

Inleiding

In onze samenleving is een gezonde levensstijl en alles wat daar mee samenhangt een aspect dat steeds meer aandacht krijgt. Mensen worden via vele kanalen bewust gemaakt dat een gezonde levensstijl belangrijk is en bijdraagt aan gezondheid en welbevinden. Ook scholen hebben hierin een belangrijke rol. Om leerlingen bewust te maken van een gezonde levensstijl is hier voor aandacht in de lessen. Een kantine waar leerlingen worden gestimuleerd om gezonde keuzes te maken als het om eten en drinken gaat levert hier een belangrijke bijdrage aan. Wanneer wij een gezond voedingsaanbod hebben stimuleren we hiermee een gezond eetgedrag.

Visie

Het Ichthus College vindt het belangrijk dat we een omgeving hebben waar gezond eten gemakkelijk is, omdat dit bijdraagt aan de gezonde ontwikkeling en leefstijl van onze leerlingen. Deze visie past binnen het beleid dat de school voert met betrekking tot de gezonde school.

We vinden het belangrijk dat het aanbod en de uitstraling in de kantine en in onze automaten gezond is. Op onze school leren de leerlingen over gezond eten en gezonde keuzes en in de kantine kunnen zij dit in de praktijk brengen. Zo ontmoeten theorie en praktijk elkaar. Hiermee leren leerlingen gezonde eetgewoonten te ontwikkelen.

Om deze reden werken we op onze school volgens de Richtlijnen Eetomgevingen voor Scholen die zijn opgesteld door het Voedingscentrum. We maken hiermee de gezonde keuze de normale keuze.

De gezonde schoolkantine

We hebben een schoolcateraar die door middel van assortiment, uitstraling en presentatie leerlingen weet te stimuleren en enthousiasmeren bij het maken van gezonde keuzes als het om voeding gaat.

De kantine biedt in elke productgroep minstens één betere keuze aan

Binnen de verschillende aangeboden productgroepen (zoals dranken, brood, zuivel, etc.) biedt de kantine minstens één betere keuze aan. Dit geldt voor het uitgestalde aanbod én voor het aanbod in de automaten. Betere keuzes zijn gedefinieerd door het Voedingscentrum.

Op de opvallende plaatsen liggen betere keuzes

De kantine hanteert deze drie uitstralingspunten:

1. Op de opvallende plaatsen bij het uitgestalde aanbod staan alleen betere keuzes
2. Op de opvallende plaatsen in de automaten staan alleen betere keuzes
3. Als je eten of drinken aanbiedt bij de kassa, staan daar alleen betere keuzes

Minstens tachtig procent is een betere keuze

Ten minste tachtig procent van het assortiment is een beter keuze. Een maaltijd bestaat uit betere keuzes als deze vooral bestaat uit Schijf van Vijf- producten en maximaal 1 of 2 dagkeuzes.

De kantine stimuleert water drinken

In onze Gezonde Schoolkantine is water altijd beschikbaar, zowel bij het uitgestalde aanbod als in de

automaten. We hebben een watertappunt op het binnenplein. Het water uit het watertappunt en op de counter bij de cateraar is gratis.

De gouden Schoolkantine schaal

In 2017 hebben we voor het eerst de houden Schoolkantine schaal behaald, en deze is vervolgens ieder jaar opnieuw ontvangen. Hiermee voldoen we aan de richtlijnen vanuit het Voedingscentrum, zoals bijvoorbeeld het aanbieden van groente en fruit en bestaat minstens tachtig procent van het aanbod uit betere keuzes. Dit zijn producten die je in een gezond eetpatroon vaak mag eten.

We zijn trots op onze schoolcatering waar je kunt ruiken, zien en proeven dat gezond ook lekker is!

Bronvermelding:

<http://gezondeschoolkantine.voedingscentrum.nl>