



Schoolgezondheidsbeleid basisonderwijs

editie 2019

Voorwoord

Beste directie en leerkrachten,

Gezonde fitte jongeren die goede schoolresultaten behalen en die zich goed in hun vel voelen. Daar willen we samen met u voor gaan. Omdat gezonde gewoontes best zo vroeg mogelijk aangeleerd worden, is de school een belangrijke omgeving om een gezonde leefstijl vanzelfsprekend te maken. De school kan dat bereiken door een beleid op te zetten waarin gezondheidseducatie ondersteund wordt met een schoolinrichting die gezond gedrag uitlokt en beloont, en met duidelijke afspraken.

Logo Brussel bundelde in deze brochure interessante projecten, die u ongetwijfeld zullen inspireren bij het opzetten van uw schoolgezondheidsbeleid.

Naast deze inhoudelijke ondersteuning kunt u bij de VGC ook terecht voor financiële ondersteuning voor het realiseren van uw gezondheidsproject. Het kan gaan om zeer uiteenlopende initiatieven: van gezonde voeding, beweging en lichaamshygiëne tot middelengebruik (alcohol, tabak en drugs), veiligheid en eerste hulp, welbevinden, seksualiteit en relaties. Het volledige reglement en het aanvraagformulier vindt u op de website van de VGC

(www.vgc.be/ondersteuning/subsidies/gezondheid/werken-aan-gezondheidsbeleid en www.onderwijsinbrussel.be).

Tot slot verwijzen we naar de website www.gezondeschool.be. Daar vindt u achtergrond voor het opstellen van een actieplan, met aandacht voor de verschillende schoolniveaus: de individuele leerling, het klas-, school- en omgevingsniveau. Hou ook de nodige tijd vrij voor opvolging en evaluatie.

Het team van Logo Brussel staat altijd voor u klaar om u te ondersteunen. Samen werken we aan de implementatie van het gezondheidsbeleid in het Nederlandstalig onderwijs in Brussel. En leggen we onze ambitie op: 80 % van de basis- en secundaire scholen voeren in 2025 een preventief en duurzaam gezondheidsbeleid.

Ik wens u veel plezier en succes met uw plannen!

Collegelid bevoegd voor Gezondheid

LEESTIP

Naast elk project staat een afbeelding die de doelgroep aanduidt. Deze afbeeldingen helpen u om de brochure snel en gericht door te nemen.



Beleid: toepasbaar op de hele school, op beleidsniveau te integreren, soms ook gericht op de ouders



Kleuters tot 6jr



Lager onderwijs: 6-12jr



Derde graad lager onderwijs: 10-12jr



Basisonderwijs: BaO



Buitengewoon lager onderwijs: BLO

Inhoudstafel

| | |
|-----------------------------------------------|----|
| Schoolgezondheidsbeleid : Algemeen | 06 |
| Gezonde voeding | 10 |
| Bewegen en sedentair gedrag | 15 |
| Geestelijke gezondheid | 20 |
| Relaties en Seksualiteit | 21 |
| Tabak, alcohol, drugs, & gamen | 24 |
| Eerste hulp bij ongevallen | 27 |
| Wat biedt de Vlaamse Gemeenschapscommissie u? | 28 |
| Lokale partners | 31 |
| Vlaamse partnerorganisaties | 36 |

Algemeen – Schoolgezondheidsbeleid



GEZONDE SCHOOL



Is gezondheid op jouw school nog een werkpunt? Dan is een beetje ondersteuning vast welkom! De methodiek *Gezonde School* helpt u om stap voor stap te evolueren van losse acties naar een samenhangend gezondheidsbeleid, met oog voor een aantal succesfactoren.

www.gezondleven.be/sectoren/gezonde-school/wat-is-gezonde-school



ACTIEPLAN HOOG TIJD VOOR GEZONDHEID - KINDEREN OP WEG HELPEN NAAR EEN GEZONDE LEVENSTIJL



Het actieplan *Hoog tijd voor geZONDheid* van minister Crevits zet in op versterking van het gezondheidsbeleid van scholen aan de hand van 4 onderling nauw samenhangende thema's: Klavertje Vier

- beweging (inclusief sporten);
- een beweegvriendelijke sportinfrastructuur;
- gezonde voeding en eetgedrag;
- EHBO en reanimatie.

De gezonde keuze moet hierbij de gemakkelijkste keuze worden. Het actieplan kunt u terugvinden op <http://onderwijsvlaanderen.be/sites/default/files/atoms/files/Actieplan-Hoog-tijd-voor-geZONTijd.pdf>



GEZOND OPVOEDEN



“Hoe leer ik mijn kind groenten eten? Hoe stel ik grenzen rond tv-kijken of gamen? Wat als mijn zoon of dochter over cannabis begint?” Ouders van kinderen en jongeren tussen 2 en 18 jaar kunnen met deze vragen terecht op www.gezondopvoeden.be.

Met behulp van artikels, filmpjes met herkenbare discussies tussen ouders en kinderen, interactieve tests en doe-opdrachten geeft de website ouders de kans om over concrete situaties na te denken. Ze vinden er ook tips over hoe ze moeilijke thema's het best aankaarten bij hun kinderen.

Contact: Stien.vandierendonck@gezondleven.be

Tip: Vraag bij logobrusseel@vvc.be affiches en kaartjes aan om de website bekend te maken.

Gezonde voeding



GEZOND ETEN: WAT IS DAT NU PRECIES? VERNIEUWDE VOEDINGSDRIEHOEK



Het Vlaams Instituut Gezond Leven verzamelde de wetenschappelijke kennis over gezonde voeding voor u in de *vernieuwde voedingsdriehoek*. Over hoe u er op school mee aan de slag gaat, organiseert het Vlaams Instituut Gezond Leven jaarlijks verschillende vormen. Blijf op de hoogte van hun vormingsaanbod via www.gezondleven.be/opleidingen.

Alle beschikbare materialen kunt u downloaden via www.gezondleven.be/themas/voeding/voedingsdriehoek/materialen of bestellen bij logo.brussel@vgc.be



VOEDINGSBELEID OP SCHOOL



Woensdag fruitdag, een gratis wateraanbod op school, een les rond de voedingsdriehoek, een gezond ontbijt ... het zijn één voor één voorbeelden die een plaats kunnen krijgen in het voedingsbeleid van jouw school. Mooie initiatieven, maar toch maken die verschillende activiteiten nog geen samenhangend voedingsbeleid. Hoe moet het dan wel? Het geheim zit hem in een gezonde mix van strategieën. Op deze site vindt u ook de checklist drankenaanbod en tussendoortjes, schoolmaaltijdengids, aanbevelingen voor dranken en tussendoortjes

www.gezondleven.be/sectoren/gezonde-school/een-voedingsbeleid-op-school



LEERLIJN VOEDING - WELKE LEERINHOUDEN ROND VOEDING GEEF JE WANNEER?



De *leerlijn voeding* is een praktisch instrument dat schoolteams ondersteunt bij het invullen en afstemmen van hun gezondheidseducatie rond het thema voeding. U kunt de leerlijn gebruiken om lesinhouden en lesmateriaal te selecteren en te controleren, om onderling af te stemmen welke leerinhouden rond voeding wanneer (in welk leerjaar) en in welke vakken aan bod kunnen komen. In de leerlijn voeding krijgt u een overzicht van materialen die u in de les kunt gebruiken.

www.gezondleven.be/files/onderwijs/Leerlijn-voeding.PDF



ACTIEVE KINDEROPVANG



Actieve kinderopvang focust op de invulling van een kwaliteitsvol beleid rond voeding, beweging en de preventie van lang stilzitten binnen de buitenschoolse opvang. Dit beleid heeft oog voor een vrij bewegingsaanbod, actief toezicht, de beperking van lang stilzitten, een evenwichtig dranken- en tussendoortjesaanbod, geschikte stimuli en relevante afspraken (keuzevrijheid, kinderopvang, rolmodel, sociaal veilige omgeving,...). De materialen kunt u ontvangen door het volgen van de vorming.

Meer info via

www.gezondleven.be/projecten/actieve-kinderopvang

Tip: Contacteer Logo Brussel voor meer informatie.



FRUIT, GROENTEN EN MELK OP SCHOOL



Net zoals in Vlaanderen kunnen Brusselse basisscholen een subsidie aanvragen voor de verdeling van fruit, groenten en melkproducten op school. Dit moet wel bij het Brussels Gewest gebeuren. Voor info en inschrijven (voor 31 oktober) http://werk-economie-emploi.brussels/nl_BE/fruit.

Het programma *Fruit, groenten en melkproducten op school* biedt kinderen gezonde seizoenproducten aan en vraagt de scholen hun leerlingen te sensibiliseren over evenwichtige voeding. Het wordt uitgevoerd met de financiële steun van de Europese Unie.

Het principe is eenvoudig: op een vaste dag in de week eten de leerlingen samen een lekker stuk fruit of groente, en/of drinken ze een glas melk als tussendoortje. Deze vaste dag kan het aanknopingspunt zijn voor een bredere werking rond gezonde voeding op de school.

Voor de verplichte ondersteunende methodieken kunnen Nederlandstalige Brusselse scholen aansluiten bij het Vlaamse programma met onder meer de *Proefkampioen* en het *Land van Calcimus* (zie verder).



DE PROEFKAMPIOEN – SPELEN, LEREN EN PROEVEN - VOLLEDIG VERNIEUWD!



Neen, dat lust ik niet! is een bekende uitspraak die thuis of op school al eens voorkomt. Proeven is iets dat kinderen moeten leren, met vallen en opstaan. Om scholen en ouders een handje te helpen bij de smaakontwikkeling van kinderen is er *De Proefkampioen*. Al spelend en experimenterend maken ze kennis met de vier basissmaken: zuur, zoet, zout en bitter. De koffer bestaat uit leuk proefmateriaal, een handleiding en een proefpas (voor thuis). Scholen kunnen in combinatie met *De Proefkampioen* ook de voordracht *Gezond opgroeien* met gezonde voeding organiseren voor ouders.

De proefkampioenkoffer kan gratis uitgeleend worden via Logo.brussel@vgc.be.



HET LAND VAN CALCIMUS - VERNIEUWD



Het educatieve project *Het land van Calcimus* biedt leerkrachten lesmateriaal (infociches en werkbladen, spelkoffer) om per leerjaar kinderen in het lager onderwijs duidelijk te maken dat een gezonde voeding met voldoende melk, melkproducten, groenten en fruit belangrijk is voor een goede ontwikkeling.

Een avontuurlijke ontdekkingsstocht door *Het land van Calcimus* maakt het verhaal van gezonde voeding bevattelijk, tastbaar en boeiend, zonder belerend te zijn. Tijdens hun tocht moeten de spelers hun kennis bovenhalen om vragen te beantwoorden, raadseltjes op te lossen, enz. om zo veel mogelijk krachtkaarten en Calcimuskaarten te verzamelen.

Het lesmateriaal brengt diverse gezondheidsthema's op maat van de leerlingen en draagt daardoor bij tot de realisatie van de een aantal eindtermen van het basisonderwijs:

Het materiaal is gemakkelijk te downloaden en de koffer is gratis uit te lenen via www.calcimus.be



DONDERDAG VEGGIEDAG



Donderdag Veggiedag is een campagne van Ethisch Vegetarisch Alternatief (EVA) die u wil tonen hoe u één dag in de week lekker en gezond vegetarisch kan eten. Het is de ideale manier om iets voor uw gezondheid te doen en voor het milieu.

Bent u ook enthousiast om mee te doen met uw klas/school? *Donderdag Veggiedag* komt ook naar de klas/school met workshops en educatieve materialen. Het stappenplan kan u helpen een *Donderdag Veggiedag* in te voeren op de school. Meer info vindt u op www.donderdagveggiedag.be



WILD VAN WATER



Dit project helpt basisscholen om het drink- en plasbeleid op school te optimaliseren. Het is een educatief pakket voor leerlingen uit het basisonderwijs met een vertelplaat en een voorleesboek.

Wild van water helpt u op weg met tien concrete aanbevelingen. Plan dagelijks voldoende drinkmomenten en integreer toiletgebruik in de dagelijkse gang van zaken.

www.wildvanwater.be

TIP: Leen Wild van water uit bij Logo Brussel.



WERELDWATERDAG



WERELDWATERDAGSCHOOL
with for water

Doe mee aan *Wereldwaterdag* op 22 maart. Water wordt die dag vanuit een andere hoek benaderd.

www.wereldwaterdagatschool.be



DE WATERPAS



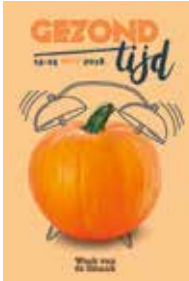
De waterpas is bedoeld om de leerlingen in de klas en thuis op een speelse manier te motiveren om regelmatig te drinken en daarbij vooral te kiezen voor water. De exacte hoeveelheid die ze drinken, is minder van belang.

www.gezondleven.be/files/voeding/Waterpas-handleiding.pdf

TIP: Vraag bij Logo Brussel voor elke leerling een waterpas en een bijbehorend diploma aan. Er zijn ook ouderbrieven en leerkrachtbrieven om de actie bekend te maken.



DE WEEK VAN DE SMAAK 2018



Dit publieksevenement rond smaak en eetcultuur loopt van 15 tot 25 november 2018 in heel Vlaanderen en Brussel. Deze editie staat in het teken van de Gezond-Tijd. We maken met z'n allen de tijd om even stil te staan bij onze voeding en onze gezondheid. We doen dit bij voorkeur gezellig samen met familie, vrienden, collega's, klasgenoten... tijdens een (gezonde) maaltijd. Voor meer originele smaakactiviteiten en inschrijving : www.weekvandesmaak.be.



EDUCATIEF AANBOD VAN LEEFMILIEU BRUSSEL 2018-2019



U kunt zich bij Leefmilieu Brussel inschrijven voor een reeks animatiecycli voor uw klas over de thema's duurzame voeding, afvalpreventie, klimaat en energie en omgevingsgeluid.

Daarnaast biedt Leefmilieu Brussel kant- en -klare schoolprojecten aan rond vegetarisch eten, voedselverspilling, moestuinen of fruitbomen, composteren, vermindering van drankverpakkingen, klimaatverandering en ecologische voetafdruk.

Leefmilieu Brussel organiseert ook de open projectoproep indien uw school liefst een zelfbedacht schoolproject wil verwezenlijken rond duurzame voeding, afvalpreventie, klimaat en energie of biodiversiteit.

Voor beide soorten projecten (kant-en-klaar of open project) krijgt uw school steeds de nodige pedagogische en methodologische begeleiding en financiële ondersteuning.

Schrijf u in en bekijk het volledige educatieve aanbod van Leefmilieu Brussel op: www.leefmilieu.brussels/news/educatief-aanbod-2018-2019 (deadline van de inschrijvingen: 18 juni)



BUBBLE



Op dit platform kunt u informatie en ervaringen uitwisselen met collega's uit het Brusselse onderwijs die werken rond natuur- en milieueducatie (NME). Bent u een leerkracht, een pedagogisch verantwoordelijke, een lid van het oudercomité of bent u geïnteresseerd in milieueducatie? Word lid van *Bubble*!

www.bubble.brussels/nl/

Bewegen en sedentair gedrag



NU OOK EEN BEWEGINGSDRIEHOEK NIEUW



En hoe zit het met bewegen en lang stilzitten? Het Vlaams Instituut Gezond Leven verzamelde wetenschappelijke kennis over beweging en lang stilzitten voor u in de nieuwe *bewegingsdriehoek*. Hoe u het beste een bewegingstekort aanpakt, geeft de bewegingsdriehoek je heel helder weer.

Over hoe u er op school mee aan de slag gaat, organiseert het Vlaams Instituut Gezond Leven jaarlijks verschillende vormingen. Blijf op de hoogte van hun vormingsaanbod via www.gezondleven.be/opleidingen.

Alle beschikbare materialen kunt u downloaden via www.gezondleven.be/materialen?themas%5B%5D=beweging-sedentair-gedrag of bestellen bij logo.brussel@vgc.be



BEWEGEN NAAR DE ZON



Met het actieplan *Hoog tijd voor geZONTijd* wil minister Crevits de leerlingen elke dag één kwartiertje extra doen bewegen. In een schooljaar leggen de scholen dan samen de hele afstand tot de zon af; dat is 150 miljoen kilometer. Dit initiatief loopt in samenwerking met Stichting Vlaamse Schoolsport. Basisscholen kunnen zich registreren op het digitaal platform www.bewegennaardezon.be. Wanneer je één klas inschrijft, ontvang je via e-mail je schooleigen *Bewegen naar de zon*-label.

Inspiratie nodig van andere scholen? Dit kan via de #zontijd waar u de initiatieven van andere scholen kunt volgen. Voor bijkomende ondersteuning kunt u ook terecht op www.sportbeweegtjeschool.be/contacteer-ons



SPORT BEWEEGT JE SCHOOL



Dit is een actieplan van de Stichting Vlaamse Schoolsport (SVS) en Sport Vlaanderen. Het doel? Scholen stapsgewijs helpen aan een kwalitatief bewegings- en sportbeleid dat aansluit bij het opvoedingsproject van de school. Met *Sport beweegt je school* willen SVS en Sport Vlaanderen :

- scholengratis ondersteunen om een bewegingsstimulerend aanbod uit te werken zodat jongeren onder meer de gezondheidsnorm (60 minuten bewegen per dag) zo veel mogelijk kunnen behalen op school;
- scholen stimuleren om een sportieve dynamiek te creëren. Een dynamiek die kinderen en jongeren aanzet tot een gezonde, fitte en sportieve levensstijl, waardoor ze sneller de sprong maken van schoolsport naar clubsport.

Maak werk van een beweegbeleid op uw school en breng aan de hand van de checklist het beweegaanbod in beeld.

www.sportbeweegtjeschool.be



DOORBREEK HET LANG STILZITTEN MET WOOGIE BOOGIE! NU UITGEBREID MET EEN LESPAKKET



Woogie Boogie is een pakket met bewegingstussendoortjes voor kleuters ontwikkeld door het Vlaams Instituut Gezond Leven samen met Disney Benelux. Het pakket bestaat uit filmpjes met leuke moves en een stappenplan waarin de moves worden beschreven. Nu is er ook een educatief pakket met vijf actiefiches en een stappenplan. Vertelplaten en tal van andere ondersteunende materialen zorgen voor de inkleding van de acties. Ze sporen aan om de klas zo in te richten dat kleuters vanzelf meer rechtstaan en bewegen, het lang stilzitten (ook voor de computer en tv) te onderbreken met bewegingstussendoortjes, leerinhouden op een actieve, niet-zittende manier aan te brengen en het zitten op de speelplaats aan te pakken.

Wil u ook aan de slag met het educatief pakket? Registreer uw klas dan via www.woogieboogie.be/nl/klaspakket en vraag het educatief pakket met het poster-en stickerpakket aan.

De woensdag voor de Paasvakantie is er een *Woogie Boogiebeweegdag*. De *Woogie Boogiebeweegdag* is dé dag in het jaar waarop alle stoelen aan de kant gaan. Meer info op www.woogieboogie.be



DIP DOBBEL DOE



Zitten de leerlingen al een hele tijd stil op hun bank? Heeft de klas het moeilijk om aandachtig te blijven? Gebruik de bewegingstussendoortjes uit Dip Dobbel Doe om in de klas te bewegen met de leerlingen.

Gooi de dobbelsteen, neem de kaart met de bewegingsopdracht en voer die met de klas uit. Na het beweegmoment volgt een quizvraag over evenwichtige voeding. Er zijn 80 kaarten met bewegingstussendoortjes en 60 kaarten met voedingsvragen. Elke basisschool kreeg een gratis pakket.

www.gezondleven.be/projecten/dip-dobbel-doe



BELEEF PRET EN DOE DE SAMMY PET



De *Sammy Pet*-dans bestaat uit een choreografie en een herkenbaar lied. Dit concept is ontstaan uit een samenwerking tussen Stichting Vlaamse Schoolsport (SVS) en Sport Vlaanderen. Geef uw leerlingen, het hele schoolteam en uw speelplaats een mentale boost en dans ... dans ... dans ... Doe de *Sammy Pet*

Op deze link vindt u al het materiaal

www.moev.be/projecten/bewegingspaspoort-sammypschool



ONE MILE A DAY ALS BEWEGINGSTUSSENDORTJE



Met *One Mile a Day* wordt het langdurig stilzitten regelmatig onderbroken met wandelen of lopen. De kinderen gaan met hun leerkracht dagelijks 1 mijl of 1,6 km wandelen of lopen in de frisse buitenlucht.

Hoe gaat u van start en hoe motiveert u uw team? Registreer uw school en bestel het promomateriaal.

Ontdek ook de *One Mile a Day*-app op www.onemileaday.be



MULTIMOVE



Het project *Multimove* voor kinderen is een initiatief van de Vlaamse Overheid. Het wil veelzijdige lichaamsontwikkeling bij kinderen stimuleren, via een gevarieerd bewegingsaanbod. De VGC-Sportdienst is partner van dit project en organiseert wekelijks verschillende lesmomenten voor kinderen van 3 tot 6 jaar op maandag, woensdagnamiddag en tijdens de weekends in Anderlecht, Brussel, Elsene, Koekelberg, Schaarbeek, en Vorst.

Meer info op www.sportinbrussel.be of www.multimove.be



WOENSDAGMIDDAGACTIVITEITEN VOOR BRUSSELSE BASISCHOLEN

Regelmatig organiseren de Stichting Vlaamse Schoolsport en de VGC-sportdienst sportactiviteiten op woensdagnamiddag. Dansfollie, Powerplaysoccertornooi, Gymland en het netbaltornooi zijn maar enkele voorbeelden.

Een overzicht en alle info vindt u op www.moev.be/activiteiten/filters:vlaams-brabantbrussel



DUURZAAM SPORTAANBOD

Brusselse Nederlandstalige scholen kunnen bij de VGC-Sportdienst een subsidie aanvragen voor de organisatie van een regelmatig Nederlandstalig sportaanbod buiten de lesuren. Er kunnen subsidies worden aangevraagd voor de huur van infrastructuur en voor een officieel tewerkgestelde lesgever. Meer details over de subsidievoorwaarden vindt u via onderstaande links. U kunt de subsidieaanvraag indienen 2 weken voor de start van de activiteit.

www.vgc.be/ondersteuning/subsidies/sport/wat
www.vgc.be/ondersteuning/subsidies/subsidies-sport

TIP: Contacteer de VGC-Sportdienst voor informatie
T 02 563 05 14 E-mail: sportdienst@vgc.be



SPORTACADEMIE



Voor kinderen van 7 tot 12 jaar organiseert de VGC-Sportdienst de *Sportacademie* in Anderlecht, Brussel, Elsene, Koekelberg en Schaarbeek. Kinderen en jongeren maken er uitgebreid kennis met verschillende sporten. Om de 4 weken komt een nieuwe sport aan bod.

www.sportinbrussel.be

Geestelijke Gezondheid



MOMENTJE, EERST EEN COMPLIMENTJE



Op 1 maart is het nationale complimentendag. Complimenten geven versterkt ons menszijn en drukt een persoonlijke waardering uit. We bouwen zo aan wederzijds zelfvertrouwen door positieve communicatie te gebruiken. Op de website vind u tips over het geven van complimenten en hoe u met de school kunt deelnemen aan complimentendag

www.complimentendag.be



TOPSPEL



TOPspel is een revolutionaire methodiek die ontwikkeld werd door De Sleutel om de sociale vaardigheden van kinderen te trainen. De ingrediënten van *TOPspel* zijn teamwork, afspraken maken en positieve bekrachtigen. Gewenst gedrag wordt op een positieve en speelse manier ingeoeffend. *TOPspel* bestaat uit een training (voor leerkrachten), een speldoos en een website.

Meer informatie hierover vindt u op www.hettopspel.be, contactpersoon inie.liekens@fracarita.org

Relaties en Seksualiteit



RAAMWERK SEKSUALITEIT EN BELEID



Als u als school naast relationele en seksuele vormingen (RSV) dieper wil nadenken over de integrale aanpak en visie rond dit thema, dan kan deze handleiding helpen. Dit raamwerk reikt kapstokken aan om het beleid rond lichamelijke en seksuele integriteit uit te werken en aan te vullen. Het omvat een modelvisie, concrete instrumenten en achtergrondinformatie. Dit materiaal kunt u downloaden via

www.seksuelevorming.be/materiaal/raamwerk-seksualiteit-en-beleid-onderwijs

U kunt met de school zelf aan de slag gaan of u kunt extra ondersteuning of coaching vragen aan de preventiedienst van CAW Brussel. www.cawbrussel.be/preventie



HET GAT IN DE HAAG



Dit lesmateriaal helpt u om op een speelse manier de sociale vaardigheden van uw kleuters te trainen. De aanpak gebruikt de inzichten van meervoudige intelligentie die veronderstelt dat er meerdere soorten intelligentie bestaan.

De hoofdrol van Het gat in de haag is weggelegd voor 8 kleurrijke groenten met elk hun eigen karakter. Voor kleuters zijn dit herkenbare figuren, waarop ze meteen dol zullen zijn. Het lesmateriaal werd ontwikkeld door De Sleutel in samenwerking met uitgeverij Die Keure Educatief.

www.hetgatindehaag.be



'K ZAG 2 BEREN



Bent u leerkracht of CLB-medewerker en wilt u meewerken aan een kwaliteitsvolle seksuele en relationele vorming van leerlingen uit het kleuteronderwijs en (buitengewoon) lager onderwijs? Dat kan met een vorming en de gratis werkmap 'k Zag 2 beren. Interesse? Contacteer CAW Brussel.

www.caw.be/voor-professionals/downloads/materiaal/relaties-en-seksualiteit-k-zag-2-beren/



VLIEG ERIN!



Vlieg erin! wil het welbevinden van leerlingen verhogen. En niet zonder reden. Welbevinden maakt dat kinderen uitgroeien tot mensen die goed in hun vel zitten en psychisch gezonder zijn. Het pakket geeft concreet lesmateriaal om de sociaal-emotionele ontwikkeling van leerlingen te versterken en een positief klasklimaat te stimuleren.



KIDS IN CYBERLAND



Dit lespakket is bestemd voor leerkrachten van de 3de graad lager onderwijs om met kinderen te werken rond veilig internetgebruik. De methodieken zijn onderverdeeld in drie grote thema's:

- zelfpresentatie en privacy;
- respectvol communiceren;
- kritisch omgaan met beelden en informatie op het net.

Te downloaden of aan te vragen bij

www.seksuelevorming.be/materiaal/kids-cyberland



DE JUISTE CLICK



Deze brochure is bestemd voor 10- tot 12-jarigen en bevat spelletjes, oefeningen en tips voor een veilig internetgebruik. Kinderen kunnen de gids op eigen houtje of samen met volwassenen inkijken. De brochure is ideaal om kinderen bewust te maken van (on)betrouwbare informatie, het al dan niet meedoen aan wedstrijden of enquêtes, het prijsgeven van persoonlijke gegevens ...

Te downloaden via www.seksuelevorming.be/materiaal/de-juiste-click



SEKSUEEL GRENDOVERSCHRIJDEND GEDRAG



Deze brochure geeft tips over hoe u voorkomt dat kinderen en jongeren het slachtoffer worden of blijven van seksueel grensoverschrijdend gedrag. Ook over hoe u voorkomt dat minderjarigen (later) zelf grensoverschrijdend gedrag vertonen is er in de brochure aandacht. De informatie is vooral interessant voor ouders, leerkrachten, opvoeders...

Deze gids bevat *vlaggensysteem*, dat uitleg geeft over hoe u als volwassene gepast reageert op grensoverschrijdend gedrag.

www.caw.be/voor-professionals/downloads/materiaal/relaties-en-seksualiteit-vlaggensysteem/

Tabak, alcohol, drugs, & gamen



LEERLIJN ALCOHOL, TABAK, GAMEN, CANNABIS & ANDERE ILLEGALE DRUGS

De leerlijn is een praktisch instrument dat scholen wil ondersteunen bij het preventief werken rond alcohol, tabak, gamen, cannabis & ander illegale drugs.

www.vad.be/materialen/detail/leerlijn-alcohol-tabak-gamen-cannabis-en-andere-illegale-drugs



BASISPRINCIPES VOOR DRUGPREVENTIE IN DE BASISCHOOL



Deze brochure is een wegwijzer voor schoolbegeleiders, preventiewerkers en medewerkers van de Centra voor Leerlingenbegeleiding (CLB) die basisscholen begeleiden. De volgende kernvragen komen aan bod:

- Drugpreventie in de basisschool: is dat niet te vroeg?
 - Hoe vult u drugpreventie in het basisonderwijs in?
 - Welke pakketten zijn er op de markt en hoe weet u wat ze waard zijn?
-



ALS DE ROOK UIT JE SCHOOL VERDWENEN IS

Als de rook
uit je **school** is
verdwenen...

Wat zegt de wet over roken op school ? Een rookbeleid op school gaat ook over gezondheidseducatie, tabakspreventie en een rookstopaanbod. In deze brochure kunt u nagaan hoe u het rookbeleid in uw school nog kunt verbeteren.



www.vlaanderenstoptmetroken.be/assets/Als-de-rook-uit-je-school-verdwenen-is.pdf



MATERIAALBOX TABAK, ALCOHOL, EN DRUGS



Wilt u werken rond alcohol, tabak en drugs op school? En bent u op zoek naar geschikt materiaal? De materiaalkoffer biedt heel wat inspiratie. In de *materiaalbox tabak-alcohol-drugs* vindt u een greep uit het ruim aanbod aan materialen. De aanwezige materialen variëren van spelen en lespakketten tot talrijke brochures en gadgets. Deze materiaalbox is handig voor een infomoment met collega's of als inspiratie om het beleid rond tabak, alcohol en drugs verder uit te werken.

www.logobrussel.be/content/materiaalbox-tabak-alcohol-en-drugs-0



GAME.OVER@TABAK



Dit is een educatief pakket over tabakspreventie voor de 3de graad lager onderwijs. Het pakket helpt kinderen om te kiezen voor een levensstijl zonder sigaretten, met respect voor rokers.

www.gezondleven.be/sectoren/gezonde-school/rookbeleid-op-school/wat-is-een-rookbeleid-op-school/waarom-gezondheidseducatie-over-tabak/game-over-tabak



LOL ZONDER ALCOHOL



Werk met uw leerlingen van de 3de graad lager onderwijs rond alcohol in dit educatief project. Kinderen onderzoeken wat alcohol is en wat het doet. Ze leren hun sociale vaardigheden versterken en hun weerbaarheid tegen groepsdruk verhogen. Zo zijn ze sterk genoeg om nog even 'neen' te zeggen tegen alcohol.

www.vad.be/materialen/detail/lespakket-lol-zonder-alcohol



VLUCHT NAAR AVATAR



Vlucht naar Avatar wil de kennis, het inzicht en de vaardigheden van leerlingen van de derde graad lager onderwijs versterken, zodat ze op een verantwoordelijke manier leren omgaan met gamen. Het lessenpakket bestaat uit zes lessen gevuld met activerende werkvormen, zoals hoekenwerk, een digitaal bordspel, rollenspelen...

Vlucht naar Avatar vertrekt vanuit de positieve insteek dat gamen heel leerzaam en ontspannend kan zijn, maar geeft ook aandacht aan de kleine groep gamers bij wie het gamegedrag kan ontsporen.

www.vad.be/materialen/detail/vlucht-naar-avatar---lespakket

TIP: U kunt dit nieuwe materiaal ontlend bij Logo Brussel!



ALS KLEINE KINDEREN GROOT WORDEN



Wanneer mag mijn zoon zijn eerste pint drinken? Heeft het zin om met mijn kind over drugs of alcohol te praten? En hoe begin ik daar het best aan? Wat moet ik daar zelf over weten? Ik ben niet zo'n prater, wat kan ik als ouder nog doen? Ik rook, hoe kan ik het dan mijn dochter verbieden?

www.vad.be/materialen/detail/als-kleine-kinderen-groot-words---vormingsmap

TIP: Organiseer zelf een lezing voor ouders op school of contacteer Logo Brussel om de sessie *Als kleine kinderen groot worden* te organiseren.

Eerste hulp bij ongevallen



EHBO OP SCHOOL

Veel scholen zijn goed bezig op het vlak van EHBO. Andere ervaren nog drempels bij de organisatie van een cursus over EHBO, zoals gebrek aan lesgevers, aan materiaal en aan tijd. Waar staat jouw school? Tips, praktijkvoorbeelden en een inventaris met mogelijke partners helpen je op weg.

<http://onderwijs.vlaanderen.be/EHBO-op-school>



LEERLIJN EERSTE HULP RODE KRUIS-VLAANDEREN

De leerlijn van het Rode Kruis-Vlaanderen verduidelijkt hoe uw school eerste hulp in het gezondheidsbeleid kan inpassen.

www.rodekruis.be/storage/main/leerlijneerstehulprodekruisvlaanderen.pdf



AANBOD RODE KRUIS VLAANDEREN

Waarom is helpen zo belangrijk? Hoe leert u mensen helpen? Het Rode Kruis kan er u alles over vertellen. Omdat ze op heel veel verschillende domeinen actief zijn, is hun aanbod van lesmateriaal en hun ondersteuning voor lesgevers zeer divers en uitgebreid. Als leerkracht hebt u dus keuze uit een uitgebreid aanbod gaande van initiaties eerste hulp, lesmaterialen eerste hulp en bloed(geven) en hoe een label hartveilige school verdienen of, u kunt als leerkracht ook een train-de-tainer volgen.

Contacteer Rode Kruis-Vlaanderen voor meer informatie: T 015 44 34 74

www.rodekruis.be/doe-mee/onderwijs/basisonderwijs/

AANBOD JEUGD RODE KRUIS

Via deze website kunt u initiaties, lespakketten en andere materialen (zoals een online)spel en EHBO rugzak aanvragen.

https://jeugd.rodekruis.be/voor-jou/?target%5b%5d=15904&channel%5b%5d=education_package&

Wat biedt de Vlaamse Gemeenschapscommissie u?

Logo Brussel maakt u wegwijs

Bij Logo Brussel kunt u terecht voor gericht advies en ondersteuning rond de thema's die we in deze brochure hebben besproken. Indien nodig zoeken we naar een partner die u verder kan helpen bij zeer specifieke vragen. Alle lespakketten uit deze brochure kunnen gratis ontleend worden bij Logo Brussel. U kunt bij ons ook terecht voor brochures, affiches, stickers,... rond de besproken materialen en thema's.

Materiaaloverzicht

In het materiaaloverzicht (exceldocument) wordt enkel het materiaal opgenomen dat relevant is voor het Brussels onderwijs. Logo Brussel heeft materiaaloverzichten voor de volgende thema's:

- voeding en beweging
- tabak, alcohol en drugs
- welbevinden en geestelijke gezondheid
- relationele en seksuele vaardigheden
- veiligheid

TIP: Vraag het gewenste materiaaloverzicht (inclusief gadgets zoals stickers, armbandjes,...) via e-mail aan Logo Brussel.

Materialenkoffer

De materiaalbox is een handig hulpmiddel in uw zoektocht naar geschikte activiteiten of geschikt materiaal, zoals spel- en lesmateriaal, films en leesboeken. U kunt het materiaal uit de box inkijken en zo met uw team weloverwogen keuzes maken. Logo Brussel heeft materiaalboxen voor de volgende thema's:

- voeding
- tabak
- middelen
- geestelijke gezondheid
- milieu (binnenmilieu)

TIP: Reserveer het gewenste materiaal (materiaalbox of aparte materialen) tijdig bij Logo Brussel. U betaalt een waarborg van 20 euro maar verder is ontlenen gratis.

Adviesgesprek

Logo-medewerkers geven advies bij het materiaal. U kunt bij het Logo ook terecht voor vrijblijvend advies over gezondheidsthema's of als u een project wilt opstarten of bijsturen. Breng altijd het CLB op de hoogte van uw vraag.

Voor sommige thema's verwijst het Logo u door naar partners zoals CGG Brussel, VAD, CAW Brussel, Sensoa en documentatiecentra van ziekenfondsen.

Een adviesgesprek is gratis.

TIP: Contacteer Logo Brussel voor een adviesgesprek.

Contact

Wilt u graag gebruik maken van ons aanbod? Heeft u vragen? Wilt u materiaal ontlenuen? Contacteer ons gerust:

Logo Brussel
Emile Jacqmainlaan 135
1000 Brussel
T 02 563 03 75
E-mail: logo.brussel@vgc.be

Dienst Gezondheid

Nederlandstalige scholen in Brussel kunnen een subsidie krijgen om een gezondheidsbeleid uit te werken. Uiteenlopende initiatieven en thema's komen in aanmerking (gezonde voeding, beweging en lichaamshygiëne tot middelengebruik (alcohol, tabak, drugs en gamen), veiligheid en eerste hulp, welbevinden, seksualiteit en relaties.

Het volledige reglement en het aanvraagformulier vindt u op de website van de VGC, www.vgc.be, en op www.onderwijsinbrussel.be.

VGC-Sportdienst

De VGC-Sportdienst ondersteunt de uitbouw van de schoolsport, in nauwe samenwerking met de Follo's (Flexibele Leerkracht Lichamelijke Opvoeding) en met SVS (Stichting Vlaamse Schoolsport).

Een overzicht van het aanbod:

- Ondersteuning van de activiteiten van de Stichting Vlaamse Schoolsport, zowel tijdens als na de schooluren. Een overzicht vindt u op www.schoolsport.be.
- Powerplaysoccer: de VGC-sportdienst heeft twee voetbalkooien die de Brusselse scholen kunnen ontlenen. De school krijgt de kooi dan een drietal weken op de speelplaats.
- Uitleen van didactisch materiaal (boeken, cd's, video's over sport)
- Ter beschikking stellen van publiciteitsmateriaal voor eenmalige en bijzondere sportinitiatieven (bekers, medailles, gadgets,...)
- Helpen zoeken naar deskundige sportlesgevers, sportleerkrachten voor bijzondere sportinitiatieven, ...

Blader eens door de dienstverleningsmap voor de Brusselse scholen: daarin vindt u een overzicht van alle vormen van ondersteuning die de VGC-Sportdienst biedt. Elke school kreeg vorig jaar een exemplaar. Wilt u een nieuw exemplaar, of meer informatie?

VGC – Sportdienst
Jochen Tourlousse
Emile Jacquainlaan 135
1000 Brussel
T 02 563 05 14
sportdienst@vgc.be
www.vgc.be/sport
www.sportinbrussel.be

Lokale partners

Huis van het Kind Brussel

Het Huis van het Kind Brussel is er voor alle aanstaande gezinnen en gezinnen met kinderen en jongeren (0 tot 24 jaar). Het Huis van het Kind brengt heel wat partners samen en zet via samenwerkingen onder partners in op ondersteuning van gezinnen.

Huis van het Kind – Ket in Brussel vzw
Ingrid Declunder
Gaucheretstraat 164
1030 Schaarbeek
T 0496 57 15 56
info@huisvanhetkindbrussel.be

Centrum Algemeen Welzijnswerk Brussel – Preventie

CAW Brussel wil scholen en leerkrachten ondersteunen rond deze thema's:

- Relaties en seksualiteit;
- Drugs en afhankelijkheid;
- Sociale en communicatieve vaardigheden;
- Omgaan met problemen.

Leerkrachten kunnen bij een preventiewerker terecht voor een gratis adviesgesprek. Ze kunnen ook materiaal ontlenen of met hun klas op bezoek komen bij het CAW. Bovendien geven preventiewerkers op vraag vormingen over de bovenvermelde thema's. CAW Brussel richt zich met dit vormingsaanbod in de eerste plaats tot kwetsbare groepen in de samenleving, zowel jongeren als volwassenen: (minderjarige) nieuwkomers, jongeren in het technisch, beroeps-, deeltijds en bijzonder onderwijs en de bijzondere jeugdzorg, en asielzoekers.

Ook voor ouders is er een vormingsaanbod:

- Relaties en seksualiteit van kinderen en jongeren;
- Kinderen in scheidingsituaties;
- Omgaan met druggebruik bij je kind;
- Praten met je tiener.

CAW Brussel
Priemstraat 19a
1000 Brussel
T 02 289 60 17
preventiewerk@cawbrussel.be
www.cawbrussel.be

Contactpersonen: Cédric Verstraeten, Marijke De Canck en Bianca Boekxstaens
U kunt alle materialen online ontlenen via www.cawbrussel.be/materiaal

Centrum Geestelijke Gezondheidszorg Brussel – deelwerking Houba

CGG Brussel deelwerking Houba organiseert overleg, vormingen en advies. Het wil zo een samenhangend, verantwoord en relevant tabaks-, alcohol- en drugbeleid uitwerken.

CGG Brussel, deelwerking Houba
Houba de Strooperlaan 136
1020 Brussel
T 02 478 90 90
preventieAD@cgg-brussel.be
www.cgg-brussel.be

Centrum Geestelijke Gezondheidszorg Brussel – Zelfmoordpreventie

Voor informatie, consulterend overleg en vorming over omgaan met suïcidaal gedrag bij jongeren kunt u terecht bij de dienst suïcidepreventie van het CGG Brussel. Ook als u interesse heeft in een zelfmoordpreventiebeleid op school, kunt u een beroep doen op het CGG.

Centrum Geestelijke Gezondheidszorg Brussel – Zelfmoordpreventie
Egon Van Ertvelde
egon.vanertvelde@cgg-brussel.be
Houba De strooperlaan 136
1020 Laken
T 02 478 90 90
www.cgg-brussel.be/verwijzers/suicidepreventie/

GoodPlanet Brussel

GoodPlanet Brussel is het Nederlandstalige steunpunt voor natuur- en milieueducatie in het Brussels Hoofdstedelijk Gewest.

Verder is er ook nog de Mundo-Bib, de onlinecatalogus met een schat aan leermiddelen: pedagogische dossiers en spelmateriaal, NME-koffers en rugzakjes, dvd's en cd-roms, ... U kunt alles gratis lenen. Het materiaal wordt ook gratis opgestuurd naar de school (behalve koffers en rugzakken).

GoodPlanet
Kris Van Ingelghem
Edinburgstraat 26
1050 Brussel
T 02 893 08 09 en 0473 96 85 04
kris@goodplanet.be

Milieuzorg op school Brussel

Een duurzame toekomst voor onze planeet begint met bewuste keuzes maken. Milieuzorg op School (MOS) helpt van uw school een milieuvriendelijke en duurzame leer- en leefomgeving te maken, samen met de leerlingen, het schoolteam en het netwerk van de school. MOS biedt begeleiding op maat, informatie en inspiratie en vormingen. Neem deel aan het klimaattraject van MOS en maak uw leerlingen bewust van de klimaatverandering en de impact die zij kunnen hebben op de CO2-uitstoot.

MOS Brussel
VGC - Onderwijscentrum Brussel
Jens Warrie
Marcqstraat 16-18
1000 Brussel
T 02 210 63 90 en 0473 736 730
mos@vgc.be

Mondiale vorming - wereldburgerschap

Het programma 'Kleur Bekennen' stimuleert wereldburgerschap op school door scholen inhoudelijk en financieel te ondersteunen. Het is een programma vanuit het Belgisch Ontwikkelingsagentschap Enabel dat zich richt op het basisonderwijs, het secundair en het hoger onderwijs. Via een projectoproep maken scholen kans op een subsidie en coaching. Kleur Bekennen geeft ook gratis advies en nascholingen. In de Onderwijsbibliotheek Brussel kunt u terecht voor de collectie leermiddelen van Kleur Bekennen. Of bezoek de digitale leermiddelendatabank op Klascement.

Kleur Bekennen Brussel
VGC - Onderwijscentrum Brussel
Marcqstraat 16-18
1000 Brussel
T 02 210 63 93
ellen.braet@vgc.be
www.kleurbekennen.be

Stichting Vlaamse Schoolsport (SVS)

De afgelopen jaren richtte SVS zijn aandacht vooral op het stimuleren van de scholen om een sportieve dynamiek te creëren, via allerlei activiteiten en educatieve materialen. SVS ondersteunt scholen bij de uitbouw van een bewegings- en sportbeleid en doet dit graag in samenwerking met het CLB en de pedagogische begeleidingsdienst van uw school.

Hoe kunnen we actieve verplaatsingen naar en op de school stimuleren? Hoe integreren we het best de bewegingstussendoortjes? Hoe toveren we onze speelplaats om tot een echt spel- en sportparadijs? Voor al uw vragen rond beweging en sport voor, tijdens, tussen en na de lessen staan de SVS-schoolondersteuners voor u klaar.

Stichting Vlaamse Schoolsport
Janseniusstraat 47
3000 Leuven
T 016 29 85 20
www.schoolsport.be

Vlaamse partnerorganisaties

Algemeen

www.gezondeschool.be
www.gezondleven.be
www.gezondheidstest.be
www.lne.be
www.mosvlaanderen.be
www.leefmilieu.brussels
www.aanstokerij.be
www.gezondopvoeden.be

Voeding en beweging

www.cjsm.be/gezondsporten
www.velt.be
http://werk-economie-emploi.brussels/nl/fruit
www.fruit-op-school.be
www.moev.be
www.gezondeschool.be
www.fruitrevolution.be
www.kids.vmw.be
www.slimmezet.be
www.nice-info.be
www.123aantafel.be
www.calcimus.be
www.vvt.be
www.tandarts.be

Sociale vaardigheden en relaties

www.tenz.be
www.pimento.be
www.desleutel.be
www.fitinjehoofd.be

Roken, alcohol en drugs

www.vad.be
www.bekijkheteensnuchter.be
www.druglijn.be
www.drugsinbeweging.be
www.joetz.be
www.koap.be
www.desleutel.be
www.druglijn.be/test-jezelf
www.smartstop.be
www.qualitynights.be/nl/home

Veiligheid

www.rodekruis.be
www.vsv.be
www.bivv.be

Mondhygiëne

www.vvt.be
www.tandarts.be
www.glimlachen.be

Een gezonde levensstijl voor elke jongere



Heb je nog vragen? Neem dan contact met ons op
T 02 563 03 75

www.logobrussel.be

www.facebook.com/logobrussel

Verantwoordelijke uitgever: Eric Verrept, leidend ambtenaar, Emile Jacqmainlaan 135, 1000 Brussel