

Strategie 4: zorg en begeleiding

- Voegdetectie bv. door signaalfunctie van leraren of het CLB.
- Organisatie en invulling van een begeleidingstraject bv. begeleiding van leerling met eetstoornis.
- Betrokkenheid van ouders bij het begeleidingsproces van een leerling.
- Procedures voor doorverwijzingen.
- Afspraken met het CLB.

Meer info over de strategieën: www.gezondleven.be/settings/gezonde-school/gezondheidsbeleid-op-school/wat-is-een-gezondheidsbeleid-op-school/strategie

Aandachtspunten

- Ga aan de slag met mogelijke hiaten.
- Discussieer niet eindeloos over in welk vakje een bepaald initiatief thuishoort. Als er maar rekening gehouden wordt met de verschillende preventiestrategieën voor de verschillende niveaus.
- Bij invullen van de matrix: vul 1 matrix in per thema of sub-thema, meng de verschillende gezondheidsthema's **niet!**
- Bij bevraging schoolteam, ouder- en leerlingenraad: koppel de resultaten altijd terug.

Voorbeelden ingevulde matrices

- **Tabak:** www.gezondleven.be/files/onderwijs/Ingevulde-Gezondheidsmatrix-tabak-Secundair-Onderwijs.pdf
- Tip: checklist www.gezondleven.be/files/onderwijs/Checklist-rookbeleid-op-school.pdf
- **Bewegen:** www.gezondleven.be/files/onderwijs/gezondheidsmatrix-onderwijs-beweging-ingevuld.pdf
- **Mentaal welbevinden:** www.gezondleven.be/files/Gezonde-school/Gezondheidsmatrix-Gezonde-School-MWB.pdf

Vragen of materiaal ontlenen?

Contacteer Logo Antwerpen via info@logoantwerpen.be

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



Gezonde school Werken met de gezondheidsmatrix



Wat is de gezondheidsmatrix?

De gezondheidsmatrix is een instrument om:

1. De **beginsituatie** in kaart te brengen en meteen ook af te toetsen of deze situatie strookt met een kwaliteitsvol beleid.
2. Een **overzicht** te maken van acties die (naast hetgeen de school al doet) nodig zijn om tot een gedragsverandering te komen waarbij de gezonde keuze de meest evidente keuze wordt.

Wanneer spreken we van een kwaliteitsvol beleid?

De matrix is onderverdeeld in verschillende niveau's en strategieën.

Een kwaliteitsvol beleid in je school is een **afgewogen mix** van deze verschillende preventiestrategieën (educatie, omgevingsinterventies, afspraken en regels, zorg en begeleiding), binnen de verschillende niveaus (leerling, klas, school, omgeving).

GEZONDHEIDSMATRIX GEZONDE SCHOOL

GEZONDHEIDSMATRIX GEZONDE SCHOOL	LEERLING (= PRODUKTIE OF BRONNEN)	KLAS	SCHOOL (ALLE LEERLINGEN EN NIET LEERLINGEN BINNEN DE SCHOOL)	OMGEVING BUITEN DE SCHOOL (= ALLE ANDERE BRONNEN EN BRONNEN BINNEN DE SCHOOL)
EDUCATIE				
OMGEVINGINTERVENTIES				
AFSPRAKEN EN REGELS				
ZORG EN BEGELEIDING				

© VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN 2016

De niveau's bekeken

Niveau 1: de individuele leerling(en)

- Leerlingen met beperkingen bv. een leerling met diabetes of een leerling met een fysieke handicap.
- Risicoleerlingen bv. een leerling met een te laag BMI of een leerling die zittend gedrag vertoont.
- Specifieke doelgroepen bv. kansengroepen (mensen met een zwakkere sociaal-economische status, etnische minderheden).

» Deze leerlingen hebben vaak individuele benadering en begeleiding nodig.



Niveau 2: de klas

- Omvat alle activiteiten die zich binnen de vier muren van de klas afspelen.
- Vooral gezondheidseducatie staat centraal bv. kennisoverdracht via de voedingsdriehoek, geluksdriehoek ...
- Klasafspraken tussen leraar en leerlingen bv. toelating om water te drinken tijdens de les.


Niveau 3: de school

- Omvat alle activiteiten die op de volledige school van toepassing zijn.
 - Organisatie van gezondheidseducatie doorheen de leerjaren.
 - Opzetten van gezondheidsactiviteiten op school.
 - Werken aan sociale normen.
 - Gezondheidsbevorderend schoolklimaat.
 - Schoolvisie op het gezondheidsbeleid.
 - Uitbouw van een gezonde omgeving.
- » Gezondheidsbeleid is er ook voor leerkrachten. (www.gezondwerken.be)

Niveau 4: omgeving

- Samenwerking met schoolnabije en externe partners.
- Samenwerking met ouders en de gemeente of stad.
- Deelname aan gezondheidsacties in de lokale gemeenschap.

Meer info over de niveaus: www.gezondleven.be/settings/gezonde-school/gezondheidsbeleid-op-school/wat-is-een-gezondheidsbeleid-op-school/de-vier-niveaus

 VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN	LEERLING (+ PRIORITAIRE OF RISICOGROEPEN)	KLAS	SCHOOL (ALLE LEERLINGEN EN HUN LEEFOMGEVING BINNEN DE SCHOOL)	OMGEVING BUITEN DE SCHOOL <small>(bv. ouders, vrienden, gemeente- bestuur, winkels, rond de school, fietspaden, schoolvervoerlijnen...)</small>
EDUCATIE				
OMGEVINGSINTERVENTIES				
AFSPRAKEN EN REGELS				
ZORG EN BEGELEIDING				

© VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN 2018

De preventiestrategieën bekeken

Strategie 1: educatie

- Begeleidingsgesprek met een individuele leerling of subgroep van leerlingen.
- Leerinhouden rond bv. voeding en beweging: kennis, inzicht, vaardigheden en attitudes bv. via actieve voedingsdriehoek, gezondheidstests ...
- Leerlijnen helpen je verder: voeding, bewegen en minder stilzitten, verslavende middelen, relaties en seksualiteit, mondgezondheid. Deze leerlijnen vind je terug op www.gezondleven.be/leerlijnen
- Deskundigheidsbevordering van het schoolteam bv. voedings- en bewegingsbeleid komt aan bod op pedagogische studiedag.
- Leerinhouden afstemmen met het schoolteam doorheen de leergebieden/vakken (horizontaal) en doorheen de leerjaren (verticaal). Deze info kan opgenomen worden in de jaarplanning van de school, de leerlijnen kunnen hierbij helpen.
- Informeren van ouders bv. op een infoavond gezonde voeding, nieuwsbrief, smartschool ... over drinken tijdens de les.

Strategie 2: omgevingsinterventies

Voorbeelden:

- Bewegingstussendoortjes.
- Tijdens bewegingstussendoortjes wordt een alternatieve oefening voorzien voor leerling met een fysieke handicap.
- Evenwichtig aanbod van dranken en tussendoortjes op school.
- Voorbeeldfunctie van het schoolpersoneel.
- Tijdens het oudercontact wordt gratis water aangeboden.

» Bevorderen van de gezonde keuze.

Strategie 3: regels en afspraken

Voorbeelden:

- Leerling met diabetes krijgt toestemming om blikje cola te drinken tijdens de les bij een te laag suikergehalte.
- Bij een verplaatsing met de fiets in klasverband, draagt iedereen een fluo-hesje.
- Leerlingen mogen water drinken tijdens de les.