Wijkgerichte aanpak JOGG-gemeente Smallingerland

‘Zo doen wij dat hier’

In de wijken De Wiken en De Venen in het Friese Drachten werkt een groot aantal partijen samen om een gezonde leefstijl van de jeugd te stimuleren. Dat gebeurt in het kader van het programma Jongeren Op Gezond Gewicht (JOGG) van de gemeente Smallingerland. De samenwerking leidt tot de verbinding en onderlinge versterking van allerlei initiatieven op het gebied van beweging en gezonde voeding. ‘Zo doen wij dat hier’, vertellen JOGG-regisseur Anneke Meijer en leerkracht Rudy Spijkerman.

auteur
Nelleke Naaktgeboren

NISB Nederlands Instituut voor Sport & Bewegen

Drie speerpunten JOGG Smallingerland

‘Jongeren Op Gezond Gewicht fungeert in Smallingerland als vliegwiel voor het programma Gezonde Slagkracht’, vertelt JOGG-regisseur Anneke Meijer. ‘Voor een gezond en vitaal Smallingerland leggen wij het accent op beweging en gezonde voeding. Dat dragen we binnen de hele gemeente uit. Niet op een betuttelende, maar op een positieve manier, onder het motto ‘Maak van de gezonde keuze de makkelijke keuze’.



Een tweede speerpunt is gericht op meer aandacht voor overgewicht binnen de keten van de lokale (jeugd) gezondheidszorg. Uiteindelijk moet dat leiden tot een tijdige signalering van (risicofactoren van) overgewicht en een doorlopende adequate zorg op dat gebied. Speerpunt drie: het stimuleren van samenwerkingsverbanden op wijkniveau. De gemeente is daarmee begonnen in De Venen en De Wiken, twee wijken in

De Friese gemeente Smallingerland telt ruim 55.500 inwoners, verspreid over hoofdplaats Drachten en dertien omliggende dorpen. Smallingerland wil een gezonde en vitale gemeente zijn en focust daarbij op het voorkomen en verminderen van overgewicht, met name bij jongeren van 0-19 jaar. In 2011 kreeg Smallingerland daarvoor subsidie vanuit het landelijke programma Gezonde Slagkracht (gericht op het stimuleren van een integraal lokaal gezondheidsbeleid) en op 1 juni 2012 sloot de gemeente zich aan bij de JOGG-beweging.

GEMEENTE SMALLINGERLAND

‘Als wijkoverleg haken we zoveel mogelijk bij bestaande initiatieven aan’

Drachten waar het percentage overgewicht onder jongeren hoger ligt dan in de rest van Smallingerland.

Wijkoverleg

Het JOGG-wijkoverleg is de basis voor de samenwerking in beide wijken. Behalve de gemeente in de persoon van Anneke Meijer, zijn in dat overleg ook basisscholen, welzijnswerk, GGD en het buurtsportwerk vertegenwoordigd. ‘In het wijkoverleg komt alles samen’, zegt Meijer. ‘We houden elkaar op de hoogte van de initiatieven die we elk afzonderlijk ontwikkelen, leggen verbindingen, komen samen tot nieuwe ideeën en bedenken welke partijen in de wijk we nog meer kunnen betrekken. We hebben deels verschillende belangen, maar zijn als groep steeds op zoek naar een gezamenlijke win-win-situatie. Het denken vanuit de integrale JOGG-gedachte is daarbij het middel om ergens te komen, namelijk bij een laagdrempelig wijkaanbod voor een gezonde leefstijl van kinderen in de basisschoolleeftijd.’

Binnen het wijkoverleg zijn inmiddels allerlei onderwerpen aan de orde gekomen en opgepakt. Gezonde traktaties, het eten van groente en fruit op school (Schoolgruiten), het drinken van water, meer beweegruimte, meedoen aan het hardloopevenement De 8 van Drachten. ‘Toen we met Jongeren Op Gezond Gewicht begonnen, gebeurde er al van alles op gezondheidsgebied’, zegt Anneke Meijer. ‘Twee basisscholen waren



kidsrun 8 van Drachten 15 juni 2014

al Gezonde School en De Wiken en De Venen zijn niet alleen aandachtswijken voor het gemeentelijke gezondheidsbeleid, maar ook voor het sport- en beweegbeleid. Als wijkoverleg haken we zoveel mogelijk bij bestaande initiatieven aan. Die initiatieven versterken we door ze van elkaar over te nemen, door ze met elkaar te verbinden, door ze te verbeteren of uit te breiden.'

De Wiekslag betrekt de wijk bij de school

Een mooi voorbeeld van die werkwijze is de deelname van de basisscholen aan 'De 8 van Drachten', een jaarlijks hardloopevenement in de gemeente Smallingerland. In 2014 was De Wiekslag daarbij het meest doortastend. De jenaplanschool besloot om met alle leerlingen mee te doen aan de Kidsrun van 1 mijl (1.609 meter). 'De Wiekslag is heel actief in de wijk', vertelt groepsleerkracht en intern begeleidster Rudy Spijkerman als inleiding op de deelname aan JOGG-Smallingerland en de Kidsrun. 'Als school neem je geen alleenstaande positie in, dus zetten wij onze deuren en ramen zoveel mogelijk open. Wij willen dat de kinderen hun leefomgeving leren kennen. Wie wonen er in de wijk, wat doet de wijkagent, wat doet wijkbeheer, wat kun je hier allemaal doen en hoe kunnen kinderen gebruik maken van de voorzieningen in de wijk?'



'Als school neem je geen alleenstaande positie in, dus zetten wij onze deuren en ramen zoveel mogelijk open.'

Vanuit die visie onderneemt de school onder meer allerlei gezamenlijke activiteiten met het aangrenzende Zorgcentrum de Wiken. Maandelijkse beweegspelletjes, een koortje met Kerst, koffiedrinken op school. In de Beweegweek organiseerden de kinderen bovendien een wandel2daagse voor de bewoners van het zorgcentrum, compleet met stempelposten en medailles. Maar er is meer, want samen met de wijkraad, het Sportbedrijf en welzijnsorganisatie MOS organiseerde de school ook een groot Vijverfeest voor kinderen en bewoners van de wijk. Met onder meer een optocht met versierde fietsen, visles van de visclub en lopen op het water in grote transparante ballen.

Actief opstellen

'Het Vijverfeest viel min of meer samen met de start van JOGG-Smallingerland en was voor ons in feite de aanleiding om eraan mee te doen', zegt Spijkerman.

jongeren op gezond gewicht

Al meer dan 75 Nederlandse gemeenten werken met de JOGG-aanpak. Zij focussen hun aanpak op wijken waar de problemen het grootst zijn en benoemen een JOGG-regisseur die als een spin in het web fungeert in de wijken.

‘Voor het feest hadden we contact gelegd met allerlei mensen, groeperingen en bedrijven in de wijk en kwam er voor ons van alles samen op het gebied van meer bewegen en gezond eten. Dat zijn voor ons twee belangrijke zaken, want als Gezonde School willen we ook graag fitte en gezonde kinderen. De doelstelling en de wijkgerichte aanpak van JOGG-Smallingerland sloten daar mooi bij aan.’

Toen in het JOGG-wijkoverleg De 8 van Drachten aan de orde kwam, zag De Wiekslag daarin een mooie extra beweegmogelijkheid. ‘Eigenlijk was dat een aanbod van de atletiekvereniging, gericht op sportende jongeren. Maar als je als school de doelstelling van de JOGG-aanpak omarmt, dan moet je niet afwachten wat er op je afkomt. Dan moet je jezelf actief opstellen vanuit de gezamenlijke verantwoordelijkheid die je draagt.’

En zo werd het contact met het sportbedrijf aangehaald, de organisator van De 8 van Drachten, en ontstond het plan om met de hele school mee te doen aan de Kidsrun; van kleuters tot en met de bovenbouw, waarbij de oudere kinderen de jongsten konden helpen. ‘Lopen kan iedereen, het is maar een mijl en meer dan een paar stevige schoenen en een goed humeur heb je er niet voor nodig’, aldus de opvatting van De Wiekslag.

Voorbereiding op De 8 van Drachten

Bij het hele project was uiteraard ook de toestemming en de hulp van de ouders nodig. De school informeerde hen via een nieuwsbrief over JOGG-Smallingerland, het belang van bewegen en deelname aan de Kidsrun. De reacties waren enthousiast: een groot aantal ouders gaf zich op voor de loop en een aantal van hen hielp ook mee bij de voorbereidende trainingen. Een deel van de ouders kwam op die manier voor het eerst sinds lange tijd ook weer zelf in beweging, zodat het initiatief van De Wiekslag een dubbel effect had.

De trainingen werden verzorgd door de al even enthousiaste atletiekvereniging Impala. ‘Dat ging niet om een grote tijdsinvestering’, vertelt Spijkerman. ‘Zes weken lang kregen alle kinderen op de dinsdag een half uur les; achter elkaar de kleuters, de middenbouw en de bovenbouw. Gewoon veilig op het grindpad naast de

school. René Jaarsma, de trainer, gaf ontzettend leuk les; die wist echt hoe hij met de verschillende leeftijdsgroepen moest omgaan. Zijn aanwezigheid maakte het voor de kinderen allemaal extra interessant. Het was ook leuk om te zien dat veel kinderen op dinsdag in een trainingspak naar school kwamen, terwijl dat helemaal geen vereiste was.'

'De kleintjes waren fysiek even moe, maar na zo'n half uurtje lopen zaten alle kinderen uiteindelijk heel fit en wakker in de klas.'

Kleurrijk feest

Op zondag 15 juni 2014 was het zover en de Kidsrun werd één groot feest. Behalve de 180 leerlingen van De Wiekslag deden er nog zeventig leerlingen van de andere basisscholen in De Wiken mee. Vanuit het JOGG-wijkoverleg waren voor hen allemaal oranje t-shirts met het JOGG +school-logo geregeld en bij de finish medailles, waterbidons en appels. 'Een prachtig gezicht', vonden zowel Spijkerman als Meijer. 'Hoe die kinderen in hun kleurrijke outfit moe, maar heel trots en voldaan over de finish kwamen. De roes heeft bijna een week geduurd.'



Op De Wiekslag merkten ze dat de looptrainingen een positief effect op de kinderen hadden. 'De kleintjes waren fysiek even moe, maar na zo'n half uurtje lopen zaten alle kinderen uiteindelijk heel fit en wakker in de klas. Ook hun conditie is verbeterd. Het valt echt op dat de kinderen tegenwoordig moeiteloos ergens naartoe lopen. Eén kilometer naar een dansschool en nog verder na een sportochtend. We hoeven niet meer te trekken en te duwen en niet alsmaar 'nog even, nog even' te roepen.'

Niet verwonderlijk dat De Wiekslag in 2015 weer verder gaat met de looptrainingen en zich opnieuw op de Kidsrun gaat voorbereiden. 'De activiteit heeft heel veel

“Samen onderzoeken we de kansen voor een Krajicek Court bij de school”

positieve effecten en valt makkelijk te realiseren’, aldus Spijkerman. ‘Daarom willen we die nu gaan borgen in ons Gezonde School-beleid.’ Ook de andere basisscholen, die in 2014 voor andere initiatieven kozen, willen De 8 van Drachten en de aanpak van De Wiekslag opnemen in hun jaarplan.

Verschillende identiteiten, verschillende strategieën

‘Zo doen we dat hier’, citeert Anneke Meijer het gezamenlijke motto van de verschillende partijen binnen de gemeente Smallingerland. ‘Initiatieven ontstaan van onderop; nooit omdat ik als JOGG-regisseur zeg: ‘Dit gaan we doen.’ Iemand oppert een plan, de rest denkt mee en als het enigszins haalbaar is, dan gaan we gewoon doen, maar dat is lang niet voor iedere school hetzelfde. De vier scholen hebben allemaal een eigen identiteit, varen een eigen koers en hebben verschillende wensen en plannen. Voor mij betekent dat, dat ik steeds wisselende strategieën moet toepassen. Dat is prima. Als het kan, pakken we zaken gezamenlijk op, maar we gunnen iedereen ook zijn eigen feestje.’



Zo is bijvoorbeeld de grootste wens van de brede school De Wiken een Krajicek Court. ‘Samen onderzoeken we de kansen daarvoor’, zegt Meijer. ‘Deze school doet ook veel met stagiairs van de sport-

opleiding. Die zorgen voor een naschools sportaanbod en als de playground er komt, wil De Wiken dat aanbod ook voor leerlingen van de andere scholen beschikbaar stellen. Zo kunnen we ook van die verschillende koersen profiteren.'

Meedenken en regisseren

Openbare basisschool De Barte in de wijk De Venen is weer een ander verhaal. Daar is zestig procent van de leerlingen afkomstig uit het nabij gelegen asielzoekerscentrum. 'De kinderen en hun ouders zijn afkomstig uit allerlei culturen, hebben veel meegemaakt en zijn soms binnen een paar weken of maanden weer vertrokken', geeft Meijer aan. 'Dat vraagt samen met welzijnswerk om veel maatwerk en het is moeilijk om er structurele activiteiten te organiseren. Wat wel goed past, zijn bijvoorbeeld kooklessen met gezonde voeding. En naar aanleiding van het succes van De 8 van Drachten kijken we of we voor de kinderen van De Barte een eigen wijkloop kunnen organiseren. In die zin denkt iedereen binnen het JOGG-wijkoverleg goed mee met de specifieke uitdagingen van De Barte.'

Regisseur is de juiste benaming voor haar functie, vindt Meijer. 'Heel veel mensen doen heel veel en daarbij probeer ik de alle losse initiatieven met elkaar te verbinden en vanuit JOGG-Smallingerland een rode draad aan te brengen. Iemand moet de samenwerking aanjagen, mensen prikkelen, handvatten aanreiken, afspraken bewaken, de benodigde contacten leggen en helpen bij het werven van middelen. Mensen in de wijk zijn zelf verantwoordelijk voor wat daar gebeurt, maar als gemeente moet je dat wel faciliteren. Dat past precies binnen de transitiegedachte, waarvan burgerparticipatie een belangrijk onderdeel uitmaakt. Daarbij is het heel belangrijk dat ik ervoor zorg dat de gemeente zijn afspraken ook nakomt. Voor het waterproject wilde het JOGG-wijkoverleg graag drie watertappunten bij twee scholen en het naschoolse beweegaanbod. Die watertappunten zijn er gekomen en daarmee maak je als gemeente een heleboel mensen blij.'

Breed draagvlak

Binnen de gemeente zelf probeert Meijer zoveel mogelijk met andere domeinen te schakelen. 'Samen

moeten we een integraal gezondheidsdenken ontwikkelen. Gelukkig is de gemeente al ver met een integraal gezondheidsbeleid. Dat is heel handig als je echt in de wijk op pad gaat, want daardoor kan ik ook pro-actief handelen. Ik kijk wat er in De Wiken en De Venen allemaal gebeurt en kan dan direct bedenken waar de lijntjes met het beleid, de nota's en de subsidiemogelijkheden liggen. In die zin ben ik de schakel tussen beleid en praktijk.'

Behalve politiek-bestuurlijk draagvlak, is binnen de wijkgerichte aanpak van JOGG ook de samenwerking met private partijen een pijler. 'Als JOGG-wijkoverleg proberen we die waar mogelijk bij de uitvoering van onze plannen te betrekken', geeft Meijer aan. 'De medewerking is echt fantastisch; we vangen zelden bot. De supermarkt verstrekt gratis groente en fruit; een communicatiebureau maakt een filmpje over een vader en zoon die meedoen aan De 8 van Drachten, een klein cateringbedrijf leert kinderen hoe ze gezonde hapjes kunnen maken. Daaruit blijkt dat ook private partijen zich enorm bij de wijk betrokken voelen. Met z'n allen werken we zo aan een gezonde leefstijl van onze jeugd en dat is toch wel bijzonder.'

Meer informatie:

Laura Butselaar, adviseur NISB
E laura.butselaar@nisb.nl
M (06) 21 64 95 90

Websites:

Landelijk programma Gezonde Slagkracht (website)

Landelijk programma Gezonde School (website)

JOGG-Smallingerland (website met videofilmpjes van diverse JOGG-activiteiten)

De 8 van Drachten op 15 juni 2014 (videofilmpje)

Leerlingen van De Wiekslag trainen voor de 8 van Drachten (videofilmpje)

Fotografie:

8 van Drachten, Voermans en Van Bree Fotografie, De Wiekslag

© 2015 NISB

NISB Nederlands Instituut voor Sport & Bewegen

Horapark 4, 6717 LZ Ede P Postbus 634, 6710 BP Ede T (0318) 490 900 E info@nisb.nl
www.nisb.nl • www.netwerkinbeweging.nl • youtube.com/NISBsportenbewegen • @NISBtweet