



NISB, VOEDINGSCENTRUM EN NIGZ BEGELEIDEN GEMEENTEN BIJ INTEGRALE AANPAK OVERGEWICHT

Overgewicht is hot! In 2005 hebben de ministeries van VWS en OCW een convenant ondertekend met het bedrijfsleven om overgewicht tegen te gaan. Er zijn massamediale campagnes zoals '30 minuten bewegen' van het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB) en 'Maak je niet dik' van het Voedingscentrum. Lokaal is het thema overgewicht ook een belangrijk onderwerp. Het Nationaal gezondheidsinstituut (NIGZ) ondersteunt gemeenten om integraal gezondheidsbeleid te ontwikkelen. Deze drie partijen hebben de handen ineengeslagen en zijn medio 2007 het project 'De wijk: een bron van energie' gestart. Het project loopt eind 2009 af: hoogste tijd om te kijken hoe de zes geselecteerde gemeenten aan de slag zijn gegaan. ➤

Aan het project doen de gemeenten Delft, Dordrecht, Hellendoorn, Hilversum, Leeuwarden en Zwolle mee. Deze zes gemeenten zijn geselecteerd om met financiële ondersteuning twee jaar lang concrete projecten in de wijk te starten. De bedoeling is om samen met gemeenten, sportservicebureaus en GGD'en te experimenteren met projecten die de sociale en fysieke omgeving rond de doelgroep jeugd veranderen. Door middel van kennisoverdracht, maar ook door subsidie te verlenen zodat gezondheidswerkers, sportbegeleiders en andere ondersteuners daadwerkelijk projecten in de wijk kunnen ontwikkelen en uitvoeren. De afgelopen twee jaar zijn de zes gemeenten ondersteund door adviseurs van NISB, Voedingscentrum

en NIGZ. Tijdens masterclasses zijn de gemeenten bij elkaar gekomen om nieuwe ideeën op te doen en ervaringen uit te wisselen.

In dit artikel staan enkele voorbeelden van interventies die gemeenten gestart zijn om de fysieke omgeving te veranderen of de sociale omgeving te beïnvloeden. Begin 2010 verschijnt het eindrapport met daarin alle interventies van de zes gemeenten met conclusies en aanbevelingen.

SAMEN GEZOND

Marja de Jong, programmaleider bij de GGD IJsselland: "De gemeente Zwolle heeft ons opdracht gegeven om overgewicht bij de jeugd terug te dringen. Dat doen

we met het programma Samen Gezond. Daarin werken we samen met tal van partners, waaronder SportService Zwolle en welzijnsorganisatie Travers. We willen alle partijen bij elkaar brengen en bijdragen aan een gezondere en actievere leefstijl onder de jeugd door ons te richten op gezonde voeding en meer beweging in een stimulerende leefomgeving." SportService Zwolle en de GGD hebben de wijken Diezerpoort en Holtenbroek betrokken in de pilot. Dankzij het geld en de advisering vanuit het project 'De wijk: een bron van energie' hebben we naast het faciliteren en organiseren van activiteiten, ook gekeken naar de mogelijkheden om de sociale en fysieke omgeving aan te pakken en te verbeteren in deze

wijken." Club2Move en een jongerenkookcafé waren twee belangrijke interventies.

CLUB2MOVE

Op de eerste activiteiten die SportService in Diezerpoort organiseerde kwamen best veel jongeren af, maar de opkomst werd elke week minder. Tamara Ernst, projectleider van SportService Zwolle: "De vrijblijvendheid werkte niet. Het moest anders. We hebben toen gekozen voor de oprichting van Club2Move. Het project kreeg een naam, het werd een soort sportvereniging waar de jongeren lid van konden worden.

"Het sociale aspect van sport is erg belangrijk"

Het eerste jaar betaalden de jongeren € 2,50 per blok van vakantie tot vakantie. Sinds januari 2009 kunnen jongeren daadwerkelijk lid worden van Club2Move. Dit kost € 7,50 per periode van drie maanden. Daarvoor krijgen ze een lidmaatschapskaart met foto en aan het eind van elke periode wordt er iets speciaals georganiseerd. Gezamenlijk zwemmen, naar FC Zwolle of met zijn allen mountainbiken. Een project met goede resultaten! Jongeren geven aan dat ze meer zijn gaan bewegen omdat ze hun vrienden op de club ontmoeten.

op samenwerking tussen sectoren die dat nog niet of nauwelijks gewend waren.

Bij 'Ruimte voor Bewegen' gaat het vooral om samenwerking tussen sectoren gezondheid, sport en ruimtelijke ordening binnen gemeenten en gemeenten onderling, evenals het betrekken van de jeugd en wijkbewoners bij initiatieven gericht op het veranderen van de fysieke omgeving.

Bij 'Bewegen en (op)voeden 0-4 jaar' ligt de focus op wat kinderdagverblijven en peutersalen kunnen ondernemen om meer bewegen en gezondere voeding te realiseren in hun omgeving. Betrokkenheid van leiders en ouders blijkt daarin belangrijk. Een mooi resultaat is dat de kinderdagverblijven in samenwerking met een diëtist voedingsprotocollen hebben opgesteld. Hun inkoopbeleid hebben ze bijvoorbeeld aangepast: in plaats van chips wordt nu paprika en komkommer ingekocht. De leiders hebben daarnaast een workshop Beweegkriebels gevolgd en de GGD heeft hen een beweegkist met materialen ter beschikking gesteld.

RUIMTE VOOR BEWEGEN

'Ruimte voor Bewegen' stimuleert negen regiogemeenten de leefomgeving zo in te richten dat kinderen (meer) gaan bewegen in de openbare ruimte.

en het steeds contact houden met elkaar binnen de gemeenten is hiervoor erg belangrijk," aldus Wendeline Thijs, projectleider Gooi in Beweging. Zij werkt met een denktank van ambtenaren vanuit diverse sectoren van drie gemeenten en een vertegenwoordiger vanuit het gewest. Gezamenlijk bereiden zij de slotbijeenkomst eind 2009 voor waarin zij onder meer het instrument GES (checklist Gezondheideffect Screening) willen aanbieden. Dat kan gezondheidseffecten screenen en sluit goed aan bij de wettelijke verplichting van gemeenten om gezondheidseffecten van bestuurlijke beslissingen voor te leggen aan de GGD.

OUDER & KIND SPORT

Het doel van de pilot Ouder & Kind Sport in Leeuwarden is niet alleen dat mensen meer gaan bewegen en gezonder gaan eten, maar ook dat ze meer betrokken raken bij hun wijk en de andere mensen die daar wonen. Oud Oost is een wijk met relatief veel een-

"De financiële waarde van een beweegvriendelijke wijk is moeilijk te kapitaliseren."

oudergezinnen en een hoog werkloosheidspercentage. Voor kinderen is het niet vanzelfsprekend om met activiteiten mee te doen of met vriendjes actieve spelletjes op straat te doen.

Een half jaar lang hebben vier groepen ouders en kinderen uit de wijk Oud Oost de sportochtend gevolgd. Aan het begin van de sportochtend sporten de ouders en kinderen samen, daarna gaan de kinderen naar de opvang en de ouders gaan onder begeleiding nog een uur hardlopen of dansen. Door het project leren kinderen te bewegen in een groep nog vóór ze naar school gaan en worden de ouders gestimuleerd ook om te bewegen. Daarnaast is het sociale effect ook belangrijk: ouders zoeken elkaar buiten de sportochtend op en kinderen leren mee doen met een groep én ze leren om bij een oppas te zijn, wat de overgang naar de basisschool makkelijker kan maken.

Op 1 oktober 2009 organiseert de gemeente Leeuwarden een studiedag 'Preventie overgewicht, samen werken aan een gezonde omgeving' onder leiding van Paul Rosenmöller. Het project 'De wijk: een bron van energie' wordt op deze dag officieel afgesloten met de presentatie van de gelijknamige film. Veel projecten in de deelnemende gemeenten lopen gewoon door en worden in het najaar geëvalueerd. Het eindrapport verschijnt begin 2010.

Voor meer informatie kunt u terecht op www.nisb.nl/dossiers/overgewicht of neem contact op met Dayenne L'abée, projectleider, dayenne.labee@nisb.nl of 0318 - 49 09 00.

De wijk: een bron van energie

Het sociale aspect is erg belangrijk. De sociale omgeving is de peergroup. Van deze invalshoek wordt hier gebruik gemaakt: via vrienden het gedrag van jongeren veranderen."

GOOI IN BEWEGING

Met het project 'Gooi in Beweging' wil de GGD Gooi & Vechtstreek in een aantal deelprojecten het probleem van overgewicht bestrijden via vijf settings: voorschoolse opvang, basisonderwijs, voortgezet onderwijs, zorg en wijk. De deelprojecten 'Ruimte voor Bewegen' en 'Bewegen en (op)voeden 0-4 jaar' krijgen vanuit 'De wijk: een bron van energie' een extra stimulans. Kenmerk van beide projecten is dat zij inzetten

Tijdens de kick-off van de pilot hebben de gemeenten een intentieverklaring ondertekend waarmee zij aan geven dat zij in 2009 tenminste één concrete maatregel uitvoeren in de openbare ruimte. Zo plaatst Bussum tien tafeltennistafels in de gemeente.

"De (financiële) waarde van een beweegvriendelijke en veilige inrichting van de wijk is moeilijk te kapitaliseren. Ruimtelijke ordening heeft ook een andere (beleidsmatige) cyclus en doorlooptijd dan gezondheidsthema's. Tijdens een dergelijk proces verdwijnt het realiseren van voorzieningen als speelruimtes en het beweegvriendelijk inrichten van de wijk wel eens naar de achtergrond. Het intersectoraal werken