

Educatie

Voedingeducatie in de verschillende leerjaren

Het thema voeding wordt op onze school behandeld tijdens de reguliere lessen van het vak biologie. Het komt meermaals terug in de lesstof die onze leerlingen krijgen in zowel de onder- als bovenbouw. Ook binnen de verschillende leerniveaus, op onze school zijn dit VMBO-T en HAVO, wordt er aandacht aan voeding besteed. In het overzicht hieronder staat per opleidingsniveau en per leerjaar beschreven welke onderwerpen er worden behandeld over het thema voeding:

Onderbouw	VMBO-T & HAVO
Opleidingsjaar	Lesstof
1	<ul style="list-style-type: none">• Invloed van zintuigen op voedingsgewoonten: hoe beïnvloeden smaak- en reukzintuigen wat je lekker vindt om te eten en wat is de invloed van culture achtergrond hierop?• Invloed van voeding op de ontwikkeling van stevigheid en beweging van het menselijk lichaam: botontwikkeling (vitamine D, Engelse ziekte, calcium).
2	<ul style="list-style-type: none">• Hoe werkt verbranding van verschillende soorten stoffen in het menselijk lichaam en wat is ervoor nodig om dit in gang te zetten en houden?• Voedingsmiddelen en voedingsstoffen: in welke voedingsmiddelen zitten welke voedingsstoffen, wat het effect is van voedingsstoffen in het lijf, betekenis, berekenen en lezen van etiketten, oorzaken en gevolgen van over- en ondergewicht,• Vertering van voedingsstoffen: werking van het verteringsstelsel.• Maatschappelijke impact van eten en verschillende visies op eten.• Erfelijkheid en evolutie: genetische modificatie van voedsel.

Bovenbouw	VMBO-T	HAVO
Opleidingsjaar	Lesstof	
3	Geen specifieke lesstof over thema voeding.	Ecologie en milieu: <ul style="list-style-type: none"> • Voedselkringlopen • Voedselketens • De koolstof- en stikstofkringloop • Voedselproductie en landbouw
4	Voeding en vertering: <ul style="list-style-type: none"> • Het verteringsstelsel • Voedingstoffen • Gezonde voeding • Het houdbaar maken van voedsel en additieven Ecologie en milieu: <ul style="list-style-type: none"> • Voedselkringlopen • Voedselketens • De koolstof- en stikstofkringloop • Voedselproductie en landbouw 	Ecologie en milieu: <ul style="list-style-type: none"> • Voedselkringlopen • Voedselketens • De koolstof- en stikstofkringloop • Voedselproductie en landbouw
5	<i>Niet van toepassing</i>	Stofwisseling: <ul style="list-style-type: none"> • Assimilatie en dissimilatie • De bouw van voedingsstoffen Vertering: <ul style="list-style-type: none"> • Voedingstoffen • Gezonde voeding • Het houdbaar maken van voedsel en additieven

Interventies

Naast de educatie over voeding bij het vak biologie, hebben wij er als school voor gekozen om onze leerlingen door middel van interventies verder bewust te maken het thema voeding. Hier zijn de mentorlessen geschikt voor, omdat de mentor door de vertrouwensband met zijn of haar klas dieper kan ingaan op bijvoorbeeld de motieven om te kiezen voor het eten van gezonde of ongezonde voeding. Ook de lessen levensbeschouwing lenen zich hier goed voor, om verdere bewustwording over voeding te bespreken.

Om deze interventies te ontwikkelen, hebben wij expertise van buiten de school toegevoegd en bewust niet gekozen voor een bestaande interventie die online wordt aangeboden. Iedere regio kent zijn eigen culturele verschillen, waardoor wij graag met lokale experts samenwerken voor een zo krachtig mogelijke interventie die in toespitst op onze leerlingen. Sinds het schooljaar 2019-2020 werkt onze school nauw samen met het platform Overbetuwe Beweegt. Binnen dit platform wordt de landelijke JOGG-aanpak ondersteund. JOGG staat voor 'Gezonde Jeugd Gezonde

Toekomst', onze school maakt gebruik van de expertise van JOGG-regisseur / Teamlid Overbetuwe Beweegt Trudy Wolters.

Het OBC is samen met de JOGG-regisseur gestart met het ontwikkelen en testen van een landelijke Gezonde School-interventie voor onderbouwleerlingen. Hiervoor zijn 6 kant-en-klare lessen ontwikkeld die betrekking hebben op de thema's: thuis, school, buurt, vrije tijd, werk en media. Binnen deze thema's komt het onderwerp voeding terug. Bij de ontwikkeling van de interventie is gekozen om een klas mee te laten denken: zo worden uitdagende, actieve lessen ontwikkeld waarmee de meeste impact gemaakt kan worden.

Het streven is om de interventie vanaf schooljaar 2020-2021 aan te bieden aan de mentoren in de onderbouw, zodat zij deze met hun mentorklas kunnen doen. Op de expertise van de JOGG-regisseur als ontwikkelaar van de interventie kan door de samenwerking met Overbetuwe Beweegt een beroep worden gedaan voor verdere verdieping of ondersteuning van een mentor indien gewenst. Daarnaast wordt de interventie tijdens dit schooljaar geëvalueerd en verder verbeterd. Vanaf het schooljaar 2021-2022 moet de interventie dan een vaste plek hebben in het curriculum hebben, waarmee het geborgd wordt tot een jaarlijks terugkerende interventie voor leerjaar 1. Tot slot ontwikkelen wij in het schooljaar 2020-2021 een stappenplan om gezondheidsinterventies voor de overige klassen te ontwikkelen.

Signalering

Mentor, zorgteam en jeugdarts

Naast educatie vinden wij het ook belangrijk dat signalering rondom gewicht en voedingsgewoonten professionele aandacht en begeleiding krijgt. De eerstelijnsbegeleiding vindt plaats via de mentor. Concreet betekent dit dat de mentor zelf, of ingegeven door collega docenten, de eerste signalering doet indien er iets opvalt over het (veranderende) gewicht of voedingsgewoonten van een mentor leerling. Bij een dergelijke signalering kan een mentor advies inwinnen bij onze ondersteuningscoördinator Dionne van Soest over de te ondernemen acties. De mentor kan contact opnemen met de ouders van de betreffende leerling om de signalering kenbaar te maken en eventuele zorg uit te spreken.

Indien nodig kan, in samenspraak met ouders, de leerling binnen onze school worden besproken voor tweedelijnsbegeleiding in de vorm van het Zorg Advies Team (ZAT). Het ZAT bestaat uit:

- Schoolmaatschappelijk werk Amy van Ingen
- Leerplichtambtenaar Celine Aaftink
- Jeugdarts Eveline van Delft
- Begeleider passend onderwijs Jeanne Lammers
- Jeugd consulent gemeente Overbetuwe Mayke van Roosmalen
- Ondersteuningscoördinator Dionne van Soest
- Betrokken mentoren/leerling coördinatoren

Van hieruit kan verdere verwijzing plaats vinden en een actieplan worden gemaakt om een gezond eetpatroon te stimuleren en/of het overgewicht aan te pakken. Onze school kan ook via de GGD direct een consult aanvragen, als wij zorgen hebben omtrent voedingsgewoonten of gewicht. Tot slot kan er worden doorverwezen naar 'GO! Gezond Onderweg'. Zij helpen kinderen van 0 tot 19 jaar met overgewicht of obesitas heeft middels begeleiding van een kindergezondheidscoach naar een gezondere leefstijl. Meer over GO! is te vinden op <https://go-nl.nl/> .

Periodiek onderzoek

Naast de basisondersteuning die wordt geboden door mentor en zorgteam, is er voor iedere leerling één keer per jaar een algemene screening. Dit is een digitale vragenlijst waarin vragen over leefstijl, welbevinden, sociale contacten en andere algemene dingen worden bevestigd. Er volgt een vervolgsconsult bij de jeugdarts naar aanleiding van opvallende uitslagen uit dit onderzoek.

Informatie voor leerlingen

Heb jij vragen over je voedingsgewoonten, gezonde voeding of gewicht? Je mentor is hiervoor het eerste aanspreekpunt. Je mentor kan hierbij advies vragen van onze ondersteuningscoördinator Dionne van Soest. Vind je het fijn om met de vertrouwenspersoon hierover te praten, dan kan dit ook. Op de onderbouw is dit Suzanne Rijnders, op de bovenbouw zijn dit Roos Sluijters en Tommy van Erp. Je kunt hen persoonlijk kunt opzoeken, maar ook via Magister een berichtje sturen of mailen op onderstaande emailadressen. Goed om te weten; de gesprekken met de vertrouwenspersonen zijn vertrouwelijk, tenzij zij zich grote zorgen maken om jouw welbevinden. Het kan dan zijn, dat zij advies zullen vragen bij de ondersteuningscoördinator of contact opnemen met jouw ouders. Dit gaat altijd in samenspraak met jou. De vertrouwenspersonen op onze school zijn:

Vertrouwenspersoon onderbouw	Suzanne Rijnders	rij@obcnet.nl
Vertrouwenspersoon bovenbouw	Roos Sluijters	slr@obcnet.nl
Vertrouwenspersoon bovenbouw	Tommy van Erp	erp@obcnet.nl

Informatie voor ouders

Heeft u vragen over voedingsgewoonten, gezonde voeding of het gewicht van uw zoon of dochter? U kunt hiervoor contact opnemen met de mentor van uw zoon of dochter om hierover in gesprek te gaan. Indien nodig kan onze ondersteuningscoördinator Dionne van Soest hierbij worden betrokken om te kijken of overleg in het ZAT of MDO (Multi Disciplinair Overleg met school, ouders en externe ondersteuning) raadzaam is.

Schoolomgeving



Schoolkantine schaal

Onze school beschikt over de Gouden Kantineschaal. Dit betekent dat wij in ons assortiment minimaal 80% betere keuzes bieden. Ook is er aanbod van groente en fruit. Op dit moment zitten we in een overgangsjaar van de huidige oude gebouwen naar een nieuwbouwlocatie. We beschikken nu over een kleine keuken die in primaire behoefte voorziet, aangevuld met een automaat die is ingericht volgens de gouden kantineschaal. In het nieuwe gebouw komt een nieuwe keuken, waarin wij hierin ook verdere stappen kunnen maken in de optimalisering van onze gezonde schoolkantine.



Watertappunt

In onze aula bevindt zich een hygiënisch watertappunt waar leerlingen en docenten onbeperkt vers gekoeld water kunnen tappen.

Betrokkenheid leerlingen

Leerlingen worden betrokken bij de ontwikkelingen rondom voeding. Periodiek bespreekt de leerlingenraad ontwikkelingen binnen de school en is er in de keuzewerkijd-uren in de afgelopen jaren door leerlingen meegedacht over het aanbieden en verkopen van groente- en fruitsalades en de realisatie van het watertappunt in de aula.

Partners

Overbetuwe Beweegt



Onze school is in het schooljaar 2019-2020 een samenwerking aangegaan met het platform Overbetuwe Beweegt (www.overbetuwebeweegt.nl). Overbetuwe Beweegt biedt ondersteuning op verschillende gebieden die te maken hebben met bewegen en gezondheid, waarbij het doel is een actieve en gezonde leefstijl voor alle inwoners van de gemeente Overbetuwe te realiseren. Op het gebied van voeding is er daardoor een nauwe samenwerking ontstaan met teamlid en JOGG-regisseur Trudy Wolters. JOGG is een landelijke organisatie en staat voor 'Gezonde Jeugd Gezonde Toekomst' (www.jongerenopgezondgewicht.nl). Door de toevoeging van haar expertise en netwerk, hebben wij als school een slag geslagen in ons voedingsbeleid en kunnen wij in de toekomst door deze korte lijnen ons verder ontwikkelen op het gebied van voeding en gewicht.

Schoolkantine Brigade van het Voedingscentrum



Verder is de Schoolkantine Brigade betrokken geweest bij het tot stand komen van de gezonde schoolkantine. Hierbij hebben de toekenning 'gouden schoolkantine' gekregen, waarbij afspraken omtrent voedingsbeleid zijn gemaakt. Deze zijn terug te vinden

op onze website via <https://www.obc-elst.nl/ouders/protocollen/item/voedingsbeleid-obc-elst>

De Schoolkantine Brigade zorgt daarnaast voor doorontwikkeling van de schoolkantine en kan ons bij de invulling van de schoolkantine bij de toekomstige nieuwbouwlocatie helpen met concrete tips en adviezen. Meer info over de gezonde schoolkantine van het Voedingscentrum is te vinden op <https://gezondeschoolkantine.voedingscentrum.nl>

Beleid

Bijdrage van OBC Elst aan gezond gedrag van leerlingen

In onze visie komt de ontwikkeling van het kind in een veranderende maatschappij nadrukkelijk naar voren. Als school willen wij graag bijdragen aan het ontwikkelen en stimuleren van een gezonde leefstijl voor onze leerlingen binnen deze veranderende maatschappij. Het aanleren van zelfredzaamheid hierbij is bijvoorbeeld van belang: in de toekomst zal het kind zelfstandig een keuze maken over welk voedsel hij of zij eet. Het jong meegeven van kennis over voeding, het verschil tussen gezond en minder gezond voedsel, gezond en minder gezonde dranken en duurzaam of minder duurzaam voedsel vormt hierbij een belangrijke basis in onze missie. Educatie en discussie over deze onderwerpen hoort bij de ontwikkeling om hen zelfstandig keuzes hierover te laten maken. Binnen de vertrouwde omgeving van de onze school krijgen leerlingen hiervoor alle ruimte.

Coördinatie Gezonde School

Om het Gezonde School beleid te ontwikkelen en waarborgen hebben wij vaste personen in onze organisatie die hierbij de leidende coalitie vormen. Er is periodiek overleg tussen deze personen over de voortgang en verdere ontwikkeling van de Gezonde School op het gebied van voeding en het huidige beleid wordt geëvalueerd. Daar waar nodig wordt expertise van binnen en buiten de school hieraan toegevoegd. De leidende coalitie van de Gezonde School van het OBC Elst wordt hieronder beschreven.

Coördinator Gezonde School:	Thijs Boonstra	bth@obcnet.nl
Conciërge/Horeca:	Dick Kapteijn	kad@obcnet.nl
Ondersteuningscoördinator:	Dionne van Soest	sod@obcnet.nl
Afvaardiging vanuit Management Team:	Menno van der Ree	ree@obcnet.nl

Informereren

Onze website vormt de basis voor het informeren van ouders en leerlingen over ons voedingsbeleid binnen de kaders van de Gezonde School. Deze is voor iedereen altijd toegankelijk, zodat huidige en toekomstige leerlingen en hun ouders duidelijk ons beleid hierover kunnen teruglezen.

Daarnaast vormt onze maandelijkse externe nieuwsbrief voor ouders/verzorgers een informatiebron. Wij communiceren hier indien van toepassing ontwikkelingen en nieuwtjes op het gebied van voeding en gezondheid. Datzelfde geldt voor onze Social Media kanalen.