



Een “gezonde” parochiale school...

Ons beleid van gezondheid

Januari 2016

Inleiding: Wat vooraf ging...

Begin schooljaar 2008-2009 besloten we om van onze school een meer ‘gezonde’ school te maken. Na een doorgedreven brainstormmoment tijdens de personeelsvergadering van eind augustus hebben we de richting bepaald, we wisten waarnaar toe. We hadden voordien niet meer dan een kleine aanzet gegeven. We besloten met het gehele team hiervan een prioriteit te maken. Bij aanvang van het schooljaar 2008-2009 werd de pedagogische werkgroep ‘gezondheidsbevordering’ opgestart. Zij geven aanzetten tot acties op klas- en schoolniveau.

De hamvraag van onze pedagogische werkgroep ‘gezondheidsbevordering’

Gezondheid is meer dan gezonde voeding, een gezonde levensstijl. Hoe zorgen wij ervoor dat onze kinderen zich goed in hun vel voelen? Hoe kunnen wij hier ons steentje bijdragen?

Actiepunten

Geen snoep op school: Sinds het schooljaar 2008-2009 verbieden wij alle vormen van ‘snoep’ op school. Wanneer een kind verjaart, mag er geen snoep meer worden getrakteerd. Ouders worden steeds bij het begin van het nieuwe schooljaar hiervan in kennis gesteld. De ‘verjaardagsfeestjes’ in de kleuterschool gebeuren met de hele kleuterschool, hoofdzakelijk om hierop in te spelen.

Afschaffen frisdrank: Bij de start van het schooljaar 2009-2010 is alle frisdrank op school afgeschaft. Kinderen kunnen tijdens de middag enkel nog water, melk, fruitsap, appelsap of multivruchtensap krijgen.

No-blame: Tijdens het schooljaar 2009-2010 volgden we met het hele team de nascholing rond de ‘no blame’-methode: een manier om met pestgedrag om te gaan. Dit wordt toegepast wanneer er zich ernstige vormen van pesten voordoen in de klas, in de school. Om ‘pesten’ te voorkomen, maakten we met het hele schoolteam enkele ‘speelplaatsregels’.

Projectweek 'fit en gezond': Tijdens het schooljaar 2010-2011 werkten we met de hele school het thema 'fit en gezond' uit. De projectweek en het schoolfeest stonden in het teken van gezonde voeding en een gezonde levensstijl. Hoofdzak was het bevorderen van een gezonde levensstijl bij de kinderen.

Tutti frutti: Sinds het laatste trimester van het schooljaar 2011-2012 doet onze school mee met de actie 'tutti frutti'. Elke week op woensdag krijgen de kinderen een stukje fruit op school. De school ontvangt hiervoor subsidies van het ministerie van Landbouw en Visserij. Fruit@work levert elke week op dinsdag vers fruit. We kijken streng toe op een gevarieerd aanbod. Op woensdag zorgen de schilouders ervoor dat het fruit gewassen (en geschild) in de klassen komt.

Gezond ontbijt en fietstocht: De school organiseert sinds het schooljaar 2012-2013 een gezond ontbijt. Sinds het schooljaar 2013-2014 is dit ook gekoppeld aan een gezinsfietstocht. We willen op deze manier het hele gezin betrekken.

Muziek op vrijdag: In het kader van onze actie 'bewegen op school' wordt er sinds het schooljaar 2012-2013 elke vrijdagmiddag muziek gespeeld op de speelplaats. Kinderen krijgen de gelegenheid te dansen en te zingen. Dit bevordert niet enkel beweging, maar ook het welbevinden van onze kinderen.

Projectweek 'talenten': Tijdens het schooljaar 2013-2014 werd er met de hele school gewerkt rond 'talenten'. De projectweek en het schoolfeest stonden in teken van 'talenten'. Hoofdzak was het bevorderen van het welbevinden van de kinderen.

Lichaamshygiëne: Leerkrachten zijn zich bewust van hun taak toe te zien op een goede lichaamshygiëne bij de kinderen. Zo hangen er op vele plaatsen in onze school pictogrammen om hen hierop te wijzen (bv. handen wassen, jassen uit bij warm weer...). Zo houden we sinds het schooljaar 2013-2014 ook toezicht in de toiletten (correct toiletgebruik, handen wassen). In de derde kleuterklas en het 1^{ste} leerjaar wordt er extra aandacht gegeven aan gezonde voeding. In het 2^{de} leerjaar wordt er extra aandacht gevestigd op tanden poetsen. De kinderen van het 3^{de} leerjaar volgen jaarlijks via de Christelijke Mutualiteit een workshop 'rugschool'. De leerkracht bewegingsopvoeding vestigt haar extra aandacht op een correcte lichaamshygiëne voor en na de lessen beweging / zwemmen.

Sport: Elke klas in de kleuter- en lagere school maakt gebruik van de sportactiviteiten ingericht door SVS: kronkeldidoe, rollebolle, meester op de fiets... De bewegingsleerkracht zorgt voor de coördinatie. De werkgroep 'sport op school' organiseert jaarlijks een sportdag en schaatsactiviteit voor de kinderen van de lagere school. De kleuterschool organiseert in het kader van 'bewegen op school' jaarlijks een 'springdag': gecoördineerde activiteiten op springkastelen.

WBC en sociogrammen: Drie keer per jaar houden we een "welbevinden-betrokkenheid-competentie"-bevraging bij de kinderen. Ook werken we drie maal per jaar met sociogrammen. Kinderen geven aan hoe ze zich voelen in de klas, op de speelplaats... en met wie ze de beste, minder goede relaties hebben.

Leerlingencontacten: Twee maal per jaar houden de leerkrachten van de lagere school een leerlingencontact met de kinderen. Belangrijkste pijler is hier het welbevinden van de kinderen op school, in de klas.

Luizenbrief: Wanneer er luizen bij een kind ontdekt worden, zullen alle ouders van de kinderen van de klas verwittigd worden via onze 'luizenbrief'. Op een discrete manier krijgen de ouders tips om het probleem te verhelpen.

Vanaf dit schooljaar werken we met een kriebelteam. Leerkrachten gaan op regelmatige tijdstippen op zoek naar luizen bij kinderen. Op deze manier willen we preventief te werk gaan. Wanneer er luizen ontdekt worden, worden de ouders op een discrete manier op de hoogte gebracht.

CLB: De medische onderzoeken en de vaccinaties van onze leerlingen worden verzorgd door de dienst Preventieve Gezondheidszorg van ons CLB. De kleuters van de 2^{de} kleuterklas krijgen een medisch onderzoek op het centrum. Bij de kleuters van de 1^{ste} kleuterklas gebeurt een medisch onderzoek door de verpleegkundige op school. De leerlingen van het 5^{de} leerjaar krijgen een medisch onderzoek op het centrum. Zij kunnen zich laten vaccineren tegen mazelen, bof en rubella. Bij de leerlingen van het 3^{de} leerjaar gebeurt een onderzoek door de verpleegkundige op school. Bij de leerlingen van het 1^{ste} leerjaar gebeurt een onderzoek op school door de verpleegkundige en de CLB-arts. Zij krijgen de kans zich te laten inenten tegen difterie, polio en kinkhoest.

Seksuele opvoeding: In het vijfde en zesde leerjaar krijgen de kinderen een lessenreeks met betrekking tot seksuele opvoeding. Centraal staat hier de kinderen duidelijk maken dat het onderwerp bespreekbaar is, ook op school. Dit bevordert hun welbevinden.

EHBO: Zich veilig en geborgen voelen heeft ook betrekking tot 'eerste hulp bij ongevallen'. Kinderen bewust maken van het belang van 'elkaar helpen' is onze hoofdtaak. We beschikken in onze school over 2 gediplomeerde EHBO-leerkrachten. Zij volgen jaarlijks een opfrissingscursus. Zij staan grotendeels in voor het verzorgen van iets 'grotere' ongevalletjes en het 'up-to-date-houden' van de EHBO-koffer.

Verkeersveiligheid: De kinderen moeten zich veilig voelen, ook op straat. Jaarlijks nemen we deel met de hele basisschool aan de verkeersweek, ingericht door de politiezone VIMA. In de lagere school zetten we sterk in op verkeerseducatie. De zorgleerkrachten hebben een jaarplan afgestemd op elkaar. We promoten sterk het naar school komen in een fluovestje. Op deze manier willen we de kinderen meer zichtbaar maken in het verkeer.

Bewegingstussendoortjes: Elke leerkracht maakt in de klas op regelmatige tijdstippen gebruik van bewegingstussendoortjes.

Melk op school: Alle kleuters krijgen tijdens de voormiddagspeeltijd melk aangeboden. Onder het motto 'melk is goed voor elk' willen we dat de kinderen voldoende calcium krijgen. De school ontvangt hiervoor subsidies.

Zangstonde: Maandelijks zingen de kinderen van de 3^{de} kleuterklas en de lagere school samen tijdens de zangstonde. Belangrijke doelstelling is het plezier beleven aan samen zingen.

Werkgroep positieve bekrachtiging: We zorgen in onze school niet alleen voor het welbevinden en de gezondheid van onze kinderen, ook de leerkrachten worden niet vergeten. Bij aanvang van het schooljaar 2013-2014 zag de werkgroep 'positieve bekrachtiging' het levenslicht. Er wordt door de werkgroep enkele keren per jaar een actie gedaan om het personeel positief te bekrachtigen: koffietas, hoe-voel-jij-je-actie, muntiemunt,...

Gezonde soep verse op school: Sinds dit schooljaar bieden we 's middags een portie gezonde soep aan. Op deze manier willen we ouders de mogelijkheid geven hun kinderen een gezonde maaltijd aan te bieden 's middags. We kijken er sterk op toe dat de soep vers, vitaminerijk en gevarieerd is.

Speelgoedhuisje: Op de speelplaats bevindt zich een speelgoedhuisje. Elke middag kan een andere klas gebruik maken van groot en klein spelmateriaal. Dit bevordert de beweging en het samenspel.

De rijdende bib: Sinds dit schooljaar beschikken we over een rijdende bibliotheek tijdens de speeltijd. Eén kind is bibliothecaris. De boeken kunnen gelezen worden tijdens de speeltijd op de banken. Op deze manier proberen we het welbevinden van de kinderen te verhogen. We merken dat sommige kinderen eerder nood hebben aan rust dan aan spel tijdens de speeltijden.

Hoe moet het nu verder...

We staan open voor alle mogelijke nieuwe acties die de 'gezondheid' van onze kinderen, in brede zin, bevorderen. Jaarlijks worden alle acties geëvalueerd en eventueel bijgesteld op de personeelsvergadering van de maand juni.