

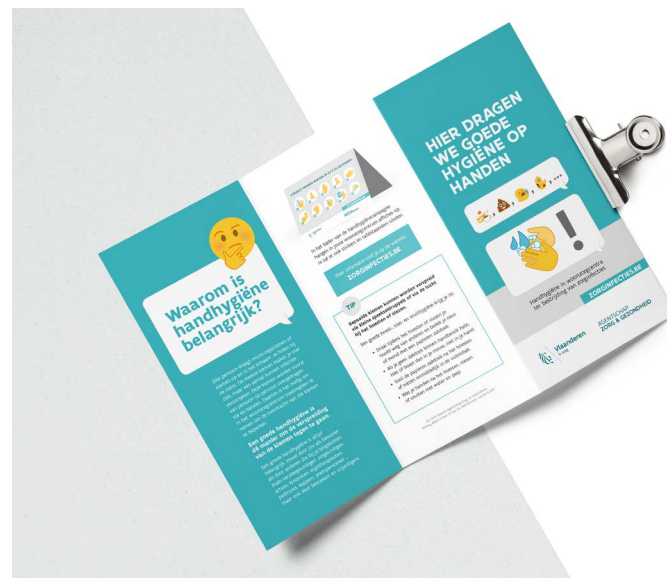
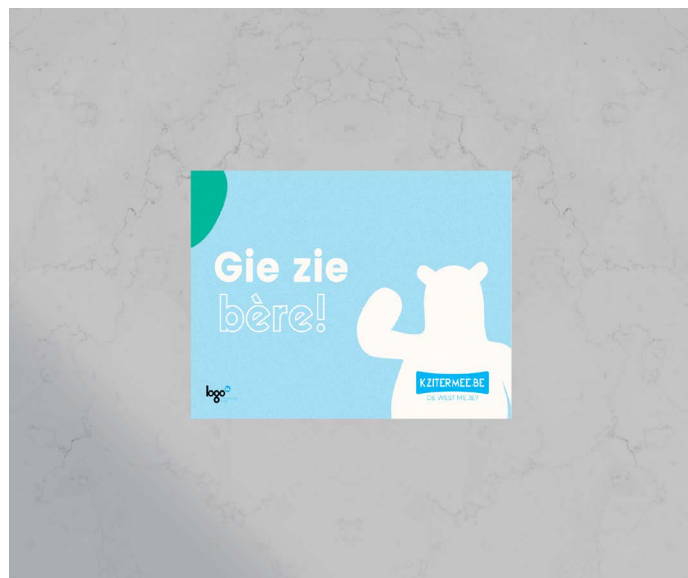
Gemeente Deerlijk

# PREVENTIEZUIL

INFORMATIE- EN INSPIRATIEBUNDEL



# Inhoud



<b>Inleiding</b>	<b>04</b>
<b>Preventiezuil</b>	<b>06</b>
Thema zomer	06
Thema mentaal welbevinden	10
Thema hygiëne	14
Thema beweging/gezondheid	18
Thema varia	22
<b>Contactgegevens</b>	<b>28</b>



# Preventiezuil ontlenen

**Jij ontleent de preventiezuil en daar willen we jou voor bedanken. Want via deze zuil geef je een extra meerwaarde aan jouw evenement én zet je het belang van enkele thema's dankbaar in de kijker.**

## Vaste wanden

De preventiezuil bestaat uit enkele vaste wanden die je kan inzetten op jouw evenement of werking. Welke wanden dat precies zijn en waarvoor ze dienen, dat lees je verder in deze brochure.

## Dynamische wand

Verder willen we jou in deze brochure vooral ook ideeën aanreiken om rond specifieke thema's te werken. Zo bestaan er al heel wat campagnes en website met (gratis) preventiemateriaal dat je naar eigen wens kan bestellen en inzetten. De vele beschikbare affiches, folders en andere materialen kan je gemakkelijk via de dynamische wand van onze preventiezuil ter beschikking stellen voor jouw publiek.

Veel succes!

Wil jij graag in de toekomst nog eens gebruik maken van deze preventiezuil? Vraag de beschikbaarheid na bij onze uitleendienst via **uitleendienst@deerlijk.be** of telefonisch op **056 71 89 81**.

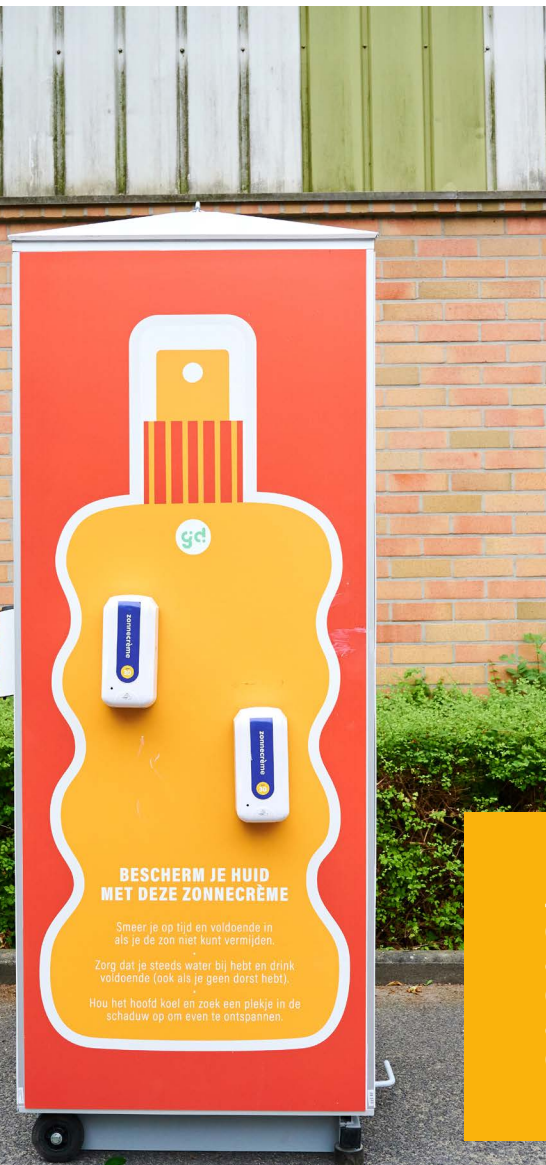
Nog informatie over de materialen of wil je graag bestellen? Zoek je iets maar vond je het niet in deze brochure? Je kan steeds contact opnemen met onze partner Logo Leieland via **info@logoleieland.be** of telefonisch op **056 44 07 94**.





# Thema zomer

## PREVENTIEWAND 'BESCHERM JE HUID'



### Op deze wand:

- 1 dispenser zonnecrème factor 50 voor volwassenen.
- 1 dispenser zonnecrème factor 50 voor kinderen.

### Nog enkele tips:

- Besteed niet alleen aandacht aan smeren, maar evengoed aan het voldoende drinken van water en het voorzien van schaduw.
- Maak gebruik van de gratis zonnecrème, aangeboden door de gemeente in de dispensers. Leeg? Geef ons een seintje en dan vullen we deze terug aan voor de volgende keer.
- Wist jij dat de Watergroep ook een aanbod rond het aanbieden van kraantjeswater uitwerkte? Ga even op hun website kijken voor meer informatie over de voorwaarden en tarieven.
- Voozie petjes en zonnebrillen voor kinderen. Deze kan je online tegen lage prijzen aankopen.

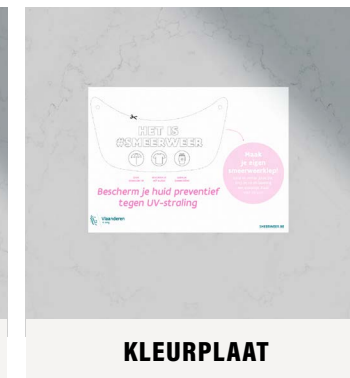
**Je kan bij heel wat partners gratis campagnemateriaal downloaden, afdrukken of bestellen. Klik bij elke campagne op één van de afbeeldingen en je komt meteen op de juiste webpagina terecht.**

## #SMEERWEER

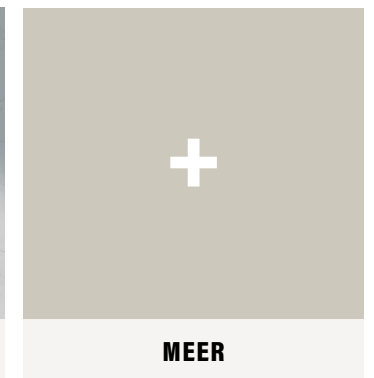
Met deze campagne wil de overheid de mensen sensibiliseren om verstandig om te gaan met UV-stralen. Je beschermen tegen de zon doe je namelijk op 3 manieren: weren, kleren en smeren.



**AFFICHE**



**KLEURPLAAT**



**MEER**

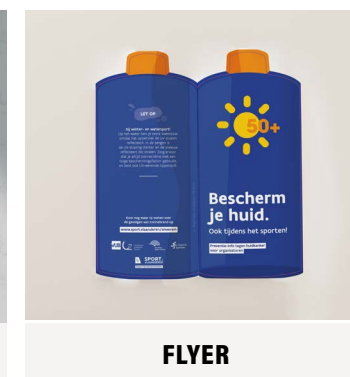
## SMEEREM

### SPECIFIEK VOOR JEUGDSPORTORGANISATIES

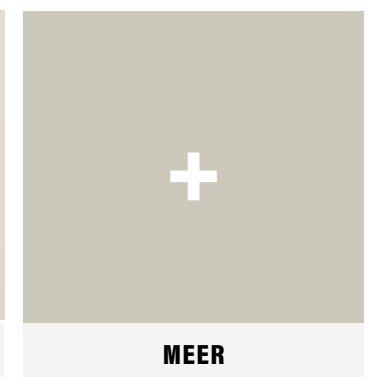
Onder het motto 'schaduw, T-shirt, zonnecrème' en 'het loopt gesmeerd!' worden ouders en jeugdsportorganisaties ertoe aangezet om sportende kinderen te beschermen tegen zonnebrand.



**AFFICHE**



**FLYER**



**MEER**

## PREVENTIEZUIJL

### WARME DAGEN

Warme dagen zijn niet zonder gevaar. Zo kan de warmte heel wat (gezondheids)problemen veroorzaken. Vooral ouderen, kinderen en alleenstaanden zijn kwetsbare groepen. Bovendien pieken de sterftecijfers heel vaak op erg warme dagen. Bescherm daarom jezelf en anderen door je te beschermen tegen de zon, afkoeling te zoeken en voldoende water te drinken.



AFFICHE 'ALGEMEEN'



AFFICHE 'KINDEREN'



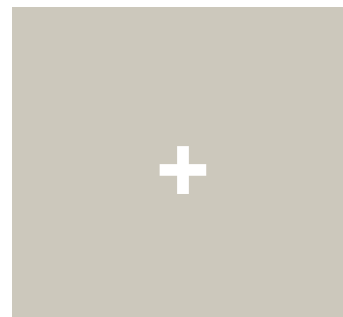
AFFICHE 'OUDEREN'



AFFICHE 'SPORTERS'



FOLDER



MEER

### ZONNESLIMME SCHOLEN

### SPECIFIEK VOOR SCHOLEN

Met de campagne 'ZonneSlimme Scholen' geef je de nodige aandacht aan UV-preventiemaatregelen op school op de speelplaats en bij buitenactiviteiten, maar ook tijdens schooluitstappen.



AFFICHE



FOLDER



MEER

# Thema mentaal welbevinden

## PREVENTIEWAND 'DIE GLIMLACH STAAT JE GOED'

### Op deze wand:

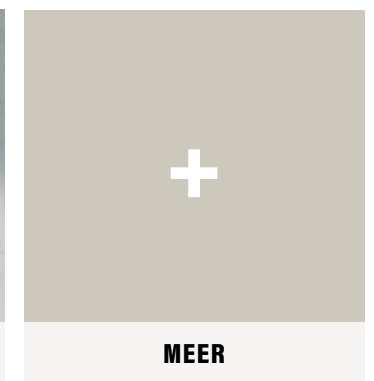
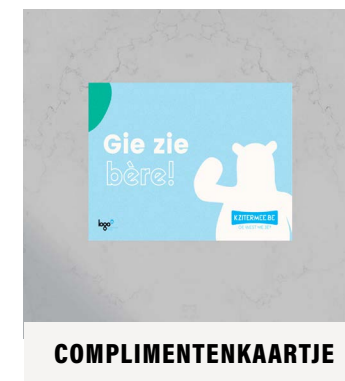
- 1 spiegel.



Je kan bij heel wat partners gratis campagnemateriaal downloaden, afdrukken of bestellen. Klik bij elke campagne op één van de afbeeldingen en je komt meteen op de juiste webpagina terecht.

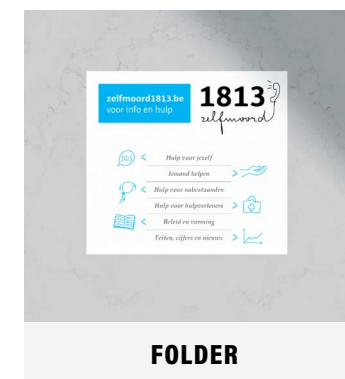
## KZITERMEE

Geef eens een welgemeend complimentje aan iemand die je graag ziet. Een collega, een vriend, een kennis of iemand die een duwtje in de rug kan gebruiken. Want een klein complimentje kan zoveel deugd doen en is goed voor ieders veerkracht! Binnen het project 'Kzitermee.be' werden een aantal leuke complimentenkaartjes en affiches ontwikkeld. In het kader van de 10-daagse van de geestelijke gezondheid kan je tal van gratis affiches bestellen met heel wat fijne spreuken op.



## 1813

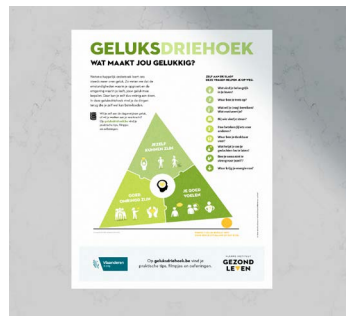
Zelfmoord1813.be is een website waar hulp en informatie te vinden is voor mensen in crisis, maar ook voor hun omgeving, nabestaanden na zelfdoding, hulpverleners ...





## GELUKSDRIEHOEK

Een gelukkig leven: dat wensen we elkaar allemaal toe. Maar je 'gelukkig voelen' of 'gelukkig zijn': wat is dat precies? Het Vlaams Instituut Gezond Leven verzamelde alle belangrijke wetenschappelijke kennis over geluk. Wat is het en hoe kun je eraan werken?



**AFFICHE**



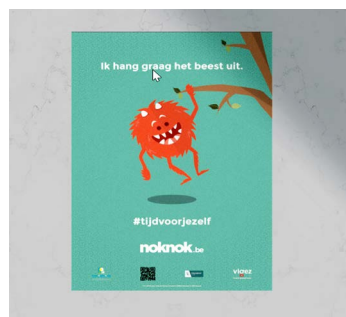
**FOLDER**



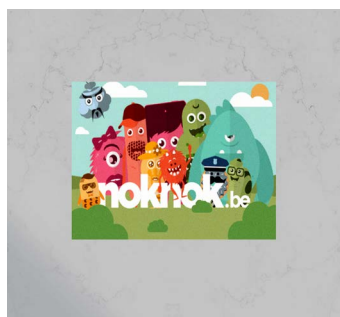
**POSTKAART**

## NOKNOK 12 TOT 16 JAAR

NokNok versterkt jongeren hun veerkracht. De campagne, gebaseerd op de geluksdriehoek, bundelt oefeningen, testjes en nog veel meer om jongeren te leren werken aan hun veerkracht en goed gevoel.



**AFFICHE**



**POSTKAART**



**STICKER**

## KOM UIT JE KOP

SPECIFIEK VOOR MANNEN

Hoe kan je als man opboksen tegen moeilijke periodes? En hoe ondersteun je mannen uit je omgeving die het moeilijk hebben? De campagne 'kom uit je kop' helpt je op weg.



**FLYER**

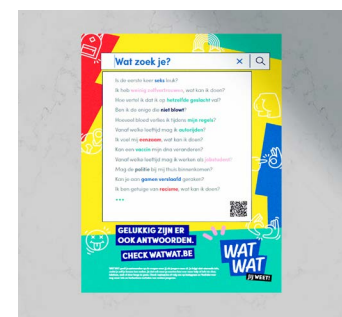


**AFFICHE**

## WATWAT

SPECIFIEK VOOR JONGEREN

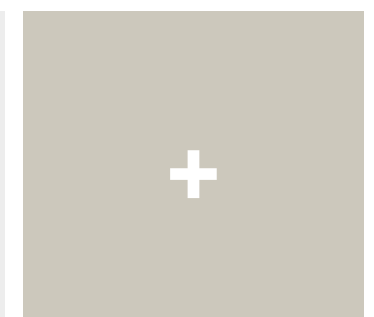
WATWAT zet via hun campagne's heel wat thema's van welbevinden op de kaart.



**AFFICHE**



**KAARTSPEL**



**MEER**

# Thema hygiëne

## PREVENTIEWAND 'HANDHYGIËNE'

### Op deze wand:

- 1 dispenser met handgel

### Nog enkele tips:

- Maak gebruik van de gratis handgel, aangeboden door de gemeente in de dispenser. Leeg? Geef ons een seintje en dan vullen we deze terug aan voor de volgende keer.

ONTSMET HIER  
JOUW HANDEN

Je kan bij heel wat partners gratis campagnemateriaal downloaden, afdrucken of bestellen. Klik bij elke campagne op één van de afbeeldingen en je komt meteen op de juiste webpagina terecht.

## HIER DRAGEN WE GOEDE HYGIËNE OP HANDEN

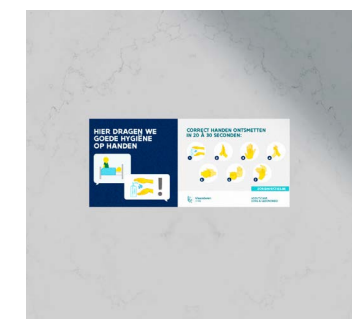
Een goede handhygiëne is belangrijk. Tijdens, maar ook zeker na de coronapandemie. Geef mensen dan ook de kans om hun handen te ontsmetten aan deze zuil. Specifiek voor woonzorgcentra is er een campagne 'hier dragen we goede hygiëne op handen' opgestart. Sommige materialen kunnen echter ook in algemene context gebruikt worden.



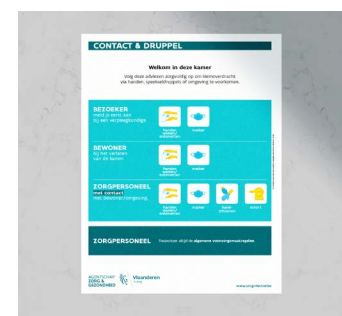
AFFICHE



FOLDER



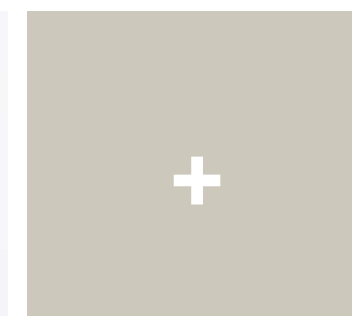
STICKERS



HYGIËNEKAARTEN



TAFELSTAANDER



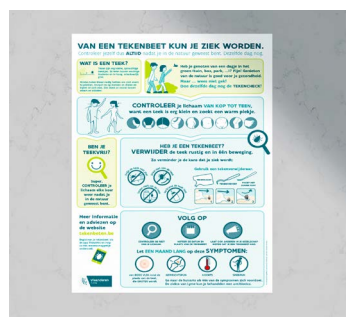
MEER



## TEKEN

VAN MAART TOT SEPTEMBER

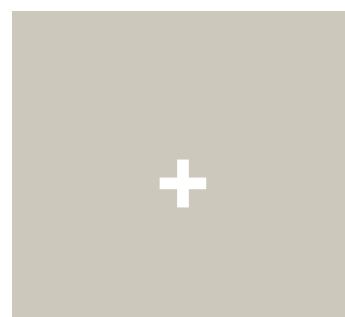
Van een tekenbeet kan je ziek worden, doe daarom de tekencheck: controleer, verwijder en volg op. Als school, jeugdvereniging, wandelclub of andere organisatie kan je gratis materiaal bestellen om dit thema onder de aandacht te brengen.



**AFFICHE**



**FOLDER**



**MEER**

## MONDZORG

Mondzorg is belangrijk voor zowel kinderen als volwassenen. Maak daarom gebruik van de basiscadviezen rond mondzorg en biedt bijvoorbeeld tandenborstels en tandpasta aan indien je hier een project rond wil opzetten.



**FOLDER TOT 12 JAAR**



**FOLDER (JONG)VOLWASSEN**

## TUUTJESBOOM

De Tuutjesboom is een boom op het Gaverdomein waarin Eekhoorn Eddie alle tuutjes verzamelt van kindjes die hun tuutje niet meer nodig hebben. Alle Deerlijkse kindjes die hun tuutje ontgroeit zijn, kunnen het in onze tuutjesboom hangen. Dat kunnen ze samen met hun ouders, grootouders, broertjes, zusjes, neefjes, nichtjes, burens, vriendjes of gelijk wie doen. De leeftijd van het kindje speelt geen rol. De grootte, kleur of vorm van het tuutje ook niet. Eekhoorn Eddie, de onvermoeibare bewaker van de Tuutjesboom, is gelukkig met elk tuutje dat je in de boom hangt. Hij zal het dag en nacht bewaken, zodat je de vertrouwde fopspeen met een gerust hart kan achterlaten.

Ter voorbereiding op, of als beloning achteraf, kan je een tuutjeszakje ophalen in het Sociaal Huis. Hierin vinden ouders allerlei handige spullen om het afgeven van het tuutje te verzachten.



# Thema beweging/gezondheid

## PREVENTIEWAND 'AVOCARDIO'



### Op deze wand:

- 1 hoelahoep

### Nog enkele tips:

- Staat de preventiezuil tijdens jouw evenement dicht bij een bank? Voorzie dan enkele laagdrempelige (zit) oefeningen om bezoekers in beweging te brengen en houden. Ook in een park of stukje natuur is het leuk om dit te voorzien.
- Voorzien jullie een hapje of drankje op jullie evenement? Overweeg dan een gezond alternatief.
- Maak de omgeving van jullie evenement rookvrij.

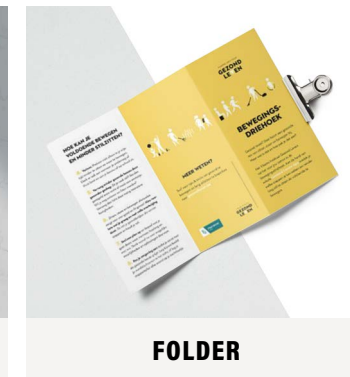
Je kan bij heel wat partners gratis campagnemateriaal downloaden, afdrukken of bestellen. Klik bij elke campagne op één van de afbeeldingen en je komt meteen op de juiste webpagina terecht.

## BEWEGINGSDRIEHOEK

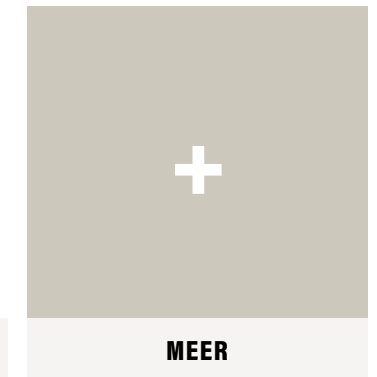
Van dagelijks 30 minuten te bewegen een gewoonte maken is alvast een goede start. Dat kan door door korte afstanden de fiets te nemen of je te voet te verplaatsen en dat zo in je dagelijks leven in te bouwen. Zet mensen aan tot meer bewegen door het geven van informatie over de bewegingsdrie-hoek, een campagne van Logo Leiland over gezond leven.



AFFICHE



FOLDER



MEER

## VOEDINGSDRIEHOEK

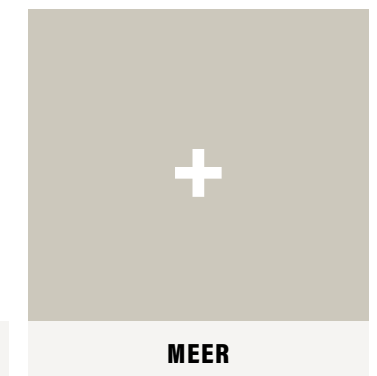
Gezond eten: wat houdt dat precies in? Het Vlaams Instituut Gezond Leven verzamelde alle huidige wetenschappelijke kennis over gezonde voeding. Wat krijgt de voorkeur en wat beperk je beter?



AFFICHE



FOLDER

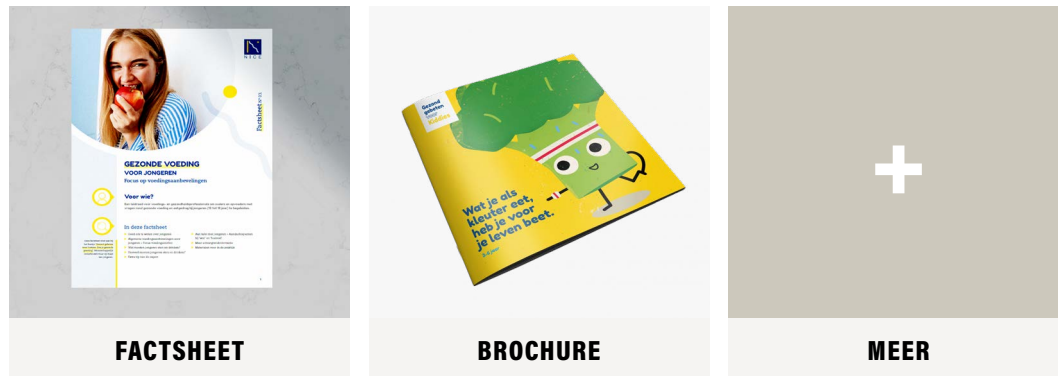


MEER



## NICE

Een flinke dosis hapklare informatie over diverse voedingsthema's en inspiratie om lekker en gezond te eten en te koken.



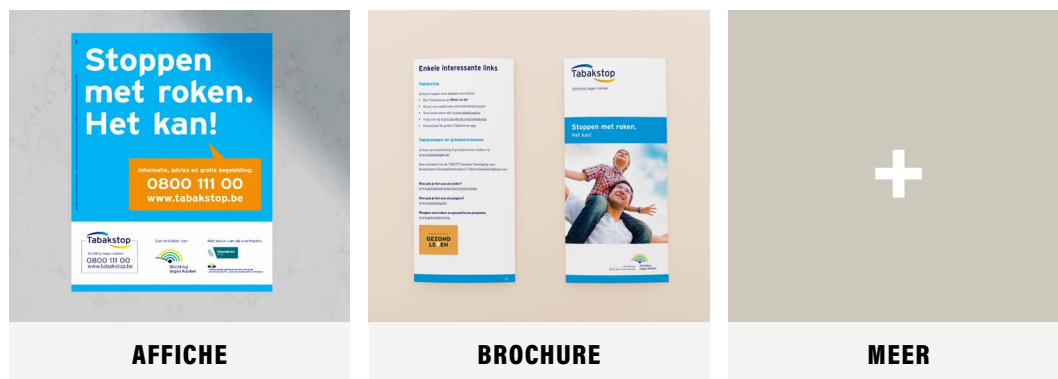
FACTSHEET

BROCHURE

MEER

## ROOKSTOP

Tabakstop biedt verschillende materialen aan om ongezond rookgedrag te voorkomen, verhelpen en tegen te gaan.



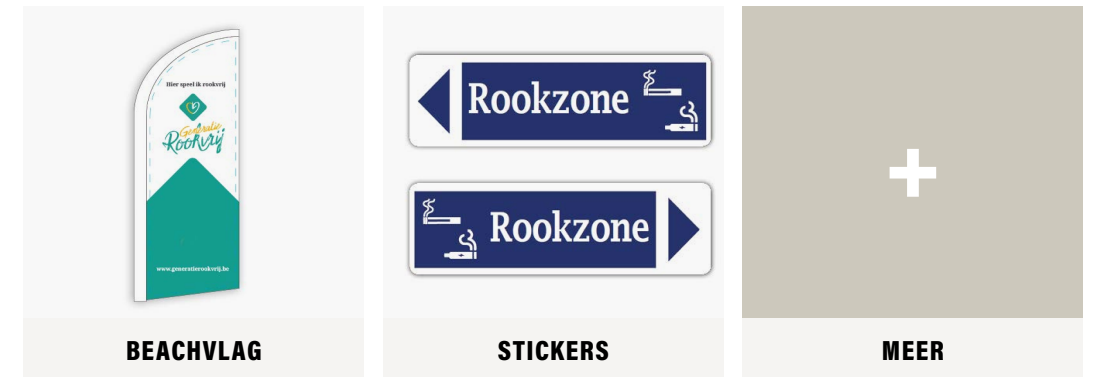
AFFICHE

BROCHURE

MEER

## GENERATIE ROOKVRIJ

Kinderen kopiëren gedrag en zien roken doet roken. Zorg jij er voor dat er in het zicht van kinderen niet gerookt wordt? Generatie Rookvrij wil ieder kind, geboren vanaf 2019, in elke fase van het opgroeien beschermen tegen tabaksrook, zodat rookvrij opgroeien vanzelfsprekend wordt. Opgelet, deze materialen zijn niet gratis te verkrijgen.



BEACHVLAG

STICKERS

MEER

# Thema varia

PREVENTIEWAND 'DYNAMISCH'



**Op deze wand:**

- 2 posterkaders op A3 formaat (staand)
- 2 bakjes flyers/folders op A4 formaat
- 3 bakjes flyers/folders op A5 formaat

**Nog enkele tips:**

- Bieden jullie een drankje aan op julie evenement? Ga dan (ook) voor een alcoholvrije variant. Tips en recepten vind je op de website van Tournée Minérale.
- Maak gebruik van de Feest Wijzer (voor fuiven en kleine festivals), ATTENT (voor jeugdhuizen) of Quality Nights (voor grote evenementen) om stil te staan bij enkele gezondheidsthema's.

Je kan bij heel wat partners gratis campagnemateriaal downloaden, afdrukken of bestellen. Klik bij elke campagne op één van de afbeeldingen en je komt meteen op de juiste webpagina terecht.

GRIEPPVACCINATIE

VAN OKTOBER TOT DECEMBER

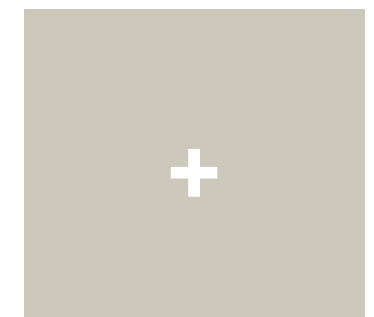
Vaccinatie tegen griep maakt geen deel uit van het basisvaccinatieschema. De grieprik is echter wel sterk aanbevolen voor o.a. de volgende risicogroepen: 65-plussers (en met de coronapandemie iedereen ouder dan 50 jaar), vrouwen die zwanger zijn tijdens het griepseizoen, chronisch zieken, mensen die in de gezondheidssector ... In aanloop naar de vaccinatieperiode kan je materiaal bestellen voor midden oktober - midden december.



AFFICHE



FOLDER

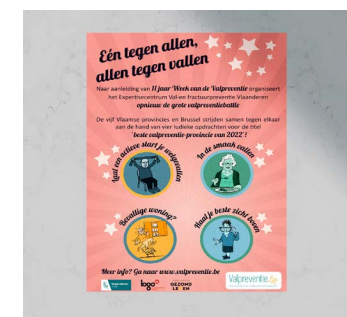


MEER

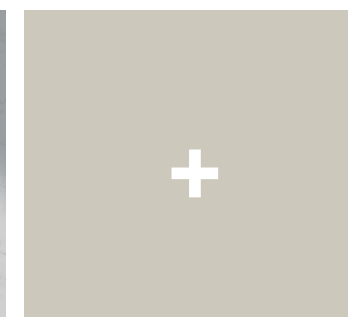
VALPREVENTIE

SPECIFIEK VOOR OUDEREN - EIND APRIL

De week van de valpreventie is een jaarlijkse actieperiode om val- en fractuurpreventie publiek in de belangstelling te plaatsen. Deze campagneweek heeft als doel ouderen, hun familie en alle gezondheidszorg- en welzijnswerkers in Vlaanderen te sensibiliseren en te informeren. Iedereen die in contact komt met 65-plussers kan meedoen om dit thema in de kijker te zetten.



AFFICHE



MEER



## BEVOLKINGSONDERZOEK BORSTKANKER

SPECIFIEK VOOR VROUWEN - OKTOBER

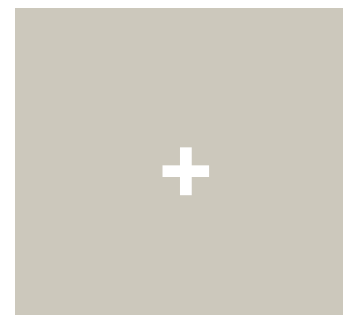
Dankzij dit bevolkingsonderzoek kunnen vrouwen tussen 50 en 69 jaar 2-jaarlijks gratis laten onderzoeken op borstkanker met een kwaliteitsvolle screeningsmammografie.



AFFICHE



FOLDER



MEER

## BEVOLKINGSONDERZOEK BAARMOEDERHALSKANKER

SPECIFIEK VOOR VROUWEN - JANUARI

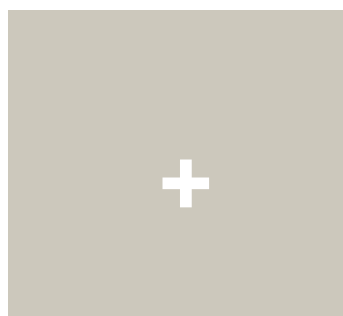
Dankzij dit bevolkingsonderzoek kunnen vrouwen tussen 25 en 64 jaar om de 3 jaar gratis een uitstrijkje laten nemen.



AFFICHE



FOLDER



MEER

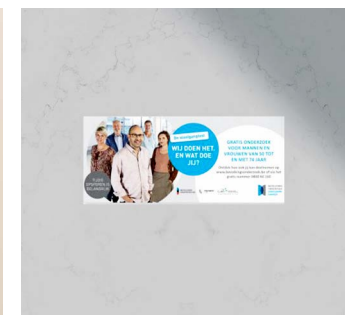
## BEVOLKINGSONDERZOEK DIKKEDARMKANKER

MAART

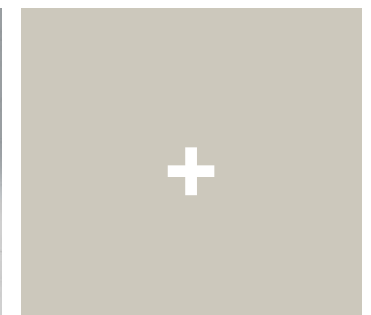
Mannen en vrouwen van 50 tot en met 74 jaar kunnen zich om de 2 jaar gratis laten screenen op dikkedarmkanker door deel te nemen aan het bevolkingsonderzoek.



FOLDER



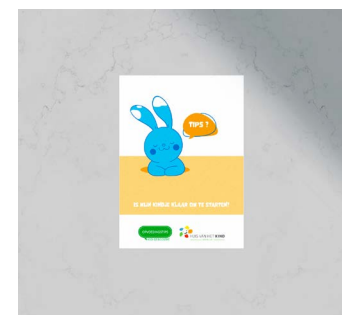
BLADWIJZER



MEER

## ZINDELIJKHEID

Vanuit het Huis van het Kind Deerlijk werd eind 2020 een zindelijkheidskoffer ontwikkeld. Met deze koffer kan je op een ontspannen, speelse en ludieke manier aan de slag gaan met je kindje rond het thema zindelijkheid.



FOLDER



KLEURPLAAT



MEER

## ALCOHOLPREVENTIE

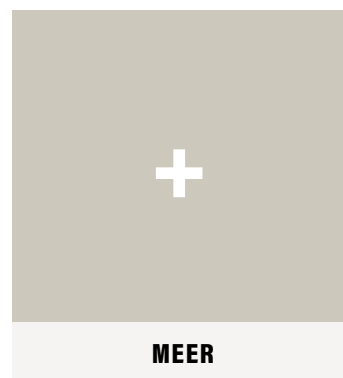
Wil je graag sensibiliseren rond alcoholgebruik? Op de website van de VAD vind je heel wat materiaal. En ook in februari kan je leuke zaken in beeld brengen tijdens de intussen bekende Tournée Minérale.



**AFFICHE**



**TOURNÉE MINÉRALE**



**MEER**

## DRUGSPREVENTIE

Met het materiaal van VAD kan je, naast sensibiliseren rond alcohol, ook sensibiliseren rond druggebruik.



**FOLDER**



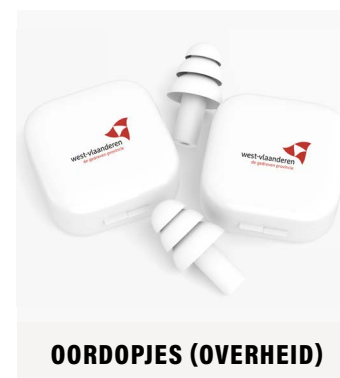
**MEER (VAD)**



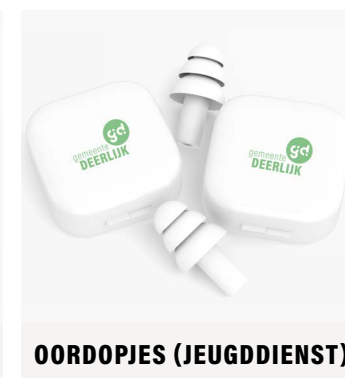
**MEER (CAVARIA)**

## GEHOORBESCHERMING

Ben je organisator van een evenement waar muziek centraal staat? Zet dan in op sensibilisatie en preventiemateriaal zoals oordopjes.



**OORDOPJES (OVERHEID)**



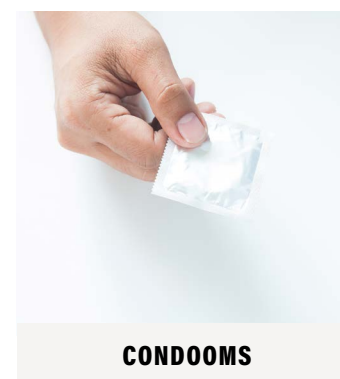
**OORDOPJES (JEUGDDIENST)**



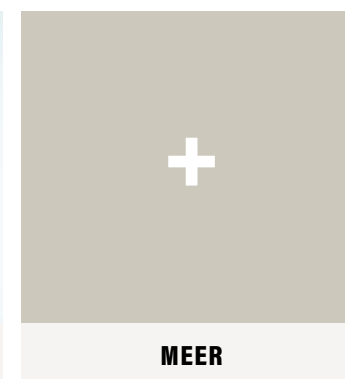
**AFFICHE**

## SEKSUALITEIT

Wil jij aan jouw evenement educatief luik koppelen? Dan kan je via Sensoa en Cavariva gratis condooms en andere materialen aanvragen rond seksualiteit, gender ... De meeste ervan zijn gratis.



**CONDOOMS**



**MEER**





**Preventiezuil ontlenen**

Uitleendienst  
Hoogstraat 122, 8540 Deerlijk  
056 71 89 91  
uitleendienst@deerlijk.be

-

**Meer informatie over campagnemateriaal**

Logo Leieland  
President Kennedypark 10, 8500 Kortrijk  
056 44 07 94  
info@logoleieland.be