



GEZONDHEIDSPROMOTIE

EN ZIEKTEPREVENTIE

IN DE HUISARTSENPRAKTIJK

Projecten, materialen en methodieken
voor huisartsen

2019-2020

Beste huisarts

Gezondheid is niet alleen afwezigheid van ziekte, maar ook je goed voelen op fysiek, sociaal en mentaal vlak. Als huisarts kunt u daartoe een belangrijke bijdrage leveren. Want gezondheid, zorg en welzijn zijn sterk met elkaar verweven.

In deze map vindt u een overzicht van alle projecten, materialen en methodieken waarmee u in uw praktijk aan de slag kan om uw patiënt te overtuigen van een gezonde leefstijl.

Kent u Logo Antwerpen?

Logo staat voor LOKaal GezondheidsOverleg. Er zijn vijftien Logo's in Vlaanderen.

In opdracht van de Vlaamse overheid werkt het Logo mee aan de realisatie van de Vlaamse **gezondheidsdoelstellingen** op lokaal niveau. We streven naar:

- Meer mensen in beweging en met een gezond gewicht
- Minder rokers, drug- en alcoholgebruikers
- Meer veerkrachtige mensen
- Minder ongevallen in de privésfeer
- Meer mensen die deelnemen aan de bevolkingsonderzoeken naar kanker
- Een kwaliteitsvol vaccinatiebeleid in Vlaanderen

Logo ondersteunt volgende **partners** bij het opzetten van acties, projecten of een ruimer gezondheidsbeleid:

- Lokale besturen
- Scholen
- Bedrijven
- Organisaties uit de zorg-en welzijnssector

Dat doen we aan de hand van methodieken die we aangereikt krijgen door **partnerorganisaties** zoals:

- Vlaams Instituut Gezond Leven
- Vereniging voor Alcohol en Drugs
- Centrum voor Kankeropsporing
- Vlaams expertisecentrum Valpreventie



Logo Antwerpen vzw
Jodenstraat 44
2000 Antwerpen
info@logoantwerpen.be
03/605.15.82
www.logoantwerpen.be

EEN OVERZICHT VAN HET AANBOD

Algemeen

- Map - Gezondheidszorg in België - een eenvoudige, visuele voorstelling
- Preventiewijzer - Een gezonde leefstijl bij je patiënt bevorderen? Kruis de juiste (zelf)hulp aan en geef mee
- Website - Gezond opvoeden
- Vorming - Als kleine kinderen groot worden
- Website - Gezond zwanger worden
- Website - Gezond op reis

Beweging

- Bewegen op verwijzing
- Bewegingsdriehoek
- 10 000 stappen

Gezonde voeding

- Voedingsdriehoek
- Voedingsfiches Vlaams Instituut Gezond Leven
- Eet ik gezond? www.gezondheidstest.be
- Diëtiste in de buurt www.vbvd.org/zoek.php
- www.voedinguitgedokterd.be
- Eet -en gewichtsproblemen www.eetexpert.be

Bevolkingsonderzoeken naar borst-, dikkedarm- en baarmoederhalskanker

- Artsenfiches over de drie bevolkingsonderzoeken
- Sensibilisatiemateriaal bevolkingsonderzoeken voor deelnemers
- Plaatsing mammobiel
- Wat met vragen van patiënten?
- Voordrachten en educatieve spelen
- Sociale adviseurs

Gezondheid en milieu

- E-learning 'Binnen roken is nooit oké' www.passiefroken.be
- Wachtzaalactie 'Gezond binnen'
- Warme dagen, zorg dragen www.warmedagen.be
- Wees niet gek, doe de tekencheck www.tekenbeten.be
- Woningonderzoeken

Geestelijke gezondheid

- Fit in je hoofd, goed in je vel - zelftest veerkracht
- Nok Nok - voor 12-16 jaar
- Goed gevoel stoel - voor maatschappelijk kwetsbare personen
- Zilverwijzer - voor 60-plus
- Tiendaagse van de geestelijke gezondheid
- Geestelijk gezond Vlaanderen
- Zelfmoord 1813

Valpreventie

- Blijf in beweging - oefenprogramma voor thuis
- Vorming voor LOK
- Medisch Farmaceutisch Overleg valpreventie en medicatie
- Week van de valpreventie
- Praktijkrichtlijnen en info

Tabak, alcohol en drugs

- Motiverende gespreksvoering - Hoe patiënt aanspreken op rookgedrag?
- Werelddag zonder tabak - 31 mei
- Begeleide mogelijkheden om te stoppen met roken
- Jouw huis mijn werkplek - Bescherming van thuiswerkers voor rokende cliënten.
- Generatie Rookvrij. Bescherming van jonge kinderen tegen tabaksrook.
- Adviespunt Verslaving
- Info en advies drugs
- Zelf- en kennistest
- Zelftest, zelfhulp en online begeleiding bij alcohol of cannabis
- Me assist - Middelengebruik detecteren, bespreekbaar maken en interveniëren

Vaccinatie

- Griepvaccinatie zorgpersoneel
- Griepvaccinatie risicogroepen
- Basisvaccinatie kinderen
- Vaccinnet

ALGEMEEN

Map - Gezondheidszorg in België



Stad Antwerpen ontwikkelde een gebruiksvriendelijk instrument om de patiënt uit te leggen hoe gezondheidszorg werkt in België. Aan de hand van overzichtelijke fiches worden de systemen en de termen binnen de gezondheidszorg duidelijk uitgelegd. De fiche over de huisdokter is beschikbaar in 16 verschillende talen: Albanees, Servo Kroatisch, Duits, Turks, Engels, Mandarijn, Frans, Arabisch, Roemeens, Bulgaars, Russisch, Pools, Slovaaks, Perzisch, Spaans, Portugees.

www.logoantwerpen.be/gezondheidszorg-belgië

Preventiewijzer

Preventiewijzer - Een gezonde leefstijl bij je patiënt bevorderen? Kruis de juiste (zelf)hulp aan en geef mee met de patiënt zodat hij gericht op zoek kan gaan naar de juiste info.

Boekje met afscheurblaadjes op te vragen bij Logo Antwerpen.



Website - Gezond opvoeden

Op www.gezondopvoeden.be vinden ouders van kinderen en jongeren tussen 2 en 18 jaar info en tips over hoe ze hun kinderen gezonde leefgewoonten kunnen aanleren.

Met behulp van artikels, filmpjes waarin herkenbare discussies tussen ouders en kinderen worden nagespeeld, interactieve tests en doe-opdrachten geeft de website ouders de kans om over concrete situaties na te denken of zelf hun opvoedingsvaardigheden aan te scherpen.

Organisaties en/of gezondheidsprofessionals die de website willen bekendmaken, kunnen deze materialen (affiches, 3-luik postkaart en webbanner) downloaden op www.gezondleven.be/projecten/gezond-opvoeden.

www.gezondopvoeden.be en www.groeimee.be

Vormingsmap - Als kleine kinderen groot worden

Als Kleine Kinderen Groot Worden' is een interactieve vorming voor ouders, ter preventie van tabak-, alcohol- en ander druggebruik bij jongeren. Centraal staat het versterken van beschermende opvoedingsvaardigheden.

De bedoeling is dat ouders tips krijgen om tabak-, alcohol- en ander druggebruik bij hun kinderen te helpen voorkomen of uitstellen. Er wordt onder andere ingegaan op open communicatie en grenzen stellen.

www.logoantwerpen.be/alskleinekindereengrootworden



Website - Gezond zwanger worden

De website “Gezond zwanger worden” werd door Universiteit Gent ontwikkeld in opdracht van het Vlaams Agentschap Zorg en Gezondheid. Het is een handleiding over preconceptiezorg, zowel voor de patiënt als zorgverlener.

www.gezondzwangerworden.be

Vormingsmap Als kleine kinderen groot worden

Het Instituut voor Tropische Geneeskunde geeft op hun website informatie over reisgeneeskunde.

www.itg.be

BEWEGING

Bewegen op verwijzing

Huisartsen kunnen inwoners met een gezondheidsrisico doorverwijzen naar een Bewegen Op Verwijzing-coach. Die coach helpt de doorverwezen patiënten om meer te bewegen.



De doorverwezen patiënten krijgen van de coach een beweegplan op maat: van een dagelijkse fietstocht naar het werk tot een wekelijks dans- of zwemuurtje in de buurt. De coach helpt hen op weg en motiveert hen. Ook de lokale sportverenigingen doen mee aan Bewegen Op Verwijzing.

Bedoeling is dat de deelnemer zijn weg naar een actiever leven op termijn zelfstandig kan verderzetten. Het aantal consultaties bij de coach bepaalt de patiënt zelf. Er ligt een maximum op 7 uur individuele begeleiding.

Dankzij Bewegen Op Verwijzing profiteert de deelnemer van lage tarieven.

- 5 euro per kwartier voor een individuele sessie
- 1 euro per kwartier voor een groepsessie

Heeft de deelnemer recht op een verhoogde tegemoetkoming? Dan bedraagt de prijs:

- 1 euro per kwartier voor een individuele sessie
- 0,5 euro per kwartier voor een groepsessie

! In de zorgregio Antwerpen-Zwijndrecht is het GRATIS voor mensen met verhoogde tegemoetkoming. Dit geldt niet in onze andere zorgregio's

Op de website <https://www.gezondleven.be/projecten/bewegen-op-verwijzing> vindt u meer info.

Bewegingsdriehoek



In een gezonde mix wissel je zitten, staan en bewegen af. Hoe je dat het best aanpakt, wordt samengevat in de 8 Gezond Leven tips van de bewegingsdriehoek.

Spoor mensen aan om meer te bewegen en sensibiliseer via promotiemateriaal (folder, postkaart, affiche, placemat, steekkaart). In de Steekkaart (A4) vind je kort en bondig alle nuttige informatie over de bewegingsdriehoek in 8 tips.

Bestel materialen in de webwinkel van Logo Antwerpen.

www.logoantwerpen.be/materialen.

Meer info op www.gezondleven.be

10 000 stappen

Meer dan de helft van de Vlamingen beweegt te weinig. Het grootste deel van de tijd zitten we. Genoeg bewegen is een belangrijke voorwaarde voor een goede gezondheid.

Sport je niet graag? Dan kan je toch een actieve leefstijl opbouwen door dagelijks 10.000 stappen te zetten. Stappen integreer je makkelijk in je dagelijks leven: tijdens verplaatsingen, op het werk, in je vrije tijd of thuis.

Spoor mensen aan om meer te stappen en sensibiliseer via het 10.000 stappen promotiemateriaal (affiche, folder en banner).

Meer info op www.10000stappen.be



VOEDING

Voedingsdriehoek



Wat eet je het best en hoe doe je dat? Gezond Leven verzamelde ze in 10 Gezond Leven tips.

Spoor mensen aan om Gezond te eten en sensibiliseer via het promotiemateriaal (affiche, banner, postkaart, steekkaart en voedingsfiches). Een handige Steekkaart verteld kort en bondig alle nuttige informatie over de voedingsdriehoek in 10 tips. De Voedingsfiches Vlaams Instituut Gezond Leven vormen

een achtergronddocument bij de voedingsdriehoek, online te raadplegen bij het Vlaams Instituut Gezond Leven. Ontdek hier de details per voedingsmiddel en voedingsmiddelengroep uit de voedingsdriehoek.

[Bestel materialen in de webwinkel van Logo Antwerpen.](#)

www.logoantwerpen.be/materialen.

[Meer info op www.gezondleven.be](http://www.gezondleven.be)

Website - Gezondheidstest Eet ik gezond?

Op deze website test je hoe jij eet en beweegt en krijg je de mogelijkheid om een persoonlijk plan op te stellen. Is het de bedoeling om van vandaag op morgen een heel eet- en beweegpatroon om te gooien? Uiteraard niet. Elke kleine verbetering is een stap vooruit. Er wordt gekeken wat haalbaar is per persoon. De testjes zijn geschikt vanaf 6 jaar.

www.gezondheidstest.be

Website - Beroepsvereniging van diëtisten

Via deze website kunnen patiënten een gediplomeerde diëtiste vinden uit de buurt.

www.vbvd.be/vind-een-dietist

Website - Voeding uitgedokterd

Deze website reikt relevante informatie aan om huisartsen en diëtisten te ondersteunen in hun rol van voedingsvoorlichter.

www.voedinguitgedokterd.be

Website - Eetexpert

Eetexpert is het kenniscentrum voor eet- en gewichtsproblematiek. Op hun website vindt u 4 draaiboeken voor huisartsen.

1. herkenning en aanpak van overgewicht en obesitas bij volwassenen
2. zorg voor kinderen met eet- en gewichtsproblemen
3. Detectie en somatische opvolging van eetstoornissen in de huisartsen praktijk
4. Multidisciplinaire screening bij overgewicht

www.draaiboeken.eetexpert.be/huisarts

BEVOLKINGSONDERZOEKEN



Het **Centrum voor Kankeropsporing (CvKO)** krijgt van de Vlaamse overheid de opdracht om de bevolkingsonderzoeken te organiseren. Zij versturen de uitnodigingsbrieven en ondersteunen de radiologen.

Patiënten met vragen over hun afspraak kunnen terecht op gratis nummer 0800 60 160.

Hebt u als arts een vraag over de bevolkingsonderzoeken, relevant wetenschappelijk onderzoek of het nut van mammografisch onderzoek? Bel naar CvKO - afdeling Antwerpen - Universiteit Antwerpen - Coördinator Dr. Ir. Sofie Van Roosbroeck, Universiteitsplein 1, 2640 Wilrijk, Tel: 03 265 25 59 - sofie.vanroosbroeck@uantwerpen.be.

Logo Antwerpen krijgt van de Vlaamse overheid de opdracht om de brug te slaan tussen het wetenschappelijk expertisecentrum CvKO en de lokale intermediairs (bv. lokale besturen, organisaties, huisartsenkringen, apothekersvereniging,...) . Wij informeren lokale spelers over de uitgewerkte methodieken en communicatiemateriaal. Op een LOK kunnen wij zorgen voor een voordracht over de bevolkingsonderzoeken.

Op www.bevolkingsonderzoek.be vind je informatiefiches voor artsen

- <https://borstkanker.bevolkingsonderzoek.be/nl/professionelen/huisartsen-en-gynaecologen>
- <https://dikkedarmkanker.bevolkingsonderzoek.be/nl/infosheet-voor-de-huisarts-2018>
- <https://baarmoederhalskanker.bevolkingsonderzoek.be/nl/infosheet-voor-artsen>

Sensibiliseringsmaterialen voor patiënten bestelt u in de webwinkel van Logo Antwerpen. www.logoantwerpen.be/materialen.

Plaatsing mammobiel

Niet elke gemeente heeft een vaste mammografische eenheid. Wanneer de afstand te groot is, kan een lokaal bestuur vragen om de mammobiel te laten komen. De mammobiel komt dan om de twee jaar enkele weken naar een centrale plaats in de gemeente.



| even jaren | oneven jaren |
|-----------------------|------------------|
| 2050 Linkeroever | 2920 Kalmthout |
| 2060 Antwerpen-Noord | 2520 Ranst |
| 2630 Aartselaar | 2990 Wuustwezel |
| 2547 Lint | 2040 Berendrecht |
| 2550 Kontich Waarloos | 2040 Zandvliet |
| 2550 Kontich Kazerne | 2040 Lillo |
| 2550 Kontich Centrum | 2240 Zandhoven |
| 2540 Hove | 2150 Borsbeek |
| 2350 Vosselaar | 2160 Wommelgem |
| 2910 Essen | 2070 Zwijndrecht |
| | 2070 Burcht |

Verantwoordelijke bij Centrum voor Kankeropsporing (CvKO) voor plaatsing mammobiel in gemeenten:

Eveline.geurts@uantwerpen.be - tel : 03 265 28 86

Logo Antwerpen ondersteunt gemeenten voor en tijdens de plaatsing van mammobiel met publiceerbare artikelen, voordrachten, methodieken, materialen en cijfermateriaal (bv. opkomstcijfers).

Voordrachten en educatieve spellen



Logo Antwerpen heeft een pool van lesgevers (voornamelijk verpleegkundigen en intercultureel bemiddelaars) die voordrachten/educatief spel over kanker en de bevolkingsonderzoeken geven. Deze voordrachten (borst-, baarmoederhals- en dikke darmkanker) en het educatieve spel (mam-mobox) werden ontwikkeld door het Centrum voor Kankeropsporing.

Voor huisartsenkringen kunnen geaccrediteerde opleidingen/voordrachten aangevraagd worden. Voor medisch geschoolden vraagt het Logo een lesgever van het CvKO. Deze voordrachten worden door een arts gegeven.

[Vormingen aan te vragen bij Logo Antwerpen.](#)

Sociale adviseurs van Vormingplus

Inwoners van stad Antwerpen (met aandacht voor interculturele, kwetsbare, lage opleidingsgroepen) kunnen bij Vormingplus een 'sociale adviseur' vragen die gratis informatie komt geven over oa. kankerpreventie bij mensen thuis.

[Meer info: www.vormingplus.be](http://www.vormingplus.be) - luc.spiessens@vormingplus.be

GEZONDHEID & MILIEU

E-learning - Binnen roken is nooit oké



Bent u op zoek naar een manier om een gesprek met een ouder over binnen roken te voeren? Dan is deze online vorming iets voor u. Niet veel tijd? Geen probleem: je kan de vorming per kamer (10 min.) doorlopen.

www.passiefroken.be

Wachtzaalactie - Gezond binnen

Met de gratis banners, affiches, folders en pancartes informeer je de wachtende patiënten over gezond wonen (passief roken, ventileren,...)

www.logoantwerpen.be/wachtzaalactie



Campagne - Warme dagen, zorg dragen



Met de folder en affiche van 'warme dagen' geef je tips mee hoe mensen zich kunnen beschermen tegen de warmte.

www.warmedagen.be



Campagne - Wees niet gek, doe de tekencheck

Doorprik de fabels over teken en geef correcte informatie mee met de tekenfolder en affiche.

www.tekenbeten.be

Woningonderzoeken

Denk je dat de gezondheidsklachten van je patiënt veroorzaakt worden door de woning? Vraag een woningonderzoek aan bij de medisch milieukundige van jouw Logo.

www.logoantwerpen.be/woningonderzoek

LOK met externe spreker -

‘Gezondheid en milieu: ook een hot item in de huisartsenpraktijk? ‘

Deze LOK-voordracht bespreekt de impact van het milieu op de gezondheid in Vlaanderen en de rol van risicoperceptie. Hoe kan je daar als huisarts mee omgaan en welke mogelijkheden tot ondersteuning bestaan er in Vlaanderen?

Voor deze LOK kan je gratis beroep doen op de Medische Milieukundige van het Logo.

www.domusmedica.be/vorming/vorming-voor-lokale-kwaliteitsgroepen

VALPREVENTIE

Oefenprogramma - Blijf in beweging



Een oefenprogramma speciaal ontwikkeld voor thuiswonende ouderen om het risico op vallen en valangst te verminderen. Bestaat uit lenigheids-, kracht- en evenwichtsoefeningen.

Dit oefenprogramma bestaat uit 4 oefenniveaus en wordt best opgebouwd onder begeleiding van een kinesist.

In samenwerking met het dienstencentrum kunnen groepssessies worden georganiseerd.

www.logoantwerpen.be/oefenboekje

LOK met externe spreker

Het aangepaste lokpakket behandelt de uitgebreide lijst van risicofactoren en de taken van de huisarts bij de risicobepaling en de daarop gebaseerde aanpak.

www.domusmedica.be/vorming/vorming-voor-lokale-kwaliteitsgroepen

MFO valpreventie en medicatie

Doel van dit medisch-farmaceutisch overleg is het maken van lokale afspraken rond medicatie en vallen bij ouderen.

www.domusmedica.be/vorming/vorming-voor-lokale-kwaliteitsgroepen

Week van de valpreventie



De 'Week van de Valpreventie' is een jaarlijks weerkerende 'vitrine' om val- en fractuurpreventie publiek in de belangstelling te plaatsen. Telkens wordt een nieuw thema onder de aandacht gebracht.

Het belang van beweging en het gebruik van slaap- en kalmeermedicatie als risico voor vallen kwamen de voorbije jaren aan bod. In 2019 en 2020 wordt valangst de focus.

www.valpreventie.be

GEESTELIJKE GEZONDHEID

Website met zelftest - Fit in je hoofd, goed in je vel



Website voor geestelijke gezondheidsbevordering door de combinatie van een zelfbeoordelingstest met advies op maat aan de hand van tien positionele stappen. Een wetenschappelijk onderbouwde campagne die tegen eind 2019 herwerkt wordt door het Vlaams Instituut Gezond Leven.

www.fitinjehoofd.be

Noknok - voor 12-16 jaar

Campagne met website waar jongeren van 12 - 16 jaar informatie over je goed in je vel voelen vinden. De website is interactief met een zelftest en spel.

www.noknok.be



Goed gevoel stoel - voor maatschappelijk kwetsbaren



De 'Goed-gevoel-stoel' helpt maatschappelijk kwetsbare mensen met het versterken van hun mentale veerkracht. Het gaat om 3 groepssessies van 2,5u.

www.logoantwerpen.be/goedgevoelstoel

Zilverwijzer - voor 60-plussers



Groepssessie waarin ouderen leren omgaan met de uitdagingen van het ouder worden. Er is ook een aangepaste versie voor woonzorgcentra.

www.zilverwijzer.be

Tiendaagse van de geestelijke gezondheid

Van 1 tot 10 oktober vindt in heel Vlaanderen de 10-daagse van de Geestelijke Gezondheid plaats. Onder het motto 'Samen Veerkrachtig' worden alle lokale partners uitgenodigd om tijdens deze 10-daagse acties te organiseren die aanmoedigen tot het verhogen van de veerkracht.



www.samenveerkrachtig.be



Zelfmoord 1813

Bij dringende nood aan een gesprek is er de zelfmoordlijn en chat.

www.zelfmoord1813.be

Informatie over psychische klachten en aandoeningen

www.geestelijkgezondvlaanderen.be

TABAK, ALCOHOL & DRUGS

Website - Motiverende gespreksvoering

Hoe een patiënt aanspreken op rookgedrag? Leer hoe motiverende gespreksvoering u helpt om mensen te motiveren tot rookstop. Ook voor middelengebruik is er een website.

www.motiverentotrookstop.be

www.vad.be/hethuis

Handleiding - Motiverende gespreksvoering

Handleiding om uw patiënt in 2 minuten te motiveren te stoppen met roken.

www.logoantwerpen.be/rookstophandleiding



Werelddag zonder tabak



De Werelddag zonder Tabak is traditioneel een moment om stil te staan bij de gevolgen van roken.

Meet de longleeftijd van patiënten met de LUNGLIFE of het CO gehalte in de longen met de PICO-METER. Via de webwinkel van Logo Antwerpen kunt u deze ontlennen.

[Bestel materialen in de webwinkel van Logo Antwerpen.](http://www.logoantwerpen.be/materialen)

[www.logoantwerpen.be/materialen.](http://www.logoantwerpen.be/materialen)

Rookstop met begeleiding

Individueel

- Gratis telefonische rookstopbegeleiding
- [www.tabakstop](http://www.tabakstop.be)
- APP van tabakstop
- www.tabakstop.be/tabakstop-app
- Online rookstopbegeleiding
- www.stopsmokingcoach.eu
- Met tabakoloog. Vind de tabakoloog in de buurt - via VRGT - <https://rookstop.vrgt.be/geregistreerde-tabakologen> of via www.tabakstop.be



Rookstop voor jongeren

Info en rookstop voor jongeren: www.smartstop.be

Jouw huis, mijn werkplek



Patiënt werkt in de woning waar gerookt wordt, via huishulp en dienstencheques. Hoe zich beschermen?

Meer info: www.gezondleven.be/projecten/jouw-huis-mijn-werkplek

Bestel materialen in de webwinkel van Logo Ant-

Generatie rookvrij

Campagne ter bescherming van jonge kinderen tegen het zien van rokers en voor een rookvrije kindertijd.

www.generatierookvrij.be



Adviespunt verslaving

Adviespunt Verslaving is een centrale dienst die samenwerkt met verschillende drughulpverleningscentra uit Antwerpen (ADIC, De Sleutel, Free Clinic en Vagga)

- Voor iedere patiënt met een vraag over middelen- en/of gedragsverslaving.
- Voor iedereen die advies zoekt voor zichzelf of voor iemand uit de omgeving.



De focus ligt op verslaving in de breedste zin van het woord. drugs, alcohol, medicatie, gamen, gokken tot eten en seks.

Uw patiënt vindt er een luisterend oor. Bij voorkeur gaat de patiënt naar de vrije consultatie. Eventueel kan hij ook telefoneren of mailen. Na een eerste gesprek wordt bekeken of doorverwijzing naar een hulpverleningsorganisatie aangewezen is. Alles kan in het Nederlands, Frans, Engels, Duits en Spaans.

www.adviespuntverslaving.be

Consultatieadres: Boomgaardstraat 7 - 2018 Antwerpen

hallo@adviespuntverslaving.be

03 256 91 56

Websites rond drughulpverlening

- Info en advies drugs www.druglijn.be en www.vad.be en www.vagga.be
- Zelf-en kennistest www.druglijn.be/aan-de-slag/alcohol.aspx
- Zelftest, zelfhulp, online begeleiding www.alcoholhulp.be, www.cannabishulp.be
- Middelengebruik detecteren, bespreekbaar maken en interveniëren www.me-assist.com

VACCINATIE

Griepvaccinatie zorgpersoneel

**Bescherm
jij Yvette?**

Laat je vaccineren
tegen griep.



www.laatejvaccineren.be/hou-griep-uit-je-team

Griepvaccinatie risicogroepen

**Zorg dat je
niets mist
door griep.**

Laat je vaccineren
en bescherm jezelf
en je omgeving.



www.laatejvaccineren.be/zorg-dat-je-niets-mist-door-griep

Basisvaccinatie kinderen

www.zorg-en-gezondheid.be/basisvaccinatieschema

Vaccinnet

Registreren en bestellen van vaccins op vaccinnet

www.vaccinnet.be/Vaccinnet/welkom.do