

Beleidsplan Gezonde School



Inhoud

1. Algemene inleiding
2. Visie
3. Thema voeding
4. Thema sport & bewegen
5. Thema seksualiteit & relaties
6. Borging
7. Communicatie

1. Algemene inleiding

Gezonde School is een programma dat scholen helpt om te werken aan een gezonde leefstijl. Het werken met de Gezonde School-aanpak staat hierbij centraal.

De Gezonde School-aanpak sluit aan bij wat school al doet aan gezondheidsbevordering en versterkt wat goed gaat. Met deze aanpak maakt school van losse activiteiten één geheel. De aanpak bestaat uit drie fasen: voorbereiden, uitvoeren en evalueren.

De school kiest zelf een aantal gezondheidsthema's die op school worden uitgewerkt en uitgevoerd.

De gezondheidsthema's zijn:

- voeding
- roken, alcohol- en drugspreventie
- bewegen en sport
- welbevinden
- relaties en seksualiteit
- fysieke veiligheid
- binnenmilieu
- mediawijsheid (onderdeel van het themacertificaat welbevinden en relaties & seksualiteit)
- hygiëne



Het Praktijkonderwijs Zutphen heeft op dit moment twee themacertificaten: voeding (geldig t/m 10-07-2021) en sport & bewegen (11-12-2021).

Daarnaast zijn we bezig om het themacertificaat relaties & seksualiteit te halen. (juni 2021)

Werken aan de Gezonde School heeft meer effect als een thema aandacht krijgt op de vier pijlers van de Gezonde School, een zogenaamde integrale aanpak.

- Educatie – De school besteedt in lessen structureel aandacht aan het gekozen gezondheidsthema. Op deze manier zorgt school ervoor dat leerlingen hun kennis vergroten, vaardigheden ontwikkelen en een positieve houding krijgen tegenover een gezonde leefstijl.
- Signaleren – Leraren en andere medewerkers herkennen gezondheids- of leefstijlproblemen onder hun leerlingen in een vroegtijdig stadium. En ze weten hoe ze daar vervolgens op de juiste manier mee omgaan (zoals doorverwijzen naar passende hulpverlening).
- Schoolomgeving – School stimuleert gezond gedrag met aanpassingen in de fysieke omgeving (zoals inrichting van het schoolplein of samenwerking met supermarkten in de wijk) en aandacht voor de sociale omgeving (zoals ouders en leraren).
- Beleid – School legt maatregelen voor gezondheidsbevordering vast in het schoolbeleid. Zo blijft het onderwerp onder de aandacht.

2. Visie

Onze school draagt bij aan de gezondheid van onze leerlingen en het personeel. Als school vinden wij gezondheid 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.

3. Thema voeding

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. Praktijkonderwijs Zutphen heeft een bescheiden Gezonde Schoolkantine en wij zien 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 middels bidons die leerlingen en schoolpersoneel hebben gekregen en waterdruppels/ tapi's bij de waterdrinkpunten. De leerlingen mogen gedurende de hele dag water drinken. Er wordt gekozen 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. Op onze school leren de leerlingen over gezond eten en keuzes maken in de kantine, maar ook structureel in de lessen verzorging en horeca, kunnen zij dit in de praktijk brengen. Zo werken theorie en praktijk samen.

Beleid

Een voedingsbeleid kan het ouders en school zoveel makkelijker maken. Stelt heldere grenzen over wat je als school gezond en passend vindt binnen een gezonde opvoeding.

Leerlingen verblijven een groot deel van de dag op school, met meerdere eet- en drinkmomenten.

De school speelt zodoende een belangrijke rol in het eet- en drinkgedrag van de leerlingen.

Onze school is een omgeving waar gezond eten gemakkelijk moet zijn, omdat dit bijdraagt aan de 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.

We vinden het belangrijk dat het aanbod en de uitstraling in de counter, de koffiebar (alleen voor bovenbouwleerlingen) en in onze automaten gezond is. Op onze school leren de leerlingen over gezond eten en het kiezen van gezonde producten. In de counter kunnen zij dit in de praktijk brengen. Zo ontmoeten theorie en praktijk elkaar. Er wordt regelmatig met de betrokkenen overlegd welke verbeterstappen gemaakt kunnen worden.

Wij vinden het belangrijk, dat leerlingen een actieve rol hebben in de uitvoering van de Gezonde Schoolkantine. Jaarlijks wordt de leerlingenraad gevraagd om mee te denken. Er wordt nagedacht om de leerlingen, onder supervisie, een onderdeel te laten zijn in de kantine.

Speciale gelegenheden

Info en ouderavond: koffie, thee, water met fruit of cake van volkorenmeel

Certificatenmiddag: petitfour, koffie, thee en water met fruit/ munt
blokjes 30+kaas, worst en rauwkost

Acquisitie dag: volkorenbrood met kaas 30+ en/of worst
water en stuk fruit en een gezonde reep/koekje

Slotavond: petitfour, koffie, thee, water en suikervrije frisdranken.
BBQ, vegetarisch, bio vlees, groenten, brood, salade en fruit

Mozaïekdag: volkorenbrood met kaas 30+, worst en gebakken ei

water, light vruchtendrank (pakje) en stuk fruit

Sinterklaasviering: speculaaspop en chocolademelk

Schoolreisjes onderbouw: volkorenbroodje kaas 30+, kipfilet, krentenbol en appel

Schoolreis derdejaars: volkorenbroodje kaas 30+, kipfilet, krentenbol en appel

Schoolreis bovenbouw 4 en 5e: Flesje water

Sportdag onderbouw: flesje water en een stuk fruit

Voetbaltoernooi: water, fruit en gezond tussendoortje

Kerst bovenbouw: oliebollen en krentenbollen

Kerst onderbouw: alle leerlingen nemen iets mee voor de kerstbrunch

Kerstdisco: bittergarnituur, frisdranken en water

Laatste schooldag: BBQ, vegetarisch, fruitspies, groenten en salade, bio vlees, water, waterijsje en cornetto, volkoren wraps, noten-/groenteballetjes, cake met volkorenmeel, blokjes kaas (30+)

Open Dag: 1e ronde: gezonde reep of koek, water, light-frisdrank, koffie of thee.

2e ronde: volkorenbroodje met kaas 30+ of worst

Als dank voor de leerling : gezonde reep en blikje frisdrank

Voortgangsgesprekken: koffie/ thee

Fysieke en sociale omgeving

- Geen blikjes energydrink in school.
- Onze leerlingen en het personeel kunnen eenvoudig zelf watertappen bij de kranen met een tapi in de theorielokalen en bij een watertap in de counter.
- Wij houden ouders op de hoogte van het beleid omtrent eten en drinken op school via de website van onze school en via nieuwsbrieven.
- In elke pauze is er toezicht in de counter.
- Onderbouwleerlingen mogen in pauzes niet van het schoolplein af.
- Ouders worden bij de kennismakingsavond geïnformeerd over de Gezonde School.
- Gezonde School-beleid staat op website.
- Ouders maken we steeds attent op onze Gezonde Schoolkantine en de aandacht voor gezonde eet- en beweeggewoonten in ons onderwijs. We vragen ouders vanuit de thuissituatie ook aandacht te hebben hiervoor.

Counter

We hebben een schoolkantine, die wij counter noemen. In de counter kunnen leerlingen tegen een kostprijs eten en drinken kopen. Om te voldoen aan de regels voor de Gouden Schoolkantine Schaal liggen er 80% betere keuzes en 20% uitzondering in de counter.

Wij hanteren drie principes bij de kantine op onze school:

1. Onze kantine voldoet aan de richtlijnen van het Voedingscentrum, de richtlijnen Gezondere Kantines.
2. Ieder jaar brengen wij het aanbod in de kantine in kaart met de Kantinescan en rapporteren we de uitkomst aan de directie.
3. Leerlingen worden actief betrokken.

Vanuit Jumbo ontvangen we groente en fruit.

Educatie

- Er wordt structureel elk schooljaar en in elk leerjaar aandacht besteed aan gezonde voeding in de lessen.
- Wij bieden thema's aan over voeding en leefstijl tijdens het vak burgerschap.
- In deze lessen komt het thema 'voeding en vertering' aan bod.
- School besteedt aandacht in alle leerjaren in alle groepen aan het thema voeding. Hiervoor zetten wij methodes in en maken hierbij gebruik van de methode Promotie 'Cultuur en Maatschappij' met werkboek 'Weet wat je eet'. Lessen Burgerschap (Deviant) in de groepen 4/5.

Vak horeca

- Het koken in de horeca is niet altijd gezond. De docent noemt dat 'horeca-koken' anders is dan thuis koken. Bijvoorbeeld door te noemen hoeveel groenten leerlingen eigenlijk nodig hebben.
- Aandacht voor de portiegrootte die de leerlingen eten.
- Tijdens het eten van het klaargemaakte eten mogen de leerlingen geen saus.
- Leerlingen moeten alles proeven.
- Zo veel mogelijk gebruik maken van seizoensgroenten.

Signalering

- Onze school heeft inzicht in de voedingsgewoonten en het gewicht van de leerlingen (1 x per 4 jaar Gezondheidsmonitor jeugd (GGD) en in leerjaar 1 informatie via schoolarts: lengte, gewicht en gehoortest).
- Wij hebben als school een signalerings-, zorg- en verwijzingsstructuur rond vragen en problemen over voeding en gewicht. Hiervoor hebben wij een ILO-team/ zorgcoördinator/jeugdarts aangewezen.
- De mentor is de spil in het geheel in de lessen, het signaleren en het eerste aanspreekpunt; doorverwijzing van te zware kinderen naar de schoolarts. De schoolarts blijft hier met enige regelmaat op attenderen.
- Bij zorgen is er contact via de mentor met ouders en vraagt het meer, dan wordt de leerling aangemeld ter bespreking in het ILO.

4. Thema Sport & Bewegen

Sport en bewegen is binnen het Praktijkonderwijs Zutphen een belangrijk onderwerp. Daarom is er sinds 2016 structureel extra aandacht voor, door de vakdocent bewegingsonderwijs (tevens buurtsportcoach) bij de ontwikkelgroep 'Leefstijl' te betrekken.

Doelstellingen thema 'Bewegen en sport'

- Leerlingen ervaren plezier in het bewegen en worden positief gestimuleerd.
- Leerlingen laten ontdekken en ontwikkelen van sportieve interesses en talenten.
- Leerlingen worden (op school) gestimuleerd en optimaal voorbereid op deelname aan de bestaande en toekomstige bewegingscultuur.
- Leerlingen worden normen en waarden bijgebracht zoals o.a. omgaan met verschillen, respect, fairplay, hulpvaardigheid en bereidheid tot samenwerken.
- Leerlingen worden (op school) bewust gemaakt van het belang van bewegen en sport voor zowel lichaam als geest. Dit gaat een leven lang door.
- Leerlingen helpen aan de hand van sporten en bewegen, om zodoende beter deel te kunnen nemen aan de maatschappij.

Beleid

Het Praktijkonderwijs Zutphen voldoet aan de beleidslijn van de onderwijsinspectie op grond van het amendement uit 2006 met betrekking tot het (minimaal) aantal lessen lichamelijke opvoeding. Hierin staat dat een leerling over zijn hele schoolcarrière over alle leerjaren verdeeld respectievelijk minimaal 2 (vwo), 2,2 (havo) of 2,5 (vmbo) uren van 50 minuten lichamelijke opvoeding per week moet krijgen.

De inhoud van de lessen bewegingsonderwijs is terug te vinden in het vakwerkplan bewegingsonderwijs.

Voor het bewegen hebben we vanuit de gemeente uren gekregen voor een sportcoach. De vakdocent bewegingsonderwijs kan met deze uren buiten schooltijd de leerlingen ondersteunen bij de sportclubs. Doordat de sportclubs de sportcoach regelmatig zien, merken we dat dit ook stimulerend werkt om leerlingen te laten blijven sporten.

Vanaf het schooljaar 2019-2020 hebben alle leerlingen van leerjaar 1 t/m 4 dagelijks het Zutphens kwartiertje. Dit is een kwartier waarin ze samen met de klas gaan wandelen. De docent kan zelf bepalen op welk moment van de dag dit gebeurt. Bewegen is gezond en na dat kwartiertje frisse lucht hebben leerlingen weer ruimte om de lesstof op te nemen. Dit is een variant van The Daily Mile voor basisscholen.

Fysieke- en sociale omgeving

Zowel voor de lessen bewegingsonderwijs, als voor het naschoolse sport- en beweegaanbod is het belangrijk dat de school samenwerkt met meerdere beweeg- en sportaanbieders, zoals sportclubs en gemeentelijke instanties. De vakdocent bewegingsonderwijs en de buurtsportcoaches hebben hierin een verbindende rol. Het Praktijkonderwijs Zutphen werkt nauw samen met Zutphen Actief en het zwembad De IJsselslag. Gezamenlijk worden er diverse (buitenschoolse) activiteiten georganiseerd vanuit de vakdocent bewegingsonderwijs. Daarnaast wordt er structureel samengewerkt met buitenschoolse sport- en beweegaanbieders, zodat leerlingen kennis kunnen maken met diverse takken van sport. De coördinatie van het vak VTB (vrijtijdsbesteding) ligt bij een docent uit de onderbouw.

In de buurt waar de school staat zijn er mogelijkheden voor leerlingen om te sporten en te bewegen. Denk aan een pannakooi, basketbalveld, voetbalveld en sportverenigingen en gymzalen. Daarnaast is er pauzesport, zodat leerlingen in de pauze ook de mogelijkheid hebben tot bewegen.

Externe samenwerkingspartners:

- Zutphen Actief
- Zwembad De IJsselslag
- Beach Center ZW
- VV Warnsveldse Boys
- Perspectief
- Politie
- Stichting Judo

Educatie

Het Praktijkonderwijs Zutphen heeft een breed aanbod van sport en bewegen voor haar leerlingen én medewerkers. De school voldoet aan de richtlijn van het ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap op grond van het amendement uit 2006 met betrekking tot het minimum aantal lessen lichamelijke opvoeding. Er is een vakwerkplan lichamelijke opvoeding. Elk schooljaar worden er voor alle leerjaren (behalve de de 5^e jaars en mbo-leerlingen) één of meerdere sportdagen georganiseerd. Daarnaast is er sinds 2020 een structureel naschools sportaanbod. Dit doet de vakdocent bewegingsonderwijs/buurtsportcoach in samenwerking met Zutphen Actief (het orgaan voor buurtsportcoaches Zutphen).

Signalering

Er wordt nauw samengewerkt met andere partijen, zoals de GGD, om periodiek onderzoek te doen naar bijvoorbeeld sportdeelname, gewicht/lengte/BMI of motorische vaardigheden van onze leerlingen. Aan de hand van de resultaten kan een doelgericht proces opgezet worden. De leraar bewegingsonderwijs heeft hierbij ook een belangrijke signaleringsfunctie. Het is goed om leerlingen die motorisch zwak of zeer talentvol zijn extra aandacht te geven, specifieke hulp te bieden en/of gericht door te verwijzen. De schoolarts neemt in het eerste schooljaar een gezondheidsonderzoek af. Eens per jaar nemen we tijdens een les bewegingsonderwijs een fittest af. Door deze screening hebben we inzicht in de gezondheid, de conditie en het gewicht van onze leerlingen. Wanneer een leerling hierbij opvalt, wordt de mentor hierover ingelicht. Samen gaan ze kijken welke begeleiding hierbij nodig is.

Op het Praktijkonderwijs Zutphen hebben we een signalerings-, zorg- en verwijzingsstructuur voor de

leerlingen. Hiervoor hebben we een ZAT-team, docenten, een zorgcoördinator, een orthopedagoog, mentoren, een schoolarts, een schoolverpleegkundige en vertrouwenspersonen aangewezen.

Achtergrondinformatie over waarom sporten en bewegen zo belangrijk is:

- Sport kan van waarde zijn door succesvolle methodes en beweegprogramma's aan te bieden als oplossing voor sociale vraagstukken van anderen (Jas & van Rijn, 2014). In het artikel 'Kracht van sport en bewegen in het sociaal domein' (NISB, 2015) worden enkele voorbeelden gegeven van hoe de sport- en beweegsector met al haar krachten een belangrijke bijdrage kan leveren aan het sociaal domein. Een sportvereniging zorgt voor sociale binding en participatie.
- Sport en bewegen dragen bij aan gezond opgroeien. Sport heeft een preventief aspect en kan leiden tot kostenbesparing. Sport- en beweegprogramma's kunnen gespecialiseerde zorg beperken of effectiever maken.
- Sport in combinatie met goede voeding voorkomt obesitas. De maatschappelijke waarde van sport is voor steeds meer partijen zichtbaar en erkend.
- Sport en bewegen is goed voor de gezondheid, creëert en onderhoudt sociale contacten, stimuleert sociale cohesie in wijken, helpt bij de re-integratie op de arbeidsmarkt en vermindert schooluitval.
- Gezond eten en regelmatig bewegen zijn basisingrediënten om gezond op te groeien en vitaal oud te worden.
- Sport is gezond, kan jeugd en jongeren inspireren, vrijwilligerswerk bevorderen, geeft energie en zorgt voor plezier en ontspanning. Breedtesport (alle sport behalve topsport) draagt bij aan verbinding en ontmoeting tussen mensen. Sport en bewegen zijn van grote waarde binnen het sociaal domein. Het kan zorgen voor betere leerprestaties, overgewicht voorkomen, helpen gezond oud te worden en eenzaamheid verminderen.
- Wanneer sport- en beweegactiviteiten op een gestructureerde, respectvolle en voor alle deelnemers veilige wijze worden georganiseerd, kunnen deze activiteiten bijdragen aan de sociale ontwikkeling en kan het zelfs asociaal en crimineel gedrag onder jeugdigen tegengaan.

5. Thema seksualiteit & relaties.

Visie

Onze visie op seksualiteit bevordert een gezonde seksuele ontwikkeling van leerlingen, draagt bij aan seksuele weerbaarheid en aangaan van seksueel gezonde relaties.

Internationaal zijn seksuele en reproductieve rechten vastgelegd in verdragen die door de meeste landen zijn ondertekend. Deze rechten sluiten aan bij de fundamentele en universele rechten van de mens en dus ook van jongeren. De belangrijkste rechten (draft WHO, 2002) van het individu zijn:

- de hoogst haalbare standaard van seksuele gezondheid inclusief toegang tot voorzieningen (anticonceptie, veilige abortus, hulp, etc.);
- toegang tot en ontvangen van informatie over seksualiteit;
- seksuele en relationele vorming;
- vrije partnerkeuze;
- respect voor lichamelijke integriteit;
- besluit om wel of niet seksueel actief te zijn;
- seksuele relaties met wederzijdse instemming;
- huwelijk met wederzijdse instemming;
- besluit om wel of niet kinderen te krijgen en wanneer;
- het nastreven van een bevredigend, veilig en plezierig seksleven.

Beleid

Praktijkonderwijs Zutphen is een school die leerlingen een positieve kijk op liefde en seksualiteit meegeeft, weerbaar maakt en waarden en normen meegeeft, zodat zij verantwoorde keuzes kunnen maken met betrekking tot relaties en seksualiteit. Ook bij dit thema betrekken we ouders.

Uitgangspunt voor onze lessen seksuele vorming en de signalering en opvang van leerlingen (in het geval van niet adequaat seksueel gedrag) zijn de leer- en leefregels van Praktijkonderwijs Zutphen.

Onze leer- en leefregels zijn:

- Ik doe ertoe.
- De ander doet ertoe.
- De omgeving, spullen van onszelf en van de ander doen ertoe.
- In mijn gedrag laat ik dit zien/kun je dit merken.
- Ik neem de verantwoordelijkheid voor mijn gedrag.
- Natuurlijk mag ik fouten maken. In dat geval herstel ik dit met de betrokkenen.
- Wij voeren het gesprek als wij merken dat het niet lukt of niet werkt.
- We hanteren de 10 gouden regels die passend zijn bij dit onderwerp.

Dit betekent dat de leerling kennis heeft van zijn eigen lichaam, zijn eigen grenzen en gevoelens kent en bewaakt, de grenzen en gevoelens van de ander respecteert en leert omgaan met seksuele diversiteit binnen de samenleving.

Educatie

Het verantwoord naleven van deze rechten impliceert dat iedereen de rechten van de ander respecteert. Waarom hechten wij belang aan seksuele en relationele vorming:

- Seksuele en relationele vorming draagt bij aan persoonlijke groei, een positieve seksualiteitsbeleving, en bevordert het welzijn en de seksuele gezondheid;
- Kinderen en jongeren zijn nieuwsgierig naar seksualiteit en hebben vragen over seksualiteit;

- Informele bronnen zoals ouders, leeftijdgenoten, of media spelen een belangrijke rol maar zijn niet altijd toereikend;
- Kinderen en jongeren hebben behoefte aan een duidelijk kader waarbinnen ze positieve normen en waarden kunnen ontwikkelen met respect voor diversiteit;
- Met de komst van sociale media hebben kinderen massaal toegang tot informatie over seksualiteit. De beelden en informatie over seksualiteit zijn vaak verdraaid, onevenwichtig of niet respectvol. Seksuele en relationele vorming kan deze beelden tegenspreken, corrigeren en nuanceren

Kennis en vaardigheden docenten

Om op een adequate manier seksuele en relationele vorming te geven, dan wel te signaleren en juist te handelen zijn de volgende kennis en vaardigheden relevant voor alle medewerkers o.a. mentoren, docenten en praktijkinstructeurs:

- Creëren en bewaken van een veilig en vertrouwd leerklimaat;
- Openheid, reflectie en betrokkenheid bij het thema;
- Onderschrijven van visie en uitgangspunten;
- Visie op en kennis hebben van gezonde seksuele ontwikkeling;
- Gevoelige thema's bespreekbaar kunnen maken;
- Signalering en opvang.

Vanuit de gezonde school, met thema relaties & seksualiteit, dragen we zorg voor het bijhouden van kennis en vaardigheden van alle medewerkers (mentoren, docenten en praktijkinstructeurs).

Methodes/methodieken voor de leerlingen

Op Praktijkonderwijs Zutphen gebruiken we de volgende methodieken/lespakketten/leermiddelen:

Fase 1 / onderbouw

- Lespakket *Je lijf je lief*.
- Lespakket *Lang leve de liefde (onderbouw praktijkonderwijs)* Leerjaar 1+2 bij de vakken burgerschap en verzorging.
- Lessencyclus Sociale vaardigheidstraining, *Rots en Water*. In het eerste jaar tijdens aparte sociale vaardigheid trainingen/ lessen.
- Leerlijn vak burgerschap middels methode Kies 1 Deviant, thema's gezondheid, relaties en seks..

Fase 2

- Lespakket *Lang leve de liefde (herhalingsmodule praktijkonderwijs)* Leerjaar 3+4.
- Gastlessen GGD en Tactus Sexting en verslaving, evt. Loverboys (ketenaanpak loverboys Achterhoek)
- Leerlijn vak burgerschap middels methode Kies 2 Deviant, thema's Gezondheid en seksualiteit.

Fase 3

- Lespakket *Lang leve de liefde (herhalingsmodule praktijkonderwijs)*
- Gastlessen Loverboys (ketenaanpak loverboys Achterhoek)
- Leerlijn vak Burgerschap middels methode Nu Burgerschap, thema's Gezond leven en Jij en je lichaam.

Los van fase

- Schoolbrede themaweek tijdens de nationale *Week Van De Liefde*
- Girls Talk
- Klassengesprekken binnen dit thema.
- Spel *Girls Choice*
- Spel *Boys R'us*

- Het Seks Ganzenbord spel
- Verschillende spellen en activiteiten die passen binnen dit thema.

Signalering

Voor de signalering van seksueel niet adequaat gedrag, hanteren we op Praktijkonderwijs Zutphen het Sensoa Vlaggensysteem. Dit systeem stelt begeleiders en opvoeders in staat om seksueel gedrag correct in te schatten, in gesprek te gaan met alle betrokkenen en een eenduidig pedagogisch plan uit te werken en uit te voeren.

Daarnaast kan Sensoa Vlaggensysteem jongeren helpen om inzicht te krijgen in welk seksueel gedrag wel en niet oké is, eigen en andermans grenzen te herkennen, erkennen en respecteren, weerbaar te reageren op seksueel grensoverschrijdend gedrag en taal te hebben om met anderen in gesprek te gaan.

De mentor heeft een belangrijke signaleringsfunctie; wanneer een leerling opvallend gedrag vertoont, gaat de mentor in overleg met de teamleider en coördinator seksualiteit en relaties om te bekijken in hoeverre er sprake is van niet seksueel adequaat gedrag en wat de mogelijke vervolgstappen kunnen zijn in deze situatie.

Op het Praktijkonderwijs Zutphen hebben we een signalerings-, zorg- en verwijzingsstructuur voor de leerlingen. (zie document ondersteuningsroute)

In uiterste gevallen herroept de school zich op het Convenant Veilige School (zie document).

5. Borging

Ontwikkelgroep Leefstijl, bestaande uit de zorgcoördinator, vakdocenten horeca en bewegingsonderwijs, coördinator onderwijs en docenten. Deze komen 4x per schooljaar bij elkaar om de verschillende thema's up-to-date te houden.

Een keer per schooljaar laten zij aan de andere collega's zien wat er is bereikt en hoe verder te gaan.

Op dit moment zijn de contactpersonen van de Gezonde School:

- Algemeen: Mirjan Besselink (zorgcoördinator)
- Thema voeding: Karin, Berry en David (docenten verzorging en horeca)
- Thema sport & bewegen: Henri Roeterdink (docent bewegingsonderwijs)
- Thema seksualiteit & relaties: Marion Kohler-Bijenhof (coördinator onderwijs)

Algemeen

Wat?	Wie?
1x per jaar staat het thema Gezonde School op de agenda van de leerlingenraad	Mirjan, zorgcoördinator
1x per jaar dit beleidsplan updaten; eind van het schooljaar of begin van het schooljaar.	Mirjan, zorgcoördinator
Nieuwe ouders en leerlingen informeren over de Gezonde School	Mentoren
Jaarlijks stukje in schoolgids	Mirjan, zorgcoördinator
Gezonde School is een vast item van de Ontwikkelgroep welke 4 keer per jaar bij elkaar komt.	Mirjan, zorgcoördinator

Voeding

Wat?	Wie?
Recept op de website plaatsen	Karin van Burken, docent verzorging
1x per jaar kantinescan uitvoeren	Karin van Burken, docent verzorging
Tijdens alle activiteiten is er per productgroep minimaal één gezonde keus	Berry Goldenbeld vakdocent horeca en Eric Gijsberts (conciërge)

Sport & bewegen

Wat?	Wie?
Check op naleven Zutphens kwartiertje	Henri, docent bewegingsonderwijs
Gevarieerd sportaanbod tijdens de lessen	Henri, docent bewegingsonderwijs
Organisatie sportdagen	Henri, docent bewegingsonderwijs

Contact met externe partijen, naschools sportaanbod	Henri, docent bewegingsonderwijs
-----------------------------------------------------	-------------------------------------

Seksualiteit & relaties

Wat?	Wie?
Aanbod gevarieerd lesaanbod en bestellen materialen.	Marion, coördinator onderwijs
Bijscholing Sensoa Vlaggensysteem.	Marion, coördinator onderwijs
Nieuwsbrief over lesaanbod/themaweek Lang leve de liefde verzorgen voor ouders.	Marion, coördinator onderwijs
Jaarlijks stukje in schoolgids.	Marion, coördinator onderwijs
PDCA op lesaanbod seksualiteit & relaties.	Marion, coördinator onderwijs
Beleidsplan up to date houden.	Marion, coördinator onderwijs

6. Communicatie

Op de site is een kopje met Gezonde School, hier wordt een korte samenvatting gegeven van dit beleidsstuk. Tevens is er een link waar dit beleidsstuk helemaal te lezen is.

In het gebouw bij de hoofdingang hangt het vignet Gezonde School.