

## **Gemini College Lekkerkerk, een heel Gezonde School.**

Centraal in een school staat het leren en opleiden: de weg vrijmaken om met zo weinig mogelijk obstakels en met een zo goed mogelijke ondersteuning het diploma te behalen om de gewenste vervolgopleiding te kunnen gaan volgen. Daarnaast is het een taak van de school om zorg te dragen voor de verwerving van burgerschapsvaardigheden.

Om de opleidingsdoelen en de burgerschapsdoelen te behalen is een van de randvoorwaarden het welzijn van de leerling.

Leerlingen die goed “in hun vel zitten” en lichamelijk en geestelijk gezond zijn leveren betere prestaties dan wanneer het aan die randvoorwaarden ontbreekt.

Ook het bijdragen aan de gezondheid op langere termijn is een verantwoordelijkheid van de school en behoort tot de maatschappelijke doelen van het Openbaar Onderwijs.

### **Hoe dragen we ons steentje bij?**

Binnen het vak verzorging, bij het vak maatschappijleer en maatschappijkunde en bij het “Sterprogramma” van de Havo komen belangrijke onderwerpen die betrekking hebben op gezondheid en burgerschapsvaardigheden ruimschoots aan bod.

Dit wordt gedaan door speciaal ontwikkelde lesmethoden toe te passen (om enkele voorbeelden te noemen: “Lang Leve de Liefde” van Rutgers WPF en de methode “Frisse Start” van het Trimbos Instituut).

### Genotmiddelen

Het Gemini College Lekkerkerk is een **rookvrije** school. We hoeven niemand uit te leggen dat roken slecht is voor de gezondheid op korte en lange termijn. Zeker omdat mensen steeds langer moeten doorwerken is het belangrijk om hierop te investeren. Iedereen die voortijdig afhaakt tijdens het arbeidsproces heeft straks een groot probleem. We zijn dan ook sinds enkele jaren “Rookvrije school.”

Daarnaast wordt er bij ons op school **geen alcohol** gedronken. Bij schoolfeesten nemen we aan de deur een blaastest af. Heeft de leerling gedronken betekent dat dat de leerling geen toegang heeft en worden ouders geïnformeerd. Ook kijken we of er niets de school binnen wordt “gesmokkeld”. Ook door personeel en ouders wordt er binnen de school geen alcohol gedronken, dus ook niet bij diploma-uitreikingen of recepties.

### Pesten

We zijn geen pestvrije school. Overal wordt gepest, dus ook bij ons. Wel zijn er, naast het anti-pestprotocol, vertrouwenspersonen aanwezig die speciaal aangesteld en opgeleid zijn om leerlingen die gepest worden te helpen en er voor te zorgen dat hier direct wat aan gedaan wordt. Verder is het de plicht van iedere medewerker, indien geconstateerd wordt dat er gepest wordt, dit direct te melden bij de schoolleiding. Standaard wordt pesten gestraft. Hoe zwaar de sanctie is, hangt af van de ernst van het geval. Daarnaast wordt altijd gekeken welke ondersteuning er gegeven kan worden om het pestprobleem in het vervolg te voorkomen.

### Seksuele diversiteit, racisme en discriminatie

We leven binnen Nederland in een multiculturele samenleving. Ook bij ons op school. Daarnaast is seksuele diversiteit (LHBTIQ+) in Nederland geaccepteerd. Dus ook op onze school. Dit betekent wie of wat iemand ook is, we met respect met elkaar omgaan. Een ieder die bij ons werkt moet dit ook uitdragen.

### Gezonde Voeding

Overgewicht en obesitas leiden op lange termijn absoluut tot gezondheidsproblemen. Leerlingen met overgewicht en obesitas hebben minder conditie, zijn minder scherp en lopen een hoger pestrisico. In overleg met de gemeente Krimpenerwaard en met behulp van een subsidie ontwikkelt het Gemini College Lekkerkerk een programma om dit onderwerp bespreekbaar te maken en ondersteuning te bieden aan leerlingen om overgewicht en obesitas te voorkomen. Er zijn watertappunten en er wordt kritisch gekeken naar het kantineassortiment. Hiervoor wordt ieder jaar de Kantinescan gedaan volgens de richtlijnen van het Voedingscentrum. Sinds het schooljaar 2018-2019 hebben we dan ook de Zilveren Kantineschaal. Om dit alles goed te kunnen realiseren met de juiste activiteiten, werken we samen met de afdeling Voeding en Diëtetiek van de Haagse Hogeschool.

Zonder ouders kunnen we de doelstellingen van een Gezonde School niet halen. Daarom streven we ernaar ieder schooljaar een speciale ouderavond te houden, waarbij we ook gastsprekers uitnodigen. Aan het begin van het schooljaar wordt er ook informatie gegeven aan ouders van brugklasleerlingen door een adviseur gezondheidsbevordering van de GGD over de ontwikkeling van het puberbrein gekoppeld aan een gezondheidsonderwerp.

Zonder de hulp van alle medewerkers, ouders en leerlingen kunnen we deze doelstellingen niet halen.