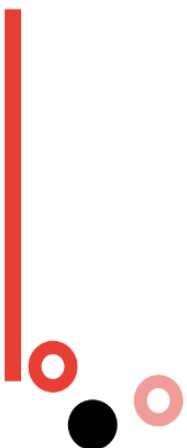


# **Preventie in de zorg**

## **Kom erbij, ontdek & beleef**

**Inspiratie om  
jouw preventieve acties en  
jouw gezondheidsbeleid  
in de kijker te zetten tijdens de  
feestweek van de Dag van de Zorg  
9-15 mei 2022**



## Eindelijk opendeur

Dit jaar staat preventie centraal tijdens de Week van de Zorg en de Dag van de Zorg van 9 tot 15 mei. Een ideaal moment om aan het breder publiek te laten zien wat jouw organisatie allemaal doet om bij jouw patiënten, cliënten, bewoners of gebruikers een gezonde leefstijl te bevorderen, bij te dragen tot een sneller herstel of (zwaardere) zorg te voorkomen.

In deze inspiratiegids van de Vlaamse Logo's vind je tips en ideeën om jouw preventieverhaal tijdens de opendeurday op een originele manier in de kijker te zetten. Plan je al een wedstrijd, zoektocht of workshops? Of denk je aan een tentoonstelling of rondleiding? Laat je inspireren om preventie bij jouw activiteit of actie een plaats te geven.

Jij kan kiezen uit verschillende thema's. De Vlaamse Logo's stellen kant-en-klare materialen ter beschikking. Of laat je creativiteit de vrije loop om een extra boost aan preventie te geven. Zo wordt Dag van de Zorg een onvergetelijke ervaring voor het hele gezin.

Een speelse manier om mensen door jouw voorziening, verblijf of organisatie te loodsen is de 'gezondheidsrally'. De gezondheidsrally is een quizwandeling die je al wandelend kennis laat maken met verschillende aspecten van gezondheidsbevordering en ziektepreventie. Tegelijkertijd leren de mensen jouw voorziening of organisatie kennen.

Op de volgende pagina's vind je meer informatie over de verschillende gezondheidsrally's in ons aanbod, kant-en-klare materialen om bijvoorbeeld voldoende beweging, gezonde voeding of mentaal welzijn te promoten en andere tips om aan de slag te gaan.

Ben je op zoek naar materiaal voor digitale schermen? Contacteer ons. We hebben materiaal voor al onze thema's.

1. Beweging .....	pagina 2
2. Voeding.....	pagina 3
3. Geestelijke gezondheid .....	pagina 4
4. Gezondheid en milieu.....	pagina 6
5. Valpreventie .....	pagina 8
6. Bevolkingsonderzoeken naar Kanker .....	pagina 9
7. Preventie van tabak, alcohol en andere drugs .....	pagina 11
8. Infectieziekten en vaccinaties .....	pagina 12
9. Mondgezondheid .....	pagina 13

***Alle materialen vermeld in deze inspiratiegids kunnen aangevraagd/aangekocht worden via [joke@logomiddenwvl.be](mailto:joke@logomiddenwvl.be) of 051/23 17 44.***

## Wil je tonen dat je aan beweging werkt?

### Gezondheidsrally bewegingsdriehoek

Vraag ons de nodige materialen. We bezorgen jou digitaal de affiches, het antwoordformulier en het draaiboek.



### Kant- en klare materialen

- [Affiche bewegingsdriehoek](#)
- [Affiche Voedings-/bewegingsdriehoek](#)
- [Folder Bewegingsdriehoek](#)
- [Roll-up banner Bewegingsdriehoek](#) (ontleen gratis bij ons)
- [Affiche Bewegen Op Verwijzing](#)
- [Folder Bewegen Op Verwijzing](#)

### Aan de slag

- Gebruik [voetzoolstickers](#) om bezoekers de weg te wijzen.
- Laat de [zittest](#) ter plaatse invullen (tablet vereist), zo krijgen bezoekers tips om langdurig zitten te doorbreken.
- Heb je stappentellers in huis? Laat de bezoekers ze dragen. Dan zien ze hoeveel stappen ze tijdens hun bezoek bij jou gezet hebben. Koppel er een wedstrijd aan. De deelnemer met de meeste stappen krijgt een stappenteller cadeau.
- Engageer de [Bewegen Op Verwijzing-coach](#) uit je regio voor een workshop, een groepsessie of een beweegsessie (tegen betaling). Zo maken jouw bezoekers kennis met Bewegen Op Verwijzing. Leg via [deze filmpjes](#) Bewegen Op Verwijzing eenvoudig uit en laat vier deelnemers getuigen over hun ervaringen.

## Wil je laten zien dat je inzet op gezonde voeding?

### Gezondheidsrally voedingsdriehoek

Vraag ons de nodige materialen. We bezorgen jou digitaal de affiches, het antwoordformulier en het draaiboek.



### Kant- en klare materialen

- [Affiche voedingsdriehoek](#)
- [Affiche Voedings-/bewegingsdriehoek](#)
- [Folder Voedingsdriehoek](#)
- [Roll-up banner Voedingsdriehoek](#) (ontleen gratis bij ons)
- [Placemat Voedingsdriehoek](#)
- [Affiche Suiker in dranken](#)
- [Affiche Suiker in tussendoortjes](#)

### Aan de slag

- Heb je een eetzaal/cafetaria in jouw organisatie? Maak het gezellig en fleur de ruimte op door affiches van de voedingsdriehoek op te hangen, verschillende nudgingmaterialen te plaatsen of placemats van de voedingsdriehoek te gebruiken. Snuister eens in onze [toolbox 'Gezond eten: het nut van nudging?'](#) voor nog meer inspiratie en materialen. Nog geen exemplaar in huis? Bestel er gratis eentje bij ons.
- Plaats een roll-up banner van de voedingsdriehoek. Bijvoorbeeld bij het betreden van de ruimte waar een drankje geschonken wordt of bij de ingang van de eetruimte van je organisatie. Leen de banner gratis bij ons uit.
- Biedt gezonde hapjes of een stuk fruit aan tijdens het bezoek aan je organisatie. Haal inspiratie voor gezonde recepten van het platform [www.zekergezond.be](http://www.zekergezond.be). Je kan hierbij ook [promotiekaartjes](#) uitdelen, zodat personen het recept kunnen terugvinden via het platform.
- Geef bezoekers de kans om [digitaal gezondheidstestjes](#) in te vullen (tablet vereist). Er bestaat er eentje voor: gebruik van groenten, gebruik van fruit, gebruik van water en gezonde (brood)lunch. Je vindt alle vragenlijsten gratis via <https://mijn.gezondleven.be/vragenlijsten>. De deelnemers krijgen achteraf ook tips en feedback te zien.

## Wil je laten zien dat mentaal welzijn belangrijk is?

### Gezondheidsrally Warme William (doelgroep jongeren)

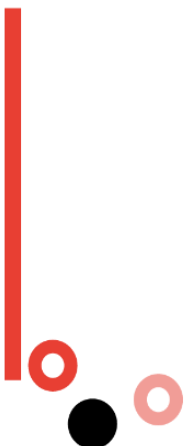
Vraag ons de nodige materialen. We bezorgen je de affiches en antwoorden. Als je dat wil, kunnen we je logo toevoegen aan de affiches.



### Complimentenactie

Een compliment geven is eenvoudig en klein, maar kan een grote impact hebben. Het geeft een goed gevoel om er een te krijgen, maar ook om te geven. En wanneer je je goed voelt, gaat alles makkelijker en is alles leuker. Bovendien bevorderen complimenten de prestaties, werken ze aanstekelijk en zorgen ze voor veel positiviteit. Daar word je zelf ook gelukkig van.

Dus ... verwen je bezoekers met een complimentje. En toon zo het goede voorbeeld.

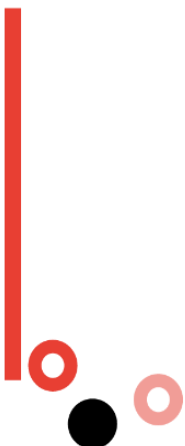


## Kant- en klare materialen

- Complimentenactie
  - [Complimentenscheurboekje](#)
  - [Complimentenaffiche met afscheurstrookjes](#)
  - [Complimentenstickers](#)
  - [Flyer met Tips om complimenten te geven en te ontvangen \(printbaar op A4\)](#)
- Geluksdriehoek
  - [Affiche Geluksdriehoek](#)
  - [Folder Geluksdriehoek](#)
  - [Postkaart Geluksdriehoek](#)
  - [Roll-up banner Geluksdriehoek](#) (ontleen gratis bij ons)
- Warme William (doelgroep jongeren)
  - [Affiche Warme William](#)
  - [Brochure Warme William](#)
  - [Deskbeertjes Warme William](#)
- NokNok (doelgroep 12-16 jaar)
  - [Affiche NokNok](#)
  - [Postkaart NokNok](#)
  - [Sticker NokNok](#)

## Aan de slag

- Zet met krijtstift deugdlozende spreuken op spiegels en ramen in het gebouw. Zo gaat een toiletbezoekje samen met een instant goed gevoel 😊. Voorbeeldspreuken vind je [hier](#).
- Wil je aan de slag met Warme William? Maak je opwachting in het [pak van Warme William](#). Of zet de [opblaasbeer](#) aan de ingang als publiekstrekker. Voor meer info rond ontlening van het Warme William-materiaal kan je terecht bij het Logo in jouw regio.



## Wil je een gezond binnen- en buitenmilieu in de kijker zetten?

### Gezondheidsrally gezondheid & milieu

Vraag ons de nodige materialen. We bezorgen jou digitaal de affiches, het antwoordformulier en het antwoordboekje.



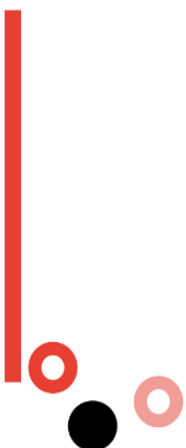
### Kant- en klare materialen

- [Raamsticker Verse lucht ... een must](#) (beperkte voorraad)
- [Flyer met magneet Verse lucht ... een must](#) (beperkte voorraad)
- [Folder Ventileren en verluchten](#)
- [Infofiche Hou je huis gezond, kies bewust](#)
- [Infofiche Ban vocht en schimmel](#)
- [Affiche Hou je kot gezond](#)
- [Flyer Hou je kot gezond](#)
- [CO<sub>2</sub>-meter](#) (ontleen gratis bij ons)

- [Infociche Binnen roken is nooit oké](#)
- [Affiche Binnen roken is nooit oké](#)
- [Flyer Warme dagen – 4 tips](#)
- [Affiche Warme dagen, zorg dragen - kinderen](#)
- [Affiche Warme dagen, zorg dragen - ouderen](#)
- [Affiche Warme dagen, zorg dragen – algemene bevolking](#)
- [Folder Warme dagen, zorg dragen](#)
- [Wachtzaalpancartes Gezond binnen](#) (8 versies in de webshop)
- [Elektrokoffer Gezondheid & Milieu](#) (ontleen gratis bij ons)
- [Roll-up banner Gezond binnenmilieu](#) (ontleen gratis bij ons)
- Affiche [Wees niet gek. Doe de tekencheck](#)
- Folder [Wees niet gek. Doe de tekencheck](#)
- Tekenkaart [Wees niet gek. Doe de tekencheck](#)

### Aan de slag

- Kies bij gezondheid en milieu een specifieke focus (bv. Warme dagen, Gezond Binnen, teken ...) en laat dit thema a.d.h.v. verschillende materialen terugkomen op het parcours dat bezoekers binnen jouw organisatie kunnen afleggen.
- Pas de tips en adviezen van een bepaald thema ook daadwerkelijk toe. Kies je bv. voor ‘Gezond Binnen’, zorg dan zeker dat er voldoende ventilatie is en installeer langs het parcours een CO<sub>2</sub>-meter.
- Gebruik de raamstickers en/of magneten over verse lucht als ‘prijs’ voor mensen die meedoen met de gezondheidsrally.
- Wil je een stapje verder gaan? Richt dan een bepaalde ruimte op het parcours van je organisatie in als een ‘demokamer’. Hier kunnen bezoekers in levenden lijve ondervinden wat risico’s voor een ongezond binnenmilieu zijn en hoe je het binnenmilieu gezonder kan maken. Contacteer ons om je hierbij te ondersteunen. We hebben materiaal in huis om je kamer aan te kleden met zowel goede als foute situaties.





## Wil je valpreventie in de kijker zetten?

### Gezondheidsrally valpreventie

Vraag ons de nodige materialen. We bezorgen jou digitaal de affiches, het antwoordformulier en het antwoordboekje.

GEZONDHEIDSRALLY  
- Valpreventie -  
ANTWOORDBOEKJE



### Kant-en-klare materialen

- [Folder Blijf in beweging, doe het veilig](#)
- [Affiche Blijf in beweging, doe het veilig](#)

### Aan de slag

- Wil je laten zien dat ouderen zelf veel kunnen doen om een val te voorkomen? En dat ze daarbij de steun krijgen van iedereen uit hun zorgomgeving? Moedig ze aan om in beweging te blijven.
- Hang de [affiches met beweegoefeningen](#) in je organisatie uit.
- Is er een ergotherapeut of verzorgende die samen met een groep ouderen de oefeningen kan doen?
- Laat bezoekers ter plaatse één van de testen over valpreventie invullen.
  - [Test Valvrij huis](#) (af te drukken)
  - [Test Valvrije kamer in je woonzorgcentrum](#) (af te drukken)
  - [Test Haal je beste zicht naar boven](#) (af te drukken)
  - [Test Zet je beste schoentje voor](#) (af te drukken)

## Wil je tonen dat jouw organisatie de Bevolkingsonderzoeken naar Kanker in de kijker zet?

### Gezondheidsrally Bevolkingsonderzoeken naar kanker

Vraag ons de nodige materialen. We bezorgen jou digitaal de affiches, de antwoorden, het antwoordformulier met en zonder wedstrijdement en het draaiboek.

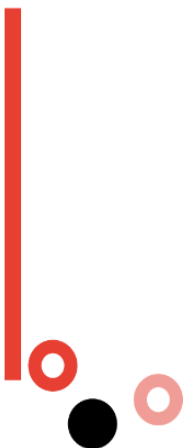


### Kant- en klare materialen

- [Affiche Borstkanker: De screeningsmammografie. Wij doen het. En wat doe jij?](#)
- [Folder Borstkanker: De screeningsmammografie. Wij doen het. En wat doe jij?](#)
- [Bladwijzer Bevolkingsonderzoek Borstkanker](#)
- [Digitale pancarte Bevolkingsonderzoek Borstkanker](#)
- [Roll-up banner Bevolkingsonderzoek Borstkanker](#) (ontleen gratis bij ons)
- [Spandoek Bevolkingsonderzoek Borstkanker](#) (ontleen gratis bij ons)
- [Affiche Baarmoederhalskanker: Geen excuses. Laat een uitstrijkje nemen.](#)
- [Folder Baarmoederhalskanker: Het uitstrijkje. Wij doen het. En wat doe jij?](#)
- [Bladwijzer Bevolkingsonderzoek Baarmoederhalskanker](#)
- [Digitale pancarte Bevolkingsonderzoek Baarmoederhalskanker](#)
- [Roll-up banner Bevolkingsonderzoek Baarmoederhalskanker](#) (ontleen gratis bij ons)
- [Affiche Bevolkingsonderzoek Dikkedarmkanker](#)
- [Folder Bevolkingsonderzoek Dikkedarmkanker](#)
- [Bladwijzer Bevolkingsonderzoek Dikkedarmkanker](#)
- [Digitale pancarte Bevolkingsonderzoek dikkedarmkanker](#)
- [Roll-up banner Bevolkingsonderzoek Dikkedarmkanker](#) (ontleen gratis bij ons)

### Aan de slag

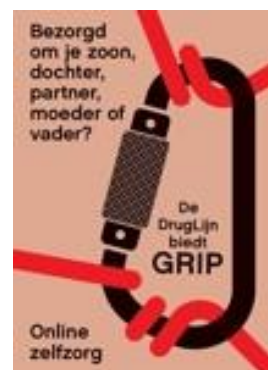
- Laat bezoekers ter plaatse een quiz rond één van de bevolkingsonderzoeken invullen. Vraag de quiz over je bevolkingsonderzoek naar keuze bij ons op.
- Heb je een scherm ter beschikking? Voor elk Bevolkingsonderzoek naar Kanker bestaat een presentatie om in loop af te spelen, die het bevolkingsonderzoek stap per stap toelicht. Er zijn ook filmpjes beschikbaar, over de bevolkingsonderzoeken zelf, over het stoelgangstaal en over het uitstrijkje. Vraag er ons naar.



## Zet je in de kijker dat jouw organisatie middelenpreventie serieus neemt?

### Kant- en klare materialen

- Bekendmakingsmateriaal De Druglijn – voor alle vragen over drank, drugs, pillen, gamen en gokken
  - [Bekendmakingsaffiche De Druglijn](#)
  - [Bekendmakingsflyer De Druglijn](#)
  - [Bekendmakingspakket De Druglijn](#)
  - [Magneet De Druglijn](#)
  - [Stickers De Druglijn](#)
- Bekendmakingmateriaal Tabakstop
  - [A3-affiche Tabakstop](#)
  - [A4-affiche Tabakstop](#)
  - [Brochure Stoppen met roken. Het kan!](#)
  - [Visitekaartje Tabakstop](#)
  - [Post-it Tabakstop](#)
  - [Sticker Tabakstop](#)
  - [Potloden Tabakstop](#)
- [Signalisatiemateriaal Rookvrij ziekenhuis](#)
- [Folders 'De meest gestelde vragen'](#) (thema('s) te kiezen op maat van je doelgroep)
- [CO-meter](#) (ontleen gratis bij ons)



### Aan de slag

- Laat bezoekers ter plaatse (digitaal) één van de zelftesten rond middelengebruik invullen.
  - Zelftests [De Druglijn](#) (digitaal)
  - [Nicotine-afhankelijkheidstest](#) (af te drukken)
  - [Rookstopmotivatietest](#) (af te drukken)
- Creëer ergens langs het parcours in je organisatie een infostand rond tabak. Gebruik hiervoor o.a. de folders en flyers van Tabakstop, de [rookrobot](#) (buiten te gebruiken), de [CO-meter](#) en de [visual display](#) 'Wat zit er allemaal in tabaksrook?'. Of ga voor de pop [Smokey Sue](#) of [Smokey Sue smokes for two](#) (ook buiten te gebruiken) en toon zo aan wat de rook met je longen doet. Ook de hierboven genoemde zelftesten rond rookstopmotivatie en nicotine-afhankelijkheid kun je hier gebruiken.
- Laat de bezoekers eens een [promillebril](#) opzetten. Die simuleert het zicht zoals bij iemand die teveel gedronken heeft. Leen de brillen bij ons uit.
- Beschik je over een tablet? Dan kun je deze aan de infostand gebruiken om via een 'verouderingsapp' (Smokerface app - [Google Play](#) – [App Store](#)) rokers te tonen welke impact roken op hun uiterlijk heeft. Voor nog meer effect kun je ook een [tabakoloog](#) inschakelen om de infostand te bemannen en uitleg te geven over de risico's van roken, over rookstop en over begeleiding door een tabakoloog. Vraag ons de contactgegevens van een tabakoloog in de buurt.

## Wil je laten zien dat je werkt aan infectieziekten en vaccinaties?



### Kant-en-klare materialen

- [Affiche Beschermt jij Yvette?](#)
- [Folder Beschermt jij Yvette?](#)
- [Roll-up banner Beschermt jij Yvette?](#) (ontleen gratis bij ons)
- [Affiche Laat griep deze winter in de kou staan](#)
- [Folder Laat griep deze winter in de kou staan](#)
- [Roll-up banner Laat griep deze winter in de kou staan](#) (ontleen gratis bij ons)
- [Pin COVID-19 Ik ben gevaccineerd](#)
- Affiches, campagnebeelden en filmpjes over COVID-19 zijn [hier](#) digitaal beschikbaar

### Aan de slag

- Maakte je in het verleden intern filmpjes om je personeel te motiveren zich te laten vaccineren? Draai ze af op een scherm.
- Hang de griepquiz uit langs het parcours. Vraag de griepquiz bij je Logo.



Wil je tonen dat een goede mondgezondheid hoort bij de dagelijkse zorg?

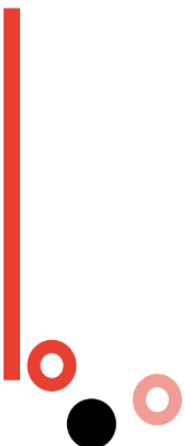


### Kant-en-klare materialen

- Basisadviezen mondgezondheid
  - [Brochure -12 jaar](#)
  - [Brochure + 12 jaar](#)
- [Affiche Gezond begint in je mond](#)

### Aan de slag

- Ga aan de slag met het demonstratiemateriaal uit de [Gezonde Mondkoffer](#)



Naast bovenstaande materialen beschikken we nog over:

- Digitale materialen voor wachtzaalschermen en tv-kanalen
- L-banners: geen plaats voor een roll-up banner? Of op zoek naar iets compacter voor op een desk? Ga dan voor onze L-banners. We hebben ze in A3 en A4. We steken er alvast een affiche voor je in. Sommige van die affiches kunnen we personaliseren met je logo.



Broed je op iets en wil je graag dat we even mee nadenken? Contacteer ons.

[joke@logomiddenwvl.be](mailto:joke@logomiddenwvl.be)

051/23 17 44

