

Hardenberg, 1 november 2019

## Persbericht

////

### **Alfa-college is een Gezonde School op gebied van bewegen, sport en voeding**

**HARDENBERG – Het Alfa-college heeft het vignet Gezonde School behaald. Dit vignet is een kwaliteitskeurmerk voor scholen die werken aan het verbeteren van de gezondheid van studenten. Met het vignet Gezonde School voldoet het Alfa-college aan de kwaliteitscriteria die zijn opgesteld door onder andere het Voedingscentrum, Koninklijke Vereniging van Leraren Lichamelijke Opvoeding (KVLO) en het Trimbos-instituut. Binnen de Gezonde School kunnen scholen certificaten behalen voor onder andere de gezondheidsthema's Bewegen en sport, Voeding, Roken, alcohol- en drugspreventie. Na het behalen van minimaal één themacertificaat mogen scholen zich drie jaar een Gezonde School noemen. Hardenberg behaalde als enige onderwijslocatie van het Alfa-college zowel het certificaat Voeding als Bewegen en sport.**

“Dat we het certificaat Bewegen en sport hebben, is een bevestiging dat we als Fit for Life-team op de goede weg zijn. Bewegen is écht teruggebracht in het mbo. Zo bieden we namelijk minimaal vijftig uur bewegen per jaar aan. Vijf procent van de BOT (Begeleide Onderwijs Tijd) is voor Fit for Life en daarmee beweegtijd. Daarnaast is het ook een trend in de maatschappij dat we bezig zijn met onze leefstijl. Dat moet ook gewoon, want we bewegen te weinig, eten ongezond en krijgen teveel suiker binnen. De gedachte vanuit de Gezonde School is dat als studenten mentaal en fysiek gezond zijn, ze beter kunnen presteren op school”, zegt Krista Zuidema, coördinator Fit for Life bij het Alfa-college.

Jurgen Grobbée, directeur van het Alfa-college Hardenberg beaamt: “Hier ben ik als directeur van deze school natuurlijk ontzettend trots op. We hebben dit certificaat niet alleen gekregen op het thema Sport en Bewegen, maar ook op het thema Voeding. Dat valt mooi samen met het komende tienjarige bestaan van de beweging Fit for Life van het Alfa-college. In Hardenberg hebben we een mooi programma voor onze studenten en medewerkers op het gebied van sport, bewegen, voeding en vitaliteit. Dat heeft mede geresulteerd in deze waardering. Een enorm compliment aan de collega's van Fit for Life, maar ook voor de collega's van Horeca, Facilitair en Catering van het Alfa-college.”

#### **Bewegen**

Fit for Life bij het Alfa-college staat voor een gezonde en actieve leefstijl, maar draait om meer dan alleen bewegen: “We houden ons ook bezig met voeding, mentale gezondheid en de mindset dat je de fiets pakt in plaats van de bus. Onze eerstejaarsstudenten krijgen bij de start van hun opleiding een leefstijltest en fysieke test. Hiermee brengen we de gezondheid van de studenten in kaart. Hoe mooi zou het zijn als we in de toekomst kunnen zeggen dat onze studenten na het behalen van hun diploma *fit for life* het Alfa-college verlaten? Dat is nogal een uitspraak én een grote klus, maar dat is wel het doel waar we naar streven”, aldus Krista Zuidema.

#### **Gezonde School**

Gezonde School is een initiatief van de ministeries Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS), Sociale Zaken en Werkgelegenheid (SWZ), Economische Zaken (EZ) en Onderwijs, Cultuur en Wetenschappen (OCW).

////

### **Over het Alfa-college**

Het Alfa-college is een christelijk ROC met vestigingen in Groningen, Hoogeveen en Hardenberg. Binnen het Alfa-college leiden we onze circa 15000 studenten op tot mensen die weten wie ze zijn, tot goede burgers en tot goede vakmensen. We stimuleren onze studenten en medewerkers om samen met onze regionale partners een bijdrage te leveren aan een uitdagende leeromgeving, een sterke regio en een duurzame en rechtvaardige wereld. Je kunt bij ons terecht voor een mbo-opleiding, educatief traject, een bedrijfsopleiding, cursus of maatwerk.

**Noot voor de redactie, niet voor publicatie:** voor meer informatie naar aanleiding van dit persbericht kunt u contact opnemen met Thomas de Weme, medewerker Marketing, Communicatie en Voorlichting bij het Alfa-college, via 06-15094803 of [t.deweme@alfa-college.nl](mailto:t.deweme@alfa-college.nl)

De meegestuurde foto's zijn rechtevrij te gebruiken voor publicatie bij dit artikel