

# De hele wijk leert

## Brede School stimuleert kind, school en buurt

- ▶ Een Brede School is een samenwerking van minstens één school met partners uit andere sectoren
- ▶ Zeventien projecten werden drie jaar gevolgd
- ▶ Elke Brede School is anders, want ze groeit vanuit de eigen context

### Jozefien VAN HUFFEL

Het is 1997. In een volkse wijk in Gent blijkt uit een enquête dat bewoners onder meer met vragen en zorgen zitten over onderwijs. Daarop slaan vier scholen, het buurtcentrum, wijkgezondheidscentrum en samenlevingsopbouw de handen elkaar. De scholen stellen zich voortaan voor in een gezamenlijke folder, buurtorganisaties helpen bij naschoolse activiteiten in de schoolgebouwen en de sportdag en de carnavalsstoet zijn gemeenschappelijk.

Het project heet *Jouw kind groeit op in de wijk* en het is een typisch

voorbeeld van een Brede School. Samen met zestien andere proefprojecten werd het vanaf 2006, in opdracht van de Vlaamse beleidsdomeinen Jeugd en Onderwijs, gevolgd door het Steunpunt Diversiteit en Leren van de UGent.

„Een Brede School is een samenwerkingsverband tussen verschillende sectoren, met daarbij een of meerdere scholen”, legt Annelies Joos van het steunpunt uit. „Ze werken samen aan een brede leer- en leefomgeving. Kinderen leren immers overal. Met een sterkere verbinding tussen de school en de buitenwereld wordt ook ervaring die elders wordt opgedaan, betekenisvol.”

Elke Brede School is anders, omdat de werking mee wordt bepaald door de context waarin ze is ingebed. Joos: „Er is niet één model. Soms is een school de trekker van het project, soms is er een coördinator die niets met het onderwijs te maken heeft en werken er verschillende scholen mee. De ene samenwerking richt zich heel sterk op de vrije tijd, omdat er op woensdagnamiddag en in de vakantie te weinig aanbod is in de buurt. Bij de andere speelt dat helemaal geen rol.”

Wat de Brede Scholen wel gemeen hebben, is dat alle partners winnen bij de samenwerking. Kinderen krijgen meer kansen, leerkrachten leren hun leerlingen, scholen krijgen een positief imago. Bovendien worden ouders meer betrokken en bereiken buurtorganisaties makkelijker hun doelgroep.

**Kinderen leren overal. Brede School maakt elders opgedane ervaringen betekenisvol**

Bij de proefprojecten waren zowel basisscholen als secundaire scholen betrokken. Zo ook Het Keerpunt in Borgerhout, waar jongeren studeren in het deeltijds onderwijssysteem. „De school ligt in een zogenaamde moeilijke wijk en het ging er echt niet goed toen de vorige directeur er tien jaar geleden aankwam”, vertelt Joos. „Hij draaide alles om: hoe konden ze als school weer leven brengen in de buurt en een sociaal verhaal doen groeien?”

De directeur stelde de schoolgebouwen open voor alle organisaties in de buurt die nood hadden aan ruimte. Joos: „Het gebouw wordt nu 365 dagen per jaar gebruikt en is een soort marktplaats waar verschillende bevolkingsgroepen elkaar ontmoeten.”

Op basis van de bevindingen uit de proefprojecten formuleerde het Steunpunt Diversiteit en Leren inmiddels een aantal aanbevelingen voor de Vlaamse overheid en voor steden en gemeenten. Bovendien werkt het aan materiaal dat nieuwe samenwerkingsverbanden kan helpen een echte Brede School te worden.

Meer weten? 09 264 70 38 of [www.diversiteitleren.be](http://www.diversiteitleren.be).



Met een mijnstoet werkte deze lokale bredeschoolwerking aan het buurtgemeenschapsgevoel. © Steunpunt Diversiteit en Leren



Kleine oorzaken, grote gevolgen. De campagne valpreventie gaat vandaag van start. © Expertisecentrum Valpreventie Vlaanderen

## U bent bang te vallen?

### Vecht terug. Enkele eenvoudige tips

#### Nicole LEHOUCQ

Maakte u het ook al eens mee? Plotseling ligt u op de grond. Stomweg gevallen. Snel even om u heen kijken of niemand het heeft gezien. En hopen dat de gevolgen meevallen. Misschien kan dit troosten: u bent niet alleen.

Eén op de drie personen ouder dan 65 valt jaarlijks één keer, sommigen meer. Toch kunt u, letten op een paar aandachtspunten, veel valpartijen vermijden. Het Expertisecentrum Valpreventie Vlaanderen brengt de problematiek alvast onder de aandacht van het grote publiek én reikt tips aan. De gevolgen van een valpartij kunnen immers ernstig zijn.

De meeste valpartijen bij 65-plussers gebeuren thuis, bij zelfstandig wonende personen. Is er geen letsel, dan wordt de val meestal niet ter sprake gebracht, uit angst naar een woonzorgcentrum te moeten. Gevolg is dat de officiële cijfers onderschattingen zijn. Door vaker thuis te blijven, vermindert u dus ook niet het risico op vallen. U riskeert integendeel te vereenzamen of weg te zinken in negatieve gedachten.

#### Waarop kunt u letten?

Een val voorkomen kan alvast door actief en fit te blijven en door risicofactoren te beperken. Het is belangrijk op elke leeftijd te blijven bewegen. Minstens dertig minuten per dag. Dat kan heel eenvoudig door de trap te nemen in plaats van de lift of door boodschappen te voet te doen. Begin langzaam aan, dagelijks zo'n vijf tot tien minuten en bouw geleidelijk op. Denk er ook aan voldoende te drinken. En geneert u zich vooral niet voor die wandelstok of dat looprekje.

Naast beweging inbouwen in uw dagelijkse bezigheden, worden ook specifieke oefeningen aangeraden die u soepel en lenig houden en die de spieren versterken. Een mooi voorbeeld is tai

chi, de Chinese bewegingskunst. Dat dergelijke lichaams oefening de kans op ernstige kwalen zoals suikerziekte vermindert, is mooi meegenomen.

Woont u thuis, overweeg dan even de mogelijke risicofactoren. Liet u niets rondslingeren? Ziet u voldoende? Uw brilglazen dagelijks poetsen, kan al een hulp zijn. Denk er ook aan uw ogen regelmatig te laten controleren door een oogarts. Is er voldoende verlichting? Licht er antislip onder de vloermatten? Staat die trapladder voldoende stabiel?

Leg misschien de dingen die u dagelijks nodig heeft op een makkelijker bereikbare plaats. Laat u niet opjagen. Wordt er gebeld? Begeeft u zich dan op uw tempo naar de telefoon of naar de voordeur. Om duizeligheid te vermijden, is het ook beter om niet te snel uit bed of fauteuil op te staan. Moet u 's nachts vaak op om te plassen, bespreek dit met de huisarts.

Buitenshuis houdt u natuurlijk de toestand van het voetpad scherp in de gaten. Zorg voor aangepast en veilig schoeisel en laat problemen met de voeten goed verzorgen.

Om uw spieren en beenderen te versterken, is gezonde voeding – meer bepaald de inname van calcium en vitamine D – belangrijk. Dat zit onder meer in vette vis, melkproducten, peulvruchten en eieren. Roken en alcohol? Behoeven geen uitleg. Neemt u ook stipt uw medicatie in en wees voorzichtig met slaaptabletten. Raadpleeg bij twijfel de huisarts.

Dat doet u trouwens best als u ouder bent dan 65 en u problemen heeft met stappen, als u last heeft van evenwichtsstoringsen, of als u gevallen bent. De huisarts kan nagaan of u een verhoogde kans loopt om (opnieuw) te vallen en kan u desgewenst doorverwijzen naar hulpverleners zoals de kinesitherapeut.

#### Advertentie

Twee jaar na het succes van "Zondagse Woorden" verschijnt van Paul Schollaert "Gezongen Evangeliewoorden". Het wordt een meer dan 300-pagina's tellende, mooi uitgegeven bundel in A4-formaat met zowel zijn liederen als begeleidingen. Naast verschillende Magnificatzettingen, het *Nunc Dimittis* en een *Credo* worden hierin slotzegeningen en de *Kerstnachtviering* naar Lucas opgenomen. Verder bevat het werk liederen bij de *Christmaviering*, voor de zondagen door het jaar (ABC-cyclus) en voor de Paaszondagen.

De composities werden oorspronkelijk gemaakt voor een abdijsamenleving. Gebundeld worden ze een gebruiksvriendelijk lied- en begeleidingsboek voor parochies, scholen en geïnteresseerden.

Vanaf 25 november te verkrijgen voor 30 EUR + verzendingskosten via VCLM, Herestraat 53, 3000 Leuven – 016 23 39 67 – of via e-mail: [claudine.martens@lemmens.wenk.be](mailto:claudine.martens@lemmens.wenk.be)

