

Gezonde School-matrix middelbaar beroepsonderwijs

Wat doet jouw school al op het gebied van een gezonde leefstijl? En waar liggen nog kansen? De Gezonde School-matrix biedt overzicht. Aan de hand van de gezondheidsthema's beschrijf je per pijler van de Gezonde School-aanpak (Educatie, Schoolomgeving, Signaleren en Beleid) wat jouw school al doet. Blijven vakken leeg? Dan weet je aan welk gezondheidsthema of pijler je verder kunt werken. De Gezonde School-matrix kun je gebruiken bij [stap 1](#) en [stap 3](#) van de Gezonde School-aanpak.

Vul de Gezonde School-matrix in en krijg overzicht

Gezondheidsthema's	Educatie	Schoolomgeving	Signaleren	Beleid
Bewegen en sport Het is belangrijk dat studenten een actieve leefstijl ontwikkelen, zodat ze nu en later voldoende bewegen. Lees meer over dit thema en de pijlers.				
Hygiëne Het is belangrijk dat studenten zichzelf hygiënisch verzorgen. En dat ze les krijgen in een schone, nette omgeving. Lees meer over dit thema en de pijlers.				



Gezondheidsthema's	Educatie	Schoolomgeving	Signaleren	Beleid
<p>Mediawijsheid</p> <p>Voor hun ontwikkeling loont het als studenten leren hoe ze media op een positieve en gezonde manier gebruiken. Lees meer over dit thema en de pijlers.</p>				
<p>Milieu en natuur</p> <p>Aandacht besteden aan milieu en natuur – buiten én binnen – is belangrijk voor een gezonde ontwikkeling van studenten. Lees meer over dit thema en de pijlers.</p>				
<p>Relaties en seksualiteit</p> <p>Voor een veilig schoolklimaat en een gezonde ontwikkeling van alle studenten is het belangrijk om aandacht te besteden aan relaties en seksualiteit. Lees meer over dit thema en de pijlers.</p>				
<p>Roken, alcohol- en drugspreventie</p> <p>Het is belangrijk om roken, het drinken van alcohol en drugsgebruik door studenten zo veel mogelijk te ontmoedigen en te voorkomen. Lees meer over dit thema en de pijlers.</p>				

Gezondheidsthema's	Educatie	Schoolomgeving	Signaleren	Beleid
<p>Slaap</p> <p>Voor de ontwikkeling en veiligheid van studenten is het belangrijk om aandacht te besteden aan slaap. Lees meer over dit thema en de pijlers.</p>				
<p>Voeding</p> <p>Ongezond eetgedrag kan leiden tot problemen. Het loont dus als studenten gezond worden en blijven door gezonde voedingskeuzes te maken. Lees meer over dit thema en de pijlers.</p>				
<p>Welbevinden</p> <p>Pas wanneer studenten zich veilig voelen en lekker in hun vel zitten, zijn ze in staat om te leren. Aandacht besteden aan het sociaal-emotioneel welbevinden van studenten is dus belangrijk. Lees meer over dit thema en de pijlers.</p>				

