



## **BELEID: Die skep van 'n gesonde skoolomgewing om die gevaar van kanker by leerders te verminder**

### **1. DOEL VAN DIE BELEID**

Hierdie beleid staan skole by om leerders te ondersteun ten einde hulle gevaar om kanker op te doen te verminder.

Volgens huidige vooruitskouings kan een uit elke vier mense in Suid-Afrika - of vyf-en-twintig persent van die bevolking - in 'n stadium gedurende hulle lewe deur kanker geraak word.

### **2. VERANTWOORDELIKHEDE**

Hierdie ontstellende statistiek in ag genome, moet alle Suid-Afrikaanse gemeenskappe en veral skole verantwoordelikheid aanvaar vir die ondersteuning van ons leerders om gesonde leefstylkeuses te maak wat hulle kans om die siekte op te doen aansienlik kan verklein. Hoewel kanker twintig jaar kan neem om in die mens se liggaam te ontwikkel, word dit toenemend by jonger mense opgespoor. Ook het jou leefstylkeuses as kind 'n beduidende impak op die gevaar van kanker later in jou lewe. Hoewel ouers as primêre kinderversorgers optree, kan skole ook 'n belangrike rol speel om leerdergedrag te beïnvloed.

### **3. BELEID**

Die volgende maatstawwe geld ten einde leerders 'n veilige omgewing met betrekking tot kankervoorkoming te bied:

#### **Gesonde eetpatroon**

- Inligting oor goeie voeding en die voorbereiding van voedsame maaltye behoort twee keer per jaar in die skool se nuusbriewe gepubliseer te word. Indien die skool nie oor nuusbriewe beskik nie, kan dit by twee oueraande/verwelkomingsdae beskikbaar gestel word.
- 'n KANSA-vrywilliger, dieetkundige of onderwyser behoort twee keer per jaar leerderpraatjies oor voeding aan te bied. Dit behoort in klein groepe, byvoorbeeld klasverband, plaas te vind aangesien klein, interaktiewe groepe meer doeltreffend blyk te wees as 'n groot saalbyeenkoms.
- Hierdie praatjies behoort deur 'n aktiwiteit gevolg te word wat bevestig dat die leerders die boodskap begryp, byvoorbeeld 'n kompetisie vir plakkaat wat 'n gesonde eetpatroon uitbeeld, ensovoorts.

- Wanneer daar etes vir behoeftige leerders voorberei word, behoort sodanige kosskenkers, kosskemas of omgeegroepe dit so voedsaam moontlik te probeer hou.
- Snoepwinkels behoort slegs gesonde kos en drankies, byvoorbeeld slaairolletjies, vrugte, mineraalwater, ystee, sap, ensovoorts te verkoop.
- Kostalletjies buite die skoolperseel behoort weens 'n gebrek aan gehaltebeheer uitgeskakel te word.

### **Rook verbode**

- 'n Streng nierookbeleid behoort op die skoolperseel (beide die geboue en terrein) te geld.
- Nierooktekens behoort sigbaar en prominent opgesit te word.

### **Sonbeskerming**

- Hoede met 'n rand van 5 cm behoort deel te wees van die skooluniform, en leerders moet verplig word om dit gedurende pouse te dra.
- Voldoende skadu moet aan leerders tydens pouse en toeskouers by sportgeleenthede voorsien word.
- Geen sportaktiwiteite mag tussen 10:00 en 15:00 in die son geskied nie.

### **Fisiese aktiwiteit en oefening**

- Alle leerders behoort twee keer per week aan fisiese aktiwiteite deel te neem (byvoorbeeld dans, tradisionele spel, sport, ensovoorts).

## **4. Prosedures**

'n Reeks inligtingsessies behoort met ouers en leerders gehou te word ten einde hulle oor hierdie beleid en sy doel in te lig. Die Kankervereniging van Suid-Afrika (KANSA) kan in hierdie verband bystand verleen met inligting, gesondheidspraatjies, pamflette, plakkate en gesonde leefstylaktiwiteite.



M Coomans

Skoolhoof