

Gezonde Levensstijl

Aanwezigen

Aanwezig: Kelly Debusschere, Hilde Van Damme, Amber Van Driessche, Dorien Heuninck, Shirin Van Mele, An Van der Vreken, Luc Geeraerts, Christel Claus, Silke Vandenborre, Hilde Lauwers, Annelies Merckx

Hieronder vinden jullie eerst een neerslag van de individuele acties, verzameld aan de brainstormtafels en nadien plenum samengebracht. De getallen tussen haakjes geven aan waar de prioriteiten liggen volgens de aanwezigen.

Onder de 2 hoofddoelstellingen vinden jullie dan in het schema de acties terug die we zouden willen weerhouden, voornamelijk met het oog op actieplan 2024. Zij die hierrond willen meedenken / meeschrijven i.f.v. actieplan dat we moeten indienen staan tevens in deze tabel vermeld.

Bredere bewustwording rond een gezonde levensstijl → burgergerichte doelstelling: kennis aanwezig en vaardigheden ontwikkeld

- Op schoolniveau beleidsplan / leerlijn – per klas bv. gezond ontbijt, fruit op school – ouders betrekken è wat is gezonde levensstijl: op niveau van kinderen en jongeren, op niveau van gezinnen via scholen (9)
- Kinderen en ouders bewust maken van gezonde voeding via aanbod brooddozen / themawerking, bv. gezond ontbijt (9)
- Via diverse kanalen informeren en sensibiliseren (folders, nieuwsbrieven, social media, ...) (4)
- Doorheen acties rond middelenmisbrik (roken, alcohol, drugs, ...) extra inspanningen t.a.v. zwangere vrouwen (komt heel veel voor) (3)
- Begeleid koken en boodschappen (soort doe-sessie) voor kwetsbare doelgroepen (2)
- Voeding: alternatieve ontbijten – eetfestijnen ontwikkelen/bekijken/promoten è goede voorbeelden naar voor schuiven (bekende lokale personen) (1)
- Diabeteseducatie è Halt2Diabetes verkennen (1)
- Mantelzorgverenigingen meenemen in bad (1)
- Brede sensibilisering è ook specifiek op niveau kansarme doelgroepen
- Burgers & scholen bevragen m.b.t. kennis, vaardigheden, noden
- Seizoensgebonden info – plukboerderij in kaart brengen
- Gebruiksvriendelijke materialen voor verschillende doelgroepen (quiz – spel – lespakket) die er mee aan de slag gaan
- Voedingsdriehoek in elke woning / thuis

Bredere bewustwording rond een gezonde levensstijl → medewerkersgerichte doelstelling: kennis aanwezig en vaardigheden ontwikkeld

- Goede voorbeeld zijn / geven doorheen cliëntcontacten (walk your talk) (11)
- Preventie en pro-actief è bevolking (6)
- Halt2Diabetes (5)
- Mensen betrekken bij bereiden voeding (5)
- Medewerkers è bewegen acties, bv. gezonde maaltijden meebrengen
- Luisteren naar alle actoren binnen hun werkveld
- Benadering bij zorgprofessionals è link discriminatie / label ([zie artikel](#))

Bredere bewustwording rond een gezonde levensstijl → netwerkgerichte doelstelling: kennis gedeeld en vaardigheden gekend

- Databank van aanbod (zorg- en welzijnsactoren, organisaties), methodieken (11)
- Gezonde levensstijl doorgeven aan kinderen via verschillende wegen (ouders, scholen, opvang, vrije tijd, ...) (8)

- Medicatietraject (3)
- Interviemoent / inspiratiedag voor intermediairs rond dit prioritaire thema (3)
- Ondersteuning naar gezondheidsbeleid binnen organisaties (3)
- Info impact van neuroleptica op voedingspatroon, idem bij psychose / manie (1)
- Sociale kaart è diëtisten, tabakologen via kringen, partners motiveren om zich hierop te zetten
- Per setting standaardpakket aanbieden rond gezonde voeding (communicatiemateriaal, cijfermateriaal, knowhow, methodieken, inspiratiegids)
- Toegankelijk en sociaal gericht info delen, bv. AZ vs. Scholen
- Onderling afstemmen van acties met zelfde opzet (samen méér bereiken)
- Info + vorming
- Per school: collectieve aankoop van fruit
- Zorg- en welzijnsactoren zijn “mee” in projecten zoals bv. BOV, bv. uitbreiding beroepen die doorverwijzen

Bredere bewustwording rond een gezonde levensstijl		
Burgergerichte doelstelling: kennis aanwezig en vaardigheden ontwikkeld		
2024	2025-2026	
Informereren / Sensibiliseren van kwetsbare doelgroepen (cultureel, financieel, ...)		Amber, Silke
Scharniermoment LO è SO è inzetten op schoolbeleid, jongeren, ouders, ...		
Medewerkersgerichte doelstelling: kennis aanwezig en vaardigheden ontwikkeld		
2024	2025-2026	
Verkennen Halt2Diabetes è indien positief en engagement: implementatie		
Goed voorbeeld door zorg & welzijnsactoren è informeren – engagement vragen		
Netwerkgerichte doelstelling: kennis gedeeld en vaardigheden gekend		
2024	2025-2026	
Acties delen en ondersteunen (breder dan zorg & welzijn, bv. soc. cul., vrije tijd, sport, ... è battle, challenge, ...)		
Databank aanbod, methodieken, ... è sociale kaart		Silke
Medicatietraject evalueren en indien pos. breder implementeren		

Binnen gezonde levensstijl actief inzetten op beweging → burgergerichte doelstelling: activiteitsgraad verhoogd

- Kinderen stimuleren tot bewegen: aanbod op speelplaats, extra bewegingsmomenten, met de fiets of te voet naar school
- Schoolniveau: beleidsplan/leerlijn – klasniveau: bewegingstussendoortjes – ouders betrekken, bv. wandeling met kinderen
- Promoten van gezondheidswandelen als buurtgerichte activiteit met tal van meerwaarden
- Infopunten / wandelroutes meer onder de aandacht brengen
- Bredere kennis over projecten zoals BOV è juist informeren van burgers door “juiste” professionals

Binnen gezonde levensstijl actief inzetten op beweging → medewerkersgerichte doelstelling

- BOV verder uitrollen è intermediairen è doorverwijzing
- Uitbreiding BOV-doorverwijzers op verschillende manieren informeren
- Sensibiliseren rond andere manieren van vergaderen
- Zittend beroep è tips om toch voldoende te bewegen
- Sociale kaart / Zorggids è toegang + opname van gezonde levensstijl

Binnen gezonde levensstijl actief inzetten op beweging → netwerkgerichte doelstelling

- Inzetten op BOV è breed informeren naar burgers
- Sporten na school – kaarten è aankopen – uitbreiden
- Groepsgericht aanbod (bv. Denderfit) verkennen en uitbreiden

Binnen gezonde levensstijl actief inzetten op beweging

Opm: acties hierboven m.b.t. gezonde levensstijl zijn ook hier van toepassing, met verbreding naar beweging

Algemeen aandachtspunt: evenwichtige benadering, geen extremen

Burgergerichte doelstelling: activiteitsgraad verhoogd

2024	2025-2026	
BOV		
Zittende studenten, beroepen, vergaderen, ... + aanpak van zorg & welzijn è tips verzamelen en verspreiden		
Bewegen in publieke ruimte – niet structureel, gebonden + link met buurtgerichte zorg		An VDV

Netwerkgerichte doelstelling

2024	2025-2026	
BOV		
Zittende studenten, beroepen, vergaderen, ... + aanpak van zorg & welzijn è tips verzamelen en verspreiden		

Medewerkersgerichte doelstelling

2024	2025-2026	
BOV		
Zittende studenten, beroepen, vergaderen, ... + aanpak van zorg & welzijn è tips verzamelen en verspreiden		