Zeven Linden kent een gezonde schoolkantine volgens de richtlijnen van het Voedingscentrum. Minimaal 80% van ons aanbod valt binnen het gezonde keuze aanbod. Wij verkopen geen energiedrankjes en chips in de kantine of automaten. En deze zijn ook verboden bij ons op school. Met de cateraar/kantinebeheerder hebben wij afgesproken dat zij ieder jaar het aanbod checken via de Kantinescan van het Voedingscentrum en de uitkomst rapporten. Als er nieuwe producten worden toegevoegd dan wordt eerst gekeken of deze producten voldoen aan betere- keuzecriteria.
 - In de kantine is er een watertappunt waar leerlingen en personeelsleden alle schooldagen vrij toegang hebben tot vers fruitwater/groentewater.
 - In de kantine wordt dagelijks vers (seizoens)fruit aangeboden.

- In de kantine wordt dagelijks melk en karnemelk aangeboden.
- De Zeven Linden heeft een rookvrij schoolplein.
- Ouders stellen wij op de hoogte van ons beleid omtrent eten en drinken op school via de website van de school, de Ouderinfo en tijdens informatieavonden. Via sociale media zoals Facebook geeft de school regelmatig een impressie van diverse “gezonde” activiteiten.

- De Zeven Linden probeert ook leerlingen te stimuleren elkaar onderling elkaar te wijzen op het belang van gezondheid en gezonde voeding. Zo geven bovenbouwleerlingen voorlichting in leerjaar 1.
 - De kantine kent een gezonde uitstraling; kleurgebruik meubilair, een bank die bekleed is als fruitbank en daarnaast stimuleren ook wervende posters op tot gezond eetgedrag.
 - De bovenbouwleerlingen van het VMBO verantwoordelijk voor het balie aanbod van de schoolkantine. De leerlingen bepalen, volgens de richtlijnen van de Gezonde School, het wekelijkse aanbod. De broodjes/smoothies/salades etc. worden bereid tijdens het praktijkvak 'keuken'. Tijdens de lunchpauzes verzorgen leerlingen de verkoop en beheren zij de kassa. De leerlingen zijn ook verantwoordelijk voor het tellen van de kassa en het opmaken van de balans.
- Signalering:
 - Jaarlijks krijgen wij inzicht in de voedingsgewoonten en het gewicht van de leerlingen. Door de inzet van de Jeugdgezondheidszorg en het gebruik van de vragenlijst van de GGD, zoals de EMOVO.
 - We hebben een signalerings-, zorg- en verwijsstructuur rond vragen en problemen over voeding en gewicht. Hiervoor worden ingeschakeld: mentoren, docenten, vertrouwenspersonen, zorgcoördinatoren, het ZAT-team, schoolmaatschappelijk werkers en de schoolarts.

De Zeven Linden heeft recent de 'Gouden Kantineschaal' behaald!

