

**Kathelijne Bessems
Silvia de Ruiter
Goof Buijs**

Toolkit Overgewicht

Preventie van overgewicht
binnen de setting school

Veilig over eten
Voedingscentrum



NIGZ

investeren
in gezondheid

Colofon

De *Toolkit Overgewicht* is een product van het Nationaal Instituut voor Gezondheidsbevordering en Ziektepreventie (NIGZ). Deze uitgave is totstandgekomen in samenwerking met het Voedingscentrum en het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB).

De auteurs danken de volgende mensen voor hun bijdrage:

Hannie Poletiek (GGD Groningen)

Chris Nijboer (NIGZ)

Maarten Stiggelbout (NIGZ)

Robert Zwart (NISB)

Karin Bemelmans (Voedingscentrum)

Jeltje Snel (Voedingscentrum)

Daarnaast danken zij de leden van de werkgroep Toolkit Overgewicht die gedurende 2005 hun bijdrage hebben geleverd aan de ontwikkeling van de Toolkit Overgewicht.

Eerste druk: januari 2006

ISBN: 90-6928-242-9

NUR: 860

Auteurs: Kathelijne Bessems, Silvia de Ruiter, Goof Buijs

Opmaak: Om tekst en vorm, Utrecht

Druk: PrintPartners Ipskamp, Enschede

Mits met bronvermelding mag uit deze uitgave worden geciteerd.

Uitgeverij NIGZ

Postbus 500

3400 AM Woerden

uitgeverij@nigz.nl

Bestelwijze: www.gezondeschool.nl en www.nigz.nl (downloaden en bestellen)



Inhoudsopgave

Samenvatting	7
1 Inleiding	9
1.1 Overgewicht als groeiend probleem	9
1.2 Een integrale aanpak van overgewicht	10
1.3 Overgewicht en school	10
1.4 De Toolkit Overgewicht	11
1.5 Leeswijzer	12
2 Gezonde School Methode als uitgangspunt	13
2.1 Gezondheid en onderwijs door de jaren heen	13
2.2 Het Gezonde School Model	14
2.3 Stapsgewijze aanpak	16
3 Methode	18
3.1 Verzamelen van informatie	18
3.2 Opnamecriteria	19
4 Het Gezonde School Model en overgewicht	20
4.1 Gezondheidseducatie	20
4.2 Sport en beweging	26
4.3 Voedingsbeleid	34
4.4 Gezond en veilig schoolklimaat	39
4.5 Ouder- en buurtparticipatie	42
4.6 Psychologische en sociaal-emotionele ondersteuning en begeleiding	49
4.7 Zorgaanbod	51
4.8 Gezondheidsbevordering op de werkplek	55
5 Integrale aanpak van overgewicht op school: een toepassing	59
6 Conclusie	63

Referenties	66
Bijlagen	70
Bijlage A Projectenmatrix	70
Bijlage B Overzicht folders	79
Bijlage C Projectbeschrijvingen	88

Samenvatting

Overgewicht vormt in Nederland een steeds belangrijker volksgezondheidsprobleem. Steeds meer volwassenen, en ook kinderen, hebben (beginnend) overgewicht vanwege een verstoorde balans tussen voedingsinname en beweeggedrag. Dit heeft grote gevolgen voor hun gezondheid.

Er zijn verschillende initiatieven gestart die kunnen bijdragen om overgewicht te behandelen en te voorkomen. Zo heeft het Kabinet zich in de preventienota Langer Gezond Leven 2004-2007 ten doel gesteld de toename van overgewicht te stoppen. Recent heeft een groot aantal organisaties toegezegd samen te werken in het Convenant Overgewicht. Ze gaan acties uitvoeren om onder andere veranderingen teweeg te brengen in portiegroottes van voedingsproducten, reclame voor etenswaren en de etikettering van producten.

Voor de doelgroep jeugd zijn lokaal en landelijk veel initiatieven ontwikkeld. Zo heeft het Kenniscentrum Overgewicht een overbruggingsplan ontwikkeld voor de Jeugdgezondheidszorg om 0- tot 19-jarigen met overgewicht op uniforme wijze te signaleren, begeleiden en indien nodig door te verwijzen naar specialistische zorg.

De school is een geschikte setting om de doelgroep kinderen van 4 tot 18 jaar te bereiken. Op school zijn genoeg aanknopingspunten te vinden om de preventie van overgewicht integraal aan te pakken. GGD'en en andere regionale organisaties spelen een grote rol bij het ondersteunen van scholen. Vaak ontwikkelen ze programma's voor de preventie van overgewicht zonder een overzicht te hebben van reeds bestaande initiatieven elders. Daarom heeft het NIGZ de Toolkit Overgewicht samengesteld in samenwerking met het NISB, het Voedingscentrum en een groep GVO-functionarissen van GGD'en, de thuiszorg en het sportwezen.

De Toolkit Overgewicht brengt bestaande interventies en bijbehorende projectmaterialen in kaart en maakt inzichtelijk welke strategieën ingezet kunnen worden om overgewicht aan te pakken. Dit wordt gedaan aan de hand van het Gezonde School Model. Onder de noemer Gezonde School ontwikkelen negen landelijke gezondheidsbevorderende instituten een vraaggestuurde werkwijze ter ondersteuning van regionale professionals voor hun begeleiding van scholen.

De belangrijkste conclusie van de inventarisatie is dat het in Nederland momenteel ontbreekt aan een bewezen effectief pakket voor de preventie van

overgewicht in het onderwijs. We bevelen aan dat er de komende jaren gewerkt gaat worden aan de ontwikkeling van een integraal en effectief preventieprogramma voor het onderwijs.

Verder is er weinig zicht op de kwaliteit en effectiviteit van Nederlandse interventies. Uit de projectenmatrix (pagina 70 t/m 77) blijkt dat er vaak aandacht is voor de thema's voeding en bewegen, maar dat de psychologische en sociaal-emotionele ondersteuning en begeleiding nog onderbelicht blijft bij bestaande interventies en lespakketten. Hieraan wordt nu vooral aandacht besteed tijdens de individuele Preventieve Geneeskundige Onderzoeken (PGO's) die de GGD uitvoert en in cursussen voor kinderen met overgewicht. De effectief gebleken Schotse methode *Growing Through Adolescence* besteedt aandacht aan psychische gezondheid. Het nog te ontwikkelen integrale programma kan dienen als vervanging van en aanvulling op regionaal ontwikkelde overgewichtinterventies. Tot die tijd biedt de Toolkit Overgewicht een overzicht van het bestaande aanbod aan strategieën om het probleem op basis van *best practices* aan te pakken.

Tenslotte is bij de inventarisatie gebleken dat het Gezonde School Model geschikt is om interventies rond overgewicht in het onderwijs te ordenen. Het model benadrukt het belang van een integrale aanpak inclusief de betrokkenheid van de relevante doelgroepen. De inventarisatie is beperkt tot interventies voor de schoolgaande jeugd. Interventies voor de wijk en kinderen tot 4 jaar zijn niet in kaart gebracht.

1 Inleiding

1.1 Overgewicht als groeiend probleem

Overgewicht en obesitas vormen een snel groeiend probleem voor de volksgezondheid. Ongeveer 40% van de Nederlanders in de leeftijd van 20-60 jaar is te zwaar en 10% daarvan heeft ernstig overgewicht (Visscher, 2001). In Nederland is de prevalentie van overgewicht bij kinderen tussen 1980 en 1997 gestegen van 5% naar ongeveer 12% (Hirasing et al., 2001). De verwachting is dat de stijgende tendens blijft bestaan. Nederland lijkt met een vertraging van ongeveer tien jaar de Amerikaanse trend te volgen (RVZ, 2002). In tabel 1 volgt een overzicht met enkele kerncijfers over overgewicht bij de Nederlandse jeugd in 1997.

Tabel 1. Kerncijfers en trends van overgewicht bij de Nederlandse jeugd (1997)

Circa 12% van de Nederlandse jeugd heeft overgewicht. 7% tot 16% van de kinderen heeft overgewicht. 0,5% tot 1,6% van alle jongens heeft ernstig overgewicht. 0,7% tot 2,7% van alle meisjes heeft ernstig overgewicht. Dikke kinderen worden steeds zwaarder. Obesitas komt acht keer zoveel voor als in 1980.
--

(Hirasing et al., 2001)

Obesitas bij kinderen en volwassenen draagt bij aan een groot aantal ziekten: hart- en vaatziekten, type 2 diabetes, gewrichtsklachten, slaapproblemen en psychosociale problemen. Er bestaat weinig consensus over de mogelijke gevolgen van overgewicht voor de psychische gezondheid van kinderen, al zijn er wel aanwijzingen dat het hebben van overgewicht en obesitas nadelig kan zijn in relatie met leeftijdsgenoten (Jansen et al., 2004). Kinderen met (ernstig) overgewicht zijn vaak de dupe van stigmatisering. Ze hebben in de vroege adolescentie meer kans op een lagere zelfwaardering en daarmee samenhangende psychosociale problemen, zoals eenzaamheid, verdriet en gespannenheid (Strauss, 2000). Veel kinderen met overgewicht hebben dat ook nog op latere leeftijd (Kemper et al., 1999). Hierdoor is hun kans op morbiditeit en voortijdige mortaliteit hoger (Guo, 1999).

1.2 Een integrale aanpak van overgewicht

De Gezondheidsraad (2003) beveelt aan om kinderen zo jong mogelijk een gezonde leefstijl aan te leren. De te behalen sociale winst en gezondheidswinst zijn dan het hoogst. Bovendien zijn gedragsinterventies in het algemeen bij volwassenen minder effectief gebleken, juist omdat het lastig is ongezond gedrag dat een gewoonte is geworden, af te leren.

In de preventienota *Langer Gezond Leven* heeft het kabinet zich ten doel gesteld te voorkomen dat het aantal mensen met overgewicht en obesitas in de periode van 2004-2007 stijgt. Dit zou volgens de nota in het bijzonder moeten gelden voor kinderen: tijdig signaleren en goed ingrijpen biedt bij kinderen in de groei nog relatief gemakkelijk tot verbeteringen. De minister van Volksgezondheid, Welzijn en Sport heeft de eerste stap gezet om met maatschappelijke partners het probleem gezamenlijk aan te pakken. Om dit te bekrachtigen is op 27 januari 2005 het Convenant overgewicht ondertekend. Vervolgens is een actieplan opgesteld. De uitvoer van acties staat nu centraal. De acties liggen onder andere op de volgende gebieden: portiegrootte, reclame, marketing, samenstelling van producten, etikettering, kantineaanbod en bewegingsbevordering (bron: www.convenantovergewicht.nl).

Voor de doelgroep jeugd van 0 tot 19 jaar heeft het Kenniscentrum Overgewicht in 2005 het *Overbruggingsplan voor kinderen met overgewicht* opgesteld (Bulk-Bunschoten et al., 2005). Hierin wordt onderbouwd welke activiteiten de Jeugdgezondheidszorg ter beschikking staan bij het voorkómen of terugdringen van overgewicht in deze doelgroep.

Het NIGZ stelt een structurele collectieve aanpak voor rond voeding en bewegen, zowel gericht op het individu als op de omgeving. Het uitgangspunt is het perspectief van het opgroeiende kind in verschillende levensfasen en leefomgevingen. De grootste uitdaging is om de gekozen aanpak voor alle betrokkenen – individuen én organisaties – aantrekkelijk te maken, zodat deze gemakkelijk is in te passen in het leven van alledag en ook eenvoudig en praktisch uitvoerbaar is. Dit is vertaald in vijftien normen. Meer informatie hierover staat op www.nigz.nl onder dossier overgewicht.

1.3 Overgewicht en school

Vanaf het vierde jaar brengen kinderen een groot deel van hun tijd door op school. Daarom is de school een belangrijke setting waar in Nederland veel interventies rond overgewicht kunnen worden aangeboden. Daarnaast verplichten

de wet op primair onderwijs en de wet op voortgezet onderwijs scholen in de kerndoelen om aandacht te besteden aan gezondheid op school (bron: www.minocw.nl).

1.4 De Toolkit Overgewicht

Volgens de Gezondheidsraad (2003) moeten kansrijke preventieprojecten en -programma's voldoen aan de volgende voorwaarden:

- ze moeten gericht zijn op zowel een vermindering van energie-inname als een toename van de dagelijkse lichamelijke activiteit;
- in de programma's moet universele preventie worden gecombineerd met selectieve en doelgroepgerichte preventie;
- er moet een combinatie zijn van voorlichting, het creëren van voorzieningen en regelgeving.

Zolang effectief gebleken interventiestrategieën ontbreken, moet volgens de Gezondheidsraad worden uitgegaan van een 'gezond verstand'-benadering. Daarmee wordt bedoeld dat gebruik moet worden gemaakt van interventies waarvan het aannemelijk is dat ze leiden tot gezond gedrag, zonder dat daarvoor experimenteel bewijs voorhanden is. Daarnaast is volgens de Gezondheidsraad voor een goede interventiestrategie een brede coalitie van actoren nodig, die samen een pakket van elkaar ondersteunende maatregelen opstellen.

Op dit moment ontbreekt in Nederland zo'n effectief bewezen landelijk beschikbare interventie voor scholen om overgewicht op integrale wijze aan te pakken. De ontwikkeling en implementatie van een dergelijk pakket zal zeker nog enkele jaren duren. Toch doen professionals zowel landelijk als regionaal al veel op dit terrein. Ze hebben vaak onvoldoende zicht op wat er gebeurt in het veld. Er is een grote behoefte aan een overzicht van bruikbare interventies waar ervaring mee is opgedaan. Dit bleek onder meer tijdens het JGZ Congres van het Kenniscentrum Overgewicht in januari 2005. Naar aanleiding van dit congres hebben het NIGZ, het Voedingscentrum, NISB en een groep GVO-functionarissen van zeven GGD'en, een thuiszorgorganisatie en een sportorganisatie het initiatief genomen om een overzicht op te stellen van praktisch inzetbare interventies.

Het **doel** van de Toolkit Overgewicht is inzicht bieden in onderdelen van projecten op het gebied van overgewicht en school. De regionale professional kan op deze manier gebruik maken van ervaringen en onderdelen van projecten uit andere regio's. Hij of zij kan de Toolkit Overgewicht gebruiken om scholen in zijn regio te adviseren welke strategieën en materialen zij kunnen inzetten bij de

aanpak van overgewicht. De professional kan zelf een selectie maken door onderdelen, zoals de projectbeschrijvingen, uit de Toolkit Overgewicht te downloaden van de site www.gezondeschool.nl.

Het Gezonde School Model dient als uitgangspunt bij het zoeken en ordenen van interventies. Het model biedt handvatten om overgewicht op een integrale manier op school aan te pakken. De theoretische principes van het model zijn vertaald in praktijkvoorbeelden. Alle interventies in de Toolkit Overgewicht sluiten aan bij een of meerdere elementen van het model. Bij het opstellen van dit rapport is gestreefd naar volledigheid, al is dat vanwege de voortdurende veranderingen en vernieuwingen en de enorme omvang van het aanbod niet te garanderen.

Van een klein aantal projecten zijn effect- of procesevaluaties bekend. Daarnaast is van een aantal projecten de schoolSlag-checklist score vastgesteld (Boot et al., 2005; Bessems et al., 2005). Deze score geeft een beeld van de kwaliteit van het project. Indien beschikbaar is de score opgenomen in de projectbeschrijvingen in bijlage C. Van de overige projecten zijn geen kwaliteitsgegevens bekend.

1.5 Leeswijzer

De Toolkit Overgewicht is als volgt opgebouwd. In het eerste hoofdstuk wordt ingegaan op gezondheid in het onderwijs in Nederland, het Gezonde School Model en de stapsgewijze aanpak om aan gezondheidsbevordering op school te werken. In hoofdstuk twee wordt ingegaan op de methode van gegevensverzameling en de inclusiecriteria. In het derde hoofdstuk geven we een overzicht van de manieren waarop een school het thema overgewicht kan aanpakken. Deze zijn ingedeeld volgens de componenten van het Gezonde School Model. In hoofdstuk vier volgt een casus waarin de informatie uit de Toolkit Overgewicht wordt toegepast op een praktijksituatie. Tenslotte werken we in hoofdstuk vijf enkele conclusies uit op basis van de inventarisatie. Alle vetgedrukte projecten in de tekst zijn beschreven in bijlage C. Van enkele projecten is niet de projectnaam maar de website vetgedrukt. Deze projecten zijn niet uitgewerkt in bijlage C.

Alle onderdelen van de Toolkit Overgewicht zijn te downloaden van www.gezondeschool.nl. De digitale versie van de Toolkit zal jaarlijks worden geactualiseerd.

2 Gezonde School Methode als uitgangspunt

2.1 Gezondheid en onderwijs door de jaren heen

Al vele decennia lang beschouwen gezondheidsorganisaties in Nederland scholen als een geschikte setting om jongeren op een efficiënte manier te bereiken met preventieve activiteiten. Bijna alle jongeren brengen een groot deel van hun jeugd door op school. Het gaat om de levensfase waarin gezond gedrag wordt geleerd en gevormd tot gewoonten die op latere leeftijd moeilijk te veranderen zijn. Scholen zelf zijn gericht op het overbrengen van kennis en het aanleren van vaardigheden die leerlingen helpen bij hun persoonlijke en maatschappelijke ontwikkeling (Paulussen, 1998). Gezondheid en onderwijs zijn onlosmakelijk aan elkaar verbonden.

In de jaren zestig van de vorige eeuw begint gezondheidseducatie op school tot bloei te komen. Rond de relevante gezondheidsthema's waarbij gedrag een belangrijke component vormt, worden programma's en lespakketten ontwikkeld voor het onderwijs. De nadruk ligt dan nog vooral op het aanleren van kennis en vaardigheden. Vanaf de jaren tachtig groeit de aandacht voor omgevingsfactoren en de gemeenschap waarin kinderen opgroeien. De term schoolgezondheidsbeleid doet zijn intrede, waarbinnen drie pijlers worden onderscheiden: educatie, zorg en omgeving.

In de jaren negentig maakt schoolgezondheidsbeleid een enorme ontwikkeling door. Gezondheidsorganisaties ontwikkelen een nieuw aanbod, waarbij het uitgangspunt is dat scholen gezondheid in hun beleid gaan opnemen. Als in 1998 de balans wordt opgemaakt, blijkt dat schoolgezondheidsbeleid zich vooral richt op de educatie (Paulussen, 1998). Scholen worden door tal organisaties benaderd die hun lespakketten en projecten aan hen kwijt willen. Van afstemming en samenhang tussen organisaties onderling is geen sprake. Dit leidt uiteindelijk tot de ontwikkeling van het actieprogramma schoolgezondheidsbeleid Nederland (Buijs et al., 2002). In dit actieprogramma wordt geïnventariseerd wat de belangrijkste gezondheidsproblemen bij de Nederlandse jeugd zijn, op welke wijze schoolgezondheidsbeleid in Nederland wordt ingevuld en welke beleidsmogelijkheden, wensen en behoeften betrokken hebben op het terrein van schoolgezondheidsbeleid. Conclusies van het actieprogramma zijn:

- Er is een groot draagvlak voor het gezamenlijk opereren. In totaal voegen 25 landelijke organisaties uit gezondheids- en onderwijssector zich achter dit initiatief.

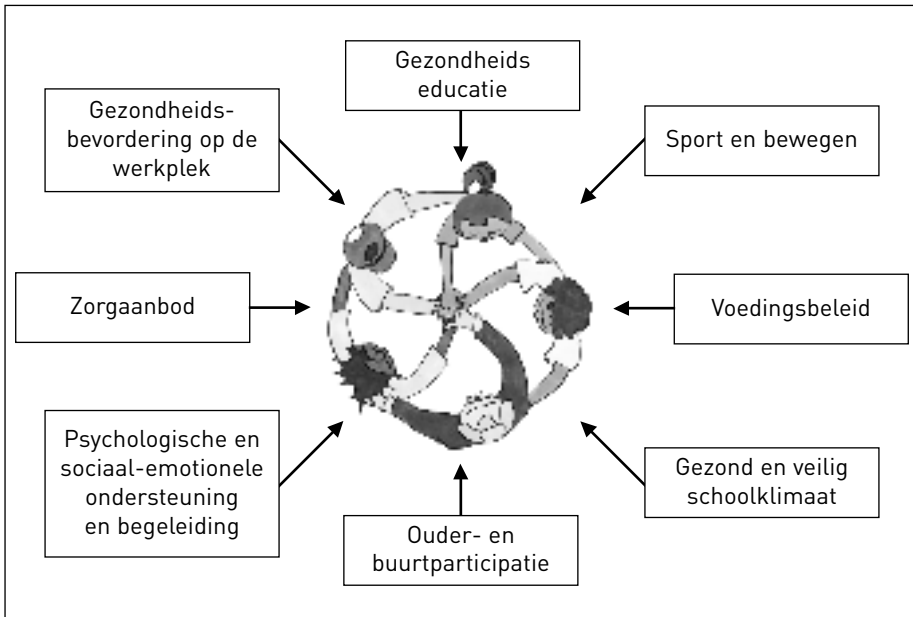
- Er is een nadere definitie van taken en verantwoordelijkheden nodig.
- De term schoolgezondheidsbeleid spreekt scholen niet aan.
- Lokale en regionale organisaties die scholen ondersteunen hebben een centrale rol.
- Landelijke organisaties moeten beter samenwerken en hun aanbod meer afstemmen op vragen van de school.

Het actieprogramma van 2002 pleit voor een betere afstemming op de vragen vanuit het onderwijs, voor meer aandacht voor gezondheid op school en voor een betere kwaliteit van lesmaterialen en projecten op het gebied van gezondheid op school.

2.2 Het Gezonde School Model

De Gezonde School Methode beschrijft de visie van de landelijke werkgroep Gezonde School over het planmatig en vraaggericht invoeren van gezondheidsbeleid op school (Buijs, 2005). Om de effectiviteit van gezondheidsbeleid op school te verbeteren is het van belang dat scholen eigen keuzes maken op het terrein van gezondheid en veiligheid en dat zij hieraan planmatig(er) werken. De Gezonde School Methode richt zich op het kiezen en uitvoeren van activiteiten rond gezondheid en veiligheid die uiteindelijk in het schoolplan worden vastgelegd. Gebleken is dat activiteiten pas echt effectief zijn als ze bestaan uit een mix van strategieën en methoden die zich over een periode van drie tot vijf jaar uitstrekken. Het Gezonde School Model neemt hierbij een centrale plek in. Het model beschrijft de verschillende strategieën en invalshoeken waaruit integraal schoolgezondheidsbeleid kan bestaan. Aan de hand van een georganiseerde set van regels, procedures en activiteiten probeert men de gezondheid en het welzijn van leerlingen en werknemers te vergroten. De behoeften van de gelederen van de school is hierin bepalend. De doelen in het gezamenlijk opgestelde werkplan bepalen welke interventiemix gekozen wordt (Leurs et al., 2002; Marx et al., 1998). Het model brengt de samenhang tussen verschillende activiteiten en maatregelen binnen een school in kaart.

Figuur 1: Gezonde School Model (Leurs et al., 2002)



Het Gezonde School Model bestaat uit de volgende acht componenten.

- Gezondheidseducatie
- Sport en bewegen
- Voedingsbeleid
- Gezond en veilig schoolklimaat
- Ouder- en buurtparticipatie
- Psychologische en sociaal-emotionele ondersteuning en begeleiding
- Zorgaanbod
- Gezondheidsbevordering op de werkplek

Elk van deze componenten draagt bij aan een betere gezondheid van leerlingen en/of het schoolpersoneel.

Bij de aanpak van overgewicht op school is het daarom wenselijk strategieën uit meerdere componenten van het Gezonde School Model in te zetten om het gewenste effect te bereiken. De activiteiten worden opgenomen in een meerjarenbeleidsplan. Door gezondheid op te nemen in het schoolbeleid leggen scholen de activiteiten vast die zij jaarlijks willen uitvoeren of door externe instellingen uitgevoerd zouden zien. Voordeel is dat de activiteiten zo onderdeel worden van een jaarlijks terugkerend geheel.

De Gezonde School Methode richt zich ook op de koppeling van de collectieve preventie op schoolniveau en de individuele leerlingenzorg. Een voorbeeld in het kader van overgewicht is het verbeteren van het aanbod in de schoolkantine (collectieve preventie) naast het introduceren van een cursus voor leerlingen met (beginnend) overgewicht (individuele leerlingenzorg). Samenwerking tussen regionale organisaties zoals het welzijnswerk, de thuiszorg, sportservicecentra en dergelijke is hierbij essentieel. De afdeling JGZ van de GGD, die regelmatig op de school komt, kan fungeren als eerste aanspreekpunt.

2.3 Stapsgewijze aanpak

Om structureel en planmatig met overgewicht op school aan de slag te gaan, wordt bij voorkeur gebruikgemaakt van het schoolSlag-stappenplan (Leurs et al., 2005).

Stap 1: bepaling van de zorgbehoefte

De zorgbehoefte van een school is het totaal van behoeften aan gezondheidsbevordering, preventie en zorg bij leerlingen en bij medewerkers, samen met zorgvragen die aanwezig zijn in de school als sociale context en fysiek gebouw. De zorgbehoefte kan met bestaande informatiebronnen in kaart worden gebracht (voorbeelden: leerlingresultaten, ziekteverzuimregistratie, scholierenonderzoek door de GGD, quick scan zorg en preventie door de school, Arbo-risico-inventarisatie, peiling door de ouderraad). Op basis van een analyse van deze gegevens wordt een schoolprofiel opgesteld. Dit profiel geeft een beeld van het gedrag van leerlingen, aangevuld met de wensen en behoeften in de schoolorganisatie.

Stap 2: bepaling van prioriteiten

Aan de hand van het schoolprofiel bepaalt een school in samenspraak met schoolpersoneel, leerlingen en ouders haar prioriteiten voor gezondheid en veiligheid op school. Een regionale organisatie zoals de GGD, het welzijnswerk of de GGZ kan de school hierin ondersteunen. Een beproefd hulpmiddel is de **schoolSlag-prioriteitenworkshop** (Buijs, 2004). Uitvoering van deze workshop vindt meestal plaats op school met begeleiding door de ondersteunende organisatie. De voorgenomen prioriteiten worden voorgelegd en geaccordeerd door de schoolleiding.

Stap 3: bepaling van activiteiten en strategieën

Vervolgens stelt de school vast wat zij wil bereiken en welke activiteiten en strategieën passen bij deze prioriteiten. Aansluiten op de actuele situatie op school vormt hierbij het uitgangspunt. Het Gezonde School Model helpt bij het zoeken naar deze activiteiten. Ondersteunende organisaties zoals de GGD, het

welzijnswerk of de GGZ kunnen de school bij dit proces helpen.

Het **schoolSlag-aanbod landelijk** met een compleet overzicht van alle beschikbare landelijke programma's en interventies is hierbij ondersteunend (Bessems, 2005). De **schoolSlag-checklist** is ontwikkeld om een uitspraak te doen over de kwaliteit van interventies (Peters et al., 2004; Bessems et al., 2004). De scores van de checklist zijn opgenomen in het schoolSlag-aanbod landelijk.

Stap 4: opstellen van een gezondheidsplan

In een gezondheidsplan legt de school de doelen, strategieën en activiteiten vast die zij wil (laten) uitvoeren. De activiteiten vinden verspreid over het schooljaar en voor de verschillende doelgroepen plaats. Het verdient de voorkeur dit op te nemen in bestaande plannen zoals het schoolzorgplan of zorgbeleidsplan van de school.

Er is bij voorkeur een overlegstructuur op de school. Er kan worden aangesloten bij de bestaande zorgstructuur, of een nieuw overleg rond preventie en zorg wordt opgezet. Het is raadzaam om een gezondheidscoördinator of preventiecoördinator te benoemen, die samen met de ondersteunende organisatie het gezondheidsplan opstelt en uitwerkt. Tijdens het overleg kunnen taken en verantwoordelijkheden worden geregeld, evenals de randvoorwaarden voor uitvoering van de activiteiten. Het gaat hierbij om beschikbare uren, deskundigheid, financiële middelen, leiderschap, publiciteit, communicatie en dergelijke.

Stap 5: uitvoering van het gezondheidsplan

De uitvoering van het gezondheidsplan vraagt om betrokkenheid van alle gelegingen op school. Een goede communicatie helpt daarbij. Een regelmatige rapportage van de voortgang is essentieel. Bij de uitvoering van (onderdelen van) het gezondheidsplan schakelen scholen ondersteunende organisaties in.

Stap 6: evaluatie en opname in het schoolbeleid

De geplande uitvoering van activiteiten wordt gevolgd en na afloop geëvalueerd. Er wordt gekeken naar het behalen van de beoogde resultaten en naar het totale proces inclusief de structuur, betrokkenheid en professionaliteit van de betrokkenen. De evaluatie levert gegevens op voor het opstellen of aanpassen van het schoolbeleidsplan. Succesvolle onderdelen worden opgenomen in het schoolbeleid. Haalbaarheid en uitvoerbaarheid zijn hierbij belangrijke criteria. Ook worden voorbereidingen getroffen voor de uitwerking van de volgende prioriteit (uit stap 2).

Het stappenplan kan in drie tot vijf jaar worden uitgevoerd. De school neemt de effectieve onderdelen en activiteiten op in het schoolplan. Zo wordt de aandacht voor de preventie van overgewicht geborgd.

3 Methode

3.1 Verzamelen van informatie

Bij het samenstellen van het overzicht van interventies is gezocht naar informatie over de projecten en zijn projectbeschrijvingen opgesteld, die vervolgens zijn geverifieerd en aangevuld.

Bij het inventariseren van lopende projecten is gebruikgemaakt van diverse bestaande overzichten die het NIGZ heeft uitgevoerd (Bessems, 2005; Nijboer, 2004). Daarnaast hebben de leden van de werkgroep Toolkit Overgewicht de bij hen bekende interventies doorgegeven. Tenslotte is gezocht in de Gezonde School database (www.gezondeschool.nl) en de Qui-databank (www.quidatabank.nl). Voorbeelden van praktische strategieën in de uitwerking van het theoretische Gezonde School Model waren het uitgangspunt bij het zoekproces naar interventies.

Voor de projectbeschrijvingen is gebruikgemaakt van het schoolSlag-format dat ontwikkeld is ten behoeve van het overzicht van het schoolSlag-aanbod (Bessems, 2005). Dit format sluit aan bij wat een school en ondersteunende organisatie wil weten. Tevens zijn de verschillende onderdelen van de interventies gekoppeld aan de strategieën van het Gezonde School Model (Leurs et al., 2002).

De beschrijvingen van de landelijk ontwikkelde projecten zijn overgenomen uit het schoolSlag-aanbod landelijk (Bessems, 2005). De aanbieders werden geïnformeerd dat hun project in de Toolkit Overgewicht werd opgenomen. Als zij hiermee akkoord gingen, keken zij na of de informatie nog actueel was. De beschrijvingen van de regionale projecten zijn door het NIGZ opgesteld. Ook voor deze beschrijvingen werd contact opgenomen met de regionale aanbieders met de vraag of zij het format wilden aanvullen en verifiëren.

Voor het zoeken naar folders en brochures werd gezocht in de PC-infodisk van het NIGZ (www.nigz.nl). Informatie over landelijk verkrijgbare publieksfolders uit deze database die aansloten bij de doelgroep en het thema werden opgenomen in bijlage B.

Het overzicht in de toolkit is zo volledig mogelijk, maar pretendeert niet compleet te zijn. Het zoeken naar projecten heeft plaatsgevonden van februari tot en met oktober 2005.

3.2 Opnamecriteria

Interventies werden in de Toolkit Overgewicht opgenomen in het overzicht op basis van de volgende criteria:

- De interventie is gericht op de schoolgaande jeugd van vier tot achttien jaar of op werknemers als onderdeel van de schoolpopulatie.
- De interventie is gekoppeld aan de setting school. Hier is onderscheid gemaakt tussen het primair en voortgezet onderwijs.
- De interventie is gericht op gezondheidsbevordering of primaire preventie. Het reikt te ver om in te gaan op individuele zorgprogramma's, omdat gespecialiseerde zorg buiten de verantwoordelijkheid van de school valt.
- De interventie richt zich op het thema overgewicht of de verwante thema's voeding, beweging, borstvoeding, verkeersveiligheid en mediacompetentie. Daarnaast wordt kort verwezen naar projecten over de thema's mondgezondheid en alcohol.
- De interventie loopt nog op het moment van de inventarisatie en is niet afgerond.
- De interventie is landelijk of regionaal georiënteerd. Daarnaast is een aantal internationale initiatieven opgenomen. Interventies die regionaal worden ingezet maken gebruik van materialen die ook in andere regio's inzetbaar zijn.
- Projecten maken gebruik van materialen die in andere regio's inzetbaar zijn.
- Projecten die alleen gebruikmaken van landelijke materialen, zijn alleen opgenomen als ze veelbelovend zijn. Zowel de veelbelovende internationale initiatieven als de regionale interventies die niet direct inzetbaar zijn, hebben door hun vernieuwende aspecten een meerwaarde voor andere regio's.
- Er is voldoende informatie over het project beschikbaar.
- De aanbieder van het project wil als contactpersoon fungeren bij vragen uit andere regio's.

4 Het Gezonde School Model en overgewicht

In dit hoofdstuk geven we een overzicht van strategieën om met de preventie van overgewicht op school aan de slag te gaan. Het Gezonde School Model (zie paragraaf 2.2) gebruiken we als uitgangspunt. Mogelijke strategieën van de acht componenten uit het model worden achtereenvolgens in de volgende paragrafen uitgewerkt. In elke paragraaf worden projecten en onderdelen van projecten die bij het betreffende component aansluiten genoemd. Alle projecten die **vetgedrukt** in de tekst staan, zijn opgenomen in een uitgebreide beschrijving in bijlage C.

4.1 Gezondheidseducatie

De component gezondheidseducatie is gericht op het motiveren en ondersteunen van leerlingen om gezond te blijven, ziekten te voorkomen en risicogedrag terug te dringen. Gezondheidseducatie in de klas gaat om het opdoen van kennis, inzichten, attitudes en vaardigheden. Daarnaast leren leerlingen omgaan met sociale invloed.

Gezondheidseducatie is verreweg de meest gebruikte strategie die we tegenkomen in de Toolkit Overgewicht. We onderscheiden aandacht in de les voor overgewicht en daaraan verwante thema's, de inzet van een externe deskundige, en alternatieve werkvormen voor leerlingen.

Strategieën voor gezondheidseducatie:

- A. Aandacht in de les voor overgewicht en daaraan verwante thema's
- B. Inzet van een externe deskundige
- C. Alternatieve werkvormen voor leerlingen

A. Aandacht in de les voor overgewicht en daaraan verwante thema's

Primair onderwijs

De thema's voeding en beweging zijn het belangrijkste bij de voorlichting over overgewicht. Daarnaast kunnen uitstapjes worden gemaakt naar verwante thema's als mediacompetentie, smaak, mondgezondheid, alcoholgebruik en kennis

over het eigen lichaam. Aandacht voor voeding kan gecombineerd worden met de gymles.

- **Voeding en beweging**

Voorbeelden van methoden voor het thema voeding zijn **Voeding, De Beste Basis!**, **SchoolGruiten** en de tv-serie **Vetlekker**. In het **Winkelspel** worden kinderen zich bewust van consumentenvaardigheden die zich richten op het kiezen en kopen van producten.

Voorbeelden van kleinere projecten voor het thema voeding zijn het internetspel **Vic de Vitaminevreter**, het Sappenspel over sinaasappelsap uit **de KetenCampagne**, **Een vet leuke les over Vet**, de **Junior Hartdag** (onderdeel van de Junior Hartdag basis) en het Nationaal Schoolontbijt. Op de website www.broodaandebasis.nl staan lessen, spelletjes en informatie voor leerkrachten en leerlingen over brood in het kader van het project **Brood aan de basis**.

Een veelbelovend initiatief is het project **Smaaklessen** voor het primair onderwijs waarbij het bereiden en proeven van gezonde voeding centraal staat. Dit project van de Wageningen Universiteit en het Voedingscentrum zal de nieuwe methode voor het primair onderwijs worden dat in plaats komt van Voeding, De Beste Basis! De ingang smaak wordt gebruikt om ervaringsgericht met voeding aan de gang te gaan: proeven, voelen, ruiken en doen. De methode is vanaf midden 2007 beschikbaar.

Er zijn uiteenlopende methoden over beweging die vaak een combinatie zijn van theorie- en praktijklessen. Dit zijn allemaal relatief uitgebreide methoden. Denk aan **Kies voor Hart en Sport**, **Sportief!**, de **Sportieve School** en **De klas beweegt!**

Bij het project **Groep 6 on the move** bepalen leerlingen en hun ouders voor een groot deel zelf de inhoud van het programma binnen de door de school gestelde kaders. In een draaiboek worden allerlei lessuggesties gegeven.

In het project **Kids for fit** is het Kids for fit-lesmateriaal ontwikkeld. Daarnaast wordt gewerkt met een eet- en beweegdagboek waarin leerlingen hun eigen eet- en beweeggedrag kunnen bijhouden.

In het kader van het project **Elke dag bewegen** is het lespakket **Lekker fit** ontwikkeld, bestaande uit drie theorielessen over voeding, beweging en gezonde keuzes.

Het kwartet spel **Dik zijn is niet fijn** laat basisschoolkinderen spelenderwijs bewust worden van wat gezond en ongezond eten en drinken is en hoe belangrijk bewegen is. Bij het kwartet wordt een lesbrief geleverd met relevante informatie over het kwartetonderwerp en opdrachten voor de kinderen. Ook is er een handleiding voor leerkrachten.

Het Schotse pakket **Growing Through Adolescence** is een bewezen effectief integraal pakket dat zich richt op voeding en beweging maar tevens op eigenwaarde, het lichaamsbeeld en de rol van de media. Dit gebeurt in de brede context van de Health Promoting School en is vergelijkbaar met de Gezonde Schoolmethode. Meer informatie over de methode is te vinden op de site van Health Scotland, www.hebs.com/learningcentre/trainers/gta.cfm.

- **Mondgezondheid**

Een deelonderwerp van lessen over voeding is mondgezondheid. Voor meer ideeën en materialen over mondgezondheid verwijzen we naar www.nationalepoetsweek.nl. Hier kunnen lessen gedownload worden. De site sluit aan bij een jaarlijkse landelijke campagne.

- **Veilig spelen en verkeersveiligheid**

In het kader van verkeerslessen kan een school de politie vragen de veiligheid van fietsen te controleren. Daarnaast wordt in diverse pakketten aandacht besteed aan verkeerseducatie en veilig spelen, fietsen en lopen. Diverse projecten van 3VO zoals **Rondje Verkeer**, **Op voeten en fietsen**, **de Jeugdverkeerskrant**, **Van 8 naar 1** en **Dat kan anders** gaan hierop in. Maar ook projecten van andere aanbieders zoals **De Weg en Ik** en de **Verkeersslang** besteden aandacht aan verkeerseducatie. In de bovenbouw van het primair onderwijs kan het **verkeersexamen** worden afgenomen.

- **Aandacht voor gezond eten en bewegen in de gymles**

Het Voedingscentrum pleit ervoor elke gymles in het primair onderwijs te beginnen of eindigen met een kort item over gezond eten en bewegen. Vijf minuten per les volstaat.

Een project waarin een gymles aan gezond eten en bewegen wordt gekoppeld is **Kies voor Hart en Sport**. Het project bestaat uit lessen over voeding en beweging en een praktijkles waarin leerlingen kunnen ontdekken welke sport bij hen past.

Voortgezet onderwijs

Net als in het primair onderwijs zijn de thema's voeding en beweging het belangrijkste bij de voorlichting over overgewicht. Daarnaast kunnen uitstapjes worden gemaakt naar verwante thema's als mediacompetentie, smaak, borstvoeding, alcoholgebruik en kennis over het eigen lichaam.

• Voeding en beweging

Voor het voortgezet onderwijs zijn diverse methodes over voeding beschikbaar waarmee alle kerndoelen kunnen worden behaald, zoals

De Gezonde Schoolkantine, **Voedselveiligheid** en het vernieuwde internetpakket **Weet wat je eet**. De schooltelevisieserie **Over Gewicht** van NOT/Teleac en het Voedingscentrum behandelt in drie uitzendingen leefstijlthema's als snacken en grazen; fit, fitter, fitst en slank, slanker, slankst. Een voorbeeld van een digitaal spel op internet over voedselhygiëne is het internetspel **Bac-vechten** voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs.

Voor lessen beweging kan gebruik worden gemaakt van de lessenserie bij het themapakket **Actieve Leefstijl**. De **whoZnext-methode** is niet zozeer gericht op educatie over beweging als wel op het organiseren van beweegprojecten die leerlingen zelf kiezen.

De thema's voeding en beweging komen beide aan de orde in de lessen **Heart Affairs** en het **Gezond Leven Spel**. Naast aanvullende lesmaterialen kan ook in reguliere lesmethoden Verzorging aandacht worden besteed aan voeding en beweging. De methode **Wijs** is hier een voorbeeld van.

Tenslotte wordt in praktijkvakken op het VMBO aandacht besteed aan kooklessen.

• Borstvoeding

Uit onderzoek blijkt dat 78% van de moeders in Nederland na de bevalling start met het geven van borstvoeding. Na zes maanden is dat nog 15 à 18% (Lanting et al., 2003).

Borstvoeding heeft een preventief effect op het ontwikkelen van overgewicht op kinderleeftijd (Arenz, 2004). Daarnaast beschermt borstvoeding tegen allergieën en infecties en zorgt het voor een betere hersenontwikkeling van de baby (Bulk-Bunschoten, 2005).

Bewustwording van het belang van borstvoeding en de relatie tussen borstvoeding en overgewicht kan op jonge leeftijd gestimuleerd worden. Het

keuzeonderdeel **Borsten, daar zijn ze voor** van het pakket **Weet wat je eet** kan gebruikt worden om dit thema met leerlingen van het VMBO te behandelen.

Primair en voortgezet onderwijs

- **Alcohol**

Alcohol is niet alleen een genotmiddel maar ook een dikmaker. Voorlichting over alcohol kan gegeven worden met behulp van het project **De gezonde school en genotmiddelen**. Meer informatie hierover staat op www.dgsg.nl.

- **Media literacy. Aandacht voor mediacompetentie gekoppeld aan voedingsonderwijs**

Het Europese Hartnetwerk deed onderzoek naar de marketing van ongezonde voeding gericht op kinderen in Europa (2004) en constateerde een aantal ontwikkelingen:

- In Nederland namen de uitgaven van de voedingsmiddelenindustrie aan reclame tussen 1994 en 2003 met 128 procent toe. Er zijn aanwijzingen dat het aandeel van televisie terugloopt, terwijl de op zich bescheiden marketingbudgetten voor scholen en internet stijgen.
- De uitgaven aan andere media dan tv zoals aan print, radioreclame, bioscoopreclame, mobiele telefonie en buitenreclame, maken doorgaans maar een klein deel uit van de totale marketingbudgetten voor voedingsreclame. Maar samen met tv, scholen en internet maken deze media deel uit van een uitgeknipte en samenhangende mix van marketingtechnieken die bedrijven inzetten om hun producten te verkopen.
- Kinderidolen en cartoonfiguren worden steeds vaker verbonden aan voedselproducten.
- Scholen worden steeds belangrijker als marketingkanaal voor geadverteerde voedselproducten. Tot de marketingstrategieën behoren het sponsoren van evenementen, het koppelen van voedingsmiddelen aan onderwijsmateriaal of sportbenodigdheden (vaak in de vorm van spaarprogramma's) en de verkoop van voedselproducten en dranken in automaten.

Regelgeving is een manier om dit aan te pakken. Scholen kunnen echter niet alle marketing (bijvoorbeeld de marketing via internet) buiten de deur houden. Reden temeer om te investeren in kennis en op school aangeleerde praktische vaardigheden die leerlingen stimuleren en in staat stellen om gezond te eten en hen leren omgaan met tegenstrijdige boodschappen in een multimediale wereld.

We zien momenteel nog geen lessen over mediacompetentie. De ouderavond

Vette Verleiders voor het primair onderwijs besteedt hier wel aandacht aan.

Meer informatie over het Schotse pakket **Growing Through Adolescence** waarin onder andere wordt ingegaan op de rol van de media, is te vinden op de website van Health Scotland, www.hebs.com/learningcentre/trainers/gta.cfm.

Meer informatie over Media Literacy:

- www.medialit.org: een site van het US Centre for Media Literacy
- www.mediasmart.org.uk: een door de Britse overheid ondersteunde site over media literacy met een onderdeel voor leerlingen, leerkrachten en ouders

B. Inzet van een externe deskundige

Veel GGD'en zetten in preventieprogramma's overgewicht diëtisten of fysiotherapeuten in voor gastlessen. Ook een kok van een lokaal restaurant kan worden ingezet bij kooklessen in het primair of voortgezet onderwijs.

Primair onderwijs

Aan de hand van een zelf ontwikkeld draaiboek voert de GGD Zuid-Hollandse Eilanden zelf gastlessen uit in het project **Hart, voeding en beweging**.

In het project **Eten + gymmen = gewicht dimmen** kan de school een spreekuur laten houden door een voedings- of bewegingsdeskundige. Leerlingen krijgen de gelegenheid allerlei vragen te stellen. Deze informatie kunnen ze gebruiken bij het uitwerken van een opdracht.

Kids in Balance bestaat uit drie workshops met spelletjes, oefeningen en activiteiten van elk 2,5 uur die in een periode van vier weken door een deskundige worden gegeven. Er wordt aandacht besteed aan beweging, medische informatie, voeding (en voedingswaarde) en houding, 'je goed voelen ten opzichte van jezelf'.

C Alternatieve werkvormen voor leerlingen

Zowel in het primair als voortgezet onderwijs kunnen alternatieve werkvormen worden ingezet. Leerlingen kunnen zelfstandig aan de slag gaan met een thema,

bijvoorbeeld in een werkstuk of spreekbeurt. Daarnaast kan de school projectweken of themaweken inzetten. In het primair onderwijs is dit een veelgebruikte werkvorm.

- **Werkstukken of spreekbeurten over voeding en beweging**

In het kader van een brede aanpak is het aan te raden dat leerlingen intensief aan de gang gaan met een thema. Dat kan door een werkstuk te maken of spreekbeurt te geven. Ze leren zo zelf meer over het thema en kunnen dit ook aan andere leerlingen presenteren.

Het is belangrijk dat leerlingen hierbij gebruik maken van actuele betrouwbare informatie. Enkele voorbeelden van websites die hieraan voldoen zijn: www.voedingscentrum.nl, www.kankerbestrijding.nl, www.hartstichting.nl en de verwante site voor leerlingen www.hartvoorschool.nl.

- **Projectweken of themaweken in het kader van voeding en beweging**

Een projectweek is een geschikte manier om leerlingen (en ouders) actief met de thema's voeding en beweging bezig te laten zijn. De vaak kortdurende intensieve projecten dienen vooral voor agendasetting. Er wordt zo extra aandacht aan het thema gegeven. Aangeraden wordt dit af te stemmen op regionale of landelijke campagnes.

Voorbeelden van projecten op het gebied van gezondheidseducatie zijn de **Heart Dance Award** (een danswedstrijd) en de **Junior Hartdag**. De Junior Hartdag bestaat uit een dagdeel theorie (Junior Hartdag basis) en een dagdeel praktijk (Junior Hartdag actief). De school kan ondersteund worden bij de invulling van de Junior Hartdag actief.

4.2 Sport en beweging

De component Sport en bewegen is gericht op het ontwikkelen van basale motorische vaardigheden, sportvaardigheden en fitnessvaardigheden, het bieden van een plezierbeleving in bewegen en het verhogen van de mentale, sociale en emotionele weerbaarheid binnen de school.

In 1998 is de Nederlandse Norm Gezond Bewegen geïntroduceerd (Kemper et al., 2000). De beweegnorm voor jeugdigen tot 18 jaar luidt: dagelijks één uur matig intensieve lichamelijke activiteit (bijvoorbeeld flink doorfietsen, skateboarden of 8 km/uur hardlopen), waarbij de activiteiten minimaal tweemaal per week gericht zijn op het verbeteren of handhaven van lichamelijke fitheid (kracht,

lenigheid en coördinatie). Volgens het CBS voldeed in 2004 slechts 25% van de 12- tot 18-jarigen aan de bewegnorm voor jongeren (31% van de jongens en 18% van de meisjes) (CBS StatLine, 2005).

Om achterstanden weg te werken heeft het ministerie van VWS een tijdelijke stimuleringsregeling buurt onderwijs en sport, de BOS-impuls, in het leven geroepen. De regeling is opgezet om gemeenten te helpen om met behulp van sport en bewegen achterstanden bij jeugdigen in bepaalde wijken te bestrijden. Voor een overzicht van de BOS-projecten en achtergrondinformatie wordt verwezen naar <http://boswijzer.nigz.nl> en het BOS-dossier op www.nigz.nl.

We onderscheiden drie strategieën voor sport en bewegen: voldoende bewegingsonderwijs van goede kwaliteit, ontspanningsmogelijkheden op school en stimuleren tot bewegen buiten school.

Strategieën voor sport en bewegen:

- A. Voldoende bewegingsonderwijs van goede kwaliteit
- B. Ontspanningsmogelijkheden op school
- C. Stimuleren tot bewegen buiten school

A. Voldoende bewegingsonderwijs van goede kwaliteit

Primair onderwijs

Er zijn verschillende mogelijkheden om kwalitatief goed bewegingsonderwijs in te richten. Enerzijds betreft dit het uitbreiden van goed bewegingsonderwijs. Schoolzwemmen valt hier ook onder.

- **Uitbreiding van kwalitatief goed bewegingsonderwijs in het primair onderwijs**

Momenteel is twee uur gymles per week in het primair onderwijs verplicht.

Een veelbelovend initiatief is te zien in de gemeente Rotterdam. De gemeente heeft budget beschikbaar gesteld om extra vakleerkrachten op vijftien basisscholen in schooljaar 2005-2006 te laten starten met het project **Elke dag bewegen**. Leerlingen krijgen dagelijks gymles in plaats van twee keer per week.

Een aantal regionale sport- en gezondheidsorganisaties, opleidingen, de gemeente en de provinciale sportraad werken in Groningen samen volgens het **Groninger Sportmodel**. Onderdeel hiervan is extra bewegingsonderwijs. Vier

keer per week organiseren studenten van de hogeschool extra beweegactiviteiten. Op woensdagmiddag organiseren MBO-studenten beweegclinics voor leerlingen.

- **Schoolzwemmen**

Een school is niet verplicht zwemlessen aan te bieden. Wanneer een school zwemmen opneemt in het lesrooster zijn leerlingen verplicht eraan deel te nemen. Schoolzwemmen kan in het reguliere sportprogramma worden opgenomen.

Voortgezet onderwijs

In het voortgezet onderwijs staat de verplichting van bewegingsonderwijs regelmatig ter discussie. Het waarborgen van structurele lessen lichamelijke opvoeding of een uitbreiding daarvan in het kader van de preventie van overgewicht is aan te raden.

- **Structurele lessen en/of extra lessen lichamelijke opvoeding voor het voortgezet onderwijs**

Momenteel is twee tot drie uur gymles in het voortgezet onderwijs verplicht. Scholen kunnen er echter ook voor kiezen meer gymlessen aan te bieden. Hierbij kan gekozen worden voor een specifieke groep leerlingen of alle leerlingen. Op verschillende scholen zien we het initiatief van sportklassen, meestal voor leerlingen die goed kunnen sporten of die sporten leuk vinden.

Primair onderwijs en voortgezet onderwijs

- **Leerlingvolgsysteem beweging**

De vorderingen van leerlingen kunnen worden bijgehouden met behulp van een leerlingvolgsysteem.

Een onderdeel van **Jump-in** is het digitale leerlingvolgsysteem beweging voor de vakleerkracht. Jaarlijks wordt dit ingevuld. De vakleerkracht logt met een code in op de website www.jumpin.nl. Doel is het opsporen van leerlingen die onvoldoende bewegen, een motorische achterstand hebben en/of overgewicht hebben. Op basis van de resultaten worden leerlingen indien nodig doorverwezen naar een extra bewegingsaanbod of naar begeleiding.

Met het leerlingenboekje van **Sportief!: bewegingsonderwijs in groep 7 en 8** kunnen leerlingen hun vorderingen tijdens het bewegingsonderwijs bijhouden.

Onderdeel van bewegingmanagement is de site www.beweegnorm.nl die in de loop van 2006 operationeel wordt. Scholen kunnen hierop inloggen en voorde- ringen van leerlingen op het terrein van de kwalitatieve en kwantitatieve be- weegnorm bijhouden.

Onderdeel van de **Groninger Interventie Methodiek** is het stappentellerproject waarbij stappentellers in de klas gecombineerd worden met voorlichting aan leerlingen en ouders.

We zien geen voorbeelden van leerlingvolgsystemen beweging voor het voortge- zet onderwijs.

- **Goede voorzieningen en vakkundige begeleiding voor leerlingen met beperkte fysieke mogelijkheden**

Daarnaast is het van belang dat er ook voldoende mogelijkheden tot beweging zijn voor leerlingen met beperkte fysieke mogelijkheden. NebasNsg is een Nederlandse sportorganisatie voor mensen met een beperking. Meer informatie: www.nebas.nl

Leerkrachten in het primair onderwijs die een opleiding tot Motorische Reme- dial Teacher hebben gevolgd, kunnen leerlingen met een motorische achterstand ondersteunen om meer zelfvertrouwen te krijgen in sport en bewegen. Meer in- formatie is te vinden op de website van de Landelijke Vereniging voor Remedial Teachers, www.lbrt.nl.

Jongeren met overgewicht in het voortgezet onderwijs kunnen deelnemen aan cursussen. Een voorbeeld hiervan is de cursus RealFit, waarbij gezamenlijk en onder deskundige begeleiding wordt gesport.

- **Controle van de regelgeving rondom bewegingsonderwijs**

Voor zowel het primair als voortgezet onderwijs is het van belang de regelgeving rondom de uitvoering van bewegingsonderwijs te controleren. De onderwijsin- spectie toetst of een school voldoet aan de kwaliteitseisen voor het onderwijs. Hier valt bewegingsonderwijs ook onder. Het is voor de scholen zelf eveneens van belang dat zij weten wat er gebeurt, zodat zij maatregelen kunnen nemen wanneer dat nodig is (www.onderwijsinspectie.nl).

B. Ontspanningsmogelijkheden op school

Primair onderwijs en voortgezet onderwijs

Het betreft hier sportieve ontspanningsmogelijkheden op school tijdens vrije uren, pauzes en na schooltijd.

• Sportieve ontspanningsmogelijkheden voor leerlingen tijdens de pauzes en vrije uren

Een school kan beweging stimuleren door voldoende sportieve ontspanningsmogelijkheden tijdens de vrije uren en pauzes aan te bieden. Enkele voorbeelden zijn:

- het schoolplein uitnodigend inrichten
- voldoende spelmateriaal
- een schone, veilige en ruime speelplaats en sportruimtes in en rondom de school
- actieve themaweken en werkweken
- beweegmomenten in het lesprogramma, al dan niet in het kader van een project

Bewegen tussen de lessen door kan worden gestimuleerd met de methode **De klas beweegt!** Deze schoolbrede methode bestaat uit een bewegingskalender en handleiding voor de leerkracht voor iedere groep. De oefeningen op de kalender kunnen tussen de lessen door als ontspanning uitgevoerd worden.

Kies je kaart is een spelmethode met opdrachtkaarten voor in de klas en thuis. Met behulp van de kaarten kunnen leerlingen invulling geven aan hun eigen 'beweegweek'. Dit moet ertoe leiden dat leerlingen de beweegnorm van dagelijks één uur bewegen halen.

De **Junior Hartdag** bestaat uit een dagdeel theorie (junior hartdag basis) en een dagdeel praktijk (junior hartdag actief). Bij het praktijkonderdeel biedt de hartstichting ondersteuning bij het organiseren van een skate-, fiets- of loopevenement op school met fondsenwervende mogelijkheden.

De **Heart Dance Award** is een jaarlijkse landelijke danswedstrijd voor leerlingen van de bovenbouw van de basisschool. Er zijn diverse materialen die de school kan gebruiken bij het opstellen en oefenen van de dans. De wedstrijd eindigt in het voorjaar met een finale.

Tijdens de workshops van **Kids in Balance** worden allerlei oefeningen, spelletjes en activiteiten gedaan en leren en ervaren kinderen spelenderwijs wat een gezonde leefstijl inhoudt. Ze ontdekken hoe de balans werkt tussen energie en

beweging. Ook in het werkboek en op de website voor leerlingen staan oefeningen beschreven.

- **Sportieve ontspanningsmogelijkheden voor leerlingen na schooltijd**

Primair en voortgezet onderwijs

Een school kan beweging stimuleren door voldoende sportieve ontspanningsmogelijkheden na schooltijd te bieden. Enkele voorbeelden zijn:

- het openstellen van een sportveldje in de buurt van de school
- het vergroten van openingstijden van het schoolplein na schooltijd om een veilige speelruimte te bieden
- als school deelnemen aan een sponsorloop

Deze voorbeelden hebben overlap met het stimuleren tot bewegen buiten de school.

C. Stimuleren tot bewegen buiten de school

Primair onderwijs

- **Van jongs af aan onder begeleiding leren omgaan met verkeerssituaties**

Om bewegen te stimuleren kan het wandelen en fietsen naar school gestimuleerd worden. Zowel in Nederland als in het buitenland zijn verschillende initiatieven waarbij kinderen gestimuleerd worden om te voet of met de fiets naar school te gaan.

De principes van de **Walking Schoolbus**, waarbij kinderen structureel onder begeleiding in groepjes te voet of met de fiets naar school gaan, worden breed ingezet in onder andere de Verenigde Staten en Engeland. Meer informatie over deze aanpak is te vinden via de site van de Centers for Disease Control and Prevention: www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/kidswalk. Informatie over het project dat in Engeland loopt is te vinden op de site www.walktoschool.org.uk.

In Nederland zijn verschillende kortdurende projectweken waarbij lopen, fietsen en carpoolen worden gestimuleerd. Deze projecten hebben niet direct de preventie van overgewicht als uitgangspunt, maar kunnen hier wel voor worden ingezet. Enkele voorbeelden zijn de **Verkeersslang** en **Ingeblikt naar school? Nee, bedankt!** Ook kan een school aansluiten bij de landelijk actiedag op voeten en fietsen naar school. Meer informatie hierover staat op www.3vo.nl.

Hierbij kunnen ook fietscursussen zoals Trapvaardig worden ingezet, zodat kinderen zich goed voorbereid voelen om met de fiets naar school te gaan.

De Regionale Organen voor de Verkeersveiligheid (ROV's) vormen een onafhankelijk overlegplatform van alle overheidsinstellingen en maatschappelijke organisaties die zich inzetten voor de verkeersveiligheid. Iedere provincie heeft een eigen ROV. Scholen kunnen bij de ROV's terecht voor kennis op het gebied van infrastructuur, verkeershandhaving en gedragsbeïnvloeding.

De verkeersomgeving in de buurt zo veilig mogelijk maken komt aan de orde bij de component gezond en veilig schoolklimaat in paragraaf 4.4.

Primair onderwijs en voortgezet onderwijs

- **Aansluiten bij naschoolse initiatieven**

De school kan zelf of in samenwerking met andere regionale aanbieders sport organiseren. Er kan worden samengewerkt met gemeentes, sociaal cultureel werk en sportverenigingen. De school kan zoveel mogelijk aansluiten bij bestaande activiteiten in het kader van de brede school en buurtsport.

Enkele mogelijkheden zijn het beschikbaar stellen van sportveldjes en het vergroten van openingstijden van het schoolplein na schooltijd. Scholen kunnen daarnaast deelnemen aan een sponsorloop of actieve themaweken.

Ook in het voortgezet onderwijs kan worden samengewerkt met andere regionale organisaties zoals gemeentes, jeugdwerk en sportverenigingen. Enkele voorbeelden zijn het beschikbaar stellen van sportveldjes, het deelnemen aan een sponsorloop of actieve werkweken.

Beweegmanagement is een samenwerkingsnetwerk van professionals uit de sectoren buurt (welzijn), onderwijs en sport (BOS). Het beweegmanagementteam zorgt ervoor dat een goed jeugdsportprogramma rond scholen in een wijk wordt uitgevoerd. Het team maakt afspraken over het gebruik van accommodaties en de organisatie van activiteiten, en legt contacten met scholen, GGD'en en diverse sportaanbieders. Dit gebeurt enerzijds op basis van de beweegnorm om het sport- en beweeggedrag van de jeugd zowel kwantitatief als kwalitatief in kaart te brengen. Anderzijds wordt de **sport- en beweegscan** gebruikt om de sport- en beweegomgeving in en om de school te scannen op de aantrekkelijkheid voor de jeugd (www.school-en-sport.nl).

Jongeren in het voortgezet onderwijs spelen zelf een grote rol in het bepalen van activiteiten in het project **whoZnext**. Met behulp van een stappenplan leren jongeren zowel binnen als buiten de school activiteiten te organiseren. Enkele voorbeelden zijn het organiseren van een sportevenement (whoZnext Action Games), het in kaart brengen van de wensen omtrent sportvoorzieningen, straatsport, en het adopteren van een basketbalveldje of skate-ramp door de school.

- **Stimulans om lid te worden van een sportvereniging**

Door het beschikbaar stellen van de sportpas kunnen leerlingen twee tot vier sportlessen uitproberen en een sport kiezen. Verschillende sportorganisaties uit de gemeente kunnen zich aanmelden voor het project. Zij stellen hun trainingen speciaal open of hebben een speciaal aanbod gecreëerd voor alle kinderen met een sportpas. Dit project loopt in verschillende gemeentes, waaronder Amsterdam, Lingewaard en Rotterdam.

Bij de module **Kies voor Hart en Sport** regelt de school zelf dat sportorganisaties een aantal proeflessen geven. Gemeentes kopen het project in en betalen de sportverenigingen een vergoeding voor deelname aan het project.

In het project **Sportieve School** maken de leerlingen van de bovenbouw tijdens de lessen lichamelijke opvoeding kennis met verschillende takken van sport. Hiervoor zijn kant-en-klare lessen ontwikkeld. Deze worden vergoed met een eenmalige subsidie van de gemeente. Bovendien kunnen de leerlingen enkele introductietrainingen volgen bij lokale sportverenigingen.

- **Bewegstimulering voor kinderen met beperkte fysieke mogelijkheden**

Hiertoe moeten zowel in de fysieke omgeving als in aangepaste sportprogramma's mogelijkheden worden gecreëerd. NebasNsg is een Nederlandse sportorganisatie voor mensen met een beperking. De organisatie creëert en waarborgt sportmogelijkheden voor hen. Meer informatie is te vinden op www.nebas.nl.

ClubExtra organiseert sportactiviteiten voor kinderen die door een motorische achterstand (nog) niet in staat zijn om deel te nemen aan het sportaanbod van reguliere sportverenigingen. Na verloop van tijd wordt bekeken of zij kunnen doorstromen naar een sportvereniging.

4.3 Voedingsbeleid

De component voedingsbeleid is gericht op het bieden van een omgeving die gezond eten en de bijbehorende kennis en vaardigheden bevordert.

We onderscheiden de volgende drie strategieën voor voedingsbeleid: het aanbieden van gezonde voeding, het opstellen, uitvoeren en controleren van regelgeving over voeding en activiteiten in het kader van gezonde voeding.

Strategieën voor voedingsbeleid:

- A. Een gezond en hygiënisch voedingsaanbod in de school
- B. Het opstellen, uitvoeren en controleren van regelgeving over voeding
- C. Activiteiten in het kader van gezonde voeding

A. Een gezond en hygiënisch voedingsaanbod in de school

Primair en voorgezet onderwijs

Zowel in het primair als in het voortgezet onderwijs kan het drinken van water onder de leerlingen gestimuleerd worden. Daarnaast kan gratis groente en fruit worden versterkt. Dit laatste initiatief zien we momenteel alleen in het primair onderwijs.

• In gebruik nemen van de watervoorzieningen in de school

De Nederlandse Frisdranken Industrie constateerde dat er vanaf 2000 een verschuiving heeft plaatsgevonden in de verhouding frisdrank- en mineraalwatergebruik. Dronk de Nederlander in 2000 gemiddeld 97,1 liter frisdrank (zowel light als regular), in 2004 is dit gezakt naar 94,2 liter per persoon.

Daartegenover staat een stijging van de consumptie van mineraalwater van 16,9 liter in 2000 naar 18,8 liter in 2004. Meer water of thee drinken verkleint de kans op overgewicht.

Om meer water drinken te stimuleren kan een aantal maatregelen worden genomen, zoals:

- drie keer per dag een waterpauze instellen;
- bij warm weer of extra inspanning in de lessen lichamelijke opvoeding extra watermomenten invoegen;
- drinkvoorzieningen aanpassen, bijvoorbeeld de inhoud van frisdrankautomaten beperken en watertappunten in gebruik stellen op een centrale goed

- toegankelijke plek in de school;
- flesjes water toestaan in het klaslokaal;
- in het primair onderwijs is de norm het stimuleren van water en geen frisdrank verstrekken onder de 5 jaar.

Stichting Waterwijs voert in het primair en voortgezet onderwijs het veelbelovende project **Oplaadpunten** uit. Op de Oplaadpunten wordt kraanwater gekoeld en tegen een lage prijs aan leerlingen aangeboden.

- **Gratis aanbieden van zuivel, groente en fruit**

Zeven gemeenten verstrekken tweemaal per week gratis groente en fruit op de basisschool in het kader van het landelijke project **Lage SES/SchoolGruiten**. Gemeenten kopen het aanbod in. Er kan ook worden samengewerkt met sponsors en regionale winkeliers.

Voortgezet onderwijs

Het voedingsaanbod in de school bestaat in het voortgezet onderwijs grotendeels uit het kantineaanbod en het aanbod in automaten. Voor het realiseren van een gezond en hygiënisch voedingsaanbod in de school zijn de volgende onderdelen van belang: richtlijnen over de hygiëncode van de schoolkantine, het controleren van de hygiëne, en het in kaart brengen van het huidige voedingsaanbod om het eventueel gezonder te maken.

- **Richtlijnen over de hygiëncode van de schoolkantine**

Overall waar voedsel wordt bereid en verstrekt moet hygiënisch worden gewerkt. Ook schoolkantines moeten zich houden aan hygiënenormen. Ieder bedrijf dat met voedsel werkt, moet voldoen aan de normen van de HACCP (Hazard Analysis of Critical Control Points). Voor het hanteren van een voedselveiligheidssysteem kunnen scholen gebruikmaken van een wettelijk goedgekeurde hygiëncode. Deze wordt uitgegeven door de Vereniging Nederlandse Cateringorganisaties (www.veneca.nl). Het project **De Gezonde Schoolkantine** biedt een handleiding aan kantinebeheerders met tips om aan de richtlijnen de voldoen.

- **Controle van de hygiëne van de schoolkantine**

Een keurmeester van de Keuringsdienst van Waren controleert of er in de schoolkantine hygiënisch wordt gewerkt. Een school moet ook zelf regelmatig controleren of ze aan de HACCP-normen voldoet.

- **Scan van het huidige voedingsaanbod en advies om het aanbod gezonder te maken**

De eerste stap naar een gezonde kantineaanbod is het in kaart brengen van het huidige aanbod. Op basis hiervan kan beslist worden in hoeverre dit aanpassing behoeft. Vervolgens kan het aanbod gezonder gemaakt worden.

Onderdeel van **De Gezonde Schoolkantine** is de Assortimentsmeter. Met deze online checklist kan nagegaan worden hoe gezond het voedingsaanbod van de kantine is. Er worden tips gegeven hoe het aanbod aangepast kan worden. Ook de materialen van De Gezonde Schoolkantine bieden tips en suggesties voor een gevarieerd kantine- en automatenaanbod.

Scholen hebben vaak contracten met frisdrankaanbieders. De door hen verkochte suikerrijke dranken kunnen worden vervangen door water, licht frisdranken en vruchtensappen. Door bovendien te kiezen voor hersluitbare flesjes in plaats van blikjes kan de drank gespreid over de dag gedronken worden.

Het is van belang te zorgen voor een aantrekkelijk en gevarieerd aanbod in de kantine. De school kan kiezen voor een actief prijsbeleid ten gunste van gezonde producten. De school kan met gezonde producten variëren door wekelijks of maandelijks een andere gezonde snack aan te bieden in acties. Dit kunnen bijvoorbeeld lekkere buitenlandse hapjes zijn. Ook kunnen de minder vette varianten en groente en fruit gelabeld worden.

B. Het opstellen, uitvoeren en controleren van regelgeving over voeding

Primair onderwijs

In het primair onderwijs kunnen regels worden opgesteld rond traktaties, tussendoortjes en overblijven. Hierbij is een goede communicatie over de regels van voeding op school van belang. Dit kan bijvoorbeeld door posters, stukjes in de schoolkrant, ouderbrieven, en het inlichten van de ouders van nieuwe leerlingen (onder andere door tips te geven over gezond trakteebeleid). Het is van belang dat schoolpersoneel hierover is geïnstrueerd en hier zelf ook naar handelt.

Op de website van het Voedingscentrum staan kant- en klare schoolkrantteksten om verschillende aspecten van gezond eten en bewegen onder de aandacht van ouders te brengen. Bij elke tekst is een bijbehorende puzzel of rebus voor de kinderen opgenomen. Ook de folder *Gezond eten en bewegen op de basisschool* geeft informatie ter ondersteuning van schoolgezondheidsbeleid over overblij-

ven, eten in de pauze, voeding tijdens de lessen en trakteren. Meer informatie is te vinden op www.voedingscentrum.nl.

In het project **Wikken en Bewegen** wordt onder andere gewerkt met adviesvellen voor ouders.

Voortgezet onderwijs

In het voortgezet onderwijs betreft voedingsbeleid vooral het kantineaanbod (zie ook 'Een gezond en hygiënisch voedingsaanbod in de school') en het alcoholbeleid van de school.

Een school kan een alcoholbeleid opstellen, uitvoeren en controleren bij schoolfeesten en evenementen. Alcohol is naast een genotmiddel een dikmaker. Gezien hun didactische en opvoedkundige functie moeten scholen terughoudend zijn in het schenken van alcohol. Een school die alcohol wil schenken op een schoolfeest of na een evenement zoals een sportdag, is wettelijk verplicht iedere keer een ontheffing aan te vragen bij de burgemeester. Volgens de wet mag geen alcohol verkocht worden aan jongeren onder de 16 jaar en geen sterke alcoholische drank aan jongeren onder de 18 jaar. Het wordt bovendien afgeraden alcohol te drinken terwijl jongeren nog in de groei zijn.

Scholen vullen hun alcoholbeleid op verschillende manier in:

- alcoholvrije schoolfeesten;
- maximaal twee bonnen voor alcoholische dranken aan leerlingen van 18 jaar en ouder verkopen op schoolfeesten;
- blaastesten voordat leerlingen toegang krijgen tot schoolfeesten.

Meer informatie over alcoholbeleid op scholen staat op www.alcoholinfo.nl. Het project De gezonde school en genotmiddelen biedt handleidingen en voorlichtingsmaterialen (www.dgsg.nl).

C. Activiteiten in het kader van gezonde voeding

Primair onderwijs

- **Ontbijtprojecten**

De resultaten van verschillende onderzoeken naar ontbijtgewoonten van kinderen in Nederland lopen nogal uiteen. Het gerapporteerde percentage basisschoolkinderen dat nooit ontbijt varieert van 1 tot 12% (Weeber, 1993; Hobbél et al.,

1997). In Nederland varieert het percentage basisschoolkinderen dat zonder ontbijt naar school gaat van minder dan 5% tot 47% (Weeber, 1993). Als kinderen wel ontbijten is de samenstelling van het ontbijt in de meeste gevallen niet optimaal. Uit diverse onderzoeken kan geconcludeerd worden dat het eten van een ontbijt dat granen bevat en een laag vetgehalte heeft, een veelbelovend element in de preventie van overgewicht is.

Ontbijtprojecten vragen aandacht voor het belang van een goed ontbijt. De communicatie richt zich zowel op ouders als op kinderen. Een school geeft met het uitvoeren van ontbijtprojecten het goede voorbeeld aan ouders en kinderen, zonder structureel de ouderlijke verantwoordelijkheid weg te nemen om te zorgen dat kinderen goed ontbijten.

Het **Nationaal Schoolontbijt** is een feestelijk ontbijt voor de hele school. Het ontbijt wordt bij de school afgeleverd en ook weer afgeruimd. Voor de deelnemende scholen is er een spoorboekje waarin beschreven staat hoe zij het ontbijt kunnen organiseren en allerlei projectmaterialen kunnen aanvragen.

Veel GGD'en voeren zelf ontbijtprojecten uit op scholen. Zo wordt in het project **Hartstikke leuk** een gezamenlijk ontbijt voor ouders en leerlingen van groep 8 georganiseerd. Tijdens het ontbijt wordt voorlichting gegeven over voeding. Ook in het project **Kids for fit** wordt door een diëtiste van de thuiszorg een ontbijtles georganiseerd. Bij het project **Eten + gymmen = gewicht dimmen** verzorgt de GGD een ontbijt op school.

Primair en voortgezet onderwijs

- **Kennismaken met gezonde hapjes aan de hand van smaaklessen**

Leerlingen kunnen kennismaken met smaken door te proeven van producten. De workshops van **Kids in Balance** spelen hierop in door kinderen te laten proeven en ruiken en ze te leren eten te bereiden. Kids in Balance wordt ingezet op het primair onderwijs.

Een veelbelovend initiatief is het project **Smaaklessen** voor het primair onderwijs, waarbij het proeven en bereiden van gezonde voeding centraal staat. Dit project van de Wageningen Universiteit en het Voedingscentrum zal de nieuwe methode voor het primair onderwijs worden dat in plaats komt van Voeding, De Beste Basis! De ingang smaak wordt gebruikt om ervaringsgericht met voeding aan de gang te gaan: proeven, voelen, ruiken en doen. De methode is vanaf midden 2007 beschikbaar.

- **Praktische opdrachten in het teken van gezonde voeding**

Bij het organiseren van activiteiten rond gezonde voeding kan gedacht worden aan praktische opdrachten zoals zelf boodschappen doen en maaltijden klaarmaken. Een ander voorbeeld is het kennismaken met vreemde buitenlandse gerechten.

4.4 Gezond en veilig schoolklimaat

De component gezond en veilig schoolklimaat bestaat uit de fysieke omgeving (denk aan het gebouw, de speelplaats) en de sociale omgeving (veilige sfeer in de klas, gedragsregels). Aanpassingen in de fysieke en sociale omgeving zijn bij voorkeur structureel.

Het bewerkstelligen van een gezond en veilig schoolklimaat kan onderverdeeld worden in de volgende drie strategieën: de regelgeving binnen de school, het stimuleren van bewegen en gezond eten en het veiliger maken van de verkeersomgeving.

Strategieën voor een gezond en veilig schoolklimaat:

- A. Het instellen, uitvoeren en controleren van regelgeving binnen de school
- B. De schoolomgeving zo inrichten dat beweging en gezond eten en drinken gestimuleerd worden
- C. De verkeersomgeving zo veilig mogelijk maken

A. Het instellen, uitvoeren en controleren van regelgeving binnen de school

Primair en voortgezet onderwijs

Met behulp van regelgeving kan een school invloed uitoefenen op het schoolklimaat.

- Er kunnen richtlijnen worden vastgesteld over reclame en sponsors op school. Reclame binnen de school maakt deel uit van een uitgekende en samenhangende mix van marketingtechnieken die bedrijven inzetten om hun producten te verkopen. Zo zien we op school vaak reclameposters van frisdrank- en snacks. Ook hebben scholen contracten waar ze moeilijk vanaf komen met aanbieders om hun producten aan te bieden. Daarnaast sponsoren aanbieders vaak evenementen zoals een sponsorloop.
- Er kunnen regels worden vastgesteld over eetlocaties in de school (bijvoorbeeld: alleen eten in de kantine waardoor er niet tussendoor gesnoept mag worden).

- Er kunnen regels worden vastgesteld over het verlaten van schoolplein tijdens de pauzes (vooral voor het voortgezet onderwijs).

Er zijn geen projecten bekend die hier materialen voor beschikbaar hebben.

B. De schoolomgeving zo inrichten dat bewegen en gezond eten en drinken gestimuleerd worden

Primair en voortgezet onderwijs

- De school kan in overleg treden met de gemeente en het bedrijfsleven om de verkooppunten van snacks in de nabijheid van de school te beperken.
- Naast het beperken van het ongezonde aanbod binnen en buiten de school is het nuttig de gezonde kantine gezellig en uitnodigend in te richten.
De Gezonde Schoolkantine (voortgezet onderwijs) levert een online checklist om te checken hoe gezond en gezellig de schoolkantine is. Ook het stimuleren van watergebruik valt hieronder. Stichting Waterwijs voert het veelbelovende project **Oplaadpunten** uit in het primair en voortgezet onderwijs. Op de oplaadpunten wordt kraanwater gekoeld en tegen een lage prijs aan leerlingen aangeboden.
- De omgeving kan zodanig ingericht worden dat beweging en sport in de vrije tijd op school gestimuleerd wordt (zie paragraaf 4.2 Sport en bewegen).
- Schoolpersoneel en ouders die op school aanwezig zijn, kunnen bewust worden gemaakt van de voorbeeldrol die zij vervullen in gezond gedrag.
De Gezonde Schoolkantine (voortgezet onderwijs) gaat hier verder op in.

C. De verkeersomgeving zo veilig mogelijk maken

Primair onderwijs

Hoewel leerlingen van het voortgezet onderwijs vaak zelfstandig naar school gaan, zien we vooral initiatieven in het primair onderwijs om de verkeersomgeving zo veilig mogelijk te maken en leerlingen leren omgaan met verkeerssituaties.

Om leerlingen en ouders te stimuleren hun kinderen zoveel mogelijk te voet of per fiets naar school te laten gaan, kan de school een aantal maatregelen treffen.

Lopen en fietsen naar school kan worden gestimuleerd door kinderen te begeleiden van en naar school. De principes van de **Walking Schoolbus**, waarbij

kinderen structureel onder begeleiding in groepjes te voet of met de fiets naar school gaan, worden breed ingezet in onder andere de Verenigde Staten en Engeland. Meer informatie over deze aanpak is te vinden via de site van de Centres for Disease Control and Prevention: www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/kidswalk. Informatie over het project dat in Engeland loopt, is te vinden op de site www.walktoschool.org.uk.

Ouders ontmoedigen om hun kinderen met de auto naar school te brengen en af te halen. Het verkeer rond de schoolspits bestaat grotendeels uit ouders. Leerkrachten kunnen dit met de ouders bespreken.

Het plaatsen van klaar-overs in de buurt van de school. Het project **verkeersbrigadiers** is hier een voorbeeld van. Ouders en kinderen vanaf tien jaar volgen een opleiding tot verkeersbrigadier en draaien een rooster om te helpen met oversteken. **KANS** is een programma waarbij een groep ouders, een teamlid en eventueel andere betrokkenen aan het werk gaan om onveilige verkeerssituaties rond school aan te pakken. De oplossingen verschillen per school, afhankelijk van de situatie. Bij het project **Verkeersouders op de basisschool** wordt een ouder verkeerscoördinator. Het verbeteren van de verkeersveiligheid van kinderen, goed verkeersonderwijs en veilige schoolroutes en een verkeersveilige schoolomgeving staan hier centraal.

Andere initiatieven zijn de **Verkeersslang** en **Ingeblikt naar school? Nee, bedankt!** De actiedag 'Op voeten en fietsen naar school' en de Nationale Straatspeldag sluiten hier ook op aan. Meer informatie is te vinden op www.3VO.nl.

Primair en voortgezet onderwijs

Het instellen van voldoende veilige fietsenstallingen, zowel voor leerlingen als voor eventuele ouders die de leerlingen naar school brengen.

Het signaleren van onveilige plekken en overleg voeren met de gemeente om daar iets aan te doen (fietspaden, straatverlichting en dergelijke).

Een veelbelovend initiatief is het project **Tussen school en thuis**. In een aantal stadsdelen van Amsterdam (Slotervaart-Overtoomse Veld, Geuzenveld-Slotermeer) wordt momenteel de verkeersonveiligheid van situaties onderzocht die leerlingen op de route van en naar school tegenkomen. Kinderen, ouders en de school geven aan waar zij rond hun school onveilige verkeerssituaties ondervinden. Er wordt lesmateriaal ontwikkeld met foto's van de onveilige

verkeerssituaties uit de schoolomgeving, zoals aangegeven door de kinderen. Dit kan in het reguliere lesmateriaal geïntegreerd worden. Meer informatie: www.geuzenveld.amsterdam.nl en www.eenveiligamsterdam.nl.

De Regionale Organen voor de Verkeersveiligheid (ROV's) vormen een onafhankelijk overlegplatform van alle overheidsinstellingen en maatschappelijke organisaties die zich inzetten voor de verkeersveiligheid. Iedere provincie heeft een eigen ROV. Scholen kunnen bij de ROV's terecht voor kennis op het gebied van infrastructuur, verkeershandhaving en gedragsbeïnvloeding. Kijk voor het adres van de ROV in uw regio op http://duurzaam.veiligverkeer.com/03_adressen_websites/adres.html.

4.5 Ouder- en buurtparticipatie

De component ouder- en buurtparticipatie is gericht op het bundelen van krachten en het optimaal benutten van middelen en expertise ten behoeve van gezondheidsbevordering van jeugd in hun sociale context. Zowel ouders als de buurt (dit geldt voornamelijk voor het primair onderwijs) en de wijk dienen idealiter betrokken te worden. Dit kan passief (informatie ontvangen) en actief (hulp bij activiteiten). Onder participatie van de buurt wordt het betrekken van buurtbewoners alsook het betrekken van collega-instellingen verstaan.

Ouderparticipatie kan onderverdeeld worden in ouders informeren, ouders betrekken bij de uitvoer van activiteiten en ouders laten meebeslissen over activiteiten.

Bij buurtparticipatie wordt onderscheid gemaakt in het informeren van en het geïnformeerd worden door buurtbewoners en collega-instellingen en het samenwerken met buurtbewoners en collega-instellingen.

Strategieën voor ouderparticipatie:

- A. Ouders informeren
- B. Ouders betrekken bij de uitvoer van activiteiten
- C. Ouders laten meebeslissen over activiteiten

Strategieën voor buurtparticipatie:

- A. Buurtbewoners en collega-instellingen informeren en door hen geïnformeerd worden
- B. Samenwerken met buurtbewoners en collega-instellingen

OUDERPARTICIPATIE

A. Ouders informeren

Primair onderwijs en voortgezet onderwijs

Ouders kunnen op verschillende manieren geïnformeerd worden over de projecten die lopen op de school van hun kind. Bij passief informeren betreft het informeren via een nieuwsbrief, schoolkrant of buurtkrantje of een informatieve ouderavond. Het gaat hier om het consumeren van informatie. Actief informeren betreft niet alleen luisteren, maar ook informatie verwerken, erover nadenken, het eigen standpunten ontdekken en nadenken over hoe men met situaties om kan gaan. Een regelmatige informatievoorziening is van belang.

- **Regelmatige informatievoorziening naar ouders**

De school kan ouders informeren over projecten die lopen op het gebied van voeding, beweging en overgewicht via een nieuwsbrief, de website van de school, stukjes in de schoolkrant of het meegeven van brochures. Daarnaast kan er kort bij zulke projecten worden stilgestaan tijdens oudergesprekken, bijvoorbeeld door dan brochures mee te geven. Voorbeeldbrieven en stukjes voor in de schoolkrant zijn veelal standaard te vinden in de projectmaterialen.

GGD'en kunnen ouders inlichten door wachtkamervoorlichting. Dit is vooral van toepassing voor ouders van leerlingen in het primair onderwijs.

- **Een informatieve ouderavond of koffieochtend, eventueel met inschakeling van een extern deskundige**

Koffieochtenden voor het primair onderwijs en ouderavonden voor zowel het primair als voortgezet onderwijs, zijn goede manieren om ouders te betrekken. De opkomst blijft echter vaak een probleem. Ouderavonden met inzet van een deskundige hebben als voordeel dat de school de invulling aan de deskundige kan overlaten, en zo tijd kan besparen. Een mogelijk nadeel is dat een deskundige een ouderavond geeft die niet precies aansluit bij de activiteiten en projecten die de school op dat gebied organiseert.

Teleac/NOT en het Voedingscentrum hebben een brochure ontwikkeld voor het opzetten van een **ouderavond** die tot doel heeft met ouders te bespreken welke verantwoordelijkheden zij hebben en welke taken de school op zich neemt bij de aanpak van de gezondheidsproblemen bij leerlingen. Voeding en beweging komen aan de orde. De school voert de ouderavond zelf uit.

Het voorkomen van overgewicht bij kinderen door gezond leven en regelmatig bewegen staat centraal in de **ouderavond van de Nederlandse Hartstichting**. De avond, die door een diëtiste gegeven wordt, is voor ouders van kinderen tussen 4 en 12 jaar.

Daarnaast verzorgt de Hartstichting de ouderavond *Vette Verleiders*, waarop ouders meer inzicht krijgen in de verleidende technieken die in de voedingsreclame worden gebruikt. Bovendien informeert deze avond hen over het maken van gezonde en verantwoorde keuzes rond eten en bewegen. Op deze manier hoopt de Hartstichting ouders weerbaarder te maken tegen het 'reclamegeweld', zodat ouders bewustere keuzes kunnen maken.

In diverse projecten verzorgen GGD'en zelf ouderavonden over voeding en beweging. Voorbeelden zijn de projecten **Elke dag bewegen** en **Eten + gymmen = gewicht dimmen!**

In het project **Gezond gewicht, kinderen eerst** wordt voorlichting over voeding en beweging aan ouders gegeven tijdens themabijeenkomsten. Er worden momenteel draaiboeken gemaakt die aan de ouders worden aangeboden. Deze zijn in september 2006 landelijk beschikbaar.

Een voorbeeld van een project voor het voortgezet onderwijs is de cursus **Realfit**. In deze cursus worden ouderavonden georganiseerd voor ouders van kinderen met overgewicht. In het Realfit-handboek staan voorbeelden van agenda's, instrumenten en dergelijke.

- **Een actieve ouderavond**

Tijdens actieve ouderavonden wordt ouders gevraagd niet alleen te luisteren, maar ook actief informatie te verwerken door discussies te voeren, eigen standpunten te ontdekken en na te denken over hoe zij met situaties om kunnen gaan.

- **Uitgebreide oudervoorlichting aansluitend bij de fase van het project**

Ouders die het belang van een gezonde leefstijl niet inzien, zijn niet zo snel geneigd hun kinderen te stimuleren om meer te bewegen of gezonder te eten.

Jump-in heeft een uitgebreide oudervoorlichting opgezet in de verschillende fasen van het project. Allereerst maken ouders kennis met Jump-in en ontdekken zij de veelzijdigheid van sporten en bewegen. In de tweede en derde bijeenkomst gaat het over bewustwording van de voordelen en het belang van bewegen, het beweeggedrag van hun kind en hun invloed op hierop. In fase 4

ondersteunen en stimuleren zij hun kind daadwerkelijk. Hiervoor is een draaiboek beschikbaar.

B. Ouders betrekken bij de uitvoer van activiteiten

Ouders kunnen betrokken worden bij praktische schoolopdrachten die kinderen op school of thuis uitvoeren, zoals sporten, koken of huiswerkopdrachten maken. Ouders kunnen betrokken worden bij een project als vrijwilliger op school. Daarnaast kunnen ouders zij kind individueel helpen, thuis of op een cursus.

Primair onderwijs

Bij het project Lage SES/SchoolGruiten kunnen wijkactiviteiten worden ingezet zoals het **kinderkookcafé**, waarin kinderen gezonde voeding leren bereiden of de **Lekker Fit Party** voor moeders waarin praten over en het proeven van groente en fruit centraal staan.

Door als school mee te doen aan de **Nationale Straatspeeldag** wordt aandacht gevraagd voor de verkeersveiligheidsituatie in de buurt. Ouders kunnen hier een uitvoerende rol in hebben als vrijwilliger. Ook in de **verkeersslang** en de **verkeersbrigadiers** hebben ouders een actieve rol bij de uitvoer van activiteiten. Dit geldt eveneens voor de **Walking Schoolbus**. De principes van de Walking Schoolbus, waarbij kinderen structureel onder begeleiding in groepjes te voet of met de fiets naar school gaan, worden breed ingezet in onder andere de Verenigde Staten en Engeland.

Meer informatie over deze aanpak is te vinden via de site van de Centers for Disease Control and Prevention: www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/kidswalk.

Informatie over het project dat in Engeland loopt is te vinden op de site www.walktoschool.org.uk.

Ook in het project **Ingeblikt naar school? Nee, bedankt!** worden ouders door middel van een folder aangespoord hun kinderen niet met de auto naar school te brengen.

In het project de **Sportieve School** maken leerlingen kennis met sport in lessen op school aangevuld met sportintroductietrainingen bij verschillende verenigingen. Ze kiezen de sport samen met hun ouders. Daarnaast worden ouders betrokken bij het project Sportieve School XL, waarbij kinderen en hun ouders bewust worden gemaakt van het belang van een gezonde leefstijl: gezond

gedrag, voeding, en sport en bewegen.

Kies je kaart is een spelmethode met opdrachtkaarten voor in de klas en thuis. Met behulp van de kaarten kunnen leerlingen invulling geven aan hun eigen 'beweegweek'. Dit moet ertoe leiden dat leerlingen de beweegnorm van dagelijks één uur bewegen halen. De ouders doen ook mee aan het spel.

Ouders zijn aanwezig bij de cursussen van de projecten **Okido** en **SlimKids**. Okido heeft een aanbod voor leerlingen in het algemeen, voor leerlingen met dreigend overgewicht en voor leerlingen met overgewicht en hun ouders. De cursus SlimKids richt zich op kinderen met overgewicht en hun ouders. Zij krijgen advies bij het aanleren van een goed en gezond eet- en beweegpatroon in groepsverband.

Bij het project **Verkeersouders op de basisschool** wordt een ouder verkeerscoördinator. Het verbeteren van de verkeersveiligheid van kinderen, goed verkeersonderwijs, veilige schoolroutes en een verkeersveilige schoolomgeving staan hier centraal.

C. Ouders laten meebeslissen over activiteiten

Primair onderwijs en voortgezet onderwijs

- **Het thema 'overgewicht op school' op de agenda van de Medezeggenschapsraad (MR) en de Ouderraad (OR) zetten**

Aandacht vragen voor de thema's voeding, beweging en overgewicht kan door ze op de agenda van de MR of OR te zetten.

Een voorbeeld van een project voor het voortgezet onderwijs is **De Gezonde Schoolkantine**. De methode Gezonde Schoolkantine bevat een katern voor ouders met weetjes over voeding voor hun kinderen, richtlijnen voor een gezond kantineaanbod en tips over hoe zij via de OR bij kunnen dragen aan een gezonde en veilige schoolkantine. Ook wordt een voorbeeld gegeven van een behoeftepeiling bij ouders door middel van een enquête door de OR.

- **Gezamenlijk met de ouders prioriteiten bepalen ter preventie van overgewicht**
Om draagvlak te creëren is het belangrijk ouders in een vroeg stadium te betrekken bij het kiezen van prioriteiten. Dit kan bijvoorbeeld middels een behoefteonderzoek of een ouderavond. De **schoolSlag-prioriteitenworkshop** is ontwikkeld om draagvlak te creëren en prioriteiten zoveel mogelijk af te stemmen op de wensen van ouders, leerlingen en leerkrachten. Er zijn prioriteitenworkshops

voor het primair onderwijs en voor het voortgezet onderwijs. In het primair onderwijs worden leerlingen apart betrokken in een kringgesprek op basis van de methode Gezonde Start van de GGD Friesland.

- **Het oprichten van een werkgroep van ouders, leerkrachten en leerlingen die zich bezighoudt met plannen en activiteiten op het gebied van gezondheid op school**

Een werkgroep met daarin ouders, leerkrachten en leerlingen vergroot de kans dat de activiteiten die een school kiest goed aansluiten bij de wensen van alle gelederen van de school. Bovendien kunnen zij het draagvlak vergroten via mond-op-mond-reclame. De rol van de werkgroep kan variëren van het meedenken over activiteiten tot het zelf opzetten en uitvoeren van activiteiten.

We zien hier alleen voorbeelden van projecten voor het primair onderwijs.

In het project **Groep 6 on the move** worden ouders betrokken bij het bepalen van de inhoud van het programma. Bij de uitvoering kunnen ook instanties zoals buurtwerk, kinderopvang en sportverenigingen betrokken worden. In een draaiboek wordt achtereenvolgens ingegaan op de theorie achter de Community-Based Interventions, het verloop van de pilot in twee regio's en de opzet van het lesprogramma.

Bij het project **Broodje Oosterpark** worden ouders en kinderen actief betrokken om oplossingen aan te dragen voor een betere voeding. Er wordt gewerkt met een ouderwerkgroep onder leiding van een verpleegkundige. Een ouderwerkgroep heeft een receptenboekje ontwikkeld met lekkere recepten voor het ontbijt en voor gezonde tussendoortjes, en praktische tips voor 'slechte eters'.

Ook de **Groninger Interventie Methodiek** en het project **Wikken en Bewegen** organiseren verschillende activiteiten waarbij ouders en buurt een grote rol in spelen in het bepalen van de interventies.

In het project **KANS** gaan een groep met ouders, een teamlid en eventueel andere betrokkenen aan het werk om de verkeersonveiligheid rond school aan te pakken. De oplossingen verschillen per school, afhankelijk van de situatie.

BUURTPARTICIPATIE

A. Buurtbewoners en collega-instellingen informeren en door hen geïnformeerd worden

Primair en voortgezet onderwijs

- **Uitvoeren van een buurtonderzoek**

Het is zinvol de directe omgeving van de school te betrekken bij de aanpak van overgewicht. Door middel van een buurtonderzoek wordt geïnventariseerd welke problemen mensen in de wijk ervaren en met welke belemmerende en bevorderende factoren men rekening moet houden. Sleutelfiguren hebben vaak zicht op wat er speelt in de wijk. Zijn er projecten in de buurt waarbij de school kan aansluiten? Enkele vragen die beantwoord kunnen worden, zijn: Is overgewicht een veelvoorkomend probleem in de buurt? Zijn er veel mogelijkheden om te bewegen in de buurt, bijvoorbeeld sportveldjes en sportclubs? Hoe is het gesteld met de verkeersveiligheid in de buurt?

- **Informeren van de buurt**

De buurt kan schriftelijk geïnformeerd worden met bijvoorbeeld artikelen in huis-aan-huisbladen of met posters in het gemeenschapshuis of de jongerenkeet. Wanneer de school iets actief wil bespreken, kan dit via bestaande netwerken zoals wijkplatforms. Ook hierbij is het van belang sleutelfiguren te betrekken.

B. Samenwerken met buurtbewoners en collega-instellingen

Primair en voortgezet onderwijs

Het initiatief om overgewicht aan te pakken kan ook bij de buurt of een collega-organisatie liggen die in de buurt opereert. Het is dus altijd wenselijk na te gaan welke projecten er in de buurt lopen en in hoeverre de school hierbij kan aansluiten.

Daarnaast kunnen activiteiten samen met de buurt georganiseerd worden. De **Groninger Interventie Methodiek** is een community-gerichte aanpak waarbij ouders en wijkbewoners de interventies bepalen.

Een andere mogelijkheid is actief doorverwijzen naar collega-instellingen. Het gaat er hierbij om dat GGD'en en scholen actief doorverwijzen naar collega-instelling zoals het sociaal-cultureel werk, sportclubs, sportbonden en het

bedrijfsleven. Hier is bij verschillende projecten ervaring mee opgedaan. Denk hierbij aan **whoZnext**, de **Sportieve School**, **Kies voor Hart en Sport** en **FLASH!** (Kijk voor meer informatie over FLASH! op www.flash123.nl).

Initiatieven zijn te zien in Groningen en Rotterdam. Bij het **Groninger Sportmodel** zien we een intensieve vorm van samenwerking. Gemeentes, Sportorganisaties, sportopleidingen en de GGD werken samen om een integraal aanbod sport en bewegen aan te bieden. Ook bij het project **Elke dag bewegen** zien we hoe de gemeente nauw samenwerkt met regionale organisaties.

Het is aan te raden om met projecten aan te sluiten bij andere organisaties in de buurt. Lessen over beweging op school kunnen worden opgevolgd door lessen bij een sportvereniging. Denk hierbij aan de **Sportieve School** en **Kies voor Hart en Sport** voor het primair onderwijs en aan **whoZnext** in het voortgezet onderwijs.

Koppeling aan wijkactiviteiten zien we in het project **Lage SES/SchoolGruiten**. Onderdeel van de methode SchoolGruiten is het **Kinderkookcafé**, een wijkactiviteit voor kinderen die in een buurthuis geleid wordt door getrainde kookdocenten met ondersteuning van sociaal-cultureel werkers.

Een andere onderdeel is de **Lekker Fit Party**. Moeders praten over en proeven groentes en fruit die ze zelf meenemen. Een diëtiste begeleidt de groep. Daarnaast wordt er samengewerkt met het sociaal cultureel werk.

Gezond gewicht, kinderen eerst is een veelbelovend project waarbij participatie van ouders en kinderen, maar ook de gemeente een grote rol speelt. Het uitgangspunt is dat er zoveel mogelijk wordt aangesloten bij bestaande materialen en activiteiten, zoals opvoedingsondersteuning en een lotgenotengroep voor vrouwen die borstvoeding geven.

4.6 Psychologische en sociaal-emotionele ondersteuning en begeleiding

De component psychologische en sociaal-emotionele ondersteuning en begeleiding is gericht op het voorkomen en vroegtijdig aanpakken van problemen en het stimuleren van een gezonde ontwikkeling. Binnen het thema overgewicht betreft dit doorverwijzen naar de jeugdgezondheidszorg bij een vermoeden van overgewicht, het vroegtijdig signaleren van problemen die mogelijk samenhangen met overgewicht zoals eenzaamheid, pesten, ziekteverzuim en dergelijke en het stimuleren van een positief zelfbeeld van 'dikke kinderen'.

Er wordt onderscheid gemaakt tussen het uniform signaleren, doorverwijzen en ondersteunen en begeleiden van kinderen en jongeren met overgewicht.

Deze component sluit nauw aan bij en vertoont overlap met de component zorgaanbod.

Strategieën voor psychologische en sociaal-emotionele ondersteuning en begeleiding:

- A. Uniforme signalering door de Jeugdgezondheidszorg**
- B. Doorverwijzen naar de Jeugdgezondheidszorg**
- C. Ondersteuning en begeleiding van kinderen op school**

Primair en voortgezet onderwijs

A. Uniforme signalering door de Jeugdgezondheidszorg

In Nederland kan de Jeugdgezondheidszorg bij primaire en secundaire preventie van overgewicht een cruciale rol spelen. Signalering, monitoring, voorlichting en advies over groei en ontwikkeling vallen onder het Basis Taken Pakket Jeugdgezondheidszorg. Het VU Medisch Centrum heeft in opdracht van het ministerie van VWS een uniform signaleringsprotocol Overgewicht in de Jeugdgezondheidszorg opgesteld. Het protocol is gericht op het vroegtijdig signaleren en begeleiden van kinderen met overgewicht. Het is te downloaden via het platform jeugdgezondheidszorg (www.platformjgz.nl).

Het is van belang aandacht te hebben voor mogelijke sociaal-emotionele en psychische gevolgen bij kinderen of jongeren met (beginnend) overgewicht. GGD'en besteden hier vooral aandacht aan in de PGO's.

B. Doorverwijzen naar de Jeugdgezondheidszorg

Scholen kunnen een bijdrage leveren door ouders en kinderen bij een vermoeden van (beginnend) overgewicht door te verwijzen naar de Jeugdgezondheidszorg.

C. Ondersteuning en begeleiding van kinderen op school

Scholen kunnen kinderen met overgewicht begeleiden bij het omgaan met problemen die daarmee samen kunnen hangen zoals eenzaamheid, pesten en ziekte-

verzuim. Daarnaast kunnen zij kinderen ondersteunen in het aanpakken van de leefstijlfactoren die hierop van invloed zijn, te weten gezonder eten en voldoende bewegen. Enkele voorbeelden:

- Ouders betrekken bij de bewustmaken van het belang van een gezond gewicht, voeding en beweging
- Leerkrachten te informeren en/of trainen in het omgaan met psychische en sociaal-emotionele problemen waar kinderen met overgewicht mogelijk mee kampen
- Bekend en makkelijk toegankelijk maken van een vertrouwenspersoon binnen de school
- Begeleiding van de klas of in groepjes tijdens de mentorlessen
- Begeleiding van kinderen met overgewicht door te werken aan een positief zelfbeeld (leerlingbegeleiders, schoolmaatschappelijk werk)

Tijdens de workshops van **Kids in Balance** wordt aandacht besteed aan het leren omgaan met je eigen uiterlijk en het ontwikkelen van een gevoel van innerlijk welbevinden. Kinderen ervaren hoe het voelt om fit te zijn en dat dit een gevoel van zelfvertrouwen geeft.

Het Schotse pakket **Growing Through Adolescence** is een bewezen effectief integraal pakket overgewicht dat zich niet alleen richt op voeding en beweging maar ook op eigenwaarde, het lichaamsbeeld en de rol van de media. Meer informatie over de methode is te vinden op de site van Health Scotland, www.hebs.com/learningcentre/trainers/gta.cfm.

4.7 Zorgaanbod

De component zorgaanbod is gericht op het voorkómen, vroegtijdig signaleren en doorverwijzen en behandelen van gezondheidsproblemen en ongevallen. Het bieden van adequate ketenzorg is hierbij van belang. Bij overgewicht gaat het om het voorkómen van overgewicht, het vroegtijdig signaleren van overgewicht en het doorverwijzen naar organisaties die begeleiding kunnen bieden bij de behandeling van overgewicht.

Bij het component zorgaanbod maken we onderscheid tussen het signaleren van overgewichtstrends bij de jeugd in de regio, het begeleiden van kinderen en jongeren met overgewicht en het doorverwijzen naar specialistische zorg.

Strategieën voor zorgaanbod:

- A. Signaleren van overgewicht(trends) bij de jeugd in de regio
- B. Begeleiding van kinderen en jongeren met overgewicht
- C. Doorverwijzen naar specialistische zorg voor kinderen met overgewicht

A. De Jeugdgezondheidszorg signaleert overgewichtstrends bij de jeugd in de regio

Primair en voortgezet onderwijs

Het overbruggingsplan overgewicht (Bulk-Bunschoten et al., 2005) gaat uit van een uniforme wijze om kinderen met overgewicht vroegtijdig te signaleren en begeleiden. Het protocol is te downloaden via de website van het Platform Jeugdgezondheidszorg (www.platformjgz.nl). Overgewichtstrends kunnen gesignaleerd worden op basis van gedragsvragenlijsten die de GGD periodiek uitzet. Voorbeelden zijn EMOVO (www.emovo.nl) en de Gezondheids Beïnvloedend Gedrag (GBG)vragenlijsten (Bruil, 2004).

B. Begeleiding van kinderen en jongeren met overgewicht

Primair en voortgezet onderwijs

De jeugdgezondheidszorg signaleert op individueel niveau en begeleidt de jeugd met overgewicht.

Hiervoor wordt verwezen naar het overbruggingsplan overgewicht (Bulk-Bunschoten et al., 2005). Het biedt medewerkers uit de Jeugdgezondheidszorg richtlijnen om overgewicht te signaleren en begeleiden. Het overbruggingsplan is te downloaden via de website van het Platform Jeugdgezondheidszorg (www.platformjgz.nl).

In het project **Kids for fit** (primair onderwijs) wordt tijdens de Preventieve Geneeskundige Onderzoeken gebruikgemaakt van een beweeg- en eetdagboek, waarmee kinderen hun eigen gedrag kunnen bijhouden.

• **Individuele casuïstiekbespreking in het zorgteam**

Voor een optimale begeleiding van kinderen en jongeren met overgewicht moeten de verschillende betrokken partijen van elkaars activiteiten op de hoogte zijn. Het zorgteam komt regelmatig bij elkaar om leerlingen die extra hulp nodig

hebben te bespreken. Het zorgteam fungeert als een aanvulling op het werk van mentoren en als schakel naar hulpverlening buiten de school. Zorgteams bestaan uit medewerkers van de school (counsellor, zorgcoördinator, schoolmaatschappelijk werk) en ondersteunende organisaties zoals een jeugdarts/jeugdverpleegkundige van de Jeugdgezondheidszorg, Bureau Jeugdzorg en Bureau Leerplichtzaken.

- **Goede communicatie met ouders/verzorgers over de begeleiding van leerlingen met problemen ten gevolge van overgewicht**

Kinderen en jongeren met overgewicht zijn vaak kwetsbaarder omdat zij een minder positief zelfbeeld hebben. Communicatie met de ouders hierover is van belang. Dit kan goed door het aanbieden van regelmatige contactmomenten en één vast aanspreekpunt voor de ouders. Dit kan de groepsleerkracht of mentor zijn, maar ook degene die de begeleiding van het kind of de jongere op zich neemt. Deze persoon kan hier afspraken over maken met de ouders of verzorgers.

C. De Jeugdgezondheidszorg verwijst actief door

Primair en voortgezet onderwijs

De Jeugdgezondheidszorg heeft een signaleringsfunctie voor kinderen en jongeren met overgewicht. Een goede sociale kaart waarop de mogelijkheden staan voor laagdrempelige en specialistische behandeling is van belang. De Jeugdgezondheidszorg moet dus nauw op de hoogte zijn van het aanbod van diëtistes, gespecialiseerde artsen, organisaties die cursussen aanbieden voor kinderen en jongeren met overgewicht, bureau jeugdzorg en dergelijke. Ook hier wordt weer verwezen naar het Overbruggingsplan Overgewicht (www.platformjgz.nl).

Bij het project **Wikken en Bewegen** wordt actief doorverwezen naar zorgaanbieders. Hierbij wordt gewerkt met protocollen, anamneselijsten en verwijfsdiagrammen.

- **Motorische Remedial Teaching**

Scholen met veel kinderen met een motorische achterstand kunnen een Remedial Teacher inschakelen. Motorische Remedial Teaching (MRT) is een vorm van hulpverlening aan leerlingen met een specifieke motorische hulpvraag. Ook sociaal-emotionele en cognitieve factoren kunnen hierbij een rol spelen. Over het algemeen wordt de hulp uitgevoerd onder schooltijd door een vakleerkracht bewegingsonderwijs die geschoold is op dit terrein. De hulp wordt gedurende

een bepaalde tijdsperiode doelgericht gegeven met behulp van handelingsplannen. Het doel hiervan is om het kind beter te laten functioneren binnen de reguliere lessen bewegingsonderwijs (bron: www.fontys.nl/sporthogeschool).

Kinderen met een motorische achterstand kunnen of durven niet altijd te lid worden van een sportvereniging. Een aangepast sportaanbod voor deze groep is van belang om hen plezier in beweging en zelfvertrouwen te laten ontwikkelen.

ClubExtra richt zich op kinderen die door een motorische achterstand (nog) niet in staat zijn om deel te nemen aan het sportaanbod van reguliere sportverenigingen. Kinderen krijgen onder begeleiding van een deskundige veel individuele aandacht en er wordt aangesloten bij de mogelijkheden van het kind. Na deelname aan Club Extra hebben kinderen meer kans om aansluiting te vinden bij leeftijdgenoten op een 'gewone' sportvereniging.

- **Cursussen voor kinderen/tieners met (beginnend) overgewicht of een achterstand in motorische ontwikkeling**

Primair onderwijs

De thuiszorg biedt vaak cursussen aan voor kinderen en jongeren met (beginnend) overgewicht. Hierbij krijgen zij extra begeleiding in gezond eten en voldoende bewegen. Doorverwijzing naar deze cursussen is ook hier evident.

In het project **Okido** biedt de thuiszorg een cursus voor kinderen met overgewicht en hun ouder(s). De cursus bestaat uit negen bijeenkomsten en maakt gebruik van een draaiboek, in de vorm van een map.

SlimKids is een cursus voor kinderen met overgewicht en hun ouders, waarin zij een gezond eet- en beweegpatroon aanleren.

Ook bij het project **Gezond gewicht, kinderen eerst** wordt een cursus ontwikkeld voor kinderen met overgewicht. Hier zit een beweegprogramma bij. De cursus komt half 2006 beschikbaar.

Leerkrachten kunnen een specialisatieworkshop volgen waarin de nadruk ligt op het begeleiden van risicokinderen met behulp van de methode **De klas beweegt!**

Voortgezet onderwijs

Voor het voortgezet onderwijs zien we het initiatief **RealFit**. Dit is een cursus voor jongeren met overgewicht om een gezond eet- en beweegpatroon aan te leren. In de RealFit-cursus wordt ook een aantal ouderbijeenkomsten ingebouwd. De participatie van de ouders is dan ook belangrijk.

Primair en voortgezet onderwijs

Tijdens verschillende georganiseerde zomervakanties werken kinderen en jongeren met overgewicht aan een gezondere leefstijl en een positief zelfbeeld. Voorbeelden zijn het Dikke Vrienden Zomerkamp voor kinderen van 10 tot 13 jaar en het Victory Camp voor jongens en meisjes van 11 tot 17 jaar. Verschillende zorgverzekeraars bieden een tegemoetkoming in de kosten. Meer informatie over het Dikke Vrienden Zomerkamp en Victory Camp staat respectievelijk op www.gezond-gewicht.nl en www.victoryforlife.nl.

4.8 Gezondheidsbevordering op de werkplek

De component gezondheidsbevordering op de werkplek is gericht op de sociale, fysieke en mentale gezondheid van schoolpersoneel. Gezondheidsbevordering op de werkplek is gericht op het bevorderen van gezondheid en welzijn van onderwijsmedewerkers die tevens een voorbeeldfunctie voor leerlingen vervullen. Bij overgewicht gaat het om het bevorderen van voldoende beweging en een gezond voedingspatroon voor medewerkers.

Bij gezondheidsbevordering op de werkplek gaat het erom dat op systematische wijze aandacht besteed wordt aan gezondheid. NIGZ-Werk & Gezondheid heeft een stappenplan ontwikkeld voor het opzetten van gezondheidsprogramma's in bedrijven dat vergelijkbaar is met het schoolSlag-stappenplan (zie paragraaf 2.3). Het voordeel van deze systematische manier van werken is dat er voldoende draagvlak is voor gedragsverandering, dat de keuze voor activiteiten niet ad hoc wordt genomen maar getoetst wordt aan wensen en verwachtingen en dat aandacht voor gezondheid geborgd wordt binnen de organisatie. Meer informatie staat op www.gezondheidsmanagement.nl.

Binnen het stappenplan kan een aantal thema's worden onderscheiden gericht op het bevorderen van de gezondheid van het onderwijzend en ondersteunend personeel.

Strategieën voor gezondheidsbevordering op de werkplek

- A. Schoolpersoneel bewustmaken van het belang van gezonde voeding en actief bewegen
- B. De gezondheid van werknemers in kaart brengen
- C. Een gezonde leefstijl op het werk stimuleren

A. Schoolpersoneel bewustmaken van het belang van gezonde voeding en actief bewegen

Primair en voortgezet onderwijs

Kennis over gezonde voeding en beweging is een van de eerste stappen om bewustwording te realiseren. Organiseer bijvoorbeeld een voorlichting(savond) over gezond gewicht en lekker en gezond koken. De school kan werknemers de keus bieden uit informatiemateriaal over gezonde voeding en voldoende bewegen. Voor een overzicht van brochures wordt verwezen naar bijlage B.

Daarnaast kunnen verschillende plekken in de school gebruikt worden als de plek voor voorlichting middels posters, folders of een informatiewand. Denk hierbij aan de kantine, de lerarenkamer, het trappenhuis enzovoorts.

Het VU Medisch Centrum onderzoekt welke invloed het project FoodSteps (looptijd tot eind 2005) op de werkplek heeft op de gezondheid van medewerkers van een bedrijf. De omgeving wordt zo stimulerend mogelijk ingericht door aanpassingen gericht op voeding en beweging. Zo zijn er boodschappen opgehangen op relevante plekken ('Wist u dat u met traplopen vijf keer zoveel calorieën verbrandt als met de lift?'), zijn trappenhuizen aantrekkelijker gemaakt met gedichten over sport en motiverende teksten en feiten over lichaamsbeweging, en zijn pasjessystemen gekoppeld aan poortjes in het trappenhuis om bij te houden wie met de trap gaat en hoeveel trappen hij heeft gelopen. De kantine is voorzien van maandelijks wisselende teksten zoals 'Voor het verbranden van één kroket moet u 38 minuten wandelen'. De calorische waarden van het eten in de kantine worden vermeld. Meer informatie: www.foodsteps.nl.

Door het gebruik van de methode **De klas beweegt!** ervaren leerkrachten ook hoe zij beter kunnen omgaan met hun eigen spanning. Daarnaast kunnen leerkrachten een verdiepiingsworkshop volgen waarin onder andere de volgende onderwerpen aan bod komen: individuele spanningsbogen, zelfzorg en werkstress, RSI-preventie, preventie van ziekteverzuim en stimulering van reïntegratie.

B. De gezondheid van werknemers in kaart brengen

Primair en voortgezet onderwijs

De gezondheid van werknemers kan in kaart worden gebracht met behulp van een leefstijlonderzoek, maar ook verzuimcijfers en medewerkerstevredenheidsonderzoeken geven hier een indicatie voor. Leefstijl- en gezondheidstesten geven ook een indicatie van de gezondheid van het personeel.

Een school kan haar werknemers stimuleren om deel te nemen aan leefstijltesten. Enkele voorbeelden zijn de websites www.nationalegezondheidstest.nl, www.gezondlevencheck.nl en www.jeechteleeftijd.nl. Deze sites geven een advies op maat over de wijze waarop iemand zijn of haar gedrag aan kan passen.

Onder het personeel kan ook de behoefte worden gepeild ten aanzien van leefstijlactiviteiten op het werk. Deze behoeftepeiling kan door middel van een korte vragenlijst worden uitgevoerd, bijvoorbeeld na afloop van een voorlichtingsbijeenkomst.

Geadviseerd wordt om de meer subjectieve belevings- en behoeftevragen te combineren met resultaten van bijvoorbeeld een fittest. Op basis van de gegevens kan een plan gemaakt worden voor activiteiten. Het is verstandig om dit plan op te stellen met een aantal mensen binnen de organisatie (directie, onderwijzend personeel, ondersteunend personeel, medezeggenschap). Probeer zoveel mogelijk aan te sluiten bij bestaande overlegvormen en lopende activiteiten. Een enthousiaste trekker voor gezondheidsmanagement is van groot belang voor de voortgang van het proces.

Aanvullend kan een overzicht gemaakt worden van de kosten van bijvoorbeeld verzuim en de opbrengsten die gehaald worden als geïnventariseerd wordt in gezondheid. De besparing op de kosten creëert ruimte voor het uitvoeren van de gezondheidsbevorderende plannen.

C. Een gezonde leefstijl op het werk stimuleren

Primair en voortgezet onderwijs

Een gezonde leefstijl kan worden gestimuleerd door een combinatie van voedingsadviezen en meer bewegen. Het onderdeel voeding komt aan de orde bij de component voedingsbeleid. Ten aanzien van bewegen is een aantal activiteiten actueel:

Bewegen wordt gestimuleerd door de projecten **Fiets naar je werk** (www.fietsnaarjewerk.nl) en **Lunchwandelen** (www.lunchwandelen.nl). Door vergoedingen voor het openbaar vervoer en de fiets te bieden, wordt fietsgebruik extra aantrekkelijk.

Een dagje meer, een dagje minder. Het Voedingscentrum en NIGZ-Werk & Gezondheid hebben het concept **Balansdag** ontwikkeld. Hierbij staat het denken in termen van energiebalans centraal. Om op gewicht te blijven, is het raadzaam een dag van energie af te wisselen met een energie-arme compensatiedag. Bewustwording staat centraal in combinatie met het onder de loep nemen van het kantineaanbod. Meer informatie staat op de sites www.gezondheidsmanagement.nl en www.voedingscentrum.nl.

In het project **Beter bewegen** krijgen werknemers met een zittend beroep een beweegadvies op maat op basis van een fittest. Na dit advies wordt hun beweegpatroon (waaronder autogebruik) gevolgd. Neem voor meer informatie contact op met NIGZ-Werk & Gezondheid of kijk op de site www.gezondheidsmanagement.nl.

Er kunnen **beweegprogramma's** worden aangeboden via de werkplek, zoals sportlessen na schooltijd in de gymzaal. Een duurder optie is het inrichten van een fitnessruimte voor schoolpersoneel.

Daarnaast kunnen activiteiten worden georganiseerd op **personeelsdagen** in het kader van lichaamsbeweging en gezonder eten. Denk hierbij aan:

- Workshops over bijvoorbeeld lekkere lunchideeën, koken met minder vet of favoriete feesthapjes
- Proeverij om te ervaren dat gezond eten niet minder smakelijk hoeft te zijn
- Ondersteuning bij afvallen
- Jaarlijkse gezondheidsweken voor personeel

Ten aanzien van een gezond kantineaanbod kan gebruik worden gemaakt van de Gezonde Schoolkantine, waarbij tweederde van het kantineaanbod gezond is.

5 Integrale aanpak van overgewicht op school: een toepassing

In dit hoofdstuk werken we een voorbeeld uit van hoe een GGD een integraal pakket overgewicht kan samenstellen en uitvoeren. Aan de hand van het voorbeeld wordt zichtbaar hoe verschillende onderdelen uit de Toolkit Overgewicht op scholen ingezet kunnen worden.

De GGD wil het Gezonde School Model als uitgangspunt nemen om overgewicht integraal aan te pakken in de eigen regio. Het streven is een integrale meerjarige aanpak van overgewicht, grotendeels gebaseerd op reeds bestaande materialen. Daarnaast ondersteunt de GGD scholen om effectieve elementen van het project op te nemen in het schoolplan.

Er wordt gewerkt volgens het schoolSlag-stappenplan (Leurs et al, 2005).

Stap 1: bepaling van de zorgbehoefte

Stap 2: bepaling van prioriteiten

Stap 3: bepaling van activiteiten en strategieën

Stap 4: opstellen van een gezondheidsplan

Stap 5: uitvoering van het gezondheidsplan

Stap 6: evaluatie en opname in het schoolbeleid

Uit de laatste resultaten van de Preventief Geneeskundige Onderzoeken van de Jeugdgezondheidszorg blijkt dat overgewicht in de regio een groeiend probleem is. Aanleiding voor de gemeente om aandacht voor voeding en beweging en de aanpak en preventie van overgewicht als speerpunten in haar beleidsplannen voor de komende vier jaar op te nemen. Als onderdeel van de **schoolSlag-prioriteitenworkshop** neemt de GGD de Quick Scan zorg en preventie af op de school om de zorgbehoefte in kaart te brengen. Hieruit blijkt dat ook het schoolpersoneel prioriteit stelt bij het aanpakken van gezonde voeding en beweging. Vervolgens wordt de workshop op vijf scholen uitgevoerd door een medewerker van de GGD om de prioriteiten te bepalen. Aan leerlingen, ouders en medewerkers wordt gevraagd welke prioriteiten zij zien binnen hun school. Voeding en beweging behoren tot de belangrijkste thema's. Na de workshop is er draagvlak ontstaan om hier gezamenlijk iets aan te doen.

De GGD adviseert de school bij het bepalen van activiteiten en strategieën om het thema verder uit te werken. De school kiest een aantal strategieën, methoden en activiteiten. Een brede aanpak is het uitgangspunt. Vervolgens legt de school in een schoolplan vast welke activiteiten zij wil (laten) uitvoeren. De

aanpak is schoolbreed en de activiteiten worden verspreid over het schooljaar. De intern begeleider is eventueel samen met een bouwcoördinator van de school verantwoordelijk voor het project. De directeur regelt de randvoorwaarden voor uitvoering van de activiteiten.

Het team wordt tijdens teamoverleggen regelmatig ingelicht over de vorderingen van het project. De GGD bekijkt samen met de school hoe de componenten van het Gezonde School Model ingevuld kunnen worden.

De Toolkit Overgewicht dient hierbij als naslagwerk.

Voedingsbeleid en ouderparticipatie

Als start aan het begin van het schooljaar wordt deelgenomen aan het **Nationaal Schoolontbijt**, waar kinderen gezamenlijk gezond ontbijten op school en werkstukken maken over allerlei aspecten rond gezond ontbijten. Hiermee wil de school het belang van een goed ontbijt benadrukken. Achteraf krijgen de kinderen de folders **Gezond eten, Gezond Bewegen met kinderen van 4-8 jaar** en **Gezond eten, Gezond bewegen met kinderen van 9-12 jaar** van het Voedingscentrum, en een ouderbrief over het aangepaste traktatie- en overblijfbeleid.

De school stelt samen met de GGD en in overleg met de ouderraad een traktatiebeleid, het tien-uurtjesbeleid en overblijfbeleid vast. De **Traktatieposter** en andere tips op de **site van het Voedingscentrum** vormen het uitgangspunt voor de gezonde traktaties. De poster wordt dan ook in de klassen en overblijfruimtes opgehangen. Reclameposters van ongezonde tussendoortjes zoals frisdranken en snacks wordt niet meer op school opgehangen. Leerkrachten geven het goede voorbeeld door gezonde voedingsmiddelen te eten en drinken op school, fruit en brood aan te bieden in plaats van koeken, en vruchtensap of water aan te bieden in plaats van frisdrank. Het aangepaste beleid wordt aan het begin van het schooljaar naar ouders gecommuniceerd door middel van een ouderbrief en teksten in de schoolkrant. Daarnaast worden ouders ingelicht tijdens een **ouderavond** waarvoor een diëtiste van de GGD, een thuiszorgorganisatie, de Hartstichting of het Voedingscentrum wordt ingeschakeld. Aan het eind van de avond worden de folders **Gezond eten, Gezond Bewegen met kinderen van 4-8 jaar** en **Gezond eten, Gezond bewegen met kinderen van 9-12 jaar** van het Voedingscentrum uitgereikt.

Ter aanvulling zet de GGD een special op zijn website voor ouders over gezonde voeding, beweging en de preventie van overgewicht. Aangezien het thema van de regionale Gezondheidswijzer de eerste twee maanden van het nieuwe

schooljaar eveneens overgewicht bij de jeugd is, verwijzen beide actief naar elkaar door bij vragen. Scholen die deelnemen aan het project verwijzen actief door naar de site van de GGD voor meer informatie en zetten een stukje over het project op hun eigen site. Daarnaast levert de GGD een stukje voor de schoolkrant. De GGD schrijft hier de stukken voor.

Gezondheidseducatie en sport en bewegen

De GGD biedt in haar leskist voeding een aantal methoden: **Voeding, De Beste Basis!** voor de onderbouw, **SchoolGruiten** voor de middenbouw en de Teleac/NOT lessenserie **Vetlekker** voor de bovenbouw.

In de leskist beweging zijn de volgende methoden opgenomen: **De klas beweegt!** voor de onderbouw en **Kies voor Hart en Sport** voor de bovenbouw.

Daarnaast bevatten de leskisten achtergrondinformatie, schoolkrantartikelen, boeken, educatieve spellen en dergelijke die ter aanvulling en naar eigen inzicht van de school ingezet kunnen worden.

Bij de methode Kies voor Hart en Sport wordt samengewerkt met de Regionale Sportservice en het sociaal cultureel werk. Het sociaal cultureel werk zet het project uit en werkt hierbij nauw samen met de sportverenigingen in de regio. De gemeente koopt het aanbod voor Kies voor Hart en Sport in en financiert twee gratis proefsportlessen.

Er wordt gezamenlijk met scholen en de Jeugdgezondheidszorg gekeken of er behoefte is aan de cursus **Club Extra** voor kinderen met een motorische achterstand.

Gezond en veilig schoolklimaat

De school vraagt een stagiaire om het spelmateriaal op de speelplaats te inventariseren. Waar nodig wordt een aantal materialen vervangen.

Psychologische en sociaal-emotionele ondersteuning/ begeleiding en zorgaanbod

De jeugdartsen en verpleegkundigen besteden in de Preventieve Geneeskundige Onderzoeken in groep 2 en 8 aandacht aan overgewicht. Ouders van leerlingen

die meer dan het gemiddelde gewicht van een 5-jarige respectievelijk 11-jarige hebben, krijgen een **adviesgesprek** en de door de GGD ontwikkelde folder **Gezond Gewicht** uitgereikt. Daarnaast wordt een **beweeg- en eetdagboek** uitgereikt en besproken. Na een maand volgt er indien nodig een tweede adviesgesprek. Na een half jaar volgt een derde adviesgesprek, waarbij het kind weer gewogen wordt. Artsen en verpleegkundigen verwijzen actief door naar cursussen voor kinderen met overgewicht, sportverenigingen in de regio of projecten op de scholen.

De begeleiding is gebaseerd op de aanpak van het project **Kids for fit** van de GGD Gooi en Vechtstreek.

Gezondheidsbevordering op de werkplek

Het schoolpersoneel krijgt de folder **Maak je niet dik!** van het Voedingscentrum uitgedeeld.

Daarnaast worden zij gewezen op de **digitale beweegwijzer** van FLASH! met de vraag om die in te vullen. Meer informatie: www.flash123.nl.

6 Conclusie

In dit hoofdstuk gaan we na in hoeverre het Gezonde School Model geschikt is als theoretisch kader van de Toolkit Overgewicht en op de wenselijkheid voor de ontwikkeling van een integraal preventieprogramma overgewicht voor het onderwijs.

6.1 Gezonde School Model: discussie en aanbevelingen

Het Gezonde School Model biedt als theoretisch kader een bruikbare systematiek om praktische strategieën rond de preventie van overgewicht op school onder te brengen en te ordenen. Het model gaat uit van het belang om de verschillende doelgroepen (zoals leerlingen, ouders en schoolpersoneel) te betrekken en maakt de rol van andere organisaties in de buurt zichtbaar.

De twee belangrijkste determinanten van overgewicht, voeding en beweging, zijn in het model opgenomen in de componenten voedingsbeleid en sport en beweging. De zes overige componenten, gezondheidseducatie, een gezond en veilig schoolklimaat, ouder- en buurtparticipatie, psychologische en sociaal-emotionele ondersteuning en begeleiding, het zorgaanbod en gezondheidsbevordering op de werkplek dragen bij om de keuze voor een gezonde leefstijl te vergemakkelijken.

Het Gezonde School Model richt zich primair op de school, maar beperkt zich daar niet toe. Het belang van het benaderen van andere settings zoals de werkplek, de buurt en zorg wordt inzichtelijk door de componenten van het model. Zo kan de werkplek enerzijds worden ingezet om de gezondheid van personeel te bevorderen, maar anderzijds heeft het schoolpersoneel met haar voorbeeldfunctie voor leerlingen ook invloed op het gedrag van de leerlingen.

Ook wordt samenwerking met andere partnerorganisaties en het belang van facetbeleid door gemeenten zichtbaar. Zo blijkt uit het model dat een verkeersveilige buurt om beweging te stimuleren invloed heeft op overgewicht bij de jeugd.

De overlap tussen de componenten van het Gezonde School Model maakt het soms ingewikkeld om onderdelen van een project aan een component toe te voegen. Het benadrukt echter ook de samenhang en complexiteit van een integrale aanpak van gezondheid op school.

Hoewel het Gezonde School Model het mogelijk maakt een koppeling te maken met interventies in andere settings, legt het ook een beperking op. Zo wordt de doelgroep kinderen van nul tot vier jaar niet meegenomen. Interventies die geheel los van de school in de wijk worden uitgevoerd, bijvoorbeeld in het kader van sociaal cultureel werk, worden evenmin meegenomen.

Vervolgonderzoek wordt aanbevolen. Hierin moet inzichtelijk worden gemaakt welke interventies er zijn voor de setting wijk en de voorschoolse situatie. Ook dit dient te gebeuren aan de hand van een integraal model.

6.2 Effectieve aanpak: discussie en aanbevelingen

Bij het inventariseren is gebleken dat er te weinig gezegd kan worden over de effectiviteit en kwaliteit van interventies. Hoewel soms wel procesevaluaties worden uitgevoerd, zijn er vrijwel geen effectevaluaties bekend. Dit maakt het enerzijds moeilijk hier uitspraken over te doen. Anderzijds is het niet wenselijk of realiseerbaar dat bij ieder regionaal project, hoe groot of klein ook opgezet, een effectonderzoek wordt uitgevoerd. We zien vaak overlap in de projecten. We zien uiteenlopende ontbijtprojecten. Een deel daarvan is niet opgenomen, omdat er geen materialen beschikbaar was voor andere regio's. Deze projecten, die vaak op basis van gezond verstand worden uitgevoerd door gebrek aan een effectieve methode, zijn lang niet altijd planmatig opgezet.

De schoolSlag-checklist die het NIGZ toepast op een groeiend aantal landelijke interventies geeft zicht op de mate van effectiviteit en kwaliteit van een programma. De checklist benadert kwaliteit breder dan alleen in de zin van effectiviteit. Het instrument omvat ook criteria die door het onderwijsveld als belangrijk worden ervaren, zoals aansluiting bij de klas, kosten, aandacht voor diversiteit, en participatie. Kwaliteit heeft hiermee ook invloed op de implementeerbaarheid van het project. Projecten die moeilijk te implementeren zijn, worden minder goed uitgevoerd waardoor de kans kleiner is dat ze het beoogde effect bereiken. Effectiviteit blijkt niet de enige voorwaarde voor een goed programma.

We bevelen aan dat er de komende jaren gewerkt wordt aan de ontwikkeling van een effectief, integraal en landelijk beschikbaar programma voor de preventie van overgewicht in het onderwijs. Eén effectief integraal pakket kan een aantal versnipperde projecten waarvan geen effectiviteit bekend is vervangen. Uit deze inventarisatie lijkt de component psychologische en sociaal-emotionele begeleiding en ondersteuning onderbelicht te zijn bij de preventie van

overgewicht. Deels is dit schijn, want in de individuele Preventieve Geneeskundige Onderzoeken en cursussen wordt wel stilgestaan bij sociaal-emotionele en psychologische begeleiding van de jeugd. Maar vaak zijn hiervoor geen materialen beschikbaar.

Vooraf het enorme aanbod aan lesmethoden richt zich op voeding en bewegen en daaraan gerelateerde onderwerpen. Leerkrachten kunnen zelf stilstaan bij de sociale context waarbinnen zij het thema overgewicht behandelen. Hiervoor worden echter geen handvatten geboden. Het project Kids in Balance lijkt de enige methodiek die zich hierin onderscheidt, door aandacht te besteden aan zelfbeeld. De Schotse methode Growing Through Adolescence besteedt hier ook aandacht aan. Een integraal pakket kan deels dienen als vervanging en deels als aanvulling op regionaal ontwikkelde interventies voor de preventie van overgewicht in het onderwijs.

Aangezien de ontwikkeling van een integraal pakket overgewicht meerdere jaren in beslag zal nemen, kan de Toolkit Overgewicht tot die tijd dienen als leidraad bij het zoeken naar aanbod dat door andere professionals ontwikkeld is. Bovendien biedt de Toolkit ideeën om met overgewicht aan de slag te gaan. Het wordt gemakkelijker om bij andere regionale organisaties aan te kloppen voor informatie of materialen voor een project. Iedere aanbieder die in de Toolkit is opgenomen, is bereid nadere informatie te geven. De Toolkit Overgewicht en alle losse onderdelen daaruit zijn te downloaden van de website www.gezondeschool.nl. Het digitale overzicht zal jaarlijks geactualiseerd worden in samenwerking met alle aanbieders.

Referenties

Arenz, S., Ruckerl, R., Koletzko, B. & Von Kries, R. (2004). Breastfeeding and childhood obesity – a systematic review. *International Journal of Obesity and Related Metabolic Disorders*, 28 (10), 1247-1256.

Bemelmans, W.J.E., Wendel-Vos, G.C.W., Bos, G., Schuit, A.J. & Thijhuis, M.A.R. (2004). *Interventies ter preventie van overgewicht in de wijk, op school, op het werk en in de zorg. Een verkennende studie naar de effecten*. Bilthoven: RIVM.

Bessems, K., Buijs, G. & Leurs, M. (2004). *Kwaliteit onderwijsprojecten bepaald. Een toepassing van de schoolSlag-checklist 1.2*. Woerden: NIGZ.

Bessems, K. (red.) (2005). *schoolSlag aanbod landelijk*. Woerden: NIGZ.

Boot, N.M.W.M., Leurs, M.T.W., Peters, L.W.H., Keijsers, J.F.E.M., Schaalma, H.P. & De Vries, N.K. (2005). Evaluatie van de schoolSlag-checklist op het beoordelen van de kwaliteit van schoolse interventies. *Tijdschrift voor gezondheidswetenschappen*, 83 (7), 405-411.

Bruil, J., Dijkstra, N.S., Duinstra, U., Jacobusse, G.W., Wijngaarden, J.C.M., Pijpers, F.M. & Paulussen, Th.G.W.M. (2004). *Handleiding GBG-vragenlijsten 'Hoe gezond ben jij?' Een toelichting op de ontwikkeling en het gebruik van de vernieuwde GBG-vragenlijsten*. In bewerking. Leiden: TNO-PG.

Buijs, G. (2005). *Basisdocument De Gezonde School in Nederland*. Woerden: Landelijke werkgroep Gezonde School.

Buijs, G. (2005). *schoolSlag-prioriteitenworkshop voortgezet onderwijs*. Woerden: NIGZ

Buijs, G., Jong, A. de., Paulussen, T. & Wijngaarden, J. van (2002). *Actieprogramma Schoolgezondheidsbeleid Nederland*. Woerden: NIGZ.

Bulk-Bunschoten, A.M.W., Renders, C.M., Leerdam, F.J.M. van & Hirasings, R.A. (2005) *Overbruggingsplan voor kinderen met overgewicht. Methode voor individuele primaire en secundaire preventie in de jeugdgezondheidszorg*. Amsterdam: VUMC.

CBS Statline (2005). www.rivm.nl via Kompas, Gezondheidsdeterminanten, Leefstijl, Lichamelijke activiteit.

Hirasing, R.A., Fredriks, A.M., Buuren, S. van, Verloove-Vanhorick, S.P. & Wit, J.M. (2001). Toegenomen prevalentie van overgewicht en obesitas bij Nederlandse kinderen en signalering daarvan aan de hand van internationale normen en nieuwe referentiediagrammen. *Nederlands Tijdschrift Geneeskunde*, 145, 1303-1308.

Hobbel, E., Assema, P. van et al. (1997). Resultaten van een ontbijtproject voor basisscholen. *Voeding* 58 (9): 9- 12.

Kemper, H.G.C., Ooijendijk, W.T.M. & Stiggelbout, M. (2000). Consensus over de Nederlandse Norm voor Gezond Bewegen. *Tijdschrift Sociale Gezondheidszorg*, 78: 180-183.

Lanting, C.I. & Wouwe, J.P.B. van (2005). *Borstvoeding in Nederland. Een voorlopige rapportage*. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven.

Leurs, M., Jansen, M. & Ruiter, M. (2002). Coordinated School Health Program: het 'Gezonde School Model' van de toekomst? *Tijdschrift voor gezondheidswetenschappen*, 80 (7), 471-473.

Leurs, M & Vries, N. de (2005). Samen planmatig aan de slag met preventie. *Zorgbreed*, 2 (8), 32-40.

Marx, E., Frelick-Wooley, S.F. & Northrop, D. (1998). *Health is academic. A guide to coordinated school health programs*. New York: Teachers College Columbia University Press.

Matthews, A., Cowburn, G., Rayner, M., Longfield, J. & Powell, C. (2005). *The Marketing of Unhealthy Food to Children in Europe*. European Heart Network.

Nijboer, C. (2004). *Overgewicht – lokaal ingedikt en uitgediept. Een inventarisatie van lokale interventies gericht op het voorkomen van overgewicht*. Woerden: NIGZ.

Nijboer, C. & Alst, S. van (2005). *Overgewicht, de gemeente aan zet. Een inventarisatie van gemeentelijke beleidsinstrumenten gericht op het voorkomen van overgewicht*. Woerden: NIGZ.

Sniekers, J., Buijs, G. & Leurs, M. (2004). *Op weg naar een gezonde school*. Woerden: NIGZ in samenwerking met SLO.

Strauss, R.S. (2000). Childhood obesity and self-esteem. *Pediatrics*, 105 (1): e15

Paulussen, T. (1998). *Stand van zaken schoolgezondheidsbeleid in Nederland: een inventariserend onderzoek*. Woerden: NIGZ.

Peters, L.W.H., Leurs, M.T.W., Jansen, M.W.J., Keijsers, J.F.E.M. & Schaalma, H.P. (2004). Ontwikkeling van de schoolslag-checklist voor kwaliteit van schoolgerichte interventies. *Tijdschrift voor Gezondheidswetenschappen*, 82 (1), 50-57.

Raad voor de Volksgezondheid & Zorg. (2002). *Gezondheid en gedrag*. Zoetermeer: RVZ.

Weeber, F. (1993). Het Nederlandse basisschoolkind is kerngezond. *School 1* (21): 2-4.

Geraadpleegde websites

www.3vo.nl

www.alcoholinfo.nl

www.beweegnorm.nl

<http://boswijzer.nigz.nl>

www.broodaandebasis.nl

www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/kidswalk

www.convenantovergewicht.nl

www.dgsg.nl

http://duurzaam.veiligverkeer.com/03_adressen_websites/adres.html

www.eenveiligamsterdam.nl

www.emovo.nl

www.fietsnaarjewerk.nl

www.flash123.nl

www.flashnow.nl

www.fontys.nl/sporthogeschool

www.foodsteps.nl

www.geuzenveld-amsterdam.nl

www.gezond-gewicht.nl

www.gezondlevencheck.nl

www.gezondheidsmanagement.nl
www.hartstichting.nl
www.hartvoorschool.nl
www.hebs.com/learningcentre/trainers
www.jeechteleeftijd.nl
www.kankerbestrijding.nl
www.kenniscentrumovergewicht.nl of www.overgewicht.org
www.lbrt.nl
www.lunchwandelen.nl
www.medialit.org
www.mediasmart.org.uk
www.minocw.nl
www.nationalegezondheidstest.nl
www.nationalepoetsweek.nl
www.nebas.nl
www.nigz.nl
www.nisb.nl
www.onderwijsinspectie.nl
www.platformjgz.nl
www.quidatabank.nl
www.schoolensport.nl
www.veneca.nl
www.victoryforlife.nl
www.voedingscentrum.nl
www.walktoschool.org.uk

Bijlage A Projectenmatrix

	Gezondheids- educatie	Sport en beweging	Voedingsbeleid
Beweging primair onderwijs			
ClubExtra		+	
Dat Kan Anders	+		
De klas beweegt!	+	+	
De Weg en Ik	+		
Heart Dance Award	+	+	
Ingeblikt naar school? Nee, bedankt!		+	
Junior Hartdag	+	+	
KANS			
Kies je kaart!		+	
Kies voor Hart en Sport	+	+	
Op Voeten En Fietsen en Jeugd VerkeersKrant	+		
Rondje Verkeer	+		
SPORTIEF! Bewegingsonderwijs in groep 7 en 8	+	+	
Sportieve School en Sportieve School XL	+	+	
Trapvaardig		+	
Van 8 naar 1	+		
Verkeersbrigadiers			
Verkeersexamen	+		

+ besteedt hier aandacht aan en heeft materialen die hiervoor ingezet kunnen worden

+* besteedt hier aandacht aan en maakt gebruik van materialen uit een ander project

Gezond en veilig schoolklimaat	Ouder- en buurtparticipatie	Psychologische en sociaal-emotionele ondersteuning en begeleiding	Zorgaanbod	Gezondheidsbevordering op de werkplek
	+			
			+	+
+	+			
	+*			
+	+			
+				
	+			
	+			
+	+			

	Gezondheids- educatie	Sport en beweging	Voedingsbeleid
Verkeersouders			
Verkeersslang	+	+	
Beweging primair onderwijs: projecten die gebruikmaken van onderdelen van			
JUMP-in	+*	+	
Voeding primair onderwijs			
KetenCampagne	+		
Kinderkookcafe zie Lage SES/SchoolGruiten			
Lage SES/SchoolGruiten	+		+
Lekker Fit Party zie Lage SES/SchoolGruiten			
Nationaal Schoolontbijt	+		+
Ouderavonden Nederlandse Hartstichting			
Ouderavond Teleac/NOT			
SchoolGruiten	+		
Smaaklessen	+		+
Vetlekker	+		
Vic de Vitaminevreter	+		
Voeding, De Beste Basis!	+		
Winkelspel	+		
Beweging primair onderwijs: projecten die gebruikmaken van onderdelen uit andere			
Broodje Oosterpark			

+ besteedt hier aandacht aan en heeft materialen die hiervoor ingezet kunnen worden

+* besteedt hier aandacht aan en maakt gebruik van materialen uit een ander project

Gezond en veilig schoolklimaat	Ouder- en buurtparticipatie	Psychologische en sociaal-emotionele ondersteuning en begeleiding	Zorgaanbod	Gezondheidsbevordering op de werkplek
+	+			
+	+			
andere projecten				
	+		+*	
	+			
	+			
	+			
projecten				
	+			

	Gezondheids- educatie	Sport en beweging	Voedingsbeleid
Overgewicht primair onderwijs			
Kids in Balance	+	+	+
Kwartetspel 'Dik zijn is niet fijn'	+		
SlimKids			
Beweging primair onderwijs: projecten die gebruikmaken van onderdelen uit andere			
Elke dag bewegen!	+	+	
Eten + gymmen = gewicht dimmen!	+		+
Gezond gewicht, kinderen eerst!!!	+*	+*	
Groep 6 on the move	+		
Groninger Interventie Methodiek	+*	+*	
Hartstikke Leuk	+*	+*	+
Hart, voeding en beweging	+		
Kids for Fit	+	+*	+
Lekker fit → zie Elke dag bewegen!			
Okido			
Beweging primair onderwijs en voortgezet onderwijs			
School & Sport / Bewegingmanagement		+	
Sport- en Bewegingscan		+	
Voeding primair onderwijs en voortgezet onderwijs			
Oplaadpunten			+

+ besteedt hier aandacht aan en heeft materialen die hiervoor ingezet kunnen worden

+* besteedt hier aandacht aan en maakt gebruik van materialen uit een ander project

Gezond en veilig schoolklimaat	Ouder- en buurtparticipatie	Psychologische en sociaal-emotionele ondersteuning en begeleiding	Zorgaanbod	Gezondheidsbevordering op de werkplek
		+		
	+		+	
projecten				
	+			
	+			
	+		+	
	+			
	+			
	+*		+	
	+		+	
+				

	Gezondheids- educatie	Sport en beweging	Voedingsbeleid
Overgewicht primair onderwijs en voortgezet onderwijs			
SchoolSlag-prioriteitenworkshop			
Overgewicht primair onderwijs en voortgezet onderwijs: projecten die gebruikmaken			
Groninger Sportmodel	+*	+	
Wikken en (Be)Wegen	+*		+
Beweging voortgezet onderwijs			
Themapakket Actieve Leefstijl / FLASH!	+		
whoZnext	+	+	
Voeding voortgezet onderwijs			
Bac-Vechten	+		
Gezonde Schoolkantine	+		+
Heart Affairs	+		
Vet leuke les over Vet	+		
Voedselveiligheid	+		
Weet wat je eet	+		
Overgewicht voortgezet onderwijs			
Gezond Leven Spel	+		
Over Gewicht	+		
RealFit		+	
Wijs!	+		

+ besteedt hier aandacht aan en heeft materialen die hiervoor ingezet kunnen worden

+* besteedt hier aandacht aan en maakt gebruik van materialen uit een ander project

Gezond en veilig schoolklimaat	Ouder- en buurtparticipatie	Psychologische en sociaal- emotionele ondersteuning en begeleiding	Zorgaanbod	Gezondheids- bevordering op de werkplek
	+			
van onderdelen uit andere projecten				
	+			
	+		+	
	+			
+	+			+
	+		+	

De volgende projecten worden wel genoemd in de tekst, maar zijn niet opgenomen in bijlage C. Meer informatie hierover vindt u op ondergenoemde websites.

Brood aan de basis	www.broodaandebasis.nl
De gezonde school en genotmiddelen	www.dgsg.nl
Growing Through Adolescence	www.hebs.com/learningcentre/trainers/gta.cfm
Walking Schoolbus	www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/kidswalk en www.walktoschool.org.uk
Tussen school en thuis	www.geuzenveld.amsterdam.nl en www.eenveiligamsterdam.nl
Dikke Vrienden Zomerkamp	www.gezond-gewicht.nl
Victory Camp	www.victoryforlife.nl
FoodSteps	www.foodsteps.nl
Lunchwandelen	www.lunchwandelen.nl
Fiets naar je werk	www.fietsnaarjewerk.nl
Balansdag	www.gezondheidsmanagement.nl
Beter bewegen	www.gezondheidsmanagement.nl

Bijlage B Overzicht folders

De folders over voeding, beweging en overgewicht sluiten aan bij drie elementen van het Gezonde School Model, te weten: ouderparticipatie, de psychologische en sociaal-emotionele begeleiding van jongeren en gezondheidsbevordering op de werkplek.

Ouderparticipatie – folders die ingezet kunnen worden bij het betrekken van ouders

Informatie over beweging

- Meer bewegen? Niks op tegen! / GGD Noord- en Midden-Limburg (2003). Folder. Inhoud: De folder gaat in op het stimuleren van sporten en bewegen van kinderen. Verkrijgbaar bij: GGD Noord- en Midden-Limburg, Drie Decembersingel 50, 5921 AC Venlo
Tel.: (077) 850 48 48, Fax: (077) 850 48 88, E-mail: ggd@ggdnml.nl,
Website: www.ggdnml.nl
- Sporten en bewegen / GGD Zaanstreek Waterland (2002). Inhoud: De folder vertelt waarom het goed is om te sporten, hoeveel een kind moet bewegen en hoe je een kind kunt stimuleren om te bewegen. Ook vertelt de folder hoe je kiest voor een sport of sportvereniging voor je kind. Verkrijgbaar bij: GGD Zaanstreek Waterland, Vurehout 2, 1507 EC Zaandam
Tel.: (075) 651 92 92, Fax: (075) 616 30 16, E-mail: info@ggdzw.nl,
Website: www.ggdzw.nl

Informatie over voeding

- Gezonde spijsvertering / Maag Lever Darm Stichting. - 1e dr. - Nieuwegein : Maag Lever Darm Stichting, 2002. - brochure (19 p.) Inhoud: In deze brochure wordt naast de werking van de spijsvertering ingegaan op het belang van gezonde voeding. Ook onder- en overgewicht en aanvullende voedingsstoffen krijgen de aandacht. Verkrijgbaar bij: Maag Lever Darm Stichting, Postbus 430, 3430 AK Nieuwegein
Tel.: (030) 605 58 81, Fax: (030) 604 98 71, E-mail: info@mlds.nl,
Website: www.mlds.nl

- Gezonde voeding / GGD Midden-Holland – Gouda: GGD Midden-Holland (2003). Folder.
Inhoud: Als ouder vind u het belangrijk dat uw kind goed groeit en zich goed ontwikkelt. Gezonde voeding is hierbij van groot belang. Deze folder vertelt wat goede voeding is en behandelt het ontbijt, de lunch en de warme maaltijd. Ook wordt er iets gezegd over voeding en het kindergebit.
Verkrijgbaar bij: GGD Midden Holland, Postbus 45, 2800 AA Gouda
Tel.: (0182) 54 56 00, E-mail: info.ggd@ismh.nl,
Website: www.ggdmiddenholland.nl
- Gezonde voeding van jongs af : tips & recepten / Kind en Gezin. Kind en Gezin. – Brussel: Kind en Gezin. (2001). Brochure.
Inhoud: In deze brochure worden tips en recepten gegeven om op een eenvoudige manier gezond en gevarieerd te koken. Ook wordt ingegaan op vragen als: hoe breng ik variatie in groente- en fruithapjes, wat doe je als kinderen geen melk willen drinken en wat zijn gezonde vervangers voor zoetigheden?
Verkrijgbaar bij: Uitgever kind en gezin, Hallepoortlaan 27, 1060 Brussel, België
Tel.: 32 2 533 12 11, Fax: 32 2 534 13 82, E-mail: communicatie@kindengezin.nl
- Gezond gezin: over gezond & lekker leven / Nederlandse Zuivel Organisatie (2003). Brochure.
Inhoud: Deze brochure gaat over gezond eten met alle informatie over gezonde voedingsstoffen als vitamines en vezels, en bevat een complete lijst met eetadviezen voor elke dag. In deze nieuwe druk zijn ook een paar testen toegevoegd zoals de 'Hoe gezond eet jij test' en de 'Melk kennis quiz'. Ook is een aantal recepten opgenomen.
Verkrijgbaar bij: Nederlandse Zuivel Organisatie, Postbus 165, 2700 AD Zoetermeer
Tel.: (079) 343 03 30, Fax: (079) 343 03 20, E-mail: nzo@nzo.nl,
Website: www.zuivelonline.nl
- Lastige eters / GGD Zuid-Holland West (2003). Folder
Inhoud: De folder geeft informatie over voeding voor kinderen: wat is nu veel of weinig eten. Er staan algemene tips in en tips voor 'weinig-eters' en 'veel-eters'.
Verkrijgbaar bij: GGD Zuid-Holland West, Postbus 6080, 2702 AB Zoetermeer
Tel.: (079) 343 08 88, E-mail: info@ggdzhw.nl, Website: www.ggdzhw.nl
- Lastige eters / GGD Midden-Holland (2003). Folder.
Inhoud: Ondanks alle zorg die u aan de maaltijden besteedt, kan het soms gebeuren dat uw kind te weinig, te veel of helemaal niet eet. Deze folder geeft tips voor zowel 'weinig-eters' als 'veel-eters'.
Verkrijgbaar bij: GGD Midden Holland, Postbus 45, 2800 AA Gouda
Tel.: (0182) 54 56 00, E-mail: info.ggd@ismh.nl,
Website: www.ggdmiddenholland.nl

- Ontbijt overslaan / GGD West-Brabant (2002). Folder.
Inhoud: In deze folder wordt informatie gegeven over het waarom van een goed ontbijt en worden tips gegeven over hoe een goed ontbijt er uit kan zien.
Verkrijgbaar bij: GGD West-Brabant, p/a Postbus 3024, 5003 DA Tilburg
Tel.: (013) 464 33 11, E-mail: centrumP&D@ggdhvb.nl,
Website: www.ggdwestbrabant.nl
- Smak, blad over goede voeding voor kinderen / Voedingscentrum. Zomernummer 2005.
Inhoud: Dit blad voor ouders van kinderen tussen de 1 en 8 jaar staat vol informatie over gezond eten en bewegen, achtergrond artikelen, praktische tips en lekkere recepten. Het blad komt twee keer per jaar uit.
Verkrijgbaar bij: De verspreiding gebeurt via consultatiebureaus en de afdelingen Jeugdgezondheidszorg van de GGD.
Website: www.voedingscentrum.nl
- Smeer je groot! : 5 redenen om je boterham met margarine te besmeren... / Voorlichtingsbureau Margarine, Vetten en Oliën (2003).
Inhoud: Broodmaaltijden zijn gezonde maaltijden voor je kind. Want brood levert veel koolhydraten, eiwit, vezels en B-vitamines. Kauwen op brood is bovendien goed voor de ontwikkeling van de spieren rond de mond. Naast het belang van brood eten geeft deze folder het belang van margarine aan.
Verkrijgbaar bij: Voorlichtingsbureau Margarine, Vetten en Oliën, Postbus 3186, 2280 GD Rijswijk
Tel.: 0800 099 88 10 (gratis, op werkdagen van 12.00-16.00 uur),
Fax: (070) 390 86 34, E-mail: info@voorlichtingmvo.nl,
Website: www.voorlichtingmvo.nl

Informatie over overgewicht

- Dikke kinderen : de gram der kilo's. - Onafhankelijke Ziekenfondsen, Brussel [199?]. folder
Inhoud: Belgische folder over oorzaken en gevolgen van overgewicht bij kinderen. Verder wordt verteld wat eraan gedaan kan worden en bij welke hulpverleners er advies ingewonnen kan worden.
Verkrijgbaar bij: Onafhankelijke Ziekenfondsen, St.-Huibrechtsstraat 19, 1150 Brussel, België
Tel.: 32 2 778 92 11, Fax: 32 2 778 94 04, E-mail: gezondheidspromotie@mloz.nl,
Website: www.mloz.be/gvo

- Gericht op overgewicht : adviezen voor ouders van 4- tot 12-jarigen. GGD Midden-Holland: Gouda, 2004. Folder Jeugdgezondheidszorg; nr. 11
Inhoud: Tips bestemd voor ouders met betrekking tot verandering van eetgewoonten voor kinderen die kampen met overgewicht.
Verkrijgbaar bij: GGD Midden Holland, Postbus 45, 2800 AA Gouda
Tel.: (0182) 54 56 00, Website: www.ggdmiddenholland.nl
- Gezond de basisschool door : gezond eten en bewegen met kinderen van 4-12 jaar. Voedingscentrum: Den Haag. 2004. - 1 brochure (56 p.)
Inhoud: Als ouder wil je je kind een gezonde leefstijl meegeven. Onder andere door samen met hem/haar van jongs af gezonde keuzes te maken als het gaat om eten en bewegen. Deze brochure geeft hier tips en adviezen voor. Ze zijn gericht op kinderen van 4 tot en met 12 jaar en gaan over gezonde voeding (zoals maaltijden, tussendoortjes, traktaties, lastige eters en vitaminesupplementen) en voldoende bewegen.
Verkrijgbaar bij: Voedingscentrum, Postbus 85700, 2508 CK Den Haag
Tel.: (070) 306 88 88/voedingstelefoon: 9.00 - 17.00 uur,
E-mail: voedingscentrum@vc.agro.nl, Website: www.voedingscentrum.nl
- Gezond eten gezond bewegen : met kinderen van 4-8 jaar / Voedingscentrum. - Den Haag: Voedingscentrum, [2005?]. - folder
Inhoud: Het aantal kinderen met overgewicht is in 20 jaar verdubbeld. De oorzaak is dat steeds meer kinderen te veel eten en te weinig bewegen. In deze folder staat hoe je de energiebalans bij je kind in evenwicht houdt: door goede voeding en voldoende lichaamsbeweging.
Verkrijgbaar bij: Voedingscentrum, Postbus 85700, 2508 CK Den Haag
Tel.: (070) 306 88 88/voedingstelefoon: 9.00 - 17.00 uur,
E-mail: voedingscentrum@vc.agro.nl, Website: www.voedingscentrum.nl
- Gezond eten gezond bewegen : met kinderen van 9-12 jaar / Voedingscentrum. - Den Haag: Voedingscentrum, [2005?]. - folder
Inhoud: Het aantal kinderen met overgewicht is in twintig jaar verdubbeld. De oorzaak is dat steeds meer kinderen te veel eten en te weinig bewegen. In deze folder staat hoe je de energiebalans bij je kind in evenwicht houdt: door goede voeding en voldoende lichaamsbeweging.
Verkrijgbaar bij: Voedingscentrum, Postbus 85700, 2508 CK Den Haag
Tel.: (070) 306 88 88/voedingstelefoon: 9.00 - 17.00 uur,
E-mail: voedingscentrum@vc.agro.nl, Website: www.voedingscentrum.nl
- Gezond gewicht. GGD Gooi en Vechtstreek. Bussum: GGD Gooi en Vechtstreek (2004). Folder. Inhoud: Deze folder, die ontwikkeld is in het kader van het project Kids for Fit, bevat tien tips om gezond te leven en overgewicht te voorkomen.
Verkrijgbaar bij: de GGD Gooi en Vechtstreek, Postbus 251, 1400 AG Bussum
Tel.: (035) 692 62 50. De folder is ook te downloaden: www.ggdgooi.nl

- Gezond gewicht. GGD Noord- en Midden-Limburg. – Venlo : GGD Noord en Midden Limburg (2003). Folder.
Inhoud: Deze folder gaat in op gezond gewicht van kinderen en de rol die voeding hierin speelt. Hij geeft een overzicht van wat een kind dagelijks nodig heeft aan voeding, en bevat praktische tips. Verkrijgbaar bij: GGD Noord- en Midden-Limburg, Drie Decembersingel 50, 5921 AC Venlo
Tel.: (077) 850 48 48, Fax: (077) 850 48 88, E-mail: ggd@ggdnml.nl,
Website: www.ggdnml.nl
- Kinderen met overgewicht : tips voor 4-12-jarigen / GGD Zaanstreek Waterland. – Zaandam: GGD Zaanstreek Waterland, 2004. - 1 folder
Inhoud: Deze folder geeft informatie over overgewicht en tips over wat u en uw kind hieraan kunnen doen.
Verkrijgbaar bij: GGD Zaanstreek Waterland, Vurehout 2, 1507 EC Zaandam
Tel.: (075) 651 92 92, Fax: (075) 616 30 16, E-mail: info@ggdzw.nl,
Website: www.ggdzw.nl
- Maatje te veel? : voor ouders of verzorgers van kinderen die te zwaar zijn of te zwaar neigen te worden / GGD Zuidhollandse Eilanden. - Spijkenisse: GGD Zuidhollandse Eilanden, 2003. - 1 brochure (6 p.)
Inhoud: Deze folder geeft tips aan ouders met kinderen die de neiging hebben om te zwaar te worden.
Verkrijgbaar bij: GGD Zuid Hollandse Eilanden, Postbus 742, 3200 AR Spijkenisse
Tel.: (0181) 65 24 00, Fax: (0181) 65 24 01, E-mail: info@ggd-zhe.nl,
Website: www.ggd-zhe.nl
- Nederland krijgt dikke problemen : kinderen en overgewicht / Nederlandse Vereniging van Diëtisten, Nederlands Zuivelbureau. - Zoetermeer : Nederlandse Zuivel Organisatie, 2002. - brochure (16 p.)
Inhoud: Deze brochure gaat over kinderen met overgewicht en hoe overgewicht te voorkomen is. De onderwerpen zijn onder andere: te veel eten, te weinig bewegen, ontbijten, tussendoortjes, en ouders bepalen de regels en geven het goede voorbeeld.
Verkrijgbaar bij: Nederlandse Zuivel Organisatie, Postbus 165, 2700 AD Zoetermeer
Tel.: (079) 343 03 30, Fax: (079) 343 03 20, E-mail: nzo@nzo.nl,
Website: www.zuivelonline.nl
- Overgewicht bij kinderen / GGD Westelijke Mijnstreek. - Geleen : GGD Westelijke Mijnstreek, 2003. - brochure (8 p.)
Deze brochure gaat in op de oorzaken van overgewicht en welke rol de ouders bij de voorkoming hiervan kunnen spelen. Ook wordt aandacht besteed aan het feit dat bij steeds meer kinderen diabetes geconstateerd wordt.
Verkrijgbaar bij: GGD Westelijke Mijnstreek, Postbus 99, 6160 AB Geleen
Tel.: (046) 478 72 00, Fax: (046) 478 73 99, E-mail: info@swmggd.nl,
Website: www.swmggd.nl

- Overgewicht bij kinderen? : actief voorkomen! / Onafhankelijke Ziekenfondsen. - Brussel: Onafhankelijke Ziekenfondsen, 2005. - 1 brochure (14 p.)
Inhoud: Een gezonde en evenwichtige voeding en voldoende beweging zijn voor kinderen niet altijd vanzelfsprekend. Steeds meer kinderen lijden aan overgewicht en obesitas. Deze brochure biedt informatie over oorzaken en gevolgen van overgewicht, een gezond gewicht bij jouw kind en tips omtrent gezonde voeding en beweging.
Verkrijgbaar bij: Onafhankelijke Ziekenfondsen, St.-Huibrechtsstraat 19, 1150 Brussel, België
Tel.: 32 2 778 92 11, Fax: 32 2 778 94 04, E-mail: gezondheidspromotie@mloz.nl, Website: www.mloz.be/gvo

Psychologische en sociaal-emotionele ondersteuning en begeleiding – Folders die ingezet kunnen worden bij de begeleiding van jongeren

- Gezondheidspaspoort / GGD West-Brabant (2000). Brochure.
Inhoud: Brochure in de vorm van een paspoort. Jongeren kunnen hierin vastleggen hoe gezond ze zijn en wat ze weten van gezond gedrag. Thema's zijn voeding, vrije tijd, stress en hygiëne. De brochure bevat tekeningen, tabellen en stripballonnen.
Verkrijgbaar bij: GGD West-Brabant, Postbus 3024, 5003 DA Tilburg
Tel.: (013) 464 33 11, E-mail: centrumP&D@ggdhvb.nl
- Jongeren en eten / GGD West-Brabant (2002). Folder.
Deze folder geeft jongeren tips om zo gezond mogelijk te eten.
Verkrijgbaar bij: GGD West-Brabant, p/a Postbus 3024, 5003 DA Tilburg
Tel.: (013) 464 33 11, E-mail: centrumP&D@ggdhvb.nl,
Website: www.ggdwestbrabant.nl
- Te zwaar? : adviezen voor jongeren met overgewicht / GGD Zuid-Holland Noord, Afd. Jeugdgezondheidszorg. - Leiden: GGD Zuid-Holland Noord, 2000. - folder
Folder voor jongeren over overgewicht en wat er aan te doen is zoals: meer bewegen en gezond eten.
Verkrijgbaar bij: GGD Zuid-Holland Noord, Postbus 121, 2300 AC Leiden
Tel.: (071) 516 33 37, Fax: (071) 514 67 44, E-mail: info@ggdzhn.nl,
Website: www.ggdzhn.nl

Gezondheidsbevordering op de werkplek – folders die ingezet kunnen worden bij het informeren van werknemers

Informatie over Bewegen

- Als het leven je nauw aan het hart ligt / Onafhankelijke Ziekenfondsen. - Brussel: Onafhankelijke Ziekenfondsen, 2003. - brochure (13 p.)
Inhoud: Een minder goede werking van het hart vindt zijn oorsprong meestal in de manier van leven. Een aantal negatieve factoren kan, wanneer ze samen voorkomen, het probleem alleen maar verergeren. Enkele van deze factoren zijn: hoge bloeddruk, te veel cholesterol, obesitas of overgewicht, roken, een zittend leven en stress. Deze zijn te voorkomen door te letten op de voeding, (meer) te bewegen en stress te vermijden. In deze brochure wordt ook nog uitleg gegeven over de bekendste cardiovasculaire aandoeningen, zoals hartinfarct en trombose.
Verkrijgbaar bij: Onafhankelijke Ziekenfondsen, St.-Huibrechtsstraat 19, 1150 Brussel, België
Tel.: 32 2 778 92 11, Fax: 32 2 778 94 04, E-mail: gezondheidspromotie@mloz.nl,
Website: www.mloz.be/gvo
- Bewegen is gezond : kies voor een bewogen leven / Vlaamse Liga Tegen Kanker (2004). Folder.
Inhoud: Folder waarin wordt uitgelegd waarom bewegen zo belangrijk is. Ook de relatie met gezondheid en kanker wordt besproken. Verder geeft de folder tips om meer te bewegen.
Verkrijgbaar bij: Vlaamse Liga Tegen Kanker, Koningsstraat 217, 1210 Brussel, België
Tel.: 32 2 227 69 69, Fax: 32 2 223 22 00, E-mail: vl.liga@tegenkanker.be,
Website: www.tegenkanker.be
- Maak je niet dik. Voedingscentrum (2003). Brochure over het belang en het behouden van een gezond gewicht (preventie van overgewicht). Door kleine aanpassingen in het eet- en beweegpatroon kan voorkomen worden dat er ieder jaar een kilo bijkomt. Hiervoor worden praktische productvergelijkingen en beweegtips gegeven.
Verkrijgbaar bij: Voedingscentrum, Postbus 85700, 2508 CK Den Haag
Tel.: (070) 306 88 88/voedingstelefoon: 9.00 - 17.00 uur,
E-mail: voedingscentrum@vc.agro.nl, Website: www.voedingscentrum.nl
Kosten: gratis

- Meer bewegen : minder kans op kanker / Nederlandse Kankerbestrijding. - Amsterdam: KWF Kankerbestrijding, 2003. - brochure (11 p.)
Inhoud: Deze brochure is bedoeld voor iedereen die meer wil weten over de relatie tussen bewegen en het ontstaan van kanker. Aan bod komen de volgende onderwerpen: oorzaken en risicofactoren, overgewicht en leefstijl, en wat gezond bewegen inhoudt.
Verkrijgbaar bij: KWF Kankerbestrijding, voor bestellingen Pondres Direct Mail, Antwoordnummer 54.005, 5004 VB Tilburg
Tel.: 0800 022 66 22, Fax: (013) 595 35 66, Website: www.kwfkankerbestrijding.nl

Informatie over overgewicht

- Een gezond gewicht / Becel Institute. - Rotterdam : Becel Institute, [2003]. – 1 folder
Inhoud: Heel veel mensen kampen met overgewicht. Deze folder vertelt waarom het verstandig is om op je gewicht te letten, wat 'te zwaar' is, en wat te doen als men wil afvallen.
Verkrijgbaar bij: Becel institute, Antwoordnummer 1004, 3000 VB Rotterdam
Tel.: 0800 0439 (gratis), E-mail: info@becel.nl, Website: www.becel.nl
- Gezond gewicht : inclusief zuivel slank weekmenu / Nederlandse Zuivel Organisatie. - Zoetermeer : Nederlandse Zuivel Organisatie, 2003. - 1 brochure (31 p.): foto's, tek.
Inhoud: Deze brochure gaat over het krijgen en behouden van een gezond gewicht. Omdat dit niet altijd makkelijk is, biedt dit boekje adviezen en tips om af te vallen. Ook zijn er recepten opgenomen.
Verkrijgbaar bij: Nederlandse Zuivel Organisatie, Postbus 165, 2700 AD Zoetermeer
Tel.: (079) 343 03 30, Fax: (079) 343 03 20, E-mail: nzo@nzo.nl,
Website: www.zuivelonline.nl
- Hoe gezond leeft u? / Becel Institute. - Rotterdam: Becel Institute, [2003]. – 1 brochure (25 p.) . - (Becel leefstijl programma).
Inhoud: Brochure over een gezonde leefstijl, waarbij zaken aan de orde komen als gezond eten, lichaamsbeweging, roken en stress.
Verkrijgbaar bij: Becel institute, Antwoordnummer 1004, 3000 VB Rotterdam
Tel.: 0800 0439 (gratis), E-mail: info@becel.nl, Website: www.becel.nl
- Je gewicht in balans! : gezond vermageren / Landsbond der Christelijke Mutualiteiten. - Brussel : Landsbond der Christelijke Mutualiteiten, 2002. - brochure (12 p.)
Inhoud: Deze folder besteedt aandacht aan overgewicht, voedingsgewoonten en het op peil houden van het lichaamsgewicht. Hiervoor worden een aantal eettips gegeven.
Verkrijgbaar bij: Landsbond der Christelijke Mutualiteiten, Postbus 40, 1031 Brussel, België
Tel.: 32 2 246 48 64, Fax: 32 2 246 48 57, E-mail: gvo@cm.be, Website: www.cm.be

- Maak je niet dik! Voedingscentrum / Voedingscentrum. - 1e dr. - Den Haag : Voedingscentrum, 2002. - folder + inclusief gewichtsmeter (BMI-test).
Inhoud: In deze folder wordt gewezen op het belang van een gezond gewicht en het voorkomen van overgewicht. Door kleine aanpassingen in het eet- en beweegpatroon kan overgewicht worden voorkomen. Ook wordt er gewezen op het risico van hart- en vaatziekten, diabetes, hoge bloeddruk en bepaalde soorten kanker. Middels de taille- en de BMI-test kan men nagaan of men in de gevarenzone zit.
Verkrijgbaar bij: Voedingscentrum, Postbus 85700, 2508 CK Den Haag
Tel.: (070) 306 88 88/voedingstelefoon: 9.00 - 17.00 uur,
E-mail: voedingscentrum@vc.agro.nl, Website: www.voedingscentrum.nl
- Over gewicht / [tekst Anneke Geerts]. - Den Haag : Nederlandse Hartstichting, 2004. -brochure (26 p.)
Inhoud: Een goed gewicht verkleint de kans op hart- en vaatziekten, gewrichtsklachten en andere gezondheidsproblemen. Daarom is het goed om op het gewicht te letten. De nadruk in deze brochure wordt gelegd op regelmatig en gezond eten en meer bewegen.
Verkrijgbaar bij: Nederlandse Hartstichting, Postbus 300, 2501 CH Den Haag
Tel.: (070) 315 56 22 / Informatielijn 0900 3000 300, Fax: (070) 383 87 52,
E-mail: bestellingen@hartstichting.nl, Website: www.hartstichting.nl
- Over gewicht en overgewicht / Onafhankelijke Ziekenfondsen. - Brussel : Onafhankelijke Ziekenfondsen, 2003. - 1 brochure (14 p.) : foto's
Inhoud: Overgewicht is een groot probleem voor de gezondheidszorg. De WHO plaatst overgewicht in de top 10 van risicofactoren die het ziekte- en sterftcijfer doen stijgen. Deze brochure gaat in op zaken als: wanneer heb ik overgewicht, slechte eetgewoonten, diëten, afvallen en lichaamsbeweging.
Verkrijgbaar bij: Onafhankelijke Ziekenfondsen, St.-Huibrechtsstraat 19, 1150 Brussel, België
Tel.: 32 2 778 92 11, Fax: 32 2 778 94 04, E-mail: gezondheidspromotie@mloz.nl,
Website: www.mloz.be/gvo
- Risicofactoren van hart- en vaatziekten : iedereen kan het eigen risico beïnvloeden / Nederlandse Hartstichting. - Den Haag : Nederlandse Hartstichting, 2004. - folder
Risicofactoren van hart- en vaatziekten zijn: hoge bloeddruk, een te hoog cholesterol en een te hoog lichaamsgewicht. De folder geeft hierover informatie.
Verkrijgbaar bij: Nederlandse Hartstichting, Postbus 300, 2501 CH Den Haag
Tel.: (070) 315 56 22 / Informatielijn 0900 3000 300, Fax: (070) 383 87 52,
E-mail: bestellingen@hartstichting.nl, Website: www.hartstichting.nl

Bijlage C Projectbeschrijvingen

In deze bijlage volgt een overzicht van projecten waar eerder in de Toolkit naar verwezen is. Projecten zijn geordend op primair en voortgezet onderwijs naar de thema's beweging, voeding en overgewicht. Er is geen rangorde in kwaliteit gemaakt. Waar bekend zijn gegevens over de kwaliteit wel toegevoegd (onder andere de schoolslag-checklistcores). Binnen de clusters is uitgegaan van een alfabetische ordening op projectnaam.

Primair onderwijs

Beweging

Voeding

Overgewicht

Voortgezet onderwijs

Beweging

Voeding

Overgewicht

Primair onderwijs
Beweging
Voeding
Overgewicht

ClubExtra

Naam organisatie: NebasNsg

Beschikbaar in: ClubExtra wordt momenteel op ongeveer 65 locaties in Nederland aangeboden. Er zijn nog enkele locaties in ontwikkeling.

Samenvatting

ClubExtra organiseert sportactiviteiten voor kinderen die door een motorische achterstand (nog) niet in staat zijn om deel te nemen aan het sportaanbod van reguliere sportverenigingen. Na verloop van tijd wordt bekeken of zij kunnen doorstromen naar een sportvereniging

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Het doel van ClubExtra is kinderen plezier in sport te laten (her)ontdekken door aan te sluiten bij het huidige niveau van de kinderen en vervolgens planmatig wat aan hun achterstand te doen. Na verloop van tijd wordt bekeken of zij kunnen doorstromen naar een sportvereniging. Punten die nagestreefd worden zijn: het benadrukken van de succesbeleving van het kind, het uitwerken van een passend sportaanbod en het terugwinnen van het plezier in bewegen
Doelgroep	ClubExtra richt zich op kinderen van 5 tot 12 jaar die door een motorische achterstand (nog) niet in staat zijn om deel te nemen aan het sportaanbod van reguliere sportverenigingen, mogelijk in combinatie met sociale-/gedrags problemen
Kosten voor de school/afnemer ClubExtra?	Inkomsten: <ul style="list-style-type: none"> • ClubExtra wordt meestal gesubsidieerd door gemeenten vanuit de Breedtesport-implus en BOS- implus. • Ouders betalen contributie. De exacte kosten kunnen niet worden vastgesteld. Deze zijn voor elke locatie anders. Voor meer informatie kan contact opgenomen worden met NebasNsg.

<p>Past bij welke les / welk kerndoel?</p>	<p>Sport en beweging</p>
<p>Is deskundigheidsbevordering nodig?</p>	<p>NebasNsg streeft ernaar om gekwalificeerde en deskundige lesgevers voor de groepen te hebben in het belang van de kinderen. Om die reden heeft NebasNsg hulpmiddelen ontwikkeld ten behoeve van ClubExtra.</p> <p>De cursus Bewegingsdeskundige ClubExtra moet gevolgd zijn of de intentie daartoe moet bestaan. De cursus wordt aangeboden aan nieuwe coördinatoren en nieuwe lesgevers van ClubExtra locaties. Bovendien moeten lesgevers bij voorkeur in het bezit zijn van een ALO-/CIOS-diploma. De kosten voor deelname aan de cursus worden jaarlijks vastgesteld en zijn op te vragen bij de afdeling kaderondersteuning van NesbasNsg.</p>
<p>Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Een handboek dat uitlegt wat ClubExtra inhoudt, wat het aanbod is en hoe ClubExtra stap voor stap kan worden opgezet en verzorgd (kosten € 15,-). NebasNsg kan ondersteuning bieden bij het opzetten van een ClubExtra-locatie. • Een promotionele folder voor organisaties die ClubExtra aanbieden. Gratis (max. 10 p/p) • Promotionele videoband ClubExtra. Kosten: € 10,-. • Het boekje <i>Sterke verhalen</i>, met verhalen van en over bewegende kinderen. Al deze kinderen hebben behoefte aan individuele aandacht ten aanzien van bewegen. Naast anekdotes is er ook een interview, een telefoongesprek, een gedicht, en een nauwkeurige observatie opgenomen. Kosten: € 5,-. • Het 'Clex volgsysteem', een cd-rom die special ontwikkeld is voor ClubExtra. Organisaties die ClubExtra gaan opzetten en aanbieden kunnen met behulp dit systeem de deelnemers aan ClubExtra volgen, waardoor er van elke deelnemer een persoonlijk dossier ontstaat. Kosten: € 10,-.

	<ul style="list-style-type: none"> • Literatuurverkenning (1999) van achterstanden in de motorische ontwikkeling. In deze literatuurstudie staan wetenschappelijke theorieën over motorische ontwikkeling en motorische achterstanden centraal, die de praktijk en het handelen van ClubExtra kunnen onderbouwen. Kosten € 10,-. • TNO-Rapport <i>ClubExtra effectevaluatie van een beweegprogramma voor kinderen met een motorische achterstand</i> (2005). Niet bij ieder kind houdt de motorische ontwikkeling gelijke tred met die van leeftijdsgenoten. Er wordt geschat dat bij 5 tot 15% van alle kinderen sprake is van een motorische achterstand. TNO kwaliteit van Leven heeft in opdracht van NebasNsg een effectevaluatie uitgevoerd van een beweegprogramma voor kinderen met een motorische achterstand (ClubExtra). Deze rapportage is bedoeld voor NebasNsg en organisaties die ClubExtra gaan opzetten of aanbieden, lesgevers en coördinatoren van ClubExtra. Kosten € 10,-. • Opleiding Bewegingsdeskundige ClubExtra. Het aangepast sporten vraagt vaak om een bijzondere begeleiding. Indien motorisch zwakke kinderen deelnemen aan sportactiviteiten, wordt van de begeleiding zelfs een zeer vakkundige inbreng gevraagd. Zonder extra deskundige begeleiding vallen deze kinderen blijvend buiten de 'sport-boot'. De kosten voor de deelname worden jaarlijks vastgesteld en zijn op te vragen bij de afdeling kaderondersteuning van NebasNsg. • Bewegingsactiviteiten ClubExtra onderbouw en bovenbouw. Juni 2005. Dit boek voorziet in een behoefte. Al lange tijd vragen mensen ons om een bronnenboek voor ClubExtra activiteiten. Deze uitgave biedt lesgevers een aantal activiteiten waarmee ze aan de slag kunnen. Kosten: Deze uitgave wordt enkel uitgeven bij de cursus bewegingsdeskundige ClubExtra en is niet los verkrijgbaar.
--	---

Waar vindt het project plaats?	De accommodatie van ClubExtra is de gymzaal van een school of een externe locatie (zoals een sportvereniging).
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	Bij de uitvoering van ClubExtra zijn een coördinator en lesgevers actief.
Geëvalueerd? (proces/effect) <ul style="list-style-type: none"> • <i>Resultaten</i> 	<p>Bij ClubExtra wordt nagestreefd om bij aanvang van de lessen het niveau, de vaardigheden en de problematiek van de deelnemer te bepalen. Vervolgens wordt de informatie systematisch verwerkt in het ClubExtra volgsysteem (CLEX). Dit CLEX-systeem is door NebasNsg ontwikkeld om het kind tijdens de ClubExtra-periode te volgen, waardoor voor elke deelnemer een persoonlijk dossier ontstaat. Evaluatieonderzoek door TNO Kwaliteit van Leven april 2005 wees uit dat kinderen en ouders tevreden waren over de sfeer, opzet, begeleiding, tijdsduur, bereikbaarheid en faciliteiten. Deelname heeft echter niet geleid tot een significante verbetering van de sociale en motorische competentiebeleving en evenmin tot een significante verbetering van de motorische ontwikkeling van de experimentele groep ten opzichte van de controlegroep.</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: NebasNsg

Contactpersoon: Franceline van de Geer

Adres: Regulierenring 2, Postbus 200, 3980 CE Bunnik

Telefoon: (030) 659 73 00

E-mail: f.van.de.geer@nebasnsg.nl

Website: www.nebasnsg.nl

Dat Kan Anders

Naam organisatie: 3VO

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

In dit project krijgen kinderen zelf een stem en worden zij gestimuleerd om actief mee te denken over de veiligheid van hun eigen leefomgeving. Doel van het spel is dat kinderen leren om in overleg te komen tot gedeelde oplossingen voor leefbaarheidsproblemen.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Kinderen leren om te komen tot oplossingen voor leefbaarheidsproblemen zoals verkeer rond de school, hondenpoep, rommel in de wijk en skatersoverlast
Doelgroep	Kinderen van 10-12 jaar
Kosten voor de school?	Handleiding met cd-rom € 15,45
Past bij welke les / welk kerndoel?	Oriëntatie op mens en wereld/verkeerseducatie
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Lesmateriaal voor in de klas in spelvorm, als oefenmateriaal voor activiteiten buiten de klas in de buurt. Het lesmateriaal bestaat uit meningsvormend materiaal en materiaal om vanuit verschillende belangen en rekening houdend met verschillende belangen te komen tot een oplossing voor een door kinderen ervaren probleem in de buurt.
Waar vindt het project plaats?	Op school en naar keuze in de buurt
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering? <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	Leerkracht, 3VO voorziet in het materiaal 2 uur Project van 4 dagdelen

Geëvalueerd? (proces/effect) <ul style="list-style-type: none">• <i>Resultaten</i>	Niet bekend voor onderzoek
---	----------------------------

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: 3VO

Adres: Postbus 432, 1270 AK Huizen

Telefoon: (035) 524 88 00

E-mail: info@3vo.nl

Website: www.3vo.nl

De klas beweegt!

Naam organisatie: Uitgeverij Fysio Educatief

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

Methode met lichaamsgerichte opdrachten die gedurende het schooljaar ingepast kunnen worden in de dagelijkse lespraktijk. Het programma ondersteunt de sensomotorische ontwikkeling. Bij aanschaf van de complete methode wordt er een basistraining gegeven aan het gehele team. De presentatievideo geeft onder andere een beeld van de lespraktijk. Deze video wordt uitgeleend.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Beweeg- en ontspanningsoefeningen voor in de klas zodat kinderen ervaren dat beweging ontspant. De spanningsboog wordt doorbroken waardoor de aandacht weer bij de les komt. Kinderen motiveren om dagelijks veelzijdig te bewegen.
Doelgroep	Kinderen van 4-12 jaar, ouders en leerkrachten
Kosten voor de school?	Het totale pakket met basistraining, 7 handleidingen, kalenders en een posterserie € 839,50 Losse onderdelen (aanvullend op lesmateriaal 50% korting) Losse kalender € 106,- Losse handleiding € 12,50 Posterserie 3 posters € 10,- Presentatievideo € 17,- Verdiepingsworkshop de leerkracht beweegt € 655,- Specialisatieworkshop € 655,-
Past bij welke les / welk kerndoel?	De methode sluit aan op de kerndoelen van andere leervakken in het basisonderwijs, zoals biologie (natuuronderwijs), zintuiglijke en lichamelijke oefening, beweging (dansexpressie), muziek, bevordering van gezond en

	redzaam gedrag en bevordering van sociale redzaamheid.
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Bij aanschaf van de hele methode wordt het schoolteam getraind
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Kalenders voor in de klas, voor elke jaargroep één. In groep 1-2 staat het ontdekken van het eigen lichaam centraal. In groep 3, 4 en 5 het toepassen van de sensomotorische vaardigheden op de schrijfhouding. Ook is er aandacht voor het links/rechtsbesef en gespannen en ontspannen spieren. In groep 6, 7 en 8 sluit de methode aan op biologie en leren kinderen hoe spieren gebruikt worden in het dagelijks leven en bij verschillende dansvormen, sporten en beroepen.
Waar vindt het project plaats?	Op school
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	De leerkracht

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Uitgeverij Fysio Educatief

Naam contactpersoon: Elise Sijthoff

Adres: Groenburgwal 59, 1011 HT Amsterdam

Telefoon: (020) 626 57 57

E-mail: info@beweeg.nl

Website: www.beweeg.nl

De Weg en Ik

Naam organisatie: DST Experience Communicatie

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

De Weg en Ik is een lesprogramma om leerlingen uit groep 5 en 6 bewust te maken van het verkeer om hen heen.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	<p>Het bewustzijn van de kinderen ten opzichte van de (gemotoriseerde) wereld om zich heen, te vergroten om uiteindelijk te komen tot een veilige participatie van het kind in het stukje wereld dat verkeer en vervoer heet.</p> <p>Na afloop van de lessen moeten de leerlingen weten:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Dat ze zelf een bijdrage leveren aan het (on)veilig maken van verkeerssituaties b) Dat opletten, nadenken en inschatten belangrijker zijn dan "regeltje weten" c) Wat de verkeersverschillen zijn tussen lopen, skaten en fietsen d) Wat ze van overige verkeersdeelnemers (auto's, brommers, motoren enzovoorts) mogen, kunnen en/of moeten verwachten
Doelgroep	Leerlingen uit groep 5 en 6 van het regulier basisonderwijs
Kosten voor de school?	Het materiaal is gratis verkrijgbaar bij DST Experience Communicatie. Het is oorspronkelijk afkomstig uit Frankrijk en gemaakt door Renault. Het is aangepast aan de Nederlandse verkeers- en onderwijssituatie.
Past bij welke les / welk kerndoel?	Bij het leergebied Gezond en redzaam gedrag. Kerndoel 27 (De leerlingen kennen de verkeersregels en de betekenis van verkeersborden en kunnen die kennis toepassen als ze deelnemen aan het verkeer) en kerndoel 28 (De leerlingen kunnen op een veilige manier

	aan het verkeer deelnemen, als voetganger, fietser en als zelfstandig gebruiker van openbaar vervoer)																		
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee																		
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod? <ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	De lessen worden gegeven met behulp van leerlingenboekjes, een lerarenhandleiding, een video, een speelkrant, een poster, een diploma een cd-rom voor de kinderen en een website. De modulaire opbouw maakt het mogelijk om verspreid over een langere tijd, naar eigen inzicht de lessen in te passen binnen een onderwijssituatie, bijvoorbeeld lineair doorlopen, in groepjes of met behulp van rollenspellen.																		
Waar vindt het project plaats?	In de klas en thuis (met de onderdelen Speelkrant en website)																		
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering? <ul style="list-style-type: none"> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	De leerkracht Er wordt niet aangegeven hoe lang het behandelen van het totale lespakket, of een les daaruit, duurt. De leerkracht kan dit zelf bepalen. De video duurt in totaal 22 minuten.																		
Geëvalueerd? (proces/effect)	Ja, het materiaal wordt jaarlijks geëvalueerd met leerkrachten en leerlingen en zonodig bijgesteld.																		
SchoolSlag-checklistscore*	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 80%;">1. Effectiviteit</td> <td style="text-align: right;">●●○○○</td> </tr> <tr> <td>2. Planmatigheid</td> <td style="text-align: right;">●●●○○</td> </tr> <tr> <td>3. Efficiëntie ondersteunende instelling</td> <td style="text-align: right;">●○○○○</td> </tr> <tr> <td>4. Efficiëntie voor school</td> <td style="text-align: right;">●●●●○</td> </tr> <tr> <td>5. Onderwijsgerichtheid</td> <td style="text-align: right;">●●●○○</td> </tr> <tr> <td>6. Participatie</td> <td style="text-align: right;">●●●○○</td> </tr> <tr> <td>7. Aandacht omgeving</td> <td style="text-align: right;">●○○○○</td> </tr> <tr> <td>8. Kwaliteit begeleiding</td> <td style="text-align: right;">●○○○○</td> </tr> <tr> <td>9. Diversiteit</td> <td style="text-align: right;">●●○○○</td> </tr> </table> <p>* Schaal: ○○○○○ zwak tot sterk ●●●●●</p>	1. Effectiviteit	●●○○○	2. Planmatigheid	●●●○○	3. Efficiëntie ondersteunende instelling	●○○○○	4. Efficiëntie voor school	●●●●○	5. Onderwijsgerichtheid	●●●○○	6. Participatie	●●●○○	7. Aandacht omgeving	●○○○○	8. Kwaliteit begeleiding	●○○○○	9. Diversiteit	●●○○○
1. Effectiviteit	●●○○○																		
2. Planmatigheid	●●●○○																		
3. Efficiëntie ondersteunende instelling	●○○○○																		
4. Efficiëntie voor school	●●●●○																		
5. Onderwijsgerichtheid	●●●○○																		
6. Participatie	●●●○○																		
7. Aandacht omgeving	●○○○○																		
8. Kwaliteit begeleiding	●○○○○																		
9. Diversiteit	●●○○○																		

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: DST Experience Communication

Adres: 3740 AB Baarn

Tel: (035) 541 88 81

E-mail: dst@dst.nl

Website: www.dst.nl

Datum schoolSlag-checklistscore: juni 2004

Heart Dance Award

Naam organisatie: Nederlandse Hartstichting

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

De Heart Dance Award is een landelijke danswedstrijd waarin het thema gezonde leefstijl verwerkt moet worden. De Heart Dance Award wordt georganiseerd door de Nederlandse Hartstichting voor groepen 7 en 8 van de basisschool. De leerlingen verzinnen hun eigen dans en voeren deze op tijdens een van de regionale voorrondes in een theater.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Kennis bijbrengen over het belang van bewegen en leerlingen motiveren om te bewegen
Doelgroep	Groep 7 en 8 van het basisonderwijs
Kosten voor de school?	Kleding voor de leerlingen die de school zelf regelt, en eventuele reiskosten
Past bij welke les / welk kerndoel?	Gym
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	De Heart Dance Award is een danswedstrijd waarin het thema gezonde leefstijl verwerkt moet worden. De thema's gezonde voeding en bewegen en roken staan daarom centraal in de wedstrijd. De school begeleidt de leerlingen meestal bij de wedstrijd door een dans op te stellen en te oefenen, kleding te verzorgen, deel te nemen aan de voorrondes of een video-clip te maken. Leerlingen kunnen de dans ook zelf bedenken of hier iemand anders voor benaderen. De klas doet mee aan voorrondes, eventueel gevolgd door de halve finale en de finale in theaters in het land. Daarnaast is er een tijdschrift met informatie over leefstijl, verwijzingen naar de website,

	data van televisie-uitzendingen en nieuws over de wedstrijd. Alle deelnemende scholen doen ook automatisch mee aan de gezonde leefstijl-quiz.
Waar vindt het project plaats?	Op school en in theaters
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering? • <i>Vorbereidingstijd</i>	Een (gym)juf of meester of een ouder, die het project coördineert. De voorbereidingstijd is verschillend per school
Geëvalueerd? (proces/effect) • <i>Resultaten</i>	Geëvalueerd in 2002 en 2003 onder leerkrachten en leerlingen; wordt zeer positief ontvangen

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Nederlandse Hartstichting

Naam contactpersoon: Karen van Reenen

Adres: Postbus 300, 2501 CH Den Haag

Telefoon: (070) 315 55 74

E-mail: k.van.reenen@hartstichting.nl

Website: www.heartdanceaward.nl

Ingeblikt naar school? Nee, bedankt!

Naam organisatie: Gemeente Werkendam. In samenwerking met: basisscholen in de gemeente Werkendam, 3VO afdeling Altena, natuurbeschermingsvereniging Altena-natuur, GGD West-Brabant

Beschikbaar in: Gemeente Werkendam

Samenvatting

Het project 'Ingeblikt naar school? Nee, bedankt!' spoort ouders aan om hun kinderen niet met de auto naar school te brengen, maar met de fiets of lopend. Dit wordt onder andere gedaan door het verspreiden van een folder.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Het doel van het project is kinderen meer te laten bewegen doordat zij lopend of op de fiets naar school komen in plaats van gebracht worden met de auto. Bovendien wordt het autopitsverkeer rond de aanvangs- en sluitingstijden van de basisscholen tegengegaan.
Doelgroep	Basisschoolleerlingen en hun ouders
Past bij welke les / welk kerndoel?	Verkeerseducatie
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	<ul style="list-style-type: none"> • Er worden folders verspreid onder de ouders waarin de nadelen van autogebruik en de voordelen van de alternatieven worden beschreven. • Ook kan een kleurwedstrijd worden gehouden onder de leerlingen. • Verder kunnen er posters worden opgehangen in de school, en kan er tijdens ouderavonden en in nieuwsbrieven op de actie worden gewezen. • In het schooljaar 2004-2005 is er een schoolspitscompetitie gehouden. Elke groep heeft een grote Ingeblikt-poster

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	<p>gekregen waar de leerlingen een week lang punten op konden plakken. Kinderen die lopend of op de fiets naar school gekomen waren, kregen 2 punten, kinderen die hadden gecarpoold kregen 1 punt. De groepen met de meeste punten hebben de competitie gewonnen.</p> <p>Ja</p> <p>Nee</p>
<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>Op school</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p>	<p>Leerlingen, leerkrachten in samenwerking met ouders, plaatselijke GGD, gemeente, natuurbeschermingsvereniging en 3VO.</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Resultaten</i> 	<p>In de weken tijdens en direct na de voorlichtingscampagne was een verbetering van de verkeerssituatie rondom de scholen merkbaar. Nadien ebte dit weg, mede vanwege slechtere weersomstandigheden. Er is dus blijvende aandacht nodig voor het probleem.</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Gemeente Werkendam

Contactpersoon: Frank Schoenmakers. Beleidsmedewerker verkeer en infrastructuur

Adres: Postbus 16, 4250 DA Werkendam

Telefoon: (0183) 50 73 50

E-mail: frank.schoenmakers@werkendam.nl

JUMP-in**Naam organisatie:** GGD Amsterdam / Dienst Maatschappelijke Ontwikkeling**Beschikbaar in:** Amsterdam**Samenvatting**

JUMP-in heeft als doel kinderen van 4-12 jaar meer te laten bewegen. Het bestaat uit 6 interventies die elkaar aanvullen.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Kinderen van 4-12 jaar meer laten bewegen zodat ze voldoen aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen
Doelgroep	Kinderen van 4-12 jaar in het basisonderwijs, ouders en schoolteam; met name gericht op scholen met een lage sociaal-economische status
Kosten voor de school?	De gemeente betaalt.
Past bij welke les / welk kerndoel?	Gezond en redzaam gedrag
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Eventueel voor trainers
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	<p>JUMP-in bestaat uit 6 interventies die elkaar aanvullen.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Leerlingvolgsysteem</i>: observatieschema om kinderen te motiveren in hun ontwikkeling op sportgebied 2. <i>De klas beweegt!</i>: programma dat tijdens reguliere les bewegingstussendoortjes en ontspanningsoefeningen aanbiedt, en een cursus voor het schoolteam door de Onderwijsbegeleidingsdienst 3. <i>Kies je kaart!</i>: kaartensysteem met opdrachten voor op school en thuis. Gerichtheid op bewustwording, eigen effectiviteit, sociale steun, planningsvaardigheden en ouders

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	<p>4. <i>Schoolsportactiviteiten</i>: Professionele trainers laten kinderen onder schooltijd kennismaken met uiteenlopende sporten en bieden na schooltijd activiteiten aan</p> <p>5. <i>Oudervoorlichting</i>: hiervoor is een draaiboek beschikbaar. Ook zijn er speciaal opgeleide voorlichtsters en kan de voorlichting in het Turks of Marokkaans worden gegeven.</p> <p>6. <i>ClubExtra</i>: project van NebasNsg voor kinderen met een motorische achterstand</p> <p>Ja</p> <p>Nee</p>
<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>In de klas, in de gymzaal, bij sportclubs</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p>	<p>Vakleerkracht, sportclubs (voor de uitvoering van de schoolsportactiviteiten)</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Resultaten</i> 	<p>Uit tussentijdse metingen blijkt dat van de kinderen die aan JUMP-in hebben meegedaan, een significant hoger percentage voldoet aan de Nederlandse Bewegnorm (62,5%) dan van de kinderen op controlescholen (55,4%).</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: GGD Amsterdam

Contactpersoon: Judith de Meij

Telefoon: (020) 555 57 01

E-mail: jdmeij@ggd.amsterdam.nl

Website: www.jumpin.nl

Naam organisatie: DMO Gemeente Amsterdam

Contactpersoon: Jeannette Witte

Telefoon: (020) 552 29 98

E-mail: j.witte@dmo.amsterdam.nl

Junior Hartdag

Naam organisatie: Nederlandse Hartstichting

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

Met de Junior Hartdag biedt de Nederlandse Hartstichting een project aan dat als doel heeft: inzicht te geven in het belang van een gezonde leefstijl, en kinderen te motiveren te (blijven) sporten en gezond te eten, ook als ze ouder zijn.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Kennis bijbrengen over een gezonde leefstijl en kinderen motiveren om te bewegen
Doelgroep	Midden- en bovenbouw in het primair onderwijs
Kosten voor de school?	€ 15,- voor het pakket en tijdsinvestering van de school
Past bij welke les / welk kerndoel?	Biologie en lichamelijke opvoeding
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee, dit kan wel door GGD gedaan worden.
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	<p>Het concept Junior Hartdag is een jaarlijks lespakket waarin gedurende een dagdeel hart- en vaatziekten en een gezonde leefstijl centraal staan. Het lespakket bestaat uit 2 onderwerpen: hart en bloedvaten voor groep 7 en voeding voor groep 8.</p> <p>Onderdelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Junior Hartdag Basis bestaat uit de volgende materialen: video 'Oog voor het hart'; handleiding voor de leerkracht; lesboekje voor groep 7 over gezondheid, de werking en bouw van het hart, de grote en kleine bloedsomloop, bloed, bloeddruk, aderverkalking en de Nederlandse Hartstichting; lesboekje voor groep 8 over gezond eten, spijsvertering, voedingsstoffen en gezond leven; werk-

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	<p>bladen en testbladen bij de lesboekjes; een kwartetspel voor de hele klas, een poster: kijk op het hart; een hartpuzzel; een certificaat voor leerlingen als bewijs voor hun deelname aan de Junior Hartdag en het Magazine 100 BPM.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Junior Hartdag Actief: biedt ondersteuning voor het organiseren van een skate-, fiets- of loopevenement op school met fondsenwervende mogelijkheden. • Junior Hartdag Ouders: aanbod van tweetal ouderavonden met als thema gezond gewicht, gezonde leefstijl en Vette Verleiders, de invloed van reclame op het eetgedrag van kinderen (zie ouderavond) • Junior Hartdag Prijsvraag: Een gezond schoolplein! Midden en bovenbouw kunnen meedoen aan een prijsvraag voor hun eigen schoolplein. <p>Ja, invulling van praktijkgedeelte naar eigen inzicht Ja</p>
<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>Op school</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Basispakket: Door de docent; GGD'en kunnen docenten training geven omtrent het geven van voorlichting. • Junior Hartdag Actief: Door docent, gymleerkracht of ouder (vereniging); voorbereiding afhankelijk van de grootte van het evenement. • Junior Hartdag Ouders: voorlichter van NHS kan worden ingehuurd voor een ouderavond, kosten 50 euro • Junior Hartdag Prijsvraag: docent of ouder
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Resultaten</i> 	<p>In 1998, 2000 en 2002 geëvalueerd, blijkt effectief, ook op proces een positief oordeel</p>

SchoolSlag-checklistscore*	1. Effectiviteit	●●●○○
	2. Planmatigheid	●●●○○
	3. Efficiëntie ondersteunende instelling	●●●●●
	4. Efficiëntie voor school	●●●●○
	5. Onderwijsgerichtheid	●●●●○
	6. Participatie	●●●●○
	7. Aandacht omgeving	●○○○○
	8. Kwaliteit begeleiding	●●●○○
	9. Diversiteit	●●●○○
	* Schaal: ○○○○○ zwak tot sterk ●●●●●	

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Nederlandse Hartstichting

Naam contactpersoon: Karen van Reenen

Adres: Postbus 300, 2501 CH 's Gravenhage

Telefoon: (070) 315 55 74

Website: www.hartstichting.nl

Datum schoolSlag-checklistscore: juni 2004

Totaalpakket te bestellen via www.hartvoorschool.nl

KANS

Naam organisatie: 3VO

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

Steeds vaker worden kinderen met de auto naar school gebracht en van school afgehaald. De onveiligheid rond de school neemt hierdoor toe. Het KANS-programma (Kinderen Anders Naar School) biedt een mogelijkheid voor een groep ouders om hier verandering in aan te brengen.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Verbeteren van de veiligheid rond basisscholen door aanpak van de chaos veroorzaakt door halen en brengen met de auto
Doelgroep	Ouders en docenten
Kosten voor de school?	KANS-materialen ongeveer € 20,- KANS onder begeleiding van een 3VO-coach van € 425 – € 800 (incl. materialen). Subsidie is bijna altijd mogelijk via de gemeente. 3VO verleent hulp bij aanvraag.
Past bij welke les / welk kerndoel?	
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod? • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i>	KANS is een programma waarbij een groep ouders, een teamlid en eventueel andere betrokkenen aan het werk gaan om de onveiligheid rond school aan te pakken. KANS heeft als einddoel een overzichtelijke, veilige schoolomgeving, zodat kinderen veilig (en zelfstandig) naar school kunnen gaan. In vier bijeenkomsten bekijkt de groep wat de problemen zijn bij school, wat de mogelijke oplossingen zijn en aan welke oplossingen gewerkt gaat worden. De oplossingen zullen per school verschillend zijn, omdat iedere school te maken

	heeft met andere schoolroutes, een andere groep ouders en andere voorzieningen bij school.
Waar vindt het project plaats?	Rond school
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	Minimaal 5 ouders en een teamlid. Indien gewenst kan 3VO een coach leveren om het proces te begeleiden. Afhankelijk van het proces kan gemeente, politie of buurtwerk betrokken worden bij het project.
Geëvalueerd? (proces/effect) • <i>Resultaten</i>	Intern geëvalueerd. Resultaat is in het algemeen meer veiligheid voor kinderen rond de school, een vaste werkgroep verkeer rond een verkeersouder, structurele contacten met de gemeente, meer bewustwording bij ouders van hun eigen rol in het probleem.

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: 3VO

Adres: Postbus 423, 1270 AK Huizen

Telefoon: (035) 524 88 00

Fax: (035) 524 88 99

E-mail: info@3vo.nl

Website: www.3vo.nl

Kies je kaart!**Naam organisatie:** GGD Amsterdam en Fysio Educatief**Beschikbaar in:** Heel Nederland**Samenvatting**

Kies je kaart! is een spelmethode met opdrachtkaarten voor in de klas en thuis. Er is speciale aandacht voor bewustwording van het belang van bewegen en het eigen beweeggedrag, de eigen effectiviteit, de sociale steun, planningsvaardigheden en de ouders. De opdrachten lopen uiteen van tekeningen maken van de sport van je dromen tot precies aangeven hoeveel tijd je in de week in beweging bent.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Kinderen en ouders bewust laten worden van het belang van bewegen en van hun eigen beweeggedrag alsmede het aanleren van vaardigheden om eigen beweeggedrag te kunnen plannen
Doelgroep	Basisschoolleerlingen en ouders
Kosten voor de school?	
Past bij welke les / welk kerndoel?	Bewegingsonderwijs
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Bij Kies je kaart! hoort een cursus voor het schoolteam.
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Het kaartenspel bestaat uit 20 kaarten waarmee de kinderen op 4 niveaus aan hun eigen beweegweek werken. Ze ontdekken wat ze de leukste bewegingsvormen vinden met de 5 gele kaarten. Verwoorden wanneer en waarom ze dat magische gevoel hebben waarbij ze voelen dat ze moeten bewegen met de 5 rode kaarten. Beelden met de groene kaarten uit hoe ze zich een week vol beweging voorstellen en geven uiteindelijk een beweegweek vorm door alle gewenste acties werkelijkheid te laten worden door te onderhandelen, te puzzelen en te plannen. Er hoeven maar 8

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	kaarten gekozen te worden om tot het eindresultaat te komen: Hoe geef je vorm aan een ideale 'beweegweek' waarin je alle dagen van de week minstens een uur beweegt. De materialen bestaan uit een groot gordijn met de 20 kaartjes voor in de lerarenkamer en de kaartjes in een bewaarboekje voor thuis Het is een kant-en-klaar lespakket.
Waar vindt het project plaats?	Op school en thuis
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	Leerkracht, ouders en leerlingen
Geëvalueerd? (proces/effect)	Getest in de pilotfase van JUMP-in

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: GG&GD Amsterdam, Afd. Epidemiologie, Documentatie en Gezondheidsbevordering

Contactpersoon: mevrouw drs. Judith de Meij

Adres: Postbus 2200, 1000 CE Amsterdam

Telefoon: (020) 555 57 01

E-mail: jdmeij@ggd.amsterdam.nl

Website: www.jumpin.nl

Bestellen via

Naam organisatie: Fysio Educatief

Naam contactpersoon: Elise Sythof

Adres: Groenburgwal 59, 1011 HT Amsterdam

Telefoon: (020) 626 57 57

E-mail: elise@beweeg.nl

Website: www.beweeg.nl

Kies voor Hart en Sport**Naam organisatie:** NOC*NSF**Beschikbaar in:** Heel Nederland**Samenvatting**

NOC*NSF biedt samen met de Hartstichting en de IOS een project aan om kinderen bewust te maken van de relatie tussen bewegen en gezondheid. Naast de mogelijkheid om proeflessen bij sportverenigingen te nemen, leren de kinderen ook over hart, sport en gezondheid.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	'Kies voor Hart en Sport' maakt basisschoolleerlingen van groep (6), 7 en 8 ervan bewust dat er altijd een sport is die bij ze past. Dat leren de kinderen tijdens speciale lessen op school, maar ze ervaren het ook in de praktijk. Ze maken kennis met een grote verscheidenheid aan sporten en andere manieren om gezond te bewegen. Na afloop kunnen ze wel overwogen beslissen of de gekozen tak van sport iets voor ze is. En een bewuste keuze – zo is bekend – hou je makkelijker vol.
Doelgroep	Alle kinderen in groep 7 en 8 van het B0.
Kosten voor de school?	Geen kosten voor de school. De gemeente koopt het project in. Materialen kunnen ook los ingekocht worden. <ul style="list-style-type: none"> • Klapper lesmateriaal eenmalig één per school à € 23,- • Projectboek (gratis voor deelnemende gemeenten, kostprijs € 40,85)
Past bij welke les / welk kerndoel?	Biologie en bewegingsonderwijs
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Een lespakket met modules (hart, sport en gezondheid; sportvoorlichting; sportintroduc-

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	<p>tie) en het creëren van omgevingsvoorwaarden om activiteiten te kunnen organiseren, zoals kennismakingslessen door sportverenigingen</p> <p>De school kan een lesmodule toevoegen als zij daar interesse in heeft, het is een verdieping op het lespakket.</p> <p>Ja</p>
<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>In de klas, de gymzaal en bij sportverenigingen.</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	<p>Medewerking van sportverenigingen, leerkrachten en gemeenten. In de praktijk kiezen gemeenten ervoor om zelf als projectleider te fungeren en andere taken uit te besteden aan het projectbureau.</p> <p>Een indicatie voor bovenstaande gemeentelijke taken wordt geschat op één dag in de week gedurende de projectperiode (vier maanden). Het volledig uitvoeren van alle werkzaamheden binnen "Kies voor Hart en Sport" wordt geschat op twee dagen per week gedurende de projectperiode en twee uur per week buiten de projectperiode.</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Resultaten</i> 	<p>In 1997 geëvalueerd en wordt regelmatig geëvalueerd.</p> <p>Is positief beoordeeld.</p>
<p>SchoolSlag-checklistscore*</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Effectiviteit ●●●○○ 2. Planmatigheid ●●●●○ 3. Efficiëntie ondersteunende instelling ●●○○○ 4. Efficiëntie voor school ●●●●○ 5. Onderwijsgerichtheid ●●●●○ 6. Participatie ●●○○○ 7. Aandacht omgeving ●●●○○ 8. Kwaliteit begeleiding ●●●○○ 9. Diversiteit ●●●○○ <p>* Schaal: ○○○○○ zwak tot sterk ●●●●●</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: "Kies voor Hart en Sport" IOS

Naam contactpersoon: Nicole Jonk

Adres: Postbus 302, 6800 AH Arnhem

Telefoon: (026) 483 47 28

E-mail: info@iossport.nl

Website: www.kiesvoorhartensport.nl

Datum schoolSlag-checklist score: juni 2004

Op Voeten En Fietsen / Jeugd VerkeersKrant**Naam organisatie:** 3VO**Beschikbaar in:** Heel Nederland**Samenvatting**

Lesmateriaal voor resp. groep 5/6 en 7/8 voor verkeerseducatie. Vormt samen met Rondje Verkeer voor groep 1 t/m 4 een doorgaande lijn voor verkeerseducatie voor het basisonderwijs. Voldoet aan kerndoelen verkeer.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Op Voeten En Fietsen (OVEF) en de Jeugd VerkeersKrant (JVK) zijn lesmateriaal voor respectievelijk groep 5/6 en 7/8 voor het basisonderwijs. De werkbladen gaan in op de actualiteit van het verkeer. Het lesmateriaal is omgevingsgericht. Daarnaast staat kennis van en gedrag in het verkeer centraal. De JVK bereidt ook voor op het Verkeersexamen.
Doelgroep	Op Voeten En Fietsen: leerlingen groep 5 en 6 Jeugd VerkeersKrant: leerlingen groep 7 en 8
Kosten voor de school?	De kranten verschijnen ieder 8 keer per jaar. Kosten: € 2,96 per leerling per jaar Subsidiemogelijkheden bij gemeente/provincie of in het kader van verkeersveiligheidslabels voor basisscholen
Past bij welke les / welk kerndoel?	Verkeerseducatie. Voldoet aan kerndoelen en eindtermen voor basisonderwijs groep 5 t/m 8
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Voor de leerkracht is er bij ieder nummer een folder met achtergrondinformatie en lessuggesties. Tevens staan hierin antwoorden van de opgaven. Op www.3vo.nl/kids , onder het tabje leerkrachten, is extra informatie te vinden en meer lessuggesties.

Waar vindt het project plaats?	In de klas
Welke personen zijn nodig <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	Leerkracht Weinig voorbereidingstijd Uitvoeringstijd afhankelijk van wens leerkracht. Gemiddeld een half uur per week
Geëvalueerd? (proces/effect)	Beide verkeerskranten worden jaarlijks geëvalueerd door een gebruikersgroep (panelscholen). Daarnaast wordt jaarlijks een onderzoek gedaan onder kinderen en leerkrachten op verschillende scholen door het hele land.

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: 3VO

Adres: Postbus 432, 1270 AK Huizen

Telefoon: (035) 524 88 92

E-mail: info@3vo.nl

Website: www.3vo.nl

Rondje Verkeer

Naam organisatie: 3VO

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

Lesmateriaal voor verkeerseducatie in groep 1 t/m 4. Vormt samen met OVEF/JVK voor groepen 5/6 en 7/8 een doorgaande lijn voor verkeerseducatie voor het basisonderwijs. Voldoet aan kerndoelen.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Lesmateriaal rond 7 verkeersveiligheidsthe- ma's: lopen, weer en verkeer, spelen, overste- ken, fietsen, meerijden en tekens gericht op praktijk en directe omgeving van het kind
Doelgroep	Groep 1 t/m 4 BO Speciaal onderwijs deels of in hogere groepen. Geschikt voor niet-lezende kinderen.
Kosten voor de school?	€ 199 per pakket. Voor scholen met abonne- ment op OVEF en/of JVK € 179 euro per pak- ket. Subsidie eventueel via provincie/gemeente of in kader van provinciaal verkeersveiligheids- label
Past bij welke les / welk kerndoel?	Verkeerseducatie. Voldoet aan kerndoelen en eindtermen voor basisonderwijs groep 1 t/m 4
Is deskundigheidsbevordering nodig? • voor wie / door wie?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	<ul style="list-style-type: none"> • Activiteitenboek voor de leerkracht rond 7 thema's met achtergrondinformatie • 10 kijkplaten A3 in kleur te gebruiken bij de verhalen in activiteitenboek • 13 foto's A3 in kleur te gebruiken bij kring- gesprekken • 24 kopieerbladen voor de leerlingen • per groep (1 t/m 4) een cd-rom met ver- keersspelletjes

	<ul style="list-style-type: none"> • een audio-cd met liedjes Voor demonstratiemateriaal. Zie www.3vo.nl/kids onder tab 'Leerkrachten'
Waar vindt het project plaats?	In de klas
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering? <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	Leerkracht. Verkeersouders kunnen extra ondersteuning bieden bij praktijklessen. Kwartier voorbereiding per les De uitvoeringstijd per les is variabel; de leerkracht kan dit zelf bepalen.
Geëvalueerd? (proces/effect)	Samengesteld en getest in productiefase bij basisscholen

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: 3VO

Adres: Postbus 432, 1270 AK Huizen

Telefoon: (035) 524 88 92

E-mail: info@3vo.nl

Website: www.3vo.nl

SPORTIEF! Bewegingsonderwijs in groep 7 en 8

Naam organisatie: Publicatiefonds KVLO

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

Met dit leerlingenboekje kunnen kinderen in de bovenbouw van het basisonderwijs zelfstandig hun vorderingen bijhouden. De tussendoelen zijn toegankelijk beschreven en de talrijke illustraties bieden de leerlingen belangrijke ondersteuning. Door regelmatig gebruik van dit boekje kunnen de betrokkenheid en het inzicht in eigen bewegen bij leerlingen vergroot worden. Bovendien neemt het de docent veel registratie uit handen.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Betrokkenheid en inzicht in eigen bewegen bij leerlingen vergroten
Doelgroep	Leerlingen van groep 7 en 8 in het primair onderwijs
Kosten voor de school?	€ 4,95 per leerling(enboekje) voor gebruik gedurende 2 jaar Bij afname van meer dan 25 boekjes € 2,50 per leerling(enboekje) De docentenhandleiding is gratis te downloaden van www.janlutingfonds.nl
Past bij welke les / welk kerndoel?	Alle kerndoelen bewegingsonderwijs
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Gebaseerd op aanwezigheid vakleerkracht
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Met het leerlingenboekje, dat gebaseerd is op het basisdocument Bewegingsonderwijs, kunnen kinderen in de bovenbouw van het basisonderwijs zelfstandig hun vorderingen bijhouden. In het boekje staan de tussendoelen beschreven. Door gebruik ervan kan de betrokkenheid en het inzicht in eigen bewegen bij de leerling vergroot worden. De leerkracht kan een docentenhandleiding downloaden.

Waar vindt het project plaats?	Op de school
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	Vakleerkracht bewegingsonderwijs, uitvoering tijdens de les
Geëvalueerd? (proces/effect)	Het boekje is het evaluatie-instrument voor leerling zelf.

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Stichting Jan Luiting Fonds
Naam contactpersoon: M.G. van Bussel-Schippers
Adres: Postbus 398, 3700 AJ Zeist
Telefoon: (030) 693 76 75
E-mail: alg@kvlo.nl
Website: <http://www.janluitingfonds.nl>

Sportieve School en Sportieve School XL (bovenbouw basisonderwijs)**Naam organisatie:** NKS**Beschikbaar in:** Heel Nederland**Samenvatting**

- a) Het project Sportieve School heeft als doelstelling zoveel mogelijk jeugd te stimuleren tot bewegings- en sportbeoefening. Sportieve School bestaat uit verschillende sportkennismakings-lessen bij de basisscholen en sportintroductietrainingen bij verschillende verenigingen. Voor de sportkennismakingslessen zijn standaard lesbeschrijvingen ontwikkeld en is een materialenpakket beschikbaar. De lessen worden gegeven door de groeps- of vakleerkracht. De introductietrainingen vinden plaats bij de plaatselijke sportverenigingen.
- b) Het project Sportieve School XL kan als apart project worden aangeboden op de school of worden ingezet naast het project Sportieve School. De doelstelling van Sportieve School XL is het bewust maken van kinderen en hun ouders van het belang van een gezonde leefstijl. Het lesprogramma Sportieve School XL bestaat uit drie blokken: Gezond gedrag, Voeding, en Sport en bewegen. Elk blok bestaat uit verschillende elementen, waaruit de gemeente en/of school zelf een keuze kan maken.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	<p>a) Het doel van Sportieve School is zoveel mogelijk jeugd tot bewegings- en sportbeoefening te stimuleren. Dit moet leiden tot daadwerkelijke, regelmatige en blijvende bewegings- en sportbeoefening gedurende een zo lang mogelijke periode van hun leven. Hiermee wordt getracht een bijdrage te leveren aan de bevordering van een gezonde leefstijl. Tevens wordt beoogd sportuitval in de periode na de basisschool tegen te gaan.</p> <p>b) Doelstelling van Sportieve School XL is het bewust maken van kinderen en hun ouders van het belang van een gezonde leefstijl.</p>
Doelgroep	<p>a) Sportieve School: basisschoolleerlingen van groep 5 tot en met 8</p> <p>b) Sportieve School XL: basisschoolleerlingen van groep 5 tot en met 8 en hun ouders</p>

<p>Kosten voor de school?</p>	<p>a) Sportieve School: De gemeente financiert het project. Zij stelt de (sport)accommodaties ter beschikking, levert een eenmalige subsidie voor de aanschaf van materialen en stelt subsidie ter beschikking voor het bekostigen van de lokale projectleider van de NKS.</p> <p>b) Sportieve School XL: De gemeente financiert het project.</p>
<p>Past bij welke les / welk kerndoel?</p>	<p>a) Lichamelijke opvoeding b) Gezond en redzaam gedrag</p>
<p>Is deskundigheidsbevordering nodig?</p>	<p>Nee</p>
<p>Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?</p>	<p>a) Sportieve School bestaat uit verschillende sportkennismakingslessen die gegeven kunnen worden tijdens de les lichamelijke opvoeding op de basisschool en sportintroductietrainingen bij plaatselijke sportverenigingen.</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Sportkennismakingslessen.</i> De leerlingen maken kennis met 10 verschillende takken van sport. De kant-en-klare lessen bestaan uit drie lessen per sport. Er zijn lessen ontwikkeld voor leerlingen van groep 5 en 6 en voor leerlingen van groep 7 en 8. - <i>Introductietrainingen.</i> De plaatselijke sportverenigingen bieden in samenwerking met de scholen, introductietrainingen aan. Leerlingen die geïnteresseerd zijn in een tak van sport, kunnen tijdens twee perioden van 6 weken nader kennis maken met deze tak van sport en de verenigingscultuur. <p>b) Het lesprogramma Sportieve School XL bestaat uit drie verschillende blokken:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Gezond gedrag 2. Voeding 3. Sport en Bewegen

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	<p>Elk blok bestaat uit de volgende elementen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gezond gedrag: Lesmodule Gezond Gedrag, Sportieve School XL Game, Ouderavond Gezond Gedrag, tips en aanbevelingen - Voeding: lesmodule Voeding , Voedingstest XL - Sport en Bewegen: Lesmodule Sport en Bewegen, Lesmodule sportkennismaking, Beweegmeter XL <p>Elke school kan zelf een keuze maken uit de verschillende elementen. Aangeraden wordt om alle elementen te behandelen. De lesmap Sportieve School XL is (tegen betaling) landelijk beschikbaar.</p> <p>a) De inhoud van de lessen ligt vast. De school/gemeente kan wel zelf een keuze maken uit de verschillende takken van sport.</p> <p>b) De inhoud van de modules staat in principe vast. De docent kan hier echter creatief mee om gaan. De school/ gemeente kan zelf een keuze maken uit de verschillende elementen.</p> <p>a) Ja b) Ja</p>
<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>a) Sportieve School vindt plaats op school en bij plaatselijke sportverenigingen. b) Sportieve School XL vindt plaats op school.</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> 	<p>a) Sportieve School: lokale projectleider van de NKS, leerkrachten (lichamelijke opvoeding) en sportverenigingen. b) Sportieve School XL: lokale projectleider NKS, leerkrachten</p> <p>a) Leerkrachten dienen de lesbeschrijving voor aanvang van de les door te lezen en de benodigde sportmaterialen in de gymzaal klaar te zetten. Per les kost dit ongeveer 15 minuten.</p>

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	<p>b) Leerkrachten dienen voor aanvang van de les de lesbeschrijving door te lezen. Wanneer gebruik wordt gemaakt van alle elementen, bedraagt de voorbereidingstijd per leerkracht ongeveer 5 uur per jaar.</p> <p>a) Leerkrachten verzorgen 24 sportlessen van ongeveer 50 minuten. Daarnaast delen de leerkrachten inschrijfformulieren uit en nemen zij deze weer in.</p> <p>b) Wanneer gebruik wordt gemaakt van alle elementen, kost de uitvoering ongeveer 10-15 uur per leerkracht op jaarbasis.</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Resultaten</i> 	<p>a) Het project Sportieve School wordt jaarlijks door de projectleider zowel kwantitatief als kwalitatief geëvalueerd. Dit resulteert in zowel een lokale evaluatie als een totale evaluatie van het project.</p> <p>b) Het project Sportieve School XL wordt jaarlijks door de projectleider zowel kwantitatief als kwalitatief geëvalueerd. Dit resulteert in zowel een lokale evaluatie als een totale evaluatie van het project.</p> <p>a) Het aantal deelnemende scholen, verenigingen en kinderen stijgt in vrijwel alle gemeenten. De afgelopen jaren hebben ongeveer 45.000 leerlingen aan het project deelgenomen.</p> <p>b) Er zijn nog geen resultaten van het project Sportieve School XL bekend. In het schooljaar 2005-2006 starten de eerste projecten.</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: NKS

Contactpersoon: Mevr. K. Laeven/Mevr. I. Quanjel

Adres: Vughterweg 1, Postbus 90124, 5200 MA Den Bosch

Telefoon: (073) 613 13 76

E-mail: vraagbaak@nks.nl

Website: www.nks.nl

Trapvaardig

Naam organisatie: ANWB

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

Trapvaardig is een fietsvaardigheid-oefenpakket voor basisscholen. Het bevat oefenmateriaal (parcours), een handleiding en een videoband. Het parcours wordt uitgezet op het schoolplein of in een ruime gymzaal.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Trapvaardig richt zich op het verbeteren van de fietsvaardigheid van kinderen.
Doelgroep	Groep 7 en 8 van het basisonderwijs
Kosten voor de school?	Het pakket is gratis te leen bij de ANWB.
Past bij welke les / welk kerndoel?	Verkeersveiligheid
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod? <ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Het Trapvaardigparcours, dat kan worden uitgezet op het schoolplein of in een ruime gymzaal. Oefeningen in het parcours zijn onder andere: fietsen over een smalle plank, plotseling stoppen, van rijstrook wisselen, een achtje rijden en een slalom maken. • Een handleiding voor de leerkracht • Een videoband • Werkbladen voor de leerlingen <p>Ja, de handleiding gaat in op de organisatie, biedt suggesties om te variëren op een basis-idee en geeft ideeën voor een eventuele vervolgactie. Er is ook aandacht voor zaken als publiciteit, verzekeringen, veiligheid en EHBO.</p> <p>Leerlingen nemen zelf hun fiets mee.</p>

• <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i>	Ja
Waar vindt het project plaats?	Op het schoolplein of in een ruime gymzaal
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	Groepsleerkracht en enkele ouders

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: ANWB

Adres: Postbus 93200 2509 BA Den Haag

Telefoon: (070) 314 74 90

E-mail: trapvaardig@anwb.nl

Website: www.anwb.nl

Van 8 naar 1

Naam organisatie: 3VO

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

Project voor groep 8 als voorbereiding op de nieuwe schoolroute naar het voortgezet onderwijs.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Leerlingen (en ouders) van groep 8 verkennen de nieuwe school-thuisroute naar het voortgezet onderwijs
Doelgroep	Leerlingen uit groep 8
Kosten voor de school?	Leskrant Van 8 naar 1 (Jeugdverkeerskrant special), stickers en certificaat € 5,95 voor 5 leerlingen handleiding voor leerkrachten € 2,10 handleiding voor verkeersouders, wijkagent, rijkschoolhouders (externe organisatoren) € 1,35 (voor verkeersouders gratis) Subsidie mogelijk via gemeente, provincie of verkeersveiligheidslabel voor basisscholen
Past bij welke les / welk kerndoel?	Verkeerseducatie
Is deskundigheidsbevordering nodig? • <i>voor wie / door wie?</i>	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod? • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i>	Project bestaat uit verkenning van de nieuwe school-thuisroute. Via opdrachten gaan de leerlingen de route bekijken, signaleren ze lastige punten en leren ze hoe hiermee om te gaan. Zowel fietsend als met het openbaar vervoer kan de route bekeken en geoefend worden. Met opdrachten kunnen leerlingen stickers verdienen en uiteindelijk een certificaat.

Waar vindt het project plaats?	Op school of op school en in de praktijk
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	Afhankelijk van de wijze van uitvoering kan dit gedaan worden door de leerkracht of de leerkracht in samenwerking met verkeersouder/ouders/politie/rijkschoolhouder of anderen.
Geëvalueerd? (proces/effect) • <i>Resultaten</i>	Geëvalueerd in Gelderland

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: 3VO

Adres: Postbus 432, 1270 AK Huizen

Telefoon: (035) 524 88 92

E-mail: info@3vo.nl

Website: www.3vo.nl

Verkeersbrigadiers

Naam organisatie: 3VO

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

Verkeersbrigadiers zorgen ervoor dat kinderen veilig over kunnen steken bij hun school en verbeteren zo de verkeersveiligheid. 3VO coördineert samen met de politie en de Stichting Verkeersbrigadiers het project.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Behartigt de belangen van en verleent diensten ten behoeve van verkeersbrigadiers in den lande.
Doelgroep	Ouders en kinderen van basisscholen
Kosten voor de school?	Geen kosten voor de school
Past bij welke les / welk kerndoel?	Verkeersveiligheid
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Door de politie
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Kinderen vanaf 10 jaar en ouders krijgen een opleiding tot verkeersbrigadier en draaien een rooster om te helpen met oversteken. Informatie is te verkrijgen bij 3VO.
Waar vindt het project plaats?	Op scholen
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	Ouders, school, kinderen, politie. Politie om brigadiers te trainen
Geëvalueerd? (proces/effect) • <i>Resultaten</i>	Al sinds 1947 effectief gebleken. Jaarlijks evaluatie met deelnemers.

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Stichting Verkeersbrigadiers

Naam contactpersoon: Mariëtte van Leeuwen

Adres: Postbus 432, 1270 AK Huizen

Telefoon: (035) 524 88 55

E-mail: info@verkeersbrigadiers.org of m.van.leeuwen@3vo.nl

Website: www.verkeersbrigadiers.org

Verkeersexamen

Naam organisatie: 3VO

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

3VO biedt scholen de gelegenheid om leerlingen het Verkeersexamen te laten doen, zowel theoretisch als praktisch. Het theoretisch deel wordt landelijk aangeboden op een vaste dag in het jaar. Het praktische Verkeersexamen wordt lokaal georganiseerd in samenwerking met scholen, politie, gemeente en/of 3VO-afdelingen.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Stimuleren van verkeerseducatie op scholen en van ook praktisch gericht verkeersonderwijs. Belang van verkeerskennis en verkeersgedrag bij leerlingen onder de aandacht brengen. Toetsen van verkeerskennis en verkeersinzicht in relatie tot eindtermen
Doelgroep	Groep 7 en 8 van de basisschool
Kosten voor de school?	€ 12 per 5 leerlingen voor het schriftelijk Verkeersexamen De kosten van het praktisch Verkeersexamen zijn afhankelijk van de organisatie.
Past bij welke les / welk kerndoel?	Verkeerseducatie. Toetsing in kader van eindtermen
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Schriftelijk Verkeersexamen: per leerling examen, diploma en Doe-kalender. Voor leerkracht: handleiding en herexamen. 6 weken vóór het examen wordt op de 3VO-site www.3vo.nl/examen oefenmogelijkheid gegeven voor het examen. Praktijkexamen: materialen ter ondersteuning zijn te bestellen bij 3VO. Scholen die voor de eerste keer meedoen met het examen kunnen ondersteuning krijgen bij de organisatie.

Waar vindt het project plaats?	Schriftelijk: op school. Praktisch: in de wijk/omliggende wijken
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	Leerkrachten en vrijwilligers om te begeleiden bij het praktijk onderdeel. 3VO coördineert.
Geëvalueerd? (proces/effect)	Is geëvalueerd op proces; leraren vullen een enquête in na afloop van het project.

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: 3VO

Adres: postbus 432, 1270 AK Huizen

Telefoon: (035) 524 88 00

E-mail: info@3vo.nl

Website: www.3vo.nl

Verkeersouders**Naam organisatie:** 3VO**Beschikbaar in:** Heel Nederland**Samenvatting**

Met de Verkeersouders biedt 3VO de mogelijkheid voor ouders om de buurt rond de school van hun kind veiliger te maken en inspraak te hebben. Kan aangevraagd worden via school, politie of gemeente.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Verbeteren van de verkeersveiligheid van kinderen, goed verkeersonderwijs en veilige schoolroutes en schoolomgeving
Doelgroep	Ouders van kinderen op de basisschool en kinderen zelf, vrije keuze
Kosten voor de school?	1e jaar € 143,60 per ouder en 2e jaar en later € 78,75. In ruil hiervoor diensten, materialen, ondersteuning en opleiding. Het Landelijk Steunpunt Verkeersouders regelt vaak subsidie voor scholen voor de kosten
Past bij welke les / welk kerndoel?	Verkeerseducatie
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Ja, verzorgd door het Landelijk Steunpunt Verkeersouders
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod? • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i>	Er wordt een verkeersouder aangesteld die aanspreekpunt is en coördinator voor verkeersveiligheidsactiviteiten rond school. Verkeersouder werkt samen met leerkrachten en MR/ouderraad, vanuit het idee dat verkeersveiligheid een verantwoordelijkheid is van school en ouders samen. Verkeersouders worden onderdeel van een verkeersoudernetwerk en een lokaal netwerk. 3VO biedt ondersteuning en platforms voor verschillende activiteiten. Verkeersouder(werkgroep) bepaalt zelf (in overleg met de school) welke activiteiten rele

	vant zijn voor de school en waar zij hun activiteiten op richten.
Waar vindt het project plaats?	Op en rond de school
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering? <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	Uitvoerings- en voorbereidingstijd verschilt per project. Voor spreiding van werkzaamheden is een werkgroep rond de verkeersouder aanbevolen. Uitvoering kan ook plaatsvinden samen met verkeersouders van omliggende scholen of in samenwerking met gemeente/politie lokale 3VO-afdeling.
Geëvalueerd? (proces/effect)	Evaluatie op school is eigen verantwoordelijkheid. 3VO voert kwaliteitsonderzoek uit op landelijke schaal naar effectiviteit.

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: 3VO

Naam contactpersoon: Landelijk Steunpunt Verkeersouders

Adres: Postbus 432, 1270 AK Huizen

Telefoon: (035) 524 88 00

E-mail: verkeersouders@3vo.nl

Website: www.3vo.nl

Verkeersslang**Naam organisatie:** DTV Consultants**Beschikbaar in:** Heel Nederland**Samenvatting**

De kinderen moeten gedurende een lesweek zoveel mogelijk met de fiets, te voet of met het openbaar vervoer naar school komen. Dan krijgen zij een sticker. Deze stickers worden dagelijks verzameld en op een spandoek met een Verkeersslang aangebracht. Als de Verkeersslang aan het einde van de week vol is, krijgen de kinderen van de school een beloning.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Het terugdringen van het autogebruik in het woon-school-verkeer teneinde een verkeersveiligere schoolomgeving te realiseren, minder het milieu te belasten en kinderen meer te laten bewegen. Het halen van een streefpercentage voor het aantal veilige, gezonde en milieuvriendelijke verplaatsingen. DTV Consultants maakt, in samenwerking met de basisscholen, op basis van een voormeting een inschatting van het doel dat met het spel te behalen is.
Doelgroep	Basisschoolleerlingen, ouders en schoolpersoneel, maar ook wijkbewoners en de gemeente.
Kosten voor de school?	Onbekend
Past bij welke les / welk kerndoel?	De Verkeersslang zoekt primair aansluiting bij de verkeerslessen, maar kan ook in het kader van natuur en milieu en gezondheid worden ingezet.
Is deskundigheidsbevordering nodig? • voor wie / door wie?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Het project bestaat uit drie hoofdonderdelen:

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Vorbereiding:</i> hierbij wordt een nulmeting uitgevoerd om te bezien hoe de kinderen momenteel naar school komen. Er wordt een projectgroep geformeerd met betrokken partijen: schoolteam, verkeersouders, vertegenwoordigers gemeente en politie, eventueel aangevuld met vrijwilligers van onder andere 3VO. Een ander punt binnen de voorbereiding is een verkeersschauw in de directe schoolomgeving waarbij de verkeersonveilige punten in kaart worden gebracht. 2. <i>Uitvoering:</i> er wordt een themaweek rond verkeer en verkeersveiligheid georganiseerd. In deze week komen de kinderen zoveel mogelijk met de fiets, lopend of per openbaar vervoer naar school en krijgen daarvoor een sticker. Al deze stickers worden verzameld en op een spandoek met de Verkeersslang aangebracht. Als de Verkeersslang aan het einde van de week vol zit, krijgen de kinderen een prijs. Aan de leerkrachten wordt eveneens gevraagd met de fiets, lopend en per openbaar vervoer naar school te komen. Bij het spel worden lesideeën en lesmateriaal geleverd. Afhankelijk van de keuze van de school, kan zo de hele week in het teken staan van verkeer, verkeersveiligheid, milieubewust en gezond naar school komen. 3. <i>Nameting:</i> Na vier tot zes weken wordt een nameting gedaan om te kijken of het resultaat blijvend is. De school vindt alle resultaten van de voormeting, spelmeting en nameting terug op www.verkeersslang.nl. Daar staan ook de resultaten van de school. <p>Ja, de onderdelen zijn aan te passen aan de wensen van de school.</p> <p>Ja, het is een kant-en-klaar pakket.</p>
---	---

Waar vindt het project plaats?	Op en rond de school
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering? <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	<p>DTV Consultants zorgt voor de coördinatie van het project, de levering van de materialen, het verwerken van de metingen en het begeleiden van de school. Inzet van leerkrachten, verkeersouders, de gemeente, de politie en anderen is nodig om de themaweek tot een succes te maken.</p> <p>Vijf weken voor aanvang van een themaweek dient definitief bekend te zijn dat een school de Verkeersslang wil inzetten.</p> <p>De Verkeersslang wordt gedurende een hele lesweek van vijf dagen gespeeld. Het is de bedoeling dat de school zelf een themaweek omtrent het onderwerp verkeer vormgeeft.</p> <p>Twee weken voor deze themaweek wordt de voormeting gedaan. Na ongeveer vijf weken wordt een nameting gedaan. De totale looptijd inclusief voor- en nameting bedraagt dus ongeveer acht weken.</p>
Geëvalueerd? (proces/effect) <ul style="list-style-type: none"> • <i>Resultaten</i> 	<p>DTV Consultants meldt dat tijdens de themaweek veel meer naar school wordt gefietst en gelopen. Scholen die met het project werken hebben er positieve ervaringen mee. In totaal is de Verkeersslang op een 150-tal scholen ingezet. Op bijna alle scholen is het streefdoel gehaald en is het autogebruik drastisch teruggedrongen. In veel gevallen met een blijvend effect ten gunste van de fiets en/of lopen.</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: DTV Consultants
Adres: Teteringsedijk 3, 4817 MA Breda
Telefoon: 076-513 66 00
E-mail: verkeersslang@dtvconsultants.nl
Website: www.verkeersslang.nl

Broodje Oosterpark

Naam organisatie: GGD Groningen en Thuiszorg Groningen (Ouder- en Kindzorg)

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

Broodje Oosterpark is een voorlichtingscampagne over gezonde voeding met als onderdeel het receptenboekje *Broodje Oosterpark: recepten en tips voor een gezond eetpatroon bij kinderen*. Het boekje, vóór en dóór ouders van de leerlingen van de Vensterschool Oosterpark, is het resultaat van een serie ouderbijeenkomsten over gezonde voeding.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Het vergroten van kennis over gezonde voeding. Ouders van kinderen van 0 tot 12 jaar kunnen een halfjaar na de start van de campagne het belang van goede voeding in relatie tot hun eigen gezondheid benoemen.
Doelgroep	Ouders van kinderen van 0 tot 12 jaar die in de Oosterparkwijk wonen. In een vervolg worden ook de kinderen zelf benaderd.
Kosten voor de school?	Kosten voor de materialen, voorlichting door een diëtiste, en het maken van het boekje. Daarna kosten voor vervolgvacaties gericht op kinderen (afhankelijk van de gekozen activiteit)
Past bij welke les / welk kerndoel?	Bevorderen van gezond gedrag, betrekken van ouders
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Wordt uitgevoerd door JGZ en OKZ-verpleegkundigen. Het tweede deel wordt uitgevoerd door instanties die reeds werken met de doelgroep.
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Door middel van een ouderwerkgroep die regelmatig bijeenkomt wordt het thema besproken en worden barrières weggenomen en concrete voorbeelden uitgewerkt. Een sociaal verpleegkundige van de GGD en de

	<p>verpleegkundige van de OKZ initiëren deze ouderwerkgroep.</p> <p>In een vervolgtraject worden instanties betrokken die structureel werken met de kinderen. Hierdoor vindt de campagne aansluiting bij bestaande activiteiten. Zo kan er een nieuwe impuls gegeven worden aan kookclubs voor kinderen, bewegingsactiviteiten gecombineerd met goede voeding, naschoolse activiteiten en de regels en afspraken op scholen.</p> <p>Bij Broodje Oosterpark is een receptenboekje ontwikkeld met praktische tips en lekkere recepten. Het boekje is vóór en dóór ouders ontwikkeld.</p> <p>Beschikbare materialen: Projectplan Broodje Oosterpark, digitaal beschikbaar Receptenboekje, zolang de voorraad strekt Procesevaluatie en vervolg, digitaal beschikbaar</p>
Waar vindt het project plaats?	In het gebouw van de Vensterschool (Brede school)
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	<p>Een sociaal verpleegkundige van de GGD, OKZ-verpleegkundige</p> <p>Een diëtiste van de thuiszorg</p> <p>Voor vervolg: medewerkers naschoolse activiteiten</p>
Geëvalueerd? (proces/effect)	Procesevaluatie

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: GGD Groningen

Naam contactpersoon: Hannie Poletiek

Adres: Postbus 584, 9700 AN Groningen

Telefoon: (050) 367 40 00

E-mail: icg@hvd.groningen.nl

Website: www.ggdgroningen.nl

Groenten en fruit voor 9-12-jarigen uit achterstandsgezinnen: Lage SES/SchoolGruiten (2002-2005)

Naam organisatie: Voedingscentrum Nederland

Beschikbaar in: Heel Nederland vanaf 2006

Samenvatting

Dit project richt zich op het stimuleren van groente- en fruitgebruik bij 9-12 jarige scholieren uit achterstandsgezinnen en hun ouders door school- en wijkinterventies. Twee interventies, *peer education* ofwel voorlichting voor en door de doelgroep en voedingsadvies-op-maat, zijn ontwikkeld voor de schoolsetting en worden op effect vergeleken in twee onderzoekssteden: Arnhem en Tilburg. Daarnaast zijn twee wijkinterventies ontwikkeld: voor kinderen het Kinderkookcafé en voor moeders de Lekker Fit! bijeenkomsten, waarin het proeven van en praten over groenten en fruit centraal staat. Voor alle interventieactiviteiten is een procesevaluatie uitgevoerd. De GGD'en zijn ingeschakeld bij ontwikkeling, uitvoering en onderzoek. Gemeten wordt op de determinanten: kennis, bewustwording, attitude en eigen effectiviteit. Indien effect wordt gevonden, zal de interventie landelijk worden geïmplementeerd. Bij de ontwikkeling van het werkboek, de handleiding en de video's is samenwerking gezocht met het landelijke SchoolGruiten (= groente en fruit eten) project, maar in 'Groenten en fruit voor 9-12-jarigen...' wordt geen groente en fruit verstrekt op school. Bij de materiaalontwikkeling van het interactieve groenten- en fruit-advies-op-maat is samengewerkt met het Europese ProChildren project van de Erasmus universiteit.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Vergelijken van twee interventiemethodes voor 9-12-jarige schoolkinderen en ouders uit achterstandswijken: <i>peer education</i> (voor en door methode) en voedingsadvies-op-maat (persoonlijk afgestemde voorlichting) met als doel groente en fruitconsumptie te stimuleren door bepaalde determinanten van gedrag aan te pakken
Doelgroep	Basisscholen in achterstandswijken en wijk- en buurthuiscentra <ul style="list-style-type: none"> • 9-12-jarige schoolkinderen met een lage sociaal-economische status (allochtoon/ autochtoon) • ouders • intermediairen: leerkrachten; wijk/buurthuiswerkers

	GGD'en: Aan het eind van het project: draaiboek regionale implementatie
Past bij welke les / welk kerndoel?	Aandachtsgebied 'Bevorderen van gezond gedrag': voeding
Kosten voor de school?	In het proefproject niets. Scholen krijgen een budget om lessen uit te voeren; wijk/buurt-huiscentra ook.
Is deskundigheidsbevordering nodig? • <i>voor wie / door wie?</i>	Ja, na afloop van het project: artikelen, workshops ed. 2005 door Voedingscentrum 1. GVO'ers van GGD'en: begeleiding op basisscholen 2. Epidemiologen van GGD'en: monitoring 3. Wijk- en buurthuiswerkers – training als kookbegeleider in Kinderkookcafés 4. Diëtisten van de thuiszorg of GGD: training voor Lekker Fit bijeenkomsten 5. Vereniging van Nederlandse Gemeenten, in verband met nota's lokaal gezondheidsbeleid 6. Ouderverenigingen / Vereniging Openbaar Onderwijs: artikelen, eventueel inleiding
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod? • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i>	Materialen – schriftelijk 1. Groente- en fruitadvies op maat: cd-rom zelftest voor 9-12-jarigen, met adviezen over meer groenten en fruit, afhankelijk van de score. Dit wordt twee keer ingezet op scholen. 2. SchoolGruiten video: 5 afleveringen, 7 minuten, te combineren met werkboekje 3. Werkboekje SchoolGruiten voor 9-12-jarigen 4. Handleiding docenten 5. Posters voor leerlingen over groenten en fruit NB 2 t/m 5 samen met SchoolGruiten-project uitgegeven Het is een kant-en-klaar pakket, maar de materialen zijn flexibel in te zetten.

	<p>6. Kinderkookcafé (training kookbegeleiders; draaiboek en recepten voor scholieren voor 8 kookbijeenkomsten.) – voor kookdocenten / intermediairen in buurthuizen, maar kan ook op school worden gebruikt, bijvoorbeeld in het kader van de Brede School.</p> <p>7. Lekker Fit! proeven en praten over groenten en fruit – voor moeders van leerlingen. Draaiboek voor diëtist. Bestemd voor bijeenkomsten in buurthuizen.</p>
<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>Arnhem en Tilburg; 2002-2005. Vanaf midden 2006 – hele land</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p> <p>• <i>Vorbereidingstijd</i></p> <p>• <i>Uitvoeringstijd</i></p>	<p>Per gemeente:</p> <ul style="list-style-type: none"> • GVO'er – procesbegeleiding op scholen • Epidemioloog - monitoring • Wijk/buurthuismedewerkers voor kinderkoken • Diëtist of voedingskundige voor Lekker Fit! • Scholen – leerkrachten <p>minstens 1 jaar – contacten leggen in gemeente; subsidiestromen verkennen voor kinderkoken en dergelijke, afstemmen wijk-buurthuiswerk en preventiewerk, project-groep bij elkaar krijgen etc.</p> <p>1-3 jaar: schoolinterventie is voor groepen 5 t/m 8, één jaar per groep is nodig. Wijkinterventies kosten tijd om te bestendigen.</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ja, zowel effect- als procesevaluatie • Effectevaluatie: nulmeting bij tweeduizend schoolkinderen in september 2003, tweede meting eind van het schooljaar 2003, derde meting herfst 2003 • Procesevaluatie: alle activiteiten: scholen, leerkrachten, kinderen, kookbegeleiders, diëtisten, GGD'en etc.

SchoolSlag-checklistscore*	1. Effectiviteit	●●●○○
	2. Planmatigheid	●●●●○
	3. Efficiëntie ondersteunende instelling	●●●○○
	4. Efficiëntie voor school	●●●●●
	5. Onderwijsgerichtheid	●●●●○
	6. Participatie	●●●●●
	7. Aandacht omgeving	●●●●○
	8. Kwaliteit begeleiding	●●●●○
	9. Diversiteit	●●●●●
	* Schaal: ○○○○○ zwak tot sterk ●●●●●	

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Voedingscentrum Nederland

Naam contactpersoon: Jeltje Snel, projectleider

Adres: Postbus 85700, 2508 CK Den Haag

Telefoon: (070) 306 88 85

E-mail: snel@voedingscentrum.nl

Website: www.voedingscentrum.nl

Datum schoolSlag-checklistscore: juni 2004

KetenCampagne

Naam organisatie: Voedingscentrum Nederland in samenwerking met Schoolsupport
Beschikbaar in: Heel Nederland

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Met de KetenCampagne wil het Voedingscentrum meer inzicht geven in hoe producten tot stand komen, zodat kinderen bewuste keuzes kunt maken. Onderdelen zijn de lessenseries diepvriespizza, erwtensoep en sinaasappelsap.
Doelgroep	Groep 5 en 6
Kosten voor de school?	Gratis
Past bij welke les / welk kerndoel?	Gezond en redzaam gedrag
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Erwtensoep bestaat uit 15 vraag- en antwoordpuzzels (28,5 x 36,5 cm) voor gebruik in groepjes, een lesbrief met kopieerbare werkbladen, uitgewerkte lessen en lessuggesties, mini-posters op A4-formaat voor de kinderen, verpakt per 30 stuks. De lesmaterialen zijn gratis. De school betaalt éénmalig € 11,95 voor de kosten van verzending, verpakking en administratie. Sinaasappelsap bestaat uit een Handleiding les 1 tot en met 3, Kopieerbare werkbladen voor de leerlingen en Eén poster met de verschillende sapstappen. Over diepvriespizza is nog geen informatie bekend.
Waar vindt het project plaats?	Op school

Welke personen zijn nodig bij de uitvoering? • <i>Uitvoeringstijd</i>	De leerkracht Drie lessen
Geëvalueerd? (proces/effect)	Niet geëvalueerd. Er is wel een pretest uitgevoerd.

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Uitgeverij Schoolsupport,
Adres: Postbus 21, 9600 AA Zuidhorn,
Telefoonnummer: (0594) 50 01 45,
E-mail: bestel@schoolsupport.nl.
Website: www.schoolsupport.nl

Naam organisatie: Voedingscentrum Nederland
Naam contactpersoon: Jeltje Snel
Adres: Postbus 85700, 2508 CK Den Haag
Telefoon: (070) 306 88 85
E-mail: snel@voedingscentrum.nl
Website: www.voedingscentrum.nl

Nationaal Schoolontbijt

Naam organisatie: Stichting Bakkerij Imago

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

Het Nationaal Schoolontbijt is een feestelijk ontbijt voor de hele school. Het ontbijt wordt bij de school afgeleverd en ook weer opgehaald. Het wil bijdragen aan meer kennis over goede, gezonde voeding en het eten van brood bevorderen.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Het Nationaal Schoolontbijt wil het plezier en belang van een goed ontbijt onder de aandacht brengen van scholieren, hun ouders en leerkrachten. Het wil bijdragen aan meer kennis over goede, gezonde voeding en het eten van brood bevorderen.
Doelgroep	Basisschoolleerlingen en hun ouders
Kosten voor de school?	Geen
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Het Nationaal Schoolontbijt is een feestelijk ontbijt voor de hele school. Het ontbijt wordt bij de school afgeleverd en ook weer opgehaald. De deelnemende scholen krijgen een spoorboekje waarmee zij, stap voor stap, het ontbijt op school kunnen organiseren. Daarnaast kunnen de deelnemende scholen posters, smikkelpaspoorten, stickers, dvd's en een levensgrote boterham met bestek bestellen. De levensgrote boterham mogen de deelnemers 2 dagen op school houden. Van de website www.schoolontbijt.nl kunnen lessuggesties over het onderwerp ontbijt en gezonde voeding en materialen voor alle groepen van het basisonderwijs worden gedownload. Er kan zelfs een excursie naar een bakkerij worden georganiseerd.

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> 	<p>Ten slotte zijn op een cd-rom voorbeelden van persberichten, teksten voor de schoolkrant, brieven aan ouders, beeldmateriaal, kleurplaten en interessante links opgenomen.</p> <p>De school kan zelf bepalen welke lessen zij geeft.</p>
<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>Op school</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p>	<p>Leerkrachten en de regionale contactpersoon van het Nationaal Schoolontbijt</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p>	<p>Men is bezig met een vervolgonderzoek: gaan kinderen beter ontbijten</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Het Nationaal Schoolontbijt

E-mail: info@schoolontbijt.nl

Website: www.schoolontbijt.nl

Ouderavonden Nederlandse Hartstichting: Ouderavond over Voeding en Bewegen en Nationale Ouderavond Vette Verleiders

Naam organisatie: Nederlandse Hartstichting

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

Het voorkómen van overgewicht bij kinderen door gezond leven en regelmatig bewegen staat centraal in de ouderavond van de Hartstichting over gezond gewicht en een gezonde leefstijl. De andere ouderavond gaat over de invloed van reclame op het eetgedrag van kinderen. De avonden zijn voor ouders van kinderen tussen 4 en 12 jaar. De ouderavond is aan te vragen bij de Hartstichting.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Ouderavond 1: informatie over het belang van een gezonde voeding en voldoende bewegen bij kinderen Ouderavond 2: informatie over reclame en de invloed op het eetgedrag van kinderen (Vette Verleiders)
Doelgroep	Ouders van kinderen tussen 4 en 12 jaar
Kosten voor de school?	€ 50,- per avond
Past bij welke les / welk kerndoel?	Gezond en redzaam gedrag
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Een voorlichtster van de Hartstichting geeft tijdens ouderavond 1 uitgebreide informatie over het belang van een gezonde voeding en voldoende bewegen bij kinderen. Ook het belang van niet roken komt kort aan bod. De ouders krijgen veel praktische tips over snel, gemakkelijk én gezond eten en over regelmatig bewegen. De ouderavond duurt ongeveer 2 uur. Ouderavond 2 (Vette Verleiders) heeft als thema de invloed van reclame op het eetge

	drag van kinderen en gaat dieper in op reclame technieken, het belang van het lezen van het etiket, en voedingsclaims in relatie tot het voedingsgedrag van kinderen in de basisschoolleeftijd.
Waar vindt het project plaats?	In de school
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	Een voorlichtster van de Hartstichting Een medewerker van de school voor de organisatie
Geëvalueerd? (proces/effect)	Procesevaluatie, waarna aanpassingen op de concepten hebben plaatsgevonden

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Nederlandse Hartstichting

Adres: Postbus 300, 2501 CH Den Haag

Telefoon: (070) 315 55 72 (secretariaat afdeling preventie en voorlichting)

E-mail: ouderavond@hartstichting.nl

Website: www.hartstichting.nl

Ouderavond Teleac/NOT

Naam organisatie: Teleac/NOT

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

Teleac heeft samen met het Voedingscentrum een ouderavond ontwikkeld die tot doel heeft met ouders te bespreken welke verantwoordelijkheden zij hebben en welke taken de school op zich neemt bij de aanpak van gezondheidsproblemen bij kinderen.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Met ouders bespreken welke verantwoordelijkheden zij hebben en welke taken de school op zich neemt bij de aanpak van gezondheidsproblemen bij kinderen.
Doelgroep	Ouders
Kosten voor de school?	€ 18,50 + € 4,- verzendkosten
Past bij welke les / welk kerndoel?	Gezond en redzaam gedrag
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	De opzet van de ouderavond is zo dat deze volledig kan worden voorbereid en uitgevoerd door mensen binnen de school. De ouderavond maakt gebruik van fragmenten van de uitzending van <i>Bij ons thuis</i> . De brochure bevat een voorbeeld van een uitnodigingsbrief, een bericht voor in de nieuwsbrief, veel gestelde vragen en een spoorboekje over het verloop van de avond met aanvullende informatie. Er wordt aandacht besteed aan gezond eten en gezond bewegen.
Waar vindt het project plaats?	In de school
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	Een leerkracht, de directeur of intern begeleider om de avond uit te voeren

Geëvalueerd? (proces/effect)	Nee
------------------------------	-----

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Teleac/NOT

Adres: Postbus 1070, 1200 BB Hilversum

Telefoon: (035) 629 34 56 / klantenservice: 0900 1344 (€ 0,20/min.)

E-mail: teleacnot@teleacnot.nl

Website: www.teleac.nl

SchoolGruiten

Naam organisatie: Ministerie van VWS / Productschap Tuinbouw, Voedingscentrum Nederland en AGF promotie Nederland

Beschikbaar in: Heel Nederland voor lesmateriaal, 7 gemeentes voor verstrekking van fruit/groente

Samenvatting

SchoolGruiten stimuleert kinderen vaker voor groenten en fruit te kiezen door twee keer per week gratis fruit of knabbelgroente te verstrekken op basisscholen in 7 gemeentes in Nederland. De campagne is uitgevoerd in Almelo, Breda, Deventer, Dordrecht, Den Haag, Leiden en Zwolle van 2002-2005. Het project wordt ondersteund door gratis lesmateriaal voor groepen 5 tot en met 8, dat door iedere school in Nederland is te downloaden van www.schoolgruiten.nl. Het project wordt uitgevoerd door het Voedingscentrum en AGF Promotie. Eind 2005 wordt bekeken hoe de 7 gemeentes zelf verder kunnen gaan met het verstrekken van groenten en fruit. De gemeentes Amsterdam en Schiedam en de provincie Drenthe zullen ook meedoen aan dit vervolg.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Bevorderen van fruit- en groenteconsumptie; vergroten van kennis over groenten en fruit; bevorderen van een positieve attitude ten aanzien van groente en fruit eten; bewust worden van eigen groente- en fruitconsumptiegedrag en het vergroten van eigen effectiviteit ten aanzien van vragen om meer groenten en fruit
Doelgroep	Groepen 5 tot en met 8 basisonderwijs; 75.000 leerlingen en 7000 leerkrachten in 7 steden
Kosten voor de school?	Gratis aan te vragen op www.schoolgruiten.nl
Past bij welke les / welk kerndoel?	Aandachtgebied 'Bevorderen van gezond gedrag': voeding / natuuronderwijs
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	1. SchoolGruiten-materiaal is samen met het Lage SES / SchoolGruiten-project ontwikkeld.

<p>• <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - SchoolGruiten docentenhandleiding, werkboek voor leerlingen - Poster met verschillende soorten groenten en fruit - SchoolGruiten on tour, videoband met 5 afleveringen van 7 minuten voor en door kinderen - SchoolGruiten promotieposters <p>2. SchoolGruiten website: www.schoolgruiten.nl</p> <p>3. Groente en fruit 2x per week – gratis in proefgemeentes tot 2005</p> <p>4. Promotietour 'SchoolGruiten on tour' waarbij gruitboxen worden overhandigd. Hierin kunnen kinderen, behalve brood, ook fruit en stukjes groente meenemen. De tour duurt 3 jaar en start in de 7 Gruitgemeenten, daarna volgt de rest van de basisscholen in Nederland.</p> <p>Het is een kant-en-klaar pakket.</p>
<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>Lesmateriaal in heel Nederland Groente-/fruitverstrekking in 7 proefgemeenten</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p>	<p>Leerkrachten</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p>	<p>Het hele project wordt geëvalueerd: op effect wat betreft consumptiegedrag van leerlingen, determinanten van gedrag van leerlingen en attitude van ouders. Het verstrekken van groente/fruit en de lesactiviteiten worden als proces geëvalueerd. Eerste gegevens van de nulmeting zijn vanaf 2004 beschikbaar. De effect- en procesgegevens later. Het lespakket is beoordeeld als onderdeel van het Lage SES / SchoolGruiten-project.</p>
<p>SchoolSlag-checklistscore*</p>	<p>1. Effectiviteit ●●●○○</p> <p>2. Planmatigheid ●●●●○</p> <p>3. Efficiëntie ondersteunende instelling ●●●○○</p> <p>4. Efficiëntie voor school ●●●●●</p> <p>5. Onderwijsgerichtheid ●●●●○</p>

	6. Participatie ●●●●● 7. Aandacht omgeving ●●●●○ 8. Kwaliteit begeleiding ●●●●○ 9. Diversiteit ●●●●● * Schaal: ○○○○○ zwak tot sterk ●●●●●
--	---

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: De Gruitlijn voor scholen, tel. (079) 347 08 10

E-mail: info@gruiten.nl

Website: www.schoolgruiten.nl

Naam organisatie: AGF Promotie Nederland

Naam contactpersoon: Marja Slagmoolen

Adres: Postbus 7122, 2701 AC Zoetermeer

Telefoon: (079) 347 08 08

Telefax: (079) 347 05 05

Naam organisatie: Voedingscentrum Nederland

Naam contactpersoon: Marianne Luchinger

Adres: Postbus 85700, 2508 CK Den Haag

Telefoon: (070) 306 88 63

E-mail: luchinger@voedingscentrum.nl

Website: www.voedingscentrum.nl

Datum schoolSlag-checklistscore: juni 2004

Smaaklessen

Naam organisatie: Wageningen Universiteit en Voedingscentrum Nederland. Het programma is geïnitieerd door topkok Pierre Wind, de Centraal Educatieve Dienstverlening in Rotterdam en het InnovatieNetwerk Groene Ruimte en Agrocluster.

Wageningen Universiteit en Voedingscentrum Nederland zijn een samenwerkingsverband aangegaan om het programma Smaaklessen verder uit te werken.

Beschikbaar in: Rotterdam, waarschijnlijk vanaf september 2007 landelijk beschikbaar. Op dit moment wordt het lespakket aangepast en geoptimaliseerd en het programma is sterk in ontwikkeling.

Samenvatting

Smaaklessen moet de interesse en kennis van kinderen van het basisonderwijs in voeding, voedsel en gezondheid vergroten door middel van zinnenprikkende en praktische lessen. In de Smaaklessen is veel aandacht voor de praktijk. Kinderen leren door zelf te ervaren. In het lesmateriaal zijn daarom veel proefjes opgenomen.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	De interesse en kennis van kinderen van het basisonderwijs in voeding, voedsel en gezondheid vergroten door middel van zinnenprikkende en praktische lessen, zodat ze in toenemende mate weloverwogen keuzes leren maken met betrekking tot hun eten. Op de lange termijn is de ambitie een bijdrage te leveren aan een gedragsverandering ten gunste van een verantwoord maar lekker voedingspatroon
Doelgroep	De primaire doelgroep is kinderen van het basisonderwijs (4-12 jaar). Daarnaast worden betrokken: <ul style="list-style-type: none"> • Docenten van het basisonderwijs • Ouders • Studenten en docenten Pabo
Kosten voor de school?	Nog nader te bepalen
Past bij welke les / welk kerndoel?	Lessen: biologie, natuuronderwijs, wereldoriëntatie Kerndoel: gezond gedrag

<p>Is deskundigheidsbevordering nodig?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pabo-docenten en -studenten en basis-schooldocenten worden bijgeschoold over voeding en voedsel door Hogere Agrarische Scholen • GGD'en en de Onderwijsbegeleidingsdienst zullen waarschijnlijk een rol spelen in de begeleiding van docenten.
<p>Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?</p>	<p>Er is een lespakket ontwikkeld voor een lokaal project in Rotterdam. Dit pakket is niet meer te bestellen. Een nieuw lespakket met bijbehorend programma is in ontwikkeling en zal vanaf september 2007 beschikbaar zijn.</p> <p>Het lespakket voor Rotterdam bestaat uit verschillend lesmateriaal voor de onder, midden- en bovenbouw in drie aparte mappen. Het pakket bevat een docentenhandleiding, werkbladen, een Smaakleskist met benodigd materiaal en een cd-rom. Het nieuwe lespakket zal gebaseerd zijn op deze huidige Smaakleskist, maar zal beter worden afgestemd op de behoeften van docenten en beter geïntegreerd worden met ander lesmateriaal over voeding.</p> <p>In de Smaaklessen is veel aandacht voor de praktijk. Kinderen leren door zelf te ervaren. In het lesmateriaal zijn daarom veel proefjes opgenomen. In het Smaaklespakket zullen verschillende materialen voor het uitvoeren van proefjes worden bijgevoegd.</p> <p>Voorbeeldonderwerpen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • De hoofdsmaken: zoet, zout, zuur, bitter • Wat vind ik lekker en wat niet? • Hoe werkt mijn tong precies? • Het effect van smaak, geur en uiterlijk op eten • Hoe komt het dat zelfgemaakte mayonaise een ander smaak heeft dan mayonaise uit een potje? • Hoe groeien spruitjes aan een plant? • Komt melk rechtstreeks uit de fabriek of heeft de koe er wat mee te maken?

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn de lessen aan te passen aan de wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	<p>Ja, de lessen uit de Smaakleskist kunnen op verschillende manieren door de docent worden gebruikt: als eenmalige smaakles, als serie van lessen of als onderdeel van een project over bijvoorbeeld voeding, gezond eten, smaak of kleur.</p> <p>Ja, zoveel mogelijk. Af en toe zullen wel wat verse producten zelf moeten worden aangeschaft of meegebracht.</p>
<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>Op basisschool en pabo</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	<p>De docent kan de lessen zelf uitvoeren.</p> <p>Vorbereidingstijd en uitvoeringstijd zijn nader te bepalen</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect) <i>Resultaten</i></p>	<p>Om te onderzoeken of er binnen het huidige • basisonderwijs daadwerkelijk behoefte is aan Smaaklessen, heeft het InnovatieNetwerk in samenwerking met Wageningen Universiteit in het najaar van 2004 het huidige Smaaklespakket bij circa 30 scholen in de regio Arnhem en Utrecht geëvalueerd. De uitkomst van die evaluatie wordt (mede) gebruikt om het lesmateriaal aan te passen en adequate plannen voor brede implementatie te ontwerpen determinanten van gedrag van leerlingen en attitude van ouders. Het verstrekken van groente/fruit en de lesactiviteiten worden als proces geëvalueerd. Eerste gegevens van de nulmeting zijn vanaf 2004 beschikbaar. De effect- en procesgegevens later. Het lespakket is beoordeeld als onderdeel van het Lage SES / SchoolGruiten-project.</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Wageningen Universiteit

Contactpersoon: Chantal Vrijhof

Adres: Postbus 9101, 6700 HB Wageningen (bezoekersadres Arboretumlaan 4)

Telefoon: (0317) 48 49 59

Website: In ontwikkeling

Vetlekker

Naam organisatie: Teleac/NOT in samenwerking met Voedingscentrum Nederland
Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

Het Schooltv-project Vetlekker is een lessenserie over voeding, beweging en gezondheid. De serie bestaat uit vier tv-programma's. Daarnaast worden er lessen over de thema's gegeven.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	De leerlingen bewust maken van ongezonde gewoontes en ze leren dat ze zelf invloed hebben op hun gewicht.
Doelgroep	Leerlingen groep 7 en 8
Kosten voor de school?	Handleiding Vetlekker € 4,- Werkboek Vetlekker € 3,95
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	<p>Het project bestaat uit vier tv-programma's, een handleiding voor de leerkracht en leerlingenwerkboekjes. In de tv-programma's spelen kinderen uit groep 7 en 8 een centrale rol.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Programma 1 gaat over voedingsstoffen en waarom gevarieerd eten belangrijk is. • Programma 2 gaat over vetverbranding en energie; hoe krijg je een goede balans tussen eten en bewegen? • In programma 3 staat het uiterlijk centraal; hoe bepaal je wat een normaal gewicht is? • Programma 4 geeft informatie over gedragsmechanismen die tot verkeerde voeding leiden; eten als automatisme, als troost of uit verveling. <p>De school kan zelf bepalen welke lessen worden behandeld. Ja, het is een kant-en-klaar pakket.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	

Waar vindt het project plaats?	Op school
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	De leerkracht
Geëvalueerd? (proces/effect)	Nee

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Teleac/NOT (Schooltv)

Adres: Postbus 1070, 1200 BB, Hilversum

Telefoon: 0900 - 1344

E-mail: teleacnot@teleacnot.nl

Website: www.schooltv.nl/gezondgedrag

Vic de Vitaminevreter**Naam organisatie:** Voedingscentrum Nederland**Beschikbaar in:** Heel Nederland**Samenvatting**

Dit is een interactief spel voor kinderen in een magische setting. Het draakje Vic de Vitaminevreter wijst kinderen de weg in het land van vitamines en mineralen.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Internetspel voor kinderen van de bovenbouw van de basisschool. Doel is kinderen zich bewust te laten worden van het feit dat je fit wordt van vitamines en mineralen, en van een paar soorten vitamines en mineralen die in bepaalde basisproducten voorkomen.
Doelgroep	10-12 jaar Voor leerkrachten komt een poster als promotiemateriaal. Voor ouders is er een vitaminewijzer.
Kosten voor de school?	Geen
Past bij welke les / welk kerndoel?	Aandachtsgebied 'Bevorderen van gezond gedrag': voeding/natuuronderwijs
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Internetspel voor kinderen dat bestaat uit vijf 'levels': vitamine A, B1, calcium en ijzer. In elk niveau zitten 5 producten: 3 daarvan bevatten veel van een bepaalde vitamine of mineraal en 2 zijn zogenaamde 'dikmakertjes'. De bedoeling is dat je zo snel mogelijk producten met een vitamine/mineraal verzamelt en de 'dikmakertjes' vermijdt. Als je voldoende producten hebt verzameld, ga je door naar een volgend niveau. De setting is een magische en de hoofdpersoon is het draakje Vic de

	Vitaminevreter. Voor de ouders is er een vitamijzer. Dit spel is te gebruiken bij Voeding, De Beste Basis!
Waar vindt het project plaats?	Heel Nederland
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	Kinderen, thuis en op school. Kan gebruikt worden bij de lessenserie Voeding, De Beste Basis!
Geëvalueerd? (proces/effect)	Gepretest

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Voedingscentrum Nederland

Adres: Postbus 85700, 2508 CK Den Haag

Telefoon: (070) 306 88 88

Internet: www.voedingscentrum.nl, digitaal beschikbaar

Voeding, De Beste Basis!**Naam organisatie:** Voedingscentrum Nederland**Beschikbaar in:** Heel Nederland**Samenvatting**

Het Voedingscentrum biedt een lespakket/methode aan voor alle groepen van het basisonderwijs om kinderen informatie over gezonde voeding te geven, ze bewust te maken van eigen eetgedrag en wat er op van invloed is, ze vaardigheden aan te leren om gezonde keuzes te maken en ze met eten en drinken bezig te laten gaan. De leskaternen hebben informatie voor leerkrachten, kopieerbare werkbladen en ander ondersteunend materiaal.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Informatie geven over gezonde voeding, kinderen bewust maken van eigen eetgedrag en wat er op van invloed is, ze vaardigheden aanleren om gezonde keuzes te maken, ze met eten en drinken bezig laten zijn.
Doelgroep	Alle leerlingen van het primair onderwijs; leerkrachten
Kosten voor de school?	€ 67,50
Past bij welke les / welk kerndoel?	Bij de kerndoelen van het aandachtgebied Bevorderen van gezond gedrag. 5 thema's staan centraal: voeding en sociaal-economische ontwikkeling, voedingsgewoonten en cultuur, voeding en gezondheid, consumentenaspecten van voeding, voeding en voedselveiligheid
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	7 leskaternen, lessuggesties en kopieerbare werkbladen en docentenhandleiding. Voor elke groep aangepaste werkbladen Leskaternen voor groep 1,2 Kleuterkost 3,4 Igminia

<p>• <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i></p>	<p>5,6 Felix in Eetsprookjesland 7,8 De beter(w)eters groep 1 t/m 8 De Kinderwinkel groep 6 t/m 8 Voedselveiligheid (inclusief musical over EKO en zo en Smikkelpaspoort voor elk kind Knipplaten met voedingsmiddelen</p> <p>Verder 21 Winkelspelen bij verschillende GGD'en, gehuurd van het Voedingscentrum of in eigen beheer. Deze supermarkten voor in de klas kunnen worden gehuurd of geleend van de GGD. Het katern De Kinderwinkel gaat over consumenteneducatie en kan hierbij worden gebruikt. De school kan ervoor kiezen om het Winkelspel wel of niet te gebruiken. Ja, het is een kant-en-klaar pakket.</p>
<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>Op school</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p>	<p>De docent voert de les uit.</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p>	<p>Kinderonderzoek en pretest bij de ontwikkeling van het pakket. Alleen bij het Winkelspel wordt een procesevaluatie uitgevoerd. Geen effectevaluatie uitgevoerd. Voeding, De Beste Basis! wordt aangeboden in leskisten van GGD'en.</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Voedingscentrum Nederland

Adres: Postbus 85700, 2508 CK Den Haag

Telefoon: (070) 306 88 88

Website: www.voedingscentrum.nl

Naam organisatie: Uitgeverij Schoolsupport

Adres: Postbus 21, 9600 AA Zuidhorn

Website: www.schoolsupport.nl

Telefoon: (0594) 50 01 45 **Fax:** (0594) 52 80 99

E-mail: info@schoolsupport.nl

Winkelspel (hoort bij Voeding, De Beste Basis!)

Naam organisatie: Voedingscentrum Nederland

Beschikbaar in: een aantal GGD-regio's in Nederland

Samenvatting

Het Voedingscentrum biedt het Winkelspel aan als aanvulling op het lespakket Voeding, De Beste Basis! Het is bedoeld voor leerlingen in het basisonderwijs. Dit Winkelspel is een supermarkt met echte kastjes, een groentekraam, toonbankjes en geld. Het bevat ongeveer 300 echte verpakkingen van voedingsmiddelen, opgevuld met vulmateriaal. De verse producten zoals fruit, groente, kaas, eieren en vlees, vis, en kip zijn beschikbaar als dummy-materialen.

Het spel heeft een klaslokaal nodig om opgebouwd te worden. Het Winkelspel is ondergebracht bij 19 GGD'en en kan daar worden geleend door scholen.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Kinderen bewust maken van voeding en consumentengedrag. Sluit aan bij Voeding, De Beste Basis!
Doelgroep	Alle leerlingen in het primair onderwijs
Kosten voor de school?	Gratis te leen, of vervoerskosten. Dit is afhankelijk van de GGD.
Past bij welke les / welk kerndoel?	Kerndoelen van bevorderen van gezond gedrag
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Katern De Kinderwinkel met lessuggesties voor leerkrachten en kopieerbare werkbladen voor leerlingen van groep 1 t/m 8. Daarnaast knipvellen met afbeeldingen van voeding erop, om winkelen te kunnen naspelelen. De lestijd is aangegeven in het katern <i>De Kinderwinkel</i> . Te leen bij GGD'en; meer informatie staat op de site van het Voedingscentrum.

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	<p>Ja. Met het Winkelspel kan de school een eigen project voeding, eten, winkelen, rekenen of lezen uitvoeren. De lessuggesties in het katern zelf richten zich op consumentenaspecten van voeding en kunnen flexibel worden ingezet.</p> <p>Ja</p>
<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>Op school</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> 	<p>De docent voert het project uit.</p> <p>De voorbereidingstijd voor het opbouwen van de winkel kan bij GGD'en worden opgevraagd. De voorbereidingstijd voor de lessuggesties staat aangeven in het katern <i>De Kinderwinkel</i>.</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Resultaten</i> 	<p>Procesevaluatie-gegevens zijn bekend bij Voedingscentrum. Het Winkelspel wordt geregeld uitgeleend en scholen vinden het een goed leermiddel.</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Voedingscentrum Nederland

Naam contactpersoon: Majela Rijna en Jeltje Snel

Adres: Postbus 85700, 2508 CK Den Haag

Telefoon: (070) 306 88 88

E-mail: rijna@voedingscentrum.nl

Website: www.voedingscentrum.nl

Lessuggesties worden gegeven in het leskatern 'De kinderkwinkel' - prijs € 19,50; verkrijgbaar bij uitgeverij Schoolsupport, (0594) 50 01 45 - als onderdeel van het lespakket Voeding, De Beste Basis! Het Winkelspel is voor scholen te leen via de GGD. GGD'en kunnen terecht bij het Voedingscentrum.

Elke dag bewegen!

Naam project: GGD Rotterdam, Sport en Recreatie, Dienst Stedelijk Onderwijs Rotterdam

Beschikbaar in: 90 basisscholen in Rotterdam

Samenvatting

Gezamenlijk met GGD, SenR en DSO Rotterdam is het project Voeding en Beweging opgezet, bestaande uit integrale interventies in de jeugdgezondheidszorg en het onderwijs. De hoofddoelstelling van dit Actieprogramma is als volgt geformuleerd: Het bevorderen van gezonde voeding en beweging onder de Rotterdamse jeugd om overgewicht te reduceren en bewegingsarmoede te bestrijden. Elke dag bewegen! is een onderdeel daarvan.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Het bevorderen van gezonde voeding en beweging onder de Rotterdamse jeugd om overgewicht te reduceren en bewegingsarmoede te bestrijden.
Doelgroep	Leerlingen en ouders van 90 Rotterdamse basisscholen (prioriteit CBS-wijken met achterstanden, OKZ (onderwijs kansen zone), brede scholen)
Kosten voor de school?	Er zijn geen kosten voor de scholen.
Past bij welke les / welk kerndoel?	Gezond gedrag
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	<ul style="list-style-type: none"> • Extra bewegingsonderwijs op school, tijdens en na schooltijd (gymleraar nieuwe stijl) • Sportpas: pas voor jongeren van 4 t/m 12 jaar in Rotterdam waarmee ze gratis of met korting kunnen sporten, hetzij recreatief dan wel in verenigingsverband • Eurofittest: een graadmeter voor de lichamelijke conditie

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> <p>Waar vindt het project plaats?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lespakket 'Lekker Fit!': drie theorielessen door groepsleerkrachten met thema's: bewegen, voeding, gezonde keuzes • Ouderverlichting: draaiboek met als doel ouders bewust te maken van het belang van gezond eten en bewegen en de voorbeeld-functie die zij hebben (4 concrete adviezen: elke dag ontbijten, minder zoete dranken, minder televisie kijken en meer buitenspelen) <p>Nee</p> <p>Ja</p> <p>Op school</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p>	<p>Leerkrachten en ouders</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p>	<p>Financiering voor proces- en effectevaluatie-onderzoek gevraagd</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: GGD Rotterdam, Sport en Recreatie, Dienst Stedelijk Onderwijs Rotterdam

E-mail: postbusvoeding&beweging@ggd.rotterdam.nl

Telefoon: (010) 433 96 68

Eten + gymmen = gewicht dimmen!

Naam organisatie: GGD Hart voor Brabant

Beschikbaar in: Regio GGD Hart voor Brabant en GGD West-Brabant (het project is ontwikkeld in samenwerking met Stichting Thuiszorg Brabant Noord-Oost)

Samenvatting

Het project Eten + gymmen = gewicht dimmen! gaat over gezonde voeding en regelmatig bewegen. Het wil bereiken dat kinderen zich bewust worden van hun eet- en beweeggedrag en beseffen dat ze daar zelf invloed op kunnen uitoefenen.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Bewustmaking en kennisbevordering bij kinderen van de rol van gezonde voeding en bewegen ter preventie van overgewicht
Doelgroep	Leerlingen van groep 1 tot en met 8 van het basisonderwijs en hun ouders
Kosten voor de school?	De activiteiten behorende bij het project worden gratis op de school verzorgd. De enige kosten voor de school zijn de boodschappen voor de ontbijtles. Lesmaterialen zijn gratis te leen.
Past bij welke les / welk kerndoel?	Gezond gedrag
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Tijdens het project bieden medewerkers van de GGD en Thuiszorg ondersteuning door onderstaande activiteiten op school te verzorgen: <ul style="list-style-type: none"> • een 'Ontbijt in de klas' (voor groep 7 en 8). Per school kunnen twee groepen dit ontbijt laten verzorgen door medewerkers van de GGD en/of de Thuiszorg. In de rest van de groepen kan de leerkracht (met behulp van een draaiboek) de ontbijtles verzorgen.

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • een ouderavond over gezonde voeding en bewegen • een spreekuur van een voedings- of bewegingsdeskundige. Tijdens dit spreekuur bezoekt een voedingsdeskundige van de thuiszorg of een bewegingsdeskundige de klas en krijgen de leerlingen de gelegenheid allerlei vragen te stellen over voeding of bewegen. Deze informatie kunnen ze gebruiken bij het uitwerken van de opdracht die zij tijdens het project, naast de hiergenoemde lessen/projectonderdelen, zullen uitwerken. • speciaal voor het project is een leskist ontwikkeld over gezonde voeding en bewegen. In de leskist zitten lessuggesties, spelmateriaal, (voor-)leesboeken en dergelijke voor de groepen 1 tot en met 8. Scholen kunnen voor een periode van vier weken de leskist lenen. • begeleiding bij het uitwerken van de groepsopdracht. Deze opdracht bevat de voorlichtingsboodschap dat gezond eten en regelmatig bewegen goed is. De leerlingen bedenken zelf wat zij een leuke vorm of manier van voorlichting vinden over het onderwerp. Ze kunnen bijvoorbeeld een tentoonstelling over voeding en lichaamsbeweging ontwikkelen, een lied schrijven over gezond eten, een website bouwen of een voorlichtingsfilmpje maken. • de leerlingen mogen de door hen uitgewerkte opdracht presenteren op de afsluiting van het project, die op de school georganiseerd wordt. (Indien er meerdere scholen binnen een gemeente deelnemen aan het project, bestaat de mogelijkheid een eindmanifestatie voor alle scholen te organiseren.) <p>Ja</p> <p>Ja, met uitzondering van de door de leerlingen uit te werken opdracht</p>
--	---

Waar vindt het project plaats?	Op school
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering? <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	Leerlingen en leerkrachten. Begeleiding door GGD en thuiszorg Minimaal Ongeveer 20 uur (afhankelijk van de tijd die aan de leskist en het ontwikkelen van de opdracht wordt besteed)
Geëvalueerd? (proces/effect)	Het project bevindt zich in de pilot-fase en is nog niet geëvalueerd.

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: GGD Hart voor Brabant

Contactpersoon: Tamara van Waardenburg of Bianca de Vos

Adres: Vogelstraat 2 's-Hertogenbosch

Telefoon: 0900 463 64 43 (? 0,10 per minuut)

E-mail: t.van.waardenburg@ggdhvb.nl

Website: www.ggdhvb.nl

Gezond gewicht, kinderen eerst!!! Kleine veranderingen, grote gevolgen**Naam organisatie:** GGD Fryslân**Samenwerkende organisaties:** GGD Fryslân, Sport Fryslân, Zorgverzekeraar De Friesland, Thuiszorginstellingen De Friese Wouden, Zuidwest Friesland en Het Friese Land**Beschikbaar in:** Regio GGD Fryslân**Samenvatting**

Er wordt een specifiek aanbod ontwikkeld voor kinderen van 0-12 jaar met overgewicht. Daarnaast wordt een breed aanbod ontwikkeld voor alle kinderen van 0-12 jaar rond voeding, bewegen, lichamelijk actief spel en opvoedingsondersteuning. Het aanbod is gericht op het versterken van het bestaande aanbod door samenwerking en afstemming te stimuleren en in te bedden.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Het percentage kinderen met overgewicht stabiliseren op het huidige niveau en op lange termijn verminderen. Het ontwikkelen van doelmatige interventies die elders in Friesland kunnen worden geïmplementeerd.
Doelgroep	Kinderen van 0-12 jaar en hun ouders. <ul style="list-style-type: none"> • PSZ / PO / kinderopvang • Leerlingen / docenten / ouders • speciale aandacht voor lage SES en andere risicogroepen • professionals GGD en thuiszorg • huisartsen en kinderartsen • nog niet gericht op speciaal onderwijs
Kosten voor de school?	Reguliere aanbod van de GGD, met eventueel een kleine vergoeding. Voedingslessen door diëtist zijn kosteloos voor de school. Er wordt gebruikgemaakt van materiaal dat reeds kosteloos beschikbaar wordt gesteld, bijvoorbeeld FLASH! Posters en flyers zijn binnen het project ontwikkeld en worden kosteloos verspreid.

Kosten voor de regio?	€ 60.000,- bijdrage provincie uit het budget Zorg € 60.000,- bijdrage De Friesland Zorgverzekeraar uit het innovatiefonds Eigen geldmiddelen van de organisaties GGD Fryslân en de drie thuiszorginstellingen
Past bij welke les / welk kerndoel?	Gezond en redzaam gedrag
Is deskundigheidsbevordering nodig? • <i>voor wie / door wie?</i>	Scholing op het gebied van gezonde voeding, gezonde traktaties en actief spel aan peuterspeelzaalleiding en leiding kinderopvang. Scholing door diëtist en/of NISB Scholing gezonde voeding, anamnese afnemen, signaleren, begeleiden en doorverwijzen op basis van protocol aan medewerkers JGZ van GGD en Thuiszorg Scholing door diëtist / jeugdarts / SPORT fryslân
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	<ul style="list-style-type: none"> • Gemeente bewust maken van mogelijkheden tot bewegen, facetbeleid • Aansluiten bij schoolprogramma leefstijl + gezonde voeding • Specifiek te ontwikkelen aanbod voor kinderen van 10-12 jaar met overgewicht (cursus met een beweegprogramma) • Breed aanbod voor alle kinderen van 0-12 jaar rond voeding, bewegen, lichamenlijk actief spel en opvoedingsondersteuning. De aanpak is gericht op het verminderen van de energie-inname door voeding en het vergroten van het energieverbruik door sport, beweging en lichamenlijk actief spel. • De activiteiten worden in overleg met de scholen, psz en dergelijke aangeboden en uitgevoerd. • Voor de themabijeenkomsten Opvoeding&Voeding, Opvoeding&Beweging worden draaiboeken gemaakt en aangeboden aan de ouders. • De cursus werkt volgens draaiboek.

<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>Het project is breed opgezet en heeft impact op de werkzaamheden van jeugdgezondheidszorg 0-4 jaar (thuiszorg), jeugdgezondheidszorg 4-12 jaar (GGD). De overige activiteiten worden aangeboden op school, buurtwerk, psz. Posters en flyers worden tevens verspreid naar huisartsen, verloskundigen, fysiotherapeuten, ziekenhuizen.</p> <p>Het project bestaat voor een deel uit gesprekken met management, gemeente</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	<p>Diëtisten, GVO-functionaris, verpleegkundigen, assistenten, schoolarts, huisarts, bewegingsconsulent</p> <p>Vorbereidings- en uitvoeringstijd zijn niet bekend omdat niet van tevoren vaststaat wat plaats zal vinden en waar</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p>	<p>Nul- en effectmeting en procesonderzoek</p> <p>Resultaten van de nulmeting zijn bekend en opvraagbaar via de projectleider/GGD. De effectmeting vindt plaats van maart-juni 2006 en de resultaten worden september/oktober gepresenteerd. Het driejarig project wordt als een pilot in twee gemeenten in Friesland uitgevoerd.</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: GGD Fryslân

Contactpersoon: Trees Flapper

Adres: Harlingertrekweg 58, 8913 HR Leeuwarden

Telefoon: (058) 233 43 34

Website: www.ggdfryslan.nl

Groep 6 on the move (g6otm)

Naam organisatie: GGD Amstelland - de Meerlanden

Beschikbaar in: Regio Amstelland, de Meerlanden

Samenvatting

Groep 6 on the move is een programma gericht op het voorkomen van overgewicht. Het programma is bedoeld voor kinderen van groep 6 van de basisschool en hun ouders. De kinderen en ouders maken voor een groot deel zelf uit wat de inhoud van het programma zal zijn. Het programma wordt voor het grootste deel op school uitgevoerd. Het programma wordt begeleid door de GGD en een Sportinstelling.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Kinderen en ouders er bewust(er) van maken van dat bewegen leuk en gezond is en gezonde voeding lekker. Kinderen en ouders zullen hierdoor gezonder eten en meer bewegen.
Doelgroep	Basisschoolleerlingen van groep 6 en hun ouders
Kosten voor de school?	€ 21,50 voor het draaiboek. Begeleiding door de GGD en een sportinstelling moet gefinancierd worden, bijvoorbeeld door de gemeente.
Past bij welke les / welk kerndoel?	Verschillende lessen, zoals biologie, handvaardigheid, taal en gymles
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Het programma volgt de Community-Based Interventions methode. Dit betekent dat de kinderen en hun ouders voor een groot deel zelf uitmaken wat de inhoud van het programma zal zijn, binnen de door de school gestelde kaders. Begeleiding door de GGD en een sportinstelling is noodzakelijk. Er is een draaiboek beschikbaar. Dit is een praktische handleiding om Groep 6 on the move op school in te kunnen voeren. In de map wordt achtereenvolgens de theorie ach-

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	<p>ter de CBI-methode, het verloop van de pilot in Amstelveen en Hoofddorp en de opzet van het lesprogramma beschreven. Dit laatste hoofdstuk is zeer praktisch en bevat veel lesideeën.</p> <p>Ja</p> <p>Nee</p>
Waar vindt het project plaats?	Voor het grootste deel op school
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	Het programma wordt gecoördineerd door de GGD en een sportondersteunende instelling. Voor de directe uitvoering zijn de groepsleerkracht, gymnastiekleerkracht, leerling en ouders essentieel. Een half tot een heel jaar lang wordt er eens per twee weken in de klas aandacht besteed aan voeding en/of bewegen.
Geëvalueerd? (proces/effect) <ul style="list-style-type: none"> • <i>Resultaten</i> 	Er is een pilot uitgevoerd in het schooljaar 2003/2004 op 2 scholen in Amstelveen en Hoofddorp. Uit de gegevens van deze pilots kwam een trend naar voren dat kinderen minder gingen snoepen en minder snacks aten. Gedurende het project wordt het effect via vragenlijsten gemeten.

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: GGD Amstelland – de Meerlanden

Contactpersoon: mevr. Sylvia Roskam

Telefoon: (020) 656 23 67

E-mail: s.roskam@ggd-am.nl

Website: www.ggd-am.nl

Naam organisatie: Stichting Amstelveens Sportbedrijf

Contactpersoon: Saskia van der Meer

Telefoon: (020) 347 34 59

E-mail: s.van.der.meer@sportbedrijfamstelveen.nl

Website: www.sportbedrijfamstelveen.nl

Groninger Interventie Methodiek (GIM)

Naam organisatie: GGD Groningen

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

De Groninger Interventie Methodiek is gericht op de ontwikkeling van een innovatieve methode die overgewicht en bewegingsarmoede op bevolkingsniveau bestrijdt.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	De ontwikkeling van een innovatieve methode die overgewicht en bewegingsarmoede op bevolkingsniveau bestrijdt. Subdoelen interventiewijk: <ul style="list-style-type: none"> • Vermindering van kennisgebrek ten aanzien van de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB) met 5% • Verbetering van het NNGB-gedrag in de interventiewijk ten opzichte van de nulmeting • Verbetering van de kennis van de richtlijnen gezonde voeding (RGV) met 5% • Verbetering van het RGV-gedrag in de interventiewijk ten opzichte van de nulmeting • Afremming van de trend van toenemend overgewicht in de interventiewijk ten opzichte van andere wijken (leeftijdsspecifiek)
Doelgroep	Wijkbewoners van alle leeftijden 1 onderdeel is het basisonderwijs: hier beschreven
Kosten voor de school?	Betaald uit budget GIM
Past bij welke les / welk kerndoel?	Bevorderen van gezond gedrag
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	<ul style="list-style-type: none"> • Projectweken over voeding en bewegen op 3 scholen binnen de Vensterschool met:

	<ul style="list-style-type: none"> • Algemene startmanifestatie • Voorlichting in de bovenbouw door een diëtist • Winkelspel • Themakist voeding • Poppenkast voor onder- en middenbouw • Extra aandacht voor bewegen door sportcoördinator • Beweeg-themakist • Activiteiten door en voor ouders (ontbijt op school, oudervoorlichting) • Gebruik stappentellers in de klas gecombineerd met voorlichting aan kinderen en ouders <p>Beschikbaar voor onderdeel basisonderwijs:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Plan van aanpak voeding en bewegen project, digitaal • Procesevaluatie, digitaal • Plan van aanpak stappenteller project, digitaal • Evaluatie stappenteller project, digitaal
Waar vindt het project plaats?	Op de vensterschool (3 basisscholen bij betrokken)
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering? <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	Leerkrachten, directie, GGD-medewerkers, sportcoördinator, dienst Onderwijs, cultuur, sport en welzijn Vorbereidingstijd vooral voor intermediairen Uitvoering 3 weken
Geëvalueerd? (proces/effect)	Procesevaluatie Stappenteller-project is geëvalueerd door een student van de RUG.

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: GGD Groningen

Adres: Postbus 584, 9700 AN Groningen

Telefoon: 9700 AN Groningen

Website: www.ggdgroningen.nl

Hart, voeding en beweging

Naam organisatie: GGD Zuidhollandse Eilanden

Beschikbaar in: Regio Zuidhollandse Eilanden

Samenvatting

In drie gastlessen verzorgd door de GGD wordt op een interactieve manier kennis bijgebracht en/of vergoot over hart, voeding en beweging.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Op een interactieve manier kennis bijbrengen en/of vergroten over hart, voeding en beweging
Doelgroep	Leerlingen uit groep 7 en 8 van het basisonderwijs
Kosten voor de school? • <i>extra subsidiemogelijkheden</i>	Voor scholen: gratis De kosten voor een reeks van drie lessen bedragen € 275,-. De gemeenten betalen deze kosten vanuit het maatwerkpakket. Het handboek voor het project kost € 600,-.
Past bij welke les / welk kerndoel?	Voeding, bewegen en biologie
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee. Na afloop van de gastlessen krijgt de docent lessuggesties van de GGD om zelf aan de slag te gaan met het onderwerp in de klas.
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	In de lessen krijgen de leerlingen informatie over de voordelen van bewegen en gezond eten. Samen met de leerlingen wordt gekeken wat iemand van 11-12 jaar aan voeding nodig heeft. De leerlingen leren hoe ze voedingsmiddelen kunnen indelen en hoe ze tussen de verschillende groepen van de Voedingswijzer kunnen variëren om gezond en lekker te eten. In de interactieve lessen wordt tevens uitgelegd hoe de bloedsomloop werkt en waarom het lichaam voeding/energie nodig heeft. De

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	<p>leerlingen moeten onder meer hun pols tellen, hun energieverbruik uitrekenen en een bewegemeter invullen.</p> <p>Na de les weten de leerlingen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • globaal hoe het hart werkt • waarom voeding als energie belangrijk is • wat een gezonde voeding inhoudt • wat hart, voeding en beweging met elkaar te maken hebben. <p>Ja</p> <p>Ja</p>
<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>Op school</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	<p>Het zijn drie gastlessen van één uur verzorgd door de GGD. Planning: 1 uur Vorbereiding: 1,5 uur Les: 3 uur Reistijd: 4,5 uur</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: GGD Zuidhollandse Eilanden
Adres: Van Hogendorpstraat 50, 3201 WD Spijkenisse
Telefoon: (0181) 65 24 00
Website: www.ggd-zhe.nl

Hartstikke Leuk

Naam organisatie: GGD Zuidhollandse Eilanden

Beschikbaar in: gemeente Spijkenisse

Samenvatting

Het doel is om kinderen uit groep 7 en 8 te stimuleren een actieve en gezonde leefstijl te behouden of te ontwikkelen en een goede basis mee te geven voor het voortgezet onderwijs. In een speelse combinatie van amusement, sport, educatie en lekker eten krijgen de leerlingen informatie over de voordelen van bewegen en gezonde voeding.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Kinderen uit groep 7 en 8 stimuleren een actieve en gezonde leefstijl te behouden of te ontwikkelen en hen een goede basis meegeven voor het voortgezet onderwijs
Doelgroep	Leerlingen uit groep 7 en 8 van het basisonderwijs
Kosten voor de school?	De gemeente Spijkenisse financiert dit project voor maximaal 15 scholen.
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	<ul style="list-style-type: none"> • Lessen uit: 'Kies voor Hart en Sport' (NOC*NSF), 'Voeding de Beste Basis' (Voedingscentrum) en 'Help, waar blijft mijn eten' (Kenmerk) • Een gezamenlijk ontbijt voor ouders en leerlingen op school voor groep 8. Tijdens dit ontbijt wordt voorlichting gegeven over voeding. Dit ontbijt kan op een ochtend in de week op school worden verzorgd. Het draaiboek <i>Kies voor een goed ontbijt</i> kost € 23,- • Een prijsvraag voor groep 7 en 8 • Kennismakingslessen bij sportverenigingen voor groep 7 en 8 of een sportinstuif. Zie het project 'Kies voor Hart en Sport' van NOC*NCF.

	<ul style="list-style-type: none"> • Junior Hartdag voor groep 7 en 8. De school krijgt het pakket hiervoor gratis.
Waar vindt het project plaats?	Op school en bij sportverenigingen
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	Leerkrachten van groep 7 en 8
Geëvalueerd? (proces/effect) <ul style="list-style-type: none"> • <i>Resultaten</i> 	Er vindt jaarlijks een evaluatie plaats onder de leerkrachten. De resultaten zijn positief.

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: GGD Zuidhollandse Eilanden

Adres: Van Hogendorpstraat 50, 3201 WD Spijkenisse

Telefoon: (0181) 65 24 00

Website: www.ggd-zhe.nl

Kids for Fit

Naam organisatie: GGD Gooi en Vechtstreek

Beschikbaar in: Regio Gooi en Vechtstreek

Samenvatting

Kids for Fit is een project ter bevordering van gezonde voeding en bewegen van de jeugd in de Gooi & Vechtstreek om overgewicht bij kinderen van 4-12 jaar te voorkomen. 'Kids for Fit' is gestart in 2003 en loopt tot en met schooljaar 2005-2006.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	<p>Kinderen (en hun ouders) kiezen een gezonde re leefstijl zodat de kans op overgewicht en gezondheidsrisico's op latere leeftijd afneemt. Dit houdt in: a. een evenwichtig, gevarieerd en vetarm eetpatroon, b. voldoende lichaamsbeweging en c. een vermindering van inactiviteit. Specifieke doelstellingen zijn:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. zowel ouders als kinderen bewustmaken van de invloed van bewegen en voeding op gezondheid en specifiek op overgewicht. 2. afremming van de trend van toename van overgewicht van kinderen van 4 tot 12 jaar. Over 3 jaar is het percentage dikke kinderen vergelijkbaar met het percentage aan de start van het project. 3. het gericht – en mogelijk blijvend – motiveren van kinderen om in de vrije tijd en op vrijwillige basis deel te nemen aan sport en bewegingsactiviteiten in de regio.
Doelgroep	<p>Kinderen van 4 tot 12 jaar en hun ouders. Daarnaast is extra aandacht mogelijk voor kinderen met overgewicht en kinderen van allochtone afkomst.</p>
Kosten voor de school?	<p>Scholen in de regio GGD Gooi en Vechtstreek kunnen gratis aan de slag met het project. Wel wordt een tijdsinvestering verwacht. Deelname aan sportkennismakingslessen is alleen mogelijk in gemeenten met sportstimuleringsprojecten. De gemeente draagt hiervoor de kosten.</p>

<p>Past bij welke les / welk kerndoel?</p>	<p>Gezond en redzaam gedrag</p>
<p>Is deskundigheidsbevordering nodig? • voor wie / door wie?</p>	<p>Bijscholing jeugdartsen en verpleegkundigen op het gebied van overgewicht en motivationele gespreksvoering</p>
<p>Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?</p>	<p><i>Officiële start</i> met een spectaculaire 'kick-off', met:</p> <ul style="list-style-type: none"> • een ontbijtles op school (scholen kunnen een draaiboek ontvangen om een ontbijtles te organiseren. Een diëtist van de Thuiszorg kan op verzoek een gratis ontbijtles verzorgen. De ontbijtproducten zijn op kosten van de school.) • Olympische vlaggenparade • beweegclinics • fitheidstesten in de Flash bus • het uitdelen van gezonde tussendoortjes <p><i>Basispakket voor scholen:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • lesmaterialen Kids for Fit (landelijk beschikbaar, kosten: ?50,- per lesklapper) • deelname aan sportstimuleringsprojecten <p><i>Extra activiteiten:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Kids for Fit leskist Sport en Spel • de kindwinkel (gratis te leen bij de GGD) • Junior Hartdag, Heart Dance Award, Heartbreakers (producten van de Nederlandse Hartstichting) • schoolkrantartikelen • ouderavond (ook door VETC) • op verzoek een teambijeenkomst over uitvoering van het project <p><i>Voor ouders:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • special van de campagne op de website van de GGD • ontwikkelen van een folder en beweeg- en eetdagboek • verspreiding van informatiemateriaal • ouderbijeenkomsten (draaiboek via hartvoorschool) • informatie via schoolkrant, ouderraad en nieuwsbrieven, wachtkamervoorlichting voor GGD

<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p><i>Ouders met kinderen met overgewicht:</i> individuele adviesgesprekken met jeugdarts / verpleegkundige en eventuele doorverwijzing.</p> <p><i>Kinderen met overgewicht:</i> Tijdens de individuele PGO's besteedt de arts of verpleegkundige aandacht aan overgewicht. Na een maand en een half jaar zijn vervolgesprekken mogelijk waarin het beweeg- en eetdagboek (gratis beschikbaar) wordt besproken. Daarnaast wordt ook actief doorverwezen naar onder andere diëtisten.</p> <p>Op school, bij de GGD en eventueel op sport verenigingen</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p>	<p>Functionaris gezondheidsbevordering (300 uur per jaar – 3 jaar lang) Een jeugdarts en twee verpleegkundigen (ieder 50 uur per jaar) Hoofd GVO / communicatie als klankbord (20 uur per jaar)</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p>	<p>Het project is nog niet op effect geëvalueerd. Het project heeft de Preffi-prijs 2005 gewonnen.</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: GGD Gooi en Vechstreek

Naam contactpersoon: Wietske Huismans

Adres: Postbus 251, 1400 AG Bussum

Telefoon: (035) 692 62 22

E-mail: w.huismans@ggdgooi.nl

Website: www.ggdgooi.nl

Kids in Balance@

Naam organisatie: Stichting BalanceMatters

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

Kids in Balance© bestaat uit drie interactieve workshops waarin kinderen spelenderwijs leren en ervaren wat een gezonde leefstijl inhoudt. Zij leren hoe de balans tussen energie en beweging werkt en wat dat betekent voor hun gewicht. Kids in Balance© is gericht op vier sleutelfactoren: beweging, medische informatie, voeding (en voedingswaarde) en houding, 'je goed voelen ten opzichte van jezelf'.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Het ontwikkelen van een gezonde leefstijl ter voorkoming van overgewicht
Doelgroep	De workshops zijn bedoeld voor kinderen in de leeftijdscategorie 8-12 jaar.
Kosten voor de school?	€ 500,- per klas, mogelijk via de gemeente subsidie
Past bij welke les / welk kerndoel?	Gezond gedrag
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee. De workshops worden verzorgd door deskundigen. De leerkrachten krijgen materiaal voor follow-up in de klas
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	<ul style="list-style-type: none"> • Drie interactieve workshops (spelletjes, oefeningen en activiteiten) van 2,5 uur die in een periode van zes weken worden gegeven. • De leerkrachten krijgen materiaal voor een follow-up in de klas. • De kinderen krijgen een werkboek met uitleg, oefeningen, recepten en huiswerkopdrachten. • Er wordt een website opgezet waarbij de kinderen hun ervaringen via een chatbox met elkaar kunnen uitwisselen en waarop tips, oefeningen en recepten te lezen zijn.

Waar vindt het project plaats?	Op school, bij voorkeur in gymzaal of aula
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	Wordt gegeven door extern team van vakdocent LO, voedingsdeskundige en arts/verpleegkundige (2 begeleiders per workshop). De leerkracht en (hulp)ouders wonen de workshops bij en assisteren daar waar nodig. De leerkrachten kunnen een follow-up houden in de klas.
Geëvalueerd? (proces/effect)	In 2006 zal er een effectmeting/doelmatigheidsonderzoek plaatsvinden. .

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Stichting BalanceMatters

Adres: Zandpad 35, 3601NA Maarssen

Telefoon: (0346) 28 56 02 of 06 2129 3705

E-mail: info@balancematters.org

Website: www.balancematters.org

Kwartetspel 'Dik zijn is niet fijn'

Naam organisatie: Attention Cards

Beschikbaar in: In 2006 landelijk beschikbaar

Samenvatting

Het kwartetspel 'Dik zijn is niet fijn' heeft tot doel kinderen in het basisonderwijs bewust te maken van hun eetgewoonten en de noodzaak van gezond eten en bewegen. In het kwartetspel komen 8 onderwerpen aan bod gerelateerd aan gezond eten en bewegen.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Basisschoolkinderen spelenderwijs bewust laten worden van wat gezond en ongezond eten en drinken is en hoe belangrijk bewegen is.
Doelgroep	Kinderen van 6 tot 12 jaar
Kosten voor de school?	Per 100 kaartspelen € 600,-, excl. BTW, inclusief de lesbrieven en de docentenhandleiding
Past bij welke les / welk kerndoel?	Voedings- en bewegingsleer
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Een kwartetspel (bestaande uit 8 kwartetten) waarin de volgende onderwerpen aan bod komen: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegen is goed • Niet te vaak (snoepen thuis) • Niet te vaak (snacks buiten de deur) • Passief maakt pafferig • Drinken is goed • Dikmakende warme happen • Gezonde warme maaltijd • Ontbijten moet Per kwartet wordt een lesbrieven bijgeleverd met relevante informatie over het kwartetonderwerp en opdrachten voor de kinderen. Ook is er een handleiding voor docenten.

Waar vindt het project plaats?	Op school
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering? <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	<p>Leerlingen, docenten</p> <p>Vorbereiding: doornemen lesbrief per kwartet</p> <p>Uitvoering: 1 tot 1,5 uur per kwartet</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Attention Cards (Gerard van Vliet/Russell Smit)

Adres: Renzo Pianolijn 29, 2728 Ad Zoetermeer

Telefoon: (079) 343 70 21

E-mail: info@attentioncards.nl (Contactpersonen bij voorkeur per e-mail benaderen)

Okido

Naam organisatie: GGD Stedendriehoek

Beschikbaar in: Regio Gelre-IJssel (origineel), Leiden (variant uitgevoerd door leraren), in de regio's Noordwest-Veluwe en de gemeente Doetichem worden onderdelen van het project uitgevoerd.

Samenvatting

Het project Okido richt zich op leerlingen van groep 7. Er is een aanbod voor alle leerlingen, voor leerlingen met dreigend overgewicht en voor kinderen met overgewicht.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Preventie en curatie van overgewicht bij kinderen van 10-11 jaar door: <ul style="list-style-type: none"> • Meer kennis, positieve attitude ten aanzien van bewegen en gezond eten, positief beïnvloeden van de subjectieve norm ten aanzien van voeding en bewegen onder de leerlingen, vergroten van de waargenomen gedragscontrole, vergroten van de intentie tot bewegen en gezond eten en daadwerkelijk gezond eten en meer bewegen
Doelgroep	Basisschoolleerlingen groep 7 Daarnaast worden de ouders en de school betrokken
Kosten voor de school?	<ul style="list-style-type: none"> • Klassikale onderdeel per school: € 260 • Lesmateriaal Vetlekker, De klas beweegt!, beweegmeter, aanvullend materiaal: € 1230 • Ontbijtlessen: € 625 • Draaiboek cursus: € 100 • Cursuslocatie: verschilt per locatie
Kosten voor de regio?	Totale kosten project: € 37.500 (uitvoering op 10 scholen)
Past bij welke les / welk kerndoel?	Gezond en redzaam gedrag

<p>Is deskundigheidsbevordering nodig?</p> <ul style="list-style-type: none"> • voor wie / door wie? 	<p>Verpleegkundigen worden getraind: er is een draaiboek die de diëtiste aan JGZ-verpleegkundigen geeft voor de start van het project (circa € 100)</p>
<p>Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?</p>	<p>a. alle leerlingen van groep 7 en hun ouders</p> <p><i>Wegen en meten:</i> kinderen worden in drie groepen ingedeeld: gezond gewicht, (dreigend) overgewicht en (dreigende) obesitas. Herhaling na 5 maanden</p> <p><i>Projecthoek:</i> gedurende het project wordt in de klas een hoek met materialen ingericht over voeding en beweging</p> <p><i>Lessen in de klas:</i> vier lessen over voeding (onder andere lespakket Vetlekker). Een ontbijtgastles wordt gegeven door de GGD. Eeten beweegmomenten worden vastgelegd op de Beweegmeter.</p> <p><i>Beweegles:</i> er wordt een beweegles aan alle kinderen gegeven</p> <p><i>Ouders:</i> informatie en toestemmingsbrieven, brochure, artikelen schoolkrant</p> <p><i>Stimuleren schoolbeleid:</i> school wordt door GGD gestimuleerd om actief schoolbeleid te voeren over gezonde voeding en beweging door informatie</p> <p><i>Naschools beweegaanbod:</i> stimulans om mee te doen aan lokaal sportaanbod, beweegvoorzieningen in de wijk</p> <p>b. ouders van kinderen met dreigend overgewicht</p> <p>Groepsgesprekken: 3 gesprekken met ouders door JGZ-verpleegkundige en diëtiste, met daarin aandacht voor grenzen stellen, regels toepassen, praktische tips. In Apeldoorn zijn hier geen kosten aan verbonden.</p> <p>c. kinderen met overgewicht</p> <p>Cursus van 9 bijeenkomsten verzorgd door de Thuiszorg, met een terugkomdag na een aantal weken. Kind en ouder komen samen naar de cursus. In de cursus is ruimte voor</p>

	sociaal-emotionele vorming en het voorkomen van pesten. Ook aan deze cursus zijn geen kosten verbonden.
Waar vindt het project plaats?	Bij de GGD en op school
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	Leerkracht, JGZ-verpleegkundige, diëtiste
Geëvalueerd? (proces/effect) • <i>Resultaten</i>	Zowel op proces- als op effectniveau enkele positieve resultaten. Kinderen hadden meer kennis en aten minder tussendoortjes. Het effect op de BMI van kinderen was ook gunstig. Er was een positief effect op het aantal sportabonnementen van kinderen en op het buiten spelen. Ouders voelden zich beter in staat kinderen te laten ontbijten.

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: GGD Gelre-IJssel

Adres: Postbus 90, 7400 AB Deventer

Telefoon: (0570) 66 46 64

E-mail: c.pieterse@ggdgelre-ijssel.nl

SlimKids**Naam organisatie:** Thuiszorg Amstelring/GGD Amstelland - de Meerlanden**Beschikbaar in:** Heel Nederland**Samenvatting**

Deze cursus voor kinderen met overgewicht en hun ouders/verzorgers is gericht op het aanleren van een goed en gezond eet- en beweegpatroon in groepsverband.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Kinderen aanleren bewust om te gaan met hun gewicht en hun voeding, zodat het gewicht zal afnemen of niet verder zal toenemen, en zodat klachten en risico's ten gevolge van overgewicht afnemen. Ouders ondersteunen, motiveren en stimuleren om met de kinderen (ook na de cursus) verder te gaan in het proces van bewust omgaan met het gewicht en de voeding van het kind.
Doelgroep	Kinderen van 9 tot 12 jaar (op de basisschool) met overgewicht en hun ouders/verzorgers
Kosten voor de school?	Wordt niet op school gegeven. Kosten voor de ouders: € 62 voor leden van Amstelring GezondheidsService, niet-lid € 82.
Past bij welke les / welk kerndoel?	Gezonde voeding
Is deskundigheidsbevordering nodig?	De cursus wordt nu gegeven door een diëtist en een pedagoog. Kennis over voeding is een vereiste ook om zoveel mogelijk tips en praktische adviezen te geven. De cursus is op school te geven door een diëtist en pedagoog.
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	De cursus bestaat uit 1 informatiebijeenkomst en 8 bijeenkomsten (4 voor het kind 's middags, 2 voor de ouders 's avonds en 2 gezamenlijk 's middags, waarvan 1 drie maanden na afloop van de cursus). De kinderen en hun begeleiders krijgen

	<p>advies bij het aanleren van een goed en gezond eet- en beweegpatroon in groepsverband. Tijdens de bijeenkomsten komen de volgende onderwerpen aan bod:</p> <p>Kinderen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wat is dik zijn en wat betekent het voor jou • gezonde voeding • bewegen, energiebalans en snoep • moeilijke situaties (rollenspel) • levend ganzenbord <p>Ouders:</p> <ul style="list-style-type: none"> • gezonde voeding • snoep en alternatieven • factoren van invloed op eetgewoonte en gewicht • groeicurve en energiebalans • methoden om kinderen te motiveren en stimuleren <p>De cursus, met draaiboek, kan worden aangeschaft voor € 300,-.</p>
Waar vindt het project plaats?	Bij de Amstelring
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering? <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	<p>De cursus wordt gegeven door 2 diëtisten en een pedagoge van Amstelring</p> <p>27 uur 14 uur</p>
Geëvalueerd? (proces/effect)	Na elke cursus wordt geëvalueerd. De informatie hierover is op te vragen bij de contactpersonen.

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Thuiszorg Amstelring

Contactpersoon: Circe de Korte / Lonneke de Bruijne

Adres: Laan van de Helende Meesters 431

Telefoon: (020) 545 41 74

E-mail: cdekorte@amstelring.nl / ldebruijne@amstelring.nl

Website: www.amstelring.nl

Primair en voortgezet onderwijs
Beweging
Voeding
Overgewicht

School & Sport / Bewegingmanagement**Naam organisatie:** NISB**Beschikbaar in:** Heel Nederland**Samenvatting**

Bewegingmanagement is een samenwerkingsnetwerk van professionals uit de sectoren buurt (welzijn), onderwijs en sport (BOS). Het is een reactie op de huidige samenwerking, die vaak tijdelijk en ad hoc van aard is. Structurele en systematische samenwerking is een belangrijke voorwaarde om bewegingsarmoede en overgewicht tegen te gaan. Deze samenwerkende partners werken vanuit het onderwijs aan een goed sport- en beweegklimaat voor de jeugd. Het bewegingmanagementteam zorgt ervoor dat een goed jeugdsportprogramma rond scholen in een wijk wordt uitgevoerd. Het team maakt afspraken over gebruik van accommodaties, organisatie van activiteiten, uitwisseling van kader. Er worden contacten gelegd en onderhouden met en tussen scholen, GGD'en en diverse sportaanbieders, zoals sportverenigingen, buurtwerk, jongerenwerk en de gemeente. Het Bewegingmanagement maakt een lokaal programma van actie op basis van twee analyse-instrumenten: de beweegnorm en de sport- en beweegscan. De beweegnorm om het sport- en beweeggedrag van de jeugd in kaart te brengen (zowel kwantitatief als kwalitatief). De sport en beweegscan om de sport- en beweegomgeving in en om de school te scannen op aantrekkelijkheid voor de jeugd.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Een toename in kwaliteit en kwantiteit van het sport- en beweeggedrag van jongeren in en om de school
Doelgroep	Schoolgaande jeugd van 4 tot 18 jaar
Kosten voor de school?	Afhankelijk van lokale invulling en reeds beschikbare formatie
Past bij welke les / welk kerndoel?	LO kerndoelen basisonderwijs Basisvorming LO VMBO 2e fase voortgezet onderwijs Lichamelijke opvoeding als examenvak
Is deskundigheidsbevordering nodig?	De coördinator van het Bewegingmanagement (bij voorkeur de vakleerkracht LO, maar kan ook ingevuld worden door iemand anders) wordt ondersteund vanuit de provinciale

	<p>sportraad of NISB.</p>
<p>Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?</p>	<p>Beweegmanagement is geen project (een project is namelijk eindig). Het netwerk wordt opgezet gericht op een structurele en systematische samenwerking.</p> <p>Fasering globaal:</p> <ol style="list-style-type: none"> commitment op bestuurlijk en uitvoerend niveau tussen de partners; netwerk tot stand brengen; analyse van sportief gedrag onder de jeugd (beweegnorm) en sportomgeving (sport en beweegscan), nulmeting; plan van aanpak met daarin concrete doelen, afgestemde activiteiten en afspraken over wie wat doet; realisatie; evaluatie, 1-meting
<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>In en rond de school, in de driehoek Buurt, Onderwijs en Sport (BOS)</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	<p>Partners op uitvoerend niveau in de driehoek Buurt, Onderwijs en Sport</p> <p>Vorbereidingstijd 15 dagdelen</p> <p>Uitvoering afhankelijk van activiteiten (staan op voorhand niet vast)</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Resultaten</i> 	<p>In 2004 geëvalueerd. Rapport <i>Evaluatie Beweegmanagement</i> opgesteld door DSP-groep Amsterdam. Ondanks korte experimenterperiode als kansrijk bestempeld. Er is sprake van toename van sport en bewegen onder de jeugd. Belangrijke voorwaarde is ont-koking op beleidsmatig niveau.</p> <p>Leerresultaten zijn vastgelegd in <i>Beweegmanagement, de aanpak</i> (NISB, 2004). Dit is een handleiding voor de praktijk. Ook is er een DVD beschikbaar met praktijkbeelden.</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: NISB

Contactpersoon: Dayenne L'abée, Dorien Dijk of Robert Zwart

Adres: Papendallaan 50, Arnhem

Telefoon: (026) 483 38 00

E-mail: dayenne.labee@nisb.nl of robert.zwart@nisb.nl

Website: www.school-en-sport.nl

Sport- en Beweegscan**Naam organisatie:** NISB**Beschikbaar in:** Heel Nederland**Samenvatting**

Met de Sport- en Beweegscan kan de sport- en beweegomgeving van kinderen en jongeren op wijkniveau in kaart worden gebracht. Waar sporten en bewegen kinderen en jongeren, waar kunnen zij sporten en bewegen en wat vinden ze ervan? Met de Sport- en Beweegscan wordt duidelijk in hoeverre de omgeving van kinderen en jongeren uitnodigt om te sporten en te bewegen en waar aanpassingen nodig zijn. Met de resultaten kunnen aanbod en vraag op elkaar afgestemd worden.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	De scan kan op verschillende manieren worden ingezet: <ul style="list-style-type: none"> • Inzicht krijgen in de situatie voor de ontwikkeling van beleid • De mening van jongeren peilen • Een beeld van participatie of knelpunten krijgen • Als startmeting bij aanvang van een project
Doelgroep	Iedereen die wil bijdragen aan goede sport- en beweegmogelijkheden voor jongeren van 4 tot 18 jaar. De scan kan worden ingevuld door leerlingen, leraren, ouders, sportconsulenten, beleidsmedewerkers, jongerenwerkers etc.
Kosten voor de school?	De scan kost € 5,- of is gratis te downloaden via www.nisb.nl
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	De scan bestaat uit zes modules: <ul style="list-style-type: none"> Module 1. Openbare beweegruimte Module 2. Sportaccommodaties Module 3. Sport op de school Module 4. Sportverenigingen en sportbuurtwerk Module 5. Sportaanbod Module 6. Creatieve methoden

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> 	De uitvoerder kan zelf bepalen welke modules hij gebruikt. Dit is afhankelijk van de lokale situatie, de vraag en randvoorwaarden. Iedere module start met een gebruiksaanwijzing voor het beweegmanagement.
Waar vindt het project plaats?	Afhankelijk van de vraag
Vorbereidingstijd Uitvoeringstijd	Gemiddeld kost het hele traject van opzet, uitvoering en verwerking van een module tussen de 3 en 6 maanden.
Geëvalueerd? (proces/effect)	Nee

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: NISB

Contactpersoon: Robert Zwart

E-mail: robert.zwart@nisb.nl

Website: www.school-en-sport.nl

Oplaadpunten**Naam organisatie:** Stichting Waterwijs**Beschikbaar in:** Heel Nederland**Samenvatting**

Tot ongenoegen moeten scholieren nu tijdens schooltijd hun waterflesje op de wc bijvullen (lauw water; omstandigheden niet altijd hygiënisch). Waterwijs plaatst Oplaadpunten waaruit de scholier op een makkelijke manier zijn flesje kan vullen met lekker koud, gezond kraanwater (naar keuze met bubbels). Een kleine bijdrage van de scholier (€ 0,10 of € 0,20) voorkomt misbruik. Het apparaat is voorzien van een beeldscherm dat jongeren op een eigentijdse manier aanmoedigt om het apparaat te gebruiken en het biedt onderwijsinstellingen de mogelijkheid om op een aansprekende manier met de scholieren te communiceren.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Een meerderheid van de ondervraagde scholieren zegt dat ze (veel) meer water zou drinken als er een gemakkelijke toegang zou zijn tot lekker zuiver drinkwater. Met de Oplaadpunten (waterunits) worden jongeren op een eigentijdse manier aangemoedigd om meer water te drinken. De scholier kan op een makkelijke manier zijn flesje vullen met lekker koud kraanwater (naar keuze met bubbels).
Doelgroep	Leerlingen en leerkrachten van basisonderwijs (kleine versie); voortgezet onderwijs; ROC; HBO; universiteit
Kosten voor de school?	Minimale kosten & inspanning voor de school (zie website) Leerlingen betalen € 0,10 of € 0,20 voor het vullen van een flesje water
Past bij welke les / welk kerndoel?	Gezond en redzaam gedrag, schoolklimaat
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee

<p>Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?</p>	<p>De Oplaadpunten zijn ontwikkeld voor gebruik op onderwijsinstellingen. Ze zijn 'hufteer proof' en de vormgeving is aansprekend. Een kleine bijdrage van de scholier voorkomt misbruik. Het apparaat is voorzien van een beeldscherm dat jongeren op een eigentijdse manier aanmoedigt om het apparaat te gebruiken en het biedt onderwijsinstellingen de mogelijkheid om op een aansprekende manier met de scholieren te communiceren</p>
<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>Op school</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	<p>Facilitaire dienst voor de locatiebepaling en klein onderhoud Een schoolredactie voor het aanleveren van scholiereninformatie op de beeldschermen (optioneel)</p> <p>De tijdsinvestering is minimaal.</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Resultaten</i> 	<p>De ervaringen in de pilot op vier VO-scholen in 2005 zijn positief. De Oplaadpunten stimuleren het drinken van water en het hergebruik van PET-flesjes. Meer resultaten en referenties van schoolleiding zijn beschikbaar op aanvraag.</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Stichting Waterwijs

Naam contactpersoon: Wim Langendijk

Adres: Keizersgracht 676, 1017 ET Amsterdam

Telefoon: (020) 794 22 11

Fax: (020) 794 22 12

E-mail: info@oplaadpunt.nl

Website: www.oplaadpunt.nl

Groninger Sportmodel (GSM)

Naam organisatie: Huis voor de Sport Groningen, de Provinciale Sportraad, Sportopleidingen, gemeentes en de GGD Groningen

Beschikbaar in: Groningen

Samenvatting

Met het GSM willen de samenwerkende organisaties de gezondheidsproblematiek in de provincie Groningen integraal aanpakken. Sport en bewegen wordt in het GSM breed ingezet als middel om de gezondheid van Groningers te beïnvloeden.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Het stimuleren van een gezonde leefstijl bij de Groningse bevolking.
Doelgroep	Een van de doelgroepen is de jeugd, die grotendeels via scholen bereikt wordt.
Kosten voor de school?	Gaat via de gemeenten
Past bij welke les / welk kerndoel?	Gezond en redzaam gedrag
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	In het Groninger Sportmodel wordt samengewerkt aan een integraal sport en beweegbeleid, educatie en doelgroepgerichte interventies om een gezonde leefstijl te bevorderen. Scholen kunnen gebruikmaken van een leskoffer, nieuwsbrieven, extra beweegactiviteiten onder schooltijd begeleid door studenten en beweegclinics op woensdagmiddag georganiseerd door studenten. Daarnaast worden detectie en selectiecriteria ontwikkeld om individuen en groepen met grote gezondheidsrisico's te signaleren.
Waar vindt het project plaats?	Scholen, sportclubs en sportvelden
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	Afhankelijk van de keuzes die een school maakt. Een leerkracht kan de leskoffer in de klas behandelen. Voor de inzet van het overige aanbod de samenwerkende regionale en pro-

	vinciale organisaties
Geëvalueerd? (proces/effect)	Ja

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Huis voor de Sport Groningen

Naam contactpersoon: Egbert Bakker

Adres: Posbus 177, 9600 AD Hoogezand

Telefoon: (0598) 32 32 00

E-mail: info@huisvoordesportgroningen.nl

Internet: www.huisvoordesportgroningen.nl

Of

Naam organisatie: GGD Groningen

Naam contactpersoon: Hannie Poletiek

Adres: Postbus 584, 9700 AN Groningen

Telefoon: (050) 367 41 82

E-mail: h.poletiek@hvd.groningen.nl

Internet: www.ggdgroningen.nl

schoolSlag-prioriteitenworkshop primair onderwijs en voortgezet onderwijs

Naam organisatie: NIGZ

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

In een bijeenkomst van ongeveer twee uur overleggen ouders, docenten en leerlingen (alleen bij VO) met elkaar over prioriteiten op het gebied van gezondheid op school. In groepen kiezen zij uit een set van 55 kaartjes met prioriteiten op het gebied van gezondheid en zorg op school. Wordvoerders van iedere groep presenteren hun keuzes en na een plenaire discussie worden er vier tot zes gezamenlijke prioriteiten gekozen

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	De schoolSlag-prioriteitenworkshop is ontwikkeld om scholen te helpen met het maken van keuzes met betrekking tot de gezondheid en veiligheid van leerlingen, docenten en niet-onderwijzend personeel.
Doelgroep	Scholen
Kosten voor de school?	Kosten voor materialen (gratis downloaden of bestellen voor € 9,-)
Past bij welke les / welk kerndoel?	Gezond en redzaam gedrag, het opstellen van een schoolgezondheidsplan
Is deskundigheidsbevordering nodig?	De workshop staat onder leiding van een medewerker van de GGD of andere schoolondersteunende organisatie.
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	De deelnemers krijgen vooraf een uitnodiging met een korte uitleg van de bijeenkomst. Tijdens de bijeenkomst krijgen ze een 'instructie voor de deelnemers' en het 'overzicht van de prioriteiten'. Er zijn uitgaven voor het Voortgezet Onderwijs en het Primair Onderwijs. In de uitgave voor primair onderwijs worden kinderen betrokken in kringgesprekken gebaseerd op de Gezonde Start methodiek van GGD Friesland.

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	<p>Ja, er zijn verschillende varianten. De prioriteitenworkshop kan zowel schriftelijk als in de vorm van een ouderavond worden uitgevoerd. De kaartjes moeten gekopieerd en gesneden worden</p>
<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>Op school</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	<p>Leerlingen, docenten en ouders Medewerker GGD of andere schoolondersteunende organisatie Gespreksleider voorbereiding ongeveer een uur Bijeenkomst van ongeveer twee uur</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Resultaten</i> 	<p>Ontwikkeld in samenwerking met de Universiteit Maastricht (versie VO) en Universiteit Twente (versie PO). De eerste ervaringen zijn positief.</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: NIGZ

Adres: Postbus 500, 3440 AM Woerden

Telefoon: (0348) 43 76 00

E-mail: gezondeschool@nigz.nl

Website: www.nigz.nl en www.gezondeschool.nl

Wikken en (Be)Wegen

Naam organisatie: GGD Nijmegen, Noord- en Midden Limburg, Hart voor Brabant

Samenwerkende organisaties: Gemeente Nijmegen, afd. Sportservice, Radboudziekenhuis, Zorggroep Zuid-Gelderland, St. Zevenheuvelenloop, S. Maartenskliniek, NIGZ, Tanden welzijnsorganisatie

Beschikbaar in: Nijmegen en regio (Beuningen, Druten, Groesbeek, Heumen, Millingen aan de Rijn, Mook en Middelaar, Ubbergen, West Maas en Waal, Wychen

Samenvatting

Wikken en (Be)Wegen is een programma over gezond eten en lekker bewegen met als doel: lekker in je vel zitten, letterlijk en figuurlijk. Er zijn activiteiten voor 0-4-jarigen, 4-12-jarigen en 12-19-jarigen.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Een bijdrage leveren aan het voorkómen van overgewicht en het terugdringen van het aantal kinderen met overgewicht.
Doelgroep	Kinderen van 0-19 jaar Secundaire doelgroepen: consultatiebureaus, ouders, leerkrachten basisonderwijs en voortgezet onderwijs, huisarts en JGZ
Kosten voor de school?	<ul style="list-style-type: none"> • maatwerkgeden • subsidie van de Provincie Gelderland • 50% BOS-gelden
Past bij welke les / welk kerndoel?	Voedings- en beweegonderwijs Zelfvertrouwen, sociale vaardigheden en relaties Gezond gedrag
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Protocollering / standaardisering, voorlichting aan ouders tijdens PGO's, deskundigheidsbevordering medewerkers JGZ. Dieetiek ondersteuning
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	<i>Activiteiten 0-4-jarigen:</i> Themapakket & ouderbijeenkomst, themabijeenkomst 'Gezonde (op)voeding' voor peuter

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	<p>speelzalen en kinderdagverblijven. De ouderbijeenkomsten en het themapakket <i>Gezonde (Op)Voeding</i> zijn landelijk beschikbaar en inzetbaar.</p> <p><i>Activiteiten 4-12-jarigen:</i> implementatie beweegmethode 'De klas beweegt' (incl. training leerkrachten; landelijk beschikbaar), aanbod leskisten voeding aan onder-, midden- en bovenbouw (inhoudsopgave beschikbaar), voedingsproject in groep 1 tot en met 8, advisering ontbijten, tussendoortjes, trakteren, overblijven, regels en afspraken, ouderbijeenkomst door een diëtist en een beweegconsulent (landelijk beschikbaar) en een verdiepingscursus</p> <p>Structurele inbedding Vertekening 2de jaar (Kies je kaart)</p> <p><i>Activiteiten 12-19-jarigen:</i> module voeding/bewegen (MBO-Flash), advisering de gezonde schoolkantine</p> <p>Thema-onderzoek overgewicht tijdens de gezondheidsonderzoeken 5-jarigen, 10/11-jarigen en 1e en 2e klas voortgezet onderwijs Hoogrisico- scholen behoeven een andere aanpak, daar bereik je ouders op andere manier. Dat zijn vaak ook zogenaamde Open Wijk Scholen.</p> <p>Ja</p>
<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>Op school Tijdens gezondheidsonderzoeken Op kinderdagverblijf en peuterspeelzaal</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	<p>Leerkrachten, JGZ gezondheidsteam, diëtisten en bewegingsconsulenten</p> <p>Ontwikkelfase: 1,5 jaar</p> <p>20 scholen en kinderdagverblijf en peuter speelzaal per jaar</p>

Geëvalueerd? (proces/effect)	Kinderen worden gemonitord. Effect- en procesevaluatie op alle scholen Specifieke NIGZ-evaluatie met betrekking tot <i>best practice</i> (samenwerking met andere partijen)
------------------------------	---

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Uitvoerende organisatie GGD Regio Nijmegen

Contactpersoon: Silvia Meijer

Adres: Groenewoudseweg 275, Postbus 1120, 6501 BC Nijmegen

Telefoon: (024) 329 72 97 (algemeen nummer), (024) 329 72 16 (direct nummer)

E-mail: ggd@ggd-nijmegen.nl; smeijer@ggd-nijmegen.nl

Website: www.ggd-nijmegen.nl

Voortgezet onderwijs
Beweging
Voeding
Overgewicht

Themapakket Actieve Leefstijl / FLASH!**Naam organisatie:** NISB**Beschikbaar in:** Heel Nederland**Samenvatting**

In het schooljaar 2004/2005 richtte de landelijke beweegcampagne FLASH! zich op het VMBO, en dan met name op de basisberoepsgerichte leerweg. Interventies waren onder andere de FLASH! Energy Tour, een beweegwijzer, een themapakket 'Actieve Leefstijl' rondom sport, bewegen en gezondheid, maar vooral ook 'eigen' projecten en programma's van GGD'en en Provinciale Sportraden. Met deze beide typen organisaties wordt ook in 2006 nauw samengewerkt om VMBO-leerlingen te stimuleren tot bewegen. Hieronder wordt enkel het themapakket 'Actieve Leefstijl' nader toegelicht. Dit vakoverstijgend lespakket over Bewegen is ook in het schooljaar 2005/2006 beschikbaar en kan bij het Cito worden besteld.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Doel is het terugdringen van inactiviteit onder VMBO-leerlingen en in tweede instantie kennisoverdracht aan jongeren van de Nederlandse Norm Gezond Bewegen.
Doelgroep	De primaire doelgroep vormen leerlingen van het VMBO (alle leerjaren) waarbij FLASH! zich in haar acties richt op de Basis-beroepsgerichte leerweg (totaal 475 scholen) Door de keuze van het VMBO worden risicogroepen onder jongeren bereikt, welke zijn: <ul style="list-style-type: none"> • lage SES • allochtone jongeren Geschikt voor het VSO
Kosten voor de school?	De kosten voor de school variëren, omdat er meerdere opties zijn. De kosten van het vakoverstijgend Cito-lespakket bedragen € 65,- voor een pakket onderdan wel bovenbouw. Een school kan volstaan met 1 pakket per bouw. Ondersteuning van scholen door GGD'en, provinciale sportraden en sportservicepunten/gemeenten wordt veelal kosteloos aangeboden.

	Voor de uitvoering van plannen kan in overleg met de gemeente worden gekeken of de plannen passen binnen 'de BOS-regeling', een subsidiekanaal voor gemeenten. Gezien een aantal overlappende doelstellingen is dit zeer kansrijk.
Past bij welke les / welk kerndoel?	Het cito-lespakket sluit volledig aan bij de kerndoelen en toetst daarbinnen de eindtermen voor de volgende vakken: NASK, LO, Biologie/verzorging, Engels, Techniek, Nederlands en Maatschappijleer. Een en ander varieert voor onder- bovenbouw.
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod? <ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	Het themapakket 'Actieve Leefstijl' staat volledig vermeld op www.citogroep.nl onder voortgezet onderwijs (themapakketten) Ja, de lessen zijn naar eigen inzicht aan te passen, met de bijgeleverde cd-rom. Ja
Waar vindt het project plaats?	Scholen vmbo
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering? <ul style="list-style-type: none"> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	Ondersteuning aan scholen, omvang volledig afhankelijk van de lokale initiatieven welke raken aan inbedding (en uitvoering extra projecten/methodieken rondom bewegingsstimulering) Indien alleen het Cito-lespakket wordt gebruikt, kan deze gedurende een volledige projectweek worden uitgevoerd.
Geëvalueerd? (proces/effect) <ul style="list-style-type: none"> • <i>Resultaten</i> 	Het themapakket is geëvalueerd door het Cito en door het onafhankelijk onderzoeksbureau DSP. Het pakket voorziet duidelijk in een behoefte en is door 230 scholen aangevraagd. Onderzoeksresultaten kunnen bij NISB worden opgevraagd.

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: NISB

Contactpersonen: Helene Baarda

Adres: NISB, Postbus 64, 6720 AB Bennekom

E-mail: info@flash123.nl

Website: www.flash123.nl met alle informatie over de deelcampagne vmbo

Bestellen via Citogroep

Website: www.citogroep.nl

Telefoon: (026) 352 11 11

whoZnext**Naam organisatie:** NISB**Beschikbaar in:** Heel Nederland**Samenvatting**

whoZnext roept via een campagne alle jongeren in de leeftijd van 14-18 jaar op om samen met leeftijdgenoten zelf (sport)activiteiten te organiseren in de buurt, het onderwijs of de sportvereniging. De zogenaamde whoZnext-teams worden ondersteund door een volwassen persoon, die gebruik kan maken van diverse jeugdparticipatie-instrumenten. Deze instrumenten zijn door het landelijke projectteam van NISB ontwikkeld.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	<ul style="list-style-type: none"> • Dat jongeren concrete voorbeelden en tips krijgen over de mogelijkheden die er zijn om zelf sport 'te regelen' • Dat meer sportinitiatieven ontstaan waarbij jongeren een organiserende en verantwoordelijke rol spelen • Dat volwassenen jongeren actief betrekken als het om sportactiviteiten gaat
Doelgroep	<ul style="list-style-type: none"> • Alle jongeren van 14-18 jaar • In 2004 zijn we gestart met een whoZnext-team op de mytylschool Franciscusoord uit Valkenburg aan de Geul en voor volgend jaar gaan we in samenwerking met de Cruyff Foundation starten op 10 nieuwe mytylscholen, scholen speciaal onderwijs en sportverenigingen aangepast sporten.
Kosten voor de school?	<ul style="list-style-type: none"> • Training: € 250,- • Toolkit whoZnext-team: € 75,- • Kledingpakket whoZnext; keuze van € 10,- tot € 50,- per persoon • Activiteitengeld per team: € 500,-
Past bij welke les / welk kerndoel?	<ul style="list-style-type: none"> • Basisvorming lichamelijke opvoeding • VMBO • 2e fase voortgezet onderwijs • Lichamelijke opvoeding als eindexamenvak (zelf je sport leren regelen)

<p>Is deskundigheidsbevordering nodig?</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>voor wie / door wie?</i> 	<p>Een whoZnext-team krijgt een 3 uur durende training. Tijdens de training worden jongeren voorbereid om zelf activiteiten te organiseren. Voorafgaand aan de training wordt de docent getraind in het coachen van het whoZnext-team. Deze voorbereiding neemt zo'n 1,5 uur in beslag.</p>
<p>Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?</p>	<p>Kenmerken whoZnext:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Training is een simulatiegame waarbij het idee van de jongeren centraal staat. • Elk team krijgt een toolkit met producten en instrumenten (posters, gamebox, toolkits, flyers, actieve helpdesk, praktische handleidingen, brochures en een website (www.whoZnext.nl). • Elk team krijgt een kledingpakket. • Het team gaat vervolgens met de coach aan de slag om het idee te realiseren.
<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>whoZnext-teams organiseren activiteiten in de buurt, het onderwijs en de sportvereniging.</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	<p>Een volwassen persoon die het team wil begeleiden (docent, trainer, sportbuurtwerker of een andere volwassene)</p> <p>De voorbereiding (verzamenen info whoZnext, werving jongeren en training) kost een paar dagen</p> <p>Tijdsbesteding in uitvoering hangt af van het aantal activiteiten dat de jongeren willen organiseren. Gemiddeld is een coach van een whoZnext-team een paar uur per week aan ondersteuning kwijt.</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Resultaten</i> 	<p>De campagne is succesvol, zoals blijkt uit de volgende impressie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • whoZnext teams groeien als kool. In 2005 zijn er meer dan 130 whoZnext-teams actief in Nederland. • Een groot aantal gemeenten, scholen en sportorganisaties is belangstellend om het initiatief over te nemen.

SchoolSlag-checklistscore*	1. Effectiviteit	●●●●○
	2. Planmatigheid	●●●●○
	3. Efficiëntie ondersteunende instelling	●●●○○
	4. Efficiëntie voor school	●●○○○
	5. Onderwijsgerichtheid	●●●○○
	6. Participatie	●●●●●
	7. Aandacht omgeving	●●○○○
	8. Kwaliteit begeleiding	●●●●○
	9. Diversiteit	●●●●○
	* Schaal: ○○○○○ zwak tot sterk ●●●●●	

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: NISB

Naam contactpersoon: Heino van Groeningen

Adres: Papendallaan 50

Telefoon: (026) 483 38 00

E-mail: heino.vangroeningen@nisb.nl

Website: www.whoznex.nl

Datum schoolSlag-checklistscore: juni 2004

Bac-Vechten**Naam organisatie:** Voedingscentrum Nederland**Beschikbaar in:** Heel Nederland**Samenvatting**

Het Voedingscentrum heeft een educatief internetspel ontwikkeld om scholieren op een interactieve manier voor te lichten over voedsel en hygiëne. Het spel Bac-Vechten staat op de website van het Voedingscentrum.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Scholieren op een ludieke manier kennis laten vergaren over voedsel en hygiëne door middel van een interactief spel waarin bacteriën worden bestreden. De verschillende handelingen bij inkopen, bewaren en bereiden van voedsel komen aan de orde.
Doelgroep	Leerlingen basisvorming: vakken verzorging en biologie Leerlingen vmbo: zorg en welzijn Leerlingen havo en vwo: biologie
Kosten voor de school?	Gratis
Past bij welke les / welk kerndoel?	Verzorging. De kerndoelen voor voeding die betrekking hebben op bewaren en bereiden van voedsel en hygiëne.
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Zie boven
Waar vindt het project plaats?	Op school computers of thuis, tijdens de les of als huiswerk
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	Iedere scholier kan de activiteiten zelf uitvoeren.
Geëvalueerd? (proces/effect)	Alleen gepretest

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Voedingscentrum Nederland

Adres: Postbus 85700, 2508 CK Den Haag

Telefoon: (070) 306 88 88

Website: www.voedingscentrum.nl

Website: www.bac-vechten.nl

Gezonde Schoolkantine (voortgezet onderwijs)**Naam organisatie:** Voedingscentrum Nederland**Beschikbaar in:** Heel Nederland**Samenvatting**

Dit project richt zich op het stimuleren van een goed kantinebeleid op scholen voor voortgezet onderwijs als onderdeel van de Gezonde School. Schriftelijke en interactieve materialen en activiteiten zijn ontwikkeld voor relevante doelgroepen in de school: schoolleiders, kantinebeheerders, 12-16-jarige scholieren en ouders. Het proces kan door GGD-medewerkers worden begeleid; een dergelijk begeleidingstraject met een GGD-medewerker, een adviseur op hygiënegebied en een voedingsdeskundige wordt beschreven in een draaiboek. De producten worden verspreid via de website van het Voedingscentrum en via mailing.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Bevorderen van gezond kantinebeleid op scholen voor voortgezet onderwijs
Doelgroep	<p>VO-scholen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • schoolleiders • kantinebeheerders • docenten verzorging/biologie • leerlingen van 12-14 jaar (vak verzorging/biologie) • ouders <p>Geschikt voor alle VO-scholen voor 12-16 jaar, behalve de lesactiviteiten die speciaal voor 12-14-jarigen binnen de onderbouw zijn bedoeld. Ook voor speciaal voortgezet onderwijs te gebruiken, alleen zullen de lesactiviteiten moeten worden aangepast.</p> <p>GGD'en: Draaiboek regionale implementatie</p>
Past bij welke les / welk kerndoel?	Lessen verzorging/biologie; kerndoelen over voeding en algemene kerndoelen
Kosten voor de school?	Geen kosten voor het pakket kantinematerialen: verspreiding via de website van het

	<p>Voedingscentrum en via een gratis set materialen per locatie van VO-scholen</p> <p>Extra subsidiemogelijkheden vanuit het Voedingscentrum zijn er niet.</p> <p>Scholen kunnen bij GGD'en ondersteuning vragen voor procesbegeleiding. Kosten zijn afhankelijk van de GGD. Technische ondersteuning, bijvoorbeeld op HACCP-gebied via aanbieders van commerciële cursussen; advisering over inrichting en apparatuur</p> <p>Schoolkantines ook door commerciële bureaus. Advisering aanbod kan met training door GVO-medewerkers van GGD'en of diëtisten / voedingsdeskundigen.</p>
<p>Is deskundigheidsbevordering nodig?</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>voor wie / door wie?</i> 	<ol style="list-style-type: none"> 1. GVO'ers van GGD'en / ev. JGZ-medewerkers <ul style="list-style-type: none"> - Workshop voor implementatie van het project door het Voedingscentrum (procesbegeleiding en werken met assortimentsmeter) – ev. in workshop GGD'en 2. Schoolleiders – belang van gezond eten op school <ul style="list-style-type: none"> artikelen, ev. inleiding op vergaderingen van landelijke verenigingen 3. Kantinebeheerders: <ul style="list-style-type: none"> - Training voor invoering hygiënenormen, door opleidingsbureaus - Advies-op-maat hygiëne door bureaus o.a. FMO - Advisering inrichting en apparatuur, catering – door o.a. FMO - Ev. landelijke workshop Aanbod – door het Voedingscentrum 4. Docenten verzorging/biologie <ul style="list-style-type: none"> - workshop lesactiviteiten op congressen ed. – door het Voedingscentrum 5. Cateraars <ul style="list-style-type: none"> landelijke workshop over aanbod / assortimentsmeter 6. VNG i.v.m. nota's lokaal gezondheidsbeleid 7. Oudervereniging / Vereniging Openbaar Onderwijs: artikelen, ev. inleiding

<p>Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?</p>	<p>Materialen – schriftelijk en op website</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. GGD'en – draaiboek regionale implementatie. Hoe advies- en begeleidingstraject voor VO-scholen in de regio op te zetten; o.a. werving, voorbeeldbrieven; voorbeeldbijeenkomsten ed. 2. scholen Het materiaal geeft behalve inhoudelijke informatie ook informatie over het opzetten van beleid en strategieën die de school zelf kan opzetten. De producten zijn kant-en-klaar maar wel in de vorm van flexibel inzetbare activiteiten. <ul style="list-style-type: none"> - stappenplan voor beleid – schoolleiders - aanbod – kantinebeheerders - assortimentsmeter – digitaal – voor kantinebeheerders op website - hygiëne – kantinebeheerders - lesactiviteiten – docenten verzorging/biologie - werkbladen voor scholieren - internet activiteiten op website voor scholieren: eettesten; onderzoekje eigen schoolkantine; stellingenspel - posters voor leerlingen Ondersteuning bij implementatie Workshops voor GGD'en; schoolleiders; afspraken met cateraars
<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>Landelijk/website. In aan te wijzen proefregio's proefdraaien met regionale ondersteuning door middel van adviesteams. Nog uit te werken in kader van Gezonde School plannen.</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p>	<p>Personen nodig: GVO'ers – procesbegeleiding op scholen JGZ – PGO protocollen met voeding – gezondheidsprofielen per school – signaleren en koppelen aan 'Eten op School' Ev. diëtist of voedingskundige voor adviezen aanbod Hygiënebegeleider – toekomst hopelijk GGD-medewerkers</p>

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Voorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	<p>Tijd voor voorbereiding: 3 maanden – contacten leggen met gemeente; subsidiestromen verkennen; projectgroep bij elkaar krijgen; inventariseren; werven en dergelijke</p> <p>Tijd voor uitvoering:</p> <p>Begeleiding bij meerjarentraject: minstens twee schooljaren. Eerste schooljaar jaar 4 bijeenkomsten op school houden: behoeftenonderzoek; prioriteiten stellen; actieplannen maken; paar actiepunten uitvoeren. Meerjarenplan schrijven</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Resultaten</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Ja, rapport TNO-PG, Leiden. Daar te bestellen • Kost meer tijd dan schooljaar. Schoolleider overtuigen. Randvoorwaarden tijd en geld essentieel. Deskundigheidsbevordering nodig. Meer inzetten op marketing gezond aanbod en leerling keuze. Materialen voor alle doelgroepen beschikbaar op website en schriftelijk
<p>SchoolSlag-checklistscore*</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Effectiviteit ●●○○○ 2. Planmatigheid ●●●●○ 3. Efficiëntie ondersteunende instelling ●○○○○ 4. Efficiëntie voor school ●●●●○ 5. Onderwijsgerichtheid ●●●●○ 6. Participatie ●●●●○ 7. Aandacht omgeving ●●●●○ 8. Kwaliteit begeleiding ●●●●○ 9. Diversiteit ●●●○○ <p>* Schaal: ○○○○○ zwak tot sterk ●●●●●</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Voedingscentrum Nederland

Naam contactpersoon: Jeltje Snel

Adres: Postbus 85700, 2508 CK Den Haag

Telefoonnummer: (070) 306 88 78

E-mail: snel@voedingscentrum.nl

Website: www.voedingscentrum.nl

Datum schoolSlag-checklistscore: juni 2004

Heart Affairs

Naam organisatie: Nederlandse Hartstichting

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

Met het magazine *Heart Affairs* biedt de Hartstichting scholen de mogelijkheid om hun biologielees of verzorgingsles uit te breiden. Het is een leuke variatie op een gewone les.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Informereren over hart- en vaatziekten en leefstijlfactoren als voeding, roken en bewegen
Doelgroep	Leerlingen van havo, vwo en vmbo
Kosten voor de school?	Geen
Past bij welke les / welk kerndoel?	Biologie of verzorging
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod? <ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	Informatief magazine als aanvulling op de biologielees of de verzorgingsles. Niet aan te passen Ja
Waar vindt het project plaats?	Op school
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering? <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> 	Docent op school Vorbereidingstijd niet bekend
Geëvalueerd? (proces/effect) <ul style="list-style-type: none"> • <i>Resultaten</i> 	Geëvalueerd op proces; leerlingen reageerden heel positief op het magazine
SchoolSlag-checklistscore*	1. Effectiviteit ●●○○○ 2. Planmatigheid ●●●●○ 3. Efficiëntie ondersteunende instelling ●●●●○ 4. Efficiëntie voor school ●●●●●

	5. Onderwijsgerichtheid	●●●●○
	6. Participatie	●●○○○
	7. Aandacht omgeving	●●○○○
	8. Kwaliteit begeleiding	●●●○○
	9. Diversiteit	●●●○○
	* Schaal: ○○○○○ zwak tot sterk ●●●●●	

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Nederlandse Hartstichting

Naam contactpersoon: Karen van Reenen

Adres: Postbus 300, 2501 CH 's Gravenhage

Telefoon: (070) 315 55 55

Website: www.hartstichting.nl

Datum schoolSlag-checklistscore: juni 2004

Bestellen bij:

Naam organisatie: Zorn Uitgeverij B.V. en Zorn Evenementen & Media B.V.

Adres: Postbus 4001, 2301 RA Leiden

Telefoon: (071) 514 91 41

Telefax: (071) 512 02 78

Internetpakket Weet wat je eet 2005**Naam organisatie:** Voedingscentrum Nederland**Beschikbaar in:** Heel Nederland**Samenvatting**

Dit internetprogramma over voeding is bestemd voor scholieren van 12-18 jaar en helpt hen bij het maken van onderbouwde keuzes met betrekking tot het eigen eetgedrag. In dit nieuwe lesprogramma weken leerlingen tijdens verschillende vakken geheel zelfstandig aan de kerndoelen over gezond eten.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Als ondersteuning bij de lessen verzorging, behandelen van theorie en praktijk van voeding en voedsel met inzicht in eigen eetgedrag en beweggedrag
Doelgroep	Leerlingen basisvorming: vakken verzorging en biologie Leerlingen vmbo: zorg en welzijn Leerlingen havo en vwo: biologie.
Kosten voor de school?	Indicatie: € 17,50 per jaar per klas van 35 leerlingen. Er is een abonnementsysteem sinds eind november 2005.
Past bij welke les / welk kerndoel?	Verzorging. Alle kerndoelen voor voeding kunnen met behulp van de basisslessen worden uitgevoerd. Er is daarnaast een aantal keuzelessen.
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Het betreft een internetprogramma waar scholieren zelfstandig mee aan de gang kunnen gaan, op school of thuis. Twee onderdelen zijn schriftelijk verspreid (eenmalig): Gentech en Borstvoeding. Deze onderdelen hebben een werkvorm om discussie in de klas te stimuleren. Ze zijn ook in het digitale programma opgenomen.

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> 	Nee, want het is een kant- en klaar digitaal pakket met voedingsadvies-op-maat voor de scholier
Waar vindt het project plaats?	Op school; ook zelfstandig thuis te gebruiken, bijvoorbeeld als huiswerk
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	Iedere scholier kan de activiteiten zelf uitvoeren. De docent kan de onderdelen klassikaal bespreken
Geëvalueerd? (proces/effect)	Deze 3e versie van Weet wat je Eet wordt op effect onderzocht. Planning eind 2006-2009

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Voedingscentrum Nederland

Contactpersoon: Marianne Luchinger

Adres: Postbus 85700, 2508 CK Den Haag

Telefoon: (070) 306 88 63

E-mail: luchinger@voedingscentrum.nl

Website: www.voedingscentrum.nl

Vet leuke les over Vet**Naam organisatie:** Voorlichtingsbureau Margarine, Vetten en Oliën**Beschikbaar in:** Heel Nederland**Samenvatting**

Lespakket voor docenten in het middelbaar beroepsonderwijs. Het is afgestemd op de eindtermen van de opleidingen Verzorgenden, Verpleegkundigen, Voedingsassistenten, Medewerkers Facilitaire Dienstverlening en Facility Managers.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Vier veelgehoorde fabels over vetten en gezonde voeding weerleggen en leerlingen leren verantwoorde keuzes te maken
Doelgroep	De 'Vet leuke les over Vet' is bedoeld voor leerlingen in de basisvorming van het voortgezet onderwijs en leerlingen in het beroepsgerichte programma Zorg en Welzijn van het vmbo.
Kosten voor de school? • <i>extra subsidiemogelijkheden?</i>	Geen, gratis.
Past bij welke les / welk kerndoel?	Het lespakket is ontwikkeld in samenspraak met de Nederlandse Vereniging Docenten Verzorging en is afgestemd op de kerndoelen van het vak Verzorging in de Basisvorming en het beroepsgerichte programma Zorg en Welzijn van het vmbo.
Is deskundigheidsbevordering nodig? • <i>voor wie / door wie?</i>	De 'Vet leuke les over Vet' biedt zowel kennis- als praktijkopdrachten van verschillende niveaus. De niveaus staan niet bij de opdrachten aangegeven. De docent kan zelf bepalen welke opdrachten hij geschikt vindt voor uw leerlingen. De 'Vet leuke les over Vet' is een aanvulling op het onderwerp voeding in de bestaande methodes.

<p>Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> <p>• <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i></p>	<p>De 'Vet leuke les over Vet' start met 'Fabels en Feiten over Vet'. Aan de hand van drie veelgehoorde fabels wordt de basistheorie over vet behandeld. De leerling kan hiermee straks elke fabel weerleggen met een feit. Dit hoofdstuk bevat ook een uitgebreide begrippenlijst. Afhankelijk van het niveau van de leerlingen kiest de docent één of meer opdrachten uit hoofdstuk 3 tot en met 7. Ieder hoofdstuk omvat opdrachten met een verschillende moeilijkheidsgraad. Per opdracht wordt, indien nodig, aanvullende informatie gegeven. Een goede afsluiting van de 'Vet leuke les over Vet' les is de quiz 'Wat weet jij van Vet?'</p> <p>Ja</p>
<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>Op school</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	<p>Docent</p> <p>De tijdspanne is per opdracht aangeven in de les.</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p>	<p>Nee</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Voorlichtingsbureau Margarine, Vetten en Oliën

Naam contactpersoon: Jolanda van Roon

Adres: Postbus 3186, 2280 GD Rijswijk

Telefoon: (070) 390 86 34

E-mail: info@voorlichtingmvo.nl

Internet: www.voorlichtingmvo.nl

Voedselveiligheid

Naam organisatie: Voedingscentrum Nederland

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

Het Voedingscentrum heeft samen met Teleac/NOT een video met twee begeleidingslessen over voedselveiligheid ontwikkeld. In de eerste aflevering onderzoeken 4 scholieren hoe het staat met de voedselveiligheid van de kroket en wat er in een krokettenfabriek allemaal gebeurt om de kroketten zo veilig mogelijk in de winkel te laten belanden; de tweede aflevering legt de nadruk op het zelf zorgen voor veilig voedsel door kopen, bewaren en bereiden op een goede hygiënische manier. Scholieren ontdekken dit door inkopen te doen in de supermarkt en een maaltijd te bereiden in de klas.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Scholieren allerlei aspecten van voedselveiligheid laten ontdekken, en laten ontdekken wat ze daar zelf aan kunnen bijdragen
Doelgroep	Leerlingen in de onderbouw van het voortgezet onderwijs bij het vak verzorging/biologie
Kosten voor de school?	€ 13,- (twee video-afleveringen en twee lessen)
Past bij welke les / welk kerndoel?	Verzorging. De kerndoelen voor voeding die betrekking hebben op het bewaren en bereiden van voedsel en op hygiëne
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod? <ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	Een videoband met twee afleveringen Twee ondersteunende lessen Nee Ja
Waar vindt het project plaats?	Op school
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?	De docent verzorging begeleidt de videoafleveringen en begeleidt de opdrachten.

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	Normale les Twee lessen theorie Een kookles
Geëvalueerd? (proces/effect)	Gepretest

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Voedingscentrum Nederland

Adres: Postbus 85700, 2508 CK Den Haag

Telefoon: (070) 306 88 88

Website: www.voedingscentrum.nl

Naam organisatie: Uitgeverij Schoolsupport

Adres: Postbus 21, 9600 AA Zuidhorn

Telefoon: (0594) 50 01 45

Fax: (0594) 52 80 99

E-mail: info@schoolsupport.nl

Website: www.schoolsupport.nl

Gezond Leven Spel

Naam organisatie: NIGZ

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

Het Gezond Leven Spel is bedoeld om bijzondere doelgroepen te betrekken bij gezondheidsonderwerpen in situaties waarin groepsvoorlichting wordt gegeven. Het spel richt zich op drie hoofdthema's: leefstijl, gezondheidszorg en seksuele gezondheid.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	<p>Het spel heeft drie toepassingsmogelijkheden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Behoefteteiling; met het spel kunnen kennisniveaus, opvattingen, problemen en interessen van de groepsleden over bepaalde gezondheidsonderwerpen worden vastgesteld. • Discussiebevordering; met het spel kunnen onderwerpen bespreekbaar gemaakt worden binnen de groep. • Kennisvergroting; met het spel kan gerichte voorlichting over specifieke onderwerpen worden gegeven en kunnen kennisniveaus worden verhoogd.
Doelgroep	<p>Het spel is op diverse manieren inzetbaar in (multiculturele) groepen, waaronder allochtonen, asielzoekers, (probleem)jongeren en/of mensen uit achterstandsgroepen. Het spel is geschikt voor zowel jongeren vanaf 12 jaar als volwassenen.</p> <p>De vragen en antwoorden zijn door de Citogroep omgezet in NT2 niveau A2.</p>
Kosten voor de school?	€ 25,- (excl. € 5,- verzendkosten)
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Het Gezond Leven Spel is een educatief bordspel dat kan worden gebruiken in groepsvoorlichting. Het spel wordt gespeeld rondom ken

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	<p>nis-, actie- en discussievragen over drie hoofdthema's die elk opgedeeld zijn in tien subthema's:</p> <ul style="list-style-type: none"> • leefstijl (o.a. voeding, bewegen, overgewicht en roken) • de gezondheidszorg in Nederland (wat, voor wie, waar) • seksuele gezondheid <p>Voorlichting op maat is mogelijk door de keuze voor subthema's en/of variaties in spelregels. Dit alles staat beschreven in een uitgebreide handleiding.</p> <p>Het is een kant-en-klaar pakket.</p>
<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>Op school</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	<p>De docent fungeert als spelleider. Er kunnen 5 tot 12 deelnemers meespelen.</p> <p>Het spel duurt gemiddeld 45 minuten, maar dit kan variëren als gevolg van groeps grootte, hoeveelheid discussie en de taalvaardigheid van de deelnemers.</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p>	<p>Het spel is uitgebreid getest (door deskundigen en de doelgroep) en aangepast in de ontwikkelingsfase. Er is nog geen evaluatieonderzoek gedaan.</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: NIGZ

Adres: Postbus 500, 3440 AM Woerden

Contactpersoon: Astrid van Leeuwen

Telefoon: (0348) 43 98 64

E-mail: avanleeuwen@nigz.nl

Website: www.nigz.nl

Over Gewicht

Naam organisatie: NOT/Teleac en Voedingscentrum Nederland

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

Over Gewicht is een project van het Voedingscentrum bestaande uit verschillende onderdelen, waaronder een Schooltv-serie voor klas 1 en 2 van het vmbo. De serie kan gebruikt worden als verdieping bij het lesprogramma 'Weet wat je eet' van het Voedingscentrum. De NOT/Teleac-serie is een vervolg op de schooltelevisieseries Vet Lekker en de NOT/Teleac-serie Ouderavond. Zie verder voor projectmaterialen voor het basisonderwijs: de traktatieposter, twee folders over gezond eten en bewegen (4-8 jaar en 9-12 jaar); een boekje voor gezondheidsbeleid op school en het tijdschrift SMAK voor ouders (www.smakmagazine-jgz.nl)

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	De uitzendingen wil leerlingen bewust maken van hun leefpatroon.
Doelgroep	De serie is bedoeld voor klas 1 en 2 van het voortgezet onderwijs/vmbo in het kader van het vak verzorging of biologie.
Kosten voor de school?	De docentenhandleiding bij de TV-serie kost € 13,25
Past bij welke les / welk kerndoel?	Gezond en redzaam gedrag
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	Tv-serie bestaande uit vier afleveringen van elk een kwartier. De serie is op de site van Schooltv te bekijken bij de 'Opdrachten'. Daarnaast is er een handleiding voor de leerkracht met kopieerbare werkbladen en informatie voor leerlingen.
Waar vindt het project plaats?	Op school

Welke personen zijn nodig bij de uitvoering? • <i>Uitvoeringstijd</i>	Leerkracht Vier afleveringen van ieder één kwartier.
Geëvalueerd? (proces/effect)	Nee

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Voedingscentrum Nederland

Naam contactpersoon: Jeltje Snel

Adres: Postbus 85700, 2508 CK Den Haag

Telefoon: (070) 306 88 85

E-mail: snel@voedingscentrum.nl

Website: www.voedingscentrum.nl

Bestellen via:

Naam organisatie: Teleac/NOT

Adres: Postbus 1070, 1200BB Hilversum

Telefoon: (035) 629 34 56

Website: www.teleacnot.nl

RealFit

Naam organisatie: Huis voor de Sport Limburg, Thuiszorg Westelijke Mijnstreek en GGD Westelijke Mijnstreek

Beschikbaar in: Heel Nederland

Samenvatting

Het doel van de cursus RealFit is om een afname van overgewicht bij de deelnemende jongeren (13 t/m 18 jaar) te bereiken. De 12 weken durende cursus omvat de volgende onderdelen: bewegingslessen in een fitnesscentrum, voedingslessen door diëtisten, gedragstherapie en ouderavonden. Vóór, na en een half jaar na de cursus worden tevens diverse metingen uitgevoerd.

Benodigde organisaties in een werkgroep: GGD, thuiszorg/diëtiste, fitnesscentrum, gemeente en provinciale sportraad

Overige betrokken organisaties: scholen, zorgverzekering etc.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	<p>Het doel van de cursus RealFit is om een afname van overgewicht bij de deelnemende jongeren (13 t/m 18 jaar) te bereiken.</p> <p>Er zijn drie subdoelstellingen: Bevorderen/bereiken onder de deelnemers van:</p> <ul style="list-style-type: none"> • een actieve en gezonde leefstijl • een verbeterde zelfwaardering • een grotere fitheid
Doelgroep	<p>De jongeren die deel kunnen nemen aan de cursus RealFit voldoen aan de volgende kenmerken:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ze vallen bij aanvang van de cursus in de leeftijdsklasse 13 t/m 18 jaar; • ze hebben bij aanvang van de cursus een BMI (gewicht/lengte²) dat gelijk aan dan wel groter is dan de hieronder vermelde indexen:

	Leeftijd	Jongens	Meisjes
	13	21,9	22,6
	13,5	22,3	23,0
	14	22,6	23,3
	14,5	23,0	23,7
	15	23,3	23,9
	15,5	23,6	24,2
	16	23,9	24,4
	16,5	24,2	24,5
	17	24,5	24,7
	17,5	24,7	24,8
	In de RealFit-cursus wordt ook een aantal ouderbijeenkomsten ingebouwd. De participatie van de ouders is dan ook belangrijk.		
Kosten voor de school?	Er zijn voor de scholen géén kosten verbonden aan RealFit. Scholen bieden natuurlijk een goed platform om via jeugdartsen en via flyers en brochures de jongeren op de hoogte te stellen van de start van een cursus		
Past bij welke les / welk kerndoel?	Actieve en gezonde leefstijl van de scholieren		
Is deskundigheidsbevordering nodig?	De mensen die binnen de scholen een doorverwijsfunctie vervullen, zullen uitgebreid over de cursus RealFit ingelicht worden. De lokale werkgroep die met RealFit aan de slag gaat, zal dit in haar planning op moeten nemen.		
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	De cursus RealFit is weggezet in een handboek; dit kan men aanschaffen bij het Huis voor de Sport Limburg. Kosten zijn € 45,-. Vervolgens zijn er ook diverse uniforme weringsmaterialen verkrijgbaar. Wie met RealFit aan de slag wil gaan, moet contact opnemen met Huis voor de Sport Limburg. Tezamen met Thuiszorg Westelijke Mijnstreek en GGD Westelijke Mijnstreek zijn zij eigenaar van de naam RealFit.		

<p>Waar vindt het project plaats?</p>	<p>Op dit moment zijn er cursussen in 3 Limburgse gemeenten. Naar verwachting zullen er in 2005 ook in 4 andere gemeenten in Limburg nieuwe cursussen van start gaan. Doordat vele provinciale sportraden op de hoogte zijn gesteld van de cursus, zijn deze in staat om een ondersteunende rol te vervullen bij de totstandkoming van deze cursussen elders in Nederland.</p>
<p>Welke personen zijn nodig bij de uitvoering?</p>	<p>Scholen zullen alleen de functie van 'doorverwijzer' toebedeeld krijgen. Daartoe worden docenten, diëtisten en (jeugd)artsen verder geïnformeerd over de cursus, hoe de jongeren doorverwezen kunnen worden etc.</p>
<p>Geëvalueerd? (proces/effect)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Resultaten</i> 	<p>Er is een RealFit-onderzoek uitgevoerd door Universiteit Maastricht. Hierin zijn de verschillende effecten van de componenten beweging, voeding, gedragstherapie en ouderparticipatie getoetst. Aan het onderzoek hebben ruim 60 jongeren met overgewicht deelgenomen. Mocht u vragen hebben over bovenstaand onderzoek, neem dan contact op met onderstaande contactpersoon.</p> <p>Voorts zijn de bevindingen uit meer dan 15 cursussen, waar meer dan 200 jongeren aan deel hebben genomen, meegenomen in de totstandkoming van het RealFit-handboek.</p>

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: Huis voor de Sport Limburg

Naam contactpersoon: Rob Pingen

Adres: Mercator 1, 6135 KW Sittard

Telefoon: (046) 477 05 96

E-mail: r.pingen@huisvoordesport.org

Website: www.huisvoordesport.org

Wijs! Een eigentijdse kijk op verzorging!**Naam organisatie:** ThiemeMeulenhoff**Beschikbaar in:** Heel Nederland**Samenvatting**

De methode Wijs! Verzorging voor de basisvorming bestaat uit drie onderdelen: didactische en organisatorische tips, uitwerkingen en toetsen. Het is een toegankelijke methode met een transparante indeling en kernachtig geformuleerde teksten. De hoofdstukken behandelen steeds één thema, dat van verschillende kanten belicht wordt. Zo komen onder meer aan bod: gezond omgaan met computers, relaties, sport, overgewicht, voeding en andere culturen.

SPECIFIEKE TOELICHTINGEN	
Doel	Iedere les heeft een aantal leerdoelen gericht op kennis en vaardigheden.
Doelgroep	Leerlingen van vmbo-lwoo tot en met vwo
Kosten voor de school?	Leerboeken: € 15,30 tot € 21,70 per stuk Werkboeken: € 8,10 per stuk Docentenboeken: € 43,60
Is deskundigheidsbevordering nodig?	Nee
Uit welke onderdelen bestaat het project / aanbod?	De methode bestaat uit een handleiding voor de docent, leerlingenboeken en werkboeken ter ondersteuning van zelfstandig werken (de laatste alleen voor VMBO-leerlingen). De methode is modulair opgebouwd. Ieder hoofdstuk vormt een afgerond geheel. In de methode is aandacht voor vaardigheden, begrippen, leren leren en beroepsoriëntatie. De methode kan ingezet worden als zelfstandig vak, binnen een rooster samen met Biologie maar ook binnen projectmatig onderwijs. Daarnaast kan men variëren met praktijkopdrachten en keuzeopdrachten, afhankelijk van tempo en motivatie van leerlingen. Het is een kant-en-klare methode. Kan ook goed naast een andere methode gebruikt worden.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zijn deze aan te passen aan de wensen van de school?</i> • <i>Is het een kant-en-klaar pakket?</i> 	

Waar vindt het project plaats?	Op school
Welke personen zijn nodig bij de uitvoering? <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vorbereidingstijd</i> • <i>Uitvoeringstijd</i> 	De docent Onbekend Elke paragraaf neemt ongeveer één lesuur in beslag. De methode kan verdeeld worden over één leerjaar (twee lesuren per week) of twee leerjaren (één lesuur per week).
Geëvalueerd? (proces/effect)	Nee

CONTACTGEGEVENS

Naam organisatie: ThiemeMeulenhoff VO

Adres: Postbus 7, 7200 AA Zutphen

Telefoon: (0575) 59 49 11

Docentenlijn: (0575) 59 48 80 (Algemeen VO), (030) 239 22 22 (vmbo)

Website: www.thiememeulenhoff.nl

