

**GEMEENSCHAPS- EN GEWESTREGERINGEN
GOUVERNEMENTS DE COMMUNAUTE ET DE REGION
GEMEINSCHAFTS- UND REGIONALREGIERUNGEN**

**DEUTSCHSPRACHIGE GEMEINSCHAFT
COMMUNAUTE GERMANOPHONE — DUITSTALIGE GEMEENSCHAP**

MINISTERIUM DER DEUTSCHSPRACHIGEN GEMEINSCHAFT

D. 2006 — 2908

[C – 2006/33062]

**7. MÄRZ 2006 — Erlass der Regierung zur Festlegung der Schwerpunkte in der Gesundheitsförderung
für die Jahre 2006 und 2007**

Die Regierung der Deutschsprachigen Gemeinschaft,

Aufgrund des Dekretes vom 1. Juni 2004 zur Gesundheitsförderung, insbesondere Artikel 2, Absatz 1;

Aufgrund des Gutachtens des Beirates für Gesundheitsförderung vom 20. Januar 2006;

Auf Vorschlag des für Soziales zuständigen Ministers;

Nach Beratung,

Beschließt:

Artikel 1 - Für die Jahre 2006 und 2007 werden die inhaltlichen Schwerpunkte in der Gesundheitsförderung gemäß der in der Anlage vorliegenden Erlasses vorgesehenen Tabelle festgelegt.

Art. 2 - Vorliegender Erlass tritt mit Wirkung zum 1. Januar 2006 in Kraft.

Art. 3 - Der für Soziales zuständige Minister wird mit der Durchführung des vorliegenden Erlasses beauftragt.

Eupen, den 7. März 2006

Für die Regierung der Deutschsprachigen Gemeinschaft:

Der Minister-Präsident,
Minister für lokale Behörden

K.-H. LAMBERTZ

Der Vize-Ministerpräsident,
Minister für Ausbildung und Beschäftigung, Soziales und Tourismus,

B. GENTGES

Der Minister für Unterricht und wissenschaftliche Forschung,

O. PAASCH

Die Ministerin für Kultur und Medien, Denkmalschutz, Jugend und Sport,

FrauI. WEYKMANS

**Anhang zum Erlass der Regierung vom 7. März 2006 zur Festlegung der Schwerpunkte
in der Gesundheitsförderung für die Jahre 2006 und 2007**

1. Ernährung

A. Zielsetzungen und Aktionen zur Umsetzung des Richtziels "Die Bevölkerung ernährt sich bewusst und ausgewogen."

Grobziel	Feinziel	Handlungsziele	Maßnahmen/Aktionen
I. Sensibilisierung	Die Bevölkerung ist angemessen informiert und sensibilisiert über die Bedeutung einer gesunden und ausgewogenen Ernährung. Die Bevölkerung verfügt über gesunde Essgewohnheiten.	Kennen lernen der Ernährungsgrundregeln und deren Umsetzung Lebensmittelweg kennen lernen Bewusstes Essen Gesunde Essgewohnheiten, Transfer von Erfolgsrezepten (best practice)	Schulen : Verankerung im Lehrplan, Vortragsabende für Eltern Erwachsenenbildung Einbindung der Eltern bei den Schulmahlzeiten Fastfood und Softdrinks aus Schulen verbannen, Gesundes anbieten, regionale Produkte (gesunde Suppe zu 50 Cent), saisonales Obst Junge Eltern zu ausgewogener Ernährung anleiten Rezepte in Zusammenarbeit mit hiesigem (Spitzen-)Koch entwickeln und veröffentlichen Aufruf an die Schulen, Jugendlager : Projektvorschläge nach vorgeschriebenen Kriterien einzureichen- finanzieller Anreiz, Veröffentlichung Weiterbildung von Küchenpersonal/Qualifikationsanforderung für Küchenpersonal
	Die Bevölkerung beugt Mangelerscheinungen und Allergien vor	Ausreichende Zufuhr von Fe, Ca, Vit., Jod. (Besonders bei Mädchen, Frauen und Schwangeren) Erhöhung der Stillrate Mehr Calcium und Vitamin D Kalziumkiller vermeiden, insbesondere bei Jugendlichen Ausreichend Protein und mehr Ballaststoffe	"Sparen Sie auf Ihr Knochenkonto" "Investieren in die Zukunft- Stillkampagnen"
	Die Bevölkerung beugt Zivilisationserkrankungen vor	Weniger Fett und Zucker	Siehe oben Schlaganfallkampagne Diabetes: Früherkennung und Vermeidung
	Die Bevölkerung kennt die Grundlagen des Flüssigkeitshaushaltes und der Bedeutung eines ausreichenden Wasserkonsums	Trinken, vor allem Wasser	Trinkbrunnen mit Leitungswasser in öffentlichen Gebäuden
	Die BMI-Werte sind im Normbereich (19-25)	Kennen lernen des persönlichen BMI und der Folgen von Obesitas Zusammenhang kennen lernen zwischen Nahrungszufuhr, Energieverbrauch und Bewegung	Eurofit : körperliche Messung+ psychomotorische Tests in den Schulen und für die breite Öffentlichkeit Erhebung der BMI durch DKF und Schulmedizin: Kleinkind, 6. und 15. Lebensjahr
II. Sozialer Aspekt	Die Bevölkerung ist sich des sozialen Aspektes gemeinsamer Mahlzeiten bewusst	Mahlzeiten im ruhiger und entspannter Atmosphäre am Tisch	Beratung bei Um- und Neubauten von Gemeinschaftssräumen in öffentlichen Gebäuden
III. Psyche und Ernährung	Die Bevölkerung kennt den Zusammenhang zwischen Psyche und Ernährung	Frühzeitiges Erkennen von psychisch bedingten Ernährungsstörungen Kennen lernen von Zusammenhängen und Auswirkungen	Sensibilisierung auf spezielle Essstörungen. (Magersucht, Ess- brechsucht, Adipositas...)

B. Timing für die Maßnahmen und Aktionen im Bereich "Ernährung"

Richtziel Gesundheit bis 2009	Schwerpunkt Aktionen 2006-2007	Schwerpunkte neuer Aktionen 2008-2009
<ul style="list-style-type: none"> • Ernährung Der breiten Bevölkerung Kenntnisse der Ernährungsgrundregeln, der Bedeutung des bewussten Essens und des Lebensmittelweges vermitteln • Gesunde Ess- und Trinkgewohnheiten fördern, Transfer von Erfolgsrezepten (best practice) unterstützen • Zivilisationserkrankungen + psychisch bedingte Essstörungen bei der Bevölkerung erkennen und vorbeugen • Stabilisierung des Gewichtes der breiten Bevölkerung im Normalbereich 	<ul style="list-style-type: none"> • Schulen/Eltern/Frauengruppen: Vorträge, basierend auf dem Ernährungsdreieck (inklusive Bewegung), Fallblatt • Schulen/Jugendlager: Aufruf, Projektvorschläge nach vorgeschriebenen Kriterien einzureichen/finanzieller Anreiz, Veröffentlichung • Einbindung der Eltern bei den Schulmahlzeiten • Gesundes anbieten, Fastfood verbannen (gesunde Suppe 50 Cents, saisonales Obst...) • Schulen/öffentliche Gebäude: kostenloses Trinkwasser durch Trinkbrunnen mit Leitungswasser zur Verfügung stellen • „Investieren in die Zukunft“ – Stillkampagne • Schlaganfallkampagne • Information integriert in der Vermittlung der Ernährungsgrundregeln • Kinder/Jugendliche: Ermittlung des BMI Wertes bei 3, 6 und 15 Jahren (während 10 Jahren) • Schulen/Breite Öffentlichkeit: Eurofit: körperliche Messung + psychomotorische Testung 	<ul style="list-style-type: none"> • Weiterführung der Aktionen 2006-2007 mit Schwerpunkt Veröffentlichung + Austausch • Osteoporose: «Sparen sie auf Ihr Knochenkonto» • Vorbeugung spezifischer Krankheiten : Diabetes, Bluthochdruck,... • Sensibilisierung auf spezifische Essstörungen (Magersucht, Esssucht, Adipositas...)

2. Bewegung

A. Zielsetzungen und Aktionen zur Umsetzung des Richtziels "Die Bevölkerung bewegt sich ausreichend und angemessen."

Grobziel	Feinziel	Handlungsziele	Maßnahmen/Aktionen
I. Sensibilisierung	Die Bevölkerung ist informiert und sensibilisiert für die Bedeutung einer ausreichenden und angemessenen Bewegung. Die Bevölkerung verbessert ihre physischen Gesundheitsressourcen. Die Bevölkerung kennt den Zusammenhang zwischen Bewegungsmangel und Zivilisationskrankheiten.	Allgemeine Kenntnisse zur Bedeutung und Wahrnehmung der täglichen Bewegung Verbesserung der physischen Gesundheitsressourcen Förderung der Ausdauer-, Kraft-, Dehn-, Koordinations- und Entspannungsfähigkeit, sowie des Gleichgewichtes Verminderung von Risikofaktoren wie Bluthochdruck, erhöhte Blutzuckerwerte, Störungen des Fettstoffwechsels, Übergewicht, muskulären Dysbalancen usw.	Informationsveranstaltungen gekoppelt mit Ernährung (link!) Informationskampagne: Jede Gelegenheit zur Bewegung nutzen! Aufzug → Treppe Sensibilisierungsaktion: Podometer, 2km-Gehtest (Individuelle Messung und Beratung) Förderung der Bewegung: Schule : Klasse in Bewegung: die bewegte Schule Sportliche Gemeinde: Walking, Volkswandertage, Gesund und fit im Wasser Arbeitswelt für Bewegung sensibilisieren, z.B. Musterbetrieb suchen mit konkreten gesundheitsfördernden Angeboten für Mitarbeiter Breitensport-Volkssport Alle bestehenden Vereine/Sportangebote erfassen Fahrrad: Fahrrad im Trend (F.I.T.)
II. Sozialer Aspekt	Die Bevölkerung ist sich des sozialen Aspektes gemeinsamer Bewegung bewusst.	Gemeinsamer Sport gegen Frust und Gewalt - Setting Jugendliche Bewegung in Gemeinschaft als Weg aus der Einsamkeit	Aufruf an die Schulen, Jugendorganisationen, Sozialprojekte und Vereine Projektvorschläge nach vorgeschriebenen Kriterien einzureichen - finanzieller Anreiz, Veröffentlichung Breitensport - Seniorensport Soziale Treffen nutzen für Bewegung
III. Psyche und Bewegung	Die Bevölkerung kennt den Zusammenhang zwischen Bewegung und mentaler Gesundheit Die Bevölkerung verfügt über gestärkte psychosoziale Gesundheitsressourcen Die Bevölkerung stabilisiert das allgemeine gesundheitliche Wohlbefinden Die Bevölkerung bewältigt Beschwerden und Missempfinden	Förderung der Wahrnehmung der Stimmung, Körperkonzept, Wissen, realistische Einschätzung der eigenen Möglichkeiten Förderung des persönlichen Durchhaltevermögens Wahrnehmung der Bewegung als Faktor zur Beseitigung von Rückenproblemen, Gliederschmerzen, schlechten Stimmungslagen, negativem Stress Stressabbau Sturzprophylaxe	Initiativen im Bereich des Gesundheitssportes Rückenschule in Betrieben Bewegungsprogramme zur Sturzprophylaxe bei älteren Menschen
IV. Die Bevölkerung verfügt über ausreichend Sport- Spiel und Freizeitsstrukturen als Bewegungsraum	Bewegungsverhältnisse sind verbessert	Attraktive Schulhöfe, Bolzplätze und Spielplätze, Parks Ausbau der Radwege Schaffung adäquater Räumlichkeiten, Vernetzung und Kooperation Bindung an gesundheitssportliche Aktivitäten	Öffnung der Schulhöfe/Sporthallen außerhalb der Schulzeiten

B. Timing für die Maßnahmen und Aktionen im Bereich "Bewegung"

Richtziel Gesundheit bis 2009	Schwerpunkt Aktionen 2006-2007	Schwerpunkte neuer Aktionen 2008-2009
Bewegung <ul style="list-style-type: none"> • Der breiten Bevölkerung Kenntnisse zur Bedeutung und Wahrnehmung einer täglichen Bewegung vermitteln • Verbesserung der physischen Gesundheitsressourcen der breiten Bevölkerung • Zivilisationskrankungen in der Bevölkerung vorbeugen • Ausbreitung der Sport- Spiel und Freizeitstrukturen als Bewegungsraum 	<ul style="list-style-type: none"> • Integriert in Ernährung • Aufruf an die Schulen, Jugendorganisationen, Sozialprojekte und Vereine Projektvorschläge nach vorgeschriebenen Kriterien einzureichen. Finanzieller Anreiz, Veröffentlichung • Sensibilisierungskampagne : jede Gelegenheit zur Bewegung nutzen! Aufzug ? Treppe (Podometer, 2 Km Gehstest, individuelle Messung + Beratung) <p>In Verbindung mit der Ernährung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Öffnung der Schulhöfe/Sporthalle außerhalb der Schulzeiten 	<ul style="list-style-type: none"> • Weiterführung der Aktionen 2006-2007 mit Schwerpunkt Veröffentlichung + Austausch • Sicherung des Umfeldes in öffentlichen Gebäuden: Schulen/? Beratung bei Um- und Neubauten von Gemeinschaftsräumen • Ausbau der Radwege, Schulhöfe, Spielplätze, Parks...

3. Mentale Gesundheit

A. Zielsetzungen und Aktionen zur Umsetzung des Richtziels «Die Bevölkerung befindet sich in einem psychischen Gleichgewicht.»

Grobziel	Feinziel	Handlungsziele	Maßnahmen/Aktionen
I. Sensibilisierung	Die Bevölkerung ist informiert und sensibilisiert : <ul style="list-style-type: none"> — über den Zusammenhang von psychischem Gleichgewicht und gesundheitserhaltenden Faktoren (Salutogenese) und der Entstehung von Krankheiten — über die Risikofaktoren, die zur Abhängigkeit führen (Drogen, Medien, Spiele...) — über riskante Verhaltensweisen — über die Wahrnehmung von Stressfaktoren und gesundem Stressabbau 	<p>Aufklärung über die Folgen übermäßigen und zu frühen Genusses von Alltagsdrogen und Suchtmitteln</p> <p>Aufklärung über die Manipulation durch Werbung- Entlarven der Scheinwelt</p> <p>Eltern/ Erwachsene / Lehrer über ihre Vorbildfunktion (Verantwortung) aufklären und sie selber in ihrer Gesundheit stärken</p> <p>Positives Beeinflussen des Freizeitverhaltens</p> <p>Positive Stressbewältigung fördern</p>	<p>Risiko- und Altersgruppen bezogene Informationskampagnen</p> <p>Organisation von Seminaren/Weiterbildung</p> <p>Ansatz im Kindergarten: Spiele, Aktivitäten zur Persönlichkeitsstärkung</p> <p>Medien (Fernsehspots, Radiospots, Sendungen...)</p> <p>Rhythmisierung des Stundenplans. (Anspannung – Entspannung) Stressverwaltung, Arbeitswelt, Alltagsleben, Schule</p>
II. Sozialer Aspekt	<p>Einstieg in Alkohol und Tabak ist hinausgezögert</p> <p>Passiv Exponierte sind geschützt</p> <p>Einstieg in den legalen, sowie in den illegalen Drogenkonsum vermeiden, bzw. Konsum vermindern</p> <p>Positive Stressbewältigung fördern</p> <p>Die individuelle Persönlichkeit wird gestärkt als Maßnahme zur Suchtprophylaxe, zur Steigerung der Lebenskompetenz</p>	<p>Nichtalkoholhaltige Getränke sind grundsätzlich günstiger</p> <p>Rauchfreie öffentliche Gebäude/ Arbeitsplätze</p> <p>Kein Alkohol- und Tabakverkauf bzw. Abgabe an Jugendliche unter 16</p> <p>Kein Alkohol und Tabak am Arbeitsplatz</p> <p>Kontrolle von jugendgefährdenden Medien und Spielen</p> <p>Erlernen von gesundem Umgang mit Stress</p> <p>Erleben von gesundem Umgang mit Stress – inklusive Abhängigkeit führen können – inklusive Beschäftigung/Aktivitäten, Stärkung des «Ich»- Kompetenzsteigerung in Kommunikation und Konfliktmanagement auch im Falle von negativem Gruppendruck</p>	<p>Pilotprojekt «Rauchfreie Schule»: nachfolgend für alle Schulen</p> <p>Raucherentwöhnungskurse in Betrieben/ breite Bevölkerung</p> <p>Weiterführung des Aktionsplans «0 Promille unter 16»</p> <p>Projekt «Klettern statt kiffen» fortführen und ausbreiten (Eifel)</p> <p>Angebote in Brennpunkten schaffen (Streetwork, Schulen...)</p> <p>Entlastende Angebote in der Arbeitswelt/ in der Familie und für Individuen: Supervision, Mediation und Beratung</p> <p>MEGA Projekt: «Meine eigene gute Antwort»</p> <p>Schnittstelle «Bewegung»</p> <p>Angebote im Bereich «Entspannung und Wellness»</p> <p>BOB Aktionen</p>

B. Timing für die Maßnahmen und Aktionen im Bereich "Mentale Gesundheit"

Richtziel Gesundheit bis 2009	Schwerpunkt Aktionen 2006-2007	Schwerpunkte neuer Aktionen 2008-2009
<p>Mentale Gesundheit</p> <ul style="list-style-type: none">• Der breiten Bevölkerung Kenntnisse über den Zusammenhang von psychischen Gleichgewicht, gesunderhaltungenden Faktoren und der Entstehung von Krankheiten vermitteln.• Positive Stressbewältigung fördern• Einstieg in legale und illegale Drogen vermeiden/Konsum vermindern	<ul style="list-style-type: none">• Medien (Fernsehsports, Radiospots, Sendungen...)• Weiterbildungen, Seminare• Gezielte Angebote für Eltern/Erwachsene/Lehrer über ihre Vorbildfunktion(Verantwortung) aufklären und ihnen helfen sich selber in ihrer Gesundheit zu stärken.• Rhythmisierung des Stundenplans. (Anspannungs-Entspannung) Stressverwaltung, Arbeitswelt, Alltagsleben, Schule• Weiterführung des Projektes «0 Promille unter 16 Jahren»• Pilotprojekt «Weg zur rauchfreien Schule»• Rauchfreie öffentliche Gebäude/Arbeitsplätze• Raucherentwöhnungskurse für die Bevölkerung• BOB Aktionen• Alkoholfreie Getränke grundsätzlich günstiger anbieten (Gaststätte, Vereine...)	<ul style="list-style-type: none">• Entlastende Angebote in der Arbeitswelt/Familie und für Individuen : Supervision, Mediation und Beratung• Seminar zur Stärkung des «Ich»- Kompetenzsteigerung in Kommunikation und Konfliktmanagement

Gesehen um dem Erlass vom 7. März 2006 zur Festlegung der Schwerpunkte in der Gesundheitsförderung für die Jahre 2006 und 2007 beigefügt zu werden.

Eupen, den 7. März 2006

Für die Regierung der Deutschsprachigen Gemeinschaft:

Der Minister-Präsident,
Minister für lokale Behörden,

K.-H. LAMBERTZ

Der Vize-Ministerpräsident,
Minister für Ausbildung und Beschäftigung, Soziales und Tourismus,

B. GENTGES

Der Minister für Unterricht und wissenschaftliche Forschung,

O. PAASCH

Die Ministerin für Kultur und Medien, Denkmalschutz, Jugend und Sport,

Frau I. WEYKMANS

TRADUCTION

MINISTERE DE LA COMMUNAUTE GERMANOPHONE

F. 2006 — 2908

[C – 2006/33062]

7 MARS 2006. — Arrêté du Gouvernement fixant les lignes de force en matière de promotion de la santé pour les années 2006 et 2007

Le Gouvernement de la Communauté germanophone,

Vu le décret du 1^{er} juin 2004 relatif à la promotion de la santé, notamment l'article 2, alinéa 1^{er};

Vu l'avis du Conseil consultatif pour la promotion de la santé, donné le 20 janvier 2006;

Sur la proposition du Ministre compétent en matière d'Affaires sociales;

Après délibération,

Arrête :

Article 1^{er}. Le contenu des lignes de force en matière de promotion de la santé telles que figurant dans le tableau figurant en annexe au présent arrêté est fixé pour les années 2006 et 2007.

Art. 2. Le présent arrêté produit ses effets le 1^{er} janvier 2006.

Art. 3. Le Ministre compétent en matière d'Affaires sociales est chargé de l'exécution du présent arrêté.

Eupen, le 7 mars 2006.

Pour le Gouvernement de la Communauté germanophone :

Le Ministre-Président,
Ministre des Pouvoirs locaux,

K.-H. LAMBERTZ

Le Vice-Ministre-Président,
Ministre de la Formation et de l'Emploi, des Affaires sociales et du Tourisme,

B. GENTGES

Le Ministre de l'Enseignement et de la Recherche scientifique,

O. PAASCH

La Ministre de la Culture et des Médias, de la Protection des Monuments, de la Jeunesse et des Sports,

Mme I. WEYKMANS

Annexe à l'arrêté du Gouvernement du 7 mars 2006 fixant les lignes de force en matière de promotion de la santé pour les années 2006 et 2007

1. Alimentation

A. Objectifs et actions visant à mettre en oeuvre la finalité « La population s'alimente de manière consciente et équilibrée. »

But	Objectif	Objectifs d'action	Mesures/actions
I. Sensibilisation	La population est correctement informée et sensibilisée à l'importance d'une alimentation saine et équilibrée La population a des habitudes alimentaires saines	Apprendre et les principes de base de l'alimentation et pouvoir les appliquer Apprendre le parcours des aliments Se nourrir consciemment Habitudes alimentaires saines, transmission de recettes succès garanti (pratique d'excellence)	Ecoles : Intégration dans le programme d'enseignement, soirées-conférences destinées aux parents Formation des adultes Implication des parents au niveau des repas scolaires Exclure des écoles fastfood et softdrinks, proposer des consommations saines, produits régionaux (soupe saine à 0,50), fruits de saison Orienter les jeunes parents vers une alimentation équilibrée Concevoir et publier des recettes en collaboration avec un cuisinier (chef-coq) local Appel aux écoles, camps de jeunes afin qu'ils introduisent des propositions de projets selon des critères définis - incitant financier, publication Formation continue et qualification requise du personnel de cuisine
	La population prévient les symptômes carenciels et les allergies	Apport suffisant en Fe, Ca, Vit., iode, (notamment chez les jeunes filles, femmes et femmes enceintes) Augmentation du taux d'allaitement Plus de calcium et de vitamine D Eviter les aliments qui provoquent une « fuite de calcium », notamment chez les jeunes Protéines en suffisance et plus de fibres alimentaires	« Augmentez votre capital osseux » « Investir dans l'avenir » - campagnes de promotion de l'allaitement
	La population prévient les maladies de civilisation	Moins de graisses et de sucres	Voir plus haut Campagne de prévention des accidents vasculaires cérébraux Diabète : dépistage et prévention
	La population connaît les bases du métabolisme hydrique et l'importance d'une consommation suffisante en eau	Boire, principalement de l'eau	Fontaines d'eau de distribution dans les établissements publics
	Les valeurs IMC sont normales (19-25)	Apprendre à calculer son propre IMC et les conséquences de l'obésité Apprendre le lien entre l'apport nutritionnel, la dépense énergétique et l'activité physique	Eurofit : mesures anthropométriques + tests moteurs pratiqués dans les écoles et accessibles au grand public Relevé de l'IMC effectué par le DKF (Service pour l'Enfance et la Famille), et la médecine scolaire : jeunes enfants et les 6/15 ans
II. Aspect social	La population est consciente de l'aspect social des repas pris en commun	Repas pris à table dans une atmosphère calme et détendue	Conseils lors de la transformation ou de la nouvelle construction de cantines dans des établissements publics
III. Psychisme et alimentation	La population connaît le lien entre le psychisme et l'alimentation	Dépistage précoce de troubles alimentaires d'origine psychologique Apprendre les liens et conséquences	Sensibilisation aux troubles alimentaires (anorexie, boulimie, surcharge pondérale...)

B. Programmation des mesures et actions à mener dans le domaine alimentaire

Finalité Santé d'ici 2009	Lignes de force Actions 2006-2007	Lignes de force Nouvelles Actions 2008-2009
<p>Alimentation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Enseigner au grand public les principes de base de l'alimentation, l'importance de s'alimenter consciemment et le parcours des aliments • Promouvoir des habitudes alimentaires saines, transmettre des recettes réussies (pratique d'excellence) • Déceler et prévenir au sein de la population les maladies de civilisation + troubles alimentaires d'origine psychologique 	<ul style="list-style-type: none"> • Ecoles/parents/groupes de femmes : conférences fondées sur la pyramide alimentaire (y compris l'activité physique), prospectus • Ecoles/camps de jeunes : Appel à introduire des propositions de projets selon des critères définis/incitant financier, publication • Implication des parents au niveau des repas scolaires • Proposer des consommations saines, exclure le fastfood (soupe saine à 0,50, fruits de saison...) • Ecoles/établissements publics : eau potable gratuite par la mise à disposition de fontaines d'eau de distribution • «Investir dans l'avenir» - campagnes de promotion de l'allaitement • Campagne de prévention des accidents vasculaires cérébraux 	<ul style="list-style-type: none"> • Poursuite des actions 2006-2007, priorité à la publication + échanges • Ostéoporse : « Augmentez votre capital osseux » • Prévention de maladies spécifiques : diabète, hypertension... • Sensibilisation à des troubles alimentaires spécifiques (anorexie, boulimie, surcharge pondérale...)
<ul style="list-style-type: none"> • Normalisation du poids du grand public 	<ul style="list-style-type: none"> • Information intégrée dans l'apprentissage des principes de base de l'alimentation • Enfants/jeunes : calcul de l'IMC chez les 3, 6 et 15 ans (sur 10 ans) • Ecoles/grand public : Eurofit : mesures anthropométriques + tests moteurs 	

2. Activité physique

A. Objectifs et actions visant à mettre en œuvre la finalité « La population pratique une activité physique suffisante et appropriée »

But	Objectif	Objectifs d'action	Mesures/actions
I. Sensibilisation	<p>La population est informée et sensibilisée à l'importance d'une activité physique suffisante et appropriée</p> <p>La population améliore ses ressources de santé physique</p> <p>La population connaît la relation entre le manque d'activité physique et les maladies de civilisation</p>	<p>Connaissances générales quant à l'importance et à la perception de l'activité physique quotidienne</p> <p>Amélioration des ressources de santé physique</p> <p>Renforcement de l'endurance, de la force, de la souplesse, de la coordination et de la détente ainsi que de l'équilibre</p> <p>Diminution des facteurs de risque tels que l'hypertension, l'hyperglycémie, les troubles du métabolisme lipidique, le surpoids, les déséquilibres musculaires, etc.</p>	<p>Séances d'information intégrant le thème de l'alimentation (link)</p> <p>Campagne d'information : Profiter de la moindre occasion pour pratiquer de l'exercice!</p> <p>Ascenseur → escaliers</p> <p>Action de sensibilisation : podomètre, test de marche sur 2km (mesures individuelles et conseils)</p> <p>Promotion de l'activité physique :</p> <p>Ecole : Klasse in Bewegung, die bewegte Schule (Classe et école en mouvement)</p> <p>Commune sportive : course à pied, marches populaires, « Gesund und fit im Wasser » (« piscine-santé »)</p> <p>Sensibiliser le monde du travail à la pratique d'une activité physique, par ex. trouver une entreprise-pilote proposant à ses collaborateurs des offres concrètes en matière de promotion de la santé</p> <p>Sport de masse - sport populaire</p> <p>Répertoire tous les clubs sportifs/toutes les offres en matière de sport</p> <p>Fahr-Rad : Fahrrad im Trend (F.I.T)</p> <p>(« vélo-santé »)</p>
II. Aspect social	La population est consciente de l'aspect social d'une activité physique de groupe	Sport de groupe contre la frustration et la violence - Setting jeunes Sortir de la solitude en pratiquant une activité physique de groupe	<p>Appel aux écoles et organisations de jeunesse ainsi qu'aux clubs à introduire des projets sociaux ou propositions de projets sociaux selon des critères définis - incitant financier, publication.</p> <p>Sport de masse - sport seniors</p> <p>Utiliser les contacts sociaux pour pratiquer une activité physique</p>

But	Objectif	Objectifs d'action	Mesures/actions
III. Psychisme et activité physique	La population connaît le rapport entre la pratique d'une activité physique et la santé mentale La population dispose de ressources de santé psychosociale renforcées La population « consolide » le bien-être sanitaire général La population surmonte les plaintes et malaises	Renforcement de la perception du moral, du concept du corps, du savoir, évaluation réaliste de ses propres capacités Renforcement de la capacité d'endurance personnelle Perception de l'activité physique en tant que facteur permettant de lutter contre les problèmes de dos, les douleurs articulaires, le manque de moral et le stress négatif Diminution du stress Prévention des chutes	Initiatives en matière de sport pour la santé Ecole du dos en entreprise Programmes d'exercices pour prévenir les chutes chez les aînés Ouverture des cours d'école/halls sportifs en dehors des heures de classe
IV. La population dispose de suffisamment de structures sportives, ludiques et de loisirs pour pratiquer une activité physique	Meilleures conditions pour pratiquer l'activité physique	Cours d'école attrayantes, petits terrains de foot, plaines de jeux, parcs Extension des pistes cyclables Création de locaux adéquats Mise en réseau et coopération, Adhésion à des activités sportives favorables à la santé	

B. Programmation des mesures et actions dans le domaine de l'activité physique

Finalité Santé d'ici 2009	Lignes de force des Actions 2006-2007	Lignes de force Nouvelles Actions 2008-2009
Activité physique <ul style="list-style-type: none">• Enseigner au grand public l'importance et la perception d'une activité physique quotidienne• Amélioration des ressources de santé physique du grand public• Prévention des maladies de civilisation au sein de la population• Extension des structures sportives, ludiques et de loisirs utilisées pour pratiquer une activité physique	<ul style="list-style-type: none">• Intégration dans l'alimentation• Appel aux écoles et organisations de jeunesse ainsi qu'aux clubs à introduire des projets sociaux ou propositions de projets sociaux selon des critères définis - incitant financier, publication.• Campagne de sensibilisation : profiter de la moindre occasion pour pratiquer de l'exercice physique! Ascenseur → escaliers (podomètre, test de marche sur 2km, mesures individuelles + conseils) En rapport avec l'alimentation <ul style="list-style-type: none">• Ouverture des cours d'école/halls sportifs en dehors des heures de classe	<ul style="list-style-type: none">• Poursuite des actions 2006-2007, priorité à la publication + échanges• Sécurisation de l'environnement dans les établissements publics : écoles / ? : Conseils lors de la nouvelle construction ou de la transformation de locaux communautaires• Extension des pistes cyclables, cours d'école, plaines de jeux, parcs, etc.

3. Santé mentale

A. Objectifs et actions visant à mettre en œuvre la finalité « La population est en état d'équilibre psychique »

But	Objectif	Objectifs d'action	Mesures/actions
I. Sensibilisation	La population est informée et sensibilisée au sujet : <ul style="list-style-type: none">— du rapport entre l'équilibre psychique et les facteurs salutaires d'une part et la genèse des maladies d'autre part— des facteurs de risque menant à la dépendance— de la multiplicité des assuétudes et substances entraînant une dépendance (drogues, médias, jeux,...)— des comportements à risque— de la perception des facteurs de stress et d'une diminution saine du stress	Informar sur les conséquences de la consommation excessive et précoce de drogues de tous les jours et de substances entraînant une dépendance Informar sur la manipulation exercée par la publicité - Dévoilement du monde de l'irréel Éclairer les parents/adultes/enseignants sur leur fonction d'exemple (responsabilité) et les amener à améliorer eux-mêmes leur propre santé Influencer positivement les comportements en matière de loisirs Promouvoir une gestion positive du stress	Campagnes d'information ciblées selon les groupes à risques et les tranches d'âge Organisation de séminaires/formation continue Première approche dans les jardins d'enfants : jeux, activités visant à renforcer la personnalité Médias (spots télévisés et radiophoniques, émissions...) Programmation de l'horaire (rythme tension-détente) Gestion du stress, monde du travail, vie quotidienne, école

But	Objectif	Objectifs d'action	Mesures/actions
II. Aspect social	Le début de la consommation d'alcool et de tabac est retardé Les personnes exposées passivement sont protégées Eviter le début de la consommation de drogues légales et illégales ou réduire la consommation Promouvoir la gestion positive du stress La personnalité individuelle est renforcée = mesure de prévention de la toxicomanie et d'accroissement des compétences vitales	Les boissons sans alcool sont proposées à des prix plus avantageux Interdiction de fumer dans les bâtiments publics et lieux de travail Interdiction de vendre ou de délivrer de l'alcool ou du tabac aux moins de 16 ans Interdiction de l'alcool et du tabac sur le lieu de travail Contrôle des médias et jeux représentant un danger pour les jeunes Apprendre à vivre sainement son stress Apprendre à utiliser sainement les stimulants pouvant induire une dépendance - intégration d'occupations/activités, renforcement du « moi » - accroissement des compétences communicatives et de gestion des conflits, même en cas de pression négative du groupe	Projet-pilote « Ecole sans Tabac », à étendre ensuite à toutes les écoles Cours de sevrage tabagique dispensés en entreprise/au grand public Poursuite du plan d'action « 0 Promille unter 16 » (tolérance 0 pour les moins de 16 ans) Poursuite et extension du projet « Klettern statt kiffen » (« ma drogue c'est la grimpe ») (Eifel) Créer des offres au niveau des « points chauds » (travail de rue, écoles...) Offres d'aide dans le monde du travail/dans les familles et aux individus : supervision, médiation, conseils Projet MEGA : « Meine eigene gute Antwort » (« Ma propre bonne réponse ») Interface « Mouvement » Offres en matière de « Détente et Bien-être » Campagnes BOB

B. programmation des mesures et actions dans le domaine de la santé mentale

Finalité Santé d'ici 2009	Ligne de force des actions 2006-2007	Lignes de force de nouvelles actions 2008-2009
Santé mentale <ul style="list-style-type: none"> • Enseigner au grand public la relation entre l'équilibre psychique, les facteurs salutaires et la genèse de maladies • Promouvoir la gestion positive du stress • Eviter le début de la consommation de drogues légales et illégales / limiter la consommation 	Ligne de force des actions 2006-2007 <ul style="list-style-type: none"> • Médias (spots télévisés, radiophoniques, émissions...) • Formations continues, séminaires • Offres ciblées aux parents/adultes/enseignants pour les éclairer sur leur fonction d'exemple (responsabilité) et les amener à améliorer eux-mêmes leur propre santé • Programmation de l'horaire (rythme tension-détente) gestion du stress, monde du travail, vie quotidienne, école • Poursuite du projet « 0 Promille unter 16 Jahren » (tolérance 0 pour les moins de 16 ans) • projet-pilote « Weg zur rauchfreien Schule » (« Vers une école sans tabac ») • Interdiction de fumer dans les établissements publics/sur le lieu de travail • Cours de sevrage tabagique à la population • Campagnes BOB • Proposer des boissons sans alcool à des prix plus avantageux (lieux de restauration, clubs...) 	Lignes de force de nouvelles actions 2008-2009 <ul style="list-style-type: none"> • Offres d'aide dans le monde du travail/dans les familles et aux individus : supervision, médiation et conseils • Séminaires de renforcement du « Moi » - Accroissement des compétences communicatives et de gestion des conflits

Vu pour être annexé à l'arrêté du 7 mars 2006 fixant les lignes de force en matière de promotion de la santé pour les années 2006 et 2007.
Eupen, le 7 mars 2006.

Pour le Gouvernement de la Communauté germanophone :

Le Ministre-Président,
Ministre des Pouvoirs locaux,
K.-H. LAMBERTZ

Le Vice-Ministre-Président,
Ministre de la Formation et de l'Emploi, des Affaires sociales et du Tourisme,
B. GENTGES

Le Ministre de l'Enseignement et de la Recherche scientifique,
O. PAASCH

La Ministre de la Culture et des Médias, de la Protection des Monuments, de la Jeunesse et des Sports,
Mme I. WEYKMANS

VERTALING

MINISTERIE VAN DE DUITSTALIGE GEMEENSCHAP

N. 2006 — 2908

[C – 2006/33062]

7 MAART 2006. — Besluit van de Regering tot vaststelling van de krachtlijnen inzake gezondheidspromotie voor de jaren 2006 en 2007

De Regering van de Duitstalige Gemeenschap,

Gelet op het decreet van 1 juni 2004 betreffende de gezondheidspromotie, inzonderheid op artikel 2, lid 1;

Gelet op het advies van de Adviesraad voor gezondheidspromotie, gegeven op 20 januari 2006;

Op de voordracht van de Minister bevoegd inzake Sociale Aangelegenheden;

Na beraadslaging,

Besluit :

Artikel 1. Voor de jaren 2006 en 2007 worden de inhoudelijke krachtlijnen van de gezondheidspromotie overeenkomstig de in de bijlage bij dit besluit opgenomen tabel vastgelegd.

Art. 2. Dit besluit heeft uitwerking op 1 januari 2006.

Art. 3. De Minister bevoegd inzake Sociale Aangelegenheden is belast met de uitvoering van dit besluit.

Eupen, 7 maart 2006.

.

Voor de Regering van de Duitstalige Gemeenschap :

De Minister-President,
Minister van Lokale Besturen,

K.-H. LAMBERTZ

De Vice-Minister-President,
Minister van Vorming en Werkgelegenheid, Sociale Aangelegenheden en Toerisme,

B. GENTGES

De Minister van Onderwijs en Wetenschappelijk Onderzoek,

O. PAASCH

De Minister van Cultuur en Media, Monumentenzorg, Jeugd en Sport,

Mevr. I. WEYKMANS

Bijlage bij het besluit van de Regering van 7 maart 2006 tot vaststelling van de krachtlijnen inzake gezondheids promotie voor de jaren 2006 en 2007

1. Voeding

A. Doeleinden en acties met het oog op de uitvoering van het doel « De bevolking voedt zich bewust en evenwichtig »

Objectief	Doelstelling	Actiedoelen	Maatregelen/acties
I. Sensibilisering	De bevolking is correct geïnformeerd en gesensibiliseerd over het belang van een gezonde en evenwichtige voeding De bevolking heeft gezonde voedingsgewoontes	De basisprincipes inzake voeding - en de toepassing ervan - leren kennen Het voedingstraject aanleren Bewust eten Gezonde voedingsgewoontes, overdracht van succesrecepten (best practice)	Scholen : integratie in het leerplan, voordrachtavonden voor ouders Volwassenenvorming Betrokkenheid van de ouders bij de schoolmaaltijden Fastfood en softdrinks uit de scholen verbannen, gezonde voedingsmiddelen aanbieden, regionale producten (gezonde soep tegen 0,50), seizoenfruit Lange ouders naar een evenwichtige voeding oriënteren Recepten in samenwerking met een lokale (chef-)kok ontwikkelen en publiceren Oproep aan de scholen en jeugdkampen om projectvoorstellen naar voorgescreven criteria in te dienen - financiële prikkel, publicatie Voortgezette opleiding van en kwalificatievereisten voor het keukenpersoneel
	De bevolking voorkomt gebrekssymptomen en allergieën	Voldoende toevoer van Fe, Ca, Vit., Jodium (m.n. bij meisjes, vrouwen en zwangere vrouwen) Verhoogde borstvoedingscijfers Meer calcium en vitamine D Stoffen die de opname van calcium in het lichaam tegengaan, vermijden, m.n. bij jongeren Voldoende eiwitten en meer vezels	« Bouw jouw botkapitaal op! » « Investeren in de toekomst » - borstvoedingscampagnes
	De bevolking voorkomt beschavingsziekten	Minder vet en zuiker	Zie boven Campagne voor het voorkomen van beroertes Suikerziekte : opsporing en preventie
	De bevolking kent de principes van de watermetabolisme en het belang voldoende water te drinken	Drinken, vooral water	In openbare inrichtingen fontein met drinkwater aangesloten op de leiding installeren
	De BMI-waarden zijn binnen de norm (19-25)	Het eigen BMI en de gevolgen van obesitas leren kennen Samenhang leren kennen tussen voedingstoever, energieverbruik en lichamelijke activiteit	Eurofit : lichaamsmetingen + motorische tests bedoeld voor scholen en voor het grote publiek BMI-onderzoek uitgevoerd door de DKF (Dienst voor Kind en Gezin) en de schoolgeneeskunde : kleine kinderen en de leerlingen tussen 6 en 15 jaar
II. Sociaal aspect	De bevolking is zich bewust van het sociaal aspect van samen eten	Maaltijden aan tafel in een rustige en ontspannen sfeer	Raadgeving bij om- en nieuwbouw van gemeenschappelijke lokalen in openbare inrichtingen
III. Psyche en voeding	De bevolking kent de samenhang tussen psyche en voeding	Vroegtijdige opsporing van eetstoornissen van psychologische oorsprong Samenhang en uitwerkingen aanleren	Sensibilisering over specifieke eetstoornissen (anorexia, boulimia en overgewicht...)

B. Programmering van de maatregelen en acties op het gebied « Voeding »

Doel Gezondheid tot 2009	Krachtlijn acties 2006-2007	Krachtlijnen nieuw acties 2008-2009
<p>Voeding</p> <ul style="list-style-type: none"> Het groot publiek de basisprincipes inzake voeding, het belang van bewust eten en het voedingstraject bijbrengen Gezonde eet- en drinkgewoontes bevorderen, overdracht van succesrecepten (best practice) Beschavingsziekten + eetstoornissen van psychologische oorsprong bij de bevolking erkennen en voorkomen <p>Normalisatie van het gewicht bij het publiek</p>	<ul style="list-style-type: none"> Scholen/ouders/vrouwengroepen : voordrachten steunend op de voedingsdriehoek (inclusief beweging), folder Scholen/jeugdkampen : oproep om projectvoorstellen naar voren te schrijven/criteria in te dienen/financiële prikkel, publicatie Betrokkenheid van ouders bij de schoolmaaltijden Gezonde voedingsmiddelen aanbieden, fastfood verbannen (gezonde soep tegen 0,50, seizoenfruit...) Scholen/openbare inrichtingen : kostenloos drinkwater d.m.v. fontein aangesloten op de leiding « Investeren in de toekomst » - borstvoedingscampagnes Campagne voor het voorkomen van beroertes <p>Informatie geïntegreerd in het leren van de basisprincipes inzake voeding</p> <p>Kindert/ouders : Berekening van het BMI bij 3-, 6- en 15-jarigen (tijdens 10 jaar)</p> <p>Scholen/groot publiek : Eurofit : lichaamsmetingen + motorische tests</p>	<ul style="list-style-type: none"> Voortzetting van de acties 2006-2007 met prioriteit voor publicatie + uitwisseling Osteoporose : « Bouw jouw botkapitaal op! » Voorkoming van specifieke ziektes : suikerziekte, hoge bloeddruk... Sensibilisering over specifieke eetstoornissen (anorexia, boulimia, overgewicht...)

2. Lichamelijke activiteit

A. Doeleinden en acties met het oog op de uitvoering van het doel « De bevolking beweegt voldoende en op aangepaste wijze »

Objectief	Doelstelling	Actiedoelen	Maatregelen/acties
I. Sensibilisering	De bevolking is geïnformeerd en gesensibiliseerd over het belang van voldoende en gepaste beweging. De bevolking verbetert haar lichamelijk gezondheidsvermogen. De bevolking kent de samenhang tussen gebrek aan beweging en beschavingsziekten	Algemene kennis over het belang en de waarneming van de dagelijkse beweging. Verbetering van het lichamelijk gezondheidsvermogen. Versterking van het uithoudingsvermogen, van de kracht, van de soepelheid en van het coördinatie- en ontspanningsvermogen alsmede van het evenwicht. Vermindering van de risicofactoren zoals hoge bloeddruk, hyperglycemie, verstoorde vetmetabolisme, overgewicht, musculaire onevenwichten enz.	Informatie-verzamelingen die het thema « voeding » integreren (link) Informatiecampagne : van elke gelegenheid gebruik maken om zich te bewegen! Lift → trap Sensibiliseringsactie : podometer, 2km wandeltest (individuele metingen en raadgevingen) Bevordering van de beweging School : « Klasse in Beweging, die bewegte Schule » (klas en school in beweging) Sportieve gemeente : walking, populaire wandeldagen, « Gesond und fit im Wasser » (zwem je fit) De arbeidswereld sensibiliseren voor beweging, b.v. een pilootbedrijf zoeken dat concrete gezondheidsbevorderende maatregelen aan zijn medewerkers aanbiedt Massasport - Volksport Alle bestaande clubs/sportaanbiedingen inventariseren Fähr-Rad : Fahrrad im Trend (FIT) (Veilig en gezond fietsen)
II. Sociaal aspect	De bevolking is zich bewust van het sociaal aspect van bewegingsactiviteiten in groepsverband	Sport in groepsverband tegen frustratie en geweld - Setting jongeren Bewegingsactiviteiten in groepsverband als weg uit de eenzaamheid	Oproep aan de scholen, jeugdorganisaties en clubs om sociale projecten resp. voorstellen van sociale projecten naar voren te schrijven/criteria in te dienen - financiële prikkel, publicatie Massasport - sport voor bejaarden Sociale contacten gebruiken om zich te bewegen
III. Psyche en beweging	De bevolking kent de samenhang tussen beweging en geestelijke gezondheid De bevolking beschikt over een versterkt psychosociaal gezondheidsvermogen De bevolking stabiliseert het algemeen gezondheidswelzijn De bevolking beheerst klachten en onwelzijn	Versterking van de waarneming van de stemming, het concept van het lichaam, kennis, realistische inschatting van de eigen mogelijkheden Versterking van het eigen inhoudingsvermogen Waarneming van de beweging als factor tot bestrijding van rugproblemen, pijnlijke gewrichten, slecht moraal, negatieve stress Stressvermindering Valpreventie	Initiatieven op het gebied van gezondheidsport Rugschool in bedrijven Bewegingsprogramma's ter valpreventie bij ouderen
IV. De bevolking beschikt over voldoende sport, speel- en vrijetijdstructuren als bewegingsruimten	De bewegingsomgeving is verbeterd	Aantrekkelijke speelplaats op school, kleine voetbalplaats en speelpleinen, parks, Uitbreiding van de fietswegen Oprichting van gepaste lokalen Netwerkvorming en coöperatie Toetreding aan activiteiten inzake gezondheidssport	Opening van de speelplaatsen der scholen en van de sporthallen buiten de schooltijd

B. Programmering van de maatregelen en acties op het gebied « Beweging »

Objectief gezondheid tot 2009	Krachtlijn acties 2006-2007	Krachtlijnen van de nieuwe acties 208-2009
<p>Beweging</p> <ul style="list-style-type: none"> Het groot publiek kennis over het belang en de waarneming van dagelijkse beweging bijbrengen 	<ul style="list-style-type: none"> In de voeding geïntegreerd Oproep aan de scholen, jeugdorganisaties en clubs om sociale projecten resp. voorstellen van sociale projecten naar voorgeschreven criteria in te dienen - financiële prikkel, publicatie Sensibiliseringscampagne : van elke gelegenheid gebruik maken om zich te bewegen! Lift → trap (podometer, 2km wandelfest, individuele metingen + raadgevingen) In verband met voeding Opening van de speelplaatsen der scholen en van de sporthalls buiten de schooltijd 	<ul style="list-style-type: none"> Voortzetting van de acties 2006-2007 met prioriteit voor publicatie + uitwisseling Beveiliging van de omgeving in openbare inrichtingen : scholen/? : raadgeving bij om- en nieuwbouw van gemeenschappelijke lokalen Uitbreiding van de fietswegen, speelplaatsen in de scholen, speelpleinen, parks...

3. Geestelijke gezondheid

A. Doeleinden en acties met het oog op de uitvoering van het doel « De bevolking bevindt zich psychisch in evenwicht »

Objectief	Doelstelling	Actiedoelen	Maatregelen/acties
I. Sensibilisering	<p>De bevolking is geïnformeerd en gesensibiliseerd over :</p> <ul style="list-style-type: none"> de samenhang tussen psychisch evenwicht en gezondheidsbevorderende factoren enerzijds en het ontstaan van ziekten anderzijds de risicofactoren die tot afhankelijkheid leiden het groot aantal verslavingen en stoffen die daartoe leiden (drugs, media, spelen...) risicogedrag de waarneming van stressfactoren en gezonde vermindering van stress 	<p>Voorlichting over de gevolgen van een overmatig en vroeg gebruik van alle daagse drugs en van stoffen die tot afhankelijkheid leiden</p> <p>Voorlichting over het manipulerend effect van reclame - Ontthulling van de schijnwereld</p> <p>Ouders/volwassenen/leerkrachten voorlichten over hun voorbeeldfunctie (verantwoordelijkheid) en deze helpen hun eigen gezondheid zelf te versterken</p> <p>Het gedrag inzake vrijetijdsbesteding positief beïnvloeden</p> <p>Positieve stressbeheersing bevorderen</p>	<p>Informatiecampagnes gericht op risico- en leefstijlsgroepen</p> <p>Organisatie van seminars/voortgezette opleiding</p> <p>Aanpak in kleuterscholen : spelen, activiteiten ter versterking van de persoonlijkheid</p> <p>Media (spots op televisie en radio, uitzendingen...)</p> <p>Programmatie van het uurrooster (rythme aanspanning-ontspanning)</p> <p>Stressbeheersing, arbeidswereld, dagelijks leven, school...</p>
II. Sociaal aspect	<p>Het gebruik van alcohol en tabak geschiedt later</p> <p>Passief blootgesteld zijn beschermd</p> <p>De toegang tot het gebruik van legale en illegale drugs voorkomen of het gebruik verminderen</p> <p>Positieve stressbeheersing bevorderen</p> <p>De individuele persoonlijkheid wordt versterkt als maatregel ter preventie van verslaving, ter verhoging van de vitale bevoegdheden</p>	<p>Alcoholvrije dranken zijn principieel goedkoper</p> <p>Rookvrije openbare inrichtingen/werkplaatsen</p> <p>Verbod op tabaks- en alcoholverkoop of aflevering aan jongeren onder de 16</p> <p>Geen alcohol en tabak op de werkplaats</p> <p>Controle op media en spelen die gevaar opleveren voor jongeren</p> <p>Aanleren gezond met stress om te gaan</p> <p>Aanleren gezond om te gaan met genotmiddelen die tot afhankelijkheid kunnen leiden - activiteiten, versterking van de « Ik » - Verhoging van de communicatieve competenties en van de competenties op het vlak van het conflictmanagement ook in geval van negatieve groepdruk</p>	<p>Piloot-project « Rookvrije school » : daarna tot alle scholen uitbreiden</p> <p>Cursussen voor tabaksontwenning in bedrijven/voor het groot publiek</p> <p>Voortzetting van het actieplan « 0 promille onder 16 »</p> <p>Project « Klettern statt kiffen » (« Klimmen in plaats van hasjes »), voortzetten en uitbreiden (Eifel)</p> <p>Aanbiedingen in knelpunten scheppen (straatwerk, scholen...)</p> <p>Ontlastende hulp in de arbeidswereld/in de gezinnen en aan de individuen : supervisie, bemiddeling en raadgevingen</p> <p>MEGA-project : « Mijn Eigen Goed Antwoord »</p> <p>Interface « Beweging »</p> <p>Aanbod op het gebied « Ontspanning en Welzijn »</p> <p>BOB-acties</p>

B. Programmering van de maatregelen en acties op het gebied « Geestelijke gezondheid »

Objectief gezondheid tot 2009	Krachtlijn acties 2006-2007	Krachtlijnen van de nieuwe acties 2008-2009
Geestelijke gezondheid <ul style="list-style-type: none">• Het groof publiek kennis bijbrengen over het verband tussen het psychisch evenwicht, de « heelzame » factoren en het ontstaan van ziekten• Positieve stressbeheersing bevorderen• De toegang tot het gebruik van legale en illegale drugs voorkomen/consumptie verminderen	<ul style="list-style-type: none">• Media (spots op televisie en radio, uitzendingen...)• Voortgezette opleidingen, seminars• Gerichtte aanbiedingen : ouders/volwassenen/leerkrachten voorlichten over hun voorbeeld-functie (verantwoordelijkheid) en hen helpen hun eigen gezondheid zelf te versterken• Programmatie van het uurrooster (rythme aanspanning - ontspanning) stressbeheersing, arbeidswereld, dagelijks leven, school• Voortzetting van het project « 0 promille onder 16”• Pilot-project « Naar en rookvrije school »• Rookvrije openbare inrichtingen/ werkplaatsen• Cursussen voor tabakontwenning gegeven aan de bevolking• BOB-acties• Alcoholvrije dranken principeel goedkoper aanbieden (restaurantie-inrichtingen, clubs...)	: <ul style="list-style-type: none">• Ontlastende hulp in de arbeidswereld/in de gezinnen en aan individuen : supervisie, bemiddeling en raadgevingen• Seminars ter « Ik-versterking » - verhoging van de communicatieve competenties en van de competenties op het vlak van het conflictma-nagement

Gezien om gevoegd te worden bij het besluit van 7 maart 2006 tot vaststelling van de krachtlijnen inzake gezondheidspromotie voor de jaren 2006 en 2007.

Eupen, 7 maart 2006.

Voor de Regering van de Duitstalige Gemeenschap :

De Minister-President,
Minister van Lokale Besturen,

K.-H. LAMBERTZ

De Vice-Minister-President,
Minister van Vorming en Werkgelegenheid, Sociale Aangelegenheden en Toerisme,

B. GENTGES

De Minister van Onderwijs en Wetenschappelijk Onderzoek,

O. PAASCH

De Minister van Cultuur en Media, Monumentenzorg, Jeugd en Sport,

Mevr. I. WEYKMANS