

Een gezonde **marathon**

In toenemende mate zijn mbo's bewust bezig met gezondheid en vitaliteit. Voor studenten én voor het schoolpersoneel. De recent ontwikkelde handleiding 'Gezonde School voor het mbo' biedt houvast en structuur om toe te werken naar een blijvend gezonde mbo. Maar hoe werkt het nu in de praktijk?

Door: **Sandra Bon en Jan Jansen**

Ondersteuning

Om geïnteresseerde mbo's op weg te helpen met de Gezonde School konden scholen zich eind vorig jaar inschrijven voor een aantal uur advisering en ondersteuning. Dit 'ondersteuningstraject' wordt mogelijk gemaakt door het Platform Sport, Bewegen en Onderwijs en uitgevoerd door adviseurs van het gezondheidsinstituut NIGZ. Inmiddels zijn elf mbo's gestart met het opstarten of verder invullen van het Gezonde Schooltraject.

Diversiteit

De elf betrokken mbo's besteden op hun eigen manier aandacht aan gezondheid en vitaliteit. Alle hebben ze de ambitie om gezondheid op hun school naar een hoger niveau te tillen. Een aantal mbo's benadert de Gezonde School vanuit verzuimpreventie en het vitaal houden van medewerkers. Andere mbo's organiseren veel (sport)activiteiten voor hun studenten, maar willen de activiteiten meer met elkaar verbinden. Dit maakt de hulpvraag divers en de ondersteuning 'maatwerk': van het creëren van draagvlak tot het verbeteren van de (interne) communicatie en van het verbinden van gezonde activiteiten tot het toepassen van de geleerde lessen op andere locaties.

Proces

Wat bij alle mbo's speelt, is het verkrijgen van een schoolbreed draagvlak en het maken van structureel beleid. Dit is noodzakelijk om los te komen



van op zichzelf staande activiteiten en om ook op langere termijn effect te hebben van alle inspanningen én deze vast te houden. Dit blijkt in veel gevallen de moeilijkste fase van het proces. Het is een kwestie van een lange adem hebben, studenten én medewerkers laten meepraten en -werken, beslissers meekrijgen, lobbyen. Dit kan voor de trekker van de Gezonde School voelen als een eenzame strijd. Een 'medestander' in de vorm van een externe adviseur die ondersteunt, het overzicht heeft over goede voorbeelden en als klankbord/sparringpartner kan dienen, is dan zeer welkom.

Binnen de handleiding Gezonde School voor het mbo wordt ook bij dit proces stil gestaan. Zo is een argumentenkaart beschikbaar met belangrijke argumenten die pleiten voor een aanpak gericht op verschillende geledingen binnen de school (studenten, medewerkers, directie en maatschappij). Hoewel alle tools en ondersteuning zeer nuttig zijn, blijft de Gezonde School een 'gezonde marathon'. Een marathon met successen, maar zeker ook moeilijke momenten, die op termijn zichtbare resultaten zal opleveren. En zoals Professor Green, één van de grondleggers van de moderne gezondheidsbevordering ooit schreef: *"All those who cross the finish line of a marathon may be considered winners"*.

Feit blijft: een gezonde school leert en werkt beter!

Resultaten

De eerste resultaten van het ondersteuningstraject worden medio juni 2012 verwacht. Daarnaast dienen de praktijkervaringen met en van de elf mbo's als belangrijke input om de handleiding 'Gezonde School voor het mbo' verder te ontwikkelen en te verfijnen.

Sandra Bon is senior adviseur bij gezondheidsinstituut NIGZ en Jan Jansen is manager bij gezondheidsinstituut NIGZ ◀

Contact:

info@nisgz.nl