



# Gezond leven? Check het even!

Lanceerdag voor CLB's

**GEZOND  
LEVEN**  
*check*   
**HET EVEN**



VLAAMSE WETENSCHAPPELIJKE VERENIGING  
VOOR JEUGDGEZONDHEIDSZORG VZW

1-10-2021

Anouk Vanlander, wetenschappelijk medewerker VVWJ



Ann Devriendt, Anouk Vanlander, Katelijne Vanhoeck, Marian De Groof  
Fabienne Theuwissen, Ann Keymeulen, Els Herbots



# Praktisch

- Doel van de dag: ‘Gezond leven? Check het even!’ presenteren zodat je de implementatie in je CLB kan voorbereiden en starten
- Je zit in de zaal...
  - Mondmasker als je je verplaats en als je zit
  - Je kregen een mapje met heel wat documenten bij het onthaal
  - Vragen tijdens de lanceerdag: hand opsteken & post-its
- Je volgt online...
  - Je kreeg tal van documenten via het tabblad ‘downloads’
  - Het geprinte ‘boekje’ komt via een collega in de zaal tot bij jou
  - Vragen tijdens de lanceerdag: [helpdeskglce@vwwj.be](mailto:helpdeskglce@vwwj.be)



# Verloop

10U00-10u30: **Situering van ‘Gezond leven?, Check het even!’**

Anouk Vanlander, VWWJ

10u30 – 13u: **De hoekstenen van de methodiek!**

Ann Vandeputte, Eetexpert

*(11u30 – 12u00: Pauze in de cafetaria)*

13u-13u45: Middagpauze in de cafetaria

13u45 – 15u30: **Aan de slag! Zo pas je ‘Gezond leven? Check het even!’ concreet toe.**

Hilde Denys, LARS


Marian De Groof en Anouk Vanlander, VWWJ

15u30: Verdeling van de **‘Boekjes’** voor online deelnemers



# De gezondheid van jongeren bevorderen

## GEZONDHEIDSMATRIX GEZONDE SCHOOL

 VLAAMS INSTITUUT <b>GEZOND LEVEN</b>	LEERLING (+ PRIORITAIRE OF RISICOGROEPEN)	KLAS	SCHOOL (ALLE LEERLINGEN EN HUN LEEFOMGEVING BINNEN DE SCHOOL)	OMGEVING BUITEN DE SCHOOL <small>(bv. ouders, vrienden, gemeente- bestuur, winkels rond de school, fietspaden, schooloverschrijdend...)</small>
EDUCATIE				
OMGEVINGSINTERVENTIES				
AFSPRAKEN EN REGELS				
ZORG EN BEGELEIDING				

© VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN 2018





# GEZONDHEIDSMATRIX GEZONDE SCHOOL

<p>VLAAMS INSTITUUT <b>GEZOND LEVEN</b></p>	<p><b>LEERLING ( + PRIORITAIRE OF RISICOGROEPEN)</b></p>	<p><b>KLAS</b></p>	<p><b>SCHOOL (ALLE LEERLINGEN EN HUN LEEFOMGEVING BINNEN DE SCHOOL)</b></p>	<p><b>OMGEVING BUITEN DE SCHOOL</b> (bv. ouders, vrienden, gemeente- bestuur, winkels rond de school, fietspaden, schooloverschrijdend ...)</p>
<p><b>EDUCATIE</b></p>				
<p><b>OMGEVINGSINTERVENTIES</b></p>				
<p><b>AFSPRAKEN EN REGELS</b></p>				
<p><b>ZORG EN BEGELEIDING</b></p>				



## PERIODIEKE CONTACTEN

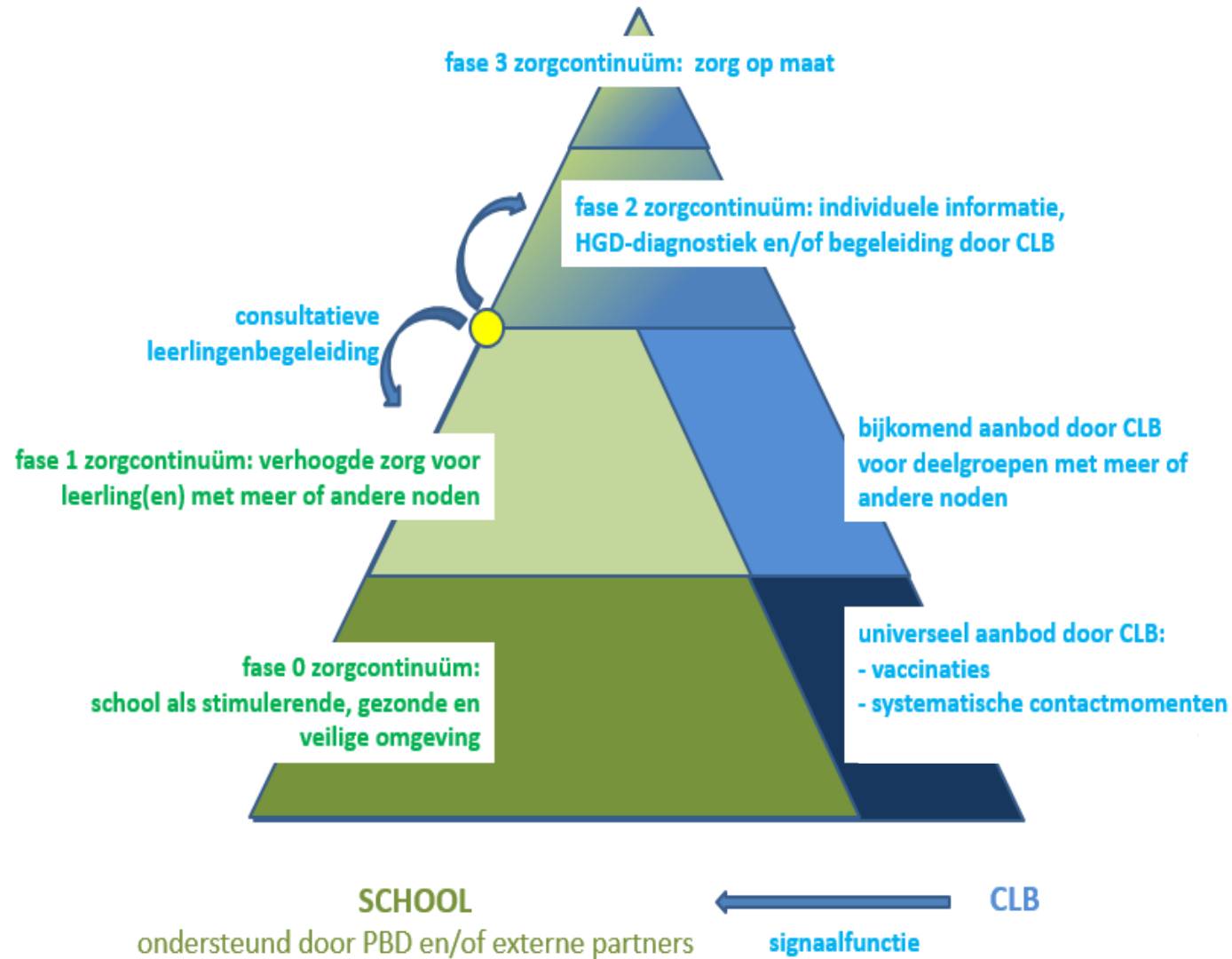
Alle kinderen in K1 (+ ouders), L1, L4, L6 en S3 -> CLB

Doel:

- ✓ toezien op normaal verloop van groei en ontwikkeling
- ✓ tijdige detectie van groei- en ontwikkelingsproblemen (cf. criteria van Wilson en Jungner)  
+ aanbod minst ingrijpend zorg ~ ernst problematiek
- ✓ eigen kracht van ouders & jongeren ten aanzien van de gezondheid versterken



# Leerlingenbegeleiding door school & CLB





# Gezond leven? Check het even!

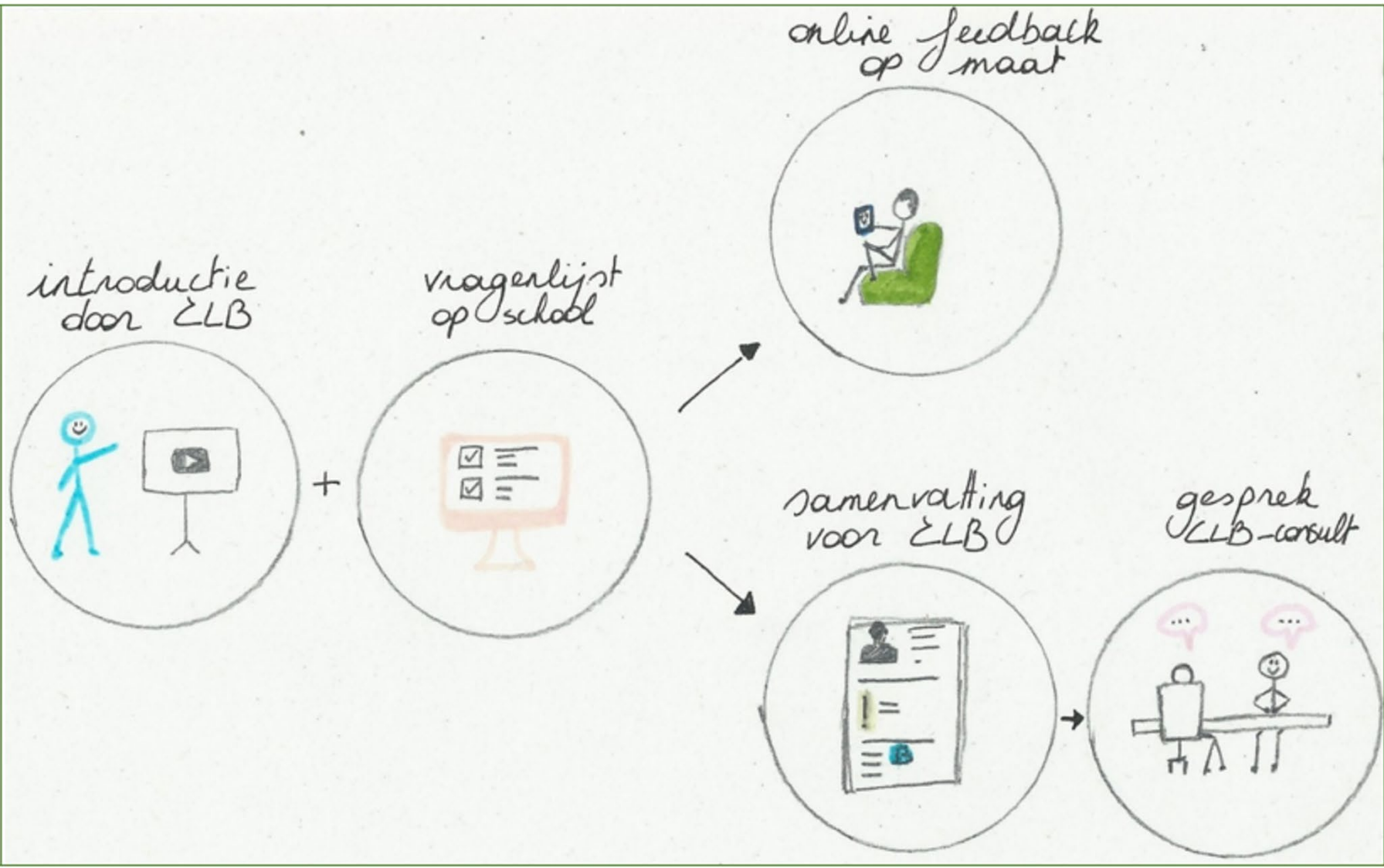
methodiek voor CLB-consult bij jongeren van het derde jaar secundair onderwijs

- ✓ DE EIGEN KRACHT VAN JONGEREN TEN AANZIEN VAN HUN LEEFGEWOONTEN, GEZONDHEID EN WELBEVINDEN VERSTERKEN
- ✓ VROEGTIJDIGE DETECTIE VAN EN INTERVENTIE VOOR PSYCHOSOCIALE PROBLEMEN



informer

planning en voorbereiding



1

2

3a

3b

4

5

6



**Doel 1:** De eigen kracht van jongeren ten aanzien van hun leefgewoonten, gezondheid en welbevinden versterken door hen informatie en advies op maat aan te bieden

- Jongeren laten reflecteren over hun leefgewoonten, gezondheid en welbevinden;
- Bevestigen wat goed gaat via de online feedback en/of tijdens het gesprek met de CLB-medewerker;
- Jongeren binnen de veilige context van het beroepsgeheim uitnodigen om vragen over leefgewoonten, gezondheid en welbevinden aan een professional te stellen die onafhankelijk is van school en gezin;
- Jongeren betrouwbare informatie en/of advies verstrekken, afgestemd op hun vragen en noden zowel wat inhoud als wat vorm (online of via een gesprek) betreft.



## Doel 2: Vroegtijdige detectie van en interventie voor psychosociale problemen bij jongeren in 3SO



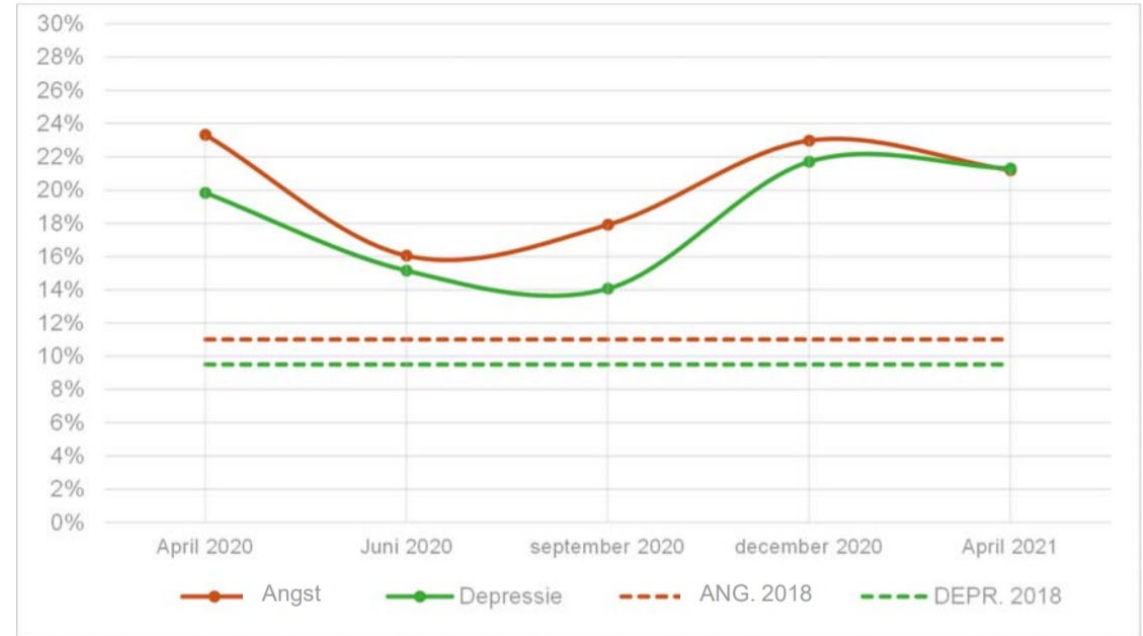
- 50% psychische stoornissen bij volwassenen vangt aan < 14 jaar
- Psychische stoornissen bij kinderen en jongeren zetten zich vaak door in de volwassenheid
- Psycho-emotionele toestand van de Belgische bevolking van 15 jaar en ouder verslechtert: 2008 -> 2013; 2018: status quo
  - slaaptekort door zorgen (21% vs. 18%)
  - het gevoel voortdurend onder druk te staan (27% vs. 20%)
  - zich ongelukkig en neerslachtig voelen (19% vs. 16%)

### Bronnen:

- Gids naar een nieuw geestelijk gezondheidsbeleid voor kinderen en jongeren, 2015 (Protocolakkoord gesloten tussen de Federale Regering en de in artikel 128, 130, 135 en 138 van de grondwet bedoelde overheden)
- Gezondheidsenquête Sciensano, 2018
- Epidemiologisch rapport VLESP, 2018 (van Landschoot, van Heeringen et al. 2018)

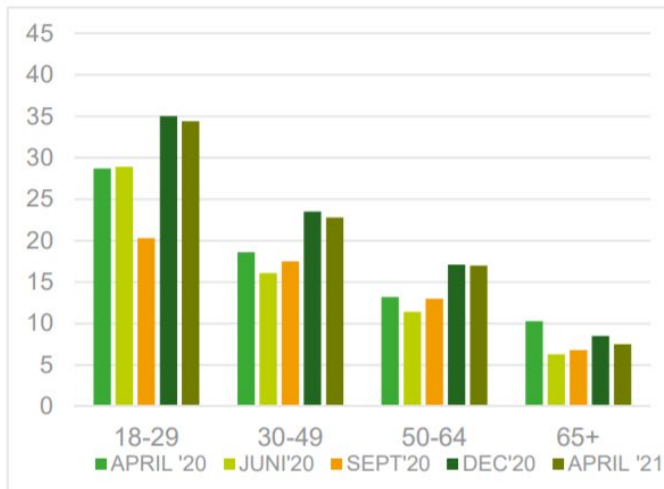


Percentage van de bevolking (18 jaar en ouder) met een angst- of depressieve stoornis, volgens maand van de COVID-19-enquête, in vergelijking met de HIS-2018, België 2020-2021

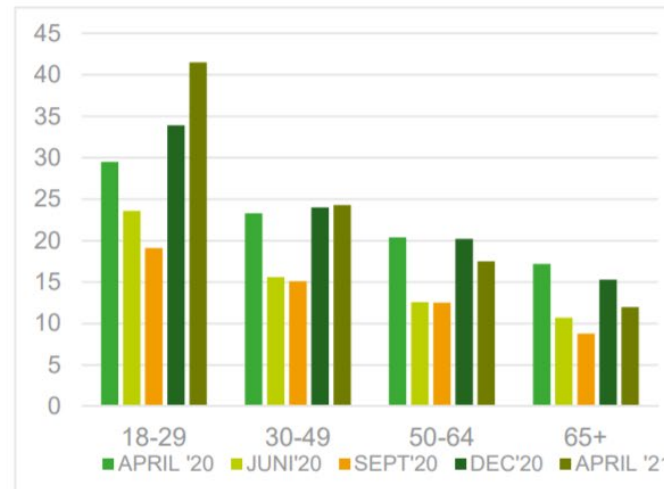


Figuur 28 | Percentage mannen en vrouwen (18 jaar en ouder) met depressieve stoornissen, volgens leeftijd en maand van de COVID-19-gezondheidsenquêtes (1-3-4-5-6), België 2020 en 2021

Depressie - Mannen



Depressie - Vrouwen



Bron: COVID-19-gezondheidsenquête Sciensano, juni 2021



## Individuele behandeling hoog-risicjongeren



~~Jongeren met problemen ervaren nood aan behandeling~~

~~Jongeren met problemen onthullen spontaan hun problemen~~

~~Jongeren zetten zelf de stap naar professionele hulp~~

## Public health model met getrapt aanbod

Basis van het getrapt aanbod voor schoolgaande kinderen

→ Fase 0 en 1 in zorgcontinuüm:

School **stimuleert** de ontwikkeling van alle leerlingen in een fysiek, emotioneel en sociaal gezonde omgeving

School **ziet hierop toe** op de ontwikkeling

School biedt **informele maatschappelijke zorg**

→ **CLB-consult**: Professional met beroepsgeheim!

**gezondheidsbevordering, vroegdetectie** (vnl. internaliserende problemen) en **vroeginterventie**.





## Doel 2: Vroegtijdige detectie van en interventie voor psychosociale problemen bij jongeren in 3SO

- **Erkenning en een luisterend oor bieden** aan jongeren die zorgen of klachten melden omtrent hun mentale gezondheid;
- **Normaliseren van zorgen of klachten** die horen bij de ontwikkelingsfase van jongeren;
- Samen met de jongeren **op zoek gaan naar beschermende factoren** voor mentale gezondheid die kunnen versterkt of ingezet worden en ze daarbij op weg helpen;
- **Signalen van een mogelijke psychische of psychiatrische aandoening detecteren en bespreekbaar maken** om de nood aan zorg te kunnen inschatten en zo nodig toe te leiden naar zorg.



# Maar...CLB-consult: vrijblijvende relatie

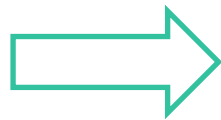
Jongeren worden uitgenodigd voor een consult, maar ze...



- doen dit niet op eigen initiatief
- kiezen niet bij wie ze komen
- weten niet (helemaal) wat ze kunnen verwachten
- weten niet (helemaal) wat van hen wordt verwacht
- weten niet of ze de CLB-er in vertrouwen kunnen nemen



# Van vrijblijvende naar zoekende of consulterende relatie Wat werkt?



Presentatie over de hoekstenen van GLCE door An Vandeputte:

*Motiverend werken en de Zelfdeterminatietheorie*



# Introductiefilmpje over GLCE voor leerlingen

