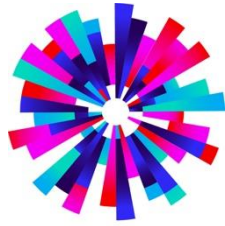


## Voedingsbeleidsplan Gezonde School Nuenens College 2019/2023



nuenenscollege



Het Nuenens College is een kleine school, waar saamhorigheid en voor elkaar zorgen hoog in het vaandel staan. Wij hebben als school een omgeving gecreëerd waar gezond eten en een gezonde leefstijl vanzelfsprekend zijn, omdat dit bijdraagt aan de ontwikkeling en levensstijl van onze leerlingen, die dit vanuit hun eigen leefsituatie niet altijd expliciet meekrijgen. We maken vanuit onze onderwijsprogrammering, uitgezette activiteiten en de catering hiermee een principiële keuze.

### Visie

Binnen het Nuenens College vinden we het belangrijk dat leerlingen een gezonde leefstijl ontwikkelen en deze eigen maken, en wij voelen ons daar mede verantwoordelijk voor. Gezond eten gaat over goed voor jezelf zorgen en je goed voelen en daar dragen we als school graag aan bij. Wij vinden het als school belangrijk om leerlingen goed voor te bereiden op de toekomst, niet alleen op de arbeidsmarkt maar op het volwassen leven in het algemeen. Naast voorlichting over roken en alcohol wat op andere scholen wel al jaren vanzelfsprekend is, vinden wij gezonde voeding minstens net zo belangrijk. We geven om het welzijn van onze leerlingen en voeding en beweging zijn onmisbare elementen hierin. Daarnaast merken wij dat we met onze leerling populatie naast een didactische taak, ook een pedagogische taak vervullen wat inhoudt dat er op dit gebied een opdracht voor ons is weggelegd.

Op het Nuenens College wordt in de lessen van verschillende vakken gedurende hun hele opleiding een samenhangend leerstofpakket aangeboden en krijgen leerlingen kennis en vaardigheden aangeleerd. Ook wordt er expliciet ingezet op bewegen.

Wij geloven dat je het meest leert als je écht betrokken bent. Actief leren noemen we dat en dat stimuleren we onder andere met onze Gezonde School projectdagen. Tijdens de projectdagen krijgt de 'Gezonde school' nog meer vorm via allerlei activerende programma's met o.a. extern ingezet theater en voedings- en gewichtsconsulenten. We combineren dit met onze uitgangspunten rondom duurzaamheid en ecologisch bewustzijn. We leggen dit ook vast in ons beleid.

Het aanbod in de kantine en automaten biedt vooral gezondere keuzes. Op school leren de leerlingen denken en werken vanuit gezondheidsaspecten en gezond gedrag in de kantine, waar zij met elkaar leren producten te bereiden en uit te serveren. Ze stellen zelf de lijst op van te verkopen producten (nu nog in samenwerking met Markies). Een deel ervan willen we zelf gaan produceren in een kas en de groeten- en kruidentuin bij school. Zo kunnen zij het geleerde in de praktijk brengen. We kiezen voor een positieve aanpak, waarbij we de keuzevrijheid respecteren.

## De Gezonde Schoolkantine



We werken op onze school volgens de [Richtlijnen Gezondere Kantines](#) die zijn opgesteld door het Voedingscentrum. Onze kantine heeft de volgende basis:

De kantine biedt in elke productgroep minstens één betere keuze. Binnen de verschillende aangeboden productgroepen (zoals dranken, brood, zuivel, etc.) biedt de kantine minstens één betere keuze aan. Het assortiment wat wij met Markies catering samenstellen is officieel goedgekeurd door het voedingscentrum en voldoet aan de richtlijnen voor een Gouden Schoolkantine schaal. Dit geldt voor het uitgestalde aanbod én voor het aanbod in de automaten.

De kantine hanteert deze drie uitstralingspunten:

- Op de opvallende plaatsen bij het uitgestalde aanbod staan alleen betere keuzes.
- Op de opvallende plaatsen in de automaten staan alleen betere keuzes.
- Als je eten of drinken aanbiedt bij de kassa, staan daar alleen betere keuzes.

De kantine stimuleert water drinken, zo is fruitwater altijd gratis beschikbaar bij de kantine. Ook buiten de kantine hebben we nog een extra watertappunt voor leerlingen.

We zijn een rookvrije schoolomgeving en hanteren een absoluut verbod op alcoholische dranken.



## Onze ambitie

Op het moment heeft onze kantine van Markies Catering een gouden schoolkantine schaal. Deze willen wij graag blijven behouden en zullen hier in de toekomst naar blijven streven.

Bij een gouden kantine is:

Het uitgestalde aanbod en het aanbod in de automaten bestaat voor 80% uit betere keuzes uit de Schijf van Vijf.

We bieden groente en fruit aan. Daarvoor werken we samen met biologische groenten- en fruittelers uit Nuenen zelf.



De aankleding van de kantine stimuleert bewust om de betere keuze te maken.

We willen onder begeleiding de hele catering door, van en met leerlingen regelen, ook ten aanzien van HACCP, inkoop, beheer, klaarmaken, uit serveren, etc.

### **Structureel beleid**

Samen met onze cateraar/kantinemedewerker brengen wij ieder jaar het aanbod in de kantine in kaart met de Kantinescan en rapporteren we de uitkomst aan de directie. Daarnaast is ons beleid terug te vinden op de schoolsite.

### **Gezonde School vignet**

Het Nuenens College werkt planmatig en integraal aan de gezondheid en gezonde leefstijl van leerlingen en docenten. De Gezonde School is gebaseerd op de vier pijlers: Gezondheidseducatie, Fysieke en sociale omgeving, Signaleren en Beleid. Wij hopen in 2019 het vignet Gezonde School (Voeding) te behalen.



### **Gezondheidseducatie**

Er wordt structureel aandacht besteed aan voeding in de lessen. Zo werken wij in jaar twee met alle leerlingen met de methode Weet Wat je Eet en maken we jaarlijks gebruik van lespakketten die we zelf ontwerpen en/of bewerken, samen met de mensen uit de sector Zorg&Welzijn en algemene vakken als biologie, Mens&Natuur, Nask, Maatschappijleer en Economie&Ondernemen.

In alle leerjaren staat gezondheidseducatie op het programma. Extra aandacht is er tijdens de projectdag over dit thema, waarbij we gebruik maken van de expertise van externe partijen. Vanuit het vak filosofie wordt stilgestaan bij gezonde keuzes en de consequenties hiervan. Er worden extra lessen Sport gegeven voor leerlingen, die te maken hebben met bewegingsarmoede en/of obesitas. Hierover hebben wij jaarlijks overleg met de GGD.

We willen programmatisch samen gaan werken met Helicon, Helmond (outdoor, food technology).

In de bijlage aan het eind van dit document vindt u een overzicht van alle Gezonde School lesactiviteiten die vaststaan in ons beleid.

## **Fysieke en sociale omgeving**

### **\* Fysieke omgeving**

Het Nuenens College richt de schoolomgeving zo in dat het gezond eten en drinken stimuleert. Naast het faciliteren van [De Gezonde Schoolkantine](#) bieden we een hygiënisch watertappunt (buiten de toiletruimte) waar leerlingen eenvoudig zelf water kunnen tappen.

Verder zijn we een rookvrije school en wordt er zowel door leerlingen als docenten niet op het terrein van de school gerookt.



### **\* Sociale omgeving**

We borgen het voedingsbeleid in het schoolbeleidsplan en in de schoolgids en presenteren het op onze website. Zo weten leerlingen, ouders/verzorgers en medewerkers wat we aan gezonde voeding doen.

## **Signaleren**

Wij hebben als school een signalerings-, zorg- en verwijsstructuur rond vragen en problemen over voeding en gewicht. Hiervoor hebben wij een Ondersteuningsteam, docenten, coördinatoren Gezonde School en werken we samen met tal van externe partners. Jaarlijks wordt er nagegaan hoe het staat met de voedingsgewoonten en het gewicht van onze leerlingen in klas 2 en indien nodig verwijzen we ook andere leerlingen. Signalering wordt besproken in het Ondersteuningsteam en het MT en de ouders/verzorgers worden betrokken in dit proces. Ook worden de leerlingen en ouders/verzorgenden aan het begin van elk schooljaar via de algemene informatieavonden op de hoogte gebracht van ons beleid en bij wie ze terecht kunnen met vragen of hulp rondom voedingsgewoonten en gewicht.

Ook de LO sectie heeft een signalerende functie. Zij houden bij welke leerlingen regelmatig de Lichamelijke Opvoeding lessen missen en geven dit door aan het Ondersteuningsteam, ouders en zo nodig GGD.

## **Beleid**

Als docenten willen we leerlingen het goede voorbeeld geven, zorgzaam zijn voor leerlingen en hen goed begeleiden, voor leerlingen stimulerend en motiverend zijn en bijdragen aan de ontwikkeling onze leerlingen. De docenten op Nuenens College hebben als kernopdracht om als 'gids' leerlingen voor te bereiden op de wereld om hen heen. Het betreft onder andere de eigen ontwikkeling als kritisch consument die zorgt voor eigen gezondheid.

Wij voeren daarom een actief beleid rond gezonde voeding wat systematisch wordt geëvalueerd en bijgesteld. We zijn dit jaar voor het eerst gestart met beleidsmatig werken vanuit onze visie en evalueren de opbrengsten van het ingezette traject regelmatig en in ieder geval aan het eind van ieder schooljaar. De coördinatie van het thema voeding ligt bij de werkgroep Gezonde School en de directie. Wij beschrijven op meerdere plekken (zoals de website en de interne nieuwsbrief) wat wij doen om een gezond aanbod in de schoolkantine te garanderen en wat we doen op gebied van educatie en signaleren.

De school handhaaft het beleid rondom gezonde voeding mede door middel van de deelnemende leerlingen en hun begeleiders die (in de pauze) toezicht houden en actief zijn in het bereiden en uitserveren van het zelf gemaakte product. Ook zijn er stewards die toezicht houden op het gedrag van de leerlingen rondom voeding en spreken hen hier zo nodig op aan.

Regelmatig zetten wij vragenlijsten uit en betrekken we de Leerlingenraad in dit proces.

Ook stimuleren wij ons personeel om gezonde keuzes te laten maken. Zo hebben we regelmatig 'challenges' waarbij het personeel uitgedaagd wordt

voldoende te bewegen en water en/of thee te drinken en hebben we bijvoorbeeld fruitplateaus in de docentenkamer. Wekelijks serveren wij een kosteloze groentesoep in de docentenkamer.

We informeren ouders/verzorgers over het voedingsbeleid en de schoolregels en zorgen ervoor dat het beleid altijd gemakkelijk is in te zien, ook voor de leerlingen.

Ouders/verzorgers worden regelmatig op de hoogte gehouden wat betreft nieuws over het thema gezonde voeding op school. Dit doen wij door middel van mailing, brieven en de website. Minimaal een keer per jaar wordt ook de Ouderraad geïnformeerd over de stand van zaken.

### **Samenwerking**

De Gezonde School-adviseur van GGD Brabant-Zuidoost, Karin Spijkers, ondersteunt het Nuenens College bij de Gezonde School-aanpak.

Momenteel is dat alleen rond het thema Voeding, in de toekomst ambiëren we ook anderen gebieden zoals Beweging.

De werkgroep Gezonde School heeft regelmatig contact met Karin Spijkers.

### **Pleinbeleid**

Onze school is onderdeel van de omgeving. Om de gang naar supermarkten en snackbars te verminderen voeren wij een pleinbeleid. Er zijn regels over het verlaten van het schoolterrein door leerlingen in pauzes en tussenuren. Zo mogen de leerlingen in tussenuren en pauzes niet van het schoolplein af om naar de supermarkt te gaan. We hebben afspraken gemaakt met winkels/supermarkten in Nuenen die eten en drinken verkopen in de buurt van de school: zij koppelen terug naar ons als zich een bijzondere verandering voordoet.

### **Meenemen eten en drinken**

Er zijn afspraken over het meenemen van eten en drinken naar school. Zo zijn grootverpakkingen en energydranken voorbeelden van producten die bij ons op school niet zijn toegestaan. Stewards, surveillanten en de medewerkers van de kantine zien hierop toe. Bij het constateren van voedingsmiddelen die op school niet zijn toegestaan worden deze producten ingenomen. Bij het structureel niet naleven van de afspraken gaan wij (de mentor, de coach of een lid van het Ondersteuningsteam) in gesprek met de desbetreffende leerling en worden evt. ouders geïnformeerd.

### **Gezondheidseducatie**

Naast de structurele lessen over voeding worden er op onze school ook regelmatig gastlessen gegeven, bezoeken we toeleveranciers of agrarische bedrijven en opleidingen die gespecialiseerd zijn in gezondheid of voeding (Helicon, De Rooie Pannen).

## Hygiëne & duurzaamheid

In onze kantine wordt er strikt gewerkt volgens de HACCP-regels. Overtollig voedsel vanuit opdrachten wordt verantwoord doorgezet naar consumenten of wordt zodanig verwerkt, dat het naar compost of naar partners gaat, zoals de dierentuin, de kinderboerderij e.d.



Alle afval wordt gescheiden. Door het hele gebouw zijn voor de leerlingen blauwe prullenbakken voor papier en gele prullenbakken voor overig afval verspreid.

Er wordt gestreefd naar het gebruik van natuurlijk materiaal en wordt plastic zo veel mogelijk in school geweerd. Op educatief gebied werken we samen hierin met de Gemeente Nuenen.

## Medewerkers

Ook onze docenten worden meegenomen in het nastreven van de gezonde school, zowel programmatisch als in handelen en denken. Zij krijgen ook een aangepast aanbod van producten uit de kantine en wordt er tijdens bijeenkomsten aangepast gewerkt met traktaties. We organiseren voor groepen mensen binnen en van buiten school regelmatig etentjes en ook daar wordt specifiek gelet op gezondheidsaspecten. Meerdere docenten zijn actief betrokken bij het uitzetten en uitdragen van het beleid.

## Ouders/verzorgers

Ouders/verzorgers maken we steeds attent op onze gezonde schoolkantine en de aandacht voor gezonde eet- en bewegsgewoonten in ons onderwijs. We vragen ouders/verzorgers vanuit de thuissituatie ook aandacht te hebben hiervoor.

In Bijlage 2 vindt u een artikel uit onze nieuwsbrief voor personeel en een artikel dat op onze website is gepubliceerd met betrekking tot de gezonde school kantine. Dit als voorbeeld van onze communicatie naar personeel, leerlingen en ouders/verzorgers.

## Leerlingen/Studenten

Leerlingen worden door middel van voeding en kooklessen uitgedaagd om na te denken over een gezonder aanbod in de kantine en een gezonde leefstijl. Onze leerlingen van de Leerlingenraad beslissen mee over wijzigingen in het aanbod, bedenken nieuwe producten (met naam en prijszetting) en informeren en bevragen de medeleerlingen.



## **Voedingsbeleidsplan**

Met dit voedingsbeleidsplan benadrukken wij nogmaals het belang van de aandacht voor gezonde voeding op het Nuenens College. Wij streven er naar zoveel mogelijk positieve impact op onze leerlingen en hun omgeving te hebben. Met dit beleidsplan hopen wij een gezonde school met gezonde leerlingen en personeel te bereiken.

Nuenens College  
April 2019

Locatie directeur  
Karel Somers, [k.somers@nuenenscollege.nl](mailto:k.somers@nuenenscollege.nl)

Werkgroep gezonde school  
Ingrid Swinkels, [i.swinkels@nuenenscollege.nl](mailto:i.swinkels@nuenenscollege.nl)  
Anne de Graaf, [a.degraaf@nuenenscollege.nl](mailto:a.degraaf@nuenenscollege.nl)

## Bijlage 1: Overzicht activiteiten Matrix

Leerjaar	Vak	Periode	Onderwerp	Thema's	niveau
1	M&M	2	Voeding vroeger en nu, verdeling van welvaart en waar voedsel geproduceerd wordt.	Voedselproductie en bewerking Sociale aspecten van eten Culturele aspecten van eten	B, K, M
1	M&N	2	Boekje voeding	Voeding en groei Functies van voeding Voeding en lichaamsgewicht Voedselkwaliteit	B
1	M&N	3	Boekje Sport	Voeding en groei Functies van voeding Voeding en lichaamsgewicht Voedselkwaliteit	B, K, M
1	Filosofie	2	Wat is gezond eten?	Functies van voeding Eetgewoonten Vergelijkend warenonderzoek	B, K, M
1	Mentorles	2	Gezonde School projectboekje	Voeding en groei Functies van voeding Voeding en lichaamsgewicht	B, K, M
1		2	Projectdag		B, K, M
Leerjaar	Vak	Periode	Onderwerp	Thema's	niveau
2	Filosofie	2	Wie is verantwoordelijk voor jouw gezondheid?	Eetgewoonten Sociale aspecten van eten Culturele aspecten van eten	B, K, M
2	M&N		Boekje Gezondheid	Voeding en groei Functies van voeding Voeding en lichaamsgewicht Voedselkwaliteit	B, K

2	Mentorles	2	Weet wat je Eet	Voeding en groei Functies van voeding Eetgewoonten	B, K, M
2		2	Projectdag	Eten bereiden Functies van voeding Voeding en lichaamsgewicht	B, K, M
<b>Leerjaar</b>	<b>Vak</b>	<b>Periode</b>	<b>Onderwerp</b>	<b>Thema's</b>	<b>niveau</b>
3	Z&W	3	Mens en omgeving	Etiketten	B, K
4	Z&W	1	Mens en Gezondheid	Voeding en groei Functies van voeding Voeding en lichaamsgewicht Voedselkwaliteit Voedselveiligheid Voedselproductie en bewerking Etiketten Eetgewoonten Voedsel kopen Vergelijkend warenonderzoek Eten bereiden Sociale aspecten van eten Culturele aspecten van eten	B, K
3/4	Keuzevak Horeca	alle	Koken en gezonde voeding	voedselkwaliteit voedselveiligheid voedselproductie en bewerking etiketten voedsel kopen voedsel bereiden	B, K

## Bijlage 2



### **Stuk nieuwsbrief personeel:**

Markies gaat voor de Gouden Schaal! Zoals jullie weten zijn Ingrid en Anne achter de schermen druk bezig om het certificaat voor Gezonde School te behalen. Een belangrijk onderdeel daarvan is de catering. De Markies Catering op het Nuenens College gaat voor de schaal 'goud' volgens de Richtlijnen Gezondere Kantines van het Voedingscentrum. In een gouden schoolkantine is minimaal tachtig procent van het aanbod een betere keuze. Wat betekent dit precies? Ze zetten onder andere de Schijf van Vijf producten prominent in, bieden meer plantaardige gerechten en introduceren innovatieve producten die in de smaak vallen bij leerlingen.

### **Website:**

Onze catering gaat voor goud! Zoals u wellicht weet is het Nuenens College achter de schermen druk bezig om het certificaat voor Gezonde School te behalen. Een belangrijk onderdeel van deze certificering is de catering. De Markies Catering op het Nuenens College gaat voor de schaal 'goud' volgens de Richtlijnen Gezondere Kantines van het Voedingscentrum. In een gouden schoolkantine is minimaal tachtig procent van het aanbod een betere keuze. Ze zetten onder andere de Schijf van Vijf producten prominent in, bieden meer plantaardige gerechten en introduceren innovatieve producten die in de smaak vallen bij leerlingen.

Wat betekent de Gouden Schaal precies?

- \* Frisdrank automaten bestaan 100 procent uit betere keuze producten.
- \* Mars automaten bestaan minimaal 80 procent uit betere keuzes.
- \* Schijf van Vijf producten zetten we prominent in.
- \* Meer plantaardige gerechten; beter voor het milieu en de gezondheid.
- \* Introductie van innovatieve producten, zoals witbrood met graanvezels en een pizzabodem van groenten.

Markies is volgende de huidige richtlijnen heel goed bezig, maar de richtlijnen van het Voedingscentrum worden per 2020 aangescherpt voor schoolkantines. Markies Catering is naar eigen zeggen de eerste schoolcateraar die dit schooljaar al gedeeltelijk van start is gegaan met de nieuwe richtlijnen.

Dat vertelt Martijn Pater, operationeel directeur van Markies Catering. "Op basis van de nieuwe Schijf van Vijf zijn de criteria aangescherpt. Dat betekent dat we nog meer naar calorieën, het zoutgehalte en verzadigde vetten moeten gaan kijken." Markies Catering is ondertekenaar van het Akkoord Gezonde Voeding op Scholen (2016 – 2020). Jongeren Op Gezond Gewicht is beheerder van het Akkoord. Binnen het Akkoord wordt gewerkt met de Richtlijnen Gezondere Kantines van het Voedingscentrum. Het Voedingscentrum monitort de partijen die het akkoord hebben ondertekend om te kunnen

bepalen of zij voldoen aan deze richtlijnen. Uit de meest recentelijke monitoring blijkt dat Markies uitzonderlijk goed presteert.

Wij zijn als Nuenens College blij met het grote aanbod in gezondere keuzes in onze schoolkantine.