

Een gezond mbo presteert beter

De frituurpan is weg, rokers staan uit het zicht en medewerkers sporten onder werktijd. Op de locatie Dokterspad van Landstede Groep worden de eerste concrete resultaten zichtbaar van het werken met de Gezonde School-aanpak.

Door: Sanne de Josselin de Jong

Een 'Gezonde School' stimuleert op integrale en structurele wijze de gezondheid van studenten en medewerkers. Zo kunnen gezondheidseffecten op langere termijn vastgehouden worden. De digitale handleiding 'Gezonde School voor het mbo' ondersteunt mbo-instellingen bij het werken aan gezondheidsbevordering en preventie. 'Volgens de Gezonde School is werken aan gezondheid meer dan een gezonde schoolkantine op de ene locatie en een sportprogramma op de andere. Juist door de bundeling van losse elementen, die je weloverwogen en voor een langere periode inzet, bereik je daadwerkelijk effect', legt Bart van den Bosch,

projectleider Gezonde School binnen de Landstede Groep, uit. Locatie Dokterspad startte vorig jaar met de Gezonde School-aanpak.

Vitaler

Een Gezond mbo draagt op verschillende manieren bij aan de gezondheid: gezonde studenten en medewerkers presteren beter en verzuimen minder. 'Onze studenten beseffen nu beter dat het belangrijk is om gezond te zijn, dat ze hierdoor beter presteren en een interessantere, want vitalere kandidaat zijn in een sollicitatiegesprek', vertelt Van den Bosch. 'Bovendien heeft een Gezond mbo een goede uitstraling. Je hebt als school een visie die je zichtbaar uitdraagt.'

Gezondheid op meerdere niveaus

Binnen het mbo krijgen uiteenlopende gezondheidsthema's aandacht, zoals voeding, middelengebruik en psychische gezondheid. Onderzoek toont aan dat een aanbod van activiteiten op meerdere niveaus - gezondheidseducatie, beleid, omgevingsfactoren en signalering van gezond gedrag - het meest effect heeft. Op de locatie Dokterspad vervullen conciërges en coaches die signalerende rol. 'Zij staan in contact met medewerkers van het Studie Informatie Punt. Hierin zit ook een medewerker uit het Zorgadviesteam', legt de projectleider uit. De coaches volgen een training die samen met de GGD ontwikkeld is: 'Hierin leren ze welke werkvormen er zijn om het onderwerp gezondheid bespreekbaar te maken in coachingsgesprekken.'

Schoolbrede keuze

De digitale handleiding 'Gezonde School voor het mbo', gebaseerd op principes uit het projectmanagement, ondersteunt mbo-instellingen bij de verschillende stappen binnen de Gezonde School-aanpak. Zo bevat de handleiding een argumentenkaart voor het creëren van draagvlak binnen de organisatie. Van den Bosch: 'Je moet er als hele school achter staan. We hebben presentaties gege-





ven en bij overlegmomenten gezeten. Zo heb ik veel met de facilitaire dienst en zelfs met cateringmedewerkers gesproken. Een uitdagende, maar ook intensieve klus.'

Leefstijltest

Met de directie, facilitair coördinator en sportcoördinator werd besproken hoe breed de Gezonde School ingestoken zou worden. Dit leidde tot een projectplan. Een belangrijk onderdeel hiervan is het in kaart brengen van de gezondheid van medewerkers en studenten: het wordt dan duidelijk waar de gezondheidsprioriteiten van de school liggen. In de handleiding staan verschillende inventarisatiemethoden. Zoals de digitale leefstijltest Testjeleefstijl, die alle eerstejaars van de locatie Dokterspad deden. Van den Bosch: 'Je kunt ook de zorgcoördinator interviewen en zo je prioriteiten bepalen. Dat kost minder tijd. Maar dat betekent dat er geen 3.500 studenten achter de computer zitten en een leefstijladvies krijgen. De test is het begin van het bewustwordingsproces bij studenten.'

Aansluiten

De resultaten dienen als input om gerichte keuzes te maken in gezondheidsthema's. 'Hier richten wij onze gezondheidseducatie op in. Ook nemen we het mee bij het schrijven van de leerwerkprestaties', legt de projectleider uit. Bij het kiezen van activiteiten vormt de huidige situatie van de school het uitgangspunt. 'Onze locatie ging van oudbouw naar nieuwbouw. Ik heb bij verschillende bouwoverleggen gezeten om ervoor te zorgen dat gezondheid daar al geborgd werd. Dit resulteerde in de gezonde kantine en licht en ruimte in de school. Ook is er in de tekeningen rekening gehouden met sportaccommodaties en rookzones.'

Zichtbaar resultaat

Voor de locatie Dokterspad is het nog te vroeg voor een evaluatie. De eerste reacties zijn echter positief. 'Er is nu een vast bedrag voor gezondheidsbeleid gereserveerd en we gaan de Gezonde School waarschijnlijk uitrollen naar een van de middelbare scholen die ook onder de Landstede Groep valt', vertelt Van den Bosch. Ook zijn er al zichtbare veranderingen. 'Als je nu de school binnenkomt, zie je hele bewuste keuzes. In het licht en de ruimte, de drankjes, een centrale plek waar fruit ligt, in afvalscheiding. Het heeft de school een hele nieuwe look & feel gegeven'.

Sanne de Josselin de Jong werkt bij STIVORO/RIVM ◀

Aan de slag met de Gezonde School?

Op www.gezondeschool.nl staat een overzicht van organisaties die begeleiding of ondersteuning kunnen bieden. Ook vind je hier een overzicht van mbo-scholen die beschikken over Gezonde School-activiteiten voor zowel medewerkers als studenten.

Samenwerkingspartners

De handleiding is in opdracht van het Ministerie van VWS ontwikkeld door het Centrum Gezond Leven van het RIVM in samenwerking met MBO Diensten en het NIGZ. Om goed aan te sluiten bij de praktijk zijn ook mbo-instellingen, GGD'en en andere gezondheidsbevorderende instellingen bij de ontwikkeling betrokken.

Meer informatie
www.gezondeschool.nl

Contact:

bartvandenbosch@kvlo.nl