

Visie- en actietekst gezondheid

Gezondheidsthema

Thema-overschrijdend

Einddoelgroep

Jongeren die verblijven in de organisatie
Medewerkers van de organisatie

Strategie (gezondheidsmatrix)

Afspraken-beleid

Omschrijving

De werkgroep Gezonde Gasten in vzw de Waaiburg stelde samen een visie- en actietekst op rond gezondheid en specifieke acties over gezonde voeding voor 2015 en 2016. Vervolgens zal elke afdeling binnen de Waaiburg deze tekst in team bespreken. Elke afdeling kan specifieke accenten leggen waar nodig. Nadien wordt de tekst voorgelegd aan het directiecomité en wordt hij opgenomen als beleidstekst voor de hele organisatie.

De tekst (versie juni 2015):

De Waaiburg wil als organisatie binnen bijzondere jeugdzorg de volgende jaren een gezondheidsbeleid ontwikkelen, hierin ondersteund door het VIGeZ (Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie) en Logo (Locoregionaal GezondheidsOverleg en – organisatie) Kempen.

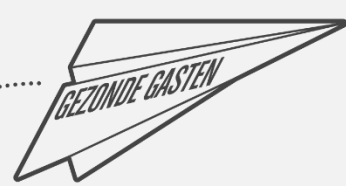
Binnen dit gezondheidsbeleid zien we gezondheid als een toestand van fysiek, sociaal en psychisch welzijn. We geven vorm aan dit gezondheidsbeleid door integraal in te zetten op verschillende thema's (voeding, bewegen, roken,...) via verschillende strategieën:

1. Verhogen van competenties, vaardigheden, kennis en attitude van jongeren, personeel en omgeving (ouders of andere contextfiguren)
2. Structurele maatregelen treffen om het werken aan gezondheid mogelijk te maken en de gezonde keuze makkelijker te maken
3. Afspraken maken die ervoor zorgen dat het gezondheidsbeleid door iedereen in de organisatie mee uitgevoerd wordt
4. Samenwerking en toeleiding naar externe partners wanneer er extra ondersteuning nodig is.

Als eerste item binnen dit beleid willen we werk maken van gezonde voeding. We willen dit procesmatig aanpakken: we willen nu een aantal doelstellingen en acties formuleren die we het volgende werkjaar evalueren en bijsturen om tot een gedragen beleid omtrent dit item te komen. De volgende jaren willen we dit dan uitbreiden naar andere gezondheidsthema's (niet roken, bewegen...).

We willen hierbij vertrekken vanuit een aantal vaststellingen en overwegingen.

- De gezondheid van de jongeren wordt beïnvloed door verschillende factoren:



- Erfelijke/ biologische factoren
- De manier waarop de zorg en hulpverlening georganiseerd is
- De sociale en fysieke omgeving waarin jongeren vertoeven
- Leefstijl en gedrag van jongeren

Tijdens het verblijf van jongeren in de Waaiburg, wordt de Waaiburg een belangrijke fysieke en sociale omgeving van jongeren op dat moment. Bovendien heeft de Waaiburg als omgevingsfactor in het leven van deze jongeren, een invloed op het (on)gezond gedrag en de leefstijl van jongeren.

- Het lijkt geen twijfel dat het publiek (jongeren en hun ouders) van de bijzondere jeugdzorg overwegend behoort tot laaggeschoolde en arme gezinnen. Dit blijkt uit talrijke onderzoeken. Financiële beperkingen, een laag opleidingsniveau, slechte woonomstandigheden en stresserende leefomstandigheden hebben elk hun weerslag op de gezondheid. Zo kampt een stijgend aantal jongeren binnen de bijzondere jeugdzorg met overgewicht, obesitas en ongezonde voedingsgewoonten. Daarvan nemen we aan dat die hun gedrag, stemming en schoolse prestaties beïnvloeden. Ze bezitten vaak een erg beperkte en enge kijk op voeding. Het eten moet lekker, snel te bereiden (of al bereid), goedkoop en bekend zijn. Ze willen het liefst eten zoals ze thuis doen. Uit loyaliteit en/of uit vrees om iets nieuws te proberen. Hun voedingspatroon bepaalt echter mee hun gezondheid en welbevinden. Gezondheid op haar beurt beïnvloedt de kansen op sociale integratie, werkgelegenheid, mentale rust en algemeen welzijn.
- We constateren vooral in de adolescentengroepen (te) veel doktersbezoek. Dit zou vooral bij studiobewoners in relatie kunnen staan met ongezonde voedingsgewoontes.
- Gezonde voeding en een duurzame ecologisch verantwoorde landbouw gaan voor ons hand in hand. We willen verkennen of we op een systematisch en betaalbare manier aan bio -groenten en -vlees kunnen geraken.
- We willen contacten tussen producent en consument stimuleren (bezoek, dagbesteding,...)
- Een beleid rond gezondheid en gezonde voeding valt of staat met bewustmaking en medewerking van ouders, jongeren, logistiek personeel, begeleiders en directie. Het betrekken bij proces en evaluatie van dit beleid is essentieel voor het slagen hiervan.

Doelstellingen en acties

Hoofddoelstelling: de Waaiburg bevordert een gezonde leefstijl bij kinderen en jongeren die er verblijven en bij de ouders en contextfiguren die begeleid worden (in tweede instantie: ook de kinderen, jongeren en gezinnen die in de modules dagbegeleiding en contextbegeleiding begeleid worden).

1. Verhogen van competenties, vaardigheden, kennis en attitude

- De competenties en kennis van het personeel m.b.t. gezonde voeding zijn verhoogd.
 - ⇒ Directie, centrale functies, teams en logistiek personeel zijn geïnformeerd en betrokken bij het bespreken van deze visietekst



- ⇒ Er wordt een vorming georganiseerd voor logistiek personeel en begeleiders over gezonde voeding door VIGeZ, met als doel kennis, attitude en vaardigheden bij te brengen (juni 2015)
- ⇒ Poster met gezonde tussendoortjes.
- De competenties en vaardigheden van jongeren m.b.t. gezonde voeding zijn verhoogd.
 - ⇒ Er worden budgetvriendelijke kookworkshops georganiseerd
 - ⇒ Eigen moestuintjes
 - ⇒ In elke afdeling wordt er een spel gespeeld rond gezonde voeding (Weet en Eet Gezond)
 - ⇒ Poster met gezonde tussendoortjes.
- Jongeren en ouders zijn geïnformeerd over het voedingsbeleid in de Waaiburg
 - ⇒ Jongeren en ouders worden betrokken bij en geïnformeerd over acties rond gezondheid en bij deze visietekst via groepsraad, thema-avond, participatieraad...
 - ⇒ Verkennen van mogelijkheden contacten tussen boeren en jongeren/ouders/begeleiding/logistiek personeel via bezoek en dagbesteding.
 - ⇒ Ook ouders zijn welkom op de kookworkshops.

2. Structurele maatregelen (fysiek en sociaal)

- Er zijn contacten met bioboeren met de bedoeling bio in huis te halen
 - ⇒ Contact met bioboer in Voortkapel (groenten): kan er structureel geleverd worden?
 - ⇒ Contact met bioboer Geel, Steenovens (varkensvlees en kip)
 - ⇒ Contact met bioproducenten zuivel en rundsvlees: via vorige bioboeren?

➤ Gezonde traktaties aanbieden

- De afdelingen met verblijfmodules hebben een gezond en evenwichtig voedingsaanbod:

DRANKEN:

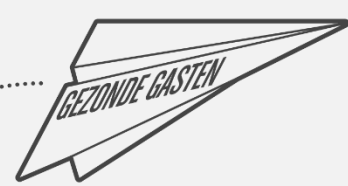
- ⇒ Water en melk zijn permanent beschikbaar
- ⇒ Melk of calciumverrijkte sojadranken met toegevoegde suiker worden beperkt (Fristi, chocomelk,...)
- ⇒ Ongezoet fruitsap is beschikbaar dan gezoet fruitsap
- ⇒ Gebruik van frisdrank wordt beperkt (in elke setting concreter maken?)

TUSSENDOORTJES:

- ⇒ Er wordt dagelijks verse soep aangeboden
- ⇒ Vers fruit wordt dagelijks aangeboden (smoothies, fruitspies, fruitsalade...)
- ⇒ Chocolade, chips, suikersnoep, zoute snacks, chocomousse en koeken arm aan vezels worden sterk beperkt.

WARME MAALTIJDEN:

- ⇒ Frieten, kroketten, puree of gebakken aardappelen: maximum één keer per week
- ⇒ Vet vlees (worst, spek, gehakt) wordt beperkt
- ⇒ Vis en mager tot halfvet vlees (kipfilet, steak,...) wordt meer aangeboden
- ⇒ Volwaardige groenteportie (half bord)! Voldoende variatie! We proberen ook minder bekende groenten!



- ⇒ Vers fruit kan altijd als dessert. Daarnaast bieden we max. 3 keer per week een dessert aan.
- ⇒ Eén maal per week wordt er een vegetarische maaltijd aangeboden.

BROODMAALTIJDEN:

- ⇒ Bruin of volkoren brood is dagelijks beschikbaar.
 - ⇒ Het eten van choco, speculaaspasta, hagelslag wordt beperkt. We stimuleren de jongeren om eerst een boterham met mager vlees (kip, kalkoen, filet de sax, gekookte hesp,...) te eten.
 - ⇒ Pistolets, koffiekoeken, sandwiches eten we enkel in het weekend.
 - ⇒ In plaats van cornflakes halen we gezondere varianten in huis (ongesuikerde muesli).
- Oude en "gesneuvelde" fruitbomen worden vervangen.
 - We maken er een jaarlijkse gewoonte van om onze appels zelf te laten persen.

3. Afspraken

- Voor begeleiders en logistiek personeel:
 - ⇒ Gezonde voeding is een luik binnen de "in service training" die elke nieuwe medewerker van de Waaiburg doorloopt.
 - ⇒ Gezonde voeding is regelmatig een thema binnen groepsraad, thema-avond en participatieraad.
 - ⇒ Begeleiders en ander personeel functioneren als belangrijke rolmodellen en geven het voorbeeld in de groep.
- Voor de individuele jongere:
 - ⇒ Indien jongeren individuele wensen hebben omwille van religieuze, gezondheids- of andere redenen (bv. vegetariërs) houden de koks en de begeleiders hier rekening mee in het voedingsaanbod.

4. Toeleiding en samenwerking

Indien een jongere kampt met obesitas of hulp wil m.b.t. voeding kan er samengewerkt worden met een arts of diëtist.

Evaluatie en bijsturing

- Eerste evaluatie op basis van de bovenvermelde doelstellingen en bijsturing einde 2015
- Werkgroep blijft bestaan en komt minstens één maal per jaar samen
- Er komt een uitbreiding naar andere gezondheidsitems: tabak, beweging en milieu....