Gesondheidsbeleid

Ons mik na:

- Die insluiting van gesondheidsboodskappe oor voeding in die kurrikulum en die opvoeding van onderwysers re voedingskunde.
- Die voorsiening van gesonder opsies aan kinders wat by die skool etes koop deur in die rigting van n gesonder snoepie te beweeg.
- Ons wil die bemarking of bevordering van kosse met n hoe sout-, suiker- of versadigde vetinhoud in die skoolomgewing verhoed.
- Die vorming van n skoolkultuur waarvolgens ouers geen „ gemorskos“ in die kinders se skoolpakkies saamstuur nie, in lyn met die riglyne vir die snoepie.
- Vermindering/ verwydering van ongesonde opsies in „vending machines“ en die aktiewe bevordering van gesonder opsies.
- Ons moedig die gebruik van belonings in die klaskamer aan wat nie op kos gebaseer is nie.
- Volgehoue opvoeding van kinders, skoolpersoneel en ouers oor gesonde eetgewoontes dmv die “communicator“, plakkate en pamflette.

Gesonde Snoepie beleid

- Die skool se snoepie is n gesonde snoepie wat n gesonde, gebalanseerde dieet aanmoedig deur n verskeidenheid van kosse te voorsien wat aan kinders se voedingsbehoeftes sal help voldoen.
- Alle belanghebbendes wat betrokke is by die voorsiening van kos aan skoolkinders word opgevoed oor die voedingsriglyne vir kinders.
- Belanghebbendes wat betrokke is by die aankoop van produkte vir die snoepie word ook geleer om voedseletikette te evalueer.
- Verwerkte kosse en drankies wat geen voedingsinligting op die etikette bevat nie, word sover moontlik vermy.
- Die gesonde snoepie moedig die gereelde inname van vrugte en groente aan, en voorsien sover moontlik hierdie items as versnaperinge of as deel van etes.
- Die snoepie stel ongegeurde,skoon water vryelik beskikbaar en die gebruik daarvan word aangemoedig.
- Die gesonde snoepie soek aanhoudend gesonder alternatiewe vir gewilde kossoorte met n laer voedingswaarde
- Voedselpromosies en geborgde produkte moet aan die vereisdes van die gesonde snoepie beleid vordoen.
- Gesonder opsies word teen laer pryse aangebied.

Snoepie riglyne:

Vermy:

- Kosse met n hoe versadigde - en trans vetinhoud.
- MSG (E620-625)
- Sekere kleurstowwe – Quinolone yellow E104, Sunset yellow E 110, Cormoisine Red E122, Cochneal Red E 124, Tartrazine E 102, Brilliant Blue E133
- Aspartaam en ander kunsmatige versoeters
- Kosse met n hoe suiker- of verfynde koolhidraat inhoud – hoe GI kosse.
- Kosse met n hoe soutinhoud