



Gezondheidsbeleid

1. Visie op gezondheidsbeleid

Gezondheidseducatie wil kennis, inzicht, vaardigheden en attitudes bijbrengen om ongezonde leefgewoonten en gedragingen te veranderen en gezonde leefgewoonten te ondersteunen en te stimuleren. Het is uiteindelijk de bedoeling dat leerlingen, leerkrachten en ouders **kiezen** voor gezond gedrag. Om dit te verwezenlijken op onze school werken we zowel op leerlingen- als op klas-, school- en omgevingsniveau.

Wij leggen de klemtoon op 'hygiëne, veiligheid en Eerste Hulp', 'gezonde voeding en dranken' en 'beweging'.

2. Veiligheid, hygiëne en Eerste Hulp

Als school van het GO! wil methodeschool Ondersteboven een veilige, aangename en gezonde omgeving zijn. Veilige en nette gebouwen nodigen leerlingen uit om bewust te leren omgaan met hygiëne en risico's. In overleg met de schoolomgeving werkt ons schoolteam ook aan een veilige situatie rondom en op weg naar de school.

Veiligheid en eerste hulp

In elke klas wordt aandacht besteed aan **verkeersveiligheid**: zich veilig verplaatsen in het verkeer als voetganger, fietser, gebruik openbaar vervoer,... Hiervoor wordt gebruik gemaakt van het materiaal van de Vlaamse Stichting Verkeerskunde nl: de verschillende brevetjes rond fietsen en oversteken worden in de verschillende klassen gedaan. In het 6de leerjaar wordt elk jaar deelgenomen aan het **fietsexamen**: de kinderen tonen dan hun vaardigheden op het fietsbehendigheidsparcours en leggen ook proeven af op de openbare weg, dit uiteraard onder begeleiding.

Wij zijn een **octopusschool**. In september wordt deelgenomen aan de 'strapdag'. Dit betekent dat we kinderen stimuleren om te 'stappen of trappen' naar school, strappen dus.

In elke klas is het **meubilair** aangepast volgens de leeftijd van de kinderen. Ieder jaar proberen we in de lager klassen nieuw meubilair aan te kopen.

Er wordt over gewaakt dat **boekentassen** correct worden gedragen (op de rug of via wieltjes) en niet te zwaar zijn.

Tijdens de lessen staan ramen zo veel mogelijk open zodat er constant een toevoer is van **frisse, zuurstofrijke lucht**.

Al onze kleuterklassen hebben een eigen buitenklas. De leerlingen van het lager onderwijs kunnen in het bos of in de wilgenhut lesjes krijgen. Onze nieuwe speelplaats zal ook een buitenklas voor onze lager schoolkinderen hebben.

Op onze school volgen 2 kleuterleidsters en 1 leerkracht lager onderwijs jaarlijks de opfriscursus EHBO. Zowel in de kleuterblok als in de blok van het lager onderwijs hebben we een EHBO-kast.

Wij vragen om steeds de actuele telefoonnummers te delen met de school. Bij een schoolongeval kunnen we dan ook steeds de ouders contacteren alvorens een doktersbezoek.

Gelieve belangrijke medische info steeds aan de school te melden. Dit wordt met het ganse team gedeeld.

Hygiëne

Leerlingen, personeelsleden en bezoekers worden aangemoedigd de **handen te wassen** na elke toiletbeurt. Hiervoor worden zeepdispensers ter beschikking gesteld. Er worden ook enkel papieren handdoeken voorzien.

De **toiletten** worden dagelijks gereinigd.

Kleuters en kinderen van het 1^{ste} leerjaar leren in de klas hun **tanden poetsen**. Lessen i.v.m. het belang van een goede **lichaamshygiëne** komen op regelmatige basis aan bod.

Gebrekkige (lichaams)hygiëne wordt gesignaleerd en gemeld aan directie en zorgcoördinator, die eventueel ondersteuning vragen aan het CLB.

Samen zijn we verantwoordelijk voor het **net houden** van ons schoolgebouw. Leerlingen brengen **pantoffels** mee naar school om het zand van de speelplaats uit de klassen te houden. Schoenen worden ordelijk in de voorziene kasten geplaatst. De kleuters hebben ook regenlaarzen op school aanwezig. Bij regenweer doen ze hun laarsjes aan.

Bij het verlaten van de klassen/gangen wordt erop toegezien dat alles netjes opgeruimd achter blijft. Dit is een belangrijke **attitude** die consequent moet opgevolgd worden.

Luizenbeleid:

- Systematische controle door kriebelteam (kinderverzorgster, zorgleerkracht en directie)
- Bij vaststelling worden mails verzonden aan alle ouders van de leerlingen van de betreffende klas. Besmette leerlingen worden opgevolgd.
- Hardnekkige gevallen worden doorgegeven aan het CLB. Eventueel wordt behandeld door het kriebelteam.
- Indien na meerdere meldingen door de directie en leerkracht er geen gevolg wordt gegeven aan de behandeling wordt aan de ouders gevraagd om de kinderen thuis te houden.
- Er worden regelmatig info doorgegeven rond de aanpak van besmetting. Indien nodig wordt een infoavond georganiseerd.

3. Gezonde voeding en dranken

GO! scholen willen gezonde voeding en dranken promoten bij hun leerlingen en personeel. Onze school zorgt hierbij voor een evenwichtig aanbod. Leerlingen leren bewust omgaan met voeding en dranken. We stimuleren watergebruik en willen elke leerling onbeperkt toegang geven tot water. Een laagdrempelig plasbeleid met aandacht voor bijzondere noden hoort hier ook bij.

Middageten

Op school streven we naar een evenwichtig voedingsbeleid. Boterhameters worden gestimuleerd om een **gezonde maaltijd** mee te brengen, bestaande uit brood, beleg, groenten of fruit, zuivel.

Boterhameters die dit wensen kunnen tussen de herfst- en paasvakantie steeds soep bestellen.

Fruit op school en tussendoortjes

Via het project 'Oog voor lekkers' kunnen we de kinderen 10 woensdagen op een schooljaar gratis een stukje fruit aanbieden. We werken met een fruitabonnementje, de kinderen kunnen dagelijks uit 4 verschillende stukken fruit kiezen

In de namiddagen mogen de kinderen fruit of een koekje eten. Ook hiervoor werken we met een koekjesabonnement.

Water en andere dranken

Op school zijn suikerhoudende dranken verboden. Kinderen drinken enkel water op school. Tijdens het middageten mogen kinderen melk meebrengen. Leerlingen en kleuters brengen elk hun eigen **beker of drinkfles** mee, die in de klas kan gevuld worden met water. Er mag **de hele dag door** gedronken worden. Dagelijks gaan alle bekertjes en flessen mee naar huis om gewassen te worden.

Plasbeleid

In de regenboogklas is er een gezamenlijk plasmoment. Daarnaast mogen kleuters altijd naar het toilet na toestemming van de leerkracht. In de andere klassen mogen de kinderen altijd zelfstandig naar het toilet indien de afspraken hieromtrent nageleefd worden.

In de lagere afdeling worden kinderen gestimuleerd om voor en na elke speeltijd het toilet te bezoeken. Tijdens de les is de afspraak dat leerlingen niet naar het toilet gaan tijdens instructiemomenten, maar tijdens werkmomenten wel mogen gaan als dat nodig is.

4. Beweging

GO! scholen willen dagelijks beweging aanbieden. Naast de uren Lichamelijke Opvoeding ziet onze school het als een opdracht om onze leerlingen tijdens de pauzes, voor en na schooltijd, mogelijkheden te bieden om meer te bewegen en dit te promoten. De leerlingen bewegen zo niet alleen meer tussen en na de lestijden, maar krijgen ook de smaak te pakken van een actieve leefstijl.

Tijdens de lessen worden **bewegingstussendoortjes** voorzien. Deze duren maximum 5 minuten, maar hebben een positief effect op de concentratie en het welbevinden van de leerlingen.

Er wordt minstens 1 keer per jaar een **SVS-activiteit** (Stichting Vlaamse Schoolsport) georganiseerd voor elke klas.

In de **lagere afdeling** gaan alle klassen 10 lessen zwemmen.

We proberen ook na de schooltijd sportlessen aan te bieden oa: relaxatielessen, sportsnack