

Krachtlijn Gezond en veilig: bronnenlijst

Beleidscontext: het doel kadert in het gezondheidsbeleid, veiligheidsbeleid en preventiebeleid van de school. Het houdt verband met thema's uit het [vademecum zorgbreed en kansrijk onderwijs](#), bouwstenen gezondheid en welbevinden.

Algemene info

Organisaties	Vlaams Instituut Gezond Leven wil je op een toegankelijke manier helpen om gezond te leven met onderbouwd advies, concrete tips en kant-en-klare projecten. De pagina Gezonde School rechtstreeks naar onderwijs. Je vindt er Leerlijnen over gezond leven. Deze leerlijnen kunnen je inspireren om in te schatten in welke graad je welk (deel)thema best aan bod laat komen. Zij baseren zich voor de ontwikkeling van die leerlijnen op wetenschappelijke evidenties. Per thema is er aandacht voor het ontwikkelen van een gezondheidsbeleid en verwijzen ze naar educatief materiaal en informatie van de eigen organisatie en verwijzen ze door naar informatie van samenwerkende partners m.b.t. gezondheid. Via onderstaande thema's wordt er verwezen naar relevante bronnen. Het Vlaams instituut Gezond Leven organiseert samen met preventiepartners in Vlaanderen maandelijks Gezonde School Sessies voor leraren. Je krijgt in 1 uur een frisse kijk op een gezondheidsthema, met handige tools om er meteen mee aan de slag te gaan. Departement zorg: preventiemethodieken voor meer gezondheid (Wegwijzer Onderwijs) De Sidekick Sam Academy is een gratis online platform boordevol hands-on tools die het welbevinden van kinderen en jongeren helpen boosten. De Sidekick Sam Academy pakt elke maand uit met gratis lespakketten in lijn met de eindtermen en leerplandoelen, expertvideo's, testimonials, webinars en workshops rond diverse actuele topics. Het doel? Leraren motiveren, inspireren en verbinden om van onze jeugd een veerkrachtige generatie te maken.	Home Gezond Leven Gezonde school Leerlijnen Bekijk de kalender & schrijf je in Gemiste sessies herbekijken Secundair onderwijs Preventiemethodieken Sidekick Sam Academy Sidekick Sam Academy
---------------------	--	--

	Gezondheid en wetenschap ontwikkelde een educatief pakket (Gezond geweten) met de titel gezond weten. Het ontwikkelen van gezondheidsvaardigheden staat centraal. In functie van het maken van gezonde keuzes wil men de kritische blik ten opzichte van gezondheidsinformatie aanscherpen. Het bevat 3 modules: gezondheidsbeweringen, gezondheidsonderzoek en gezonde keuzes. Het pakket is modulair opgebouwd en bevat onderdelen met een verschillende moeilijkheidsgraad.	Gezondheid en wetenschap
	De Aanstokerij Je kan via filters selecteren welke educatieve spelen voor welke doelgroep (graad) beschikbaar zijn en voor welke thema's ze inzetbaar zijn. Je kan bij hen spelen over de thema's mentaal welbevinden en gezondheid vinden.	De Aanstokerij
Inspiratie		
LPD 15 De leerlingen ontwikkelen gezondheidsvaardigheden in functie van hun fysiek en mentaal welzijn binnen verschillende thema's		
Thema gezondheid	De VRT ontwikkelde drie EDUboxen die in de diepte gaan over het thema gezondheid: gezondheidszorgsystemen en de invloed van klimaatverandering, verstedelijking, globalisering en ontbossing op de volksgezondheid, gelukkig groeien: • Gezondheid: reis door de gezondheidszorg in de wereld; • Gezondheid: wetenschap voor een duurzame relatie tussen mens, dier en planeet;	Gezondheid reis door de gezondheidszorg in de wereld Gezondheid: wetenschap voor duurzame relatie tussen mens, dier en planeet
Thema evenwichtige en gezonde voeding	Vlaams Instituut Gezond Leven: themapagina voeding. Ben je op zoek naar een leerlijn en materialen om met leerlingen aan de slag te gaan, dan vind je op deze pagina heel wat inspiratie. Je vindt inspiratiebundels met achtergrondinformatie voor leraren, aandachtspunten en lessuggesties, PowerPointpresentaties, affiches en gezondheidstestjes (als instap voor een workshop, les of project ...) (Deel)thema's waarvoor materiaal is uitgewerkt: de voedingsdriehoek, reclame voor voeding, suiker, energiedranken, (on)gezonde voedselverleidingen, dranken en tussendoortjes ...	Vlaams Instituut Gezond Leven: educatieve materialen voor secundair onderwijs Test hoe je eet en drinkt
	Op de website van Nice vind je wetenschappelijk onderbouwde informatie over de voedings- en gezondheidsaspecten van de producten van onze land- en tuinbouw en visserij (zoals groenten, fruit, aardappelen, zuivel, eieren, vlees, gevogelte en	Nice - info

<i>Samenhang met krachtlijn Geëngageerd en verantwoordelijk</i>	vis) en duiding bij actuele trends en inzichten rond voeding en gezondheid. Je vindt ook praktische materialen die voedingsvoorlichters kunnen gebruiken om consumenten te helpen gezonde voedselkeuzes te maken op basis van producten van bij ons. Voor adolescenten vind je bv. een folder over Gezond eten en lekker puberen – Tips en tricks voor jongeren van 12 tot 18, een snelle onlinetest waar jongeren kunnen nagaan welk food type ze zijn, een praktische leidraad en fiches om met jongeren in de keuken aan de slag te gaan ...	
	In het kader van de Green Deal Eiwitshift ontwikkelden het Duurzaam Educatiepunt de campagne Halfhalf. Met Halfhalf wil de Vlaamse overheid draagvlak creëren om burgers (een deel van) hun dierlijke voeding te vervangen door plantaardige alternatieven.	Halfhalf
Thema hygiëne en (ziekte)preventie	Zoek je als leraar informatie over gezondheid en preventie en de thema's gezond leven, milieu en gezondheid, ziektepreventie of preventief gezondheidsbeleid dan kan je hier terecht voor informatie. Wil je meer weten over infectiepreventie, bv. over algemene voorzorgsmaatregelen m.b.t. persoonlijke hygiëne, handhygiëne of vaak voorkomende infectieziektes, dan kan je via KlasCement bij een e-learning platform (Zorg en Welzijn) terecht voor meer informatie: ZWIEP	Departement zorg Zorg en welzijn: infectiepreventie e-learning Platform
	Vlaams Instituut mondgezondheid: alles wat je moet weten over een gezonde mond.	Gezondmond.be
	Het educatief pakket gezond geweten bevat een onderdeel over het belang van gezondheidsonderzoek.	Gezondheid en wetenschap
	HoorLINK is een lessenspakket ontwikkeld door Universiteit Antwerpen en wil het bewustzijn en de preventie van slechthorendheid bevorderen. KLAAR, een online videoformat van de VRT brengt over dit thema, aansluitend bij het pakket, duiding op maat van jongeren.	Hoor LINK KLAAR: Horen en verstaan
	Vlaams Instituut Gezond Leven: op de themapagina 'beweging' vind je suggesties voor een bewegingsbeleid op school en linken naar interessante materialen om beweging op school te stimuleren. Zo vind je materialen over de bewegingsdriehoek. Een informatiedossier over (te) lang stilzitten en voldoende bewegen, een informatiedossier beweegvriendelijke school en linken naar de materialen van MOEV: SWEEP (inspiratie om swung en beweging te brengen in de lessen, de pauzes, de verplaatsingen en voor en na de schooluren), inspiratieboxen ...	Bewegen en sedentair gedrag
	Vlaams Instituut Gezond Leven: op de themapagina 'relaties en seksualiteit' vind je inspiratie om vanuit een beleid rond relaties en seksualiteit op school in te	Gezond leven

Thema (seksuele) ontwikkeling en (seksuele) gezondheid <i>Samenhang met krachtlijn Uniek en verbonden</i>	zetten op acties en projecten. Je vindt linken naar de leerlijn rond relaties en seksualiteit van Sensoa. Je kan doorklikken naar het educatief materiaal dat Sensoa ontwikkelde vanuit een focus op lichamelijke ontwikkeling en puberteit of op seksuele gezondheid. Zo vind je materialen over SOA's en anticonceptie.	
	Gelukkig groeien: een boost voor je lijf en brein. Deze EDUbox gebruikt de overgang naar het secundair onderwijs als kapstok om het groeiproces te verkennen en jongeren inzicht te geven in de veranderingen die ze doormaken (eerste graad).	Gelukkig groeien: een boost je lijf en brein.
Thema verslavende middelen en gedrag	VAD in samenwerking Vlaams instituut Gezond Leven: in juni 2025 verscheen een aangepaste leerlijn verslavingspreventie in het secundair onderwijs. Deze leerlijn helpt jou als school, leraar of preventieprofessional, ... om het thema 'verslavingspreventie' (alcohol, roken en vaperen, cannabis en andere illegale drugs, gamen, gokken en psychoactieve medicatie), vanuit het gezondheidsbeleid van de school, in de lessen te integreren. De leerlijn formuleert concrete leerdoelen over wat je per graad aan de leerlingen kan leren over het omgaan met deze middelen.	Leerlijnen
	Voor het uitwerken van een drug- en alcoholbeleid op school en voor inspiratie over de thema's alcohol, gamen, illegale drugs, gokken ... verwijst het Vlaams Instituut door naar de website van het Vlaams Expertisecentrum voor Alcohol en andere Drugs (VAD) . Je vindt er materialen voor verschillende leeftijdsgroepen en doelgroepen terug, bv. Nognito voor leerlingen in de eerste graad of het lespakket CRUSH of Friends & fun voor leerlingen in de derde graad.	VAD
	Vlaams Instituut Gezond Leven: op de themapagina 'roken' vind je lestitips, lesmaterialen, suggesties voor acties, projecten of wedstrijden. Zo vind je een verwijzing naar de lesmaterialen m.b.t. Bullshit Free Generation (roken en vaperen) en tips voor leraren die je best kunt lezen alvorens je over het thema op school aan de slag gaat.	Themapagina roken

Thema mentaal welbevinden <i>Samenhang met krachtlijn</i> <i>Uniek en verbonden</i>	Vlaams Instituut Gezond Leven: het inzetten op een welbevindenbeleid is de verantwoordelijkheid van iedereen op school. Op de themapagina vind je inspiratie om te evolueren van losse acties naar een gedragen en samenhangend welbevindenbeleid. Je vindt een link naar de webpagina 'geluk in de klas'. Deze website bundelt kant-en-klare materialen en tips voor meer geluk in de klas zoals Happy Snacks, het lespakket geluksdriehoek. Je vindt ook tips om als leraar in dialoog te gaan met je leerlingen of om te tonen hoe je er als leraar voor je leerlingen kunt zijn en veranderingen in hun gedrag bespreekbaar kunt maken. Tot slot vind je ook linken naar een aanbod voor specifieke doelgroepen zoals NokNok voor leerlingen met zorgen.	themapagina Geluk in de klas Noknok
	Te Gek!? Maakt geestelijke gezondheid bespreekbaar bij het brede publiek. Naast de jaarlijkse campagnes bieden ze ook een aanbod voor scholen aan.	Te Gek!? Scholenaanbod
	Het belang van slaap voor de fysieke en mentale gezondheid mag niet onderschat worden. Gezond Leven en het Academisch Centrum voor Huisartsengeneeskunde van KU Leuven sloegen daarom de handen in elkaar om je meer informatie over slaap en gezondheid te geven, en praktische tips om je slaap te verbeteren.	Slaap en gezondheid
	Het vademecum vademecum zorgbreed en kansrijk onderwijs bevat een fiche om rond welbevinden aan de slag te gaan. Je vindt bv. inspiratie en bronnen om met het thema pesten aan de slag te gaan (link LPD 5).	Vademecum zorgbreed en kansrijk onderwijs Welbevinden
Thema verkeersveiligheid	Op de website Verkeer op School Secundair (VSV) vind je inspiratie om in te zetten op veilige verplaatsingen en een veilige verkeersomgeving, bv. het pakket 'Opvallr' om leerlingen te sensibiliseren rond het belang van fietsverlichting.	VSV