



Deze brief is voor iedereen die 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 de nieuwe stimuleringsregeling inclusief het regionale aanbod, de Week van de Lentekriebels met een online ouderavond, training Moestuiniëren en meer.

Inhoudsopgave

- [Stimuleringsregeling Gezonde School 2025-2026](#)
- [Extra Regionaal aanbod 2025-2026](#)
- [Jong leren Eten](#)
- [Week van de Lentekriebels](#)
- [Allemaal de moestuin in!](#)
- [Piep zei de Muis \(4-8 jaar\) en Billy Boem \(8-12 jaar\)](#)
- [Ontspannen omgaan met ongemak](#)
- [Bescherm je leerlingen tegen de zon!](#)



Meer informatie op [Gezondeschool.nl/stimuleringsregeling](https://gezondeschool.nl/stimuleringsregeling)

Stimuleringsregeling Gezonde School 2025-2026

Tussen 10 maart en 15 april kunnen scholen zich weer aanmelden voor de [Stimuleringsregeling Gezonde School 2025-2026!](#) Afgelopen jaar was de laatste stimuleringsronde van Relaties en Seksualiteit. Dit thema zal nu onderdeel worden van de reguliere Stimuleringsregeling Gezonde School. Zowel nieuwe als ervaren schoollocaties kunnen weer gebruikmaken van ondersteuning en met behulp van de [Gezonde School Aanpak](#) werken aan één of meerdere gezondheidsthema's. Het aanbod zal wel afwijken van voorgaande jaren:

Nieuwe schoollocaties (scholen die in de afgelopen 3 jaar geen gebruik hebben gemaakt van een regeling en geen geldig themacertificaat hebben op 10 maart 2025) krijgen:

- 10 uur begeleiding van een Gezonde School-adviseur
- €1.200,- voor taakuren en activiteiten

Ervaren schoollocaties (scholen die in de afgelopen 3 jaar wel gebruik hebben gemaakt van een van de regelingen of een geldig themacertificaat hebben op 10 maart 2025) krijgen:

- 10 uur begeleiding van een Gezonde School-adviseur, om bijv. de Gezonde School te versterken, op te frissen of open eindjes af te ronden

[Vraag hier de Stimuleringsregeling Gezonde School 2025-2026 aan!](#)

Extra Regionaal aanbod 2025-2026

Ook komend schooljaar zal GGD Gooi en Vechtstreek extra inzetten op het thema Welbevinden. Want leerlingen die goed in hun vel zitten voelen zich veiliger en presteren beter. Als je als school de Stimuleringsregeling Welbevinden hebt aangevraagd, maar hiervoor bent afgewezen, kan je alsnog hiermee aan de slag d.m.v. een speciaal regionaal aanbod. Dit aanbod bestaat uit:

- 10 uur begeleiding van een Gezonde School-adviseur
- €1.200,- voor taakuren en activiteiten

Ervaren schoollocaties die het landelijke aanbod voor het thema Welbevinden toegewezen krijgen en daarmee 10 uur begeleiding ontvangen, krijgen daarnaast €1.200,- uit het regionale aanbod voor taakuren en activiteiten. *Let op: maximaal 15 scholen kunnen gebruik maken van dit aanbod, dus wie het eerst komt, wie het eerst maalt.*

Voor informatie en advies kun je terecht bij [Marlou Hensen](#), adviseur Gezonde School.

Jong leren Eten

Jong leren Eten wil kinderen op een praktische manier meer in aanraking brengen met kennis en activiteiten over voedsel, zodat ze zelf gezonde én duurzame keuzes kunnen maken. Het is nog onbekend of de Stimuleringsbijdrage 'Lekker naar buiten' van het programma Jong leren Eten doorgang kent. Hou [deze website](#) in de gaten voor de eventuele stimuleringsbijdrage.



Week van de Lentekriebels



Van 31 maart tot 4 april is de [Week van de Lentekriebels](#). Tijdens deze week besteden scholen extra aandacht aan leren over je lijf, praten over wat je fijn vindt, autonomie en een positief zelfbeeld.

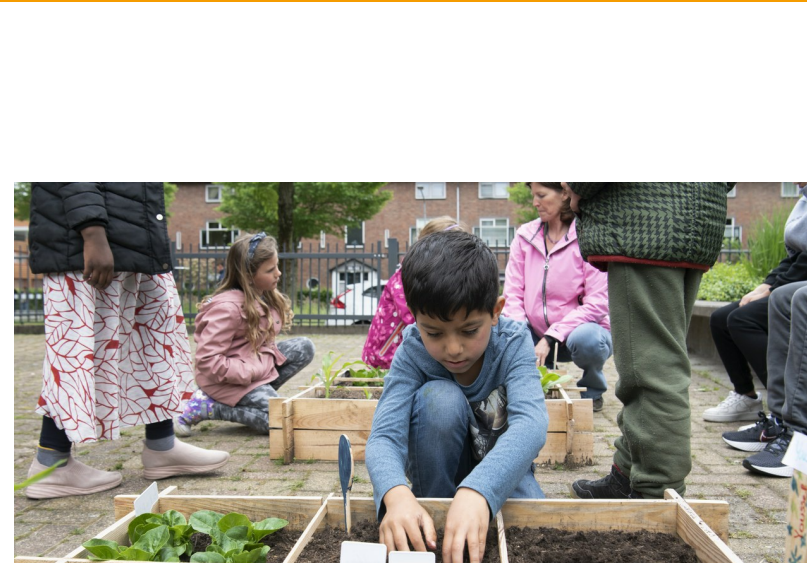
Hierdoor raken kinderen vertrouwd met het thema, leren dat het een normaal onderwerp is en dat zij hierin hun wensen en grenzen mogen aangeven. Scholen zijn bij deelname vrij om de projectweek zelf in te vullen met materialen, gadgets en activiteiten om er een effectieve, leuke en feestelijke week van te maken.

Voor informatie en advies kun je terecht bij [Daan Kuypers](#), verpleegkundige seksuele gezondheid bij de GGD.

In het kader van deze week organiseren wij op **dinsdag 1 april de online ouderavond 'Lentekriebels op de basisschool'**. We vertellen over de gezonde relationele en seksuele ontwikkeling van een kind, wat je rol is als ouder en hoe je als ouder je kind kunt ondersteunen. Zou je zo vriendelijk willen zijn om [deze uitnodiging](#) te verspreiden onder de ouders van je school?

Allemaal de moestuin in!

Na het eerdere succes van de inspiratiemiddagen Gezond én lekker naar buiten organiseren we ook de training Moestuiniëren. Je doet kennis en vaardigheden op om zelf te moestuinieren op school. Je ziet wat mogelijk is op een kleine of een wat grotere school. Je gaat ook praktisch aan de slag met tips & tricks voor het zaaien en oogsten met kinderen, spelletjes en doe-activiteiten.



[Meer informatie en aanmelden](#)

- **Wanneer:** 9 april 2025, van 13.30 tot 17.00 uur
- **Waar:** Groene Ruijter
- **Kosten:** €50,-

Piep zei de Muis (4-8 jaar) en Billy Boem (8-12 jaar)

Voor kinderen vanaf 4 jaar die opgroeien met zorgen en spanningen thuis is er in de regio een speciaal preventief aanbod. Bijvoorbeeld omdat zij opgroeien met een ouder met psychische- en/of verslavingsproblemen ([KOPPKOV](#)) of een ouder met een licht verstandelijke beperking (LOVB). Ook kinderen die te maken hebben (gehad) met huiselijk geweld, een heftige scheiding of andere familieleden thuis met een van bovenstaande problemen zijn welkom op de locatie van Jellinek in Hilversum.

Piep zei de Muis (4-8 jaar)
Dinsdag 25 maart (14 bijeenkomsten)
15.00 - 16.30 uur

Billy Boem (8-12 jaar)
Dinsdag 15 april (10 bijeenkomsten)
15.00 - 16.30 uur

Meer informatie is [hier](#) te vinden.

Ontspannen omgaan met ongemak

Herken je reacties als "Waar bemoeit de school zich mee?" of "Ik hou mijn kind thuis hoor."? Tijdens deze interactieve sessie met **13 maart van 15.00-17.00** uur leer je hoe je ontspannen en effectief omgaat met **sceptis, weerstand of twijfel** over onderwerpen als de Week van de Lentekriebels, traktatiebeleid of telefoongebruik. Trainer Iris Posthouwer laat je zien hoe je rust in gesprekken brengt, voorkomt dat overtuigen averechts werkt en hoe je met een handig stappenplan soepel schakelt van weerstand naar openheid.

Wil jij meer grip op lastige gesprekken? [Schrijf je in](#) en ontdek hoe je met vertrouwen en kalmte deze uitdagingen aangaat! Maak een account aan bekijk ook het andere aanbod aan trainingen, workshops en webinars.

Bescherm je leerlingen tegen de zon!

Wist je dat kinderen op school veel tijd buiten doorbrengen en hun huid extra kwetsbaar is voor de zon? En dat ook een koude maar zonnige voorjaardag al kan leiden tot verbranden. Door het **Zonvenant** te ondertekenen, zet jouw school zich in voor een zonneveilig schoolbeleid. Dit betekent aandacht voor schaduwbeleid, insmeerbeleid en educatie over zonbescherming. Het Zonvenant is een intentieverklaring waarbij bijvoorbeeld scholen zich verbinden om gedurende minimaal 3 jaar actief bij te dragen aan het voorkomen van huidkanker. Het Zonvenant helpt bij het implementeren van concrete preventie maatregelen binnen jullie school door bijvoorbeeld het leveren van communicatie materialen!



Meld je daarom nu aan en help mee om huidkanker op latere leeftijd te voorkomen! Onderteken het Zonvenant en maak jouw school een zonnbewuste omgeving.

[Meer informatie en aanmelden](#)

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.