



Gezonde leerlingen presteren beter

“Gezonde leerlingen presteren beter!” is de slogan van de Gezonde School. In het gebouw waar de PO- en VO-raad zitten heb ik een afspraak met Arianne Westhuis en Judith de Meij, beiden werkzaam voor het programma de Gezonde School, over het nut en noodzaak van dit programma. Ik ben nieuwsgierig naar wat het programma precies inhoudt en hoe hiermee het geluk en welbevinden van de leerlingen wordt bevorderd.

■ Huub Braam

Organisatie

Arienne Westhuis is programmaleider van de Gezonde School. Binnen het programma werken vijf organisaties – de PO-, VO- en MBO Raad, GGD GHOR Nederland en het RIVM – op een integrale en structurele manier samen aan de missie om scholen te ondersteunen bij het verkleinen van gezondheidsverschillen tussen leerlingen en het maximaliseren van de gezondheidswinst. Hiermee wordt de gezondheidsbevordering in het primair onderwijs, voortgezet onderwijs en het middelbaar beroepsonderwijs gestimuleerd. De Gezonde School bevindt zich als programma dus op het snijvlak van onderwijs en gezondheidsbevordering.

Arienne komt niet van een van de onderliggende organisaties en moet vanuit die positie de grote ambities van de partijen samen laten komen. Het overkoepelende begrip gezondheid wordt niet verzuild maar integraal aangevlogen, wat in de praktijk betekent dat in het programma de verschillende sectoren – onderwijs, geestelijke gezondheidszorg en onderzoek – van en met elkaar leren. Dit krijgt ook gestalte in de huidige organisatie van het programma, waarbij medewerkers van de vijf organisaties daadwerkelijk samenwerken om de doelen van het programma te bereiken. Het doel is om scholen te stimuleren en ondersteunen om (nog) meer te werken aan de gezondheid en gezonde leefstijl van leerlingen en leraren.

Planmatig en integraal

Een Gezonde School werkt planmatig en integraal aan de gezondheid en gezonde leefstijl van leerlingen en leraren. De Gezonde School is een werkwijze waarbij scholen aan thema's werken met aandacht voor de vier pijlers zodat gezonde leefstijl vanzelfsprekend wordt. De werkwijze gaat uit van wat school al doet, bouwt hierop voort en gaat uit van de wensen en behoeften van de school. Een belangrijke rol hierbij is weggelegd voor het RIVM, vertelt Judith de Meij.

Aan hen de taak om informatie, instrumenten, effectieve interventies en voorbeelden te ontsluiten waar scholen actief mee aan de slag kunnen. Landelijk wordt er nu ook een effectiviteitsstudie uitgezet via ZonMw, waarmee met onafhankelijk onderzoek wordt gekeken naar de effectiviteit van het programma. De Meij is al jaren vanuit verschillende rollen verbonden aan het programma Gezonde School en werkt nu vanuit het RIVM aan de doorontwikkeling van de Gezonde School-aanpak.

THEMA

Wat is een Gezonde School?

Een Gezonde School stimuleert planmatig en structureel de gezondheid en veiligheid van leerlingen en leraren door per gekozen thema aandacht te besteden aan de vier zogenoemde 'pijlers':

1. *Gezondheidseducatie*
In de lessen is er structurele aandacht voor gezondheid. Bijvoorbeeld door op een thema een lespakket uit te voeren.
2. *Fysieke en sociale omgeving*
Gezond gedrag stimuleren door aanpassingen in de fysieke en sociale omgeving.
3. *Signaleren*
Gezondheidsproblemen worden gesignaleerd.
4. *Beleid*
Alle maatregelen voor de gezondheid van leerlingen en leraren zijn vastgelegd in het schoolbeleid.
www.gezondeschool.nl

De Meij vertelt dat scholen worden ondersteund om zelfstandig op dit thema aan de slag te gaan en dat de website hierbij steeds belangrijker wordt. Daarnaast worden er in het hele land scholingen en themabijeenkomsten georganiseerd voor scholen, GGD'en en partners van de Gezonde School.

Enigszins naïef vraag ik naar wat vanuit de Gezonde School verstaan wordt onder het begrip gezondheid. De Meij geeft aan dat het hier gaat om diverse thema's, variërend van voeding en bewegen, tot hygiëne, welbevinden en media-wijsheid. In de uitwerking van de Gezonde School-aanpak op deze thema's is het betrekken van ouders cruciaal en is het ook belangrijk om te realiseren dat de school onderdeel uitmaakt van een wijk en dat de schoolomgeving ook een belangrijke invloed heeft op het gedrag van de leerlingen.

De Gezonde School bestaat onder andere uit:

- De Gezonde School-aanpak: dit is een werkwijze voor scholen om structureel te werken aan gezondheid.
- Gezonde School-activiteiten: concrete lesprogramma's en/of projecten die u kunt inzetten op school. Deze activiteiten vormen een onderdeel van de Gezonde School-aanpak.
- Het vignet Gezonde School: hiermee laten scholen zien dat zij structureel aan gezondheid werken en voldoen aan de kwaliteitscriteria. Een school die het vignet heeft behaald, mag zich 'Gezonde School' noemen.
- De website *Gezondeschool.nl*: de centrale vindplek voor scholen met alle informatie over de Gezonde School.

Westhuis geeft een voorbeeld: "Als je werkt aan een gezonde schoolkantine dan wil je niet dat leerlingen bij de snackbar of de supermarkt hun ongezonde snacks gaan kopen. Bij de opzet en inrichting van de schoolkantine kan hier rekening mee gehouden worden, en kan het nuttig zijn om de partijen in de wijk bij het schoolbeleid te betrekken om zo samen een oplossing te vinden die past bij de school." Belangrijk om hierbij te vermelden, zo beamen

Westhuis en De Meij, is dat het programma nadrukkelijk aansluit bij wat er al is; het gaat niet om iets nieuws. Het is niet zo dat de Gezonde School naar scholen toegaat met een heel nieuw programma. Scholen zijn al sinds jaar en dag bezig met de lokale GGD om te werken aan verschillende thema's en kennen hun populatie en omgeving het beste. De eerste stap die een school doet is juist in kaart brengen wat er allemaal al wordt gedaan door de school. De Gezonde School-aanpak betekent dus ook niet altijd dat een school veel meer moet doen op het gebied van gezondheid. Het gaat erom de tijd en aandacht voor dit onderwerp zo effectief mogelijk in te zetten, en de meerwaarde van de aanpak ligt in het effectiever maken hiervan. Scholen worden ondersteund om planmatig met gezondheid aan de slag te gaan, waarbij ze in vier stappen komen van een plan (op basis van een schoolprofiel) tot het uitvoeren en evalueren met aandacht voor succesfactoren. Deze aanpak is voor elk thema hetzelfde en raakt – als het goed is – zo ingeburgerd.

"Hierdoor wordt," zo zegt De Meij, "de aanpak minder hapsnap (en/of versnipperd) en meer holistisch en integraal. Waardoor scholen hopelijk geïnspireerd raken om nog meer te gaan doen aan de gezondheid van de kinderen en de leerkrachten. Scholen kiezen zelf een thema waarmee ze aan de slag willen. Ze kiezen activiteiten die passen bij de school en de leerlingen, en werken structureel en langdurig aan een gezondheidsthema. Dit vergroot de kans om op lange termijn duurzame effecten te realiseren. Het programma ondersteunt scholen bij het maken van effectieve keuzes en door focus te geven. Van de activiteiten die worden aangeboden, is door professionals vastgesteld dat ze voldoen aan een aantal kwaliteitscriteria. De volgende stap is het meewerken aan het nieuwe curriculum waarin gezondheid integraal meegenomen zou moeten worden."

Westhuis: "Ik zie de school als de natuurlijke plek waar kinderen en de jeugd kan worden

bereikt. Dus ook rond een gezonde leefstijl. Dat lukt met name door de inzet en ondersteuning van de gezondheidsbevordering vanuit de GGD. Deze infrastructuur van scholen en GGD is wat mij betreft de gouden combinatie en een prachtige bestaande infrastructuur waar het programma de Gezonde School op kan aansluiten."

Samenwerking

De Gezonde School is het eerste overheidsprogramma dat mogelijk wordt gemaakt door een samenwerking van drie verschillende ministeries. Het programma is daarmee echt een voorbeeld voor andere integrale aanpakken. Van oudsher zijn de financieringsstromen tussen

Thema's van de Gezonde School

- Bewegen en sport
- Welbevinden en sociale veiligheid
- Voeding
- Relaties en seksualiteit
- Roken en alcohol
- Milieu en natuur
- Fysieke veiligheid
- Hygiëne, huid en gebit
- Mediawijsheid

de ministeries redelijk verzuimd. Voor de nieuwe periode 2017-2020 hebben de ministeries van VWS, OC&W en EZ de handen ineengeslagen voor financiering van het programma de Gezonde School.

Holistisch

De termen 'integraal' en 'holistisch' komen tijdens het gesprek regelmatig langs. Als je op internet kijkt naar de betekenis van holistisch, dan staat er vaak 'allesomvattend'. Hierbij wordt dan ook gerefereerd aan een visie die kijkt naar het geheel en zich niet richt op de losse onderdelen. Zoals Aristoteles al zei: "Het geheel is meer dan de som van de delen." Als je dit vertaalt naar het programma van de Gezonde School, dan zie je dat dit zich zowel richt

op het lichamelijke, het geestelijke als het sociale welbevinden, waarbij het programma zowel het beleid, de leraren, de ouders en de leerlingen, als de omgeving betreft. Als ik naar het belang van geluk of welbevinden binnen de Gezonde School vraag geeft De Meij aan dat het thema welbevinden nauw verbonden is met vrijwel alle gezondheidsthema's van de Gezonde School. Als leerlingen gezond zijn en goed in hun vel zitten in een klas met een positief sociaal klimaat kunnen zij zich bovendien beter concentreren en beter presteren. Zoals op de website van de Gezonde School zelf geformuleerd: "De Gezonde School draagt bij aan de gezondheid, het welbevinden en de schoolprestaties van leerlingen. Het biedt ze een betere basis voor hun verdere ontwikkeling."

Vignet Gezonde School

Het vignet van de Gezonde School is een kwaliteitskeurmerk voor scholen die werken aan het verbeteren van de gezondheid van hun leerlingen. De Meij geeft aan dat het vignet van de Gezonde School voor de school met name een manier is om te laten zien dat ze op de goede weg zijn. Na het behalen van minimaal een themacertificaat mag de school zich gedurende drie jaar een Gezonde School noemen.

Het programma de Gezonde School werkt ten aanzien van dit vignet samen met onafhankelijke experts en kennisinstututen binnen de thema's. Deze beoordelen de aanvraag binnen



Hoe wordt uw school een Gezonde School?

Planmatig werken betekent dat er voor elk van de volgende stappen aandacht is:

- *Voorbereiden*: maken van een schoolprofiel en het maken van een projectvoorstel.
- *Uitvoeren*: integraal werken aan gezondheidsthema's.
- *Evalueren*: meten van resultaten en effecten.
- *Succesfactoren*: creëren van de juiste voorwaarden, zoals draagvlak en samenwerking.



Figuur 1. De Gezonde School-aanpak

hun eigen thema en beslissen of een school het vignet krijgt of niet. Daarnaast kunnen de scholen met een Vignet bezocht worden voor een audit, zo vertelt Westhuis. Audits vinden plaats op basis van een steekproef. De school wordt vooraf geïnformeerd wanneer de audit plaatsvindt. Tijdens deze audit wordt getoetst of de antwoorden op de vragen overeenkomen met de praktijksituatie en de beschikbare (beleids)documenten.

De Meij geeft aan dat het voor het programma van de Gezonde School zelf ook een toets is, om te kijken of dat wat ze aanreiken ook daadwerkelijk bijdraagt aan een gezondere school.

Volgende fase

De Gezonde School heeft inmiddels al tien jaar ervaring met het integraal werken aan gezondheidsbevordering en komt dus zeker niet uit de lucht vallen. Het programma staat, is geëvalueerd en is klaar voor de toekomst. Er zijn scholen die voorlopen, die al een of meer themacertificaten van het vignet ontvangen hebben en scholen die er nu mee aan de slag willen. Maar het programma is nu echt, zo geven De Meij en Westhuis ook aan, in een nieuwe fase terechtgekomen; een fase waarin het programma daadwerkelijk breed uitgerold wordt en waarin hopelijk heel veel scholen in Nederland hiermee aan de slag gaan. Ook de manier waarop het nieuwe programma van de Gezonde School is vormgegeven en hoe dit vanuit drie verschillende ministeries wordt betaald, ademt dit uit.

Zowel bij De Meij als Westhuis twinkelen de ogen als ik ze vraag hoe ze het vinden om te werken voor het programma van de Gezonde School. Ik zie bij beiden de trots, dat ze voor dit programma mogen werken en de ambitie die zij hebben om dit te gaan uitrollen. ■

Huub Braam is docent, onderzoeker en mede-ontwikkelaar van *Lessen in Geluk*. Ook is hij oprichter van de Stichting *Lessen in Geluk*, die tot doel heeft het welbevinden van leraren en leerlingen op school te verbeteren. Op de faculteit Educatie van de HAN houdt hij zich al jaren bezig met onderwijs en onderzoek naar het nog beter functioneren van leraren en leerlingen op school.