

## Visie

Het Rijnlands Lyceum Oegstgeest is een school waar gezond eten gemakkelijk en vanzelfsprekend is, omdat dit bijdraagt aan de ontwikkeling en leefstijl van onze leerlingen. We hebben een positieve aanpak, waarbij we de keuzevrijheid van onze leerlingen respecteren. We maken van de gezonde keuze de makkelijke keuze. Wij vinden dat bewust en gezond eten de norm hoort te zijn en we vinden het logisch dat ieder kind een gezonde en duurzame keuze kan maken in de schoolkantine.

## Ambitieverklaring

Om aan iedereen te laten zien dat we bijdragen aan de beweging naar een gezondere toekomst, hebben we de Ambitieverklaring 2021-2025 van het Voedingscentrum getekend en opgehangen in de school, bij de receptie – direct zichtbaar bij binnenkomst.

## De Gezonde Schoolkantine

We werken op onze school volgens de [Richtlijn Eetomgevingen voor Scholen](#), opgesteld door het Voedingscentrum. Wij hebben een kantine op het niveau zilver. Dat betekent dat we gezondere producten in het assortiment hebben, dat we fruit en groente aanbieden en water drinken stimuleren, namelijk met meerdere watertappunten in de school. We zorgen ervoor we dat onze kantine een gezonde uitstraling heeft. Op de schermen in de school worden foto's van gezond eten getoond. We verkopen alleen vezelrijk brood in de kantine en hebben vooral suikervrije drankjes en snacks in de automaten. Er is elke schooldag een mand met gratis vers fruit voor de leerlingen.

## Elk jaar een Schoolkantine Schaal

Samen met onze kantinemedewerkers brengen wij jaarlijks 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 voor ouders op het ouderportaal en in Teams voor medewerkers. Ieder jaar vragen wij een Schoolkantine Schaal aan, waarmee we laten zien dat wij een gezonde schoolkantine hebben en houden.

## Vignet Gezonde School - themacertificaat Voeding

De Gezonde School-aanpak is een werkwijze waarmee wij structureel werken aan gezondheid. Wij voldoen aan de vier pijlers van het Vignet Gezonde School – themacertificaat Voeding:

1. Omgeving: Wij bieden op een aantrekkelijke en laagdrempelige (gratis!) manier water en fruit aan én hebben een gezonde schoolkantine die voldoet aan de Richtlijn Eetomgevingen voor Scholen.
2. Educatie: In de lessen biologie wordt structureel aandacht besteed aan voeding. In de lessen bewegingsonderwijs wordt het belang van een gezonde levensstijl (bewegen en gezond eten) onderstreept. Vanaf schooljaar 2022-2023 organiseren we jaarlijks een themadag over voeding voor onderbouwklassen. Op die dag wordt een groot deel van de lessenserie *Weet wat je eet* doorlopen.
3. Signaleren: We hebben inzicht in de voedingsgewoonten en het gewicht van leerlingen. Daarnaast worden zorgen en problemen rondom voedingsgewoonten gesignaleerd in de tweede en vierde klassen in de GGD-onderzoeken en besproken in het zorgteam van de school.  
De school informeert leerlingen en ouders waar zij terecht kunnen voor vragen en of hulp rondom voeding.

4. **Beleid:** Alle bovengenoemde afspraken zijn vastgelegd in dit beleid. Leerlingen, ouders en medewerkers betrekken we actief bij de beleidsvorming en activiteiten via de medezeggenschapsraad, oudercommissie en de parent council. Het voedingsbeleid wordt elk jaar, aan het begin van periode 4, geëvalueerd en indien nodig aangepast. De school heeft de coördinatie van het thema Voeding belegd bij de Gezonde School-coördinator.

### **Samenwerking**

De Gezonde School-adviseur van de GGD en de Adviseur Eetomgevingen van het Voedingscentrum ondersteunen het Rijnlands Lyceum Oegstgeest bij de Gezonde School-aanpak rond het thema Voeding.

### **Dit doen we nog meer**

#### *Pauzebeleid*

Om de gang naar supermarkten te verminderen mogen leerlingen uit de eerste en tweede klassen de school niet verlaten tijdens de pauzes. Gedurende de schooldag mag geen eten bezorgd worden.

Rondom onze school kunnen de leerlingen buiten bewegen tijdens pauzes en tussenuren: op het voorplein staan twee tafeltennistafels waarvoor de batjes en een balletje kunnen worden geleend bij de receptie. Achter onze school zijn grote sportvelden. Leerlingen kunnen een bal lenen bij de pauzesurveillant op het achterplein. Het is onze ambitie om de beweegmogelijkheden buiten in de toekomst nog te vergroten.

#### *Bijeenkomsten*

Wij zorgen ervoor dat er tijdens de open dag, de sportdag, de studiedagen en festiviteiten zoals diploma-uitreikingen een zo gezond en duurzaam mogelijk aanbod is.

#### *Medewerkers*

Medewerkers worden geïnformeerd over de gezonde school activiteiten. Er is dagelijks een mand (gratis) vers fruit voor de medewerkers.

#### *Duurzaamheid*

We hebben op onze school veel aandacht voor duurzaamheid. De kantinemedewerker koopt met aandacht in om voedselverspilling tegen te gaan. En er zijn vegetarische broodjes te koop.

Alle schoonmaak- en afwasmiddelen hebben een eko-keurmerk. Er liggen 338 zonnepanelen op de sporthal. De lichten in de wc's gaan automatisch aan en uit, evenals de kranen. Papier wordt gescheiden. Plastic flesjes en blikjes worden apart ingezameld. We hebben een laadpaal voor de school staan, waar medewerkers en buurtbewoners hun elektrische auto kunnen opladen. 80% van de verlichting is ledverlichting. Er vindt onderzoek plaats naar nog meer zonnepanelen.

#### *Leerlingen*

Leerlingen worden door middel van het onderwerp voeding in de lessen uitgedaagd om mee te denken over een gezonde en duurzame leefstijl. Dit thema komt o.a. in de lessen biologie en aardrijkskunde aan bod. Ook hebben we op school een Greenteam van leerlingen die duurzaamheid promoten en daarbij o.a. aandacht besteden aan een vegetarisch dieet, door bijvoorbeeld te koken met insecten.

Een groepje leerlingen in de leerlingenraad denkt mee over en draagt ideeën aan over hoe het aanbod van eten en drinken binnen de school verbeterd kan worden. De Gezonde School-coördinator gaat twee keer per jaar met hen hierover in gesprek.

#### *Ouders/verzorgers*

Ouders/verzorgers houden we op de hoogte over nieuws op het gebied van gezonde

voeding op school. Dit doen wij door middel van nieuwsbrieven en informatie op de website. We maken ze attent op onze gezonde schoolkantine en de aandacht voor gezonde eet- en beweggewoonten in ons onderwijs. We vragen ze om hier ook in de thuissituatie aandacht voor te hebben. We informeren over het voedingsbeleid en de schoolregels en zorgen ervoor dat het beleid via het ouderportaal in te zien is.