

VOORBEELDEN VAN STRATEGIEEN

Voorbeelden van nudging:

- **Verpakkingen met nutriscore:** Op sommige verpakkingen wordt de nutriscore vermeld. In de kamer stellen we verschillende producten uit waarop de nutri-score vermeld staat.
- **Menukaart**
Menukaart met vermelding van voedingswaarden
<https://www.missethoreca.nl/70827/menukaart-met-voedingswaarden-bij-hemingway-slaat-aan>
- **Presentatie op bord**
Een foto van een uitnodigend bord met gezond voedsel (presentatietechniek):
https://www.eetjemooi.nl/recepten/bekijk/62/Fruitbeestjes_een_gezonde_traktatie_voor_peuters
<http://esterdepret.be/foodart-voor-kinderen>
- **Pianotrap**
Foto van een trap waarbij voetstapjes staan om mensen aan te sporen om de trap te nemen of de piano trap
(https://www.google.com/search?q=de+pianotrap&rlz=1C1QPHC_nlBE982BE982&oq=de+pianotrap&gs_lcrp=EgZjaHJvbWUyBggAEEUYOTIHCAEQIRigAdlBCDlyNDFqMGo3qAlAsAlA&sourceid=chrome&ie=UTF-8#fpstate=ive&vld=cid:1027c6e2,vid:TDM_nRg4bl4,st:0)

Voorbeelden van Framing

- **Waarom stoppen met roken?**
Affiche De Vlaamse Logo's ontwikkelden samen met Tabakstop een banner met de voordelen van het stoppen met roken.
- **Omleidingsbord**
Wegomleiding dat route met de fiets aangeeft en de verbrande calorieën erbij vermeldt (winstframe)
- **Van slaappillen kan je vallen**
<https://preventiemethodieken.be/affiche-van-slaappillen-kan-je-vallen>
van slaappillen kan je vallen (verliesframe)
- **Bezorg je kind een rookvrije start**
<Infographic-ROKEN-EN-ZWANGERSCHAP.pdf> (gezondleven.be) (winstframe)

Voorbeelden van Educatie

- **Verslavingspreventie**
Leerlijn_Verslavingspreventie_in_het_Onderwijs.pdf (gezondleven.be)
- **Energiedrankjes**
inspiratiebundel over energiedrankjes <informatiedossier-energiedrankjes.pdf> (gezondleven.be)
- **Waterpas**
De handleiding voor de waterpas (uitleg die naar de ouders gaat):
<https://www.gezondleven.be/files/voeding/Waterpas-handleiding.pdf>
- **Tekenbeet**
Wees niet gek, doe de tekencheck
<http://tekenbeten.be/gratis-campagnemateriaal-voor-organisaties>

Voorbeelden van Sensibilisering

- **Kom op tegen kanker**
Filmpje 'Kom op tegen kanker' Binnen roken is nooit oké [Binnen roken is nooit oké](Binnen_roken_is_nooit_ok%C3%A9) (youtube.com) (duurt 30 seconden)
- **Smeerweer**
Gezondheidsuitdaging en acties: <https://www.zorg-en-gezondheid.be/gezondheidsuitdagingen-en-acties> (hier zijn wel wat voorbeelden van sensibiliseringscampagnes te vinden – binnen bepaalde thema's bv. uv-straling <https://www.zorg-en-gezondheid.be/per-domein/preventie/klimaat/gezondheidsuitdagingen-en-acties/uv-straling>)
Smeerweer: <https://www.zorg-en-gezondheid.be/per-domein/preventie/smeerweer>

- Lied 'het beste moet nog komen' van Pommeliën Thijs
<https://www.vlaanderen.be/departement-mobiliteit-en-openbare-werken/persberichten/21-februari-2024-vrt-pommeliën-thijs-en-vlaamse-overheid-waarschuwen-iedereen-voor-gsm-gebruik-in-het-verkeer>

Voorbeelden van Facilitatie

- **Bewegingstoestellen**
Bewegingstoestellen langs de weg – voor iedereen vrij toegankelijk
- **De SMOTspot**
([Facilitatie | Gezond Leven](#))
- **Oog voor Lekkers**
project: subsidie voor fruit op school
- Festivalorganisatie kan [gratis oordoppenstand aanvragen](#) voor hun festival om uit te delen Festivals [CM-SPONSORING](#)
- Gratis water ter beschikking op school voor iedereen

Voorbeelden van regels en afspraken

- **Reclame sigaretten/sigarettenpakjes**
Foto's op de achterzijde met de gevolgen van roken om ervoor te zorgen dat men niet zou starten met roken.
- **Bord generatie rookvrij**
Bord ter veruidelijking van de regel: er mag hier niet gerookt worden.
- **Schoolreglement**
Knipsel uit een reglement waar bv. verplicht wordt water op school, geen snoep, fruit mee ...
- **Vaccinatieschema**
Vaccinatieschema Kind en Gezin
- **GSM**
Korte casus gezin: geen gsm aan tafel
- **Casus: schermtijd**
Schermtijd omtrent schermtijd beperken
- **Regels voor verkoop van alcohol**
<https://www.vlaanderen.be/gezondheid-en-welzijn/gezondheid/preventie/verslaving/regels-voor-verkoop-van-alcohol>

Voorbeelden van Modelling

- **The daily Mile**
<https://www.thedailymile.be/>
- **GSM**
Casus: gsm gebruik eerder (ouders gaan ook bewust om met schermgebruik)
- **Mathilde**
Koningin loopt mee in loopwedstrijd
<https://www.hln.be/royalty/kijk-koningin-mathilde-loopt-mee-in-de-20km-door-brussel~a47ca53e/>
- Expeditie geluk waarbij Tiktokkers, like-me sterren, ... rolmodel zijn voor het versterken van het mentaal welbevinden <https://www.gezondleven.be/projecten/expeditie-geluk/spel>