



Deze brief is voor het basis- en speciaal onderwijs dat gezondheid op school belangrijk vindt, want gezonde leerlingen presteren beter en zitten lekkerder in hun vel. Blijf op de hoogte van al het nieuws rondom dit onderwerp en krijg tips over wat jouw school kan doen om een gezonde leefstijl vanzelfsprekend te maken en te stimuleren. Maak hierin als school het verschil voor nu en later. In deze nieuwsbrief lees je o.a. meer over het nationale schoolontbijt en groene schoolplein, het effect van alcohol in de omgeving van kinderen en thema vaperen op basisscholen.

Gezond én lekker naar buiten

Na het succes van de inspiratiemiddagen Gezond én lekker naar buiten organiseren Jong Lereren Noord-Holland en Utrecht, Omgevingseducatie en GGD Gooi en Vechtstreek in het nieuwe schooljaar 2024-2025 een drietal inspirerende trainingen.

Je kunt kiezen uit de volgende trainingen:

- **Koken (vol)** (twee dagdelen):
Woensdag 25 september | 13.30-17.00 uur
Woensdag 23 oktober | 13.30-17.00 uur
- **'Meer naar buiten':**
Woensdag 23 oktober | 13.30-17.00 uur
- **Moestuiniëren:**
Woensdag 9 april | 13.30-17.00 uur



[Meld je hier aan!](#)

Ook een groener schoolplein?

Stichting Vrienden van het Gooi stelt ook dit jaar een bedrag van € 5.000 beschikbaar aan de school met het beste plan om een stukje natuur naar het schoolplein te brengen. De stichting wil met deze actie vergroening van de leefomgeving van kinderen stimuleren en hen bewust maken van het belang van de natuur in je eigen omgeving. Twijfel niet langer, wip de tegels van je schoolplein en maak ruimte voor de natuur. Je groene schoolplan indienen kan tot uiterlijk 1 december. Meer informatie, klik [hier](#).



Voorlichten over vaperen op basisscholen? "Liever niet!"

Steeds meer jonge kinderen vaperen. Het deel van de leerlingen uit groep 7 en 8 van het basisonderwijs dat wel eens heeft gevaperd, is de afgelopen jaren meer dan verdubbeld. Om deze zorgelijke ontwikkeling tegen te gaan is voorlichting vaak de eerste stap. Uit onderzoek blijkt echter dat voorlichting zelfs de nieuwsgierigheid van jonge kinderen kan vergroten. Kinderen hechten tevens meer waarde aan wat nu leuk of aantrekkelijk is, dan aan mogelijke gevolgen voor later. Maar er is wel degelijk een rol weggelegd voor het basisonderwijs om vaperen onder kinderen terug te dringen. Ga aan de slag met het ondersteunen van ouders, neem het thema vaperen op in het schoolbeleid en laat kinderen niet met vaperen in aanraking komen in de schoolomgeving!

[Lees hier het artikel](#) van het Trimbos Instituut met meer informatie over waarom voorlichting onvoldoende werkt en wat dan wel?

Meer vragen, neem dan contact op met Marlou Hensen (m.hensen@ggdgv.nl, Gezonde School adviseur).

0.0 wijntje op het pleintje – Zien drinken, doet drinken



Maandag 4 november start de landelijke campagne 'ziet drinken, doet drinken'. Kinderen zien volwassenen als voorbeeld en kopiëren wat wij doen. Wanneer kinderen volwassenen zien drinken, wordt alcohol aantrekkelijker. Voorkom dat kinderen op jonge leeftijd beginnen met alcohol drinken en creëer hierin bewustzijn. Informeer ouders via de digitale flyer of nieuwsbrief over de campagne. Organiseer daarnaast bijvoorbeeld alcoholvrije schoolplein borrels en misschien een beetje vroeg, maar denk alvast na over een alcoholvrije kerstborrel. [Bekijk hier eenvoudige recepten voor heerlijke alcoholvrije drankjes](#). Ook kan de feestcommissie toelichten dat er geen alcohol wordt geschonken om zo het goede voorbeeld voor de kinderen te geven. Download hier drie [voorbeeldteksten](#).

Congresweek Gezond leven, leren en ontwikkelen vanzelfsprekend!

Hoe zorgen we ervoor dat een gezonde leefstijl bij elke school vanzelfsprekend wordt? En wat kun jij doen om daaraan bij te dragen? Deze vragen en meer staan centraal tijdens de congresweek 'Gezond leven, leren en ontwikkelen. Vanzelfsprekend!' van 6 t/m 13 november 2024. Deze week wordt georganiseerd door Gezonde Kinderopvang en Gezonde School. Benieuwd wat jij kunt doen om bij te dragen aan een gezonde leefstijl? Meld je dan nu aan! Aanmelden kan voor de congresopening op 6 november en voor het online programma van 7 t/m 13 november met themagerichte webinars en sessies die verschillende gezondheidsonderwerpen combineren.

[Meld je hier aan!](#)

Heb je nog vragen over de Gezonde School thema's? Dan kun je terecht bij jouw Gezonde School-adviseur. Is er nog geen adviseur aan jouw school toegekend? Neem dan contact op met Marlou Hensen, coördinator Gezonde School, via m.hensen@ggdgv.nl.