



ROC Nijmegen

Alle locaties van het ROC Nijmegen hebben 2 themacertificaten van het vignet Gezonde School opnieuw verkregen: (1) Bewegen en Sport en (2) Psychosociaal Welbevinden en

Even voorstellen

Bert Cleij (ROC Nijmegen): "Ik ben vanaf 2003 in dienst bij het ROC als docent, met als taak teamleider bij de opleiding Sport en Bewegen. Deze begon als partner van CIOS-Arnhem. Na 1 jaar ben ik teammanager geworden van zowel Sport en Bewegen, als Sport op Maat, dat al een succesvolle start maakte in 2002. De laatste jaren ben ik ook regisseur Gezonde School van het ROC."

Werken jullie aan gezondheidsbevordering?

"Zeker. Zo'n 10 jaar geleden ontstond de gedachte vanuit Sport op Maat en het landelijke platform Bewegen en Sport de behoefte aan vitaal werknemerschap: Vitaal ROC. Vitaal betreft geest en lichaam, die beide op de veranderende vraag en omgeving kunnen blijven anticiperen. Dat is een mooi verhaal vond men, maar het had toen geen prioriteit. Enkele jaren daarna sloeg het concept van de 'Gezonde School' wel aan. We konden ons paradepaardje Sport op Maat verzilveren met het eerste uitgegeven themavignet Bewegen en Sport. Dit gebeurde in 2014 in aanwezigheid van alle bobo's gerelateerd aan onderwijs en sport in Corpus in Oegstgeest."

"Sport op Maat is daarmee de opmaat en het vliegwieltje geworden van de Gezonde School. Van daaruit en vanuit het landelijke platform ontstond ook het concept regisseur Gezonde School. De taken zijn uitgebreid met aandacht

voor voeding, stoppen met roken, mentaal welzijn en relaties."

"Vanuit onze maatschappelijke taak is aansluiting met lokale ontwikkelingen op het gebied van gezondheid een mooie en noodzakelijke verbreding hiervan. Denk aan Groen, Gezond en in Beweging, de vitaliteitsweek, lokaal preventie akkoord, carpool-project Togethr, fietspromotie 'Rij Zop5'." We houden samen de wijk schoon. Ook gaan we met de kinderen lekker

Waar ben je trots op?

"Ik ben trots op de bredere kijk op gezondheid 'mens sana in corpore sano' (gezonde geest in gezond lichaam), die begint in te dalen. Denk aan aandacht voor bewegen en de strategische personeelsplanning."

Wat zijn valkuilen (geweest)?

"De belangrijkste valkuil is wanneer medewerkers denken dat de Gezonde School op zich staat, terwijl gezondheid een leef- en werkstijl is die integraal toegepast moet worden."

Kijkje in de toekomst

"Wanneer ik denk aan een ideaalplaatje bij een kijkje in de toekomst. Dan hoop ik dat de functie van regisseur Gezonde School overbodig is, omdat alle keuzes als vanzelfsprekend op gezondheid en duurzaamheid gefilterd worden."



Wat doen jullie om een Gezonde School te zijn?

"Er zijn meerdere sporen naast elkaar en deze zijn gericht op de verschillende thema's. Zoals ik eerder noemde is er Sport op Maat. Dit is een sportaanbod waar alle studenten naar tevredenheid aan deelnemen en hun eigen sportprogramma samenstellen, noodzakelijk voor het behalen van hun diploma. Dit is een keuze van het ROC Nijmegen, terwijl sport geen verplicht onderdeel is van het mbo.

Binnen het ROC is er het Expertisecentrum om studenten die buiten de boot dreigen te vallen, te ondersteunen. Zo zijn er steeds meer psychische problemen, geld-, verslavings- en thuisproblemen. Begeleiding gebeurt veelal individueel. De uitgiftepunten van voeding zijn door het Voedingscentrum beoordeeld met voor de leerbedrijven zilveren en voor de kantines gouden schalen. Daarnaast zijn er op alle locaties voldoende watertap-punten en worden er cursussen Gezond Koken aangeboden.

Ook hebben we het programma Grip op je gewicht. Dit is een aanbod van Sport op Maat waarin we studenten die worstelen met hun gewicht een leefstijlprogramma aanbieden. Deze begeleiding duurt tenminste een half jaar. Dit gebeurt in nauwe samenwerking met de JGZ-collega's van de GGD en diëtisten.

En natuurlijk is er de vernieuwde wetgeving rondom het Rookvrije Schoolterrein, die ingaat vanaf 1 augustus komend jaar. We zijn druk met de voorbereidingen. Tot slot krijgen jaarlijks de Valentijnsactie in De Week van de Liefde en de Regenboogvlag aandacht. Het lijkt steeds meer nodig, hoewel uit onderzoek blijkt dat de afwijzende houding ten aanzien van lhtb-ers afneemt."