



2 september 2019

FIT EN GEZOND HET SCHOOLJAAR ROND

Beste ouder(s),

Jaarlijks werken we op school rond een bepaald thema volgens het referentiekader voor onderwijskwaliteit dat door het ministerie van onderwijs is opgesteld. Dit schooljaar plaatsen we het gezondheidsbeleid voorop. Met de slogan 'fit en gezond het schooljaar rond' willen we de kinderen bewust maken van en aanmoedigen tot een gezonde levensstijl.

Het totale gezondheidsbeleid wordt opgedeeld in vier pijlers:

- Gezonde voeding
- Beweging
- Hygiëne en veiligheid
- Welbevinden

Deze vier pijlers vormen een belangrijke factor in het schoolgebeuren. Voor een grondige uitwerking dienen we steeds de focus te leggen op een welbepaald thema. Dit jaar plaatsen we ons beleid rond gezonde drankjes en tussendoortjes in de kijker.

Om het drinken van water te stimuleren, laat de school tijdens de speeltijden geen andere dranken toe dan water. Iedereen mag water meebrengen naar school, bij voorkeur in een herbruikbare fles.

De school biedt ook steeds gratis water aan o.a. via de drinkfonteinnetjes op de speelplaatsen. Hierbij vragen we aan alle kinderen om een herbruikbare fles mee te brengen die op school steeds kan bijgevuld worden.



Wie op school eet, wordt gratis water aangeboden. Daarnaast is het toegelaten om enkel bij het lunchpakket een ander gezond drankje mee te brengen, bij voorkeur in een herbruikbare fles of beker. Toegelaten drankjes zijn melk- en sojaproducten en vruchtensappen. Sport- en frisdranken zijn uit den boze. Ook tijdens leeruitstappen, sportdagen en schoolreizen trekken we deze lijn door.

Kinderen kunnen voor en na de middag een tussendoortje meebrengen. Hier opteren we ook voor een stuk fruit of een droge koek zonder chocolade. Snoep is niet gezond, we laten dit dan ook niet toe op school.

Elk week is er ook een fruitdag op school. In Koekelare en De Mokker is dit steeds op woensdag en in Bovekerke op vrijdag. Hier vragen we het engagement van de ouders om op die dag enkel fruit mee te geven als tussendoortje. Voor de kleinsten is het interessant om dit geschild en in stukjes mee te geven in een herbruikbaar doosje.

Wegens onze zorg voor het milieu vragen wij om steeds herbruikbare drinkflessen en verpakkingen mee te geven naar school. Die worden best genaamtekend want die gaan snel verloren.

Alvast bedankt voor jullie medewerking!

Met vriendelijke groeten,

Het leerkrachtenteam

Directieteam De Negensprong
Karla Crombez & Joeri Uyttenhove