



# Visie gezonde levensstijl

We willen bijdragen aan een gezonde levensstijl voor al onze leerlingen, waarin lichamelijke, sociale en emotionele gezondheid centraal staan. Daarom baseren we onze visie op gezonde levensstijl op de volgende principes:

## **Lichamelijke activiteit:**

Onze school vindt lichamelijke activiteit belangrijk voor de gezondheid en het welzijn van onze leerlingen. We proberen een ondersteunende omgeving te zijn waarin we onze leerlingen aanmoedigen om actief te zijn. Dit omvat het aanbieden van diverse sport- en bewegingsactiviteiten.

## **Gezonde voeding:**

We erkennen het belang van gezonde voeding. Daarom streven we ernaar om gezonde eetgewoonten te bevorderen door het promoten van gezonde tussendoortjes. Daarnaast verwerken we voeding en gezondheid ook in ons lessenpakket, zodat leerlingen meer inzicht krijgen in het belang van gezond eten.

## **Welzijn en sociaal-emotionele ontwikkeling:**

We hechten veel waarde aan het welzijn en de sociaal-emotionele ontwikkeling van onze leerlingen. We streven ernaar om een ondersteunende omgeving te creëren waarin leerlingen zich veilig, gewaardeerd en verbonden voelen. We bieden programma's en activiteiten aan die de sociale vaardigheden, emotionele veerkracht en zelfbewustzijn van onze leerlingen bevorderen.

## **Duurzaamheid en milieu:**

We erkennen de verbinding tussen gezondheid, welzijn en het milieu en streven ernaar om duurzaamheid te integreren in ons gezondheidsbeleid. We moedigen leerlingen aan om milieubewuste keuzes te maken die bijdragen aan een gezonde planeet en een gezonde toekomst voor henzelf en de generaties na hen.

Op onze school vinden we het belangrijk dat leerlingen een gezonde levensstijl hebben. We willen een fijne omgeving maken waarin leerlingen worden aangemoedigd om gezonde keuzes te maken en waar ze leren hoe ze gezond kunnen blijven gedurende hun hele leven.

