

Saarplanning 2025



Gezondheid en Preventie

Lokale Besturen
Onderwijs
Zorg & Welzijn
Bedrijven



Blikvangers 2025

Netwerkevenement KEI-Awards
Kempen 0,0%
Gezondheidstoets GPR
Generatie Rookvrij
Halt2Diabetes
10-daagse Geestelijke Gezondheid
En zoveel meer...

SAMEN WERKEN WE AAN EEN GEZONDE KEMPEN
GEZONDHEID TROEF



Niet te missen in **2025!**

Netwerkevenement

KEI-Awards - 28 maart 2025

Ook in 2025 reiken we onze KEI-Awards uit.

- ▶ Organiseerde jij een initiatief dat plaatsvond in de regio Kempen (arrondissement Turnhout) tussen 1 januari 2024 en 31 december 2024 met als doel het versterken van preventie en gezondheid? Dien het tot 31 december 2024 in via www.kei-awards.be en maak kans op een award!



Save the date

Het programma van het netwerkevent zal later bekend gemaakt worden, maar zet alvast 28 maart 2025 in jouw agenda!

De nieuwste info vind je steeds op de website:

- ▶ [Website KEI-Awards](#)

Terug in **2025** op
veler verzoek

Kempen 0,0%

100% genieten, 0% alcohol

In de Kempen weten we wat genieten is. Bovendien doen we in de Kempen graag ons eigen ding!

Omdat beide zaken waar zijn, besloten Logo Kempen en CGG Kempen om Tournée Minérale in een eigen Kempisch jasje te steken. De nieuwe campagne werd: Kempen 0,0% - 100% genieten, 0% alcohol.

Doe mee en zet jouw inwoners, bewoners, leden, klanten, ... aan om in februari een maand lang voor alcoholvrije alternatieven te kiezen!

- ▶ Meer info? [Contacteer ons.](#)



Lokale Besturen 2025

Aan de slag met deze planning

Op de volgende pagina's geven we je een chronologisch overzicht van projecten en data voor 2025. Als organisatie maak je best een keuze uit deze uitgebreide lijst. De bijhorende informatie kan je helpen om **prioriteiten** te bepalen op maat van jouw organisatie.



Partij Gezonde Gemeente

Partij voor een Gezonde Gemeente schotelt je een kant-en-klaar programma voor met cijfermateriaal en actuele trends. We reiken je acties aan waar verschillende beleidsdomeinen mee aan de slag kunnen. Samen gezondheidsuitdagingen het hoofd bieden, is onze drijfveer. Laat deze bouwstenen alvast inspirerend zijn voor je verkiezingsprogramma en aarzel niet om elementen mee te nemen in het bestuursakkoord en meerjarenplan.

info: www.partijgezondegemeente.be

Generatie Rookvrij

Generatie Rookvrij wil ieder kind rookvrij laten opgroeien. Door niet meer te roken in het zicht van kinderen en ze een andere norm rond roken te leren, maak je hen weerbaarder om later zelf niet te gaan roken. Want zien roken, doet roken.

info: www.generatierookvrij.be



Gezondheidstoets Publieke Ruimte

Een goed ingerichte publieke ruimte beschermt en verbetert de gezondheid van je inwoners. Via de gezondheidstoets van een (toekomstig) ruimtelijk project krijg je extra inzichten over hoe je een buurt of straat kan aanpassen voor meer gezondheidswinst. We toetsen aan verschillende indicatoren zoals beweging, hitte, luchtkwaliteit, ... Staat er een project op de planning? Laat het ons weten en we helpen je graag verder.

info: Gezonde Publieke Ruimte

Halt2Diabetes

In HALT2Diabetes worden personen met een verhoogd risico op diabetes type 2 en hart- en vaatziekten opgespoord en begeleid naar een gezonde leefstijl om dit risico aan te pakken. Lokale besturen hebben een belangrijke rol in de sensibilisering van de screening en bij het leefstijlaanbod in de regio.

info: www.halt2diabetes.be



Zorg en Welzijn 2025

● Valpreventie

Help je mee om valpartijen te voorkomen? Via [deze webpagina](#) kan je als professionele zorgverlener aan de slag met de verschillende risicofactoren. Wil je ouderen meer in beweging krijgen? De [wandelgids voor zorgverleners](#) zet je op weg.

info: www.valpreventie.be



● Vorming milieugezondheid voor huisartsen

Onze fysieke leefomgeving heeft een impact op onze gezondheid. Tijdens de LOK-voordracht 'Gezondheid en milieu: een hot item in de huisartsenpraktijk?' krijg je een introductie in het vakgebied van de medische milieukunde. Je komt meer te weten over een gezonde lucht, PFAS, schimmelproblemen in de woning, ... Je krijgt informatie over de ondersteuning bij vragen van patiënten over gezondheid en milieu.

info: [Praktische info LOK-vorming](#)



● Zelfzorg voor de eerstelijns

Zelf mentaal gezond blijven als zorgverstreker, dat is belangrijk ... maar niet altijd even gemakkelijk. Tijdens vier groepsessies leer je samen met andere zorgverstrekkers rond bevlogenheid, omgaan met werkdruk, werk afbakenen en mildheid.

info: [Zelfzorg](#)



● Uitbreiding Gezonde Mondkoffer

De Gezonde Mondkoffers zijn uitleenboxen vol materiaal om kinderen en jongeren, ouderen en personen met een beperking te laten kennismaken met preventieve mondzorg en het tandartsbezoek. Ontdek [hier](#) de inhoud, handleiding en aangepaste adviezen per doelgroep.

info: www.gezondemond.be



● Kzitermee.be

Iedereen heeft het soms moeilijk. Sommigen weten niet waar ze terecht kunnen voor hulp. Soms is de drempel om hulp te zoeken te groot. [Kzitermee.be](#) is dé plek waar meer dan 800 diensten samenkomen die zich inzetten voor preventie en geestelijke gezondheidszorg in de regio's Kempen, Meetjesland en Zuid-West-Vlaanderen. Op [kzitermee.be](#) kan je contact opnemen met een geschikte organisatie of persoon.

Maak de tool mee bekend:

[Download de communicatietoolkit](#)

[Bestel affiches en andere communicatiematerialen](#)

[Vraag de actie 'op de stoel' aan](#)



● Verteltassen Bevolkingsonderzoeken

Met behulp van de verteltas ga je in gesprek met personen in maatschappelijk kwetsbare situaties in jouw organisatie. De begeleiding gebeurt door een medewerker van de organisatie die vertrouwd is met de groep en vorming gekregen heeft van het Logo.

info: [Verteltas Borstkanker](#)
[Verteltas Baarmoederhalskanker](#)
[Verteltas Dikkedarmkanker](#)



Onderwijs 2025

Gezonde lucht in de klas

In een klaslokaal zitten kinderen lange tijd samen in één ruimte. Hierdoor kunnen vervuilde deeltjes zich opstapelen in de binnenlucht. Ventileren en verluchten zijn dan belangrijke maatregelen om de lucht te verversen. Met materialen zoals raamstickers, CO₂-meters en de educatieve spelkoffer 'De Binnenluchtbrigade' kan je in de klas werken aan gezonde lucht voor alle leerlingen. Ontdek ook het vernieuwde educatief pakket 'Air@school' voor leerlingen uit het secundaire onderwijs.

info: [Aan de slag met gezond binnen op school](#)



Snack & Chill

Snack & Chill helpt (buiten)gewone secundaire scholen om gezonde snacks in een gezellig kader aan te bieden. Hoe? Met een leuke bar, een flinke portie leerlingenparticipatie en natuurlijk: een kerngezond aanbod fruit en groenten.

info: www.gezondleven.be



Gezonde school

Wil je structureel werken rond gezondheid binnen je school? Gezonde School helpt je stap voor stap te evolueren van losse acties naar een samenhangend gezondheidsbeleid. We maken je wegwijs in het aanbod van methodieken en geven je een zicht op het ondersteuningsaanbod van onze partners.

info: [Praktische info Gezonde School](#)



Bullshit Free Generation

Alle bullshit over roken de wereld uit helpen. Daar streeft 'Bullshit Free Generation' naar. Het doel? Een generatie doen ontwaken die, als het over roken gaat, kritischer en weerbaarder is dan ooit.

info: [Aan de slag met Bullshit Free Generation](#)



Bedrijven 2025

Wisselwerken

Wisselwerken werkt voor jou en je organisatie. Elk half uur even weg van je stoel, dat is echt gezond. Medewerkers die lang stilzitten beperken en regelmatig onderbreken door even recht te staan, rond te stappen en te bewegen, ondervinden niet alleen een positieve impact op hun fysieke gezondheid. Ze hebben meer energie, kunnen zich beter concentreren en zijn productiever. Minder ziekteverzuim, een goede werksfeer en een positief imago zijn de bonus voor jouw organisatie.

info: www.wisselwerken.be



Warme bedrijven

Een 'warm bedrijf' is een werkomgeving die medewerkers mentaal gezond houdt én versterkt. Iedereen werkt er samen om medewerkers energiek en bevlogen aan de slag te houden. Dat komt zowel de mentale gezondheid van de medewerker als de productiviteit van het bedrijf ten goede.

info: [Aan de slag rond Warme Bedrijven](#)

Jouw huis, mijn werkplek

Wie als huishoudhulp, poetshulp of verzorgende bij mensen thuis werkt, moet dat kunnen doen in een rookvrije omgeving. Want passief roken heeft schadelijke gevolgen voor de gezondheid. Maar buiten roken kan je niet afdwingen in een privéwoning. Toch moet je als werkgever het welzijn van je werknemers kunnen beschermen. Stap daarom mee in deze campagne en ga zo het engagement aan.

info: [Meer info rond jouw huis, mijn werkplek](#)



Gezond vergaderen

Dat is meer dan een stukje fruit aanbieden of even rechtstaan tijdens de pauze. Benieuwd wat je allemaal kan doen voor een gezonde, productieve vergadering? Ontdek de box 'Gezond vergaderen', een box vol praktische materialen en haalbare ideeën om overlegmomenten net dat tikkeltje gezonder te maken. Zo zorg je dat medewerkers goed in hun vel zitten en creatief en productief vergaderen.

Ga aan de slag met de gezonde vergaderbox.

info: [Gezonde vergaderbox](#)



No steps, no glory

Onder de slogan 'No steps, no glory' gaan bedrijven de uitdaging aan om te stappen, tegen andere bedrijven of intern, tegen elkaar. Elke deelnemende werknemer streeft ernaar om 10.000 stappen per dag te zetten, of meer!

info: [Praktische info No steps, no glory](#)



Januari • Februari

Bevolkingsonderzoek Baarmoederhalskanker

Meer dan 1 op 3 vrouwen laat geen of niet tijdig een uitstrijkje nemen. Vroegtijdige opsporing redt levens. Zet een actie op of bestel promotiematerialen.

info: www.bevolkingsonderzoek.be
voor: vrouwen van 25 tot en met 64 jaar



Gezond bubbelmoment

Kies ook tijdens de feestdagen voor de gezonde aanpak. Voorzie als eerste keuze en op een goed zichtbare plaats gezonde hapjes en dranken. Maak van de gezonde keuze de gemakkelijke keuze!

info: [Zeker gezond](#)



Kempen 0,0%

In de Kempen weten we wat genieten is, en dat kan ook zonder alcohol. Ga in februari met ons de uitdaging aan en geniet alcoholvrij. Doen jij of jouw organisatie mee?!

Contacteer ons: info@logokempen.be



Nuttige data

1 tot 31 januari

1 januari
21 januari

1 - 28 februari

4 februari
17 - 23 februari
21 - 28 februari

Actiemaand Bevolkingsonderzoek Baarmoederhalskanker

Gezond bubbelmoment
Knuffeldag

Kempen 0,0%

Werelddag tegen Kanker
#iktrekhetmijaan
Vlaamse Week tegen Pesten

Maart • April



Bevolkingsonderzoek Dikkedarmkanker

Zet tijdens de actiemaand maart het Bevolkingsonderzoek Dikkedarmkanker in de kijker. Organiseer een activiteit of verspreid promotiematerialen.

info: www.bevolkingsonderzoek.be

voor: mannen en vrouwen van 50 tot en met 74 jaar

Dag van de Mondgezondheid

Een gezonde mond vormt niet alleen de basis van een mooie glimlach, het is ook een belangrijke voorwaarde om fysiek en mentaal mee te kunnen in onze maatschappij. Wereldwijd hebben 3,5 miljard mensen problemen in de mond. Zet mee in op preventie!

info: www.gezondemond.be



Wees niet gek. Doe de tekencheck!

Genieten van de natuur is gezond! Controleer nadien gewoon op teken, want van een teek kan je ziek worden. Verspreid informatie en leer begeleiders, wandelclubs, scholen, ouders en kinderen hoe ze een teek correct kunnen verwijderen op jeugd- en sportkampen, speelpleinen, schooluitstappen ...

info: [Wees niet gek, doe de tekencheck](#)

Week van de Valpreventie

Gezond ouder worden en zo lang mogelijk zelfstandig thuis wonen, daar zet de Week van de Valpreventie op in. In 2024 staat 'veilig wandelen' in de kijker. Organiseer tijdens de week acties om ouderen op een veilige manier te laten bewegen en bespreek met hen de valrisicofactoren met behulp van de [checklist](#).

info: [Wat kan je doen om een val te voorkomen?](#)

(burgers)

[Aan de slag met valpreventie](#) (professionelen)

www.valpreventie.be



Complimentenactie

Een compliment geven of krijgen, geeft een goed gevoel. En wanneer je je goed voelt, gaat alles makkelijker en is alles leuker. Bovendien bevorderen complimenten de prestaties, werken ze aanstekelijk en zorgen ze voor veel positiviteit. Bestel je materialen voor de Nationale Complimentendag op 1 maart.

info: [Complimentenactie](#)

Nuttige data

1 - 31 maart

1 maart
20 maart
28 maart

1 april

7 april
21 - 27 april
23 april
28 april

Actiemaand Bevolkingsonderzoek
Dikkedarmkanker
Complimentendag
Dag van de Mondgezondheid
Uitreiking KEI-Awards + netwerkevent

Start campagne 'Wees niet gek.
Doe de tekencheck!'

Wereldgezondheidsdag
Week van de Valpreventie
Buitenspeeldag
Werelddag voor Veiligheid en Gezondheid
op het werk

Mei ●●● Augustus

● Waakzaamheidsfase Warme Dagen

Elk jaar hebben we periodes van heel warme dagen. Informeer inwoners, personeel en lokale partners en moedig hen aan om maatregelen te nemen voor kwetsbare personen tijdens warme dagen. Neem ook zelf de nodige maatregelen. Bundel jouw afspraken in een lokaal gezondheidsplan 'Warme Dagen'. Wij helpen graag bij de opmaak, bijwerking of evaluatie van jouw plan.



info: [Warme dagen, zorg dragen](#)

● Gezond op kamp

Heel wat leiding en kinderen kijken ieder jaar uit naar de beste tijd van het jaar, hun kamp. Narigheid op kamp wil je liefst van al vermijden. Gezond op Kamp bundelt tips over 9 gezondheidsthema's in handige meeneemfiches voor leiding en kamporganisatoren.

info: [www.logokempen.be](#)

● Werelddag zonder Tabak

Plaats een artikel in je eigen communicatiekanalen waarbij je de tabakoloog / Tabakstop bekend maakt. Organiseer een infosessie met een tabakoloog en aansluitend een rookstopcursus. Met deze actiedag kan je perfect de link leggen naar 'Gezonde Publieke Ruimte' en 'Generatie Rookvrij'.

info: [www.logokempen.be](#)



Nuttige data

15 mei
verwacht mei
31 mei

Start waakzaamheidsfase Warme Dagen
Week van de Groeilamp
Werelddag zonder Tabak

3 juni
5 juni
23 juni
26 juni

Wereldfietsdag
Wereldmilieudag
Dag van de Mantelzorger
Wereld Antidrugsdag

juli
30 juli

Gezond Op Kamp
Internationale Dag van de Vriendschap

12 augustus

Internationale Dag van de Jeugd

Tip!

Zet de belangrijkste data in je agenda en informeer ook je communicatiecollega's voor de planning.

September • Oktober

‘ IK BEN OK
OMDAT IK ER
HEEL VROEG
BIJ WAS ’

Bevolkingsonderzoek Borstkanker

Deelname aan het Bevolkingsonderzoek Borstkanker maakt het verschil! Maak vrouwen hiervan bewust. Zet een actie op of bestel promotiematerialen.

info: www.bevolkingsonderzoek.be

voor: vrouwen van 50 tot en met 69 jaar

10-daagse van de Geestelijke Gezondheid

**SAMEN
veerkrachtig**
Boost je veerkracht
van 2 tot 10 oktober

De slogan van de 10-daagse van de Geestelijke Gezondheid luidt 'Samen Veerkrachtig'. Tien dagen lang wordt Vlaanderen overspoeld met acties die aandacht vragen voor alle aspecten van psychische gezondheid: van je gelukkig voelen en goed in je vel zitten tot (het bespreekbaar maken van) psychische kwetsbaarheid en herstel.

info: www.logokempen.be/10-daagse

Raadpleeg de inspiratiegids!



Najaarsvaccinatie

Tijdens het winterseizoen zitten virussen overal. Verstopten kan niet, dus bescherm jezelf. De jaarlijkse griepvaccinatie wordt toegediend tussen midden oktober en midden november. Sinds 2023 loopt de COVID-19 vaccinatie op dezelfde manier. Informeer risicogroepen zoals ouderen, zwangere vrouwen en verzorgend personeel. Spoor hen via acties aan om zich te laten vaccineren met het campagnemateriaal.

info: www.laatjevaccineren.be



Nuttige data

In september

10 september
15- 21 september
30 september

1 - 31 oktober

1 - 10 oktober
6 - 13 oktober
10 oktober
16 oktober
17 oktober

Start najaarsvaccinatiecampagne

Werelddag Suïcidepreventie
Week van de Mobiliteit
Einde waakzaamheidsfase Warme Dagen

Actiemaand Bevolkingsonderzoek Borstkanker

10-daagse van de Geestelijke Gezondheid
Week van het Bos
Werelddag van de Geestelijke Gezondheid
Dag tegen Kanker
Internationale Dag van Verzet tegen Armoede

Week van Gezond Binnen



Omdat we heel wat van onze tijd binnen doorbrengen, is het belangrijk dat de binnenlucht in onze woningen, scholen, kinderdagverblijven, ... gezond is. Organiseer een wachtzaalactie, babbelmoment of andere activiteit. Verspreid mee tips of werk op een structurele manier aan een gezond binnenmilieu voor iedereen. Hiermee helpen we je graag op weg.

info: www.gezondbinnen.be

Nuttige data

8 november	Wereldventilatie dag
14 november	Werelddiabetesdag
17 - 23 november	Ouderenweek
20 november	Internationale Dag van het Kind
24 - 28 november	Week van Gezond Binnen
verwacht november	Week van de Smaak
10 december	Dag van de Mensenrechten

Tip!

Geef als organisatie altijd het goede voorbeeld! Denk aan gezond vergaderen, gezonde voeding, beweging...

WIJ ZIJN ER VOOR JOU



LYNN WEYNS | Coördinator

*Coördinator
*Medewerker Geestelijke Gezondheid

lynn@logokempen.be | 0476 95 03 14



LIESELOT WYNANTS | Stafmedewerker

*Regioverantwoordelijke Middenkempen & Zuiderkempen (Herselt, Hulshout, Westerlo)
*Medewerker Bevolkingsonderzoeken, Valpreventie & Mondgezondheid
*Sectorverantwoordelijke Lokale Besturen

lieselot@logokempen.be | 0476 95 02 20



HANNE KETELSLAGERS | Stafmedewerker

*Regioverantwoordelijke Kempenland (Arendonk, Baarle-Hertog, Oud-Turnhout, Ravels)
*Medewerker Voeding, Beweging & Bewegen Op Verwijzing

hanne@logokempen.be | 0472 52 85 76



RUTH LEMBRECHTS | Medisch Milieukundige

*Coördinator
*Medisch milieukundige, Gezondheid en Milieu

ruth@logokempen.be | 0476 95 13 19



SIEL STYNS | Stafmedewerker

*Regioverantwoordelijke Zuiderkempen, Baldemore & Kempenland
*Medewerker Tabak, Alcohol, Drugs & Vaccinaties
*Sectorverantwoordelijke Onderwijs, Zorg en Welzijn
*Aanspreekpunt kansengroepen

siel@logokempen.be | 0476 95 12 93



FANNY DE ROY | Administratie

fanny@logokempen.be | 014 44 08 34



LIESBETH WOUTERS | Communicatie & administratie

liesbeth@logokempen.be | 014 44 08 34



LOT GEERTS | Stafmedewerker

lot@logokempen.be | 0476 95 12 96