



# Inspiratiefiche

Jongeren, onderwijs en  
gezondheid

## Over beleidsgrenzen heen samenwerken aan een betere gezondheid in je gemeente

“Jong geleerd is oud gedaan.” Zo luidt een oude volkswijsheid. Een wijsheid die vandaag nog steeds geldt, zeker als het over gezondheid gaat. Want vroeg investeren in gezondheid, heeft een leven lang impact. En dat is niet enkel de taak van een gezondheidsambtenaar. Integendeel. Echte winst creëer je pas door gezondheid met gebundelde krachten en over diverse beleidsdomeinen heen, aan te pakken. De zogenaamde Health in all policies (HiAP)-aanpak. Iets waar we als Logo heel sterk in geloven.

Voorals in het beleidsdomein jeugd en onderwijs liggen heel wat mogelijkheden om ervoor te zorgen dat kinderen en jongeren zich mentaal en fysiek goed voelen in jouw gemeente. Dat gaat van jongeren betrekken bij je beleid, inzetten op gezondheidsbevordering en ziektepreventie tot het wegwerken van gezondheidsongelijkheid.

Maar hoe begin je hieraan? Hoe neem je gezondheid op een integrale manier op in je meerjarenplannen? Met deze inspiratiefiche geeft het Logo je een duw in de rug. Ga aan de slag met onze tips en zet zo stevige stappen vooruit als gezonde gemeente.





## Wat cijfers zeggen?

Hoe gaat het met de kinderen en jongeren in ons land? Het is niet altijd makkelijk om hier de vinger op te leggen. Een blik op de cijfers, schept meer duidelijkheid.

3/4

Ongeveer driekwart van de **psychische klachten** manifesteert zich **vóór het vijftiende** levensjaar. In 2022 had 22,3 procent van de jongeren tussen 13 en 18 jaar meermaals zelfmoordgedachten. 18,8 procent vertoonde zelfbeschadigend gedrag.

43 procent van de Vlaamse leerlingen uit het vierde leerjaar gaan met **honger naar school**. 9 % van de leerlingen in de basisschool ervaren onvoldoende toegang tot voeding, zowel thuis als op school. Slechts 1 op 3 van de brooddozen zijn gevuld met gezonde voeding.

43%

1/4

1 op 4 jongeren heeft het **moeilijk** om **informatie** over gezondheid te **begrijpen**.

Slechts 5 procent van de jongeren houdt zich aan de aanbeveling van maximum twee uur **schermgerelateerde zittijd** per dag.

5%

16,2%

16,2 procent van de jongeren tussen 2 en 17 jaar kampt met **overgewicht**, 4,6 procent hiervan heeft **obesitas**.

11 procent van de 15 tot 18-jarigen **vapet dagelijks**. Dit aantal nam de laatste jaren sterk toe.

11%

26,2%

26,2 procent van 13 tot 18-jarigen gaf aan ooit al eens te **gokken**.

15 procent van de 5 tot 14-jarigen had de afgelopen drie jaar **geen enkel contact** met een **tandarts**.

15%

## Welke winst maak je door gezondheid te integreren in het lokaal jeugd- en onderwijsbeleid?

De cijfers spreken boekdelen. Het is vijf voor twaalf, maar zeker nog niet te laat. Door **gezondheid te integreren binnen je lokaal jeugd- en onderwijsbeleid**, bouw je aan een gezondere, sterkere en veerkrachtigere toekomst voor onze jeugd.

### Winst door in te zetten op preventie

Door te investeren in **preventieve gezondheidszorg** verminder je de instroom in de jeugdzorg en de afhankelijkheid van sociale voorzieningen. Bijgevolg houd je ook de **gezondheidskosten** onder controle. Op lange termijn kan dat echt wel tellen. Niet alleen voor de jongeren zelf maar voor heel de maatschappij. Zo blijkt uit Belgisch onderzoek dat preventie een besparing van bijna 5 miljard euro uitgaven oplevert voor gezondheidszorg.

### Winst door in te zetten op het mentaal welzijn en de weerbaarheid binnen scholen, de vrije tijd setting en de jeugdzorg

Mentaal welzijn verdient meer en meer aandacht. Terecht. Zeker als het gaat over kinderen en jongeren. Als lokaal bestuur kan je het verschil maken. Hoe? Door werk te maken van een integraal gezondheidsbeleid dat inzet op preventieve interventies die de psychische weerbaarheid en veerkracht verhogen en het thema bespreekbaar maken.

Ook hier is een samenwerking tussen gezondheidszorg, jeugdbeleid en onderwijs cruciaal. Op die manier worden mentale gezondheidsproblemen bij jongeren sneller opgemerkt en aangepakt. Zo investeer je als lokaal bestuur pas echt in een gezonde toekomstige generatie.

### Winst door jongeren te betrekken

Door jongeren te betrekken bij de ontwikkeling van het gezondheidsbeleid, zorg je voor een beleid dat beter aansluit bij hun leefwereld en noden. Jongeren zullen zich sneller aangesproken voelen en zo meer verantwoordelijkheid nemen voor hun eigen gezondheid. Jongeren betrekken kan via adviesraden zoals de jeugdraad of via focusgroepgesprekken, co-creatieve workshops, outreachend werken en digitale platforms. Maar ook door samen te werken met scholen en jeugdorganisaties. Door de krachten te bundelen creëer je **meer draagvlak** voor het beleid.

# Winst door gezondheidsverschillen en -ongelijkheid vroegtijdig aan te pakken

Gezondheidsbevordering en ziektepreventie in **scholen en gezinnen** kunnen

**gezondheidsverschillen verminderen.**

Belangrijk hierbij is de aandacht en een aanbod op maat voor mensen in een kwetsbare situatie.

Vooraf **scholen** vormen een belangrijke hefboom. Gezonde kinderen en jongeren behalen immers betere resultaten op school.

Bovendien, hoe meer bevestiging leerlingen krijgen, hoe sterker en veerkrachtiger ze in hun schoenen staan.



Hetzelfde geldt voor het aanleren van gezonde leefgewoontes. Door in te zetten op gezondheidseducatie, -vaardigheden en -geletterdheid leer je jongeren gezondere keuzes te maken. Denk maar aan Warme William, lespakketten rond de geluksdriehoek en de voedingsdriehoek enzovoort. Zo verminder je de kans dat jongeren gaan roken of drinken. Om maar enkele voorbeelden te noemen. Waar ook nog winst te boeken valt? Door deelname aan sport- en bewegingsactiviteiten te stimuleren. Vooral door de toeleiding van kinderen en jongeren in kwetsbare buurten naar een laagdrempelig sport- en bewegingsaanbod verminder je het gezondheidsverschil.

## Winst door het behalen van duurzame ontwikkelingsdoelstellingen

Een geïntegreerde aanpak helpt om de Sustainable Development Goals (SDG's) van de World Health Organization (WHO) te behalen. Zoals het voorkomen van armoede, het bevorderen van gezondheid en welzijn, het inzetten op kwaliteitsonderwijs en het aangaan van duurzame partnerschappen en samenwerkingen. Verder draag je met een geïntegreerde aanpak ook je steentje bij aan de Vlaamse gezondheidsdoelstellingen.



## Wat is jouw rol als lokaal bestuur?

### Brede samenwerking tussen alle beleidsdomeinen

Eerste stap? Zet een brede samenwerking op tussen **zorg- , onderwijs- , jeugdwelzijnspartners, gezondheidsbevorderaars en vrijetijdsactoren**. Om de Health in all Policies (HiAP)-principes in de praktijk te brengen, betrek je best ook domeinen zoals armoede, ruimtelijke ordening, wonen enzovoort. Met **gebundelde krachten** werk je toe naar een gemeenschappelijke visie en een systematische aanpak rond gezondheidsbevordering en ziektepreventie bij kinderen en jongeren.

### Investeer in een kindvriendelijke stad

Wat leeft er binnen je gemeente? Welke noden hebben kinderen, jongeren en hun ouders in de wijk of gemeente? Het inzicht hierin bevordert **duurzame participatie** bij de ontwikkeling van het **lokale gezondheidsbeleid** binnen een kindvriendelijke stad. De beste leidraad? Het **kinderrechtenverdrag**. Dit biedt immers stevige handvatten om kinderarmoede, gezondheidsongelijkheid en de toegankelijkheid van onderwijs en vrijetijdsvoorzieningen aan te pakken. Laat je hierin bijstaan door brugfiguren en straathoekwerkers om kwetsbare kinderen en jongeren te bereiken.

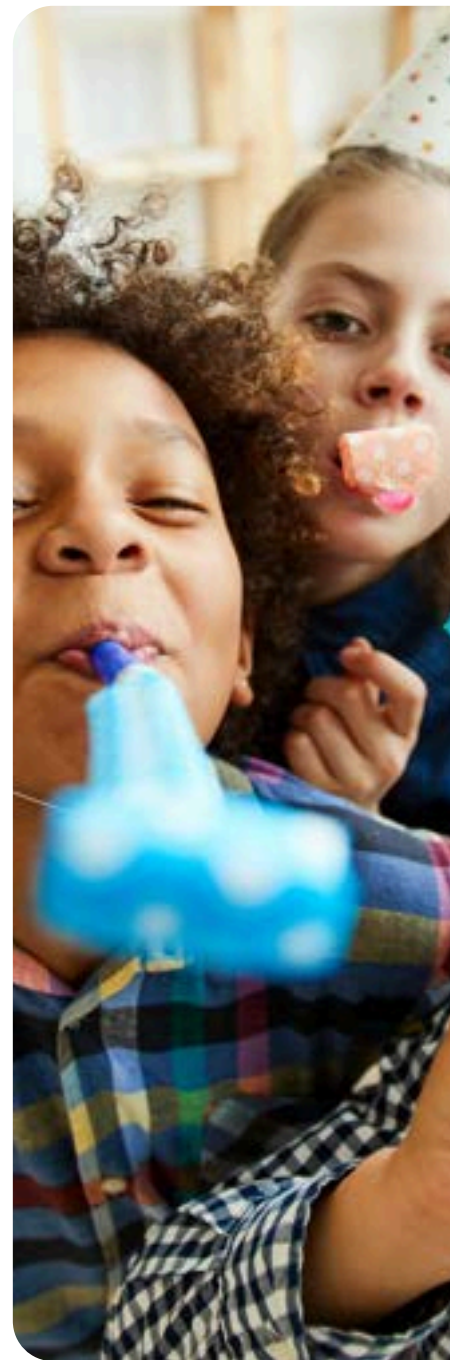
# Ondersteun een gezond en veilig opvoedings- en opgroeiklimaat

- Stimuleer een **sterke pedagogische basis** die gezondheidsvaardigheden bevordert binnen gezinnen, wijken, scholen en kinderopvang.
- Stimuleer scholen om een breed preventief gezondheidsbeleid te ontwikkelen dat zich richt op mentaal welzijn, gezonde voeding, beweging en preventie van middelengebruik, seksuele gezondheid enzovoort. Opnieuw vormen samenwerkingsverbanden hier de sleutel tot succes. Zoek partners zoals Logo, maar ook CLB, JAC, CGG, VAD, Senseo, de lokale sportclubs die zich inzetten op een brede leer- en leefomgeving op school.
- Voorzie een **laagdrempelig sport- en vrijetijdsaanbod**. Introduceer educatieve pakketten en speelse vormingen rond tabak-, alcohol- en drugspreventie, gezonde voeding en beweging bij jeugd- en sportverenigingen en buitenschoolse opvang.

Aandachtspunt: dit aanbod moet **universeel en breed toegankelijk** zijn, met extra aandacht voor kinderen en jongeren in kwetsbare situaties.

## Volg het 7-stappenplan naar een lokaal gezondheidsbeleid

Voor een effectief gezondheidsbeleid is meer nodig dan enkele losse acties. Wil je blijvende impact, dan heb je een integrale visie op middellange en lange termijn nodig die verankerd zit in het lokaal gezondheidsbeleid. Dat vraagt wat inspanning, maar gelukkig sta je er niet alleen voor. Laat je inspireren door de [succesfactoren](#) voor een gezonde gemeente en het [7-stappenplan](#) naar een lokaal gezondheidsbeleid. Bovendien geef je via de [Gezonde Gemeente Matrix](#) je beleid concreet vorm volgens vier preventiestrategieën: educatie, omgevingsinterventies, afspraken en regels, en zorgen en begeleiding.



## Hoe kunnen jeugd-, onderwijs gezondheidsambtenaren samenwerken?

Samen met de gezondheidsambtenaar is het jouw doel om een gezond jeugd- en onderwijsbeleid te realiseren. Maar wat kan de gezondheidsambtenaar nu concreet voor jou betekenen? Wat zijn jullie gemeenschappelijke doelstellingen? Ter inspiratie geven we hieronder een voorbeeld voor je meerjarenplan 2026-2031. Met heel wat gemeenschappelijke doelstellingen tussen jongeren, onderwijs en gezondheid.



## Strategische doelstelling

*‘Het lokaal bestuur maakt van gezondheid een belangrijk thema binnen een kind- en jeugd vriendelijk lokaal beleid.’*

## Operationele doelstelling 1

*‘We bouwen aan een veerkrachtige generatie kinderen en jongeren. Samen met welzijnsen gezondheidspartners werken we drempels weg naar het preventief geestelijk gezondheidszorgaanbod.’*

### Acties:

#### *Educatie*

- We krikken met de online tool NokNok het mentaal welbevinden van jongeren tussen 12 jaar en 16 jaar op.
- We zetten het belang van geestelijke gezondheid bij jongeren in de kijker. Zo organiseren we acties in het kader van de tiendaagse geestelijke gezondheid. Spreuken in het staatbeeld, de Warme William wandeling bijvoorbeeld of de het muziektheater IKKOP dat mentale gezondheid bij de allerjongsten onder de aandacht brengt.

#### *Afspraken en regels*

- We maken van onze gemeente een Warme stad of gemeente. Hoe? Door als lokaal bestuur te werken aan een beleid rond het mentaal welbevinden voor kinderen en jongeren.

## Operationele doelstelling 2

*‘Onze gemeente zet in op een kansrijke start voor alle kinderen en jongeren.’*

### Acties:

#### *Educatie*

- We zetten in op **educatie** door bijvoorbeeld te focussen op **gezondheidsvaardigheden en -geletterdheid** van jongeren. We zullen jongeren sensibiliseren rond roken, alcohol- en druggebruik met lespakketten en workshops.

## Omgevingsinterventies

- We werken aan een **positief speelklimaat** voor kinderen en jongeren en zetten zo in op een Gezonde Publieke Ruimte. Een goed voorbeeld hiervan is Goe Gespeeld! Gemeente.
- We zetten in op een **rookvrije leefomgeving**. Zo nemen we bijvoorbeeld deel aan Generatie Rookvrij en maken we de omgeving in de wijk of buurt rookvrij.
- We organiseren **buitenspeeldagen en speelstraten**, bieden gratis gezonde tussendoortjes en water aan, stellen een speelkoffer met actieve beweegspelletjes gratis ter beschikking.

## Afspraken en regels

- We stimuleren een beleid rond **preventieve gezondheid in de kinderopvang**. We laten ons hiervoor inspireren door Gezonde kinderopvang.
- We stellen als lokaal bestuur een alcohol- en drugsbeleid op en stimuleren **jeugdwerkingen** zoals het jeugdhuis, jeugdbewegingen en sportclubs om hetzelfde te doen.
- We stellen een **subsidie** op voor vrijetijdsaanbieders die inzetten op **toegankelijkheid** voor kinderen en jongeren in een maatschappelijk kwetsbare positie.

## Zorg en begeleiding

- We zorgen voor een **toegankelijk 'Huis van het Kind'** waar ouders en kinderen terecht kunnen met al hun vragen. Zo organiseren we bijvoorbeeld preventieve gezondheidsacties voor ouders, opvoeders en andere gezondheidsprofessionals die zich bezighouden met opvoedings- en gezinsondersteuning. Hierbij denken we bijvoorbeeld aan een infosessie rond gezond opvoeden waarin de nadruk ligt op gezonde voeding en voldoende beweging.
- We bieden **opleidingen tot mondzorgcoaches** aan voor professionals in de zorg, het (buitengewoon) onderwijs en vrijwilligers. Zo laten we hen aan de slag gaan met de Gezonde mondkoffer.

## Operationele doelstelling 3

***‘Ons lokaal bestuur stimuleert onderwijsinstellingen om te werken een kwalitatief gezondheidsbeleid op school met een breed aanbod dat inzet op gezondheidsvaardigheden, mentaal welbevinden, gezonde voeding, gezonde schoolomgeving, beweging, drugs en alcoholpreventie, mondgezondheid, seksuele gezondheid en milieugezondheidszorg.’***

## Educatie

- We informeren leerkrachten en scholen over **educatieve lespakketten** en spelmateriaal rond preventieve gezondheidsthema's.
- We zorgen we ervoor dat kinderen niet met honger op school hoeven te zitten door kinderen en hun ouders te **informeren over gezonde brooddozen**.

## Omgevingsinterventies

- We zorgen op een speelse manier voor **bescherming tegen de zon** met ZonneSlimme scholen.

## Afspraken en regels

- We pakken de problematiek van lege en ongezonde brooddozen aan met een **subsidie** voor scholen zodat zij **gezonde en warme maaltijden** kunnen voorzien, eventueel door samen te werken met een cateraar of lokale handelaars.
- We werken een samenhangend **gezondheidsbeleid** uit **op school** met kadermethodieken als Gezonde School en warme scholen.
- We maken werk van een gezondheidsplan en acties rond warme dagen voor kinderen.

## Zorg en begeleiding

- *We werken samen met het CLB en je Logo zodat zij een ondersteunende en stimulerende rol kunnen spelen bij **mondzorg en mondgezondheids promotie**. Hoe we dat aanpakken? Met educatief materiaal, maar ook door het poetsgedrag van kinderen in kaart te brengen om zo doelgericht poetspakketten te bezorgen.*

## Met Logo naar een Gezonde Gemeente

Belangrijkste boodschap? Voor effect op lange termijn sla je best de handen in elkaar met andere beleidsdomeinen. Logo helpt je de brug te maken. Onze medewerkers ondersteunen jouw lokaal bestuur met de tools van de kadermethodiek Gezonde Gemeente. Ondersteuning nodig bij de opmaak, uitwerking en evaluatie van een integraal en kwaliteitsvol lokaal preventief gezondheidsbeleid? Contacteer dan jouw Logo.



## **COLOFON**

Inspiratiefiche Jongeren, onderwijs en gezondheid

Deze publicatie is een realisatie van de Vlaamse Logo's met de steun van de Vlaamse overheid, geïnspireerd op de Inspiratiegidsen voor een integraal gezondheidsbeleid van het Vlaams Instituut Gezond Leven vzw.

### **Auteur**

Faber Pennings

### **Verantwoordelijke uitgever**

Vlaamse Logo's  
Nico Carpiou  
Logo Antwerpen vzw,  
Jodenstraat 44  
2000 Antwerpen

© 2024, Vlaamse Logo's,  
Alle rechten voorbehouden

Niets uit deze uitgave mag verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Voor educatieve, pedagogische en sociale doeleinden die geen commercieel oogmerk hebben, mag al het materiaal vrij gebruikt worden mits correcte bronvermelding van deze publicatie.