

Jaarplanning 2025

Gezondheid en Preventie

Zorg & Welzijn



Blikvangers 2025

Valpreventie
Rookvrije zorg
Mondgezondheid
Ventilatiebeleid in de zorg
Bevolkingsonderzoeken naar kanker
En zoveel meer...

SAMEN WERKEN WE AAN EEN GEZOND WAASLAND

GEZONDHEID TROEF **logo** WL

JAARPLANNING 2025

Logo Waasland werkt samen met jou aan een *gezond* Waasland

Logo (Lokaal GezondheidsOverleg) wil dat een goede gezondheid voor iedereen mogelijk én zelfs vanzelfsprekend is. Samen met jou zetten we de Vlaamse gezondheidsdoelstellingen om naar lokale acties en beleid. We werken aan verschillende onderwerpen, voor diverse groepen mensen en aangepast aan verschillende sectoren. Ontdek in deze brochure waarmee jij met jouw organisatie aan de slag kan, afgestemd op jouw doelgroep. Zo verbeteren we samen de levenskwaliteit en gezondheid van iedereen in het Waasland.

Aan de slag met deze brochure

- * Kijk samen met Logo Waasland welke acties of campagnes uit deze brochure handig zijn voor jouw organisatie. Zo kun je jouw doelstellingen beter bereiken.
- * Laat je inspireren door goede praktijkvoorbeelden en deel tips met andere partners in ons netwerk.
- * Gebruik de gratis tools en materialen om je gezondheidsbeleid op te maken en uit te voeren. We helpen je graag bij het realiseren ervan.

Nuttige data

Met je doelgroep werk je vaak rond thema's, seizoenen en werelddagen. In de kalender van deze brochure vind je enkele van deze data voor elke periode van het jaar. Gebruik deze in 2025 als aanknopingspunt om je 'gezonde bril' op te zetten.

Betrek je collega's

Deze jaarplanning biedt ideeën voor projecten binnen je eigen team of voor specifieke doelgroepen. Deel deze jaarplanning met je collega's en bundel waar mogelijk de krachten.

Op de volgende pagina's staat een lijst van projecten en data voor 2025. Je kunt natuurlijk niet aan alle projecten tegelijk werken. Bepaal daarom – in samenspraak met Logo Waasland - welke projecten prioritair zijn voor jouw organisatie en focus daarop. Sommige projecten zijn beperkt tot een bepaalde periode, andere zijn doorlopend. Er zijn projecten gericht op jouw (gezondheids) beleid, maatwerkprojecten en quick wins.

WORKSHOPS EN VORMINGEN

o Bartraining

Wat doet alcohol met ouderen? Hoe ga je om met conflicten? Logo Waasland werkt samen met CGG Schelde Dender Waas een bartraining uit voor de woonzorgcentra en lokale dienstencentra. Organiseer onze training en leer je vrijwilligers en personeel verantwoord omgaan met alcoholgebruik bij ouderen.

Doelgroep: vrijwilligers in de cafetaria van WZC en LDC, bezoekers, familieleden en personeel.

{info: [Contacteer Logo Waasland](#)



o Verteltas bevolkingsonderzoek kanker

Ken je onze verteltassen? Elke verteltas bevat A3-pancartes om uitleg te geven over een van de bevolkingsonderzoeken naar kanker. Er zijn dus 3 versies: Bevolkingsonderzoek Baarmoederhalskanker, Bevolkingsonderzoek Dikkedarmkanker en Bevolkingsonderzoek Borstkanker. Vraag een begeleider aan (gratis vanaf 6 aanwezigen). Je kan ook zelf aan de slag met de handleiding voor de begeleider en een korte opleiding door het Logo.

Doelgroep: maatschappelijk kwetsbare personen, personen met lage gezondheidsvaardigheden, anderstaligen

{info: logowaasland.be/content/verteltassen-bevolkingsonderzoeken-naar-kanker



o **Jouw huis, mijn werkplek**

Roken op het werk lijkt al lang verleden tijd. Maar wat met mensen die bij rokers thuis werken? Ook verzorgenden, huishoudhulpen en verpleegkundigen hebben recht op een aangename rookvrije werkplek. Ook passief roken heeft immers schadelijke gevolgen voor de gezondheid. Ga als werkgever aan de slag en bescherm hen tegen de gevolgen van passief roken.

Doelgroep: Poetshulpen, huishoudhulpen, verzorgenden, thuisverpleegkundigen

{info: logowaasland.be/content/jouw-huis-mijn-werkplek



o **Ventilatiebeleid in de zorg**

Er zijn nieuwe erkenningsvoorwaarden voor ventilatie in woonzorgcentra en centra voor kortverblijf type 1. Met het model geef je het ventilatieplan en -rapport vorm. Tijdens een gratis ventilatieaudit krijg je advies op maat, vraag hem dus snel aan.

Doelgroep: woonzorgcentra

{info: www.departementzorg.be/nl/gezond-binnen-woonzorgcentra



o **Generatie Rookvrij**

Elk kind heeft het recht om rookvrij op te groeien. Op plaatsen waar veel kinderen komen mag vanaf 31 december 2024 niet meer gerookt of gevapet worden. Speelpleinen, sportvelden, attractieparken, dierentuinen en kinderboerderijen zijn rookvrij. Rond de ingangen en uitgangen van scholen, woonzorgcentra, ziekenhuizen, kinderdagverblijven, buitenschoolse opvang en bibliotheken komt een rookvrije zone van 10 meter. Laat je begeleiden door het Logo in de stappen die je neemt als welzijnsorganisatie.

Doelgroep: Speelpleinen, sportvelden, attractieparken, dierentuinen, kinderboerderijen, scholen, woonzorgcentra, ziekenhuizen, kinderdagverblijven, buitenschoolse opvang, bibliotheken

{info: <https://www.generatierookvrij.be>



Generatie
Rookvrij



o **Bevolkingsonderzoek Baarmoederhalskanker**

Misschien heb je al ergens gelezen dat het Bevolkingsonderzoek Baarmoederhalskanker gaat veranderen? Vrouwen van 25 tot en met 64 jaar kunnen nog steeds een uitstrijkje laten nemen. Bij vrouwen vanaf 30 jaar zal er wel een andere test gebeuren in het labo. Het blijft belangrijk om baarmoederhalskanker of de voorlopers ervan vroeg op te sporen. Help jij de informatie verspreiden met onze kant en klare materialen of vormingen?

{info: baarmoederhalskanker.bevolkingsonderzoek.be



o Tournée Minérale

‘Tournée Minérale’ is toe aan haar negende editie. De rode draad van de nieuwe campagne wordt ‘ik zeg ja!’. Doe mee en zet de campagne in de kijker. Bestel je gratis campagnemateriaal of laat je inspireren door de nieuwe getuigenissen en help zo bewuster stil te staan bij alcoholgewoontes.

{info: www.tourneeminerale.be

Bartraining

VOOR WOONZORGCENTRA & LOKALE DIENSTENCENTRA

Bij het Logo zeggen we ook graag ‘ja’. Daarom werken we in het Waasland samen met CGG Schelde Dender Waas een bartraining uit voor onze woonzorgcentra en lokale dienstencentra.

Interesse? [Contacteer ons](#) en organiseer de training. Zo leer je vrijwilligers en personeel verantwoord om te gaan met alcoholgebruik bij ouderen.



o **Geluk zit in een klein complimentje (1 mrt)**

Een complimentje geven of krijgen doet meer dan deugd! Naast het krijgen van een goed gevoel, kan een compliment de relatie versterken met de mensen om je heen. Bovendien werken complimenten aanstekelijk en zorgen ze voor veel positiviteit. Redenen genoeg om complimentjes uit te delen op 1 maart, als start van een maand vol complimenten. Bestel je materialen voor de nationale complimentendag.

{info: logowaasland.be/complimenten

o **Bevolkingsonderzoek Dikkedarmkanker**

Maart is de actiemaand in de strijd tegen dikkedarmkanker. Neem deel en plan een activiteit of vorming. Bestel de kant en klare materialen. Met onze praatplaten ga je vlot in gesprek over het Bevolkingsonderzoek Dikkedarmkanker. Ook beschikbaar voor 1 op 1 gesprekken in een handig doosje!

{info: www.dikkedarmkanker.bevolkingsonderzoek.be

o **Dag van de mondgezondheid (20 mrt)**

Een gezonde mond vormt niet alleen de basis van een mooie glimlach. Een gezonde mond is ook belangrijk voor de algemene gezondheid. Ga aan de slag met de materialen die Gezonde Mond ontwikkelt zoals folders met basisadviezen voor -12 en +12 jarigen, affiches, de Gezonde Mondkoffer, ... Of ga aan de slag met het nieuwe Gezonde Mond bordspel!

{info: www.gezondemond.be

o Week van de Valpreventie (21-27 april)

Gezond ouder worden en zo lang mogelijk zelfstandig thuis wonen, daar zet de Week van de Valpreventie op in. Tussen 21 en 27 april 2025 voeren we campagne om het taboe rond vallen weg te nemen. Organiseer tijdens die week acties om vallen bij ouderen bespreekbaar te maken en praat met hen over de valrisicofactoren met behulp van de nieuwe materialen.

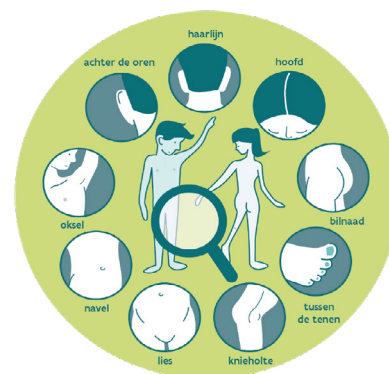
{info: www.valpreventie.be/week-van-de-valpreventie

o Wees niet gek. Doe de tekencheck!

Buiten spelen, genieten in je tuin of van de natuur is gezond! Controleer nadien wel op teken, want van een tekenbeet kan je ziek worden. Verspreid de tips en bestel gratis materialen. Leer anderen hoe ze een teek correct kunnen verwijderen.

Voor ondersteuning of een vorming op maat kan je terecht bij Logo Waasland.

{info: www.tekenbeten.be



o Werelddag zonder Tabak (31 mei)

Sta stil bij de schadelijke effecten van roken op de gezondheid en het milieu. Raadpleeg de inspiratiegids rookvrije zorg of de website van Generatie Rookvrij. Je vindt er tips om duidelijk over je rookvrije ruimte te communiceren of je rookvrije werkplek correct te signaliseren.



Ga je graag nog een stapje verder? Spreek rokers op je terrein aan, maak rookstopbegeleiding bekend of organiseer een rookstopcursus.

{info: logowaasland.be/content/werelddag-zonder-tabak-0
www.generatierookvrij.be

o Waakzaamheid Warme Dagen

Ben jij klaar voor warme dagen? Verspreid de tips en bestel tijdig gratis materialen. Neem extra maatregelen om kwetsbare personen te beschermen. Denk hierbij in het bijzonder aan sociaal geïsoleerden, ouderen, chronisch zieken en kinderen. Wij ondersteunen je graag.

{info: www.warmedagen.be



o Griep- en COVID-vaccinatiecampagne

Virussen zijn overal. Je kan je niet verstoppen. Meestal genees je vanzelf, maar soms kan ziekte ernstige gevolgen hebben. Zorg dat er in jouw team geen plaats is voor een virus. Laat je vaccineren. Bescherm niet alleen jezelf, maar ook de risicogroepen waarmee je dagelijks in contact komt.

Vraag tijdig je gratis campagnemateriaal aan en werk mee aan de verspreiding van deze belangrijke boodschap.

{info: www.laatjevaccineren.be



o Werelddag suicidepreventie (10 sept)

Elk jaar wordt op 10 september wereldwijd aandacht gevraagd voor de preventie van zelfdoding. Help mee aan het verminderen van het taboe rond zelfdoding. Moedig mensen aan om openlijk te praten over hun mentale gezondheid en om hulp te zoeken als dat nodig is. Op deze dag willen we aandacht vragen om te werken aan een wereld waarin iedereen de steun en zorg krijgt die ze nodig hebben.

Vraag materialen of een vorming rond de preventie van zelfdoding aan bij het Logo.

{info: www.vlesp.be

o Soep met babbeltjes (19 sept)

Tijdens Soep met Babbeltjes brengen we organisaties bij elkaar die werken met en voor mensen in een maatschappelijk kwetsbare situatie. We laten een bepaald gezondheidsthema aan bod komen.

Wat kan je verwachten? Een inspirerend lunchmoment (12u-14u) met soep en broodjes, cijfers, methodieken en materialen. We schenken ook aandacht aan interactie en uitwisseling.

{info: via mail

o Bevolkingsonderzoek Borstkanker

Hoe vroeger je borstkanker ontdekt, hoe groter je kans op genezing. Ga met de hulp van onze vertelkaarten in gesprek over het Bevolkingsonderzoek Borstkanker. Je kan kiezen uit een versie voor groepsgesprekken of een versie voor 1-op-1 gesprekken. Ook voor ondersteuning bij acties of voor het aanvragen van een vorming kan je bij ons terecht.



{info: www.borstkanker.bevolkingsonderzoek.be

o 10-daagse van de Geestelijke Gezondheid

In 2025 staat de 10-daagse van de Geestelijke Gezondheid (1-10 oktober) in het teken van omgaan met moeilijke perioden. Perfect geluk bestaat niet: er zijn altijd momenten waarop het minder goed gaat. Die maken deel uit van ons leven. Daarom willen we tijdens de 10-daagse van de Geestelijke Gezondheid aandacht vragen voor deze moeilijke perioden en tonen hoe je ermee kan omgaan.

Help jij samen met jouw organisatie om mentaal welbevinden en psychische kwetsbaarheid bespreekbaar te maken? Neem dan een kijkje in de inspiratiegids! Heb je nood aan ondersteuning of advies? Aarzel niet om ons te contacteren!

{info: www.logowaasland.be/10daagse



NOVEMBER - DECEMBER 2025

o Week van Gezond Binnen (24-29 nov)

We brengen ongeveer 85% van onze tijd binnen door. Wat doe jij om de binnenlucht gezond te houden? Bekijk onze inspiratiegids en ontdek de goede voorbeelden. Bestel gratis materialen of ontleen een CO2-meter. Heb je een vraag? Wij geven ook advies!

{info: departementzorg.be/nl/nl/gezond-binnen}



o Info- en netwerkmoment (12 dec)

Kom op 12 december naar het jaarlijks lerend netwerk. We brengen ouderenbegeleiders en medewerkers van lokale dienstencentra samen. Ontvang informatie en maak kennis met methodieken en materialen. Het is de ideale gelegenheid om van elkaar te leren. Deel je ervaringen en kennis met elkaar en keer vol nieuwe ideeën en oplossingen terug.

Doelgroep: medewerkers LDC en ouderenbegeleiders

{info: via mail}

KALENDER 2025

JANUARI

Actiemaand BVO Baarmoederhalskanker

- 01/01 - Gelukkig Nieuwjaar!
- 20/01 - Blue monday
- 30/01 - Gedichtendag

FEBRUARI

Actiemaand Tournée Minérale

- 04/02 - Werelddag tegen kanker
- 10/02 - Wereldpeulvruchtendag
- 17-23/02 - #iktrekhetmijaan
- 20/02 - Werelddag voor sociale rechtvaardigheid
- 27/02 - Start Ramadan

MAART

Actiemaand BVO Dikgedarmkanker Complimentenmaand

- 01/03 - Complimentendag
- 01-09/03 - Week van de Vrijwilliger
- 06/03 - Tandartsendag
- 16/03 - Dag van de Zorg
- 18-24/03 - Week van de Diëtist
- 20/03 - Dag van het Geluk
- 20/03 - Dag van de mondgezondheid
- 29/03 - Einde Ramadan

APRIL

Wees niet gek. Doe de tekencheck!

- 07/04 - Wereldgezondheidsdag
- 17/04 - Dag van de Medewerker
- 20/04 - Pasen
- 21-27/04 - Week van de Valpreventie
- 23/04 - Buitenspeeldag
- Eind april - Europese vaccinatieweek

MEI

Maai mei niet

Buddy Deal (Stichting tegen kanker)

- 15/05 - Start waakzaamheidsfase Warme Dagen
- 16-23/05 - Week van de Groeilamp
- 21/05 - Dag van de culturele diversiteit
- 31/05 - Werelddag zonder Tabak

JUNI

Zomerse temperaturen? Denk aan je burenen!

- 02-08/06 - Een week gezonder (Diabetes Liga)
- 03/06 - Wereldfietsdag
- 05/06 - Wereldmileudag
- 06-10/06 - Offerfeest
- 23/06 - Dag van de Mantelzorg

KALENDER 2025

JULI

Gezond op kamp!

- 15/07 - Wereld Jonge Talentendag
- 28/07 - Wereldhepatitisdag
- 30/07 - Dag van de vriendschap

AUGUSTUS

Een gezond najaar tegemoet

- 01-07/08 - Week van de borstvoeding
- 12/08 - Dag van de Jeugd

SEPTEMBER

Gezond terug naar school

- 01/09 - Aftrap 'kies kleur tegen pesten!'
- 10/09 - Werelddag suicidepreventie
- 15-21/09 - Week van de mobiliteit
- 19/09 - Soep met babbeltjes (kwetsbare groepen)
- 21/09 - Werelddag dementie
- 30/09 - Einde waakzaamheidsfase warme dagen

OKTOBER

Actiemaand BVO Borstkanker

Maand van de voetganger

- 01/10 - Dag van de ouderen
- 01-10/10 - 10-daagse Geestelijke Gezondheid
- 05/10 - Dag van de leerkracht
- 06-12/10 - Week van het bos
- 17/10 - Werelddag van het Verzet tegen armoede
- 17/10 - Dag van de jeugdbeweging
- 23/10 - Overleg Lokale Besturen

NOVEMBER

Gezond binnenmilieu

- 14/11 - Werelddiabetesdag
- 17-23/11 - Ouderenweek
- 24-29/11 - Week van Gezond Binnen
- 20/11 - Dag van de rechten van het kind
- 28/11 - E-mailloze vrijdag

DECEMBER

Gezonde feestdagen

- 03/12 - Dag voor personen met een beperking
- 04/12 - Actiedag 4 voor 12
- 20/12 - Dag van de solidariteit

LOGO WAASLAND VZW



Interesse om te werken aan ziektepreventie en gezondheidsbevordering?

Het team van Logo Waasland staat voor je klaar!
Neem contact op en we helpen je graag verder.

T 03 766 87 78 of 0471 34 35 07 | **F** www.facebook.com/LogoWaasland | **E** info@logowaasland.be
W www.logowaasland.be | Adres: Oosterlaan 20, 9100 Sint-Niklaas



SAMEN WERKEN WE AAN EEN GEZOND WAASLAND

GEZONDHEID TROEF

