



# EEN GEZONDE MOND VOOR KINDEREN EN JONGEREN

TOOLKIT

# INHOUD

- Inleiding ————— 2
- Materialen ————— 3-6
- Activiteiten ————— 7-8
- Lespakketten en leerlijnen ————— 9-10
- Good practices ————— 11-12

# INLEIDING

Welkom bij onze inspiratiegids voor mondgezondheid!

Een stralende glimlach begint al op jonge leeftijd, want daar leg je de basis voor een leven lang gezonde gewoontes. Als organisatie die werkt met jongeren onder 12 jaar, begrijp je het belang van mondgezondheid. Dit niet alleen voor het welzijn van de kinderen, maar ook voor hun volledige gezondheid en zelfvertrouwen.

Deze gids is samengesteld om jouw organisatie te inspireren en te voorzien van praktische handvaten die je kan gebruiken om de mondgezondheid van jongeren te bevorderen. Naast de materialen die je kan ontlenuen of bestellen bij het Logo, staan er ook enkele good practices in waarmee je aan de slag kan gaan.

Meer informatie over mondgezondheid en de materialen vind je op de website van [Gezonde Mond](#).

Indien je nog vragen of ondersteuning nodig hebt, contacteer ons dan zeker:

**Laura De Kinders**

[laura.dekinders@logoantwerpen.be](mailto:laura.dekinders@logoantwerpen.be)



**Lieselot Wynants**

[lieselot@logokempen.be](mailto:lieselot@logokempen.be)

**Monique Nuijten**

[monique@logomechelen.be](mailto:monique@logomechelen.be)

Werk samen met ons aan een generatie die trots is op hun glimlach en goed voor hun mondgezondheid zorgt, nu en in de toekomst!

# MATERIALEN

## FOLDER 'BASISADVIEZEN MONDGEZONDHEID -12 JAAR'

Deze brochure geeft tips voor een gezonde mond bij peuters, kleuters en kinderen tot 12 jaar. Welke tandenborstel gebruik je best voor je kleuter? Hoeveel fluoride mag de tandpasta van je peuter bevatten? De basisadviezen van Gezonde Mond geven antwoord op deze vragen.



BASISADVIEZEN  
MONDGEZONDHEID  
-12 JAAR

GEZONDE  
MOND



BASISADVIEZEN  
MONDGEZONDHEID  
+12 JAAR

GEZONDE  
MOND

## FOLDER 'BASISADVIEZEN MONDGEZONDHEID +12 JAAR'

Deze brochure geeft tips voor een gezonde mond bij jongeren en volwassenen. Welke tandenborstel gebruik je best? Hoeveel fluoride zit er in je tandpasta? Wat is mond vriendelijke voeding? De basisadviezen van Gezonde Mond geven antwoord op deze vragen.

## FACTSHEET 'MONDGEZONDHEID BIJ PERSONEN MET EEN BEPERKING'

Met de informatiebrochure 'Mondgezondheid bij personen met een beperking' geeft het Vlaams Instituut Mondgezondheid informatie over de mogelijke mondaandoeningen, beïnvloedende factoren en mogelijke acties bij personen met een beperking.



# MATERIALEN

## FOLDER 'EEN GEZONDE MOND, EEN LEVEN LANG' - KINDEREN

In [deze folder](#) vind je 10 korte basistips voor een goede mondgezondheid bij kinderen.



## POETSKALENDER

Met de [poetskalender](#) stimuleer je de kinderen en ouders om te tanden twee keer per dag te poetsen en na te poetsen. De kalender is voor kinderen uit het derde kleuterklas en leerlingen uit het basisonderwijs. De poetskalender kan je gratis downloaden.

## KAART 'EERSTE HULP BIJ TANDONGEVALLLEN'

Wat te doen bij een val of stoot? Is een tand verplaatst, gebroken of uitgeslagen? [Ontdek hier](#) wat je kan doen.



# MATERIALEN

## FACTSHEET 'HET EERSTE BEZOEK AAN DE TANDARTS'

De eerste keer dat je met je kindje naar de tandarts of mondhygiënist gaat, is een belangrijke gebeurtenis. Hoe bereid je je hier het best op voor? In deze flyer worden tips en het verloop van een bezoek aan de mondzorgprofessional weergegeven in eenvoudige tekeningen. Die kan je gebruiken om uit te leggen wat er zal gebeuren.



## INSPIRATIEGIDS GEZONDE MOND

Ben jij op zoek naar materialen om aan de slag te gaan met mondgezondheid, maar twijfel je welke materialen correct advies geven? Gezonde Mond stelde hier de inspiratielijst mondgezondheid voor op! Deze lijst bevat een selectie aan materialen die jij als inspiratiebron kan gebruiken om mee aan de slag te gaan:

- Bibliotheekboeken
- Educatief materiaal
- Poetsfilmpjes
- Poetsliedjes
- Engelstalige materialen



# MATERIALEN



## POSTERS MET MYTHES

De posters 'mythes en waarheden rond mondgezondheid' geven op een leuke manier verschillende stellingen over mondgezondheid weer. Op die manier kom je op een educatieve en gemakkelijke manier meer te weten over mondhygiëne.

## WERKBUNDEL 'WORD JIJ EEN TANDENSTRIJDER?'

In de doe-brochure 'Word jij een tandenstrijder?' doorlopen kinderen spelenderwijs de drie pijlers van een gezonde mond. De brochure is voor kinderen uit het derde kleuterklas en leerlingen uit de eerste graad lager onderwijs. Leerkrachten en opvoeders kunnen met deze werkbundel aan de slag. De werkbundel kan je gratis downloaden.



# ACTIVITEITEN

## GEZONDE MOND KOFFER

Wil jij graag met jouw organisatie aan de slag rond preventieve mondzorg bij kinderen? De Gezonde Mond koffers zijn uitleenboxen vol materiaal om kinderen en jongeren, ouderen en personen met een beperking te laten kennismaken met preventieve mondzorg en het tandartsbezoek. Via de materialen in de koffer kan je informatie over je mond en tanden tastbaar en levendig maken.



## HET GROTE TANDENSPEL

Het Grote Tandenspel is een ganzenbordspel met quizvragen en doe-opdrachten over de tandarts, poetsen en voeding. Er zit heel wat basiskennis in verwerkt, maar ook interessante weetjes. Het spel werd ontwikkeld door de wijkgezondheidscentra van Gent en wordt daar al enkele jaren succesvol gebruikt in het jeugdwerk, scholen en wijkgezondheidscentra.

Enkel te ontlenen bij Logo Antwerpen.



# O

# ACTIVITEITEN

## HET LACH EN ONTDEK TANDENSPEL

Deze kaartjes zitten boordevol vragen, doe-opdrachten, ja/nee-vragen, en zelfs vragen over voeding. Deze zijn allemaal gericht op het bevorderen van een gezonde mondhygiëne bij kinderen vanaf het eerste leerjaar. De kaartjes zijn perfect om te gebruiken tijdens lessen, als een leuk pauzemoment in de klas, of tijdens educatieve activiteiten thuis.



## REIZENDE TENTOONSTELLING

De Reizende tentoonstelling is een educatief project voor de kleuterklas en eerste graad van het lager onderwijs. De tentoonstelling overtuigt kinderen, leerkrachten en (groot)ouders van het belang van een gezonde mond.

Deze opstelling stelt een wachtzaal voor bestaande uit allerlei informatiemodules en biedt de leerkracht de mogelijkheid om les te geven. Daarnaast voorziet de tentoonstelling ook een quiz waarmee de kennis van de toeschouwers getest wordt. Wie wil, kan de voorstelling aanvullen met materiaal uit de Gezonde Mondkoffer.

# LESPAKKETTEN EN LEERLIJNEN

## EDUCATIEF MATERIAAL PEUTERS EN KLEUTERS

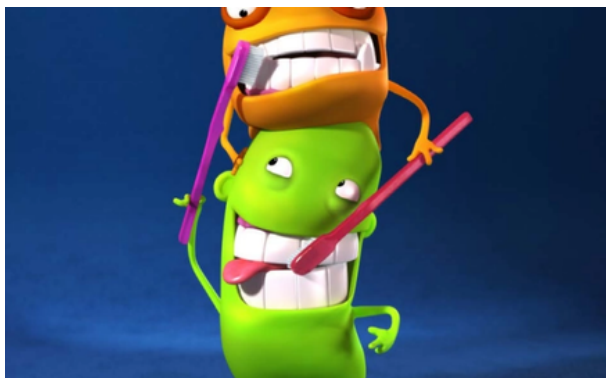
In de kleuterklas of in de crèche kan je nu aan de slag gaan met een activiteitenpakket van Cas en Kato. Dit pakket bestaat uit 17 activiteiten die je samen met de kinderen kan uitvoeren om mondgezondheid op een speelse manier aan te brengen. Het pakket bevat onder andere vertelplaten, een activiteitenmap, poetsposter en poetssticker met Cas en Kato in de hoofdrol.



## EDUCATIEF MATERIAAL EERSTE, TWEEDE, VIJFDE EN ZESDE LEERJAAR

Voor de lagere school werd het 'Tandenproject met Flos en Bros' ontwikkeld. Dat is een uitgebreid lessenpakket waarin leerlingen aan de hand van vier thema's het belang van mondhygiëne wordt bijgebracht. Onder elk thema vind je tal van werkblaadjes en opdrachten, steeds met duidelijke vermelding van de lesdoelen. Achteraan het pakket vind je de oplossingen van de opdrachten én een overzicht van de eindtermen en leerplandoelen voor elk onderwijsnet.

# LESPAKKETTEN EN LEERLIJNEN



## LESPAKKET BIJZONDER ONDERWIJS

Hoe verloopt het tandartsbezoek, hoe vaak moet ik poetsen en mag ik af en toe snoepen? Om kleuters en kinderen uit het buitengewoon onderwijs te sensibiliseren, kan je 'Leren over onze tanden met Flos en Bros' gebruiken. Dat is een kant-en-klaar educatief lessenpakket vol opdrachten rond mondgezondheid. Het lessenpakket is opgedeeld in zeven thema's en bruikbaar in de meeste types van het buitengewoon onderwijs. Voornamelijk kinderen van het basisaanbod en kinderen in type 7 kunnen ermee aan de slag, maar ook voor andere types is er een heleboel bruikbaar materiaal. Bovendien vind je per thema altijd de lesdoelen en de oplossingen van de opdrachten.

# GOOD PRACTICES

## SCHOOL DE 3HOEK - EKEREN

Als oudervereniging van basisschool 3Hoek in Ekeren streven we ernaar om ook een maatschappelijke rol te vervullen. Daarom organiseerden we voor onze leerlingen een dag rond mondgezondheid. Daar leerden ze over gezonde voeding, tandenpoetsen, en werkten ze aan het overwinnen van tandartsangst. Doordat er laatstejaarsstudenten tandheelkunde van KU Leuven betrokken waren bij dit project, konden we die woensdag interactieve lessen rond mondgezondheid geven. Zo werden er in het zesde leerjaar gezonde snacks gemaakt tijdens een workshop van GoodPlanet. De kleuters konden dan weer de interactieve, reizende tentoonstelling van Gezonde Mond bezoeken.



Het doel was om kinderen preventief bewust te maken van het belang van goede mondzorg. Om dit kracht bij te zetten, kregen alle leerlingen ook een zakje mee naar huis met een nieuwe tandenborstel, tandpasta en flosdraad. In de namiddag kregen ook de ouders meer informatie over gezonde voeding, en waren er activiteiten voor kinderen met de hulp van verschillende standen van mutualiteiten actief in Vlaanderen.

## STAD ANTWERPEN MONDHYGIËNISTE

Outreaching is cruciaal, een tandarts of praktijk wordt vaak nog als een 'enge' plaats ervaren. De mensen ontvangen in een vertrouwde omgeving, helpt om de drempel te verlagen. Ga daarom naar een buurtwerking waar ze veel komen, een praatgroep dat wekelijks samenkomt, ... Vrije inschrijvingen werken meestal niet.

Modellen, prenten, lichaamstaal gebruiken om een uitleg duidelijk te maken. Een tekening maken, afbeeldingen of filmpjes tonen op het internet, laten zien wat ik bedoel met 'goed poetsen', wat gebeurt er als je te vaak eet, .... Hoe visueler de uitleg, hoe beter de patiënten het begrijpen en onthouden.

Houdt de adviezen haalbaar. Laat de ouders nadenken over wat het meest haalbare tijdstip is om de tanden te poetsen, wanneer hebben ze hier tijd voor.

De ouders en kinderen mee laten beslissen en hen duidelijk maken dat ze zelf iets kunnen doen. Je moet geluk hebben met genetica maar je kan zelf het resultaat beïnvloeden.



# GOOD PRACTICES

## STAD MECHELEN

Op de volgende pagina vind je het stappenplan van de stad Mechelen om het thema mondgezondheid duurzaam te verankeren binnen het gezondheidsbeleid van de stad, in samenwerking met Logo Mechelen.





# Mijlpalenplan preventieve mondgezondheid Mechelen

## 1 Preventief gezondheidsbeleid

Gezonde stad Mechelen

Ontwikkeling stappenplan voor (kwetsbare) gezinnen en oudere mensen en voor kinderen en jongeren vanuit:

- **draagvlak** bij het beleid om rond het thema mondgezondheid te werken
- een **gedeelde nood** aan toegankelijke, betaalbare mondgezondheid bij lokale welzijns- en organisaties
- **knelpunten en aanbevelingen** van het project leiders Mond Gezond van Gezonde Mond Vlaanderen (ism Universiteit Gent), VWSG-projecten Baldemore Laat Je Tandem Zien en SMILE-project, UCLL opleiding mondhygiëne, LOGO Mechelen
- de **goed werkende praktijkervaring** (sinds 2016) van 1 à 2 screenings van **leiders Mond Gezond** per jaar op locatie van het wijkgezondheidscentrum (wgc) in samenwerking met de maatschappelijk werker als mondzorgcoach:
- 80 à 90% van de patiënten aanwezig op de screening, is aanwezig op de behandelafpraak.

## 2 Van stappenplan naar actieplan

In samenwerking met Logo Mechelen

Volgens de pijlers van de gezondheidsmatrix van Gezond Leven:

- Educatie **workshops - Gezonde Mondkoffer**
- Omgevingsinterventie **verdeling gratis tandpoetsinfopakjes** tijdens workshops
- Zorg en begeleiding **gratis screenings** naar voorbeeld van leiders Mond Gezond te wgc
- Afspraken en regels **rolverdeling** screening: afsprakenagenda, contact tandartsen voor afspraakblokken en offertes, contact vrijwilligers, verzekering voor tandarts-vrijwilliger, aanwezigheidsgarantie,...

## 3 Bereidheid samenwerking

Screening: 1 vrijwilliger tandarts

Behandeling: 1 externe tandartspraktijk

Conclusies na een 1<sup>e</sup> belronde naar de tandartsen, verstuurde brief vanuit Schepencollege, KansArmoedeNetwerk, EersteLijnsZone Mechelen-Sint-Katelijne-Waver) en een 2<sup>e</sup> belronde:

- Engagement moeilijk omwille van een te groot patiëntenbestand:
- De meeste tandartsen in en rond Mechelen werken gedeconventioneerd.

**Organisatie 1<sup>e</sup> (test)screening** op locatie van het wgc met 1 lokale vrijwilliger-tandarts en met doorverwijzing naar 1 externe (geconventioneerde) tandartspraktijk

- Voor personen met een (financiële en/of emotionele) drempel tot betaalbare, toegankelijke mondzorg: voor patiënten wgc en niet-patiënten wgc, cliënten sociale dienst (OCMW), Huis van het Kind, organisatie(s) van het KansArmoedeNetwerk

## 4 Verdeling 8 Gezonde Mondzorgkoffers

Toegankelijk gebruik: workshops jonge kinderen

**vermenigvuldiging** Gezonde Mondkoffer: handige opbergtas, handleiding, infofiche/poetskaart/poetsdiploma met masquotte Rommy

**voor** CLB's, wijkgezondheidscentrum, Huis van het Kind, Stedelijke bibliotheek en LOGO Mechelen: scholen en intermediairen /kost voor stad mechelen: 200 euro/koffer

2022

2021

2023

**Breder kader:** verkleinen gezondheidsongelijkheid, versterken van gezondheidskennis- en vaardigheden, toegang tot eerstelijnszorg. **Coalitie of the willing:** Vertrekken vanuit een gedeelde nood om samen te streven naar een gedeelde doelstelling. **Uitwerking actieplan** preventieve mondgezondheid volgens de **4 pijlers van de gezondheidsmatrix. Screening van leiders Mond Gezond** versterken met **lokale vrijwilligers**. Opleidingen mondzorgcoach Gezonde Mond in de kijker zetten. **Want als welzijnsorganisatie mét mondzorgcoach die de afsprakenplanning en opvolging naar behandelafspraken op zich neemt, kan je gratis een screening aanvragen bij Gezonde Mond. Mondzorgcoaches als brugfiguren.**



SAMEN WERKEN  
WE AAN EEN  
*gezonde*

logo ANT ME KEM  
GEZONDHEID  
TROEF