

# Schoolplan Gezonde school



1 maart 2017



**Capellenborg**  
NET ZO UNIEK ALS JIJ

## Inhoud

1. Waarom een gezonde school?
2. Aandachtsgebieden t.a.v. roken, alcohol en drugs
3. Waarom een rookvrij schoolterrein?
4. Stappenplan

## 1. Waarom een gezonde school

Een gezonde school draagt structureel bij de gezondheid in het algemeen en een gezonde leefstijl in het bijzonder van leerlingen te bevorderen. Een gezonde omgeving is van invloed op een positief onderwijsleerproces. Dit wordt gerealiseerd door onze gezonde-school-aanpak

Deze aanpak sluit aan bij wensen en behoeften van school, de directe omgeving en versterkt wat wij als school al doen. De aanpak legt in overleg met de GGD de focus op een aantal gezondheidsthema's. Centraal staan de vier Gezonde School-pijlers:

1. Signaleren en doorverwijzen: vroegtijdige signalering van bekende risicofactoren bij individuele leerlingen (zoals gescheiden ouders, pesten of overgewicht) en de geïndiceerde preventieve zorg die daarop volgt (individuele leerlingenzorg).
2. Gezondheidseducatie: het klassikaal aanbieden van informatie en voorlichting over de gezondheid van leerlingen. Het doel is primair collectieve preventie. Het betekent gebruik maken van Gezonde School-activiteiten richting leerlingen, medewerkers, ouders en andere betrokkenen.
3. Schoolomgeving: deze is gezond als de fysieke en sociale omgeving optimaal is voor leerlingen (om te leren) en voor medewerkers (om te werken). Het wordt daardoor gemakkelijker om te komen tot gezond gedrag. Een Gezonde School staat in een gezonde omgeving.
4. Beleid en regelgeving: hieronder worden afspraken, regels, protocollen en de handhaving verstaan. Als de school gezondheid opneemt in het schoolbeleid draagt dat bij aan de structurele en blijvende aandacht voor gezondheid.

## 2. Aandachtsgebieden t.a.v. roken, alcohol en drugs

### 2.1 Roken

- Per 1 maart 2017 mag er op ons schoolterrein niet gerookt worden. Er mag gerookt worden buiten het schoolterrein bij de daarvoor bestemde rookpalen. Dit geldt voor onze leerlingen en het personeel. Ook streven wij ernaar overige bezoekers te wijzen op deze regel! Hier zal ook het SPOC een aandeel in hebben. Het is van belang dat wij leerlingen hierop aanspreken met z'n allen.
  - De eerste weken van maart zal voor zover mogelijk toezicht worden gehouden om onze schoolregels omtrent het rookvrije schoolterrein na te kunnen leven. Zien wij toch leerlingen roken op het schoolterrein, dan worden deze leerlingen verzocht naar de rookpaal buiten het schoolterrein te gaan. Bij meerdere malen van overtreding wordt een gesprek met schoolleiding ingezet en eventueel ouders ingelicht.
  - Na de maand maart 2017 blijft toezicht op de regel bestaan. Alle medewerkers van school spreken leerlingen aan op hun gedrag. In eerste instantie handhaven de conciërges voor aanvang van de lessen, in pauzes en na schooltijd. Bij meerdere malen van overtreding wordt een gesprek met schoolleiding ingezet en eventueel ouders ingelicht.
  - In samenwerking met de gebruikers van het schoolterrein na schooltijd blijft het schoolterrein rookvrij. We werken samen met de kinderopvang en de sporthal.
  - Leerlingen, personeel en ouders zijn en worden bij herhaling op verschillende manieren op de hoogte gebracht van de regels omtrent roken, alcohol en drugs.
- ➔ Website met een kopje schoolregels
  - ➔ De schoolgids onder het kopje schoolregels
  - ➔ Interne en externe nieuwsbrief
  - ➔ Via mentor
- Ook tijdens schoolactiviteiten op school, mag er niet gerookt worden door leerlingen, personeel en ouders. En mag er geen drugs of alcohol genuttigd worden.
  - Ieder jaar hebben wij voor de tweede klassen een voorlichting over roken om leerlingen hiervan bewust te laten worden van de gevaren van roken. Deze voorlichtingen worden verzorgd door Tactus Verslavingszorg. Ook besteed de mentor tijd aan deze onderwerpen tijdens de mentorles.

- Elk jaar worden in leerjaar 2 en 4 verschillende soorten toetsen afgenomen. Dit is onder andere de EMOVO test, test je leefstijl en allerlei andere onderzoeken en testen.
- Aan de hand van de verschillende testen die worden afgenomen wordt er gekeken naar risico leerlingen of leerlingen waar wij ons zorgen om maken. Hier volgen dan vervolggesprekken met Tactus verslavingszorg en/of de GGD.
- Er is een ZAT (Zorg Advies Team) waarin deze en andere problematiek besproken wordt. Als leerlingen vragen hebben omtrent roken of andere zaken, dan weten leerlingen dat zij terecht kunnen bij mentor of zorgcoördinator hier op school. Tactus is op afroep aanwezig bij deze bijeenkomsten. En er zijn afspraken met Tactus en de GGD over verwijzing van leerlingen.
- Ons schoolterrein is rookvrij vanaf 1 maart 2017. Er hangt sinds januari een groot spandoek aan de school met de tekst: 'Wij gaan voor een rookvrij schoolterrein'. Er komen deze maand verschillende plekken met een rookpaal waar leerlingen, personeel en overige mensen kunnen roken. Ook worden er verschillende bordjes opgehangen om aan te geven dat ons schoolterrein rookvrij is.
- Wij hebben duidelijke schoolregels omtrent roken, alcohol en drugs en ook het personeel is hiervan op de hoogte. Nieuw personeel krijgt een informatiepakket over Capellenborg, waar o.a. de documenten Schoolplan Gezonde School en de schoolregels deel van uitmaken.

## **2.2 Alcohol en Drugs**

- Gebruik van alcohol en drugs is ten strengste verboden. Bij het gebruiken van alcohol of drugs worden ouders ingelicht en de leerling wordt onmiddellijk intern geschorst. Ook wordt er in overleg met ouders contact gezocht met Tactus verslavingszorg om te bekijken of het nodig is om de desbetreffende leerling voor te dragen.
- Ieder jaar hebben wij voor de verschillende klassen een voorlichting over alcohol en drugs om leerlingen hiervan bewust te laten worden. Deze voorlichtingen worden verzorgd door Tactus Verslavingszorg. Ook besteed de mentor enige tijd aan deze onderwerpen tijdens de mentorles.
- Elk jaar worden in leerjaar 2 en 4 verschillende soorten toetsen afgenomen. Dit is onder andere de EMOVO test, test je leefstijl en allerlei andere onderzoeken en testen.
- Aan de hand van de verschillende testen die worden afgenomen wordt er gekeken naar risico leerlingen of leerlingen waar wij ons zorgen om maken.

Hier volgen dan vervolgesprekken met Tactus verslavingszorg en/of de GGD.

- Er is een ZAT (Zorg Advies Team) waarin deze en andere problematiek besproken wordt. Als leerlingen vragen hebben omtrent alcohol, drugs of andere zaken, dan weten leerlingen dat zij terecht kunnen bij mentor of zorgcoördinator hier op school. Tactus is op afroep aanwezig bij deze bijeenkomsten. En er zijn afspraken met Tactus en de GGD over verwijzing van leerlingen.
- In samenwerking met Tactus en GGD professionaliseren wij ons personeel door middel van themabijeenkomsten.
- Wij hebben duidelijke schoolregels omtrent alcohol en drugs en ook het personeel is hiervan op de hoogte. Nieuw personeel krijgt ook een schoolreglement waar deze regels duidelijk zijn omschreven.

### 3. Waarom een rookvrij schoolterrein?

#### *Inleiding*

Vanaf januari 2020 moet ieder schoolterrein rookvrij zijn. Dat geldt natuurlijk ook voor de Capellenborg in Wijhe. Wij willen hier graag eerder mee van start gaan, omdat wij als school het vignet gezonde school willen ontvangen en ook bezig zijn met een gezonde schoolkantine.

#### *Waarom de gezonde school-aanpak?*

De gezonde school-aanpak is een effectieve manier om aan gezondheid te werken:

- Je kiest activiteiten die passen bij de school en de leerlingen
- Je werkt structureel en langdurig aan één gezondheidsthema. Dit vergroot de kans om ook op lange termijn effecten te realiseren.
- Je kiest uit een aanbod van activiteiten waarvan professionals hebben vastgesteld dat ze voldoen aan een aantal kwaliteitscriteria.

Voor het thema dat de school gekozen heeft, kiest de school activiteiten op basis van vier pijlers:

- Signaleren en doorverwijzen: gezondheidsrisico's signaleren, bijvoorbeeld drugsgebruik, overgewicht of sociaal-emotionele problemen en de leerlingen of de ouders doorverwijzen naar passende hulpverlening.
- Gezondheidseducatie: aandacht besteden aan gezondheidsthema's als alcohol, voeding en binnenmilieu in de lessen.
- Schoolomgeving: de school heeft een veilig fysieke en sociale schoolomgeving. Medewerkers en leerlingen gaan op een positieve manier met elkaar om en de fysieke schoolomgeving bevordert gezond gedrag.
- Schoolbeleid en regelgeving: door activiteiten en maatregelen in beleidsdocumenten op te nemen worden die structureel verankerd.

#### *Meerwaarde voor verschillende groepen*

Aandacht voor gezondheid levert belangrijke voordelen op voor leerlingen, medewerkers, de school en de ouders. Zoals betere schoolprestaties en minder ziekteverzuim.

#### **1. Leerlingen**

Teveel kinderen hebben overgewicht, bewegen onvoldoende of weten niet goed wat (on)gezond gedrag is. Gezonde school daagt niet alleen bij aan hun welbevinden, het verbetert ook hun schoolprestaties. En het biedt ze een betere basis voor hun verdere ontwikkeling.

- Lichamelijk actieve leerlingen leveren aantoonbaar betere schoolprestaties dan hun minder fitte leeftijdsgenoten.
- Gezonder gedrag van leerlingen draagt bij aan betere schoolprestaties, het terugdringen van voortijdig schoolverlaten en succesvollere loopbanen.
- Een gezonde school draagt bij aan het versterken van de weerbaarheid van leerlingen. Leerlingen worden zich al vroeg bewust van hun eigen verantwoordelijkheid bij het maken van een gezonde keuze.
- Een gezonde school helpt de verschillen tussen leerlingen te verkleinen. Alle leerlingen doen mee en gezondheid is iets van iedereen.

## **2. Medewerkers**

Niet alleen de gezondheid van leerlingen is relevant, ook medewerkers hebben iets aan een gezonde school. Door structureel te werken aan gezondheid, voelen medewerkers zich beter, kunnen zij zich beter inzetten en zijn ze een vanzelfsprekender rolmodel voor leerlingen.

- Een gezonde school draagt positief bij aan de gezondheid van medewerkers, waardoor het werken plezieriger wordt en het ziekteverzuim minder.
- Een gezonde school biedt medewerkers een duidelijk kader om hun voorbeeldrol op het gebied van gezondheid vorm te geven.
- Aandacht besteden aan iets persoonlijks als gezondheid, maakt voor veel medewerkers het lesgeven interessanter.
- Doordat leerlingen beter in hun vel zitten en minder verzuimen verloopt het leerproces beter, hetgeen minder energie van de leerkracht vergt.
- De heldere zorgstructuur en aandacht voor vroegtijdig signaleren ondersteunt medewerkers bij het adequaat reageren op psychosociale of fysieke problemen van leerlingen.

## **3. School**

De meeste scholen kiezen ervoor om een gezonde school te worden, omdat zij leerlingen meer mee willen geven dan alleen rekenen en taal. Zij zien het (leren) maken van gezonde keuzes als de basis van een optimale ontwikkeling. Zij willen graag bewustzijn creëren voor een gezonde leefstijl bij leerlingen. De school beschouwt zich als partner in de opvoeding van leerlingen, wat inhoudt dat zowel de school als ouders een rol hebben als het gaat om gezondheid.

- Scholen doen al veel aan gezondheid van hun leerlingen. Communicatie over visie en het beleid maakt dit inzichtelijk voor alle betrokkenen bij de school.
- Het zichtbaar maken van de aandacht voor gezondheid draagt bij aan de profilering van de school, wat kan leiden tot meer aanmeldingen.
- Het pedagogisch klimaat op school verbetert en de leerprestaties gaan omhoog.
- De binding van de medewerkers en ouders met de school kan door de gezonde school-aanpak groter worden.
- Door jaarlijks prioriteiten te stellen en keuzes in activiteiten te maken, gebruikt de school de schaarse tijd en financiën efficiënt.
- Met de gezonde school-aanpak staat de school er niet alleen voor. De school kan vaak professionele en soms ook financiële ondersteuning krijgen om gezonde school activiteiten uit te voeren.
- Middelbare scholen die structureel aan gezondheid werken kunnen het vignet gezonde school aanvragen en zich profileren als gezonde school. Daarmee laat de school aan leerlingen, medewerkers, ouders en anderen zien dat gezondheid op school een hoge prioriteit heeft.

## **4. Ouders**

Veel scholen betrekken ouders bij de gezonde school-aanpak, bijvoorbeeld door voorlichtingsavonden te organiseren, ouders te informeren en te laten meedenken.



Samenwerking met ouders vergemakkelijkt het uitvoeren van gezonde school-activiteiten en maakt deze ook effectiever.

- Ouders vinden de gezondheid van hun kind erg belangrijk en waarderen het dat de school hier aandacht aan besteedt.
- Een gezonde school maakt het voor ouders makkelijker om hun kinderen gezond op te voeden. Dit is immers niet meer alleen iets van thuis, maar ook iets dat op school wordt gestimuleerd. Ook kunnen ouders thuis aansluiten bij 'lastige' onderwerpen die op school worden behandeld.
- Ouders worden zich meer bewust van het belang van goed eten en voldoende bewegen en hun eigen rol bij de preventie van middelengebruik en seksuele en relationele vorming.
- Ouders weten dat de school aandacht heeft voor gezondheid en wat mogelijke oplossingen zijn als hun kind gezondheidsrisico's loopt.

## 4. Stappenplan

### 1. Creëer draagvlak

Om een draagvlak te creëren hebben wij eerst de mening nodig van anderen. Wij hebben als school een enquête naar medewerkers, leerlingen en ouders gestuurd. De uitslagen van deze enquête zijn uitgewerkt en teruggekoppeld naar ouders, leerlingen en medewerkers.

Door allerlei informatie te verzamelen omtrent het rookvrije schoolterrein, is dit document tot stand gekomen. Dit bestand is gevuld met allerlei belangrijke informatie en criteria voor het rookvrije schoolterrein.

Daarnaast hebben wij een ronde tafel gesprek georganiseerd voor medewerkers, ouderraad en leerlingenraad om mee te denken over de mogelijkheden en struikelblokken voor het rookvrije schoolterrein. We moeten weten waar wij straks tegenaan gaan lopen op het moment dat dit ingevoerd gaat worden. Dit gesprek was nuttig en heeft toch wel duidelijkheid geschept en daardoor zijn wij weer eens stap dichterbij een rookvrij schoolterrein. Helaas waren hier geen rokers aanwezig die ons konden ondersteunen.

Aan de hand van dit ronde tafel gesprek gaan wij met de werkgroep weer bij elkaar zitten om vervolgstappen te bespreken.

### 2. Formuleer doelen en verdeel taken

#### **Doel:**

Ons doel is om vóór 1 maart 2017 aan alle criteria te voldoen om het vignet te kunnen ontvangen voor het thema rookvrij schoolterrein. Per 1 maart is ons schoolterrein daarom ook rookvrij.

Het nieuwe schooljaar (september 2017) willen wij ook het thema gezonde schoolkantine toevoegen. In dit schooljaar (maart-juli 2017) zal het al langzaam geïntroduceerd gaan worden zodat leerlingen er al mee in aanraking komen.

#### **Werkgroep:**

1. Sven Metsemakers (schoolleiding)
2. Ingrid Nijland (schoolleiding)
3. Joke de Bruijn (zorgcoördinator)
4. Femke Oude Ophuis (docent LO en combinatiefunctionaris)
5. Externe hulp (GGD, Tactus, SPOC en de gemeente)

#### **Taken:**

Sven Metsemakers, Ingrid Nijland, Joke de Bruijn en Femke Oude Ophuis nemen als werkgroep de meeste taken op zich om dit te kunnen realiseren. De externe hulp zal zo nu en dan aanschuiven of op aanvraag van de werkgroep helpen.

### 3. Zoek hulp

Wij hebben tot nu toe hulp gehad van verschillende instanties zoals de GGD in deze regio en Tactus. Er zijn ook een aantal externe organisaties waarmee wij samenwerken zoals het SPOC (sportcentrum hier bij de school). Jaap Doorgeest ondersteund ons in dit project, maar hij wil ook met ons samenwerken voor een gezonde kantine. Hij verzorgt op dit moment de catering van onze kantine en wil graag meewerken aan een gezonde school. Ook zullen wij moeten overleggen en eventueel samenwerken met de Bieënkorf (kinderdagverblijf hier op het terrein) en de gemeente. Wij moeten samen tot een mooi resultaat komen en wij moeten dit kunnen realiseren zonder dat er scheve gezichten ontstaan. Alles in overleg.

### 4. Tref voorbereidingen

#### **Draagvlak leerlingen en medewerkers**

Door een enquête in te laten vullen door medewerkers, leerlingen en ouders hebben wij dit onderwerp kunnen introduceren. Ook hebben wij hierin uitgelegd waarom wij kiezen voor een rookvrij school terrein en voor een gezonde school.

Op deze manier hebben wij de mening van iedereen kunnen ontvangen en hier ook wat mee kunnen doen. Door het ronde tafel gesprek samen te doen, konden wij gaan kijken hoe wij dit het beste kunnen realiseren.

Op het moment dat er definitieve stappen zijn ondernomen en er afspraken vastgelegd zijn, wordt dit ook gecommuniceerd met medewerkers, leerlingen en ouders.

De nieuwe schoolregels moeten gecommuniceerd worden naar iedereen. En moeten in het schoolreglement komen te staan zodat ook de ouders van nieuwe leerlingen hiervan op de hoogte zijn.

#### **Praktijk**

Uiteindelijk is het de bedoeling dat alles in de praktijk gerealiseerd wordt. Rookpalen, signaleringsbordjes, schoolregels op papier (schoolgids) en dergelijke.

### 5. Communiceer

Alle nieuwe afspraken zijn gecommuniceerd met medewerkers, leerlingen en ouders. Ook de gemeente Olst-Wijhe is geïnformeerd over onze gezonde-school-aanpak.

### 6. Regel handhaving

Vanaf 1 maart handhaven alle medewerkers het nieuwe gezonde-school-aanpakbeleid. Alle medewerkers spreken leerlingen aan op de nieuwe gezonde-

school-aanpak. Tijdens de eerste weken is er extra toezicht geweest door de conciërges en schoolleiding. Ook de medegebruikers (kinderdagverblijf en sporthallen) participeren in ons nieuwe beleid. Zij handhaven ook.

Na een half jaar komen alle betrokken partijen bij elkaar om het nieuwe gezonde-school-aanpak beleid te evalueren. Dit is opgenomen in de komende jaaragenda.

## 4. Schoolreglement en overige belangrijke criteria

### 4.1 Rookvrij schoolterrein

- Per 1 maart 2017 mag er op ons schoolterrein niet gerookt worden. Er mag gerookt worden buiten het schoolterrein bij de daarvoor bestemde rookpalen. Dit geldt voor onze leerlingen en het personeel. Ook streven wij ernaar overige bezoekers te wijzen op deze regel! Hier zal ook het SPOC een aandeel in hebben. Het is van belang dat wij leerlingen hierop aanspreken met z'n allen.
- De eerste weken van maart zal voor zover mogelijk toezicht worden gehouden om onze schoolregels omtrent het rookvrije schoolterrein na te kunnen leven. Zien wij toch leerlingen roken op het schoolterrein, dan worden deze leerlingen verzocht naar de rookpaal te gaan. Bij meerdere malen van overtreding wordt een gesprek met schoolleiding ingezet en eventueel ouders ingelicht.
- Leerlingen, personeel en ouders worden op verschillende manieren op de hoogte gebracht van deze regels omtrent roken, alcohol en drugs.
  - ➔ Website met een kopje schoolregels
  - ➔ De schoolgids onder het kopje schoolregels
  - ➔ Interne en externe nieuwsbrief
  - ➔ Via mentor etc.
- Ook tijdens schoolactiviteiten op school, mag er niet gerookt worden door leerlingen, personeel en ouders. En mag er geen drugs of alcohol genuttigd worden.
- Ieder jaar hebben wij voor de tweede klassen een voorlichting over roken om leerlingen hiervan bewust te laten worden van de gevaren van roken. Deze voorlichtingen worden verzorgd door Tactus Verslavingszorg. Ook besteed de mentor tijd aan deze onderwerpen tijdens de mentorles.
- Elk jaar worden in leerjaar 2 en 4 verschillende soorten toetsen afgenomen. Dit is onder andere de EMOVO test, test je leefstijl en allerlei andere onderzoeken en testen.
- Aan de hand van de verschillende testen die worden afgenomen wordt er gekeken naar risico leerlingen of leerlingen waar wij ons zorgen om maken. Hier volgen dan vervolggesprekken met Tactus verslavingszorg en/of de GGD.
- Er is een ZAT (Zorg Advies Team) waarin deze en andere problematiek besproken wordt. Als leerlingen vragen hebben omtrent roken of andere zaken, dan weten leerlingen dat zij terecht kunnen bij mentor of

zorgcoördinator hier op school. Tactus is op afroep aanwezig bij deze bijeenkomsten. En er zijn afspraken met Tactus en de GGD over verwijzing van leerlingen.

- Ons schoolterrein is rookvrij vanaf 1 maart 2017. Er hangt sinds januari een groot spandoek aan de school met de tekst: 'Wij gaan voor een rookvrij schoolterrein'. Er komen deze maand verschillende plekken met een rookpaal waar leerlingen, personeel en overige mensen kunnen roken. Ook worden er verschillende bordjes opgehangen om aan te geven dat ons schoolterrein rookvrij is.
- Wij hebben duidelijke schoolregels omtrent roken, alcohol en drugs en ook het personeel is hiervan op de hoogte. Nieuw personeel krijgt ook een schoolreglement waar deze regels duidelijk zijn omschreven.

## **4.2 Alcohol en Drugs**

- Gebruik van alcohol en drugs is ten strengste verboden. Bij het gebruiken van alcohol of drugs worden ouders en jeugdagent ingelicht en de leerling wordt onmiddellijk intern geschorst. Ook wordt er in overleg met ouders contact gezocht met Tactus verslavingszorg om te bekijken of het nodig is om de desbetreffende leerling voor te dragen. Verder hoort ook tot de mogelijkheden om een leerling naar HALT te sturen.
- Ieder jaar hebben wij voor de verschillende klassen een voorlichting over alcohol en drugs om leerlingen hiervan bewust te laten worden. Deze voorlichtingen worden verzorgd door Tactus Verslavingszorg. Ook besteed de mentor enige tijd aan deze onderwerpen tijdens de mentorles.
- Elk jaar worden in leerjaar 2 en 4 verschillende soorten toetsen afgenomen. Dit is onder andere de EMOVO test, test je leefstijl en allerlei andere onderzoeken en testen.
- Aan de hand van de verschillende testen die worden afgenomen wordt er gekeken naar risico leerlingen of leerlingen waar wij ons zorgen om maken. Hier volgen dan vervolgesprekken met Tactus verslavingszorg en/of de GGD.
- Er is een ZAT (Zorg Advies Team) waarin deze en andere problematiek besproken wordt. Als leerlingen vragen hebben omtrent alcohol, drugs of andere zaken, dan weten leerlingen dat zij terecht kunnen bij mentor of zorgcoördinator hier op school. Tactus is op afroep aanwezig bij deze bijeenkomsten. En er zijn afspraken met Tactus en de GGD over verwijzing van leerlingen.
- In samenwerking met Tactus en GGD professionaliseren wij ons personeel door middel van themabijeenkomsten.
- Wij hebben duidelijke schoolregels omtrent alcohol en drugs en ook het personeel is hiervan op de hoogte. Nieuw personeel krijgt ook een schoolreglement waar deze regels duidelijk zijn omschreven.