

Krachtlijn Gezond en veilig: bronnenlijst		
<p>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.</p>		
Algemene info		
Organisaties	<p>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.</p>	Home Gezond Leven
	<p>Departement zorg: preventiemethodieken voor meer gezondheid</p>	Secundair onderwijs Preventiemethodieken
	<p>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.</p>	Sidekick Sam Academy Sidekick Sam Academy
	<p>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.</p>	De Aanstokerij
Inspiratie		
<p>LPD 15 De leerlingen ontwikkelen gezondheidsvaardigheden in functie van hun fysiek en mentaal welzijn binnen verschillende thema's</p>		
	<p>Gezond Leven richt zich met 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</p>	Gezonde school

	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.	
Ontwikkelen van gezondheidsvaardigheden	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
Thema gezondheid	De VRT ontwikkelde twee EDUboxen die in de diepte gaan over het thema gezondheid: gezondheidszorgsystemen en de invloed van klimaatverandering, verstedelijking, globalisering en ontbossing op de volksgezondheid: <ul style="list-style-type: none"> - 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 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

	<p>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 vis) en duiding bij actuele trends en inzichten rond voeding en gezondheid.</p> <p>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 ...</p>	Nice-info
Thema hygiëne en ziektepreventie	Zorg en gezondheid: zoek je als leraar informatie over infectiepreventie, bv. over algemene voorzorgsmaatregelen m.b.t. persoonlijke hygiëne, handhygiëne of vaak voorkomende infectieziektes, dan kan je op deze site terecht.	Zorg en gezondheid
	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
Thema beweging en sedentair gedrag	Vlaams Instituut Gezond Leven: op de themapagina 'beweging' vind je suggesties voor een bewegingsbeleid op school en linken naar interessante materialen op 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
Thema seksuele ontwikkeling en seksuele gezondheid <i>Samenhang met krachtlijn Uniek en verbonden</i>	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 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.	Gezond leven

Thema verslavende middelen en gedrag	<p>Vlaams instituut Gezond Leven in samenwerking met VAD: vanuit de link naar het gezondheidsbeleid van de school vind je een link naar de leerlijn verslavingspreventie in het onderwijs. Je vindt per leeftijdsgroep (graad) inspiratie terug over welke middelen je best werkt tijdens preventieve lessen, projectdagen ... Je vindt er ook DO's & DON'T's terug welke aanpakken best werken, en welke niet. Dit werd uitgewerkt voor het werken rond de thema's roken, alcohol, cannabis en andere illegale drugs, gamen en gokken.</p>	Leerlijnen
	<p>Vlaams Instituut Gezond Leven: op de themapagina 'roken' vind je lestips, 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 kan lezen alvorens je over het thema op school aan de slag gaat.</p>	Themapagina roken
	<p>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.</p>	VAD
Thema mentaal welbevinden <i>Samenhang met krachtlijn Uniek en verbonden</i>	<p>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, maar ook tips om als leraar in dialoog te gaan met je leerlingen of om te tonen hoe je er als leraar voor je leerlingen kan zijn en veranderingen in hun gedrag kan bespreekbaar maken.</p> <p>Tot slot vind je ook linken naar een aanbod voor specifieke doelgroepen zoals Noknok voor leerlingen met zorgen.</p>	Themapagina mentaal welbevinden Geluk in de klas
	<p>Het belang van slaap voor de fysieke en mentale gezondheid mag niet onderschat worden. Gezond Leven en het Academisch Centrum voor</p>	Slaap

	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.	
	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 over het thema pesten aan de slag te gaan (link LPD 5).	Fiche welbevinden
Omgevingsfactoren: 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.	Verkeer op school