

Gezondheidsbeleid

Een gezonde school kiest voor een leeromgeving waarin leerlingen en leerkrachten de ruimte krijgen om zich **goed en gezond te ontplooien**. Het is de plek bij uitstek om kinderen alles te leren over gezonde keuzes.

Uiteraard zijn wij een rookvrije school.

Gezonde omgeving

Onze school situeert zich aan de rand van Leuven waar er nog voldoende 'groen' is en is voorzien van frisse lucht dankzij een goed werkend ventilatiesysteem. Op de bovenverdieping werd gekozen voor antiallergisch tapijt. Onze speelplaats werd in de zomer 2019 ingericht met rotsblokken, boomstammen, een zandbak,... waar de kinderen zich volop in kunnen uitleven. We proberen zelf als leerkrachten zoveel mogelijk met de fiets te komen en zo het aantal auto's en de luchtvervuiling te verminderen. Daarom doen we ook mee aan acties zoals helm op, fluo top! We doen mee aan acties voor het klimaat. Ook kinderen maken dan een spandoek...

In onze school worden de toiletten dagelijks (kleutertoiletten meermaals) gepeetst. Ook de handdoeken worden elke dag vervangen. De tafels in de refter worden ook elke dag gereinigd.

De preventieadviseur komt regelmatig langs, het ongevallenregister wordt bijgehouden. Zeker nu de rotsblokken en boomstammen er zijn, moet bekeken worden hoe vaak kinderen zich hieraan verwonden.

Gezonde drink- en eetgewoonten:

Op onze school wordt er enkel water gedronken. De kinderen kunnen dit in een drinkbus meebrengen of kunnen uit een beker van de kraan drinken, ook tijdens de lessen. Snoep, chocolade,... worden niet toegelaten op school, ook niet tijdens verjaardagen. Als school zien we erop toe dat de leerlingen voldoende eten, ook tijdens de ramadan. Kinderen die geen eten bij hebben, kunnen op school een boterham krijgen. Tijdens de mamacafé's wordt steeds een gezond tussendoortje gemaakt: fruitbrochette, smoothie, soep,...

Woensdag = fruitdag

Minstens 1x per week wordt er tijdens de eerste speeltijd fruit gegeten. Binnenkort starten we samen met ouders en burens aan onze eigen bio-moestuin waar we naast lekkere groentjes ook fruitboompjes en bessenstruiken zullen voorzien. Hiertoe volgen we een workshop bij 'velt'. Deze vindt plaats in november 2019. Het klaarmaken van de bodem begint in maart 2020.

Lichaamsbeweging op school:

Naast de lessen lichamelijke opvoeding en zwemmen die in het rooster worden opgenomen, sporen wij onze leerlingen aan zoveel mogelijk met de fiets te komen of deel te nemen aan de naschoolse sportactiviteiten. Zowel kleuters als kinderen van de lagere school hebben 1x per jaar sportdag. Ook gaan de kinderen van de lagere school in februari schaatsen. We doen met de oudere leerlingen mee aan 'a mile a day'. De kinderen krijgen fietstraining: bij de kleuters

gebeurt dit spontaan: ze rijden met de fietsjes door de gang of buiten. Oudere leerlingen oefenen op een behendigheidsparcours. Uitstappen gebeuren vaak per fiets.

In de kleuterschool wordt er vaak klasdoorbrekend gewerkt (brede gang of buiten). De leerlingen hebben dan meer bewegingsruimte.

Op woensdagnamiddag doen we mee aan de sportactiviteiten van Sporty. Ook tijdens de opvang worden heel wat sportactiviteiten aangeboden.

Leerinhouden:

Inhoudelijk wordt er vaak gewerkt aan gezondheid, Ook de persoonsgebonden ontwikkelvelden krijgen extra aandacht. Zo leren kinderen zichzelf kennen en leren ze bewuste keuzes te maken. In onze school is iedereen anders. Daarom lacht niemand iemand uit. Leerkrachten kijken hier streng op toe. We letten op de inhoud van de schooltassen en zorgen dat deze niet te zwaar worden. Elk schooljaar gaan de leerlingen van de lagere school naar het verkeerspark of wordt er op de speelplaats geoefend. Verkeerslessen zijn niet enkel op papier. Er wordt ook naar buiten gegaan om wat geleerd werd in het verkeer toe te passen. Uitstappen zijn meestal te voet, met de fiets, het openbaar vervoer of een combinatie.