

## 'Fit en Fruitig'

de dag door!

Willen jullie leerlingen helpen om gezond te leven? Een school zijn waarop gezond eten en bewegen normaal is? Zie je als school ook door de bomen het bos niet meer in al het aanbod? **Wij helpen jullie!**



### De aanpak

Met onze vernieuwde aanpak helpen wij scholen, in samenwerking met SPORT•GOUDA, overzicht te creëren in alle mogelijkheden rondom voeding en bewegen op school. Wij werken volgens de Gezonde School werkwijze. Hierin staan vier pijlers centraal: beleid, educatie, signaleren en omgeving. Binnen onze aanpak wordt er gewerkt aan een integraal en structureel beleid. Dit betekent dat er in alle klassen, gedurende het hele schooljaar, aandacht is voor voeding en bewegen. Elke school is anders en daarom leveren wij maatwerk.

### Interactief beleid

Beleid wordt vorm gegeven op een interactieve manier zodat jullie school een duidelijk en grafisch overzicht heeft van wat jullie doen aan voeding en bewegen op school. Met dit beleid ben je direct Gezonde School op de thema's voeding en bewegen!



### Stappenplan

**Intake:** er wordt gestart met een intake.

In deze intake wordt de aanpak inhoudelijk toegelicht en worden de verwachtingen en kosten besproken.

**Analyse en aanbeveling:** het huidige schoolbeleid omtrent voeding en bewegen wordt verzameld en geanalyseerd. Op basis van de analyse wordt besproken wat (nog) nodig is om voeding en bewegen binnen de school goed op de kaart te zetten.

**Beleidsontwikkeling:** in meerdere overleggen wordt het nieuwe voeding en beweeg beleid ontwikkeld. Afhankelijk van de beginsituatie van de school zullen dit één tot vijf overleggen zijn. Na het ontwikkelen van het beleid wordt dit op school geïmplementeerd en worden de Gezonde School vignetten aangevraagd.

**Feestelijke viering:** De school is nu Gezonde School, dit wordt gevierd!

**Eindevaluatie:** Het proces wordt geëvalueerd.



### Tijdsinvestering

Afhankelijk van de beginsituatie van de school zal er +/- 40\* uur geïnvesteerd moeten worden door de school. Op basis van de intake en aanbevelingen wordt een definitief voorstel voor tijdsinvestering gedaan. Het traject kan verspreid worden over één of meerdere schooljaren.

\*Exclusief eventuele team- en/of ouderbijeenkomsten

### Kosten

Ondersteuning is kosteloos. Voor het gebruik en aanpassen van het interactieve beleid wordt eenmalig €250,- in rekening gebracht.

Heb je interesse en/of vragen neem dan contact met ons op!

Deirdre van den Nieuwenhuizen en Eline Bruintjes  
Adviseurs Gezondheidsbevordering Centrum voor Jeugd en Gezin  
[dvandennieuwenhuizen@qgdhm.nl](mailto:dvandennieuwenhuizen@qgdhm.nl) & [ebruintjes@qgdhm.nl](mailto:ebruintjes@qgdhm.nl)