

Voedingsbeleid

Visie op gezondheid voor de Laurentius Praktijkschool Delft

Onze school draagt bij aan de gezondheid van onze leerlingen en het personeel. Als school vinden wij gezonde voeding belangrijk. Dit betekent dat de school stimuleert tot een actieve en gezonde leefstijl. Onder gezond verstaan wij het vermogen zich aan te passen en een eigen regie te voeren, in het licht van de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven en daar waar nodig ondersteuning vragen en/of aanvaarden.

Visie op gezonde voeding

Gezonde voeding levert een grote bijdrage aan een gezonde levensstijl. Onze school is een setting waar gezond eten gemakkelijk toegankelijk moet zijn en waarbij de gezonde keuze de makkelijke keuze is. Deze uitgangspunten dragen bij aan een gezonde ontwikkeling en leefstijl van onze leerlingen.

De Laurentius Praktijkschool Delft heeft een Gezonde Schoolkantine en wij zien we erop toe dat het gezonde assortiment gewaarborgd wordt volgens de Richtlijnen Gezondere Kantines die zijn opgesteld door het Voedingscentrum. Daarnaast stimuleren we het drinken van water. Het drinken van water is toegestaan tijdens de lessen. We hebben waterdruppels opgehangen bij de waterdrinkpunten. Er wordt gekozen voor een positieve aanpak, waardoor niemand zich buitengesloten of veroordeeld hoeft te voelen. Iedere ochtendpauze staat er gratis gezond eten in de aula wat leerlingen mogen pakken. Iedere lunchpauze kunnen leerlingen een gezonde lunch kopen in de schoolkantine. Deze gezonde lunch wordt iedere dag door een aantal leerlingen van de school gemaakt onder begeleiding van onze docent catering.

Gezond eten gaat over goed voor jezelf zorgen en niet over schoonheidsidealen. Op onze school leren de leerlingen over gezond eten en keuzes maken en in de kantine, maar ook structureel in de kooklessen, kunnen zij dit in de praktijk brengen. Zo ontmoeten theorie en praktijk elkaar.

Uitvoeringsbeleid

Op het gebied van gezondheidseducatie

School besteedt aandacht in alle leerjaren in alle groepen aan het thema Voeding. Dit doet school door:

- Gebruik te maken van de methode 'Ik en de Maatschappij/Gezondheid' van StruX hoofdstuk 3, Gezonde Voeding.
- Gebruik te maken van de methode 'Ik en de Maatschappij/ Lijf en geest van Strux
- Lessen Burgerschap leerjaar 4/5
- Een alternatief voor Supersopper waarbij de vakleerkracht Voeding wekelijks met leerlingen een menu samenstelt en hiervoor boodschappen doet. Elke week is er bijzondere aandacht voor een andere afdeling in de supermarkt.
- Horeca/kooklessen met alle leerlingen.

- Iedere dag maken een aantal leerlingen uit leerjaar 2 of 3 een gezonde lunch, die wordt verkocht in de schoolkantine. Dit gebeurt onder begeleiding van onze docent **DE PRAKTIJSCHOOL** Catering in onze vernieuwde schoolkantine/keuken.
- Tijdens de lessen in de mentorklas worden er gezondheidslessen gegeven.
- Tijdens de ochtendpauze krijgen de leerlingen, die dit willen een gratis gezonde maaltijd aangeboden in de aula.

Op het gebied van signaleren en doorverwijzen

Mentoren van onze school signaleren ongezond gedrag of lichaamsomvang, bespreken dit met de leerling en zo nodig met ouders. Indien nodig en wenselijk door leerling en ouder(s) kan worden doorverwezen naar de schoolarts of huisarts. Daar ligt volgens school de expertise om leerlingen uiteindelijk, op medische gronden, door te verwijzen naar een diëtist.

Op het gebied van de fysieke en sociale omgeving

Onze school heeft een Gezonde School Kantine. De waardering is goud. We blijven streven naar ideaal.

Schoolpersoneel, leerlingen en ouders worden geïnformeerd over het Voedingsbeleid op de Laurentius Praktijkschool.

Wij vinden het belangrijk, dat leerlingen een actieve rol hebben in de uitvoering van de

Gezonde Schoolkantine. De leerlingen helpen de gezonde lunch te bereiden samen met de docent catering. Ook denken ze mee over het aanbod in de leerling raad.

Op het gebied van beleid

Onze school heeft regels opgesteld over het voedingsaanbod in school en handhaaft deze regels door de leerlingen te wijzen op deze regels. Deze regels zijn opgesteld door docenten en leerlingen.

Bij ons op school werken wij samen aan een veilige en gezonde school, door:

- o Mag er geen energy of sportdrink gedronken worden,
- o Eten wij een gezonde lunch en/of ontbijt,
- o Grootverpakkingen van de supermarkt zijn niet toegestaan op school,
- o Wordt er niet in en om de school gerookt,
- o Mag er water gedronken.

Als een leerling de regel overtreedt wordt hij hierop aangesproken. Blijft de leerling de regel overtreden dan wordt hij uit de les gestuurd.

Samen met de leerkrachten horeca, onze onderwijsassistent en leerlingen in de leerling raad zullen wij ieder jaar het aanbod in de kantine in kaart brengen met de Kantinescan van het Voedingscentrum en de uitkomst rapporteren aan de directie.

Ambitie

Ook op de lange termijn zorgt onze school dat de schoolkantine gezond blijft. Dit doet school door:

Wij hebben een gouden kantine schaal, deze willen wij graag houden en streven naar een ideale schaal door:

- Het uitgestalde aanbod in de Gezonde Schoolkantine bij ons op school bestaat voor minimaal 80% uit betere keuzes.
 - We bieden groente en fruit aan.
 - De aankleding van de kantine stimuleert leerlingen onbewust om de betere keuze te maken.
- Onze ambitie op lange termijn is een ideale kantine:
- Het uitgestalde aanbod in de Gezonde Schoolkantine bestaat voor 100% uit betere keuzes uit de Schijf van Vijf.
 - We bieden groente en fruit aan.
 - De aankleding van de kantine stimuleert leerlingen onbewust om de betere keuze te maken

