

# Gezonde geest in een gezond lichaam

## Projectrapport

Door: Yanne Daelman; projectcoördinator.

Stad Kortrijk – Team welzijn 056 27 72 74

Stad Harelbeke – Karolien Deschildre 056 73 52 54

Gemeente Kuurne – Sociaal huis 056 73 70 11

## Inhoud

1 Inleiding .....	2
1.1 Algemeen .....	2
1.2 Kadernethodieken .....	2
Psychische weerbaarheid .....	2
Rots en water .....	2
Start met cirkelen.....	3
Gezonde voeding .....	3
Oog voor lekkers .....	3
Snack en chill .....	3
2 Doelstellingen.....	4
Hoofddoelstelling .....	4
Subdoelstellingen .....	4
3 Projectverloop .....	5
3.1 Opstart project.....	5
3.2 Implementatie van de methodieken.....	6
Rots en water .....	6
Start met cirkelen .....	6
Gezonde voeding .....	7
3.3 Projectevaluatie.....	8
4 Impact van corona.....	8
4.1 Op het inhoudelijk programma .....	8
4.2 Financiële impact corona.....	9
5 Partners.....	9
6 Participatie vanuit de doelgroep .....	12
7 Evaluatie .....	13
7.1 Procesevaluatie.....	13
7.2 Welzijnsbevraging .....	13
7.3 Drempels en opportuniteiten .....	14
7.4 Lokale verankering.....	18

# 1 Inleiding

## 1.1 Algemeen

Binnen de oproep 'samen gezondheidsongelijkheid verminderen' werd in de *eerstelijnszone (ELZ) regio Kortrijk* tussen januari 2020 en april 2022 het project 'een gezonde geest in een gezond lichaam' geïmplementeerd.

ELZ regio Kortrijk omvat de stad Kortrijk en de gemeenten Harelbeke en Kuurne. De subsidie werd aangewend om in te zetten op de thema's 'gezonde voeding' en 'psychische weerbaarheid' bij de doelgroep van 6 tot 18 jarigen. We werkten daartoe samen met scholen uit het gewoon en het buitengewoon basis- en secundair onderwijs, met een bijzondere aandacht voor kwetsbare leerlingen. Daartoe werden 47 scholen gecategoriseerd op basis van het aandeel leerlingen dat in 2019 een schooltoelage ontving (zie verder, tabel 2) en op basis van volgende criteria:

- Kortrijk: basisonderwijs > 30% lln. met een schooltoelage; secundair onderwijs > 40 % lln. met een schooltoelage.
- Harelbeke: basisonderwijs > 25% lln. met een schooltoelage; secundair onderwijs > 40 % lln. met een schooltoelage.
- Kuurne: basisonderwijs > 25% lln. met een schooltoelage; secundair onderwijs > 40% lln. met een schooltoelage.

Deze scholen worden verder 'kwetsbare scholen' genoemd.

## 1.2 Kadermethodieken

We selecteerden voor het project vier kadermethodieken: twee met betrekking tot psychische kwetsbaarheid, en twee met betrekking tot gezonde voeding. Ten gevolge van de coronacrisis konden niet alle methodieken uitgevoerd worden zoals voorzien. We lichten hieronder toe welke methodieken initieel voorzien werden; in *hoofdstuk 4. Impact van corona* duiden we de doorgevoerde wijzigingen en/of bijstellingen.

### Psychische weerbaarheid

#### Rots en water

Rots en water is een practice based én evidence based programma. De methodiek gaat op basis van fysieke oefeningen aan de slag met sociale vaardigheden en leert de leerlingen omgaan met anderen en hun eigen gedrag. Zelfreflectie is ook belangrijk. '**Rots**' staat voor het kunnen aangeven van de eigen grenzen, het zelfstandig kunnen nemen van beslissingen, en een eigen weg kunnen gaan. '**Water**' staat voor communicatie, kunnen luisteren, samen naar oplossingen kunnen zoeken, en het respecteren van de grenzen van anderen (Rots en water; 2022; doelstelling-sectie).

De bedoeling is het bevorderen van een positieve ontwikkeling van sociale en emotionele competenties en het voorkomen en/of verminderen van problemen op het intra-persoonlijke domein (hoe leerlingen

zichzelf zien) en het interpersoonlijke domein (hoe leerlingen met elkaar omgaan) (Rots en water; 2022; doelstelling-sectie).

Onder het intra-persoonlijke domein valt onder andere: psychologisch welbevinden, seksuele autonomie, internaliserend gedrag, depressieve gevoelens. Onder het interpersoonlijke domein valt o.a.: het verminderen of voorkomen van agressie, seksueel grensoverschrijdend gedrag, pesten en gepest worden. (Rots en water; 2022; doelstelling-sectie).

We implementeerden de methodiek aan de hand van het 'train the trainer' principe: een erkende master-trainer Rots en Water leidde tijdens twee driedaagse basistrainingen in totaal 59 deelnemers op. Na de basistraining waren de deelnemers gecertificeerd om deze methodiek zelf toe te passen bij leerlingen uit het lager en secundair onderwijs.

### **Start met cirkelen**

'Start met cirkelen' werd ontwikkeld door lokale partner LIGAND. De methodiek werd ontwikkeld om op regelmatige basis cirkelgesprekken te voeren in een groep. Die gesprekken zijn gericht op het creëren van veiligheid om zich te durven uitspreken over verschillende thema's, en zo vertrouwen te ontwikkelen binnen een klasgroep. Op die manier kan verbinding ontstaan, waardoor leerlingen zichzelf en anderen beter kunnen begrijpen, waaruit dan weer meer respect en verdraagzaamheid voortvloeit.

## **Gezonde voeding**

### **Oog voor lekkers**

Oog voor lekkers is een initiatief van de Vlaamse overheid en de Europese Unie om gezonde voedingsgewoonten te promoten bij leerlingen van het basis- (gewoon en buitengewoon) en buitengewoon secundair onderwijs. Het principe is dat er wekelijks een stuk fruit/groente aangekocht wordt om op school te eten. Dit vormt een aanknopingspunt voor ouders, leerkrachten en begeleiders om hier een educatief moment aan te koppelen. De school zorgt zelf voor de aankoop van het fruit/groente en kiest een leverancier uit. De school krijgt een Vlaams-Europese subsidie, gedurende 10 of 20 weken (afhankelijk van de voorwaarden).

### **Snack en chill**

Snack en chill is een methodiek die werkt op basis van leerlingenparticipatie. Door het gezellig en laagdrempelig aanbrenge van een winkeltje, zomer- of winterbar, ... worden gezonde snacks en drankjes verkocht. Leerlingen staan, samen met leerkrachten en/of begeleiders, in voor de aankoop, organisatie, verkoop, ... van de producten, maar ook voor het gezellig maken van de plek. De methodiek heeft materialen ontwikkeld om met de leerlingen aan de slag te gaan en het draagvlak te onderzoeken en creëren. Deze methodiek is bedoeld voor het gewoon secundair onderwijs (voorheen ook voor buitengewoon secundair onderwijs, maar dat wijzigde doorheen de coronaperiode). Er kan een korting verkregen worden bij Colruyt voor de eerste 75 scholen die inschrijven. Eén portie kost dan slechts 0,25 euro.

## 2 Doelstellingen

### Hoofddoelstelling

We stelden ons als doel om **de gezondheidsongelijkheid te verminderen bij leerlingen tussen 6 en 18 jaar, en dit zowel op vlak van gezonde voeding als op vlak van psychische weerbaarheid.**

We deden dit aan de hand van de hierboven toegelichte methodieken, en op een manier die toeliet om deze **duurzaam en blijvend te verankeren in het beleid en de visie van de betrokken scholen**; dit heeft ervoor gezorgd dat er structurele samenwerkingen konden gerealiseerd worden tussen scholen en externe partners.

### Subdoelstellingen

#### *Psychische weerbaarheid*

Binnen de pijler 'psychische kwetsbaarheid' stelden we volgende subdoelen voorop:

- Stijging psychische weerbaarheid
- Stijging positief welbevinden
- Betere klassfeer/-dynamiek
- Minder pestgedrag

Indirect werden ook volgende subdoelen aangesproken:

- Stijging zelfvertrouwen
- Daling agressieve gevoelens
- Daling depressieve gevoelens

#### *Gezonde voeding*

Binnen de pijler gezonde voeding stelden we volgende subdoelen voorop:

##### Lager onderwijs

- stijging gezonde voeding en drank
- stijging intake groenten en fruit
- gezondere inhoud brooddoos

##### Secundair onderwijs

- hoger % leerlingen die een gezonde snack eet/aankoopt
- minder frisdrankgebruik
- meer watergebruik
- stijging betrokkenheid leerlingen bij uitwerking van projecten in kader van 'gezonde voeding'

### 3 Projectverloop

#### 3.1 Opstart project

- Voor het project werd een VTE projectcoördinator aangeworven, en werd een stuurgroep en kerngroep opgericht. In de stuurgroep zetelden alle betrokken partners, die het project van dichtbij meevolgden. De kerngroep bestond uit de projectcoördinator, de teamverantwoordelijke welzijn en de beleidsverantwoordelijken onderwijs en gezondheid van de stad Kortrijk, aangevuld met de beleidsverantwoordelijken onderwijs van de lokale besturen Harelbeke en Kuurne.
- We startten met **een onderverdeling van de scholen gelegen in Kortrijk, Kuurne of Harelbeke**; indien relevant maakten we een opsplitsing per afdeling (bij een volledig andere werking in de betreffende afdelingen). Scholen die zich uiteindelijk engageerden voor het project stemden in met de acties binnen beide pijlers: psychische weerbaarheid én gezonde voeding.

Tabellen 1 en 2 geven een inzicht in het totaal aantal scholen ten opzichte van de scholen die uiteindelijk deelnamen:

*Tabel 1: aantal deelnemende scholen in ELZ regio Kortrijk:*

1. Deelname project tov totaal aantal scholen in alle regio's; opgesplitst in basis- en secundair onderwijs			
	basisonderwijs	secundair onderwijs	totaal
totaal aantal scholen	51	28	79
totaal deelnemende scholen	32	15	47

*Tabel 2: aantal (niet) deelnemende scholen - extra opsplitsing:*

2. Deelname project; opgesplitst per regio, basis- en secundair onderwijs; met indicatie scholen die beroep doen op extra middelen						
	totaal aantal scholen	basisonderwijs	waarvan ... scholen rode cijfers/extra middelen (basis)	secundair	waarvan ... scholen rode cijfers/extra middelen (sec.)	
Kortrijk deelnames	32	18	11	14	9	
Harelbeke deelnames	12	11	5	1	1	
Kuurne deelnames	3	3	2	0	0	
totaal deelnames	47	32	18	15	10	

- In de periode januari 2020 – april 2020 bezochten we de scholen voor **een nulmeting**: een mondeling gesprek van 1.5u - fysiek of digitaal naargelang de context dit toeliet - om de beginsituatie en de noden per school in kaart te brengen. We peilden naar een stand van zaken rond verschillende thema's (zie *bijlage 1*) bij zowel directie als zorgcoördinatoren, met focus op psychische weerbaarheid en gezonde voeding. Daarbij werden ook **de vooropgestelde kadermethodieken afgetoetst en toegelicht**. Er beslisten aanvankelijk 49 scholen om deel te nemen, waarvan er twee uiteindelijk afhaakten. In totaal namen dus 47 scholen deel (60% van de aangesproken scholen uit de ELZ regio Kortrijk).
- Om een maximale meerwaarde voor de scholen te kunnen garanderen, **brachten we op basis van de informatie uit nulmeting-gesprekken in kaart hoe we het project optimaal op maat van elke school verder konden ontwikkelen en vormgeven**. We brachten gelijkaardige hiaten, drempels, voorstellen en wensen in kaart, in lijn met de vooropgestelde projectdoelen. Daaruit bleek dat **de methodiek 'oog voor lekkers' reeds goed ingeburgerd was bij de scholen**: veel scholen hadden

die zelf reeds geïmplementeerd via het schoolreglement (dagelijks één stuk fruit/groente meebrengen naar school). We beslisten dan ook om **deze methodiek te vervangen door enkele andere, meer passende en relevante acties onder de noemer “gezonde voeding”**: moestuin, gezonde lunch box en gezonde tussendoortjes (groenten en fruit) in combinatie met een stimulans voor de inschrijving in ‘oog voor lekkers’. We stelden hiertoe per actie een projectfiches samen (zie bijlage 2).

## 3.2 Implementatie van de methodieken

### Rots en water

We organiseerden – binnen het train-the-trainer-principe – twee keer een driedaagse basisopleiding ‘Rots en Water’. Per deelnemende school/afdeling nam minstens één leerkracht/begeleider deel. In totaal telden we 51 leerkrachten/begeleiders. Met het oog op verdere ondersteuning en begeleiding na afloop van het project, namen ook acht medewerkers van de lokale besturen uit Kortrijk, Harelbeke en Kuurne deel. Alle deelnemers verwierven na de opleiding het certificaat van ‘officieel R&W trainer voor kinderen en jongeren’. Zij konden zelf verder met de methodiek én de duurzame verankering ervan in de eigen school. Intervisies werden (digitaal) georganiseerd door partner Ligand en OSIO.

Tabel 3: deelnames 'rots en water'

Deelnames rots en water	
totaal aantal deelnemers	59
basisonderwijs	36
secundair onderwijs	15
andere	8

Na de opleiding kregen alle deelnemers ook een handboek, twee werkboeken en een USB-stick mee. De deelnemers werden opgenomen binnen het Gadaku-instituut<sup>1</sup> en krijgen regelmatig nieuws of nuttige info toegestuurd.

Ten gevolge van de coronacrisis moest de planning van de basisopleidingen bijgesteld worden – zie hoofdstuk 4 Impact van corona.

### Start met cirkelen

Omdat de opleiding Rots en Water, als gevolg van de coronacrisis, pas in een latere fase kon georganiseerd worden, kozen we er voor om in een eerste fase ook de tweedaagse opleiding ‘start met cirkelen’ aan te bieden. Voor deze opleiding werden groepen per maximaal 15 deelnemers gemaakt. Er waren in het totaal een vier groepen, later aangevuld met een vijfde extra groep. De eerste drie groepen (september 2020) konden de opleiding live volgen, de laatste twee groepen (februari 2021) kregen een digitale versie.

<sup>1</sup> Zie [www.rotsenwater.nl](http://www.rotsenwater.nl)

Tabel 4: deelnames 'start met cirkelen'

Start met cirkelen	
Basisgroepen	47
Basisgroepen beleidsfuncties	4
Extra aanbod secundair	15
TOTAAL	66

De deelnemers ontvingen allen het handboek 'start met cirkelen'. Intervisies werden (digitaal) georganiseerd door partner Ligand.

### Gezonde voeding

De methodiek 'oog voor lekkers' werd, zoals hierboven vermeld, vervangen door drie projecten rond gezonde voeding. Het opzet was om leerlingen zelf te laten participeren (om zo hun interesse en betrokkenheid aan te wakkeren), en via werkgroepen met zowel ouders als leerlingen de gezondheidsprojecten verder vorm te geven.

Scholen konden kiezen uit één van de drie projecten, die zowel mondeling als schriftelijk werden toegelicht tijdens specifieke contactmomenten:

- Gezonde lunchbox: de inhoud van de brooddoos gezonder en voedzamer maken; zelf leren om een lekkere, gemakkelijke en gezonde lunchbox samen te stellen of de eigen ouders hierbij te helpen. Belangrijk is aandacht voor multiculturele verschillen, budget, snelheid én gezondheid.
- Gezonde tussendoortjes (groenten en fruit): leren kennen en eten van nieuwe fruitsoorten, kennismaken met seizoensgebonden en lokale groenten en fruit. Belangrijk is dat leerlingen minstens 1x/week een stuk fruit/groente op school eten.
- Moestuin: leerlingen in contact te brengen met de herkomst van groenten en fruit (hoe groeit dit, vergt dit al dan niet veel werk, ...), hen proefondervindelijk kennis laten maken met seizoensgebonden groenten en fruit, op een ecologische manier moestuinieren. Belangrijk is het leren kennen van het herkomst-proces van groenten en fruit.

Tabel 5: aantal deelnames per voedingsproject

5. deelname voedingsprojecten			totaal
	basis	bijzonder secundair	
moestuinen	13	2	15
gezonde lunchbox	11	2	13
sensibilisering groenten en fruit	8	1	9
totaal			37

We organiseerden drie digitale contactmomenten per voedingsproject per jaar om de deelnemende scholen de ondersteunen en te begeleiden. Op vraag werd ook ondersteuning ter plaatse geboden.



### 3.3 Projectevaluatie

We evalueerden het project op regelmatige tijdstippen aan de hand van een procesevaluatie en een welzijnsbevraging. Informatie over deze evaluaties en de resultaten staat beschreven in hoofdstuk 7.

## 4 Impact van corona

### 4.1 Op het inhoudelijk programma

Het coronavirus had een grote impact op het projectverloop én op de (deelnemende) scholen. Diverse activiteiten moesten bijgesteld, uitgesteld, anders georganiseerd of zelfs geannuleerd worden. We sommen hieronder de belangrijkste wijzingen op:

#### Rots en Water

- Zowel de sessie in september 2020 als die in januari 2021 moest uitgesteld worden;
- De twee geplande sessies werden verplaatst naar september 2021, gevolgd door één intervisie voor het basisonderwijs en één voor het secundair onderwijs.

#### Start met cirkelen

- Omdat Rots en Water uitgesteld werd en de nood aan psychische ondersteuning voor onze doelgroep toenam, werd de tweedaagse opleiding Start met cirkelen vervroegd georganiseerd; deze mocht wel doorgaan gezien de opleiding niet gericht was op fysiek contact en het aantal deelnemers beperkt werd tot 15. In februari gingen de opleidingen digitaal door.
- De opleidingen gingen door in de maanden september 2020 en februari 2021.

#### Snack & chill

- Het basisidee van 'snack en chill' was samenscholing, wat verboden werd naar aanleiding van de coronacrisis.
- Voor de secundaire scholen buitengewoon onderwijs betekende dit dat ze konden aansluiten bij de projecten van het lager onderwijs, omdat zij recht hebben op subsidie vanuit 'oog voor lekkers', net zoals het basisonderwijs.
- Voor de reguliere secundaire scholen moest het aanbod 'snack & chill' geannuleerd worden. In samenspraak werd ter compensatie een extra opleiding 'Start met cirkelen' georganiseerd.

#### Voedingsprojecten

- Het project moestuinieren  
Externe voedingsactiviteiten (bezoek aan PTI voor het aanleren van handvaardigheden, kennismaking met moestuinieren) uitgesteld; kennismaking door leerkrachten afgelast, ouderparticipatie en schoolbabbels gingen niet door.
- Het project gezonde lunch box  
Samenwerking met secundaire scholen voor kookworkshops afgelast, digitale kookworkshops opgemaakt, ouderparticipatie en schoolbabbels afgelast, oudere kinderen geven workshop aan jongere kinderen afgelast, externe voedingsactiviteiten uitgesteld

- Het project gezonde tussendoortjes  
Externe voedingsactiviteiten uitgesteld, ouderparticipatie en schoolbabbels afgelast.

\*Over alle methodieken heen werd de geplande ouder- en leerlingen participatie op school vervangen door twee 'gezonde namiddagen' met bijhorend een ouderbevraging (*bijlage 3*) in De Deelfabriek<sup>2</sup>.

## 4.2 Financiële impact corona

- Ten gevolge van de coronacrisis ging de projectcoördinator deels in tijdelijke technische werkloosheid. Daardoor kon het project later verlengd worden tot eind april '22.
- De groepsverdeling van 'rots en water' ging van 40-20 naar 30-30 deelnemers, wat een financieel voordeel met zich mee bracht. Dit budget werd geheroriënteerd voor de opleiding 'start met cirkelen'.
- Initieel was € 38.000 voorzien voor de acties gezonde voeding, maar door het wegvallen van snack & chill werd dit budget deels geheroriënteerd. De financiële middelen voorzien voor snack & chill werden samengeteld en verdeeld over de verschillende scholen: scholen met een hoog % leerlingen dat een schooltoelage ontvangt, kregen extra budget ten opzichte van de andere scholen. De redenering hierachter was: de scholen met meer kwetsbare leerlingen kunnen moeilijker verwachten van leerlingen om materialen (lees: potjes, snijmesjes, tuinharkjes, ...) mee te brengen naar school, omdat het kind dit misschien niet heeft of dit een kost zou meebrengen voor de ouders. Deze scholen kregen voldoende budget om materialen aan te kopen voor 1 volledige klas. Daarnaast werd elk voedingsproject apart bekeken qua materialen en welk budget bruikbaar kan zijn om dergelijke materialen aan te kopen. In totaal werd hiertoe € 26.000 voorzien. De verdeling van de budgetten zag er als volgt uit:

(berekend op initiële deelnames aan de voedingsprojecten (39 scholen), later vielen twee scholen af - zie tabel 5).

	Kwetsbare school <i>Bedrag in euro x aantal scholen</i>	Niet kwetsbare school <i>Bedrag in euro x aantal scholen</i>
Moestuinen	800 x 7	500 x 8
Gezonde lunchbox	820 x 9	690 x 4
Gezonde tussendoortjes	550 x 7	430 x 4

## 5 Partners

Binnen de eerstelijnszone regio Kortrijk is er een goed contact tussen de lokale besturen van Kortrijk, Harelbeke en Kuurne. De projectcoördinator startte een kerngroep op die op geregelde tijdstippen samenkwam, en waarin vooral praktische zaken afgestemd werden. Hierin konden de lokale besturen feedback geven en werden brainstorms georganiseerd. De input van de drie gemeenten werd

<sup>2</sup> [www.kortrijk.be/deelfabriek](http://www.kortrijk.be/deelfabriek)

meegenomen in het project, en indien nodig werd de middenweg gezocht of werden per stad specifieke keuzes gemaakt, afhankelijk van de beslissing.

In het project kwamen heel wat samenwerkingen tot stand: overleg, brainstorm, feedback tot echt uitvoeren van taken en opnemen van duurzame contacten. De gelegde contacten en gemaakte en uitgevoerde projecten zullen een plek op de website van het lokaal bestuur krijgen. Op deze manier kan de school de projecten verder uitrollen en zelf gaan voor de keuzes die het best in hun schoolbeleid en -visie passen, maar ook acties kiezen die het best aansluiten bij hun doelpubliek.

Partner	Aard van de samenwerking
Ligand/Oranjestad/aura	<ul style="list-style-type: none"> <li>°Overleg voor extra aanbod secundaire scholen om in te zetten op psychische weerbaarheid</li> <li>°Aanbod 2 daagse opleiding 'start met cirkelen'</li> <li>°Aanbod intervisies in navolging van opleiding 'start met cirkelen'</li> <li>°Aanbod intervisie voor secundaire scholen in navolging van opleiding 'rots en water'</li> <li>°Deelname aan stuurgroep</li> </ul>
Groep Intro	<ul style="list-style-type: none"> <li>° Overleg voor extra aanbod secundaire scholen om in te zetten op psychische weerbaarheid</li> <li>°maken moestuinbakken voor scholen binnen moestuinproject die kiezen om in bakken te moestuinieren</li> <li>°Deelname aan stuurgroep</li> </ul>
Osio	° Aanbod intervisie voor basisscholen in navolging van opleiding 'rots en water'
Gadaku Instituut	°Aanbod 3 daagse basisopleiding 'rots en water'
Doerak	<ul style="list-style-type: none"> <li>°Aanbod interactieve en educatieve sessie rond gezonde lunchbox</li> <li>°Aanbod interactieve en educatieve sessie rond gezonde tussendoortjes</li> <li>°Locatie voor filmpje VVSG om 3 voedingsprojecten in beeld te brengen</li> </ul>
Stadsboerderij	<ul style="list-style-type: none"> <li>°Aanbod interactieve en educatieve sessie rond gezonde lunchbox</li> <li>°Aanbod interactieve en educatieve sessie rond gezonde tussendoortjes</li> </ul>
PTI Kortrijk	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nauwe samenwerking in kader van het moestuinproject</li> <li>°Bijstand bij vragen</li> <li>°Opmaak en aanbod zaaikalenders, afgestemd op schoolsysteem met vakanties</li> <li>°Bijstand voor scholen die moestuin in de grond zullen opstarten, geven tips hoe de grond moestuin-klaar gemaakt moet worden</li> <li>°Aanbod interactieve en educatieve sessie om handvaardigheden aan te leren om te werken in de moestuin</li> <li>°Aanbod interactieve en educatieve sessie om kennis te maken met moestuinieren op verschillende manieren</li> </ul>
Food Act	<ul style="list-style-type: none"> <li>°Bespreken en bekijken eventuele mogelijkheden voor beleveren alle scholen of alle kwetsbare scholen.</li> <li>°Deelname aan stuurgroep</li> </ul>
Moestuin in de wijk de Venning	°Aanbod interactieve en educatieve sessie over moestuinieren

Deelfabriek	<ul style="list-style-type: none"> <li>° Informele gesprekken met kwetsbaar doelpubliek over hiaten, moeilijkheden betreffende inhoud lunchbox, gezonde tussendoortjes, gezonde voeding.</li> <li>° Afnemen ouderbevraging in verband met gezonde voeding, projecten in scholen, hiaten + aanbod fruitsalades aan bezoekers deelfabriek tijdens deze afname.</li> </ul>
A'kzie	<ul style="list-style-type: none"> <li>° Informele gesprekken met begeleider A'kzie en kwetsbaar doelpubliek over hiaten, moeilijkheden betreffende inhoud lunchbox, gezonde tussendoortjes, gezonde voeding.</li> </ul>
Vlaams Instituut Gezond Leven (VIGL)	<ul style="list-style-type: none"> <li>° Afname materialen in kader van gezonde voeding: placemats, affiches, ...</li> <li>° Afstemmen verdeling gezonde voeding in kader van input welzijnsbevraging</li> </ul>
LOGO Leieland	<ul style="list-style-type: none"> <li>° Bijstand bij vragen</li> <li>° Deelname aan stuurgroep</li> </ul>
VORK	<ul style="list-style-type: none"> <li>° Brainstormen in verband met gezonde lunchboxen</li> <li>° Aanbod fruitsalades voor ouderbevraging in de deelfabriek</li> <li>° Deelname aan stuurgroep</li> </ul>
Lokale besturen	<ul style="list-style-type: none"> <li>° Deelname aan kerngroep</li> <li>° Afstemmen beslissingen, samen beslissingen nemen</li> <li>° Meedenken en uitvoeren van output binnen hun eigen werking</li> <li>° Aanbod zalen voor opleidingen</li> <li>° Deelname aan stuurgroep</li> <li>° Deelname vanuit beleid, sport, jongeren, brugfiguren aan opleiding 'start met cirkelen' en 'rots en water'; hiermee duurzame werkingen stimuleren en draagvlak creëren.</li> </ul>
CLB Mandel en Ieie; CLB Groeninge	<ul style="list-style-type: none"> <li>° Deelname aan stuurgroep</li> <li>° Verkennend overleg bij start project</li> </ul>
Ajko	<ul style="list-style-type: none"> <li>° Deelname aan stuurgroep</li> <li>° Deelname aan opleidingen ikv psychische weerbaarheid. Hiermee duurzame werking stimuleren.</li> </ul>
Brugfiguren onderwijs	<ul style="list-style-type: none"> <li>° Deelname aan opleidingen psychische weerbaarheid</li> <li>° Brainstorm haalbaarheid ideeën en uitwerking voedingsprojecten aan start van project.</li> </ul>
Scholen	<ul style="list-style-type: none"> <li>° Deelname aan project 'gezonde geest in een gezond lichaam'</li> <li>° Uitwerken voedingsprojecten in de school</li> <li>° Deelname aan contactmomenten voor gezonde voeding</li> <li>° Deelname aan opleidingen psychische weerbaarheid</li> <li>° Deelname aan interviews in kader van psychische weerbaarheid</li> <li>° Afnemen welzijnsbevraging bij leerlingen</li> <li>° Deelnemen aan procesevaluatie</li> </ul>
Professor Alain van Hiel, Bernard Bruggeman	<ul style="list-style-type: none"> <li>° Opstellen welzijnsbevraging</li> <li>° Afnemen welzijnsbevraging</li> <li>° Analyseren database van welzijnsbevraging</li> <li>° Rapport en linken maken uit resultaten vanuit welzijnsbevraging</li> </ul>
Vrijwilligers	<ul style="list-style-type: none"> <li>° Aanbod rond composteren in klassen van het moestuinproject wordt gegeven door vrijwilligers</li> </ul>
IMOG	<ul style="list-style-type: none"> <li>° Aankoop potgrond in kubieke meter voor scholen binnen moestuinproject</li> </ul>

## 6 Participatie vanuit de doelgroep

We werkten binnen het project op verschillende manieren aan participatie:

- We bereikten de **doelgroep** van 6 – 18 jarigen via de scholen, waar telkens een contactpersoon werd aangesteld in functie van de projectcommunicatie.
- De vooropgestelde methodieken en thematieken werden op diverse momenten afgetoetst bij **de scholen**, onder andere tijdens de nulmeting maar ook binnen het ontwikkelde aanbod:
  - o Rots en water: voor het indienen van het dossier kwam vanuit de scholen een sterk signaal naar meer ondersteuning in verband met de psychische gezondheid bij leerlingen. De organisatie van Rots en Water was een antwoord op dit signaal (vorm: vraag en aanbod). Tijdens de opleidingen van rots en water ging de lesgever aan de slag. Er was ruimte voor reflectie en school-specifieke inbreng (vorm: combinatie van participatie als instrument en uitgangspunt).
  - o Start met cirkelen: in samenspraak (vorm participatie als uitgangspunt) met de lokale partners met expertise rond psychische gezondheid (Ligand en groep Intro) werd in overleg gezocht naar een methodiek die op diezelfde doelstellingen antwoord kon geven. We kozen voor de bestaande methodiek 'start met cirkelen' van de lokale partner LIGAND. Tijdens de opleiding gingen we samen de groep aan de slag. Er was ruimte voor reflectie en school specifieke inbreng en vragen (vorm: combinatie van participatie als instrument en uitgangspunt).
  - o Voedingsprojecten: de input uit de nulmeting vormde de basis voor de ontwikkeling van de voedingsprojecten. De acties binnen deze projecten werden vooral op een instrumentele manier aangebracht. Elke school kon dan op zijn school specifieke manier met de voorgestelde acties aan de slag, zij kozen zelf hoe ze dit op school met de doelgroep aanpakten, zodoende dit op maat was.
- Intervisie: vorm van participatie is hier uitgangspunt. De scholen en deelnemers gingen samen aan de slag om oplossingen te zoeken voor de zaken waar ze op botsen.
- Ondersteuning van de scholen (kanaal om doelgroep te bereiken): bij vragen, problemen werd er samen gezocht naar een oplossing. Hier was de vorm van participatie vooral als uitgangspunt. In onderling overleg werd een oplossing gevonden. De ondersteuning gebeurde zowel collectief (contactmomenten) als individueel (telefonisch, mail, live).
- De scholen hadden via werkgroepen volledige inspraak in hoe ze het project in de praktijk uitwerkten; zij zijn expert in hoe hun school werkt en wat het beste werkt met hun leerlingen en binnen hun beleid. Er werden dus kansen gegeven op vlakken van planning, inhoud, strategie, aanpak en organisatie binnen de school zelf.
- **Participatie door ouders en de buurt** van de school werd bemoeilijkt door corona en bijna onmogelijk: zo was er onder andere een verbod op niet essentiële derden op school. Zoals hoger beschreven bereikten we de ouders via contactnamiddagen in De Deelfabriek en via informele gesprekken.
- Er was een goeie samenwerking met **externe partners** die advies en activiteiten aanboden. We gingen met hen in gesprek over hun aanbod, en volgden hun expertise.

## 7 Evaluatie

### 7.1 Procesevaluatie

Om het project(verloop) te monitoren en tussentijdse aanpassingen door te voeren waar nodig, werkten we aan de hand van procesevaluatie via google forms. Elk semester (december 2020, juni 2021, december 2021) werd een vragenlijst afgenomen bij de scholen waarin ervaringen werden bevroegd. Telkens werden grafieken uit de bevraging gehaald, er werd een vergelijkend rapport geschreven (*bijlage 4*).

Scholen konden bepaalde acties niet onmiddellijk opnemen omwille van het coronavirus, maar gingen actief aan de slag met de zaken die wel konden doorgaan. Eens alles terug kon, werden ook de resterende acties (bv. Bezoek aan externe activiteit) opgenomen.

Na elk semester werd rekening gehouden met de input van de scholen om de werking al dan niet aan te passen. Zo werden bijvoorbeeld de voedingscontactmomenten vanaf het laatste semester afgeschaft, wegens te weinig nuttig ervaren.

Uit de procesevaluatie komt duidelijk naar voren dat het project echt vastgepakt werd in de mate van het mogelijke. Scholen gingen aan de slag met de materialen, leerden nieuwe zaken kennen, én waren hier enthousiast over. Heel wat scholen willen ook de materialen verder gaan hanteren in de toekomst. Er kan geconcludeerd worden dat er dit jaar veel bijscholing was, er nieuwe materialen en methodieken aangeleerd werden, kennis verbreed werd, het enthousiasme om met deze thematieken aan de slag te gaan vergrootte en dat zaden geplant zijn om verdere implementatie te bewerkstelligen.

### 7.2 Welzijnsbevraging

Voor de **welzijnsbevraging** werkten we samen met dhr. Bernard Bruggeman, prof. Alain Van Hiel, assistenten Barbara Valcke en Fien Geenen van UGent,. Samen met het team werd een welzijnsbevraging opgesteld die in het begin van het project (2020) en op het einde (2021) van het project werd afgenomen bij leerlingen vanaf het 5<sup>de</sup> leerjaar. Hiermee werden de beoogde doelen en effecten op vlak van psychische weerbaarheid en gezonde voeding gemeten.

Om de concrete impact van de diverse acties in kaart te brengen, werkten we op basis van een monitor, verspreid over twee schooljaren (2020-2021 en 2021-2022). Alle variabelen zijn dus gebaseerd op zelfrapportage. De rapportage is een weergave van de resultaten van de meting eind 2021 ("wave 2" (*bijlage 5*); 2569 leerlingen uit 36 scholen) en de nulmeting van eind 2020 ("wave 1" (*bijlage 6*); 2935 leerlingen uit 42 scholen).

Er werd aan de hand van de bevraging antwoord gezocht op de vooropgestelde doelstellingen binnen dit project. Er werd dieper ingegaan op de link met sociaal economische status (SES), etnische achtergrond, aantal generaties. In het tweede rapport (w2) komt ook een vergelijking met w1 naar voren.

In het eerste rapport (wave 1) werd een antwoord gevormd op deze onderdelen:

<b>geestelijke gezondheid</b>	<b>Gezonde voeding</b>
Positief welbevinden	Algemene impact/significanties
Zelfvertrouwen/zelfbeeld	Algemene eetgewoontes
Depressieve gevoelens	Groenten- en fruitintake
Agressieve gevoelens	Tussendoortjes
Klassfeer/-dynamiek	Inhoud lunchbox
Pestgedrag	Drinkgewoonten
Weerbaarheid	

In het tweede rapport (wave 2) werd een antwoord gevormd op deze onderdelen:

<b>Welbevinden</b>	<b>Voeding</b>
Positief welbevinden	Consumptiepatroon drank en voeding
Zelfbeeld	Ontbijt
Depressieve en angstgevoelens	Tussendoortjes
Pesten en gepest worden	Middagmaal
School en leer-welbevinden	De "lege brooddoos"
Leerprestaties (zelf ingeschat)	Inhoud brooddoos
Sociale steun	

Bij de acties onder psychische gezondheid kwam vooral naar voren dat er grote effecten zijn tussen w2 en w1. Daar wordt gezien dat de coronasituatie een grote impact had op de leerlingen; met in bijzonder de leerlingen die het al moeilijker hadden, rapporteerden het nog moeilijker te hebben in w2. De sessies rots en water hadden een kleine implementatieperiode (omwille van coronacrisis). De resultaten die in het rapport gevonden worden bevestigen dat het goed was om in te zetten op psychische weerbaarheid en dit is een duidelijk signaal om dat in de toekomst alleen maar verder te zetten.

Bij de acties onder gezonde voeding worden eerder kleine effecten gevonden tussen w2 en w1, met uitzondering van energydranken in het secundair onderwijs. Voedingsacties gebeurden enkel in het basisonderwijs (gewoon, buitengewoon) en buitengewoon secundair onderwijs (kleine testgroep). De cijfers tonen nog geen grote algemene vooruitgang, maar ook geen grote achteruitgang. Belangrijk hierbij is in acht nemen dat gedragsverandering op zo'n grote schaal enige tijd vraagt. Ook de coronacrisis zorgde mogelijks voor andere routines en voedingsgewoonten. Wel valt op dat snoep en chips regelmatig genuttigd worden en in het secundair minder dagelijks fruit wordt gegeten in w2, ook de verdeling wit en bruin brood is veranderd in w2. In het rapport kan het interessant zijn voor lokale besturen en overheden om het onderdeel middagmaal te checken vooraleer beleid te voeren. Daar kunnen gegevens gevonden worden over welke maaltijd (warm, brooddoos, ...) genuttigd wordt gelinkt aan etnische achtergrond, SES, ...

De individuele schoolrapporten geven nog duidelijkere resultaten per school, gelinkt aan het voedingsproject dat zij uitvoerden. Hieruit blijkt dat er vooruitgang zichtbaar is op de items waar de school op inzette en de inspanning die geleverd werd.

## 7.3 Drempels en opportuniteiten

De term 'gezonde voeding'

Uit de nulmeting bleek dat heel wat scholen 'gezonde voeding' door elkaar haalden met kcal-arm of bio, lokaal, natuurlijk of zelfs met duurzaamheid en dus het vermijden van plastic in een brooddoos. Niet iedereen weet dus wat gezonde voeding nu eigenlijk inhoudt. Het is natuurlijk een heel breed spectrum en heel persoonsgebonden. Er wordt in scholen advies gegeven en keuzes worden gemaakt vanuit een eigen kennis en overtuiging. Een opportuniteit hier is het sensibiliseren en sessies aanbieden voor scholen, opvoeders, leerkrachten.

### Materialen

Zoals uit de procesevaluatie bleek, waren nog heel wat van de aangereikte materialen onbekend voor de scholen. De materialen werden positief bevonden. Projecten bieden een mooie opportuniteit om de kennis van scholen te verbreden qua materialen (al dan niet gratis). Blijvend herinneren aan deze bestaande materialen via bijvoorbeeld een nieuwsbrief kan een mooie uitkomst zijn en wordt sterk aanbevolen.

### Westers denkkader

We merkten op dat er beleidsmatig nog sterk gedacht en gewerkt wordt vanuit een Westers denkkader. Heel wat instanties die werken rond gezonde voeding, werken nog té weinig met een inclusieve mindset waarbij rekening gehouden wordt met financiële kwetsbaarheid, weinig tijd, multiculturele aspecten en laagdrempeligheid. Zo zijn recepten opgesteld door overheidsinstanties vaak met een resem aan ingrediënten die niet goedkoop zijn en waar dan heel weinig hoeveelheid van nodig is. Daarnaast kwam tijdens de nulmeting naar voren dat veel scholen als lunch enkel boterhammen toelaten en bijvoorbeeld geen pastasalades of dat sommige scholen geen yoghurt/plattekaas/kwark toelaten als tussendoortje. Dit is vaak omwille van praktische redenen (zoals vb. het feit dat yoghurt moet bewaard worden in een koelkast). Dit zijn praktische bezwaren, die makkelijk kunnen opgelost worden als er duidelijke beleidskeuzes zijn om rond gezonde voeding te werken.

Uit de nulmeting bleek ook dat er niet per definitie veel lege brooddozen zijn, maar wel ongezonde. Wie beslist wat gezond is en wat niet?

Twee voorbeelden:

- Pizza in de Westerse termen geklasseerd als ongezond (heel bewerkte voeding met dierlijke vetten), maar wat als het gezin dit nu 's morgens helemaal vers maakt met eigen deeg en heel wat groenten. Kunnen we dan nog steeds spreken over een ongezonde lunch?
- Wat als leerlingen 's middags een kleinigheid mee hebben als lunch (bijvoorbeeld: fruit en yoghurt; granola en yoghurt; stukje quiche)? Dit wordt al snel geklasseerd als: weinig tot een lege brooddoos. Maar wat als die leerlingen na de schooluren thuis ontvangen worden met een rijkelijke gezonde maaltijd?

We kunnen besluiten dat het Westerse denkkader betreffende gezonde voeding een drempel kan zijn om inclusief en maximaal in te zetten op gezonde voeding. Een opportuniteit is een inclusievere en bredere kijk op gezonde voeding. Diversiteit in focusgroepen, samenwerken met ervaringsdeskundigen, ... zijn hier mogelijke oplossingen.



### Van actie naar beleidskeuze

Een project biedt (financiële) mogelijkheden, maar dit is vaak een tijdelijk gegeven. Toch zijn er steeds terugkerende kosten om in te zetten op gezonde voeding, mits een kwalitatief resultaat te behouden. Duurzame samenwerkingen met partners bieden hier een oplossing, maar zijn uiteraard ook steeds betalend. Opnieuw kan hier een écht duurzaam verhaal ontstaan wanneer andere beleidskeuzes gemaakt worden. De wil en het enthousiasme om in te zetten op gezonde voeding en hiervoor samen te werken is er bij heel wat organisaties, het lokale bestuur en de scholen.

Binnen de lokale besturen viel op dat er in het verleden acties opgezet werden, maar dat dit niet altijd structureel ingebedde beleidskeuzes zijn. Dit zorgt ervoor dat verschillende acties heel versnipperd behandeld worden door organisaties, partners en collega's. Het zorgt ervoor dat bvb. gezonde voeding geen eenduidig verhaal is. Daarnaast zijn er heel wat organisaties zoals VORK, stadsboerderij, vzw Doerak, ... die willen werken rond gezonde voeding en een mooi aanbod hebben. Dit is meestal een betalend aanbod. Scholen met veel kwetsbare leerlingen vallen uit de boot, omdat zij deze activiteiten en bezoeken moeilijker kunnen doorrekenen aan de ouders.

Een opportuniteit is om van gezonde voeding een beleidskeuze te maken, waar ook financiële middelen worden vrijgemaakt om structureel gezondheidsongelijkheid te verminderen. Dit zou de mogelijkheid bieden om alles rond gezonde voeding te bundelen bij één (of meerdere) medewerker(s) die overzicht kan behouden, duurzame samenwerkingen kan opzetten, scholen specifieke bijstand kan bieden en ook zo contacten leggen met partners. De financiële middelen kunnen scholen helpen om de leerlingen, inclusief kwetsbare leerlingen, naast sensibilisering in de klas ook van een aanbod te voorzien.

### Deprivatie

Uit de procesevaluatie bleek dat scholen/leerkrachten/zorgcoördinatoren vaak geen zicht hebben op de kwetsbare situatie van leerlingen, en dus ook moeilijk kunnen concluderen of er vooruitgang is bij kwetsbare kinderen op vlak van gezondheid. Vanuit de Koning Boudewijn stichting werd een handleiding opgesteld voor het meten van materiële deprivatie bij kinderen aan de hand van 17 indicatoren. Punt 3 en 4 van deze indicatoren gaan over gezonde voeding en betreffen respectievelijk *dagelijks vers fruit en verse groenten* en *dagelijks vlees, kip, vis of een vegetarisch equivalent*. Kortrijk heeft de ambitie om met die 17 indicatoren, ontwikkeld door prof. Vandenbroucke, aan de slag te gaan. Men wil signalen die kunnen wijzen op een kwetsbare situatie bij het kind zo vroeg mogelijk oppikken. Hiervoor wil men een concrete checklist/handleiding ontwikkelen om medewerkers in het onderwijs (leerkrachten, CLB, directie, ...) te helpen bij het detecteren van signalen en hen verder te gidsen naar gepaste hulp. Dit kan handvaten bieden om op vlak van onder andere gezonde voeding beter en gerichtere acties en beleid te voeren.

### Druk op scholen/draagvlak

Projecten bieden enorme mogelijkheden om mooie en duurzame veranderingen te realiseren. Belangrijk is wel dat elke school zijn eigen werking, identiteit en visie heeft.

Projectwerking in en met scholen biedt naast grote en goede opportuniteiten, ook enkele drempels:

- Een eenduidige visie binnen directie en lerarenkorps.

- Extra werk/inspanning (e-mails, contacten, vergaderingen, uitwerking, brainstorm, aanpassen aan de school-specifieke situatie, ...).
- Meetrekken en optrommelen collega's, leerlingen, ouders.

Daarnaast is er het gekende lerarentekort en de gekende werkdruk. Met een project erbij verhoogt de werkdruk voor één of meerdere leraren. Wanneer er dan ziekte of uitval is, zorgt dit dat er keuzes gemaakt worden en prioriteiten gesteld: educatie en het behalen van de lesdoelen gaat altijd voor. Idealiter worden projecten mee opgenomen in lessen en worden op deze manier de lesdoelen behaald; zo kan de 'extra' gezien worden als een structureel ingebedde keuze.

#### Opleiding en intervisies

- Signalen gegeven door scholen in verband met beleidskeuzes werden meegenomen in dit rapport. De vraag naar een vervolgopleiding 'rots en water' is sterk aanwezig; de vraag naar de verdiepingsopleiding 'tweedaagse voor basisscholen' is het grootst. Dit werd gecommuniceerd naar de betrokken lokale besturen. Binnen het Gadaku instituut is Rina Ykema contactpersoon en kan zij op maat gemaakte offertes bezorgen. Het is een opportuniteit om in de toekomst ook opleiding samen met de drie gemeentes te organiseren, zodoende groepskorting te krijgen. 45% van de deelnemende scholen is bereid om ook zelf een aandeel te betalen om de methodieken te verduurzamen.
- 74% van de deelnemende scholen zijn voorstander om blijvend intervisies te organiseren voor 'start met cirkelen', 88% van de deelnemende scholen scoort rots en water als een goede tot heel goede methodiek.

*In functie van overdracht naar de lokale besturen werd onderstaande info in kaart gebracht:*

- *Intervisies 'start met cirkelen'*  
*Door: Ligand*  
*Prijs: 325 euro per sessie*  
*Deelnemers: groep van 15*
- *Intervisies 'rots en water'*
  - o *Basisonderwijs*  
*Kan via osio (vooral ervaring met basisonderwijs) – bijlage 7*  
*Prijs: 200 euro voor 1 sessie.*  
*Deelnemers: af te stemmen*
  - o *Secundair onderwijs*  
*Kan via Ligand (lokale partner; volgde sessie mee met leerkrachten van deelnemende scholen)*  
*Prijs: 325 euro per sessie*  
*Deelnemers: af te stemmen*
- *Hernieuwing accreditatie (na 4 à 5 jaar)*  
*Na 4 à 5 jaar dienen deelnemers die gecertificeerd werden een opfrisdag te volgen, zodoende hun accreditatie te behouden en in de mogelijkheid te zijn actief met de methodiek aan de slag te*

*blijven. Zij worden daar zelf van op de hoogte gebracht. Voor een groep van 59 deelnemers komt dit op 6850 euro (incl. boeken, excl. verplaatsingskosten) – bijlage 8.*

- *Verdiepingsopleiding voor basisonderwijs*

*Er namen 32 basisscholen deel aan de opleiding rots en water en nog enkele beleidsmedewerkers. Als deze opleiding aangeboden wordt, zal de prijs variëren tussen 9850 euro (30 deelnemers) en 12 900 euro (40 deelnemers), beiden incl. boeken – bijlage 9.*

## 7.4 Lokale verankering

### Website

Elk lokaal bestuur van de ELZ regio Kortrijk kreeg input om op hun website te plaatsen (*bijlage 10*). Die omvat alle nuttige info die scholen kunnen gebruiken om het project verder te zetten. De input van de voedingsprojecten is beschikbaar, waardoor scholen die nu inzetten op gezonde lunchboxen bijvoorbeeld ook handvaten krijgen om in te zetten op moestuinen of gezonde tussendoortjes. De website krijgt de projectfiches, alle ontworpen materiaal (bv. zaaikalenders, filmpjes voor workshops, recepten), linken om gratis te verkrijgen materialen die gebruikt werden te bestellen, contactgegevens van de (lokale) partners waarmee samengewerkt werd, zodoende scholen deze contacten zelf kunnen onderhouden.

Dit zorgt ervoor dat scholen de acties die voor hun school nuttig bleken verder kunnen uitrollen en implementeren. Het is tevens een platform om nieuwe input voor andere projecten te gebruiken, waardoor een school die nu inzet op tussendoortjes in de toekomst ook aan de slag kan met de moestuin. De externe contacten kunnen door de school zelf onderhouden worden.

### Uitleen-box Rots en Water

We ontwikkelden een uitleen-box met materialen die de school ondersteunen bij de organisatie van 'rots en water'. Dit geeft alle scholen die de sessie volgden en een gecertificeerd medewerker in hun team hebben, de mogelijkheid om ermee aan de slag te gaan. We zetten hiermee sterk in op de verduurzaming en nemen de drempel van 'geen materiaal' weg. Elk lokaal bestuur staat zelf in voor het uitleensysteem. Kortrijk krijgt twee boxen, Harelbeke één en Kuurne één.

Elke box bevat ballen verschillende kleuren, 24 pingpongballen, fluohesjes in verschillende maten, 12 handpads, pool noodles, een set voetbalpionnen, verschillende kleuren judogordels, 12 stootkussens, 12 blinddoeken, een verzamel-box voor alle materialen.

### Boekenpakket

Alle deelnemende scholen aan één van de voedingsprojecten hebben een boekenpakket ontvangen. Dit dient ter ondersteuning en verduurzaming van hun gekozen project. Dit pakket werd samengesteld op vraag van de scholen zelf (output procesevaluatie).

- Gezonde lunchbox
  - o Easy peasy lunchbox – Claire van den Heuvel & Vera van Haren
  - o Hamburgers uit de moestuin – Louise O. Fresco

- Moestuin
  - o Praktisch handboek voor jonge tuiniers – Michel Luchesi
  - o Hamburgers uit de moestuin – Louise O. Fresco
- Gezonde tussendoortjes
  - o Easy peasy lunchbox – Claire van den Heuvel & Vera van Haren
  - o Hamburgers uit de moestuin – Louise O. Fresco

Aangevuld op het boekenpakket krijgt elke school (47) en elke deelnemende gemeente (3) 2 pakketten kaartjes 'start met cirkelen'. Deze dienen ter ondersteuning van de cirkelmomenten en zijn een aanvulling op de opleiding 'start met cirkelen' en het verkregen handboek daarover.

#### Opleidingen en intervisies in de praktijk

**In Kortrijk** wordt verder ingezet op het welbevinden van leerlingen in samenwerking met de scholen, ingebed in het plan Kindvriendelijkheid en binnen het flankerend onderwijsbeleid. Concreet wordt op onderstaande punten verder gewerkt:

- "Herstelscholen": Kortrijk zet verder in op de uitbouw van herstelscholen. Een school kiest er zelf voor om 100 % herstelgericht te werken. Werken naar een 100 % herstelgerichte school vraagt de nodige middelen, personeel en tijdsinvestering. Het is een ingrijpend, maar duurzaam traject. De positieve ervaringen vanuit de opleiding 'rots en water' zorgt voor een beweging van een blijvend, maar flexibel tussen-aanbod. Herstelscholen zullen kunnen kiezen om in te tekenen voor workshops, opleidingen, ... en hiervoor steun vanuit de stad ontvangen;
- Jong Kortrijks talent richt zich vooral op het secundair onderwijs; er is een samenwerkingsovereenkomst tussen de stad Kortrijk en welzijnspartners om vroegtijdig schoolverlaten te verminderen en hier preventief op in te zetten.
- Intervisies rots en water voor de basisscholen worden verder opgenomen via Huis van het Kind.
- Er komt een samenwerking met het overkop-huis in Kortrijk.

**In Harelbeke** wordt verder ingezet op:

- Trainingsreeks rots en water aangeboden door het lokaal bestuur.
- Trainingsatelier Arktos via een samenwerkingsovereenkomst.
- Via projectwerking verder inzetten op mentaal welbevinden van jongeren, in een voortraject op de uitrol van antenepunt overkop.

**Kuurne** kreeg te maken met interne wijzigingen. Er wordt nu bekeken of intervisies/andere opleidingen verder worden uitgerold.