

Nuttige bronnen voor jouw traject

Schoolnabije partners: (CLB en PBD - Pedagogische begeleidingsdienst): www.gezondleven.be/settings/gezonde-school/ondersteuning/schoolnabije-partners-gezondheidsbeleid

Externe partners: (Vlaams Instituut Gezond Leven, VAD, Sensoa, Vlaams Instituut Mondgezondheid, Eetexpert, MOEV, Logo, mutualiteiten, CGG, preventiewerkers, milieuzorg, VSV, Rode Kruis, gemeente ...): www.gezondleven.be/settings/gezonde-school/ondersteuning/externe-partners-gezondheidsbeleid

Samenwerken met externe partners: www.vlor.be/handvatten

Uitgewerkte thema's:

- Voedingsbeleid: www.gezondleven.be/settings/gezonde-school/een-voedingsbeleid-op-school
- Rookbeleid: www.gezondleven.be/settings/gezonde-school/rookbeleid-op-school
- Beleid rond minder lang stilzitten: www.gezondleven.be/settings/gezonde-school/beleid-rond-minder-lang-stilzitten-op-school
- Bewegingsbeleid: www.gezondleven.be/settings/gezonde-school/een-bewegingsbeleid-op-school
- Mentaal welbevinden: www.gezondleven.be/settings/gezonde-school/mentaal-welbevinden-op-school
- Toolkit mentaal welbevinden op school 'Pluk het Geluk': meer info via Logo Antwerpen
- Beleid rond gezondheid en milieu: www.gezondleven.be/settings/gezonde-school/een-beleid-rond-gezondheid-en-milieu-op-school
- Relaties en seksualiteit: www.gezondleven.be/settings/gezonde-school/relaties-en-seksualiteit

Bevragingen: www.vad.be/onderzoek/vad-leerlingenbevraging & www.gezondleven.be/projecten/preventiepeiling

Cijfergegevens: www.jongeren-en-gezondheid.ugent.be

Aanbod 'Gezondheid op school': je vindt alles gebundeld terug op www.onderwijs.vlaanderen.be/nl/gezondheid-op-school

Meer info: www.gezondleven.be/settings/gezonde-school
Bron: Vlaams Instituut Gezond Leven - Gezonde school



Gezonde School Suggestietraject

Ga aan de slag met dit traject in jouw school.



Je besliste om als school(team) in te zetten op het gezondheidsbeleid. Dat is super! Deze folder geeft je concrete handvaten om van start te gaan.

Voor je van start gaat

Stel een werkgroep 'gezondheid' samen met 1 aanspreekpunt voor externe partners.

Deze groep bestaat best uit verschillende profielen binnen de school, zoals directie, een zorgcoördinator, leerkrachten en de pedagogische begeleidingsdienst. Betrek in je proces ook zeker de ouders en leerlingen.

Stel hier de werkgroep samen en lijst hun contactgegevens op:

- Een directielid:
- Een zorgcoördinator:
- Een klasleerkracht:
- Een leerkracht (LO):
- Een lid van de pedagogische begeleidingsdienst:
- Nog anderen?

Wat doet de werkgroep?

De werkgroep creëert een draagvlak binnen de school en tekent de gezondheidsacties uit.

Waarom zijn draagvlak en participatie belangrijk?

Je hebt meer kans op slagen als het gezondheidsbeleid gedragen wordt door je onderwijspersoneel, de leerlingen en de ouders. Hoe je draagvlak creëert, lees je in de folder 'Waarom werken aan een gezondheidsbeleid op school?'.



Het traject

Leg minstens 3 bijeenkomsten van ongeveer 2,5 uur vast tijdens het schooljaar, of verspreid over 2 jaar. Doe dit met de (volledige) werkgroep en eventueel partners om opvolging te garanderen. Hieronder vind je een voorstel van de **agendapunten** per bijeenkomst.

1. De eerste bijeenkomst van de werkgroep gezondheid

Bespreek volgende punten:

- Maak een **beginanalyse**:
 - Vul de gezondheidsmatrix in.
 - Vul het spinnenweb in (www.gezondleven.be/settings/gezonde-school/succesfactoren-gezonde-school).
- Bespreek de mogelijke **hiaten**.
- Denk na over de **sterktes en zwaktes**.
- Bepaal de **noden en prioriteiten**.
- Je kan ook de **doelstellingen** al bepalen (of de werkgroep vragen om hierover na te denken tegen de volgende bijeenkomst).
 - korte termijn doelen (quick wins)
 - lange termijn doelen
- Bespreek hoe je gaat **terugkoppelen** naar het schoolteam, de leerlingen en de ouders over het proces en het effect. Gebruik hiervoor de beginanalyse-tool.

2. De tweede bijeenkomst van de werkgroep gezondheid

Laat volgende dingen aan bod komen:

- **Evalueer** je meetbare doelstellingen en stuur deze bij waar nodig.
- Vul de **doelstellingen** verder aan:
 - korte termijn doelen (quick wins)
 - lange termijn doelen
- Werk **projecten en acties** uit a.d.h.v. de gezondheidsmatrix of andere bestaande tools, zoals de tool rond beweging: 'Sport beweegt je school' (MOEV).
 - Gebruik themaweken/dagen als richtlijn voor timing en planning.
 - Plan ook de terugkoppeling naar het schoolteam, de leerlingen en de ouders. Gebruik hiervoor de beginanalyse-tool.

3. De derde bijeenkomst werkgroep gezondheid

Zet deze onderwerpen op de agenda:

- **Evalueer** en stuur bij waar nodig:
 - Vul het spinnenweb nogmaals in.
 - Evalueer ook de matrix door de voorbije acties naast de ingevulde beginmatrix te leggen. Voor het thema 'beweging' gebruik je de tool 'Sport beweegt je school' (MOEV).
- Hoe gaan we **verticaal en horizontaal integreren**? (Als de school hier klaar voor is.)
- Bespreek de **terugkoppeling** naar het schoolteam, de leerlingen en de ouders. Gebruik hiervoor de beginanalyse-tool.

TIPS

- Maak sub-werkgroepjes aan indien nodig. Betrek de juiste personen/ leerkrachten en eventueel externe partners bij de uitwerking van een of meerdere acties.
- Denk na over een gezamenlijk overlegplatform. Eventueel digitaal? Het vergemakkelijkt niet alleen het delen van communicatie en bestanden, maar ook input kan efficiënt en online gegeven worden.

Voorbeeld via Microsoft Teams:

- Maak op Teams een Team aan bv. 'Gezondheid op school'.
- Voeg de nodige leden toe.
- Splits je Team-kanaal op in volgende tabbladen:
 - Algemeen**: communicatie via posts.
 - Overleg**: agenda en verslagen van de algemene bijeenkomsten en de sub-werkgroepjes kunnen via een Wiki-tabblad in Teams (= soort online notitieblok) bijgehouden worden.
 - Documenten** kunnen gedeeld worden onder 'Bestanden'.
- Voor een subwerkgroep kan je een nieuw kanaal aanmaken onder dit Team.
- Bouw de kanalen verder uit volgens de wensen van jouw school.

Vragen of materiaal ontlenen?

Contacteer Logo Antwerpen via info@logoantwerpen.be