

Gezondheidseducatie in Brussel

Hoe kan je als Brusselse school werken aan een betere lichamelijke en geestelijke gezondheid van je leerlingen? De fiche [Gezondheid](#) van het [Vademecum zorgbreed en kansrijk onderwijs](#) geeft aan hoe fysieke gezondheid, mentaal welbevinden en sociale relaties nauw samen hangen. Een [gezondheidsbeleid](#) is een samenhangend geheel van maatregelen rond:

- Educatie
- Afspraken en regels
- Zorg en begeleiding
- Omgevingsinterventies

Thema's binnen een gezondheidsbeleid zijn:

- Gezonde voeding
- Bewegen en lang stilzitten
- [Geestelijke gezondheid, suicidale signalen en zelfverwonding](#)
- [Relaties en seksualiteit](#)
- Tabak, alcohol, drugs & gamen
- Eerste hulp bij ongevallen

Voor elke van deze aspecten en thema's van een gezondheidsbeleid zijn er Brusselse partners die scholen ondersteunen.

1 Gezondheid Brusselse jongeren

De gezondheid van Brusselse jongeren is minder goed dan van Vlaamse jongeren. Te veel Brusselse jongeren eten ongezond en bewegen te weinig. Het aantal Brusselse leerlingen met overgewicht (13,7%) of obesitas (5,8%) ligt een kwart hoger dan in de rest van Vlaanderen.

3 Brusselse partners

3.1 Leermiddelen en materialen (LOGO Brussel)

Het [Lokaal GezondheidsOverleg \(LOGO\) Brussel](#) ondersteunt Brusselse scholen in hun gezondheidsbeleid. Naast het uitwerken van projecten rond gezonde levensstijl en preventie, verspreid LOGO Brussel ook de materialen en methodieken ontwikkeld door het [Vlaams Instituut Gezond Leven \(VIGEZ\)](#). Er is een [aanbod voor basisonderwijs](#) en een [aanbod voor secundair onderwijs](#). Scholen kunnen bij LOGO Brussel een [actueel materialenoverzicht opvragen](#), een materialenkoffer uitlenen of een adviesgesprek plannen.

3.2 Preventiebeleid (CAW Brussel en CGG Brussel)

Het aanbod van [Centrum Algemeen Welzijnswerk \(CAW\) Brussel](#) voor het gezondheidsbeleid op school legt de focus op preventie. Naast een adviesgesprek met een preventiemedewerker is er een aanbod van materialen, klasbezoeken en vormingen. De preventieve werking van CAW Brussel focust op onderstaande thema's:

- Relaties en seksualiteit
- Drugs en afhankelijkheid
- Sociale en communicatie vaardigheden
- Omgaan met problemen

Verder is het Jongeren Advies Centrum (JAC) in de eerste lijn een laagdrempelig aanspreekpunt voor jongeren (12 tot 25 jaar), ouders, opvoeders en leraren.

De deelwerkingen van het [Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg \(CGG\) Brussel](#) hebben een aanbod in het kader van een preventief gezondheidsbeleid op school rond volgende thema's:

- Zelfmoordpreventie
- Tabak, alcohol en drugs
- Cultuursensitieve zorg

3.3 Eerstelijnspsychologen en gezinscoaches (SONJA RTJ)

Binnen [SONJA Erteejee](#) werken 40 Brusselse organisaties samen om ondersteuning te bieden aan kinderen, jongeren en gezinnen met volgend aanbod:

- [Eerstelijnspsychologen](#) (kortdurende begeleiding van kinderen en jongeren)
- [Gezinscoaches](#) (coaching van gezinnen en kinderen tot 25 jaar)

3.4 Vroeg detectie van psychiatrische stoornissen (Bru-Stars Connect)

Het [project Bru-Stars Connect](#) binnen het Brussels netwerk geestelijke gezondheidszorg voor kinderen en jongeren (Bru-Stars) sensibiliseert en coacht eerstelijnsactoren zoals scholen om **hoge risicosituaties snel te detecteren**. Bij gebrek aan snelle interventie of doorverwijzing kunnen dergelijke situaties evolueren naar een geestelijk gezondheidsprobleem. Mogelijk indicaties voor risicosituaties zijn:

- Sociaal isolement
- Schooluitval
- Psychose
- Beginnende schizofrenie
- Suïcidaliteit
- Depressie
- Eetstoornis
- Verslaving

4 Financiële ondersteuning

4.1 Fruit, groenten en melk op school (Brussel Economie en Werkgelegenheid)

Groenten en fruit vormen een essentiële basis voor gezonde voeding en melkproducten zijn als bron van calcium belangrijk voor de groei van kinderen. Het project [Fruit, groenten en melk op school](#) is een initiatief van [Brussel Economie en Werkgelegenheid](#) en de [Europese Commissie](#) en ondersteunt scholen in het aanleren van **gezonde en duurzame eetgewoonten**.



Het project richt zich tot leerlingen uit het kleuter, lager en buitengewoon secundair onderwijs. Scholen ontvangen een subsidie om **seizoensgebonden fruit en groenten of melkproducten op school** aan te bieden. De school kan kiezen om dit éénmaal per week (gedurende 20 weken) of meermaals per week (gedurende één maand) aan te bieden. Praktisch zet de school volgende stappen:

- [Keuze van leverancier](#) (respecteren wet op de overheidsopdrachten)
- [Inschrijving](#) (voor eind oktober)
- Bestelling van fruit, groenten of melkproducten (lokale [seizoensproducten](#))
- Uitdelen tijdens schooluren (voorkeur voormiddag)
- [Pedagogische activiteiten](#)
- [Sensibilisering ouders](#)
- [Aanvragen subsidie](#) (door school of leverancier, trimesterieel)

