

JAARPLANNER 2023

voor lokale besturen

"SAMEN WERKEN WE
AAN EEN GEZONDE REGIO"



BLIKVANGERS

*Gezonde Publieke Ruimte
Halt2Diabetes
Mondgezondheid*

En zo veel meer!



PREVENTIE IS TEAMWORK

*"Samen werken we in 2023 verder aan een
gezonde regio"*

Als Gezonde Gemeente heb je je geëngageerd om werk te maken van een sterk lokaal preventief gezondheidsbeleid. Wij ondersteunen jou hierbij. Je mag rekenen op begeleiding rond meerdere gezondheidsthema's, naar diverse doelgroepen en op maat van de verschillende sectoren.

Samen maken we een goede gezondheid tastbaar, haalbaar en helemaal vanzelfsprekend voor iedereen. Om dit te bereiken is er aandacht én actie nodig op verschillende vlakken, mét bijzondere aandacht voor mensen in een maatschappelijk kwetsbare situatie.

Aan de slag met deze jaarplanner

In deze jaarplanning geven we een chronologisch overzicht van leuke projecten en interessante data voor 2023. Als lokaal bestuur maak je best een keuze uit deze uitgebreide lijst. De bijhorende informatie kan helpen om enkele prioriteiten te bepalen op maat van jouw stad of gemeente.

Ons team staat klaar om jullie te inspireren en te ondersteunen. Neem contact op met jouw regioverantwoordelijke om de mogelijkheden te bekijken. Onze contactgegevens kan je op het einde van deze jaarplanner vinden.

KWETSBARE GROEPEN

onze focus in 2023

Spel: WEGWIJS in Zorg & Gezondheid

Op zoek naar de ideale tool om kwetsbare groepen hun gezondheidsvaardigheden te laten trainen en versterken? Ontleen het spel 'WEGWIJS in Zorg & Gezondheid' bij ons! Aan de hand van verscheidene casussen leren mensen met lage gezondheidsvaardigheden het zorg- en welzijnslandschap beter kennen.

SAMEN MET: organisaties die in contact staan met mensen met lage gezondheidsvaardigheden, zoals wijkgezondheidscentra, lokale dienstencentra, scholen, welzijnsschakels ...

[MEER INFO](#)



Educatieve boxen: Gezond ge(s)maakt

Gezond Ge(s)maakt combineert lekker en gezond koken met het vergroten van kennis rond gezonde voeding op een laagdrempelige en aangename manier. Met behulp van de inhoud die in elke box terug te vinden is, kan elke lesgever zelfstandig aan de slag en deelnemers op maat begeleiden in het opdoen van kennis en vaardigheden rond gezonde voeding en gezond koken. Maak kennis met onze tien verschillende boxen!

SAMEN MET: scholen, buurtwerkingen, Huizen van het Kind, lokale dienstencentra, sociale kruideniers, ...

[MEER INFO VANAF 2023 OP ONZE WEBSITE](#)



PROJECTEN 2023

doorheen het jaar

Halt2diabetes

Met HALT2Diabetes worden personen met een verhoogd risico op diabetes type 2 en hart- en vaatziekten opgespoord én begeleid naar een gezonde leefstijl om dit risico aan te pakken. Geef je preventie- en welzijnsbeleid een boost en start met Halt2diabetes!

SAMEN MET: eerstelijnszones, intermediairs, zorg- en welzijnsorganisaties, ...

[MEER INFO](#)

TEST JE RISICO OP
TYPE 2 DIABETES



Gezonde Publieke Ruimte

Werk samen met verschillende diensten aan een gezonde publieke ruimte op mensenmaat met gezondheidswinst op verschillende vlakken. Want zowel de sociale omgeving als de fysieke omgeving speelt een hele grote rol in de gezondheid van je inwoners.

SAMEN MET: diensten ruimtelijke ordening, welzijn, milieu, mobiliteit, sport, ...

[MEER INFO](#)



Mondgezondheid

Mondzorg ligt aan de basis van een gezond lichaam én een gezonde geest. Daarom is het belangrijk dat ieder van ons dagelijks met mondgezondheid bezig is. Gelukkig bestaan er heel wat tools waarmee je aan de slag kan in je organisatie.

SAMEN MET: eerstelijnszones, intermediairs, zorg- en welzijnsorganisaties, ...

[MEER INFO](#)



PROJECTEN 2023

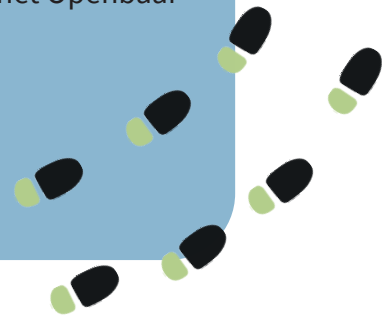
doorheen het jaar

10.000 stappen - elke stap telt

Gaat jouw stad of gemeente voor een beweegvriendelijke omgeving? 2023 staat in het teken van het STOP-principe. Het STOP-principe geeft bij de inrichting van de publieke ruimte eerst aandacht aan Stappers, dan aan Trappers en het Openbaar vervoer, en pas daarna aan Personenwagens.

SAMEN MET: dienst mobiliteit, dienst openbaar domein, burgers, ...

[MEER INFO](#)



Warme William

Warme William is een grote blauwe beer die kinderen en jongeren uitnodigt om te vertellen wat er scheelt, én die graag een luisterend oor aanbiedt. Verwelkom Warme William binnen jullie gemeente of organisatie. Er zijn heel wat materialen en leuke mogelijkheden om met de campagne aan de slag te gaan.

SAMEN MET: jeugddienst, jeugdbewegingen, scholen en opvanginitiatieven.

[MEER INFO](#)



Generatie Rookvrij

Generatie Rookvrij wil zoveel mogelijk plaatsen waar kinderen komen rookvrij maken, zoals speeltuintjes, sportterreinen, jeugdorganisaties, ... Waarom? Eén simpele reden: zien roken, doet roken. Dit jaar focust de actie zich op sportterreinen. Samen maken we werk van een rookvrije generatie!

SAMEN MET: jeugddienst, Generatie Rookvrij, sportverenigingen, ...

[MEER INFO](#)



PROJECTEN 2023

doorheen het jaar

Gelukswandeling

Met een gelukswandeling trakteer je deelnemers niet alleen op een frisse neus, maar leer je hen ook kennismaken met de geluksdriehoek. Het wordt een ludieke tocht vol tips en tricks rond mentaal welbevinden en leuke doe-opdrachten.

SAMEN MET: sport- of jeugddienst, jeugdbeweging, woonzorgcentrum, lokaal dienstencentrum, lokale wandelclub, ziekenhuis, scholen of bedrijven, ...

[MEER INFO](#)



Bewegen Op Verwijzing

Bewegen Op Verwijzing helpt mensen met een gezondheidsrisico op weg naar een actiever leven. Hoe? Met professionele coaching en een beweegplan op maat. Help jij deze methodiek mee te promoten in jouw stad of gemeente?

SAMEN MET: eerstelijnszones, doorverwijzers uit de cluster zorg, ...

[MEER INFO](#)



Houtverbranding

Vraag bijzondere aandacht en sensibiliseer je inwoners rond de ongunstige gevolgen van houtverbranding. Je huis verwarmen door middel van houtverbranding of een kampvuur kan heel gezellig zijn, maar het is helaas ook een belangrijke bron van luchtvervuiling, hinder en gezondheidsproblemen. Bekijk samen met ons welke mogelijkheden bestaan om rond dit topic te werken.

SAMEN MET: milieu, gezondheid of welzijn, ...

[MEER INFO](#)



PROJECTKALENDER

2023

+ nuttige data
rond gezondheid!

J
A
N
U
A
R
I

Actiemaand Bevolkingsonderzoek Baarmoederhalskanker

Januari is de maand waarin we de strijd tegen baarmoederhalskanker aangaan. Hiervoor doen we een oproep aan vrouwen van 25 tot en met 64 jaar om elke drie jaar een uitstrijkje te laten nemen. Wil je aan de slag om dit bevolkingsonderzoek te promoten? Wij beschikken over heel wat materialen en methodieken.

SAMEN MET: eerstelijnszones, intermediairs, zorg- en welzijnsorganisaties, ...

[MEER INFO](#)



21 januari - Wereldknuffeldag

F
E
B
R
U
A
R
I

Actiemaand Tournée Minérale

Werken rond alcohol? Dat kan met Tournée Minérale! Motiveer anderen om de uitdaging aan te gaan om in februari een maand lang geen alcohol te drinken. Er zijn heel wat mogelijkheden om aan de slag te gaan!

SAMEN MET: eerstelijnszones, intermediairs, zorg- en welzijnsorganisaties, ...

[MEER INFO](#)



4 februari - Werelddag tegen Kanker

9 februari - Dikkevriendag

10 februari - Wereldpeulvruchtendag

10 - 17 februari - Vlaamse Week tegen Pesten

25 februari - 5 maart - Week van de Vrijwilliger

28 februari - Zeldzameziektedag

1 maart - Complimentdag

Complimentenactie

Complimentjes zijn op elke dag van het jaar leuk. Laten we daarom 1 maart aangrijpen als het startpunt van een jaar vol complimenten. Schiet in actie en ga aan de slag met de stickers, complimentenaffiches en e-cards om complimentjes in het rond te strooien.

SAMEN MET: eerstelijnszones, intermediairs, zorg- en welzijnsorganisaties, ...

[MEER INFO](#)



Actiemaand Bevolkingsonderzoek Dikkedarmkanker

In maart geven we extra aandacht aan het Bevolkingsonderzoek Dikkedarmkanker. Het Bevolkingsonderzoek geeft mannen en vrouwen de kans om elke twee jaar een stoelgangstaal te laten onderzoeken. Sensibiliseer de doelgroep om deel te nemen.

SAMEN MET: eerstelijnszones, intermediairs, zorg- en welzijnsorganisaties, ...

[MEER INFO](#)



19 maart - Dag van de Zorg

20 maart - Internationale Dag van het Geluk

20 maart - Dag van de Mondgezondheid

20 - 26 maart - Week van de Diëtist

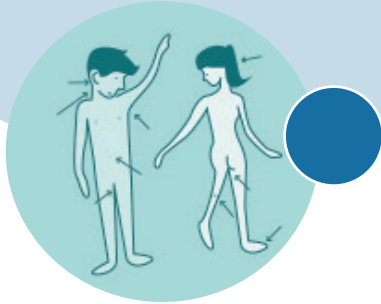
22 maart - Wereldwaterdag

Wees niet gek. Doe de tekencheck!

Van een teek kan je serieus ziek worden. Gelukkig kan je met enkele eenvoudige tips risico's beperken. Verspreid informatie en leer begeleiders, wandelclubs, scholen, ouders en kinderen hoe ze een teek correct kunnen verwijderen op jeugd- en sportkampen, speelpleinen, schooluitstappen, ...

SAMEN MET: jeugdverenigingen, scholen, diensten jeugd/gezondheid/milieu, ...

[MEER INFO](#)



7 april - Wereldgezondheidsdag

19 april - Buitenspeeldag

24 - 30 april - Week van de Valpreventie

Valincidenten voorkomen? Dat kan! Daarom zetten we van 24 tot en met 30 april 2023 opnieuw valpreventie in de kijker. Spreek tijdens deze jaarlijkse weerkerende campagneweek alle verenigingen, intermediairs, woonzorgcentra, gezondheids- en welzijnsorganisaties en iedereen die in contact komt met 65-plussers aan om samen te werken rond val- en fractuurpreventie.

SAMEN MET: eerstelijnszones, zorg- en welzijnsorganisaties, woonzorgcentra, intermediairs, senioren, ...

[MEER INFO](#)



24 - 30 april - Europese Vaccinatieweek

**26 april - Preventietop Logo Brugge-Oostende
Gezond Ouder Worden**



28 april - Werelddag voor Veiligheid en Gezondheid op het werk

15 mei - Start waakzaamheidsfase Warme Dagen

Van 15 mei tot 30 september loopt jaarlijks de waarschuwingsfase voor 'Warme Dagen'. Dit is de periode waarbinnen de kans groot is dat zich periodes van hitte voordoen. Informeer inwoners, personeel en lokale partners en moedig hen aan om maatregelen te nemen voor gevoelige groepen (kinderen, ouderen ...) tijdens warme dagen. Bundel jouw afspraken in een lokaal gezondheidsplan 'Warme Dagen'. Ondersteuning nodig? Contacteer ons!

SAMEN MET: gezondheid/welzijn, lokale dienstencentra, ...

[MEER INFO](#)



16-23 mei - Week van de Groeilamp

21 mei - Internationale Dag van de Culturele Diversiteit

26 mei - Burendag

31 mei - Werelddag zonder Tabak

Elk jaar is er op 31 mei de Werelddag zonder Tabak. Hét moment om inwoners te sensibiliseren over de gevolgen van roken. Ter ondersteuning van lokale besturen en organisaties bieden wij een waaier van acties en activiteiten aan, zoals de buddy deal van Stichting tegen Kanker. Ze dagen alle rokende Belgen uit om één maand lang tabaksvrij te blijven met de steun van een buddy.

SAMEN MET: eerstelijnszones, intermediairs, zorg- en welzijnsorganisaties, ...

[MEER INFO](#)



3 juni - Wereldfietsdag

5 juni - Wereldmilieudag

23 juni - Dag van de Mantelzorger

26 juni - Wereld Anti-Drugs Dag

30 juli - Internationale Dag van de Vriendschap



1 - 7 augustus - Internationale Week van de Borstvoeding

12 augustus - Internationale Dag van de Jeugd



7 - 11 september - Week van de Geletterdheid

10 september - Werelddag Suïcidepreventie

15 september - Start griepvaccinatiecampagne

Elk jaar sterven nog steeds mensen aan griep. Spoor risicogroepen zoals ouderen, zwangere vrouwen en verzorgend personeel aan om zich te laten vaccineren. De jaarlijkse griepvaccinatie wordt best toegediend tussen midden oktober en midden november, campagne voeren kan vanaf half september.

SAMEN MET: eerstelijnszones, intermediairs, zorg- en welzijnsorganisaties, ...



[MEER INFO](#)

16 - 22 september - Week van de Mobiliteit

17 september - Autoloze Zondag

22 september - Strap-dag

22 september - Car Free Day

30 september - Einde Waakzaamheidsfase Warme Dagen

1 - 10 oktober - 10-daagse van de Geestelijke Gezondheid

Tijdens de 10-daagse van de Geestelijke Gezondheid, die jaarlijks plaatsvindt van 1 tot 10 oktober, zetten heel wat organisaties het belang van een goede mentale gezondheid in de kijker. Net zoals vorig jaar staat de 10-daagse in 2023 in teken van het thema 'kracht'. Wil je de mentale veerkracht van de inwoners van jouw stad of gemeente versterken? Zet dan ook jullie schouders onder de 10-daagse en stip alvast 1 tot 10 oktober 2023 aan op de kalender.

SAMEN MET: alle diensten en organisaties kunnen iets betekenen rond geestelijke gezondheid

[MEER INFO](#)

Samen zijn
we krachtig.

Wie geeft jou kracht?

Actiemaand bevolkingsonderzoek borstkanker

Oktober is de maand waarin we de strijd tegen borstkanker aangaan. Door het Bevolkingsonderzoek Borstkanker kunnen vrouwen tussen 50 en 69 jaar zich gratis laten onderzoeken op borstkanker. Sensibiliseer de doelgroep om deel te nemen!

SAMEN MET: eerstelijnszones, intermediairs, zorg- en welzijnsorganisaties, ...

[MEER INFO](#)



7 oktober - Internationale Dag van de Ouderen

10 oktober - Werelddag Geestelijke Gezondheid

8 - 15 oktober - Week van het Bos



17 oktober - Internationale Dag van Verzet tegen Armoede

19 oktober - Dag tegen Kanker

27 oktober - Dag van de Ergotherapie

13 - 17 november - Actieweek Gezond Binnen

Geef inwoners tips voor een gezond huis. Organiseer een wachtzaalactie, babbelmoment of andere activiteit. Of zet in op deskundigheidsbevordering en lokaal overleg. Wil je aan de slag om de gezondheidsimpact door een ongezond binnenmilieu in jouw gemeente of stad te verminderen? Neem dan zeker contact op met onze medisch milieukundige.

SAMEN MET: gezondheid/welzijn, dienst wonen, lokale huisvestingspartners, lokale gezondheids- en welzijnspartners, ...

[MEER INFO](#)



14 november - Werelddiabetesdag

20 - 26 november - Vlaamse Ouderenweek

20 - 26 november - Week van de Smaak

20 november - Internationale Dag van het Kind

24 november - E-mailloze Vrijdag



3 december - Internationale Dag van mensen met een beperking



7 december - Nationale Vrijwilligersdag

20 december - Internationale Dag van de Solidariteit



CONTACT

**Tine Verfaillie**

Contactpersoon Brugge
Coördinatie & beleid
Setting lokale besturen
tine.verfaillie@logobrugge-oostende.be
050 32 72 97

**Michelle De Smet**

Contactpersoon Jabbeke, Zedelgem, Oostkamp & Beernem
Valpreventie
Setting zorg & welzijn
michelle.desmet@logobrugge-oostende.be
050 32 72 96

**Céline De Weirdt**

Contactpersoon Knokke-Heist, Damme, Blankenberge, Zuienkerke & De Haan
Tabak, alcohol en andere drugs - mondgezondheid - bevolkingsonderzoeken naar kanker
celine.deweirdt@logobrugge-oostende.be
050 32 62 97

**Jana Rotsaert**

Contactpersoon Bredene, Oostende, Koksijde, Nieuwpoort, Middelkerke, De Panne,
Veurne & Alveringem
Setting werk
jana.rotsaert@logobrugge-oostende.be
050 32 62 95

**Ingeborg Vanden Bussche**

Contactpersoon Oudenburg, Gistel, Ichtegem, Torhout & Koekelare
Vaccinaties & infectieziekten - Bewegen Op Verwijzing - administratie
Ingeborg.vandenbussche@logobrugge-oostende.be
050 32 72 95



Joke Goethals
Geestelijke gezondheid
Setting onderwijs
joke.goethals@logobrugge-oostende.be
050 32 62 94



Emma Delhaise
Werken naar kwetsbare groepen
Communicatie
emma.delhaise@logobrugge-oostende.be
050 32 72 98



Dieter Vanparys
Gezondheid & milieu
Medisch milieukundige
dieter.vanparys@logobrugge-oostende.be
050 32 72 94



Nele Stechele
Projectmedewerker
nele.stechele@logobrugge-oostende.be
050 32 62 98



Louise Van Collie
Voeding, beweging en sedentair gedrag
Intergemeentelijke preventiewerker ELZ Oostende-Bredene (Oostende & Bredene)
louise.vancollie@logobrugge-oostende.be
0493 91 10 84



Charlotte Hoeman
Intergemeentelijke preventiewerker ELZ Houtland en Polder (Koekelare, Kortemark & Torhout) & ELZ WE40 (Beernem, Jabbeke, Oostkamp & Zedelgem)
charlotte.hoeman@logobrugge-oostende.be
0493 91 10 85

SAMEN WERKEN
WE AAN EEN
gezonde
REGIO

logo^{BO}
GEZONDHEID
TROEF