

## Preventie?

Daar zit meer in dan je denkt!



Geluk in de klas  
Gezond ouder worden

Generatie Rookvrij  
Meer bewegen in Vlaanderen



**Wil je een gezonde levenshouding integreren in je werking? Wil je de krachten bundelen en samenwerken met verschillende netwerkpartners? Wil je werk maken van projecten om ziektes te voorkomen of plan je een actie om een gezonde leefstijl te promoten? Zoek je iemand met kennis van zaken die je op weg helpt? De Vlaamse Logo's helpen je graag verder!**

### **LOGO ANTWERPEN**

03 605 15 82  
info@logoantwerpen.be

### **LOGO BRUGGE-OOSTENDE**

050 32 72 95  
info@logobrugge-oostende.be

### **LOGO BRUSSEL**

02 563 03 75  
logobrusssel@vgc.be

### **LOGO DENDER**

053 60 31 60  
logo@logodender.be

### **LOGO GEZOND+**

09 266 70 10  
info@gezondplus.be

### **LOGO KEMPEN**

014 44 08 34  
info@logokempen.be

### **LOGO LEIELAND**

056 44 07 94  
logo@logoleieland.be

### **LOGO LIMBURG**

011 15 12 30  
logo@logolimburg.be

### **LOGO MECHELEN**

015 43 63 66  
info@logomechelen.be

### **LOGO MIDDEN-WEST-VLAANDEREN**

051 23 17 40  
info@logomiddenwvl.be

### **LOGO OOST-BRABANT**

016 89 06 05  
info@logo-oostbrabant.be

### **LOGO WAASLAND**

03 766 87 78  
info@logowaasland.be

### **LOGO ZENNELAND**

02 582 75 91  
info@logozenneland.be

### **Colofon**

Logozine is een uitgave van de Vlaamse Logo's. Logo staat voor Lokaal GezondheidsOverleg.

Verantwoordelijke uitgever:  
Nico Carpriau,  
voorzitter Vlaamse Logo's.

Logo Antwerpen vzw  
Jodenstraat 44  
2000 Antwerpen  
0.478.639.768  
RPR Antwerpen,  
afdeling Antwerpen.

Editie 2023.

Vormgeving: Circuze

Fotografie: Vero Vangramberen

### **Aanbod per Logo**

Elk Logo heeft een uitgebreid aanbod en dienstverlening. Typerend voor een Logo is haar loco-regionale identiteit en maatwerk. Contacteer daarom het Logo van jouw regio voor een actueel overzicht van het aanbod.



Beste lezer,

Welkom in de wereld van de Vlaamse Logo's, een wereld waar preventieve gezondheid troef is. De Vlaamse Logo's streven naar een gezonder en lang leven voor elke bewoner, bezoeker of werknemer in Vlaanderen. We zoeken partners om samen de toekomst van een gezonde regio te schrijven. Want elke nieuwe samenwerking leidt tot een nieuw gezondheidsverhaal. En met dat lappendeken aan verhalen creëren we echt impact. De expertise, ervaring en stevige bagage aan methodieken van onze medewerkers zorgen dat deze initiatieven ook kwalitatief en duurzaam zijn.

In dit magazine bundelden we enkele inspirerende verhalen waarin Vlaamse Logo-medewerkers samen met partners zoals jij een goede gezondheid tastbaar, haalbaar en helemaal vanzelfsprekend maken.

Of het nu omsensibilisering, acties of een gezondheidsbeleid gaat: investeren in preventie is cruciaal. Het redt niet alleen levens, maar verbetert ook de levenskwaliteit. Het stelt ons in staat om gezondheidsproblemen te voorkomen voordat ze zich voordoen. Dat is niet alleen gunstig voor elke mens, maar ook voor de samenleving als geheel. Studies tonen aan dat elke geïnvesteerde euro in preventie op lange termijn meerdere keren wordt terugverdiend: preventieve maatregelen verminderen de last van ziekten en verlagen de gezondheidszorgkosten.

Maar het is niet alleen een kwestie van geld besparen. We zijn ervan overtuigd dat wij als Logo-medewerkers investeren in een welvarende toekomst. Een gezondere bevolking is gelukkiger en toont meer mentale veerkracht: een gezonde geest in een gezond lichaam.

Velen in Vlaanderen delen die overtuiging en samen met hen werken we elke dag aan een gezondere leefomgeving waar het maken van gezonde keuzes een evidentie wordt. Om gezonde keuzes toegankelijk te maken focussen de Logo's op een krachtadig lokaal en regionaal preventiebeleid. Waar nodig leveren we maatwerk met oog op speciale noden en innovatie. We staan garant voor kwaliteit. We bouwen aan sterke partnerschappen met slagkracht om de impact te vergroten. Ontdek in dit magazine hoe we als Logo in lokale gezondheidsverhalen het verschil proberen te maken.

Inspireren we jou? Dan is onze missie geslaagd. Contacteer het Logo uit jouw regio om samen acties uit te denken, of op termijn een duurzaam gezondheidsbeleid op te bouwen. Rest me nog alle auteurs, experts en partners te bedanken die dagelijks bijdragen aan het Vlaams preventiebeleid. Samen kunnen we een blijvende impact hebben en de vruchten plukken van een samenleving die investeert in preventie.

**Nico Carpriau**

Voorzitter Vlaamse Logo's



## In dit Logozine

- 4 Scholen in Wommelgem plukken het Geluk in de klas
- 5 Gezond Ouder Worden op de Preventietop 2023
- 6 Een gezonder huis in Brussel
- 7 Met lokale cijfers en Gezonde Gemeente naar een gedragen gezondheidsbeleid
- 8 Dorp-Kern-Gezond: pleinen worden ontmoetingsplekken
- 9 Generatie Rookvrij loopt voorop in de Kempen
- 10 Infographic overzicht 2022
- 12 Krachten bundelen voor een Gezonde Generatie
- 13 Gezond Ge(s)maakt
- 13 Een BLIK op de bevolkingsonderzoeken naar kanker
- 14 Over het DNA van gezondheidsbevordering
- 15 Op weg naar gezondheidsvaardige organisaties met GELO+
- 16 Meer bewegen in Vlaanderen met meer dan 350 beweegroutes
- 17 In de Groei Gezond Waaier zit A.L.L.E.S.
- 18 Radio çava?! live radio die luistert



# Scholen in Wommelgem plukken het **Geluk in de klas**

**In Wommelgem slaan de schooldirecties, de (zorg)leerkrachten, de intergemeentelijke preventiewerker, het lokaal bestuur en het Logo de handen in elkaar. Samen zijn we een pilotproject rond ‘Geluk in de klas’ gestart, een methodiek van onze partnerorganisatie het Vlaams Instituut Gezond Leven. Het doel? Een duurzaam beleid rond mentaal welbevinden van leerlingen verankeren binnen elke school.**

Collega's Heidi en Shauny en intergemeentelijk preventiewerker (IGP) Elies zetten hun schouders mee onder dit traject, dat in de vier basisscholen van Wommelgem loopt. “Enkele jaren geleden kwam vanuit het scholenoverleg en het lokaal bestuur de vraag om te werken rond het mentaal welbevinden van leerlingen. Doordat er een IGP actief is in Wommelgem, konden we met deze vraag meteen aan de slag”, aldus Heidi.

Kennis, analyses en inspiratie werden samengebracht in een **duurzaam beleid**.

De IGP en onze Logo-medewerkers stelden een plan van aanpak op. Na het vastleggen van een begeleidingstraject met de gezondheidsambtenaar en de scholen van Wommelgem, werd het startschot gegeven! Collega Shauny: “We zijn gestart met een zelfscan. Die brengt in kaart in welke mate de scholen al werken rond de bouwblokken van de geluksdriehoek. Op basis van die info organiseerden we een Geluk-in-de-klassectie. Zo'n sessie brengt de nodige theorie bij over alle bouwblokken.” Met die kennis startte elke school een werkgroep op van zowel directieleden als (zorg)leerkrachten. De scholen kozen zelf wie deel uitmaakt van deze groep en op welk bouwblok ze inzetten. Elies: “Voor meer draagvlak en autonomie, is het belangrijk dat de scholen zelf de vrijheid hebben om te kiezen waaraan ze willen werken. Zij weten immers het beste wat de noden zijn, waar ze al rond werken en waarop ze nog kunnen inzetten.”

Het Logo organiseerde gemeenschappelijke werksessies met de vier scholen en de gezondheidsambtenaar. Daar bekeken we de beginanalyse van de methodiek – wat doet de school al rond dit bouwblok? – opnieuw en vulden aan. De scholen wisselden ervaringen uit en inspireerden elkaar met goede voorbeelden. Die kennis, analyses en inspiratie namen ze mee om losse acties samen te brengen in een duurzaam beleid.

Wat de toekomst brengt? Collega Heidi: “We willen dit pilotproject verduurzamen in een werkbaar toolkit. Zo is alle info makkelijk terug te vinden en kunnen scholen zelfstandig aan de slag met het thema mentaal welbevinden.”

## **Een intergemeentelijke preventiewerker, wat is dat?**

Een intergemeentelijke preventiewerker (IGP) is een verbindingsfiguur tussen gemeentes binnen eenzelfde eerstelijnszone die het gemeenschappelijke preventieve gezondheidsbeleid van die gemeentes vormgeeft op het terrein. Een IGP vertaalt het beleid in acties en voert ze samen met (boven)lokale partners uit. In deze opdracht worden de IGP en de gemeentes ondersteund door het Logo.

# Gezond Ouder Worden op de Preventietop 2023

Elk jaar verwelkomt het Logo in werkgebied Brugge-Oostende de lokale besturen uit haar regio op de Preventietop. Het is hét evenement waar burgemeesters, schepenen en gezondheidsambtenaren kennis en inspiratie verzamelen en hun engagement hernieuwen op het vlak van preventieve gezondheid. Zo kunnen ze de gezondheid van hun inwoners nog beter boosten. Elke editie staat een ander preventief gezondheidsthema in de kijker. In 2023 was dat ‘Gezond Ouder Worden’.

Op de allereerste editie waren 37 nieuwsgierigen aanwezig. De laatste Preventietop telde maar liefst 52 aanwezigen, waarvan 11 schepenen met een bevoegdheid voor welzijn, sociale zaken of gezondheid.

De Logo-medewerkers kiezen elk jaar een **nieuwe invalshoek** voor de Preventietop.

Omdat het Logo een Preventietop wil die de lokale besturen écht inspireert en hen handvaten aanreikt voor de uitbouw van hun lokaal gezondheidsbeleid, gaan we telkens na welke preventieve gezondheidstopics hen aanspreken en/of welke behoeften er lokaal leven. Op basis van die input en de meest actuele gezondheidscijfers, kiezen de Logo-medewerkers elk jaar een nieuwe invalshoek voor de Preventietop.

In 2019 werd er heel toepasselijk ‘Gezond Gestart’. Alle lokale besturen uit de regio tekenden toen het charter ‘Gezonde Gemeente’. De daaropvolgende jaren lag de focus op ‘Gezond Opgroeien’ (2020), ‘Gezond Werken’ (2021) en ‘Gezonde Publieke Ruimte’ (2022). In 2023 lag het accent op ‘Gezond Ouder Worden’. Zo volgt één legislatuur het volledige levenspad van de inwoners. In 2024 wordt er afgesloten met ‘Gezond Kiezen’.

Collega Tine: “Voor ons is het belangrijk dat we niet alleen op een gerichte manier kennis en inspiratie delen, we willen vooral ook de lokale besturen aan hun engagement rond preventieve gezondheid herinneren. Daarom voegt het Logo iedere editie van de Preventietop een addendum toe aan het originele charter, aansluitend op het jaarthema. Bij die gelegenheid wordt ook telkens de lokale pers uitgenodigd.”

Op elke Preventietop komen interessante sprekers aan bod. Dat kunnen externe sprekers zijn, zoals onze partnerorganisaties of gekende experts binnen een bepaald vakgebied, maar ook lokale besturen die hun ‘good practices’ delen. Het Logo stelt er ook het aanbod aan materialen, vormingen en ondersteuning voor, en reikt meteen ook concrete handvaten, tips en tricks aan.

Collega Michelle: “Uit ervaring weten we dat onze lokale besturen vooral nood hebben aan praktische input die meteen ingezet kan worden in hun werking. Onze jarenlange expertise en hands-on mentaliteit maken dat de organisatie van deze regionale Preventietop in samenwerking met onze lokale besturen enorm vlot loopt.”





# Een gezonder huis in Brussel

**Binnen het thema gezond wonen ontwikkelde het Logo in Brussel, in samenwerking met verschillende partners uit het buurtproject 'Laag-Molenbeek Gezond', de projecten 'Mijn Gezond Huis' en 'Vocht in Huis'. Die willen buurtbewoners bewustmaken van de impact die het binnenmilieu in je huis kan hebben op de gezondheid.**

Tijdens interactieve workshops ontdekken de buurtbewoners hoe ze de problemen van een ongezond binnenmilieu kunnen voorkomen en/of oplossen. Een animator van de wijkgezondheidscentra en een deskundige van de buurthuizen of gemeente zorgen daarbij samen voor de begeleiding. Collega Karin legt uit: "De problemen die je in huis kan tegenkomen, worden met decors voorgesteld en uitvergroot. Vrijwillige buurtbewoners zijn ambassadeurs van het project en nemen in elke leefruimte de problemen onder de loep." De deelnemers kunnen meteen na de workshops een afspraak maken met de buurthuizen voor verder advies op maat.

"Als netwerkorganisatie betreft het Logo, in nauwe samenwerking met de lokale trekker van het wijkgezondheidscentrum De Brug, alle relevante partners. We bieden ondersteuning bij de ontwikkeling van de methodiek, de communicatie en de praktische organisatie van de workshops. Beide projecten zijn een succes in Laag-Molenbeek Gezond en zelfs al daarbuiten", aldus Karin.

Het succes van Mijn Gezond Huis en Vocht in Huis benadrukt het belang van participatie en samenwerking bij gezondheidsbevorderende acties in de lokale gemeenschap. We ontwikkelen de projecten steeds op maat en volgens het principe van het proportioneel universalisme: we houden voor ogen dat we zeker ook Brusselaars in maatschappelijk kwetsbare situaties bereiken.



De problemen die je in huis kan tegenkomen, worden met decors voorgesteld en uitvergroot.



# Met lokale cijfers en **Gezonde Gemeente** naar een gedragen gezondheidsbeleid

**Een ‘Gezonde Gemeente’ streeft naar een gezonde woon-, speel-, werk- en zorgomgeving voor iedereen. Ook Gezonde Gemeente Haaltert zet zich al jaren in om een succesvol lokaal preventief gezondheidsbeleid uit te bouwen. Onder leiding van het Logo gaat de gemeente voluit voor burgerparticipatie. Vandaar het engagement om, samen met het wetenschappelijk instituut Sciensano, in het najaar van 2021 een gezondheidsenquête te lanceren onder de bewoners.**

2471 Haaltenaren kregen een uitnodiging in de bus om deel te nemen. In de vragenlijsten kwamen allerlei gezondheidsthema's aan bod: gezondheidsbeleving, lichaamsbeweging, voeding, alcohol- en tabaksgebruik, geestelijke gezondheid en gezondheid in de omgeving. Alle antwoorden werden verwerkt in een database. Die Haaltertse resultaten werden vergeleken met die van het Vlaamse Gewest, meer bepaald met de resultaten van de nationale gezondheidsenquête 2018 en de lokale gezondheidsenquête 2020. De analyse kon beginnen!

Daaruit bleek dat Haaltert op het vlak van het aantal rokers, zowel dagelijkse als occasionele rokers, beter scoort dan Vlaanderen. Ook ondervinden inwoners minder vaak hinder van vandalisme in hun wijk of buurt. En al nemen minder Haaltenaars de fiets, meer bewoners halen de richtlijn van lichaamsbeweging. Haaltert doet het tegenover Vlaanderen dan weer wat minder goed op het vlak van mentaal welbevinden, mondzorg, alcoholgebruik, groenten eten en BMI.

Bij het interpreteren van de resultaten hielden we wel rekening met de timing: de enquête werd tijdens de coronaperiode in de winter van 2021 afgenomen, terwijl deze cijfers werden vergeleken met cijfers van vóór de coronapandemie.

Mensen **bewustmaken** en **actief betrekken**, is en blijft ons doel in alles wat we doen!

Collega Marthe: “Op basis van de resultaten, stelde de stuurgroep ‘Gezonde Gemeente Haaltert’ in 2023 een haalbaar gezondheidsbeleid op. Dat jaaractieplan zet in op de verschillende succesfactoren van een Gezonde Gemeente. Dit jaar focusten we op drie thema's: geestelijke gezondheid, mondgezondheid en borstkankerscreening. Ook de komende jaren staan er verschillende gezondheidsacties gepland. Met een gezonde mix van acties, creëren we een duurzaam effect rond gezondheid. Mensen bewustmaken en actief betrekken, is en blijft ons doel in alles wat we doen!”



# Dorp-Kern-Gezond: pleinen worden ontmoetingsplekken

**Een gezonde publieke ruimte? Dat is een publieke ruimte die onze gezondheid wil beschermen en bevorderen. Denk aan goede luchtkwaliteit, een ruimte die uitnodigt om te bewegen en te ontmoeten ... Ook het gesubsidieerde project 'Dorp-Kern-Gezond' ging hiermee aan de slag en transformeerde drie pleinen tot bruisende ontmoetingsplaatsen.**

Samen met Regionaal Landschap Meetjesland & Leievallei, BOS+, stad Eeklo en de gemeentes Assenede en Sint-Laureins ging het Logo aan de slag om onderbenutte pleinen nieuw leven in te blazen. De partners en buurtbewoners doorliepen samen een participatietraject om de plannen voor de herinrichting van de buurt en de buurtactiviteiten te bepalen. Om die plannen te realiseren, staken de lokale besturen en hun inwoners daarna zélf de handen uit de mouwen.

Collega Jana: "Als Logo stonden we in voor de coördinatie en waren we hét aanspreekpunt voor de betrokken gemeentes. We begeleidden de participatiemomenten en brachten de halfjaarlijkse declaraties in orde. Ook onze partners Regionaal Landschap Meetjesland & Leievallei en BOS+ hielpen bij de participatiemomenten en zorgden voor de getekende plannen en de vergroening van de pleinen. Daarmee konden lokale besturen en inwoners aan de slag."

Voor de evaluatie van Dorp-Kern-Gezond werkten we samen met twee masterstudenten gezondheidsbevordering van de Universiteit Gent. Jana: "Hun bevindingen werden verwerkt in een draaiboek dat de ervaringen van het project bundelt. Met die gids vol praktische handvaten kunnen lokale besturen nu zelf aan de slag om publieke ruimtes herin te richten. Uiteraard kunnen zij bij de medisch milieukundigen van het Logo aankloppen om hen op weg te helpen."

## 20 jaar MMK-werking

De medisch milieukundigen (MMK) van de Vlaamse Logo's vierden in 2023 hun 20-jarig bestaan. Sinds 2003 spelen ze een belangrijke rol bij het ondersteunen van lokale besturen bij de ontwikkeling van een preventief gezondheidsbeleid op het gebied van gezondheid en milieu. Ze vervullen ook een eerstelijnsfunctie: ze staan burgers en lokale actoren bij met advies over de impact van milieufactoren op de gezondheid.

Ook (risico)communicatie naar de inwoners in het kader van de PFAS-problematiek nemen de MMK-collega's voor hun rekening. Afhankelijk van de mate van vervuiling, voorzien de medisch milieukundigen ondersteuning op maat voor de lokale besturen: bewonersbrieven, persberichten, communicatiematerialen ... Ook helpen ze bij het organiseren van bewonersvergaderingen en het beantwoorden van vragen van bezorgde inwoners.







# Generatie Rookvrij loopt voorop in de Kempen

**‘Generatie Rookvrij’ streeft naar een samenleving waar niemand nog overlijdt aan de gevolgen van roken en meerroken. Het project wil ieder kind geboren vanaf 2019, in elke fase van het opgroeien beschermen tegen tabaksrook. Door niet meer te roken in het zicht van kinderen en hen een andere norm rond roken aan te leren, maak je kinderen weerbaarder tegen zelf beginnen roken. Zo wordt rookvrij opgroeien vanzelfsprekend en niet-roken de norm. In de Kempen hebben ze dat goed begrepen. Daar wordt ‘Generatie Rookvrij’ breed uitgedragen door het Logo en de intergemeentelijke preventiewerkers (IGP).**

De Kempische gemeentes kozen er bij het begin van hun IGP-werking voor om met Generatie Rookvrij van start te gaan. Collega Siel: “Het is een heel succesvol project. 19 van de 27 gemeentes in onze regio hebben het label Generatie Rookvrij, nog twee andere zijn goed op weg om het te behalen. We zijn trots op de hoeveelheid rookvrije schoolomgevingen en speelterreinen die er ondertussen in de Kempen zijn en we blijven hierop inzetten. Nu zijn recreatie- en sportdomeinen aan de beurt. We merken ook dat Generatie Rookvrij een van de bekendste projecten is: onze inwoners kennen de projectnaam en de campagneborden.” Omdat de regio het op vlak van rookvrije omgevingen zo goed doet, werd het Vlaamse persmoment rond Generatie Rookvrij op de Internationale Dag van de Rechten van het Kind in 2023 dan ook in de Kempen georganiseerd.

De **19** van de **27** gemeentes in onze regio hebben het label Generatie Rookvrij, nog twee andere zijn goed op weg om het te behalen.

Collega Lieselot: “Het succes is een boost om te blijven inzetten op Generatie Rookvrij. Samen met de IGP bespreken we wat er aan bod moet komen in de stuurgroepen van lokale besturen. We bekijken wat gemeentes nodig hebben en waar ze best mee starten. Jaarlijks organiseren we ook een groot persmoment op 31 mei, de Werelddag zonder Tabak. Alle deelnemende lokale besturen van de Kempen worden daarop uitgenodigd.”

In 2023 ging het persmoment door in basisschool De Kriebel in Olen. Het Logo ontwierp samen met de IGP postkaartjes met de Generatie Rookvrij-boodschap. Elly, intergemeentelijk preventiewerker: “We hebben 25.000 kaartjes verspreid over 125 Kempische scholen. De kinderen maakten mooie tekeningen op de kaartjes en hebben ze dan uitgedeeld aan mensen in hun omgeving. Zo maken we Generatie Rookvrij nog bekender onder onze inwoners. Wij zijn ervan overtuigd dat een rookvrije generatie mogelijk is en we willen er samen met de gemeentes en scholen blijvend op inzetten.”





# 142

Logo-medewerkers



# 186

gemeentes waar  
Generatie Rookvrij is opgestart.

*Generatie Rookvrij wil ieder kind,  
geboren vanaf 2019, in elke fase van  
het opgroeien beschermen tegen  
tabaksrook, zodat rookvrij opgroeien  
vanzelfsprekend wordt en niet-roken  
de norm.*



# 289

Gezonde Gemeentes die zich  
(opnieuw) engageren om een  
succesvol lokaal preventief  
gezondheidsbeleid uit te bouwen.

# 9228

organisaties  
in het Logo-netwerk.

# 11.835

Facebook fans/volgers

# 10.800

Facebook likes van de pagina's







# 850

vragen en klachten behandeld in 2022 door de medisch milieukundigen van Logo.

*Iedereen die vragen of klachten heeft over de invloed van de omgeving op zijn gezondheid, kan bij de medisch milieukundigen (MMK) van de Logo's terecht. De MMK geeft je inhoudelijk advies, voorlichting, materialen en methodieken over de impact van de omgeving op je gezondheid.*

# 179

inspiratiemomenten (fysiek en digitaal) voor lokale partners in 2022.

*De Logo's organiseren regelmatig uitwisselingsmomenten over verschillende thema's.*



# 47

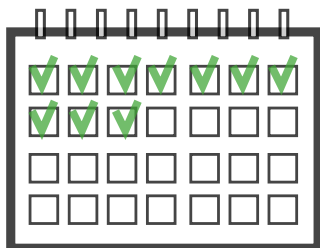
intergemeentelijke preventiewerkers

*De intergemeentelijke preventiewerkers (IGP) worden allemaal ondersteund - coaching, vorming, informatiedeling en samenwerking - door de Vlaamse Logo's om hun opdracht uit te voeren.*



# 246

nieuwsbrieven verstuurd



# 1044

gemeentes en/of organisaties die deelnemen aan de 10-daagse van de Geestelijke Gezondheid.

# 127

acties waarbij de Warme William-beer live te zien was.



# 2022

# Krachten bundelen voor een **Gezonde Generatie**

Het Logo in regio Leiland gaat resoluut voor een ‘Gezonde Generatie’ waarin kinderen en jongeren de kans krijgen om gezond op te groeien. Om deze ambitie waar te maken, zochten we een waardevolle bondgenoot: de Huizen van het Kind. Dat zijn lokale samenwerkingsverbanden die het welzijn van (aanstaande) gezinnen met kinderen willen verhogen. De pijlers van een ‘Gezonde Generatie’ zijn: preventieve gezondheidszorg, ontmoeting en opvoedingsondersteuning. Door die invulling te geven, bevorderen we de psychische, fysieke en sociale gezondheid van kinderen, jongeren en hun ouders.



Het Logo brengt de lokale noden in kaart, gooit belangrijke gezondheidsuitdagingen op tafel en motiveert als netwerkorganisatie ook de juiste partners. We laten hen kennismaken met evidence-based methodieken en materialen en helpen hen bij de implementatie. We houden daarbij meerdere ambities voor ogen: een rookvrije generatie opvoeden, kinderen stimuleren om voldoende te bewegen en gezond te eten en al van jongs af hun mentale veerkracht te verhogen.

Eliane Spincemaille, schepen van Samenleving in Zwevegem: “De mentale en fysieke gezondheid van onze jeugd is voor ons een topprioriteit. We willen een warme gemeente zijn waar kinderen en jongeren alle kansen hebben om gezond en gelukkig op te groeien. We zijn dankbaar dat het Logo ons op sleeptouw neemt. Dankzij hun deskundig advies en ondersteuning kunnen we samen werken aan het welzijn van onze jongste generatie, en zo een impact creëren op hun verdere levens.”

Collega Deborah: “We focussen niet enkel op individuele ondersteuning, maar nemen ook regionaal de regie in onze contacten met de Huizen van het Kind. Door hen interviews aan te bieden, stimuleert het Logo ervaringsuitwisseling en worden lokale initiatieven regionaal opgeschaald. Dat was bijvoorbeeld het geval voor het thema ‘mondzorg’. Onder impuls van het Logo werd een tandenkoffer en bijbehorend actieplan uitgewerkt, waarmee meerdere Huizen van het Kind aan de slag gingen.”

**We focussen niet enkel op individuele ondersteuning,** maar nemen ook regionaal de regie in onze contacten met de Huizen van het Kind.





Gemaakt en gesmaakt  
in Limburg en nu op  
tour door Vlaanderen.

## Gezond Ge(s)maakt

**‘Hoe kunnen we ouders in een kwetsbare situatie, die bovendien de Nederlandse taal niet altijd machtig zijn, kennis bijbrengen over gezonde voeding tijdens onze maandelijkse cursus?’ Met die vraag klopte vzw SAAMO Limburg aan bij het Logo. Bestaande methodieken bleken niet voldoende aan te sluiten bij hun specifieke doelgroep. Daarom bracht het Logo samen met SAAMO en enkele deelnemers van de cursus de noden in kaart. Zo vertaalden we bestaande methodieken naar een tool op maat: de ‘Gezond Ge(s)maakt’-box.**

Gezond Ge(s)maakt is een box met 10 mappen. Elke map behandelt een ander voedingsthema en bevat al het nodige lesmateriaal voor de begeleider: van gesprekstarters tot recepten en theoretische achtergrondinformatie met oefeningen voor de deelnemers. Tijdens de cursus gaat men ook samen aan de slag om enkele recepten klaar te maken. “Een groot voordeel is dat elke begeleider met de inhoud aan de slag kan gaan, zelfs zonder voorkennis over gezonde voeding”, aldus collega Anke. “Het project werd meermaals geëvalueerd door het Logo, SAAMO en de doelgroep zelf, en bleek een succes! De deelnemers gaven aan veel bijgeleerd te hebben over gezonde voeding en deze kennis ook thuis toe te passen.”

Na het goed onthaalde pilootproject in regio Limburg, besloot het Logo om de methodiek over heel Vlaanderen uit te rollen. “Gezond Ge(s)maakt toont alweer de meerwaarde van de samenwerking tussen het Logo en het maatschappelijk opbouwwerk. Elk vanuit onze eigen expertise en met een duidelijke focus op de doelgroep, kunnen we samen de impact van acties vergroten. Daar word ik echt blij van”, zegt Anke. “Ik ben er ook zeker van dat dit aan de basis ligt van het succes van Gezond Ge(s)maakt!”

## Een **BLIK** op de bevolkingsonderzoeken naar kanker

**Om personen in maatschappelijk kwetsbare situaties beter te informeren over en te betrekken bij de bevolkingsonderzoeken naar kanker, startte het Logo in Limburg - in samenwerking met het Centrum voor Kankeropsporing - het community-project ‘BLIK’. ‘BLIK’ staat voor Betrokken, Lokaal, Inclusief en Krachtig.**

‘Hoe kunnen we de mensen bereiken die nog niet deelnemen aan de bevolkingsonderzoeken naar kanker?’ Om daar een antwoord op te bieden, vertrok het Logo vanuit het 7-stappenplan van de kademethodiek Gezonde Gemeente. Dat pasten we specifiek toe op de bevolkingsonderzoeken. Collega Françoise: “Via BLIK coachen we lokale besturen bij het doorlopen van de zeven stappen. Met populatiemanagement en door de theoretische achtergrond van het Centrum voor Kankeropsporing te koppelen aan lokale cijfers, helpen we hen de juiste doelgroep en prioriteiten te bepalen.”

Het Logo ondersteunt de lokale trekker – dat kan zijn: een medewerker van het lokaal bestuur of een intergemeentelijk preventiewerker – doorheen het hele traject. “Naast onze thematische expertise, helpt het Logo ook lokaal verbinding te leggen met de eerstelijnszone en relevante intermediairs en vertrouwenspersonen. Het actieplan wordt nadien door de lokale trekker uitgevoerd op het terrein”, aldus collega Frank. “We leveren echt maatwerk: voor elke gemeente kiezen we samen de beste aanpak. Zo kan het project bijvoorbeeld ook gekoppeld worden aan reeds bestaande initiatieven.” Die aanpak is echt een meerwaarde: de betrokken partners zien het belang in van de bevolkingsonderzoeken. Ze zetten daarom graag hun schouders mee onder de lokale acties om de deelname aan de onderzoeken te verhogen.





# Over het **DNA** van gezondheidsbevordering

**Het 'Labo Gezonde Gemeente' is een jaarlijks event waarop het Logo de lokale besturen van regio Mechelen samenbrengt. Tijdens het Labo gaan de Logo-medewerkers en de deelnemers dieper in op de succesfactoren van een Gezonde Gemeente.**

Collega Hannah: "Iedereen die (inter)gemeentelijk aan preventieve gezondheid werkt, staat voor heel wat uitdagingen. Preventieve gezondheid is geen tastbaar 'product': de resultaten van de gedragsverandering die je probeert te realiseren bij burgers, tonen zich pas op lange termijn. Gelukkig zijn er naast deze uitdagingen natuurlijk ook heel wat succesfactoren." Door dieper in te gaan op en actief te werken rond wat wél werkt, wil het Logo haar besturen inspireren en bovenal enthousiasmeren.

Elk jaar komen andere succesfactoren aan bod. In 2022 lag de focus op 'samenwerken' en 'communicatie', in 2023 op 'deskundigheid' en 'visie'. Collega Annelies: "Voorafgaand aan het Labo Gezonde Gemeente kunnen deelnemers hun verwachtingen doorgeven. In 2023 bleek dat ze vooral op zoek waren naar tips & tricks rond deskundigheid en visie. Daarom werkten we dit jaar rond deskundigheidsbevordering. We fristen enkele kennisdomeinen binnen gezondheidsbevordering en ziektepreventie op en bekeken de bijhorende tools. Zo gingen we tijdens een oefening samen aan de slag met een van die tools: de gezondheidsmatrix Gezonde Gemeente."

'Visie' lijkt een abstract thema, maar het praktijkvoorbeeld van het team Gezondheidsbevordering van stad Mechelen kon de deelnemers toch concreet inspireren. Hannah: "De gezondheidsambtenaar vertelde hoe zij 'visie' binnen hun lokaal bestuur aanpakken, hoe ze thema's kiezen en hoe ze per thema een actieplan opstellen om die visie om te zetten in de praktijk." Als praktijkoefening werden enkele stellingen besproken, zoals 'Een visie rond gezondheid uitwerken is tijdverlies' en 'Een losstaande visie enkel rond gezondheid is zinvol'. Het leidde tot erg leerrijke en boeiende dialogen.

"Een event als Labo Gezonde Gemeente creëert (opnieuw) bewustzijn rond de sterktes en groeiambities die in lokale besturen leven", aldus Annelies. "Als Logo is het onze taak om de lokale besturen te versterken in hun regierol rond gezondheidsbevordering en ziektepreventie. Dankzij Labo Gezonde Gemeente slagen we erin om dat te doen in een aangename, toegankelijke sfeer."

Het **Labo Gezonde Gemeente** is een jaarlijks event waarop het Logo de lokale besturen van regio Mechelen samenbrengt.



# Op weg naar **gezondheids- vaardige organisaties** met GEL0+

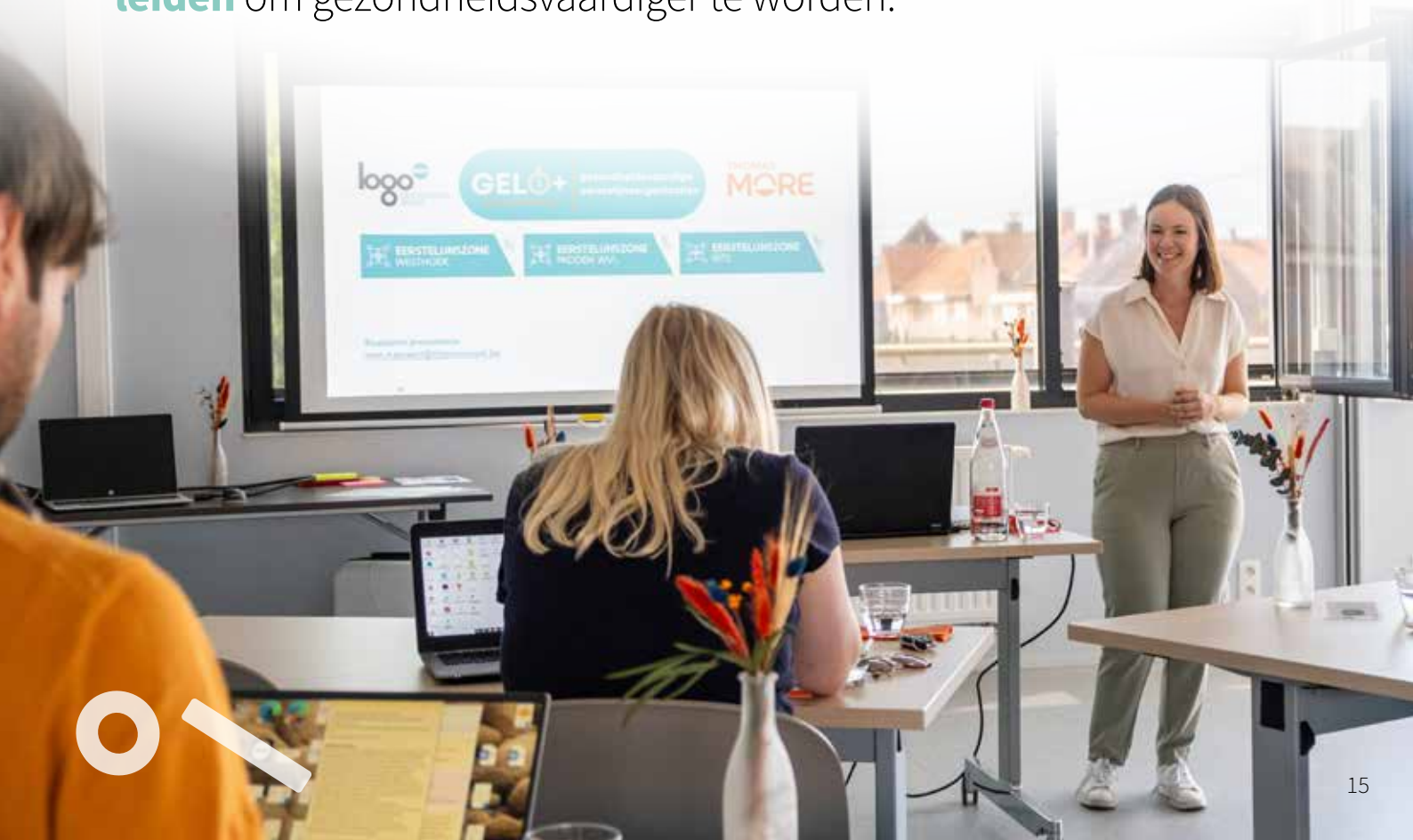
**Gezondheidsvaardigheden, een begrip dat de laatste 10 jaar steeds belangrijker is geworden. Niet zo gek, als je weet dat 40 % van de Vlamingen niet over voldoende gezondheidsvaardigheden beschikt. Dat betekent dat bij wel 2,7 miljoen Vlamingen de preventieve gezondheidsboodschappen niet overkomen, een cijfer dat we niet kunnen negeren.**

Gezondheidsvaardigheden zijn de basis van de werking van het Logo. Er is steeds een goede samenwerking met Leen Haesart, docent bij Thomas More Hogeschool. Zij is een expert in gezondheidsvaardigheden en gepassioneerd door het thema. Toen de Koning Boudewijnstichting een projectoproep lanceerde rond 'Gezondheidsvaardige eerstelijnsorganisaties' (GEL0+), vonden we elkaar dan ook snel. Samen met Eerstelijnszone (ELZ) Midden WVL, ELZ RITS, ELZ Westhoek en Thomas More Hogeschool diende het Logo in regio Midden-West-Vlaanderen een projectvoorstel in rond gezondheidsvaardigheden bij professionals. Met succes! Het project GEL0+ werd goedgekeurd, waardoor we tot eind 2023 de kans kregen om zorg- en welzijnsprofessionals gratis op te leiden om gezondheidsvaardiger te worden.

Tijdens een lanceringsmoment van GEL0+ brachten we ons netwerk samen om de lokale noden in kaart te brengen. Daaruit volgden dankzij het Logo twee train-de-trainer trajecten: eentje voor professionals die werken met ouderen, en eentje voor professionals die werken met ouders. In 2023 leidden we 26 zorg- en welzijnsprofessionals op.

Collega Joke: "Gezondheidsvaardigheden blijven een prioriteit voor ons, we gaan dus gewoon door na 2023. Samen met onze partners zoeken we een gepast antwoord op de noden van het lokale netwerk. Het aanbod dat we binnen GEL0+ mochten ontwikkelen, is nu trouwens ook tegen vergoeding beschikbaar voor andere Logo- en ELZ-regio's."

Het project GEL0+ werd goedgekeurd, waardoor we tot eind 2023 de kans kregen om **zorg- en welzijnsprofessionals gratis op te leiden** om gezondheidsvaardiger te worden.





# Meer bewegen in Vlaanderen met meer dan 350 beweegroutes

**Sinds 2016 ondersteunt het Logo de uitrol van ‘Bewegen Op Verwijzing’ op lokaal niveau in heel Vlaanderen. Samen met de ‘Bewegen Op Verwijzing’-coaches en de lokale besturen bekijken we hoe we inwoners meer aan het bewegen kunnen krijgen. Om het lokaal beweegaanbod uit te breiden, startte het Logo in Oost-Brabant de beweegroute: een parcours met eenvoudige oefeningen die voor elke inwoner haalbaar zijn.**

“Niet iedereen sport graag of wil zich aansluiten bij een sportclub. Er was nood aan extra, laagdrempelig beweegaanbod. We lieten ons inspireren door een Nederlands project waar inwoners een stoeptegelsroute kunnen volgen die hen aanzet tot meer beweging”, verduidelijkt collega Karen. “We gingen op zoek naar een budgetvriendelijk maar duurzaam alternatief dat makkelijk implementeerbaar was. Zo ontstond de beweegroute, bestaande uit een 50-tal eenvoudige oefeningen die worden aangegeven op stevige borden. De oefeningen zijn haalbaar voor jong en oud, en je gebruikt er enkel het straatmeubilair voor. Extra materiaal of sportkledij heb je niet nodig. En dat is goed, want elke vorm van beweging telt!”

In 2018 gingen het Logo en pilotgemeente Lubbeek met de beweegroute aan de slag. Hiervoor werd samengewerkt met een stagestudent sportmanagement van Hogeschool UCLL, het Expertisecentrum Val- en fractuurpreventie Vlaanderen én de Bewegen Op Verwijzing-coach. De oefeningen kregen vorm, en de mooie tuin van Lokaal Dienstencentrum De Sleutel bleek ideaal om de beweegroute te installeren. Zowel de bewoners van de serviceflats, als medewerkers van het dienstencentrum en de gemeente kunnen er samenkomen en bewegen.

Ondertussen groeide het lokale project verder: meer en meer gemeentes en woonzorgcentra in Oost-Brabant toonden interesse en het aanbod aan oefeningen breidde uit. In mei 2021 bezorgde het Logo een nieuw evaluatierapport aan het Vlaams Instituut Gezond Leven. Zij namen, samen met Sport Vlaanderen, het aanbod mee op in het vierjarig 10.000-stappenproject. In 2022 lag de focus binnen dit project zelfs helemaal op de beweegroutes! En zo werd het project verduurzaamd voor de toekomst.

**De beweegroute:** een parcours met eenvoudige oefeningen die voor elke inwoner haalbaar zijn.

“We zijn trots op dit traject en op deze samenwerking!”, aldus Karen. “De beweegroutes zijn de link tussen verschillende projecten én partners. Denk maar aan 10.000 stappen, Bewegen Op Verwijzing, valpreventie, Gezonde Publieke Ruimte ... Ook mijn rol is geëvolueerd: van opstart en uitrol van het pilotproject, tot bekendmaking en implementatie in de hele regio. We reiken lokale partners handvaten aan zodat ze op maat van hun organisatie aan de slag kunnen gaan.” Ondertussen zijn er meer dan 350 beweegroutes in Vlaanderen!



# In de Groei Gezond Waaier zit A.L.L.E.S.

**‘Gezond in de startblokken staan, al van voor de geboorte’, dat is het doel van stad Sint-Niklaas. Want een gezonde levensstijl biedt kinderen en jongeren gewoonweg meer kansen, nu én later. Om dit doel te bereiken, startte de stad met een aantal gedreven externe lokale partners, waaronder het Logo in regio Waasland, het project ‘Groeï Gezond’ op.**

In 2019 startte de werkgroep Groei Gezond op. Daar maakt het Logo actief deel van uit en vertolkt er het belang van universele preventie. De werkgroep wil stigmatisering rond gewicht tegengaan en jongeren versterken in groeithema's zoals mediaweerbaarheid en zelfbeeld. Collega Kjani: "Samen ontwikkelden we de 'Groeï Gezond Waaier': een overzicht voor intermediairs (leerkracht, trainer, huisarts, hulpverlener ...) om kinderen en jongeren gemakkelijker te kunnen begeleiden naar een gezonde levensstijl. Vanuit onze expertise rond gezonde voeding, beweging en geestelijke gezondheid bouwde het Logo mee aan de inhoud van de waaier. We leverden concrete content, gaven in diverse stadia feedback en bepaalden mee de visie en branding."

Eline De Keulenaer, deskundige gezondheid bij stad Sint-Niklaas: "We kregen verschillende signalen: over kinderen met een slechte conditie, jongeren met een laag zelfbeeld, lijngedrag bij erg jonge meisjes en ongezonde lunchboxen op school. Vandaar ontstond het idee om een project rond overgewicht bij kinderen en jongeren op touw te zetten." Vlaamse cijfers uit 2019 bevestigen die signalen: ongeveer 14 %

van de schoolkinderen in Vlaanderen heeft overgewicht en ongeveer 1 op 3 Vlaamse jongeren tussen 11 en 18 jaar vindt zichzelf te dik. Bij meisjes stijgt dat cijfer zelfs naar 2 op 5! Ook geeft 1 op 5 Vlaamse jongeren tussen 11 en 18 jaar aan op dieet te zijn.

"Omdat gezondheid veel ruimer is dan gewicht, hebben we het project opengetrokken naar alle facetten van een gezonde levensstijl", aldus Eline. Daarom ligt aan de basis van de Groei Gezond Waaier het A.L.L.E.S.-principe van Eetexpert: Afwisselend eten, Leuk bewegen, Lief zijn voor jezelf, Emoties hanteren en Slapen.

De waaier bevat dus alles wat een intermediair nodig heeft om kinderen en jongeren de juiste weg te tonen naar een gezonde levensstijl: een overzicht van alle lokale initiatieven die de stad ondersteunt rond voeding, beweging, mentaal welbevinden en slapen, betrouwbare informatie, experts naar wie je kan doorverwijzen, communicatietips, organisaties die algemene ondersteuning bieden rond gezonde levensstijl en opvoeding ... Zo investeren we samen in onze trots van morgen.



# Radio çava?!

## live radio die luistert

**We zullen het niet snel vergeten, de coronacrisis en de uitspraak “Blijf in uw kot!”. Het sociale isolement heeft een negatieve invloed gehad op de jeugd, zowel op hun fysieke als op hun mentale gezondheid. Veel jongeren zijn minder gaan bewegen, ongezonder gaan eten en hadden vaker last van klachten als depressie, angsten en eenzaamheid. Sindsdien blijft er een grote vraag naar meer aandacht voor preventie, om gezondheidsproblemen te voorkomen en de jeugd veerkrachtiger te maken en te houden. En dus ging ‘Radio çava?!’ de ether in!**

Samen met het Jongeren Advies Centrum (JAC) Halle-Vilvoorde werkte het Logo met Radio çava?! een nieuw concept uit voor jongeren, eentje dat muziek en het delen van ervaringen combineert. We organiseren deze radio-uitzendingen op plekken waar jongeren vaak rondhangen, zoals scholen, skateparken, jeugdbewegingen ... Radio çava?! kan je ook via livestream volgen. Intussen vonden al tientallen uitzendingen plaats in de regio Halle-Vilvoorde.

Collega Lien: “Radio çava?! is een voltreffer! We creëren een vertrouwde omgeving om over mentaal welbevinden te praten, met begeleiding van een preventiewerker en ondersteuning van verschillende hulpverleners. Belangrijk is dat we hiermee niet alleen jeugdbewegingen en scholen aanspreken, maar ook de jongeren die deze organisaties anders niet bereiken. We bieden hen de mogelijkheid om te praten over hun kopzorgen en over hun vriendschappen. We zorgen voor afleiding en wijzen hen meteen de weg naar mogelijke gepaste hulp.”

Collega Eowyn: “Radio çava?!, live radio voor en door jongeren, klonk meteen als muziek in de oren. Letterlijk! Geen betere manier om in tijden van fysieke afstand voor verbinding te zorgen dan via muziek. Op Radio çava?! zijn verzoekplaten te horen, maar de zender wil vooral een luisterend oor zijn. Zo gebruiken we muziek als de start van een gesprek over grote en kleine problemen. Vandaag merken we dat dit concept ook als nazorg nuttig blijft. Uit onderzoek blijkt namelijk dat één op de vijf jongeren tussen twaalf en zestien jaar kampt met matig tot ernstige psychische klachten. Die cijfers zijn ronduit zorgwekkend.”

Het Logo en JAC Halle-Vilvoorde stelden ook educatieve en ludieke pakketten samen. Met deze pakketten kunnen scholen voor en na de komst van Radio çava?! relevante activiteiten organiseren. Zo wordt het gesprek over mentaal welbevinden er eentje van langere duur.

A photograph of three women sitting outdoors in front of a banner for 'Radio çava?!'. The banner features a QR code and the website 'RADIOCAVA.BE'. The woman on the left is wearing a black top, the woman in the middle is wearing a grey t-shirt and glasses, and the woman on the right is wearing a light blue jumpsuit. They are all smiling.

Radio çava?!, **live radio voor en door jongeren**, klonk meteen als muziek in de oren.





# De Vlaamse Logo's

De Vlaamse Logo's gaan voor meer levenskwaliteit en gezonde levensjaren voor iedereen. De Logo's nodigen lokale besturen, scholen, organisaties, verenigingen en zorgactoren uit om mensen aan te moedigen tot een gezonde levensstijl en in te grijpen in de leef-, werk- of schoolomgeving. Je kunt bij de Logo's terecht voor informatie en advies op maat. We bieden betaalbare, wetenschappelijk onderbouwde methodieken en actie- en campagnemateriaal. De kracht van de Logo's zit ook in hun netwerkfunctie. We brengen lokaal en regionaal mensen samen en zetten de neuzen in dezelfde richting.

## ONZE THEMA'S

- Voeding, beweging en sedentair gedrag
- Gezondheid en milieu
- Valpreventie
- Vaccinaties en infectieziekten
- Geestelijke gezondheid
- Bevolkingsonderzoeken
- Tabak, alcohol en andere drugs
- Mondgezondheid

## ONZE LEVENSDOMEINEN

Preventie:

- in de gemeente of in de buurt
- op school
- op het werk
- in de zorg en welzijn
- in de vrije tijd
- in het gezin

Voor meer informatie [www.vlaamse-logos.be](http://www.vlaamse-logos.be)

## SOCIALE MEDIA

Ben je graag snel op de hoogte van het nieuws van het Logo in jouw regio? Volg jouw Logo op sociale media.

## NIEUWSBRIEF

Abonneer je op de nieuwsbrief van het Logo en ontvang informatie over preventieve gezondheid, acties, materialen ...

Surf naar [www.vlaamse-logos.be](http://www.vlaamse-logos.be). Kies het Logo in jouw regio en klik rechtsboven op 'Schrijf je in op onze nieuwsbrief'.

**SAMEN WERKEN  
WE AAN EEN**  
*gezonde*  
**REGIO**

