

Voedingsbeleid Pro College Nijmegen

Gezondere Kantine



Het **Pro College Nijmegen** hecht belang aan een gezonde ontwikkeling en leefstijl van de leerlingen. Het Pro College probeert daarom voor haar leerlingen een omgeving te creëren waarin bewust is nagedacht over gezonde voeding.

Voor de doelgroep van het Pro College is gezonde voeding vaak niet vanzelfsprekend. Dit blijkt uit de resultaten van de EMOVO afgenomen in 2015/2016. Door 58% van onze leerlingen wordt minder dan 5 dagen in de week fruit gegeten, waarvan 21% nooit fruit eet. Door 42% van onze leerlingen wordt minder dan 5 dagen in de week groenten gegeten. Tevens wordt er door 31% van onze leerlingen nooit ontbeten. Deze resultaten verbazen ons niet, gezien de gesprekken die we met leerlingen hebben over dit onderwerp.

Het Pro College Nijmegen bevindt zich in de buurt van diverse winkelketens, waardoor de supermarkt in de pauze gemakkelijk bereikbaar is voor leerlingen. Het is daarom de uitdaging voor het Pro College Nijmegen om de leerlingen zoveel mogelijk in school te houden om gezondere keuzes te laten maken.

De **visie** van het Pro College Nijmegen is dat het op lange termijn beter is om leerlingen te leren omgaan met ongezonde verleidingen, dan ze er tegen te beschermen door alle verleidingen uit de schoolomgeving te schrappen. Dit doen we door in de schoolkantine gezondere keuzes aan te bieden, maar hier ook aandacht voor te hebben tijdens de lessen. Op onze school leren de leerlingen over gezond eten. In de kantine kunnen zij dit in de praktijk brengen. Zo ontmoeten theorie en praktijk elkaar.

Bij het overstappen van minder gezonde naar gezondere keuzes, kiezen we bewust voor het maken van kleine stapjes, waardoor we de leerlingen niet verleiden tot het in de pauze bezoeken van de supermarkt. Dit sluit aan bij de **Richtlijnen Gezondere Kantines** die zijn opgesteld door het Voedingscentrum. We maken hiermee de gezonde keuze de makkelijke keuze.

Onze kantine hanteert de volgende uitgangspunten:

1) 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. Deze betere keuzes zijn gedefinieerd door het Voedingscentrum.

2) Op de opvallende plaatsen liggen betere keuzes

De kantine hanteert de volgende drie uitstralingspunten:

- a. op de opvallende plaatsen bij het uitgestalde aanbod staan alleen betere keuzes;
- b. op de opvallende plaatsen in de automaten staan alleen betere keuzes;
- c. als je eten of drinken aanbiedt bij de kassa, staan daar alleen betere keuzes.

3) De kantine stimuleert water drinken

In onze Gezonde Schoolkantine is water altijd beschikbaar. Op de balie staan kannen met

water. Daarnaast hebben we een watertappunt buiten het toilet. Beiden zijn gratis voor de leerlingen.

4) Nieuwe gezonde producten worden stapsgewijs geïntroduceerd

Rekening houdend met onze doelgroep, laten we leerlingen langzaam wennen aan gezondere producten.

Voorbeeld: bij de introductie van de tosti, wordt deze eerst met wit brood aangeboden, dan zowel wit als bruin brood en uiteindelijk alleen met bruin brood.

5) De kantine heeft een basisassortiment, op sommige dagen uitgebreid met vers aanbod

Op de dagen dat de horeca afdeling actief is, worden er verse producten uit de keuken aangeboden in de kantine. Daarbij geldt dat verse producten voorrang krijgen binnen de productgroep.

Voorbeeld: als er verse soep wordt aangeboden, wordt er geen noodle soep verkocht.

Onze ambitie is een zilveren kantine voor 2017

Deze Zilveren kantine voldoet aan de verhouding betere keuzes/uitzonderingen (zowel bij het uitgestalde aanbod als bij de automaten) minstens aan de verhouding 60%-40%.

- Het uitgestalde aanbod en het aanbod in de automaten bestaat voor minimaal 60% uit betere keuzes;
- We bieden minstens groente of fruit aan;
- De aankleding van de kantine verleidt tot een betere keuze;
- We bieden een duidelijke looproute aan (door middel van paaltjes) waarbij de gezondere producten het eerst aangeboden worden;
- Bij acties bieden we uitsluitend betere keuzes aan. Deze staan duidelijk vermeld op het krijtbord.

Het Pro College werkt structureel aan een Gezonde Schoolkantine

Samen met onze horecadocenten, kantinemedewerkers en collega's werkgroep gezonde school zullen wij ieder jaar het aanbod in de kantine in kaart brengen met de Kantinescan van het Voedingscentrum en de uitkomst rapporteren aan de directie.