



ONDERWIJSBROCHURE 2021-2022

HOGER ONDERWIJS

INHOUD

INLEIDING

VOEDING EN BEWEGING

- [Gezondheidstestjes](#) (p. 6)
- [Voedings- en bewegingsdriehoek](#) (p. 7)
- [Nudgingmaterialen voeding](#) (p. 8)
- [Gezondheidsrally](#) (p. 9)
- [De winkeloefening](#) (p. 10)
- [Schoolmaaltijdengids en gezond \(broodjes\)lunch op school](#) (p. 11)
- [Voedingsbeleid op school](#) (p. 12)

MENTAAL WELBEVINDEN

- [Kwaliteitenspel](#) (p. 13)
- [Campagne Warme William](#) (p. 14)
- [Eigen Wijsheden](#) (p. 15)
- [Gespreksstarters](#) (p. 16)
- [Open kaart, gezond van geest](#) (p. 17)
- [10-daagse van de geestelijke gezondheid](#) (p. 18)
- [Kzitermee](#) (p. 19)
- [Veerkrachtige wandeling](#) (p. 20)
- [Suïcidepreventie op school](#) (p. 21)
- [Draaiboek suïcidepreventie op school](#) (p. 22)
- [Geluksdriehoek](#) (p. 23)
- [Theaterrichtlijnen 'Geestig gezond op de planken'](#) (p. 24)
- [4 voor 12](#) (p. 25)

INHOUD

TABAK, ALCOHOL, DRUGS EN GAMEN

- Friends & Fun! (p. 26)
- Visual en rookrobot (p. 27)
- Studeren en medicatie gaan niet hand in hand (p. 28)
- Tournée Minérale (p. 29)
- Student zijn is... (p. 30)
- Tabak, alcohol en drugs op school (p. 31)
- Infosessie rookstop (p. 32)
- Alcohol en drugsbeleid op school (p. 33);

HYGIËNE

- Basisadviezen mondgezondheid (p. 34)

GEZONDHEID EN MILIEU

- CO2-meter (p. 35)
- Warme dagen (p. 36)
- Wees niet gek, doe de tekencheck (p. 37)
- Gezondheidsstraat 13 (p. 38)

THEMA-OVERSTIJGEND

- Gezonde school (p. 39)

INLEIDING

Beste docent, directie, medewerker,

Bij deze stellen wij graag het aanbod voor om binnen jouw school of klas werk te maken van gezondheid! Uiteraard is dit slechts een greep uit het volledige aanbod van allerhande partners met een aanbod omtrent gezondheid.

Laat je inspireren door tal van **projecten, methodieken, vormingen...** en verruim je blik op het gezondheidsbeleid op school!

Er is een aparte gids beschikbaar voor zowel het **kleuter-, lager-, secundair- als hoger onderwijs**. Wanneer een methodiek zich specifiek richt naar leerlingen uit het **buitengewoon onderwijs**, dan wordt dit expliciet vermeld.

Je kan telkens op zoek gaan per thema naar wat je precies zoekt of blader even door de brochure om ideeën op te doen. De volgende **thema's** kan je terug vinden in de gids:

- **Voeding en beweging** (werken rond gezonde voeding, bewegingstussendoortjes, sporten, speelimpulsen, tegen gaan van sedentair gedrag...)
- **Mentaal welbevinden** (versterken van de veerkracht, het welbevinden, praten over gevoelens...)
- **Tabak, alcohol, drugs en gamen** (maar ook werken aan sociale vaardigheden en versterken van de weerbaarheid bij jonge kinderen)
- **Hygiëne** (luizen, mond- en tandhygiëne...)
- **Relaties en seksualiteit** (verliefd zijn, veilig vrijen, (seksueel) grensoverschrijdend gedrag...)
- **Gezondheid en milieu** (teken, zonnen, binnenmilieu...)
- **Thema-overstijgend** (gezondheidsbeleid op school, gezond opvoeden...)

In de rechter bovenhoek is telkens aangeduid om welk soort interventie het gaat:

- **Educatief materiaal** (spelmateriaal, methodieken te gebruiken in de klas of school, lesmateriaal...)
- **Projecten** (projecten binnen je school of klas)
- **Vormingen** (vormingen voor leerkrachten, directie, zorgcoördinatoren om zelf aan de slag te gaan rond een specifiek thema)
- **Workshop** (workshop gericht naar leerlingen, ouders...)
- **Beleidsmateriaal** (ondersteuningsmethodiek in de uitbouw van een breder gezondheidsbeleid op school of in de klas)
- **Ondersteuning** (achtergrondinformatie voor de leerkracht, extra ondersteuning voor ouders...)

Veel plezier en aarzel niet om contact met ons op te nemen bij vragen

Gezonde groeten,

Logo Leieland

President Kennedypark 10, 8500 Kortrijk
056/44.07.94

info@logoleieland.be



Gezondheidstestjes

Wat?

Hoeveel fruit eet je? Hoeveel groenten eet je? Hoeveel water drink je? Hoe gezond is jouw (brood)lunch?

Geen idee en ben je toch benieuwd? **Test hoe jij eet en beweegt** en maak een persoonlijk plan. Elke kleine verbetering is een stap vooruit.

Kostprijs?

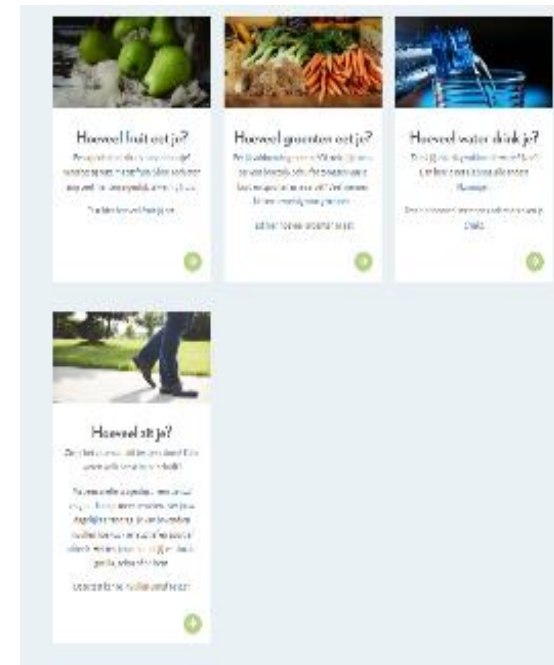
Gratis via: <https://mijn.gezondleven.be/vragenlijsten>

Meer info?

Tel: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Website: <https://mijn.gezondleven.be/>



Voedings- en bewegingsdriehoek

Wat?

Voedingsdriehoek:

Gezond eten: wat is dat nu precies? Het Vlaams Instituut Gezond Leven verzamelde alle huidige wetenschappelijke kennis over gezonde voeding. Wat krijgt de voorkeur? Wat beperk je beter? - voor jou in de voedingsdriehoek.

Bewegingsdriehoek:

In een gezonde bewegingsmix wissel je zitten, staan en bewegen af. Hoe je dat het best aanpakt, geeft de bewegingsdriehoek je heel helder weer. Materialen kan je bestellen via deze link: <https://logoleieland.be/content/voedings-en-bewegingsdriehoek-overzicht-materialen>

Kostprijs?

De ontleening van een banner is gratis.
Affiches, folders, postkaart, placemats: gratis.

Meer info?

Telefoon: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Website: <https://logoleieland.be/content/voedings-en-bewegingsdriehoek-overzicht-materialen>



Nudgingmaterialen voeding

Wat?

'Nudges' zijn subtiele duwtjes die ons - via kleine aanpassingen in de omgeving of communicatie - in een bepaalde richting sturen. Hier dus de **gezonde richting**. Deze bewuste aanpassingen in de omgeving helpen mensen om gezondere keuzes te maken. Zonder daarbij andere opties te verbieden, natuurlijk. Met deze materialen zorg je ervoor dat gezonde opties net iets meer opvallen.

Kostprijs?

Materialen kan je hier bestellen:

<https://www.gezondleven.be/projecten/nudgingmaterialenvoeding>

Meer info?

Telefoon: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Website:

<https://www.gezondleven.be/projecten/nudgingmaterialenvoeding>



Gezondheidsrally



Wat?

De gezondheidsrally is een **quizwandeling** die je al wandelend doorheen de bewegingsdriehoek of voedingsdriehoek gidst. De bewegingsdriehoek en voedingsdriehoek motiveren ons om evenwichtiger te eten, meer te bewegen en minder lang stil te zitten. Je kan de rally apart organiseren, maar hij kan ook deel uitmaken van een **gezondheidsproject** of versterkt worden door een andere actie. Als school kan je dit bijvoorbeeld met jouw studenten organiseren.

Kostprijs?

Gratis te downloaden via: <https://www.gezondleven.be/projecten/gezondheidsrally-1>

Meer info?

Tel: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Website: <https://www.gezondleven.be/projecten/gezondheidsrally-1>

De winkeloefening



Wat?

Tijdens één lesuur leren studenten kritisch omgaan met de informatie op de etiketten van voedingsproducten. In een korte theoretische inleiding krijgen ze uitleg over **voedingsetiketten** en worden enkele aandachtspunten over dranken en tussendoortjes toegelicht. Dan volgen praktische oefeningen waarbij de studenten etiketten leren lezen en producten vergelijken. De info op een voedingsetiket is zeer complex. Heel wat studenten zijn er zich dan ook vaak niet van bewust of een drankje of tussendoortje (on)gezond is. De winkeloefening helpt studenten de **gezonde keuze maken** uit het dranken- en tussendoortjesaanbod.

Praktisch?

Het Logo helpt je in contact te brengen met een diëtiste die deze workshop kan geven.
75 euro per uur + kilometervergoeding.

Meer info?

Telefoon: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Website: <https://logoleieland.be/content/winkeloefening-2>

Schoolmaaltijdengids & gezonde (broodjes)lunch op school



Wat?

Deze gids ondersteunt de school in hun beleid rond gezonde voeding, specifiek gezonde schoolmaaltijden en (broodjes)lunch.

Kostprijs?

Gratis te downloaden via:

- Schoolmaaltijdengids: https://www.gezondleven.be/files/voeding/schoolmaaltijdengids_2018.pdf
- (Broodjes)lunch: <https://www.gezondleven.be/files/onderwijs/Richtlijnen-voor-een-gezonde-broodjeslunch-op-school.pdf>

Meer info?

Tel: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be



Voedingsbeleid op school

RICHTLIJNEN VOOR EEN GEZOND DRANKAANBOD IN DE HOGESCHOOL/UNIVERSITEIT

Het Vlaams Instituut Gezond Leven ontwikkelde deze richtlijnen om hogescholen en universiteiten te ondersteunen in hun beleid rond een gezond aanbod van voeding en dranken.



Je kan deze richtlijnen o.a. gebruiken bij:

- de aankoop van voedingsmiddelen (drank- en snoepautomaten, dranken en snacks voor vergaderingen...)
- de afstemming van het aanbod met de cateraar (bv. bij de opmaak van een kostenboek).

De richtlijnen zijn gebaseerd op de **voedingsrichtlijnen** (Gezond Leven, 2017).

- Dit betekent dat de nadruk ligt op een gevarieerd aanbod van voedingsmiddelen die de gezondheid bevorderen, en op aangepaste portiegroottes.
- Daarnaast houden deze richtlijnen ook rekening met duurzaamheidsaspecten (de ecologische impact van voeding) en voedselveiligheid.

Meer lezen over de **voedingsrichtlijnen**?



VLAAMS INSTITUUT
GEZOND
LEVEN
www.gezondleven.be



Wat?

Een gezond aanbod installeren op de hogeschool of universiteit? Ga aan de slag met de **richtlijnen** en geef studenten een duwtje in de gezonde richting door gebruik te maken van onze nudging- en communicatiematerialen.

Kostprijs?

Aanbevelingen rond gezond drankenaanbod, aanbod voor gezonde tussendoortjes, gezonde (broodjes)lunch en gezonde warme maaltijden en nudging- en communicatiematerialen zijn gratis te downloaden via: <https://www.gezondleven.be/settings/gezonde-school/een-voedingsbeleid-op-school/materialen-hoger-onderwijs>

Meer info?

Tel: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Website: <https://www.gezondleven.be/settings/gezonde-school/een-voedingsbeleid-op-school/materialen-hoger-onderwijs>

Kwaliteitenspel

Wat?

Het kwaliteitenspel PLUS is een vereenvoudigde versie van het kwaliteitenspel waarbij je kan nagaan hoe goed jij jezelf en je medespelers kent. Hoe zie jij de ander en hoe ziet de ander jou? In het spel zitten kaarten met kwaliteiten, vervormingen en voorwaarden. In totaal kan je met alle kaarten drie verschillende spellen spelen, afhankelijk van het aantal spelers en de tijd die er voorzien is.

Kostprijs?

Gratis te ontlenen bij Logo Leieland: <https://logoleieland.be/content/kwaliteitenspel-plus>

Meer info?

Telefoon: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Website: <https://logoleieland.be/content/kwaliteitenspel-plus>



Campagne Warme William



Wat?

Ga aan de slag met het bekendmakingsmateriaal van Warme William, de blauwe beer die naar je luistert.

Er zijn digitale materialen zoals het vragenspel, luistertips, cartoons... Of bestel gratis materialen.

Kostprijs?

Bestel gratis affiches, flyers of deskbeertjes bij Logo Leieland via: <https://logoleieland.be/content/lespakket-warme-william-secundair-onderwijs>

Op de website vind je ook een vragenspel en luistertips.

Meer info?

Tel: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Website: www.warmewilliam.be

Eigen wijsheden

Wat?

Het 'Eigen wijsheden-spel' bestaat uit 144 kaarten. Daarbij staat op de voorzijde een citaat en op de achterzijde een vraag die gekoppeld is aan dit citaat. De **citaten** zijn onderverdeeld in 6 thema's:

- Relaties
- Leiderschap
- Communicatie
- Zingeving
- Verandering
- Persoonlijke ontwikkeling



Door het beantwoorden van de vragen leren jongeren/ volwassenen zichzelf, maar ook anderen beter kennen. Er wordt een discussie gestart over onderwerpen die anders soms moeilijk te bespreken zijn.

Kostprijs?

Gratis te ontlenen bij Logo Leieland: <http://logoleieland.be/content/eigen-wijsheden-0>

Meer info?

Telefoon: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Gespreksstarters

Wat?

Gespreksstarters is een doosje met daarin 110 kaartjes. Daarop staat telkens een interessante of uitdagende vraag die gebruikt kan worden om een gesprek tussen twee personen te verrijken. Het is de ideale manier om een conversatie te starten, mensen te ontmoeten of elkaar beter te leren kennen.

Kostprijs?

Gratis te ontlenen bij Logo Leieland: <http://logoleieland.be/content/gespreksstarters>

Meer info?

Telefoon: 056/44.07.94

Email: logo@logoleieland.be



Open kaart, gezond van geest

Wat?

In onze huidige maatschappij stijgt de druk om het goed te doen en te presteren. Iedereen leeft en presteert, maar tegelijkertijd wordt het steeds moeilijker om onze **kwetsbaarheden met elkaar te delen**. Wanneer iemand je vraagt hoe het gaat, antwoord je immers automatisch 'goed'. We leven samen in onze maatschappij, maar hebben ook regelmatig het gevoel alleen te staan met onze kwetsbaarheden. Dit spel wil mee het taboe rond kwetsbaarheden doorbreken. Open kaart-gezond van geest is een kaartspel waarbij wordt nagedacht over het **lichamelijk, geestelijk en sociaal welbevinden** en over het thema 'met zorg omgaan met jezelf'. Er is geen voorkennis vereist rond geestelijke gezondheidszorg.

Kostprijs?

Gratis te ontlenen bij Logo Leieland: <http://logoleieland.be/content/open-kaart-gezond-van-geest>

Meer info?

Telefoon: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Website: <http://www.bijzondergewoon.be/kaartspel-open-kaart-gezond-van-geest/>



10-daagse van de geestelijke gezondheid

Wat?

Ook dit jaar tellen we 10 dagen af naar 10 oktober, de Werelddag van de Geestelijke Gezondheid. 'Samen veerkrachtig' is daarbij opnieuw de rode draad. Ook als school kan je ermee aan de slag! Werk aan de geestelijke gezondheid van zowel de leerlingen als het schoolteam! Uiteraard kan je ook na deze tiendaagse nog aan de slag met de inspiraties.

Dit jaar zetten we tijdens de 10-daagse van de Geestelijke Gezondheid 2021 één Vlaamse actie in de kijker. Het project '**Neem plaats op onze bank**' motiveert ontmoetingen en informele contacten tussen mensen onderling. Je vindt ongetwijfeld een bankenproject dat bij jou past in onze inspiratiegids. Babbelbanken, gevelbanken, 'Bank zoekt plek', project bankdirecteurs ... Neem zeker contact met ons op voor meer inspiratie of ondersteuning.

Kostprijs?

De **inspiratiegids** is gratis te downloaden via de website van Logo Leieland.

Gratis materialen bestellen kan [hier](#).

Meer info?

Telefoon: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Website:

<https://logoleieland.be/content/inspiratiegids-10-daagse-van-de-geestelijke-gezondheid-2021>



Neem plaats op onze bank

Inspirerende praktijkvoorbeelden om ontmoeting te faciliteren



Kzitermee

Wat?

De aandacht voor mentaal welzijn is zeker sinds de coronacrisis niet gedaald. In het kader van de lokale preventiewerking werd daarom de website (www.kzitermee.be) ontwikkeld waar iedereen die het even moeilijk heeft, **met een vraag zit of hulp zoekt terecht kan, voor zichzelf of voor iemand anders**. Op deze website wordt zowel het regionale als Vlaamse aanbod omtrent mentaal welzijn in kaart gebracht, zowel aanbod omtrent preventie en hulpverlening en dit zowel voor jongeren, volwassenen als professionals.

Op deze website kan iedereen terecht die met iets zit, groot of klein. Maar ook mensen die preventief aan hun veerkracht willen werken kunnen er de nodige informatie vinden. De website dient daarbij als gids.

Op deze deelpagina kunnen jullie informatie vinden over hoe je als **leerkracht** jongeren kan helpen, naar welke instanties of websites je kan doorverwijzen, wat je kan doen in de klas of op school en hoe je jezelf kan bijscholen. Ook voor **ouders** is er een aparte deelpagina. Dit is de pagina voor jongeren.

Kostprijs?

Meer informatie en gratis ontlending van een banner, bestelling van affiches, postkaarten en download van de communicatietoolkit kan via: <https://logoleieland.be/content/kzitermeebe-0>

Meer info?

Graag verder aan de slag rond deze campagne in de klas of in een schoolproject? Aarzel niet om ons te contacteren, wij helpen je verder!

Tel: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Website: www.kzitermee.be

Neem zeker ook eens een kijkje op de Instagrampagina en Youtubekanaal.



Veerkrachtige wandelingen

Wat?

Met deze wandeling **versterk** je niet alleen de **veerkracht** van je studenten, maar verbeter je ook de **sfeer in de klas** en laat je studenten **kennis maken** met verschillende **jongerenorganisaties**, zowel binnen de hulpverlening als zij die een aanbod hebben omtrent ontspanning en vrije tijd. De studenten worden bewust gemaakt van het bestaan van de organisaties en krijgen een inkijk in hun werking, momenteel op een virtuele manier.

Doorheen de wandeling komen verschillende oefeningen aan bod die inzetten op respect voor elkaar, een positieve sfeer in de klas, versterken van de veerkracht, kwaliteiten en talenten, ontspanning en tot rust komen, sociale vaardigheden, welbevinden...

Als docent of school kan je zelfstandig aan de slag met het draaiboek voor de wandeling zelf, een achtergrondbundel waar je doorheen het ganse jaar mee aan de slag kan (met oefeningen, projecten en acties, zowel op klas- als schoolniveau) en een leerlingenbundel die kan worden meegegeven met de jongeren zelf.

Dit project werd ontwikkeld voor het secundair onderwijs, maar kan mits enkele aanpassingen ook gebruikt worden door Hogescholen.

Kostprijs?

De draaiboeken zijn gratis op te vragen bij Logo Leieland via sofie@logoleieland.be

Meer info?

Tel: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

<https://logoleieland.be/content/veerkrachtige-wandelingen>



Suïcidepreventie op school

Wat?

Via een vorming voor zowel leerkrachten, leerlingenbegeleiders, CLB, directie... wordt gewerkt aan deskundigheidsbevordering en dit op maat van de school. Inhoudelijk kunnen volgende thema's worden aangeboden: epidemiologie, suïcidaal proces, signalen, risico- en beschermende factoren, risico-inschatting, eigen attitude t.o.v. zelfdoding, interventiemogelijkheden en gesprekstips, samenwerking met externen, crisisinterventie, opvang van nabestaanden, en professional als nabestaande.



Kostprijs?

Op maat.

Meer info?

Telefoon: 051/25.99.30

E-mail: suicidepreventie@cgglargo.be

website:

<https://www.cgglargo.be/nl/ondersteuning/suicidepreventie>

Draaiboek suïcidepreventie op school

Wat?

Een draaiboek suïcidepreventie ondersteunt de school in acties rond suïcidepreventie en communicatie met suïcidale leerlingen, medeleerlingen, ouders en nabestaanden. Het draaiboek suïcidepreventie biedt praktische tools omtrent: vroegdetectie en interventie, hulp in een crisissituatie, hulp na een suïcidepoging en hulp na een zelfdoding o.a. richtlijnen voor een klasgesprek. De suïcidepreventiewerking van het CGG kan jouw school bijstaan met de nodige tips en tricks in de opmaak en implementatie van een draaiboek suïcidepreventie.



Kostprijs?

Het draaiboek is gratis te downloaden via:

<https://zelfmoord1813.be/publicaties/producten/zelfmoordpreventie-interventie-en-postventie-op-school>

Meer info?

Telefoon: 051/25.99.30

E-mail: suicidepreventie@cgglargo.be

website: <https://www.cgglargo.be/nl/ondersteuning/suicidepreventie>

Geluksdriehoek

Wat?

Praten over hoe je je voelt, is niet simpel. Vooral voor kinderen en jongeren. Zij hebben nog niet de juiste woordenschat om uit te drukken hoe ze zich voelen. Een gesprek kan dus stranden op: “Ça va met jou? Goh, ja, ça va zeker.” De geluksdriehoek, met haar bouwstenen en richtvragen, geeft jou als docent **de nodige tools en woordenschat om mentaal welbevinden bespreekbaar te maken** en leerlingen te sensibiliseren over het stukje ‘geluk’ dat ze zelf kunnen beïnvloeden.

Ontdek [hier](https://www.gezondleven.be/settings/gezonde-school/de-geluksdriehoek-op-school) hoe je ermee aan de slag kan in je klas:

<https://www.gezondleven.be/settings/gezonde-school/de-geluksdriehoek-op-school>

Kostprijs?

Materialen gratis te verkrijgen bij Logo Leieland. <https://logoleieland.be/materialen>

Meer info?

Telefoon: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Website: www.geluksdriehoek.be



Theaterrichtlijnen ‘Geestig gezond op de planken’

Wat?

Binnen de schoolcontext worden **toneelvoorstellingen over zelfdoding** afgeraden. Dit omdat jongeren extra kwetsbaar zijn voor zelfdoding en ook vatbaarder zijn voor eenzijdige beeldvorming. Bij jongeren is het dus extra belangrijk om bij het tonen van een toneelstuk over dit thema voldoende ondersteuning en omkadering te voorzien en je als organisator bewust te zijn van de voor- en nadelen van zo’n voorstelling. Als school wordt je hierin ondersteund door een infofiche met tips en aandachtspunten om een toneelstuk te beoordelen, informatie over een **nabespreking en nazorg en het kaderen** binnen een breder geestelijke gezondheidsbeleid. Overigens kan je ook een voorbeeld vinden van een voorbeeldbrief voor ouders, hulpkaartjes en een nabespreking.

Kostprijs?

Gratis te downloaden op de website van Logo Leieland:

<https://logoleieland.be/content/theaterrichtlijnen-%E2%80%98geestig-gezond-op-de-planken%E2%80%99>

Meer info?

Telefoon: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be



4 voor 12

Wat?

Eén op vier mensen krijgt in zijn of haar leven te maken met een psychisch probleem. Daarnaast geeft één op vier mensen aan dat ze zich niet goed in hun vel voelen. Toch is praten over psychische kwetsbaarheid nog steeds een taboe in Vlaanderen. Bijna 60% van wie psychische problemen heeft, praat er niet over en zoekt geen hulp. Het is dan ook belangrijk dat we **alert zijn voor signalen** die aantonen dat het mogelijk niet goed gaat met iemand en dat we hier iets mee doen. Met de campagne willen de organisatoren ook duidelijk maken dat iedereen hier een rol in kan spelen. De campagne vraagt aandacht voor **4 signalen die aantonen dat iemand niet goed in zijn vel zit**. 4 voor 12 werd ontwikkeld door Te Gek!?, het Vlaams Expertisecentrum Suïcidepreventie en de Vlaamse Vereniging voor Geestelijke Gezondheid, met de steun van de Vlaamse Overheid. Meer info over deze campagne, getuigenissen, de campagnespot, ... vind je op www.4voor12.be

Kostprijs?

Gratis affiches en flyers te bestellen bij Logo Leieland:
<https://logoleieland.be/content/campagne-4-voor-12-0>

Meer info?

Telefoon: 056/44.07.94
E-mail: logo@logoleieland.be



Friends & Fun! (15 jaar tot 18+)



Wat?

Friends & fun! is een educatief pakket dat bestaat uit 5 sessies: Introductie, **uitgaan en keuzes maken**, uitgaan en **middelengebruik**, middelengebruik en **agressie**, middelengebruik en **verkeer**.

Het pakket is er voor jongeren van 15 tot 18+ die op een **risicovolle manier drinken of drugs gebruiken**. Ongewild raken zij zo soms in risicovolle situaties verzeild. Hen helpen om op dat moment de meest verstandige keuze te maken is niet vanzelfsprekend. Met Friends & fun! laten we jongeren op een actieve manier nadenken en stimuleren we hen om bewuste - gezonde en veilige - keuzes te maken.

Het pakket kan je gebruiken in het **beroeps- en deeltijds onderwijs, leertijd en deeltijdse vorming**, in het jeugdwerk voor jongeren in maatschappelijk kwetsbare situaties en in de jeugdhulpverlening.

Kostprijs?

Het pakket en powerpointpresentatie zijn gratis te downloaden via:

<https://www.vad.be/materialen/detail/friends--fun-over-veilig-uitgaan-en-middelengebruik>

Meer info?

Tel: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Website:

<https://www.vad.be/materialen/detail/friends--fun-over-veilig-uitgaan-en-middelengebruik>

Visual display & rookrobot



Wat?

Wist je dat tabaksrook meer dan 4.000 chemische stoffen bevat? En dat er daarvan minstens 60 kankerverwekkend zijn? De **display** geeft op visuele wijze weer welke chemische stoffen tabaksrook bevat. In sigarettenrook zit bijvoorbeeld butaan. Dat wordt in de display voorgesteld als de vloeistof in een aansteker. Koolstofmonoxide zit ook in uitlaatgassen en wordt in beeld gebracht door een auto. Teer wordt gelinkt aan de bekleding van het wegdek...

Door midden van de **rookrobot** kan heel visueel aangetoond worden wat roken met je longen doet. De praktische test toont aan hoeveel teer er in de longen terechtkomt.

Kostprijs?

Gratis te ontlenen bij Logo Leieland: <http://logoleieland.be/content/visual-display-wat-zit-er-allemaal-tabaksrook> & <https://logoleieland.be/content/rookrobot-1>

Meer info?

Telefoon: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Studeren en medicatie gaan niet hand in hand



Wat?

Examenperiodes zijn voor iedereen stresserend. Prestatie- en tijdsdruk kunnen jongeren in deze periode helemaal uitputten. Sommigen nemen hun toevlucht tot stimulerende medicatie. Om beter te studeren, want je blijft langer wakker en fit. Andere studenten slikken slaap- en kalmeermiddelen om de zenuwen de baas te kunnen of beter te slapen. Een enkeling zoekt zelfs een oplossing in de combinatie van die medicijnen.

De folder '*studeren en medicatie gaan niet hand in hand*' geeft meer informatie over de effecten en risico's van medicatie bij het studeren. Inclusief tips om de examens zonder pillen door te komen.

Kostprijs?

Je kan de folder gratis downloaden via de website of bestellen (0,5 euro) bij de VAD
<https://www.druglijn.be/tips-en-advies/studeren/examens-medicatie>

Meer info?

<https://www.druglijn.be/tips-en-advies/studeren/examens-medicatie>

Tournée Minérale



Wat?

In 2017 werd voor de eerste keer de **sensibiliseringscampagne** 'Tournée Minérale' opgestart dat oproept aan alle Belgen om in de maand februari een maand lang geen alcohol te drinken. Met de campagne ligt de focus vooral op de **voordelen van het niet drinken van alcohol**. Daarnaast wordt ook aangegeven dat alcohol drinken heel gewoon geworden is ondanks de vele risico's die eraan verbonden zijn. Als school(team) kunnen jullie je ook inzetten om deel te nemen aan deze campagne. Zo kan je enkele activiteiten organiseren waarop alcoholvrije cocktails worden uitgedeeld, kunnen jullie de studenten aanmoedigen om deel te nemen aan deze actiemaand (uiteraard met de bedoeling om het alcoholgebruik te doen minderen)....

Meer info?

Telefoon: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Website: <https://www.tourneeminerale.be/nl>

Student zijn is...



Wat?

Uit onderzoek is gebleken dat vooral de minderheid - die meer dan tien glazen per week drinkt - het negatieve maatschappijbeeld over studenten en alcohol bepaalt. In de campagne 'Student zijn is meer dan zuipen' tonen studenten **wat het studentenleven allemaal te bieden heeft** en hoe relatief alcohol daarin is. Op die manier versterken ze de norm dat de meeste studenten **verstandig omgaan met alcohol en zorg dragen voor elkaar**. Deze campagne wil het draagvlak onder studenten vergroten om kritisch te blijven kijken naar de rol en plaats van alcohol.

Jongeren vertellen aan de hand van **videofragmenten** hoe ze omgaan met alcohol en geven een inkijk in hun eigen studentenleven.

Er is ook een **instagrampagina** waarop filmpjes en tips worden gedeeld.

Kostprijs?

Affiches zijn gratis te bestellen via de website van de VAD.

<https://www.vad.be/materialen/zoekresultaten?sector=217>

Meer info?

<http://studentzijnis.be/>

<https://www.vad.be/artikels/detail/student-zijn-is-meer-dan-zuipen>

Filmpje 'studenten amuseren zich ook zonder alcohol':

<https://www.youtube.com/watch?v=MNjNYKn6hic>

Tabak, alcohol en drugs op school

Wat?

Via een vorming voor zowel leerkrachten, leerlingenbegeleiders, CLB, directie... doet men aan deskundigheidsbevordering en dit op maat van de school. Inhoudelijk kunnen volgende thema's worden aangeboden: productinformatie, omgaan met gebruik, grenzen stellen, motiverende gespreksvoering,...

Kostprijs?

Op maat

Meer info?

Telefoon: 051/25.99.30

E-mail: preventieTAD@cgglargo.be

Website: <http://www.cgglargo.be/nl/ondersteuning/preventie-tabak-alcohol-drugs-en-gamen>



Infosessie rookstop

Wat?

Wil je binnen je school graag een infosessie laten doorgaan omtrent roken en rookstop? Wil je jongeren informatie meegeven omtrent de nadelen en gevolgen van roken? Een **erkend tabakoloog** kan je hierbij verder helpen. Er wordt informatie gegeven over roken en rookgedrag, de manieren waarop je kan stoppen met roken... Logo Leieland kan je verder helpen bij het zoeken naar een tabakoloog en het aanleveren van materialen (folders, rookstopkaartjes...).

Kostprijs?

75 euro per uur + kilometervergoeding
Materialen gratis aan te vragen bij Logo Leieland

Meer info?

Telefoon: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be



Alcohol- en drugsbeleid op school (DOS)

GIDS VOOR EEN DRUGBELEID OP SCHOOL

Hoe gaat de school op de beste manier om met alcohol, illegale drugs, gokken en problematisch gamen? Een Drugbeleid op School (DOS) biedt een antwoord op deze vragen. Met een drugbeleid **anticipeer je als school op mogelijke problemen rond tabak, alcohol of drugs**. Een Drugbeleid Op School is opgebouwd rond de pijlers: regelgeving, begeleiding, educatie en structurele maatregelen. De preventiedienst van **CGG Largo kan u coachen** bij de opmaak van een drugbeleid op school. Je kan met de **gids van de VAD** (werkvormen, tips, achtergrondinformatie en good practices) ook **zelfstandig** aan de slag.

Wat?

Hoe gaat men op school op de beste manier om met alcohol, illegale drugs, genotsmiddelen, psychoactieve medicatie, gokken en problematisch gamen? Een Drugbeleid op School (DOS) biedt een antwoord op deze vragen. Met een drugbeleid **anticipeer je als school op mogelijke problemen rond tabak, alcohol of drugs**. Een Drugbeleid Op School is opgebouwd rond de pijlers: regelgeving, begeleiding, educatie en structurele maatregelen. De preventiedienst van **CGG Largo kan u coachen** bij de opmaak van een drugbeleid op school. Je kan met de **gids van de VAD** (werkvormen, tips, achtergrondinformatie en good practices) ook **zelfstandig** aan de slag.

Kostprijs?

Gratis Gids van VAD gratis te downloaden via <http://www.vad.be/materialen/detail/drugbeleid-op-school-dos>
 Kostprijs coaching: op aanvraag

Meer info?

Telefoon: 051/25.99.30
 E-mail: preventieTAD@cgglargo.be

Basisadviezen mondgezondheid

Wat?

Deze folder (omtrent doelgroep jongeren en volwassenen) met tekst en illustraties geeft tips voor een gezonde mond: Welke tandenborstel gebruik je best? Hoeveel fluoride zit er in je tandpasta? Wat is mond vriendelijke voeding? De basisadviezen van Gezonde Mond proberen hierop een antwoord te geven.

Kostprijs?

Gratis te downloaden via:

<https://logoleieland.be/content/basisadviezen-mondgezondheid-voor-jongeren-en-volwassenen>

Meer info?

Tel: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Website: <https://logoleieland.be/content/basisadviezen-mondgezondheid-voor-jongeren-en-volwassenen>



CO2-meter

Wat?

In het kader van projecten kan de CO2-meter ontleend worden. Dit maakt de luchtkwaliteit binnen een bepaalde ruimte zichtbaar en signaleert over het belang van ventilatie.

Kostprijs?

Gratis te ontlenen via: <https://logoleieland.be/content/co2-meter-2>

Meer info?

Tel: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Website: <https://logoleieland.be/content/co2-meter-2>



Warme dagen

Wat?

Maak als school mee de campagne 'Warme dagen' bekend via bijvoorbeeld de affiche, facebookberichten met tips, afbeeldingen...

Kostprijs?

Gratis te downloaden en bestellen via:

<https://www.warmedagen.be/gratis-campagnemateriaal>

Meer info?

Tel: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Website: <https://www.warmedagen.be/gratis-campagnemateriaal>



Wees niet gek, doe de tekencheck

Wat?

Er zijn heel wat misverstanden omtrent teken, tekenbeten en de ziekte van Lyme. De campagne “Wees niet gek- Doe de tekencheck” wil mogelijke **misverstanden corrigeren en informeert** wat je kan doen om de ziekte van Lyme te voorkomen of te genezen. De campagne besteed aandacht aan 3 duidelijke handelingen die belangrijk zijn voor preventie: **controleren, verwijderen en de symptomen opvolgen**.

Als school is het zeker ook belangrijk om hiervoor voldoende aandacht hebben. Folders, affiches, afbeeldingen en andere educatieve materialen kunnen hierbij van pas komen. Deze zijn te vinden op de website <http://tekenbeten.be/gratis-campagnemateriaal-voor-organisaties>

Kostprijs?

Gratis: Het educatief materiaal is gratis te downloaden op de website <http://tekenbeten.be/gratis-campagnemateriaal-voor-organisaties>

Meer info?

Telefoon: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Website: www.tekenbeten.be



Gezondheidsstraat 13

Wat?

Het spel laat de spelers nadenken over de **gevaren in het binnenmilieu van hun woning**. Aan de hand van vragen doorlopen ze alle kamers van het huis. Volgende onderwerpen en vragen komen daarbij aan bod:

- Wat met vocht en schimmel in de woning?
- Hoe ga je best om met asbest?
- Hoe vermijd je CO-vergiftiging?
- Waarom is ventilatie zo belangrijk?

Kostprijs?

Gratis te ontlenen bij Logo Leieland: <http://logoleieland.be/content/gezondheidsstraat-13-4>
of aan te kopen voor 15 euro

Meer info?

Telefoon: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Website: <https://www.gezondleven.be/themas/gezondheid-en-milieu/gezelschapsspel-gezondheidsstraat-13>



Gezonde school

Wat?

Gezonde school is de website met alle informatie die van belang is bij het uitwerken van een **gezondheidsbeleid op school**. Je kan er ondersteunende **instrumenten** terugvinden voor de opmaak van je beleid, nieuwsitems en een overzicht van kwalitatieve pakketten en materialen.


Meer info?

Telefoon: 056/44.07.94

E-mail: logo@logoleieland.be

Website: www.gezondeschool.be

GEZONDHEIDSMATRIX GEZONDE SCHOOL

	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, schooloverschrijdend...)</small>
EDUCATIE				
OMGEVINGSINTERVENTIES				
AFSPRAKEN EN REGELS				
ZORG EN BEGELEIDING				

Niet gevonden wat je zocht? Aarzel niet om ons te contacteren. Wij helpen je met plezier verder.



Logo Leieland

President Kennedypark 10, 8500 Kortrijk

056/44.07.94

info@logoleieland.be

www.logoleieland.be

Volg ons op social media

