



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, NIX18 en vaperen op school en meer.

## Inhoudsopgave

- [Stimuleringsregeling Gezonde School 2025-2026](#)
- [Extra Regionaal aanbod 2025-2026](#)
- [Jong Leren Eten](#)
- [Week van de Mentale Gezondheid / Hey 't is oké](#)
- [Vaperen op school](#)
- [Oudercursus: 'Help, mijn kind kan niet zonder'](#)
- [Liefde online](#)
- [Bescherm je leerlingen tegen de zon!](#)

## Stimuleringsregeling Gezonde School 2025-2026

Grijp nu je kans! Tot 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 echter 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 en Roken, alcohol- en drugspreventie (RAD). Want leerlingen die goed in hun vel zitten voelen zich veiliger en presteren beter. Als je als school de Stimuleringsregeling Welbevinden of RAD 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 de thema's Welbevinden of RAD toegewezen krijgen en daarmee 10 uur begeleiding ontvangen, krijgen daarnaast ook €1.200,- uit het regionale aanbod voor taakuren en activiteiten. *Let op, er kunnen maximaal 15 scholen 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 jongeren 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 Mentale Gezondheid / Hey 't is oké

Van 3 t/m 8 juni is het de **Week van de Mentale Gezondheid**. Dit is hét moment om mentale gezondheid bespreekbaar te maken op school. Daarnaast helpt de campagne 'Hey, 't is oké' scholen om open gesprekken te voeren over psychische klachten, zoals stress, somberheid en prestatiedruk.

Jongeren ervaren steeds meer mentale druk, maar praten hierover blijft lastig. De campagne laat zien dat praten helpt en soms makkelijker gaat als je in beweging bent. Met posters, online video's, influencers en podcasts krijgen jongeren handvatten om het gesprek over mentale gezondheid te starten. Scholen kunnen hiervoor gratis campagnemateriaal bestellen om op een laagdrempelige manier aandacht te besteden aan dit onderwerp.

**Doe mee en bestel hier je materiaal**

## Vaperen op school

Steeds meer jongeren vaperen. De elektronische sigaret was eerst bedoeld als alternatief voor de sigaret en als hulpmiddel om te stoppen met roken. Maar niks is minder waar. Lees in deze [factsheet](#) van Jellinek waarom en wat je kunt doen in gesprek met je leerling om het te stoppen.

Wil je als school iets doen tegen vaperen op school, dan adviseren wij om gebruik te maken van de aanpak [Helder op School](#). Aanvullend aanbod voor scholen, die Jellinek en de GGD ondersteunen. Aanvragen is het volgende:

- [Gastless door een arts en/of lespakket Vaperen #jouwkeuze](#) om leerlingen bewust te maken van de risico's en gevolgen van vaperen
- [Terugkijlink webinar](#) 'Vaperen: wat is het en wat kun je er op jouw school tegen doen?'
- [Poster 1](#), [poster 2](#) en [poster 3](#) met feiten over vaperen
- Ouderavond of oudercafé over vaperen en/of andere middelen

De GGD kan ook met jouw school meedenken wat passend is en waar nodig ondersteunen. Voor vragen of advies, neem dan contact op met [Marlou Hensen](#), Gezonde School-adviseur.

## Oudercursus: 'Help, mijn kind kan niet zonder'

Wanneer een kind overmatig middelen- of beeldscherm gebruikt, kan dit binnen het gezin problemen opleveren. Jellinek Preventie Jeugd reikt tijdens de cursus 'Help, mijn kind kan niet zonder' kennis en handvatten aan om als ouder weer de regie in handen te krijgen.

Deze cursus is voor ouders en opvoeders met kinderen van 12 tot 23 jaar die problematisch alcohol, drugs of beeldscherm gebruiken. Het kind hoeft niet in behandeling te zijn, er is geen verwijzing nodig en het is gratis. Voor meer informatie kun je mailen naar [cursushelp@jellinek.nl](mailto:cursushelp@jellinek.nl).

Zou je [deze informatie](#) door willen sturen naar jullie ouders?

## Liefde online



### Online ouderavond: Praten over seksualiteit met je puber. Doe jij dat?

Op 12 februari, tijdens de Week van de Liefde, vindt de online ouderavond 'Praten over seksualiteit met je puber. Doe jij dat?' plaats. Wil je als school de ouders meer handvatten bieden over hoe zij om kunnen gaan met deze seksuele ontwikkeling? Stuur dan [deze terugkijlink](#) door.

## 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 schaduwplekken, 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 adviseur aan jouw school toegekend? Neem dan contact op met [Marlou Hensen](#), coördinator Gezonde School, via [m.hensen@ggdgv.nl](mailto:m.hensen@ggdgv.nl).