roc van twente

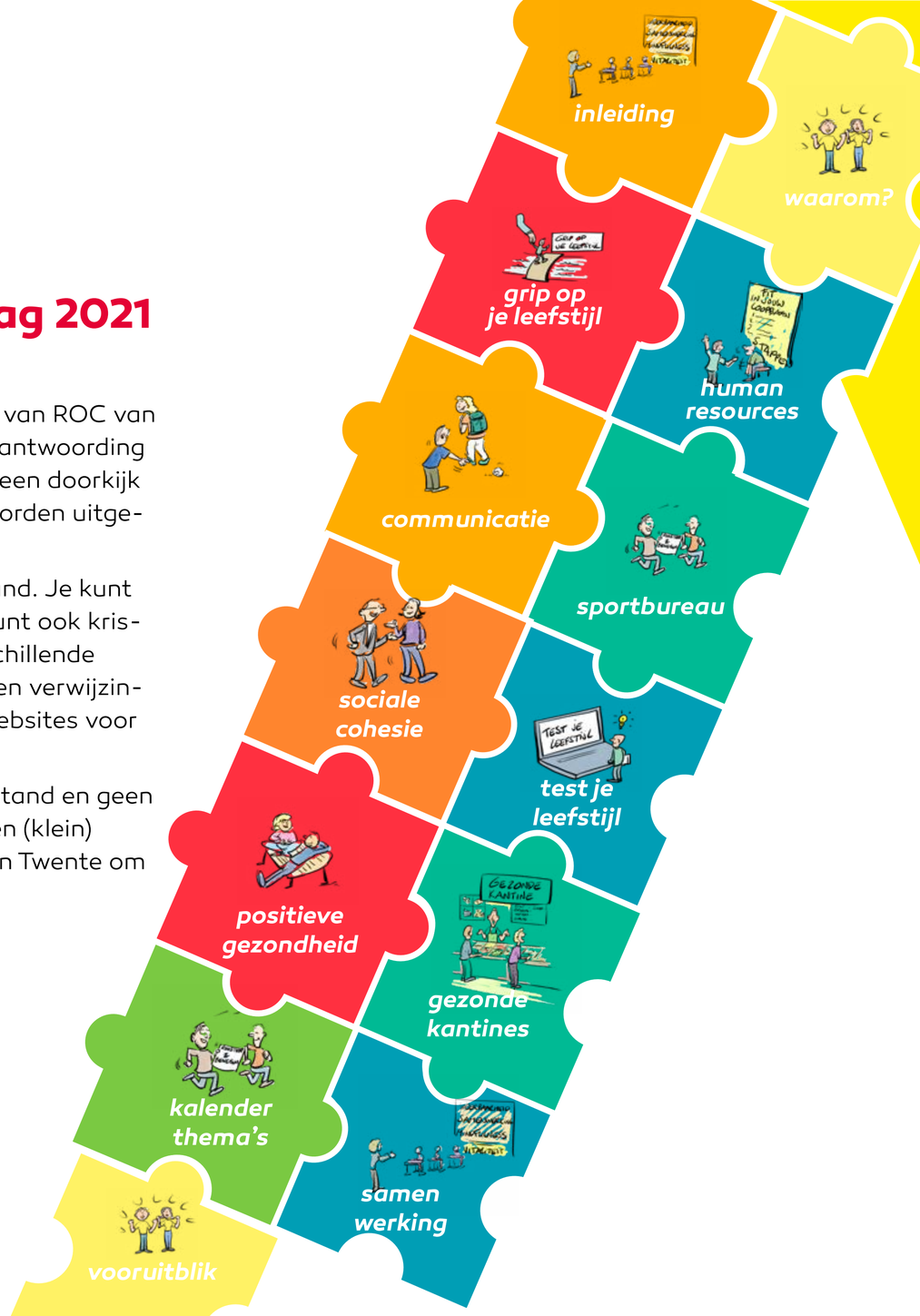
GEZONDE SCHOOL

gezonde school jaarverslag 2021

Dit is het jaarverslag Gezonde School 2021 van ROC van Twente. Dit jaarverslag is opgesteld om verantwoording af te leggen over het afgelopen jaar en om een doorkijk te bieden naar de initiatieven die in 2022 worden uitgewerkt.

Dit jaarverslag is een interactief PDF-bestand. Je kunt dit bestand natuurlijk uitprinten maar je kunt ook kriskras door het document klikken en op verschillende plekken in het document tref je hyperlinks en verwijzingen naar filmpjes, online documenten en websites voor meer informatie.

Door te kiezen voor een interactief pdf-bestand en geen ‘traditioneel’ gedrukt verslag, dragen we een (klein) steentje bij aan de doelstelling van ROC van Twente om zo duurzaam mogelijk te werken.



roc van twente
gezonde school jaarverslag 2021

de feiten in 2021

5000
studenten
Veel klassen zijn ingeschreven maar groepjes waren kleiner en activiteiten konden niet worden gepland.

15
thema-/sportdagen
15 themadagen konden -in zeer kleine groepen- doorgaan.

14%
van de medewerkers
heeft deelgenomen aan de
vitaliteitsscan

13.000
gezonde lunches Warm Welkom-activiteiten

285 klassen
hebben zich ingeschreven voor
Sport op Maat/VIT

9,25 fte
sportbureau

+1 fte
NPO-gelden

deelnemende Colleges:
Alle Colleges van ROC van Twente nemen op de een of ander wijze deel aan SportopMaat en/of themadagen.

- College voor Bouw & Vervoer
- College voor Commercie & Ondernemen
- College voor Creatieve industrie & ICT
- College voor Hospitality & Wellness
- College voor Mens & Gezondheid
- College voor Technologie
- College voor Onderwijs, Sport & Welzijn
- College voor Zakelijke dienstverlening & Veiligheid
- College voor Loopbaanontwikkeling & Participatie

dynamisch werken
Er is veel gestimuleerd om thuis vooral dynamisch te werken.

Afwisselen zitten en staan.

Gebruik van laptopstandaards en losse toetsenborden.

60
deelnemers
hebben deelgenomen aan het ROC golftoernooi en golfclinic.

samenwerking/netwerkverbanden
Intern:
- Loopbaancentrum en JIT,
- Burgerschap,
- LOB en Ondernemend Gedrag,
- Rookvrije schoolterreinen,
- Gezonde schoolkantines,
- Sociale veiligheid,
- ROC academie ,
- Dynamisch meubilair,
- Seksualiteit en relaties.

Extern:
- Samen 1Twente,
- Twente Gezond,
- Vitaal Twente,
- GGD,
- MBO raad/platform Sport en Gezonde leefstijl

gezonde schoolkantines
De schoolkantines voldoen dit jaar **niet** aan de richtlijnen van het voedingscentrum.

communicatie
Communicatie met studenten en ouders verliep meer dan anders via de opleidingen/teams.

Voor beeldvorming zijn de social media veel gebruikt.

De rookvrijschoolcampagne is ondersteund met doeken, narrowcasting en tegels op de pleinen.

€130 per fte
budget duurzame inzetbaarheid

inleiding
waarom?
grip op je leefstijl
human resources
communicatie
sportbureau
sociale cohesie
test je leefstijl
positieve gezondheid
gezonde kantines
kalender thema's
samen werking
vooruitblik

GEZONDE SCHOOL

roc van twente

gezonde school jaarverslag 2021

inleiding

Voor u ligt het jaarverslag Gezonde School 2021. Dit jaarverslag is geschreven om verantwoording af te leggen over het afgelopen jaar en om een doorkijk te bieden naar de initiatieven die in 2022 worden uitgewerkt.

Evenals vorig jaar heeft de Coronapandemie grote impact gehad op onze samenleving en daarmee ook op ROC van Twente.

Ook dit jaarverslag Gezonde School zal in die zin weer anders zijn dan anders. In het verslag zal meer ingezoomd worden op details en speerpunten. En we staan stil bij de doorontwikkeling van het thema Gezonde School en trachten een doorkijk geven naar de toekomst.

Ook is het van belang te melden dat het verslag verhaalt over twee halve schooljaren en er nogal wat verschillen zijn tussen de verschillende locaties van ROC van Twente. In het eerste deel van dit verslag bespreken we de algemene items en in het vervolg gaan we in op de diverse locaties. Aangezien we vele zaken gewoon doen omdat ze bijdragen aan het welbevinden van onze studenten en/ of medewerkers maar niet per se gelinkt zijn aan Gezonde School initiatieven zullen we ongetwijfeld niet volledig zijn.

Op het gebied van Gezonde Leefstijl blijkt dat aandacht voor welbevinden een trend betreft die doorzet.

GEZONDE SCHOOL

warm welkom

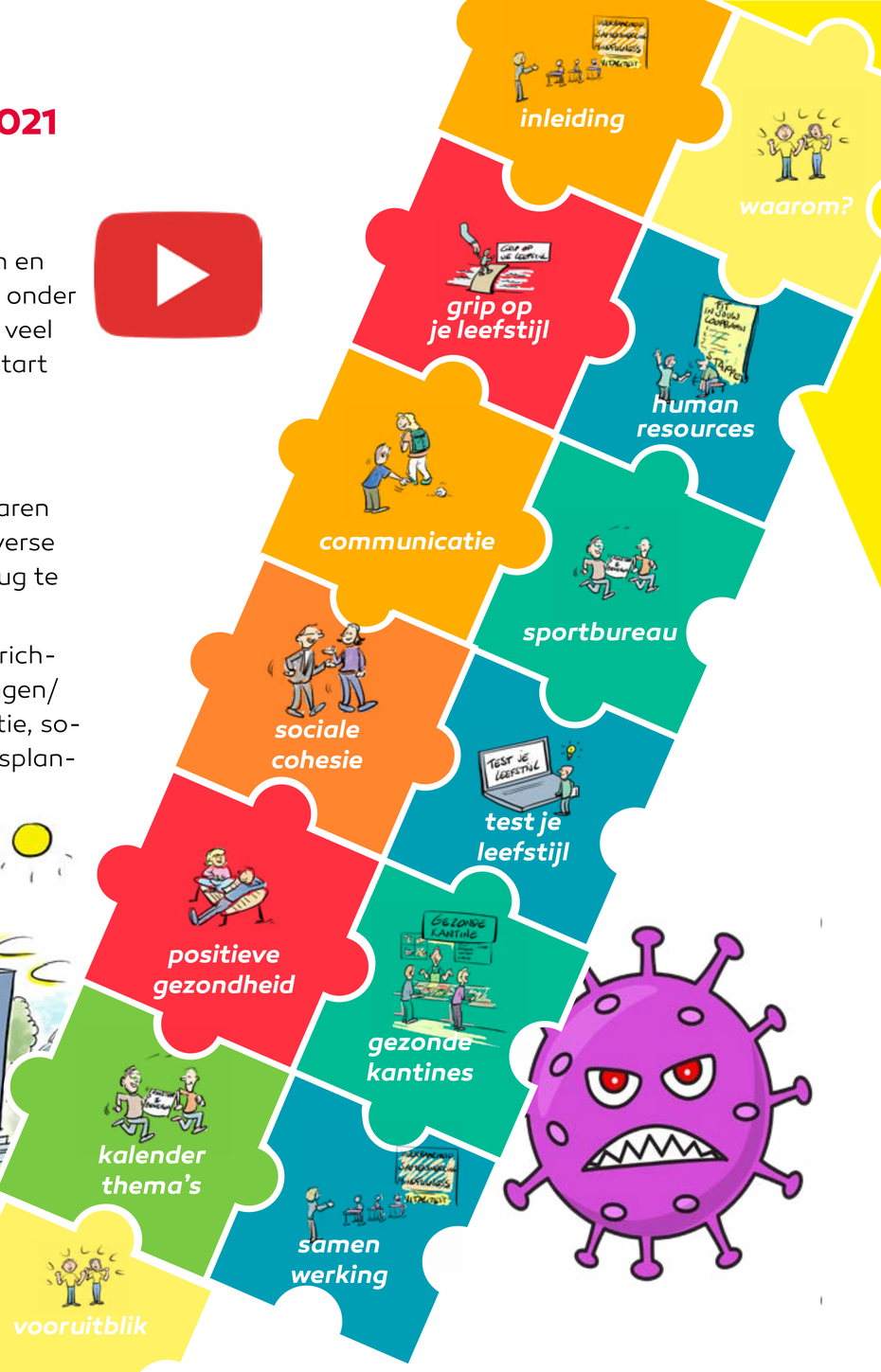
De aandacht voor het welbevinden van studenten en medewerkers heeft zich na het eerste corona jaar onder andere vertaald in “een Warm Welkom” met extra veel aandacht voor het creëren van verbinding bij de start van schooljaar ’21-’22.

borging

Wil Gezonde School in z’n integraliteit komende jaren voldoende geborgd worden dan zal dit meer in diverse plannen van eisen/criteria/ besluitprocedures terug te vinden zijn.

Bijvoorbeeld in plannen van eisen van bouw en inrichting, verhuizing opleidingen, cateringaanbestedingen/ lijsten, HR /cadeaus en festiviteiten, communicatie, sociale cohesie activiteiten en college- en opleidingsplannen.





roc van twente

gezonde school jaarverslag 2021

waarom willen we een gezonde school?

12 jaar geleden is het project Gezonde School gestart.
Is de zienswijze van toen nog actueel?

Mbo'ers vormen het kloppend hart van Nederland. Mbo-opgeleiden zijn cruciaal voor alle sectoren op onze arbeidsmarkt. Daarnaast maken Mbo opgeleiden voor ongeveer 60% deel uit van onze samenleving.

Om onze studenten voor te bereiden op de uitdagingen die hiermee samenhangen moeten we hen meegeven dat een gezonde leefstijl er toe doet.

Je 'mentaal goed' voelen en gezond en vitaal leven heeft onlosmakelijk effect op de eigen ontwikkeling en de baan in de toekomst. Als schoolorganisatie hebben we de opdracht hieraan bij te dragen zodat onze studenten fit en vol vertrouwen de arbeidsmarkt op gaan en zo verder helpen bouwen aan een veerkrachtig en vitaal Twente/Nederland.

Alle medewerkers in onze organisatie spelen direct en indirect een belangrijke rol in deze opdracht. Zij zijn de eerste ambassadeurs met hun voorbeeldgedrag.

Daarnaast getuigt het als gewoon goed werkgeverschap dat er beleid en veel aandacht is voor het welbevinden van de medewerkers. Aan de hand van verschillende metingen, uitingen en gesprekken geven medewerkers aan deze invulling van werkgeverschap sterk te waarderen.



In 2010 schreven we:

"Met de Gezonde School streven we naar een gezonde, vitale en veilige school voor studenten én medewerkers. Gezonde, fitte en vitale studenten en medewerkers dragen bij aan een goed leer- en werkklimaat. Dat leidt tot betere prestaties en een hogere tevredenheid. Op diverse wijzen stimuleren we een gezonde en bewuste leefstijl bij medewerkers en studenten"

Dat uitgangspunt staat anno 2022 nog steeds voorop!

Hoe dan?

Een Gezonde School, zoals wij willen zijn, vraagt een integrale aanpak waarin een bijdrage van iedereen binnen ROC van Twente wordt gevraagd.

Voor een goede borging kunnen Gezonde School-criteria niet ontbreken op alle besluitenlijstjes.

Aan alle participanten moet de vraag voorgelegd kunnen worden: "op welke wijze draag jij bij aan de Gezonde School?"



roc van twente

gezonde school jaarverslag 2021

gezonde school en human resources

Het welbevinden van medewerkers is dit jaar nóg meer dan andere jaren speerpunt geweest. Het programma: “Fit in je Loopbaan” staat als een huis. De BRAVOO thema’s zijn met uitzondering van de O van ontmoeting allemaal aan bod gekomen. Veel activiteiten zijn vanuit dit kader uitgevoerd, hoewel natuurlijk groepsactiviteiten geen doorgang konden krijgen.

Vanuit het HR domein Duurzame Inzetbaarheid, het Sportbureau en de werkgroep Gezonde School zijn veel activiteiten opgezet.

In de week van de vitaliteit (#Gofit) 20-24 september zijn er activiteiten en workshops georganiseerd met aandacht voor verbinding, gezonde leefstijl en HR-faciliteiten en regelingen in dit kader.

De vitale maandkalender is opnieuw vormgegeven en uitgebreid. (zie ook: kalenderthema’s)

Fit in je loopbaan

Medewerkers kunnen een keur van tools en interventies vinden op de plaza site “Fit in je loopbaan”. Het gehele programma kent zo een cyclisch geheel. Bedrijfsportactiviteiten hebben in de afgelopen periode een geheel ander karakter gekregen. Waren ze tot dan toe wekelijks fysiek te volgen, nu werden er wekelijks online work-outs gegeven met in het begin bijzonder veel deelname die naarmate de corona situatie langer duurde steeds iets minder werd.

Facilitair

Vanuit de Facilitaire dienst is weer veel aandacht geweest voor het gezond thuis werken.

Ook in de berichtgeving en attenties vanuit het College van Bestuur was er aandacht voor gezondheid en welbevinden, hoewel door het snel moeten reageren op corona-omstandigheden dit niet altijd optimaal is verlopen.



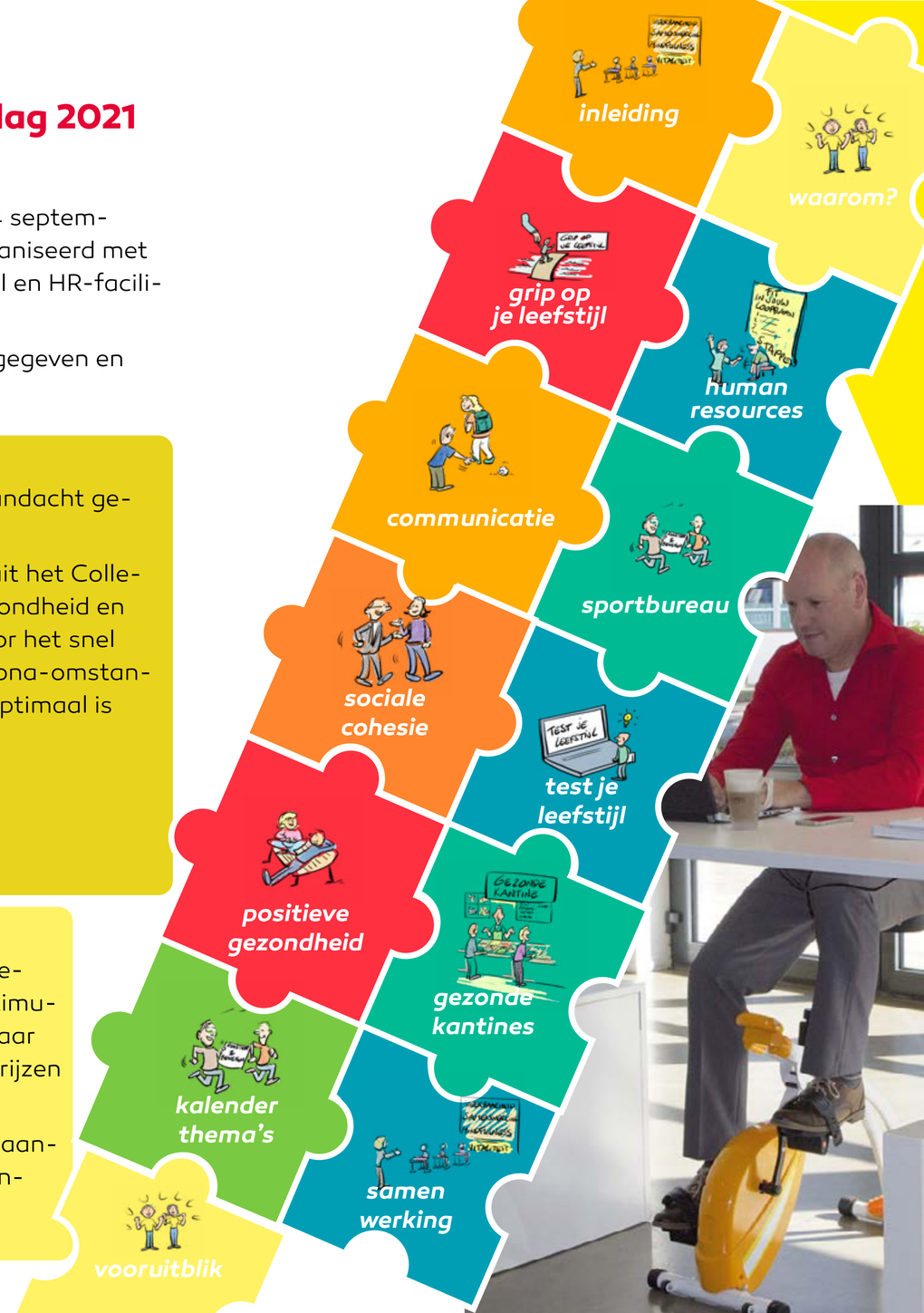


Mobiliteit en duurzaamheid

Mobiliteit heeft een duurzaamheid- en gezonde leefstijl impuls gekregen. De fietsregeling is verruimd en de kilometervergoeding stimuleert het komen op de fiets. Een prikkel in de goede richting en waar we een voorbeeld aan kunnen nemen bij het vaststellen van de prijzen voor de voedingsproducten in onze (gezonde school)kantines.

Fietsen naar je werk of stagebezoek wordt gestimuleerd door de aanschaf van e-bikes per locatie en er zijn aan de medewerkers regenjacks met korting aangeboden

vitaliteitscan



roc van twente

gezonde school jaarverslag 2021

vitaliteitscan



Een collega meldt: "ik had het gevoel dat ik als jonge moeder in het afgelopen jaar wel heel veel ballen hoog moest houden en daarbij vond ik dat ik te kort schoot in mijn werk. Door het extra gesprek heb ik toch even wat inzichten en tips gekregen waardoor ik meer lucht heb gekregen."



De vitaliteitscan waar de medewerkers jaarlijks aan kunnen deelnemen om inzicht te krijgen in de eigen workabilty en een aantal gezondheidsaspecten is ook in 2021 afgerond. Zie factsheet 2021

Collega's die als gevolg van de testresultaten oranje scoorden zijn uitgenodigd voor een verdiepend gesprek.

Voor 2022 wordt voorgesteld de vitaliteitsscan te koppelen aan de GoFit-week in september.

communicatie & marketing

Uiteraard is het van groot belang dat we ook goed communiceren wat we willen zijn.

De dienst C&M speelt hierin een bijzondere rol en laat grote betrokkenheid zien. Intern bij het creëren en opzetten van plaza sites en extern op met name de social media.

Gezonde School en gezonde-leefstijl als begrippen en verbonden activiteiten zijn in het afgelopen jaar weer veel gecommuniceerd. Ouders zijn op de hoogte gebracht van onze aandacht voor een gezonde leefstijl in presentaties op de (online)ouderavonden en -voorlichtingen van de diverse (nog niet alle) opleidingen.

De begrippen zijn opgenomen in de studiegidsen en huisregels van de verschillende locaties.

Op de Open dagen worden geen flesjes water met aandacht voor de Gezonde School meer uitgegeven in verband met onze opgave ook duurzaamheid actief uit te dragen. Een vervangende uiting is nog niet bedacht.





Rookvrije schoolterreinen

Rookvrije schoolterreinen kennen we nu 2,5 jaar. Er is veel gecommuniceerd over het rookvrij worden van onze schoolterreinen via social media, doeken in hallen, borden op de pleinen.

De boodschap en communicatietoon is: “ROC van Twente wil bijdragen aan het mogelijk maken van een rookvrije generatie”.

Nu er weer meer studenten op de locaties komen is weer meer handhaving nodig. Het komende jaar wordt onderzocht op welke wijze priming en nudging activiteiten een bijdrage kunnen leveren in het verminderen van de handhavingsdruk. Ook het afgelopen jaar bleek het niet altijd eenvoudig medewerkers en studenten te bereiken via de gebruikte communicatiekanalen.



HET MAGAZINE VAN DE KONINKLIJKE VERENIGING VOOR LICHAMELIJKE OPVOEDING

LICHAMELIJKE opvoeding MAGAZINE

NUMMER 8 Jaargang 109 | november 2021

TOPIC

Hoe ROC van Twente vorm en inhoud geeft aan B&S

Bewegen en sport is bij ROC van Twente onderdeel van het brede en integrale programma Gezonde School. Wij stimuleren een gezonde en bewuste leefstijl op het gebied van onder andere: voeding, bewegen, roken, alcohol- en drugsgebruik, welzijn, veiligheid en gedrag voor onze studenten en medewerkers. ROC van Twente wil hiermee een bijdrage leveren aan het welbevinden van studenten en medewerkers. Ook wil ROC van Twente een bijdrage leveren aan een gezondere 'Twentse' omgeving, arbeidsvitaliteit en de duurzame inzetbaarheid van toekomstige medewerkers. We geloven dat mensen die fit en vitaal zijn meer energie en plezier in het leven hebben en beter presteren.

TEKST GERALD OUDE ALINK EN GUIDO WEVERS

Lange adem

De aanpak Gezonde School is er één van de lange adem. In 2009 zijn de eerste contouren geschetst. Daarna was het klein beginnen, uitproberen, kijken wat aanslaat en wat niet, om vervolgens daarop voort te borduren. Vanaf het eerste moment zijn studenten én medewerkers als doelgroep aangemerkt. Iedere medewerker is natuurlijk in potentie ambassadeur van de Gezonde School-aanpak. Een Gezonde School kun je zijn als alle geledingen meedoen en de Gezonde School-aanpak meenemen als criterium in de besluitvorming

Sportbureau

Het Sportbureau is de spil in de uitvoering van de beweegprogramma's. Het Sportbureau geeft invulling aan alle programma's die bijdragen aan vitaliteit van studenten en/of medewerkers. Het richt zich op activiteiten van meer en beter bewegen en op activiteiten waarbij bewegen wordt ingezet als middel om andere doelen te bewerkstelligen, zoals verbinding en ontspanning, stimuleren van groepsdynamica, persoonlijke groei en ontwikkeling. Het Sportbureau is hierbij dienstverlener of de initiatiefnemer, uitvoerend of meedenkend, coördinerend of faciliterend, sturend of begeleidend en een veelzijdige bron van inspiratie.



Visiedocument

"Centraal in onze aanpak staat de WAARDE die onze dienst heeft voor de gebruiker, de student of de medewerker. Bij al onze werkzaamheden reflecteren we op de kernvraag: 'Wat heeft de deelnemer eraan?'. Door deze kernvraag centraal te stellen, proberen we pedagogisch en vakinhoudelijk maatwerk te leveren; aan teams, aan opleidingen, aan opleidingsniveaus (1 t/m 4), aan klassen, of aan individuen. Door open te staan voor feedback en dit te organiseren via student-arena's en enquêtes, proberen we nuttige informatie te achterhalen die we kunnen gebruiken om onze dienstverlening te verbeteren."

Programma's

Bewegen en sport bij ROC van Twente kent veel verschillende vormen. Hierbij een korte toelichting op de verschillende beweegprogramma's:

SportopMaat

Studenten krijgen de mogelijkheid te kiezen uit meer dan 30 verschillende beweegactiviteiten of sporten. Er is keuze uit interne of externe activiteiten.
Met de opleidingen is afgesproken hoeveel lessen studenten in dat kader gaan volgen. Voornamelijk in het eerste studiejaar. Er zijn ook opleidingen die in het 2e en 3e studiejaar activiteiten aanbieden.

VIT-lessen

Klassikale beweeglessen op alle niveaus (1 t/m 4) die in afstemming met de opleidingen worden vormgegeven. Weerbaarheid, groepsdynamica, fitness, tiltechnieken. Ideaalplaatje is een combinatie van beide programma's. Echter, meer van het één of het andere programma is mede afhankelijk van de accommodatie.

Foto's
Archief ROC van Twente

Contact
Testjeleefstijl.nl

Gerald Oude Alink is teammanager Sportbureau en coördinator Gezonde School bij ROC van Twente

Guido Wevers is teammanager van de opleiding Sport en Bewegen, niveau 4 bij ROC van Twente

Contact
goudealink@rocvantwente.nl
gwevers@rocvantwente.nl

Kernwoorden
mbo, leefstijl, bewegen

Grip op je leefstijl

Studenten van de roc-opleidingen kunnen zich bij het Sportbureau aanmelden voor Grip op je leefstijl. Dit programma is met name bedoeld voor de studenten die moeite hebben met het maken van gezonde leefstijlkeuzes. Het is een intensief begeleidingstraject met de duur van een studiejaar. In het begeleidingsteam zitten LO-docenten van het Sportbureau, diëtisten, psychologische begeleiding van het Loopbaancentrum en de GGD treedt op als adviseur. De begeleidingsstijl en het Spinnenweb van Positieve Gezondheid worden hierbij gebruikt.

"Ik had nooit gedacht dat dit mij zou gaan lukken en heb niet alleen anderen maar vooral mijzelf verbaasd met alle vooruitgang", aldus student J.K.

ART

De Agressie Regulatie Trainingsaanpak (ART) is veel meer een individueel begeleidingsprogramma. Studenten worden hiervoor door Studieloopbaanbegeleiders en/of vanuit speciale trajecten aangemeld.

Themadagen/ Introductie (kennismakings)activiteiten

Per studiejaar worden ruim 50 themadagen aan opleidingen aangeboden. Deze themadagen worden in samenwerking met de opleidingen ingevuld en kennen veel verschillende doelstellingen en dus ook verschillende inhouden. Veel activiteiten zijn mogelijk zoals: klimmen, waterskiën, golfen, mountainbiken, suppen, beachvolleyballen, of obstacle parcours, maar ook groene spelen, of kennismakingsactiviteiten.

Nationale Kampioenschappen voor MBO

Jaarlijks worden in mei op verschillende mbo-instellingen de NK's georganiseerd in de vorm van Multi-events. Studenten kunnen dan in vele sporten tegen elkaar strijden om de eer en soms ook gewoon om mee te doen. Ook de breedtesport wordt via deze NK's gestimuleerd, omdat op een aantal sporten ook voorronden in de regio en op de scholen zelf worden georganiseerd. Bij ROC van Twente doen ruim 500 studenten mee aan de NK's en de voorronden. In totaal doen zo'n 4500 studenten op de een of andere manier mee aan het brede SportopMaat-beweegprogramma.

TestJeLeefstijl.nl

Voor signalering- en bewustwording van de eigen leefstijl gebruiken we 'Test je leefstijl'. *Testjeleefstijl.nl* is voor het mbo het landelijke signaleringsprogramma over leefstijl voor studenten. De uitleg van de test en wat ermee wordt gedaan, lees je in het uitgebreide artikel op de website.



Bedrijfssport

Voor medewerkers is de programmalijn 'Fit in Je Loopbaan' opgezet met de BRAVOO-thema's als kern. Het Sportbureau initieert, organiseert en verzorgt de bedrijfssportactiviteiten voor medewerkers van ROC van Twente met een belangrijke rol voor de eigen medewerkers. Hoe dat wordt gedaan lees je in het uitgebreide artikel op de website.

Duurzame inzetbaarheid

Het HRM-programma 'Fit in je Loopbaan' is inmiddels sterk uitgebreid met meer activiteiten in het licht van duurzame inzetbaarheid. Aan de medewerkers wordt ieder jaar een vitaliteitsscan aangeboden om inzicht te krijgen in de eigen workability en een aantal gezondheidsaspecten. Vervolgens kan de medewerker weer gebruik maken van passende onderdelen van 'Fit in je loopbaan'. Het gehele programma kent zo een cyclisch geheel. Zo is er ook aandacht voor dynamisch meubilair om wisselingen in het zit-sta gedrag te stimuleren. Het mobiliteitsplan met een kilometervergoeding voor fietsen hoger dan voor autogebruik stimuleert het fietsen naar het werk.

Opleidingen

Opleidingen die natuurlijk op basis van de kwalificatiedossiers veel aandacht voor bewegen hebben zijn: de opleidingen Sport en bewegen, Sport en recreatie, Vitaliteitsmedewerker, maar ook opleidingen als Onderwijsassistent, Pedagogisch medewerker, Vrede en veiligheid. Met name de studenten Sport en bewegen worden veelvuldig ingezet bij sportactiviteiten. Hoe studenten verder worden ingezet, lees je in het uitgebreide artikel op de website.

ROC van Twente is de onderwijsinstelling voor middelbaar beroepsonderwijs en volwassenenonderwijs met ongeveer 20.000 studenten en 2000 medewerkers op verschillende locaties in de regio Twente.

Voor meer informatie over dit onderwerp kun je contact opnemen met de auteurs.

roc van twente

gezonde school jaarverslag 2021

roc van twente

gezonde school jaarverslag 2021

sportbureau

Het Sportbureau is, met uitzondering van sport en bewegen in initiële opleidingen, betrokken bij alle beweegactiviteiten in ROC van Twente.

Het Pedagogisch Didactisch Document van het Sportbureau is in het kader van de PDCA cyclus besproken in het voorjaar ’21. De werkwijze is geëvalueerd. Twee collega’s zijn aan het team toegevoegd in het kader van vervanging en de uitbreiding van NPO activiteiten.



Naast SportopMaat is er veel meer aandacht gegaan naar online lessen, scholing in beweegactiviteiten tijdens onlinelessen, Testjeleefstijl, Grip op je leefstijl en Bewegen aan groepen kwetsbare studenten.

We hebben gemerkt dat in de periode tot de zomervakantie er redelijk tot goed werd meegedaan met de beweeglessen online.

Na de zomervakantie hebben we moeten zoeken naar andere invulling van de lessen omdat motivatie voor beweegactiviteiten achter het scherm sterk was afgenomen.

Er is meer aandacht gegaan naar vitaliteit dan naar bewegen.

‘Warm Welkom’

Op verzoek en met ondersteuning van het CvB heeft het Sportbureau in vier van de grotere locaties spectaculaire beweegactiviteiten als abseilen, beachvolleybal, e-games en race-simulaties georganiseerd.

Het moest in een erg korte periode gebeuren en het team is hier vol voor gegaan.

De kracht van ons team…

…bestaat uit de bereidwilligheid om voor en met elkaar te werken.

Collega’s hebben geen vaste PVI op basis van uren. We benaderen het werk als een klus die we samen willen klaren. Verantwoordelijkheden worden verdeeld en wanneer een takenpakket te groot of te klein wordt, helpen we elkaar.





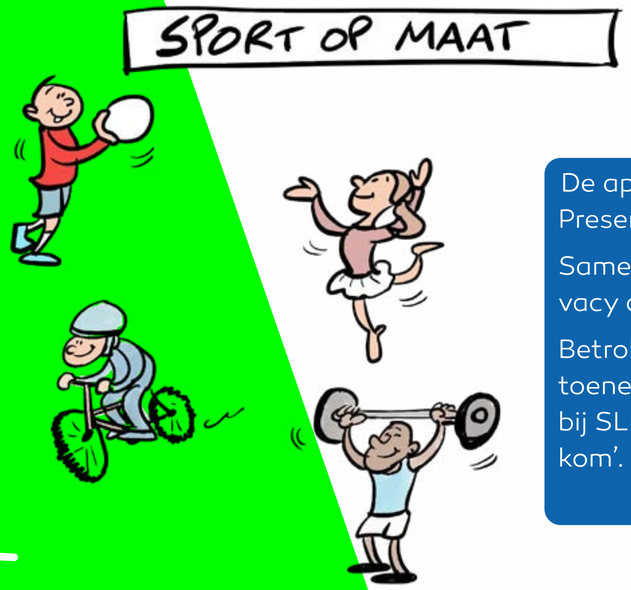
roc van twente

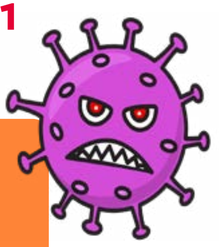
gezonde school jaarverslag 2021

sport op maat

SportopMaat, het beweeg-programma voor studenten, wordt door de meeste opleidingen gebruikt als invulling en verantwoording voor het deel vitaal burgerschap, als onderdeel van het programma Burgerschap. Alle colleges waarvan 285 klassen met ongeveer 5000 studenten nemen in op een of andere manier deel aan beweegactiviteiten van het Sportbureau. De invulling en wijze van de deelname wordt ieder voorjaar afgestemd met de teammanager van de desbetreffende opleiding. Dit resulteert in vele varianten van het beweegprogramma SportopMaat. Als gevolg van de coronasituatie was er bij een aantal opleidingen minder aandacht voor dit onderdeel van vitaalburgerschap.

De organisatie van SportopMaat is een vorm van gepersonaliseerd onderwijs en was ook in coronatijd toepasbaar, voor zover sportaccommodaties open waren.





Als gevolg van de coronasituatie was het voor een aantal opleidingen niet mogelijk aandacht te besteden aan dit onderdeel van vitaal burgerschap.

Sportbureau en Noaberschap

Collega's van het Sportbureau zijn bijgesprongen bij diverse opleidingen die op korte termijn ondersteuning nodig hadden. Bijvoorbeeld bij opleidingen Sport en recreatie, Onderwijsassistent, Verpleging en Assist.

Vanuit de NPO middelen is het ook mogelijk geweest vanuit het Sportbureau ondersteuning te bieden bij ScorenDoorScholing.

Sportbureau en reizen

In 2021 geplande reizen konden wederom niet doorgaan. De voorbereidingen om dit in 2022-2023 weer op te pakken zijn weer gestart. .

NK's voor mbo

De NK's voor MBO zijn ook niet doorgegaan. In mei 2022 zijn de NK's wel weer gepland.

De app voor Sport op Maat functioneert goed. Presentieregistratie is in de functionaliteit verwerkt.

Samenwerking met de Educatie technologie en de privacy officemanager verliep prettig en constructief.

Betrokkenheid van de opleidingen is essentieel en er is toenemende betrokkenheid bij opleidingen en met name bij SLB'ers. Dit was vooral te merken bij het 'Warm Welkom'.



sociale cohesie

De teammanagers ENWB hebben in juni uitgesproken dat zij zelf dit aandachtpunt zullen bewaken en aanjagen. Daarom wordt ook het voorzitterschap van de VVE bijeenkomsten per toerbeurt door hen ingevuld.

Belangrijkste twee pijlers waarop ENWB inzet:

1. **Uitdragen ENWB-cultuur** waar studenten en medewerkers aan moeten bijdragen.
   Betere duiding van de ENWB-cultuur (‘Zo gaan wij hier met elkaar om, dit is wat wij wel en niet willen zien’).
   Motivatie: eenduidige regels maakt het makkelijker collega’s en studenten (van de eigen en andere MBO Colleges) aan te spreken op gedrag.
2. **Ontmoeten**
   Stimuleren van ontmoeting over de MBO colleges heen, heeft geresulteerd in vele activiteiten, weergegeven in een ENWB-jaarkalender.

Enkele activiteiten die er uit springen:

- Zweeds loopspel aan het begin van het schooljaar + lunch voor alle studenten en collega’s is dit jaar niet doorgegaan.
- Klassenbezoek medewerkers Facilitaire zaken en Beveiliging (begin en halverwege het schooljaar).



Het projectresultaat

Al met al is men op de locatie ENWB tevreden over de samenwerking tussen opleidingen en medewerkers met aandacht voor sociale cohesie als doel.

De gesprekscultuur is in de afgelopen jaren positief veranderd. Teams nemen meer verantwoordelijkheid voor locatie brede, college-overstijgende activiteiten. Kwetsbaarheid blijft, is zichtbaar en wordt veroorzaakt door de dynamiek van wisseling van teammanagers en studenten op de locatie.

Ondersteuning vanuit het landelijk programma Gezonde School:

Ieder jaar ontvangt ROC van Twente middelen van het programma Gezonde School om thema’s van de Gezonde School onder de aandacht te brengen en voor themacertificaten te gaan.

- Welbevinden: locaties ENWB, ENCO en ALSU
- Relaties en seksualiteit: locaties ENWB en ENGA
- Bewegen en sport: locaties ENCO
- Voeding: locaties ALWI en HEG



test je leefstijl

Testjeleefstijl.nl is het landelijke signaleringprogramma voor studenten waar ook het Sportbureau gebruik van maakt. Voor 2020-2021 stond de uitrol van dit uitstekende signalerings- en bewustwordingsinstrument en de communicatie hierover met de docenten Burgerschap van de diverse opleidingen als speerpunt benoemd. Er is een schrijven gegaan naar alle teammanagers met een lesbrief voor de docenten Burgerschap om online de test te kunnen laten afnemen vergezeld van een filmpje voor het fysieke deel van de test.

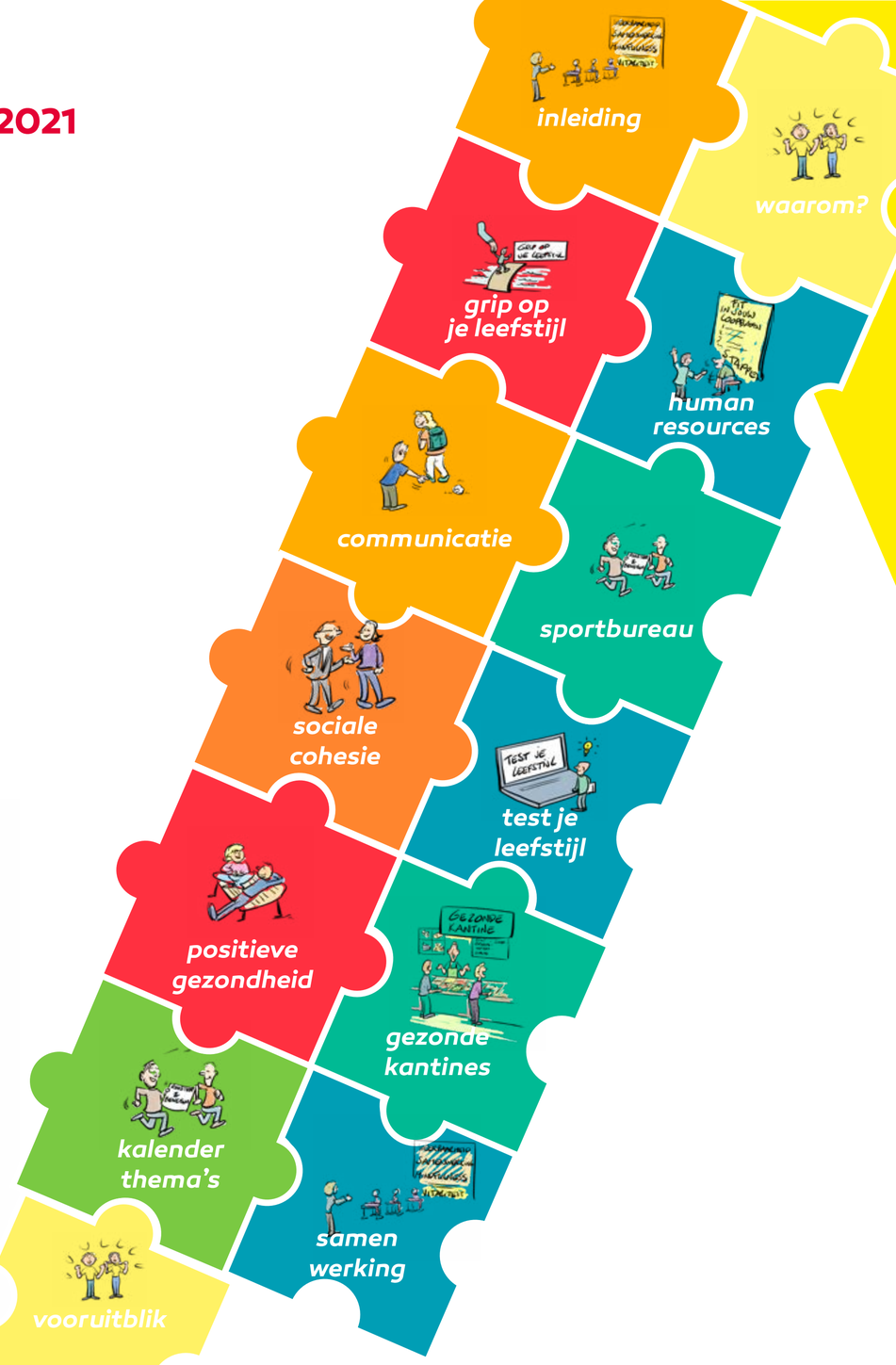
De test, ingezet bij de start van het vormgeven aan vitaal burgerschap, geeft een hele goede basis voor de lessen (vitaal)burgerschap. Het Sportbureau richt zich hierbij met name op de thema's fitheid en bewegen. Burgerschap docenten kunnen dan de thema's voeding, alcohol, roken, relaties en seksualiteit maar ook geld, eenzaamheid, drugs en schermgebruik oppakken. In 2021 is meer dan in voorgaande jaren gebruik gemaakt van de test.

Wil er voor het ROC een betrouwbaar beeld van de mentale en fysieke gesteldheid van onze studenten uitkomen zullen alle opleidingen moeten gaan deelnemen.

Zie Testjeleefstijl.nl







Grip op je leefstijl (GRIP)

We weten dat sommige studenten en medewerkers letterlijk slecht in hun vel zitten; onzeker zijn, overgewicht of ondergewicht hebben en moeite hebben met het maken van de betere keuze.

Met de ondersteuning van GRIP krijgen de studenten weer meer plezier in bewegen om vanuit een letterlijk beter in je vel zitten betere keuzes te kunnen maken. Het spinnenweb, gesprekstool uit Positieve gezondheid wordt gebruikt in de begeleiding van deze studenten.

Met behulp van NPO-gelden is GRIP naar de locaties ENWB, ALWI, ALTH, HEGI en ALSU uitgebreid.

Het programma

- voldoet aan de behoefte van studenten blijkt uit evaluatie;
- is intensief met betrekking tot inzet van medewerkers;
- betrokken partijen zijn tevreden over eigen bijdrage.

Samenwerking met: de GGD Twente, 2 diëtisten, Forza Gym en het Loopbaan centrum is van belang gebleken.

Met de coaches Esther Homan en Janny Beuzel is afgestemd dat GRIP ook voor medewerkers kan worden ingezet.



Uit de brief van een cursist:

"Nu zijn we alweer 6 maanden verder en nog steeds heb ik de motivatie om door te gaan. In die 6 maanden ben ik 40kg afgevallen en heb me nog nooit zo fit gevoeld.

Ik had nooit gedacht dat dit mij zou gaan lukken en heb niet alleen anderen maar vooral mijzelf verbaasd met alle vooruitgang van het afgelopen anderhalf jaar. Dit was nooit gelukt zonder alle hulp die ik gekregen heb en wil daarom ook de mensen van het Sportbureau heel erg bedanken voor de kansen die ze mij gegeven hebben. Voor het meegaan naar de sportschool, het opstellen van een sportschema, de begeleiding en de mogelijkheid om zo vaak te sporten in de week. Dit alles heeft mij heel ver gebracht en dat was niet gelukt zonder hun."



gezonde schoolkantines

Gezonde schoolkantines creëren blijft een uitdaging. Er wordt voortdurend gezocht naar een balans tussen het verleiden om de gezondere producten te kopen en het voorkomen dat studenten én medewerkers naar de winkels, cafetaria's en snackbars in de buurt lopen om daar de lunch te halen. De cateraar is hier actief mee bezig met af en toe een uitglijder.

In het 'Warm Welkom' voor de studenten heeft Markies voor ongeveer 13.000 studenten een lekker Broodje Gezond geserveerd.

Komend jaar worden studenten weer uitgedaagd om een lekker gezond broodje te creëren.

Wat kan beter?

In de bestellijsten moeten gezondere producten en een gezonde lunch de standaard zijn. Evenals voor ROC brede activiteiten als congressen of een Opendag.

De mogelijkheid om vanuit de opleidingen samen te werken met de cateraar gebeurt mondjesmaat en kan beter.







roc van twente

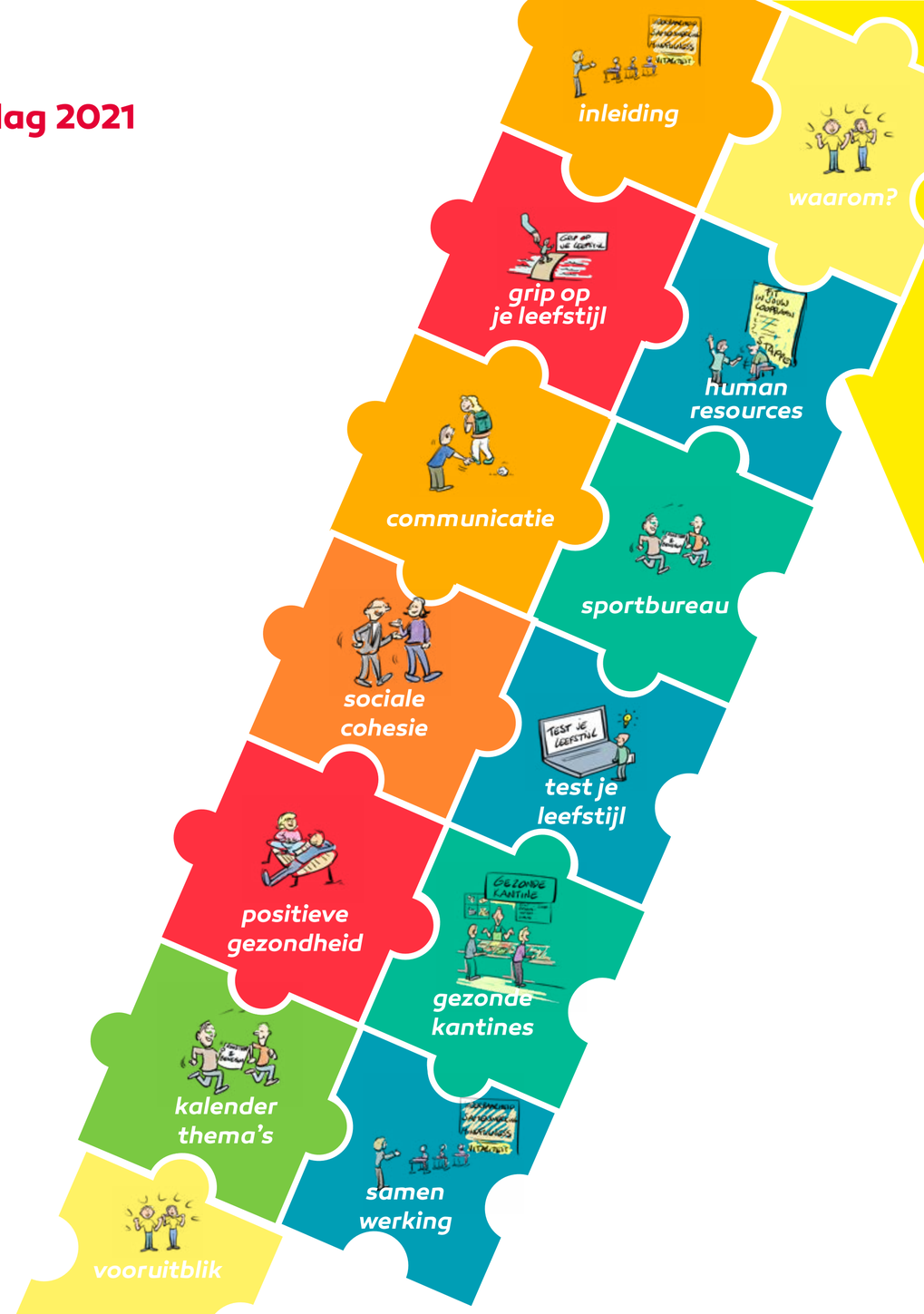
gezonde school jaarverslag 2021











roc van twente

gezonde school jaarverslag 2021

Samenwerking & Kennisdeling

De Gezonde School aanpak binnen ROC van Twente kent als gevolg van de integrale benadering een breed netwerk aan participanten die ieder vanuit de eigen discipline invulling en aanvulling bijdragen aan de Gezonde School.

- Op ALWI is Nico Haarman aangesloten om meer aandacht te genereren voor gezonde voeding
- Op ENCO is Judith Kamphuis aangesloten om vanuit de opleiding Sport Bewegen en Gezondheid bij te dragen aan een Gezonde School/ Positieve gezondheid
- Op ENSU is een collega van het Sportbureau bij het gebruikersoverleg aangesloten om Gezonde School een stapje verder te brengen.
- Met het Loopbaancentrum is intensief contact over thema's die te maken hebben met het welbevinden van studenten.
- Duurzaamheid is een thema dat voor een groot deel parallel loopt met de Gezonde School. Alle initiatieven in het kader van duurzaamheid dragen bij aan een gezondere school. Er is veel overleg geweest.
- Bij de ROC Academie verzorgen collega's van het Sportbureau workshops.
- Met de GGD/ Twente lopen vele lijntjes op de Gezonde School thema's

Landelijk zijn er vele connecties en wordt ROC van Twente vaak gevraagd te delen en te ondersteunen.





vooruitblik / toekomstperspectief

In de aanloop naar 2022 is er meer aandacht gekomen voor het welbevinden van studenten en hun mentale en fysieke situatie. Dit komt tot uitdrukking in:

- Het **Warme Welkom** is ook voor 2022 gepland waarbij de activiteiten waaronder lunchtickets met name gericht wordt op de nieuwe 1e jaars.
- **Aandacht voor eenzaamheid** is naar aanleiding van de afgelopen coronaperiode nadrukkelijker onder de aandacht gekomen. Margo Koopman trekt de kar voor ROC van Twente in het project Samen1Twente.



Stuurgroep Samen1Twente
van links naar rechts: Melanie Maatman (Mijande Wonen), Angelina Schoonewille (Kaliber), André Kok (Zorggroep Manna), Margo Koopman (ROC van Twente), Niels van den Berg (gem. Enschede), Liselot Reversma (Alifa), Marc Woesthuis (Trimm).

- **Seksualiteit, relaties en veilige omgang** is het thema dat de laatste tijd veel aan de orde is gekomen door de vele uitingen en media aandacht. Enkele opleidingen besteedden hieraan al aandacht. In het komende jaar zal dit door meerdere opleidingen nadrukkelijker zal worden ingevuld mede gestimuleerd door de rapportage vanuit Testjeleefstijl.
  ROC breed vraagt de Gender and Sexuality Alliance (GSA) aandacht en organiseert iedere maand een zogenaamd 'Regenboogcafé'. Bij deze Regenboogcafés zijn alle studenten welkom, maar het is vooral een veilige plek voor studenten die homo, lesbisch, hetero, bi, transgender, queer, pan of in dubio zijn.
- **Houding en gedrag.** Opleidingen merken dat 2 jaar ontwikkeling in een corona situatie iets met studenten heeft gedaan. De houding ten opzicht van leren en de houding ten opzichte van elkaar wordt door opleidingen als aandachtspunt aangegeven.
  Verschillende initiatieven zijn hierin gestart. Welke schoolcultuur willen we met elkaar creëren: zal de vraag zijn die hierbij voor zal liggen. Het vaststellen van een gemeenschappelijke pedagogische- en onderwijs visie zal helpen bij het beantwoorden van deze vraag.

SAMEN Twente 1



roc van twente

gezonde school jaarverslag 2021

positieve gezondheid



Positieve gezondheid kan de doorontwikkeling zijn van het programma Gezonde School.

Naast de ontwikkeling van positieve gezondheid als professionele bagage voor studenten in de medische-, beweeg- en welzijnsopleidingen kan de impact van positieve gezondheid in onze organisatie veel breder zijn dan dat alleen.



Positieve gezondheid kan dienen als basishouding naar alle studenten en medewerkers met bovenstaande elementen.

Daarnaast kunnen dezelfde elementen gebruikt worden als basis in de relatie tussen werkgever en werknemer.

Het spinnenweb gesprekstool van positieve gezondheid kan in alle situaties hierbij als inspiratie en instrument worden gebruikt.

Zes pijlers van positieve gezondheid

- **Lichaamsfuncties**: je gezond voelen, bewegen, fitheid
- **Mentaal welbevinden**: vrolijk zijn, concentreren, omgaan met verandering, jezelf accepteren
- **Zingeving**: zinvol leven, levenslust, blijven leren
- **Kwaliteit van leven**: genieten, lekker in je vel zitten, balans
- **Meedoen**: sociale contacten, erbij horen, samen leuke dingen doen
- **Dagelijks functioneren**: zorgen voor jezelf, kennis van gezondheid, kunnen werken

Een werkgroep Positieve Gezondheid met daarin collega's van onderwijs (M&G, OS&W), O&K, HR, Gezonde School, C&M en LBC monitoren de ontwikkelingen, brengen de verschillende initiatieven bijeen en onderzoeken mogelijkheden en vervolg stappen.

