











Ga voor gezond!
2007-2008

De tweede editie in beeld

Thema's van Ga voor gezond!

- Eten en drinken
- Bewegen
- Je lichaam
- Lekker in je vel
- Binnen en buiten

Wat is Ga voor gezond!?



Ga voor gezond! is de nationale scholenactie voor basisscholen. Met Ga voor gezond! worden kinderen, leerkrachten én hun ouders op een speelse en uitdagende manier gestimuleerd om met gezondheid en veiligheid bezig te zijn. Ga voor gezond! biedt scholen een kapstok voor alle activiteiten en lessen rond gezondheid en veiligheid. Met Ga voor gezond! worden nieuwe en bestaande initiatieven gebundeld en gestructureerd. Daarnaast is de scholenactie een mooi voorbeeld van succesvolle samenwerking tussen publieke en private organisaties.

Ga voor gezond! wordt onder andere ondersteund door vier ministeries: dat van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS), van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit (LNV), van Volkshuisvesting, Ruimtelijke Ordening en Milieubeheer (VROM) en vanaf 2008-2009 ook door het ministerie van Verkeer en Waterstaat (VenW). De ministeries dragen voor hen belangrijke thema's aan die via de kapstok van Ga voor gezond! onder de aandacht worden gebracht van leerlingen, leerkrachten en ouders. Ga voor gezond! doet dit grotendeels met bestaande programma's en lesmaterialen waarvan bewezen is dat er goede resultaten mee bereikt worden. Op deze manier willen de ministeries hun thema's op lokaal niveau steviger inbedden. Aangedragen thema's vanuit de ministeries in de afgelopen jaren waren: gezonde voeding, een gezond binnenmilieu, gezonde mobiliteit, hoorschade, speelbossen en een groene leefomgeving.



De doelen van Ga voor gezond! zijn:

- **Agendering:** gezondheid en veiligheid structureel op de agenda krijgen op basisscholen in Nederland.
- **Krachtenbundeling:** fungeren als overkoepelde paraplu voor kwalitatief hoogstaande initiatieven rond gezondheid en veiligheid in het onderwijs.
- **Ondersteuning:** stimuleren en bestendigen van de Gezonde School Methode in het basisonderwijs.



Ga voor gezond! 2007-2008, het tweede jaar in beeld

In het schooljaar 2007-2008 is de tweede editie geweest van Ga voor gezond!. De actie bestond dit schooljaar uit de volgende onderdelen:

- Ga voor gezond!-test. Digitale zelftest met persoonlijke feedback voor leerlingen van groep 1 t/m 8, hun ouders en leerkrachten. De test bestond uit een vragenlijst over het gezondheidsgedrag (voor leerlingen), over de situatie op school (voor de leerkracht) en de gezinssituatie (voor de ouders). De vragen waren gegroepeerd rondom de vijf thema's van Ga voor gezond!.
- Schoolrapportage. De resultaten van de Ga voor gezond!-test waren per groep of per school verwerkt in een rapportage die online beschikbaar was voor de school. De rapportage gaf een beeld van de gezondheidsituatie van de school. Tevens konden de resultaten van de school vergeleken worden met landelijke cijfers. Het rapport hielp op die manier een school een keuze te maken uit de diverse onderwerpen en activiteiten. Daarnaast waren de testresultaten een bron van informatie voor GGD'en en voor de participerende ministeries en andere partners.
- Lespakket. Het lespakket rond de vijf thema's bestond uit een logboek voor leerlingen (drie versies: voor groep 1 t/m 3, groep 4 en 5 en groep 6 t/m 8), stickervellen, een handleiding voor de leerkracht en een scoreposter voor in de klas.
- Dvd. Uitzendingen Ga voor gezond!-journaal 2006-2007 op dvd met bijbehorende lesbrieven.
- Ga voor gezond!-tour. In het voorjaar van 2008 zijn tien scholen bezocht met de Ga voor gezond!-tour. Leerlingen speelden een van de vijf levensgrote themaspellen. Vooraf kregen de leerlingen in de klas een gastles over het spel en het bijbehorende thema. De tourdag werd met de hele school feestelijk geopend en afgesloten op het schoolplein.
- Voorjaar 2008 zijn dertien nieuwe afleveringen van het Ga voor gezond!-journaal uitgezonden bij JETIX. In elke aflevering stond een van de vijf thema's centraal. Vaste onderdelen van het programma waren: registratie van de tour en de tourspellen, het Idee van de week en het Probleem van de week. De presentatie was in handen van zangeres en presentatrice Sita.
- Website en nieuwsbrief. De website www.gavoorgezond.nl ondersteunt de actie en biedt informatie. Gedurende het schooljaar 2007-2008 zijn acht digitale nieuwsbrieven uitgebracht. Er waren twee versies van de nieuwsbrief: één voor kinderen en ouders en één voor leerkrachten en GGD'en.



Ga voor gezond!-presentatrice Sita met haar fans Mats en Stef.

Scholen uit Grave, Surhuisterveen en Vuren de Ga voor gezond!-scholen 2008

De Hoekstien uit Surhuisterveen, De Raamdonk uit Grave en Het Kompas uit Vuren mogen zich dé Ga voor gezond!-scholen van het jaar 2008 noemen. Uit handen van Paul Rosenmöller, voorzitter van de stuurgroep van het Convenant Overgewicht en Janneke Hoekstra, directeur Kennis van het ministerie van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit (LNV), ontvingen zij hun hoofdprijs, elk ter waarde van € 5000,-. Dit bedrag hebben de scholen besteed aan materialen voor het schoolplein (Surhuisterveen en Vuren) en een 'groenlokaal', met o.a. een digitale microscoop (Grave).

Gebruik van Ga voor gezond!

In maart 2008 is er een quickscan gehouden op acht Ga voor gezond!-scholen. Er zijn acht leerkrachten, een intern begeleider en een directeur geïnterviewd. Uit deze quickscan blijkt dat vijf scholen Ga voor gezond! gedurende het gehele schooljaar gebruikten en drie scholen Ga voor gezond! als project uitvoerden (een week of langer).

Resultaten quickscan

Uit een quickscan die in maart 2008 op acht Ga voor gezond!-scholen is gehouden, bleek dat de helft van deze scholen naar aanleiding van Ga voor gezond! een beleid wilden opstellen rond gezondheid of het bestaande beleid beter wilden naleven (o.a. rondom traktaties en gezonde voeding). Tijdens deze quickscan is er ook gevraagd naar de tevredenheid over de materialen met het volgende resultaat:

- Logboekjes: aansprekende en herkenbare vormgeving met goede, duidelijke opbouw en inhoud.
- Poster 'sterrenmeter': stickers plakken werkte voor de kinderen als beloning; dit was een verbetering ten opzichte van de poster van 2006-2007, maar er was ook onduidelijkheid over hoe de poster gebruikt moest worden. Minder dan de helft van de scholen gebruikte de poster ook daadwerkelijk.
- Lerarenhandleiding: de handleiding werd door 7 van de 8 scholen duidelijk gevonden, ook werd de verwijzing naar extra materialen gewaardeerd.

Resultaten van de editie 2007-2008

Aantal deelnemende scholen

In het schooljaar 2007-2008 hebben 1.278 scholen zich aangemeld voor deelname aan Ga voor gezond!. Circa 140.000 leerlingen en hun ouders/verzorgers en 5.500 leraren zijn daarmee bereikt.

Testresultaten

De resultaten van de Ga voor gezond!-test van 2007-2008 zijn beschreven in een rapport. Daarin zijn de gegevens geanalyseerd van 2.488 kinderen uit groep 1 t/m 3, 16.374 kinderen uit groep 4 t/m 8, 2.611 ouders en 559 leerkrachten (peildatum 2 april 2008). Enkele opvallende uitkomsten:



Thema: Eten en drinken

- 5 tot 10% van de kinderen ontbijt niet iedere dag.
- De helft van de kinderen van groep 1 t/m 3 eet iedere dag fruit of groente.
- Nog geen kwart van de kinderen uit groep 4 t/m 8 voldoet aan de fruitnorm (iedere dag twee stuks fruit), minder dan één op de vijf voldoet aan de groentenorm (1,5 ons groente per dag, zeven dagen in de week).
- Eén op de zes kinderen heeft overgewicht.



Thema: Bewegen

- Tweederde van de kinderen sport tenminste twee keer per week.
- Ongeveer 40% speelt elke dag buiten.
- Een kwart van de kinderen in de laagste groepen wordt met de auto of een busje naar school gebracht.
- Van de leraren geeft 70% aan dat de school de kinderen stimuleert lopend of op de fiets naar school te gaan.



Thema: Je lichaam

- Eén op de zes kinderen in de groepen 1 t/m 3 kijkt meer dan twee uur per dag televisie.
- Bijna 20% van de kinderen in groep 4 t/m 8 poetst zijn tanden niet twee maal per dag.
- Bijna 35% van de kinderen in groep 4 t/m 8 geeft aan dat ze ergens allergisch voor zijn. Hooikoorts en allergie voor huisstofmijt komen het meeste voor in deze groep.
- 40% van de oudere kinderen geeft aan wel eens last te hebben van een zere of vermoeide arm na of tijdens het computeren.



Thema: Lekker in je vel

- Een derde van de kinderen zegt te worden gepest.
- Eén op de vijf kinderen van groep 4 t/m 8 pest zelf andere kinderen.



Thema: Binnen en buiten

- 60% van de kinderen geeft aan dat ze op school last hebben van het lawaai buiten.
- Het merendeel van de kinderen vindt dat er voldoende frisse lucht is op school.
- Bijna de helft van de leerlingen vindt de toiletten op school vies.

Tour en tv

In februari en maart en april 2008 werden tien scholen bezocht met de Ga voor gezond!-tour. In mei 2008 zijn de drie prijswinnende scholen bezocht. Tijdens deze tourdagen zijn opnames gemaakt voor het Ga voor gezond!-journaal. De afleveringen van het Ga voor gezond!-journaal werden uitgezonden bij JETIX op woensdagochtend en woensdagmiddag.
Het marktaandeel van het televisieprogramma van Ga voor gezond! was 23%. De dertien uitzendingen trokken in totaal 429.100 unieke kijkers onder kinderen in de leeftijd van 6-12 jaar. Dat is een bereik van 35,5%.

Website en nieuwsbrief

In maart 2008 gingen de eerste pagina's van het nieuwe ontwerp van de website



www.gavoorgezond.nl online. De website heeft van 1 september 2007 t/m 24 juni 2008 88.901 unieke bezoekers gehad. De nieuwsbrief heeft ruim 2.500 ouders en kinderen bereikt en 2.000 leerkrachten en GGD-medewerkers.

Betaalde en vrije publiciteit

Ga voor gezond! is in 94 krantenknipsels vermeld. De totale advertentiewaarde daarvan is € 79.774,- met een totale oplage (bereik) van 4.081.992. Vooral in regionale bladen en kranten heeft Ga voor gezond! veel media-aandacht gekregen. Publiciteitstrekker in de regio was met name de Ga voor gezond!-tour met bijbehorende televisieopnames.

Sponsors en partners

Bij de tweede editie van Ga voor gezond! waren de volgende organisaties betrokken:

Hoofdsponsors:

Sponsors:

Ministeries:

Partners:

Mediapartner:

Opdrachtgever:

NIGZ investeren in gezondheid

Educatief pakket:

Samenwerking met GGD'en

Ga voor gezond! streeft naar zoveel mogelijk afstemming en samenwerking met de GGD'en.
In april 2008 werd er met GGD Den Haag een bijeenkomst over Ga voor gezond! georganiseerd voor GGD'en onder de titel 'Beter contact met basisscholen door Ga voor gezond!'. Tijdens de bijeenkomst waren tien GGD'en vertegenwoordigd. De belangrijkste uitkomst was dat GGD'en graag een betere communicatie willen tussen het Gezondheidsinstituut NIGZ en de GGD, en dat ze in Ga voor gezond! een prima instrument zien voor hun eigen activiteiten richting basisscholen.

De samenwerking tussen Ga voor gezond! en de GGD kwam in het schooljaar 2007-2008 bij de volgende drie GGD'en het meest tot uiting:

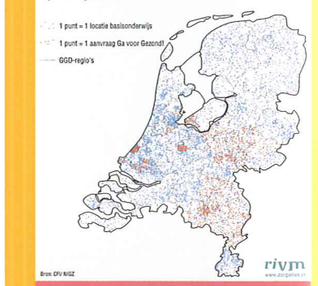
- GGD Den Haag. Gratis aanbieden van het pakket aan scholen in achterstandswijken en het op verzoek ondersteunen door GGD Den Haag van alle Haagse basisscholen in het kader van het Haagse project 'Gezond Gewicht'. Daarnaast heeft GGD Den Haag een speciale Haagse Ga voor gezond!-scholencompetitie gehouden.
- GGD Brabant-Zuidoost. Gratis aanbieden van het pakket aan alle basisscholen in Eindhoven in het kader van het project 'Familie Lekkerbek in balans'.
- GGD Rivierenland. Gratis deelname aan Ga voor gezond!, op voorwaarde dat de deelnemende school aansluitend met de Gezonde School Methode aan de slag zou gaan.

Ga voor gezond! in kaart gebracht





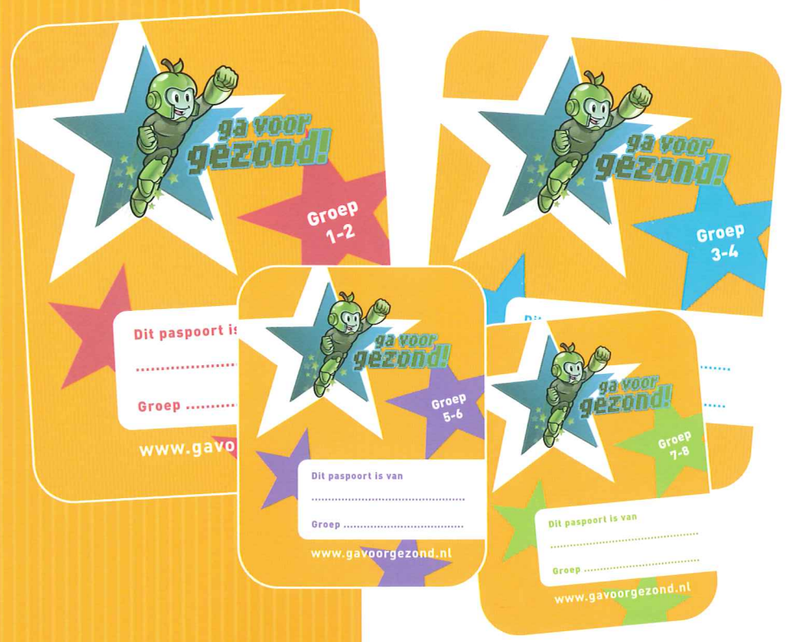
Spreiding Ga voor Gezond! 2007



Aantal deelnemers in Den Haag

Dankzij ondersteuning vanuit het actieprogramma 'Gezond Gewicht' kregen in schooljaar 2007-2008 de 86 Haagse 'achterstandsscholen' namens de GGD het aanbod om gratis te mee doen aan Ga voor gezond!. Van dit aanbod hebben 65 scholen (75%) gebruik gemaakt.

Vooruitblik: Ga voor gezond! 2008-2009



Ga voor gezond! kent in het jaar 2008-2009 enkele veranderingen. Er wordt meer toegewerkt naar krachtenbundeling, het tweede doel waar Ga voor gezond! voor staat. Zo kan de actie nog beter fungeren als 'portal' voor alle bestaande nationale en regionale activiteiten en initiatieven op het gebied van gezondheid.

Werving

De werving van scholen voor het schooljaar 2008-2009 is afgestemd met de regionale GGD'en. GGD'en hebben hun specifieke wensen kunnen aangeven waar het gaat om de werving van scholen in hun regio. Er waren verschillende opties: helemaal niet werven in de betreffende GGD-regio, werving door het NIGZ onder vermelding van de GGD, of eigen werving door GGD. In totaal heeft het NIGZ in zeventien van de dertig GGD-regio's een wervingsactie gehouden, waarbij deze afgestemd is met de GGD.
Op 1 maart 2009 hadden zich 1.722 scholen aangemeld voor de derde editie van Ga voor gezond!.

Opzet

Voor het schooljaar 2008-2009 zijn er op basis van de resultaten van een quickscan, die op een aantal basisscholen is gehouden, enkele wijzigingen doorgevoerd in de opzet:

- Digitale werkbladen in plaats van opdrachten in een logboek.
- Een paspoortje met spaarsticker voor de leerlingen om alle activiteiten bij te houden.
- Een andere indeling van de lesmaterialen: voor de groepen 1/2, 3/4, 5/6 en 7/8.
- Het competitie-element is minder prominent aanwezig; scholen kunnen nu meedingen naar een hoofdprijs door te laten zien welke leuke activiteiten ze hebben uitgevoerd. Dat kan met foto's, werkstukken of op andere originele manieren. De acht meest inspirerende scholen worden vervolgens bezocht met de Ga voor gezond!-tour. De punten die de scholen verdienen met de tourspellen, bepalen wie uiteindelijk de 'Ga voor gezond!-school 2009' wordt.

Samenwerking

Er is een nieuwe hoofdsponsor: PLUS supermarkten. Daarnaast is het ministerie van Verkeer en Waterstaat medefinancier geworden. Verder wordt Ga voor gezond! ondersteund door de provincie Limburg en de provincie Gelderland.



Partners Ga voor gezond! in schooljaar 2008-2009

De nationale scholenactie Ga voor gezond! is een initiatief van het Gezondheidsinstituut NIGZ en wordt in 2008-2009 mogelijk gemaakt door het Astma Fonds, JETIX, Maag Lever Darm Stichting, Nationale Hoorstichting, PLUS supermarkten, Stichting Kinderpostzegels Nederland, provincie Gelderland, provincie Limburg en de ministeries van LNV, VROM, VWS en V&W.
Het Ga voor gezond!-concept is ontwikkeld in samenwerking met Ideëel+ en ThiemeMeulenhoff.

Praktijkvoorbeeld: Ga voor gezond! in Den Haag

'Gezonde leefstijl staat echt op de agenda'

In Den Haag ondersteunt de GGD Ga voor gezond! actief. Hoe zet de GGD het project in? En wat zijn de ervaringen? Liesbeth Remmers van GGD Den Haag vertelt erover.



'Gezonde leefstijl staat echt op de agenda binnen de Haagse basisscholen. Daar heeft Ga voor gezond! zeker aan bijgedragen. Ga voor gezond! is een vrolijke, positieve vlag voor preventie. Er zit letterlijk beweging in.' Liesbeth Remmers, medewerker gezondheidsbevordering 4-12 jaar bij GGD Den Haag, is enthousiast over het project. 'Het is leuk, luchtig en laagdrempelig, en de scholen kunnen er direct mee aan de slag. Het project is ook een goede kapstok waaraan je allerlei methodes en interventies kunt hangen.' Daarmee is het een goede manier om bij scholen binnen te komen. Ze kunnen ergens beginnen, en vervolgens bekijken in welke richting ze het eventueel willen uitbouwen. 'Dat is een heel andere binnenkomer dan "zullen we een schoolgezondheidsbeleid gaan opzetten?" Dat klinkt taai en saai.' Met Ga voor gezond! haal je preventie uit de sfeer van gezondheidsproblemen, meent Remmers.

Met Ga voor gezond! haal je preventie uit de sfeer van gezondheidsproblemen

In Den Haag is de GGD onderdeel van de dienst Onderwijs, Cultuur en Welzijn van de gemeente. Dat betekent dat de lijnen binnen de gemeente kort zijn. De GGD ondersteunt de scholen desgewenst actief bij het werken met Ga voor gezond!. 'Wanneer scholen in een teamoverleg aandacht willen besteden aan gezonde leefstijl of Ga voor gezond!, kunnen we langskomen om mee te denken. Meestal wordt Ga voor gezond! binnen een school getrokken door één of twee enthousiaste leerkrachten. Die heb je ook echt nodig om het van de grond te krijgen. In het tweede jaar hebben we gemerkt dat die leerkrachten op zoek gaan naar meer draagkracht binnen hun eigen school om Ga voor gezond! verder uit te bouwen. Dan helpt het wanneer wij langskomen op een teamoverleg. Zo komt zo'n school weer een stapje verder.'

'Je hebt één of twee enthousiaste leerkrachten nodig om het echt van de grond te krijgen'

De GGD heeft een documentatiecentrum met materialen die gebruikt kunnen worden voor de lessen. Zo leidt Ga voor gezond! bijvoorbeeld naar 'De klas beweegt'. Remmers: 'Dat is een aparte interventie, die de scholen hier kunnen komen halen. We hebben haast alle interventies in huis waar Ga voor gezond! naar verwijst.' Er is ook een "Themakoffer Gezonde Leefstijl". 'Dit voorjaar was er een ware run op die koffer, we hebben zelfs extra "noodkistjes" gemaakt om die materialen vaker te kunnen uitlenen.'
De Themakoffer is typerend voor de Haagse werkwijze, waarin Ga voor gezond! is ingebed in het brede aanbod. De GGD ondersteunt ouderbijeenkomsten op scholen, in samenwerking met de jeugdgezondheidszorg (JGZ). Daar houdt de jeugdverpleegkundige een verhaal over gezond eten en bewegen voor kinderen. En een diëtist vertelt de leerkrachten in het teamoverleg over kinderen en voeding, en over de mogelijkheden om daar als school iets mee te doen.
De actieve betrokkenheid van de JGZ is volgens Remmers essentieel voor de Haagse aanpak. 'Met name de jeugdverpleegkundigen onderhouden de contacten met de scholen rond Ga voor gezond! en

De inspanningen van de GGD

Voordat Ga voor gezond! van start ging, moest de GGD eerst draagvlak creëren binnen de gemeente, bij de eigen jeugdgezondheidszorg (JGZ) en op de scholen. Dat kostte natuurlijk tijd. Remmers kan inmiddels 250 uur per jaar aan Ga voor gezond! besteden, daarbij voor 50 uur ondersteund door een junior medewerker. 'Ik merk daarbij dat er veel overlap is met mijn andere ondersteuningswerk voor scholen, met name het gezonde schooladvies. Dat versterkt elkaar dus.'
De JGZ werkt aan Ga voor gezond! binnen de reguliere uren, dus dat kost geen extra tijd.

Samenwerking met het NIGZ

De GGD en het NIGZ coördineren hun activiteiten richting de scholen. Het NIGZ belde voorjaar 2008 de basisscholen die al meededen met de vraag of ze hun deelname wilden voortzetten. Tevens informeerde het NIGZ de scholen over het ondersteuningsaanbod van de GGD Den Haag. Remmers: 'Dat scheelde ons veel werk. Heel prettig dat die samenwerking zo soepel loopt, dat we goed op de hoogte zijn van elkaar activiteiten en desgewenst met elkaar meedenken.'

gezonde leefstijl. Zelf heb ik daar de tijd niet voor.'

Ga voor gezond! blijkt goed aan te slaan op scholen waar ook het project "De gewichtige vakleerkracht" loopt, vertelt Remmers. Gymdocenten wegen en meten daarin alle leerlingen en verwijzen ze indien nodig naar de JGZ. 'Deze twee projecten versterken elkaar.' Als extra lokkertje organiseert de GGD een eigen Haagse competitie rond Ga voor gezond!. 'Alle deelnemende scholen kunnen punten verdienen met speciale activiteiten, van een brandveiligheidadvies tot schoolmelk uitdelen. De school die het hoogste scoort, wint een leuke en gezonde dag voor de hele school ter waarde van 5.000 euro. Vorig jaar hadden we zelfs twee winnaars!' De competitie creëert extra aandacht en enthousiasme voor Ga voor gezond!. 'Daarbij moeten we wel oppassen niet verward te worden met de landelijke competitie van het NIGZ.'

Ga voor gezond! is overigens breder dan gezond gewicht en bewegen, vertelt Remmers. Ook de algemene lichamelijke gezondheid, de sociale omgeving en een gezond en veilig schoolklimaat kunnen aan bod komen. Ga voor gezond! begint dan ook met vragenlijsten waarmee scholen hun prioriteiten kunnen vaststellen. 'Zo was er een school die vooral slecht scoorde op sociaal-emotionele ontwikkeling. Deze school is daarom begonnen met het aanpakken van het pesten. Ook daarvoor bieden wij ondersteuning.'

Verder loopt er een actie vanuit de afdeling Leefomgeving van de GGD, in samenwerking met de Dienst Stedelijke Ontwikkeling, om het binnenklimaat van scholen te verbeteren. Ook dat past volgens Remmers prima binnen Ga voor gezond!. 'Scholen kunnen er ook punten mee scoren in onze Ga voor gezond!-actie. Want het gaat er natuurlijk niet om via welke route ze zoiets aanpakken, áls ze het maar doen.'

'De actieve betrokkenheid van de jeugdverpleegkundigen is essentieel voor de Haagse aanpak'

Het brede, weinig dwingende karakter maakt Ga voor gezond! een heel aantrekkelijke methode om mee te werken, besluit Remmers. 'Ik zie het als binnenkomer, als agendasetting, als vliegwiel. Wanneer een school wil beginnen met een ouderbijeenkomst, een projectweek of een schoolkrant over een bepaald thema, dan haken we daar gewoon op in. Vervolgens kijk je hoe je verder gaat. Dat maakt het ook een aantrekkelijke methode voor de langere termijn.' Een nadeel is misschien dat het lastig is om te zeggen wat Ga voor gezond! nu precies is, denkt Remmers. 'Je kunt niet gedetailleerd vertellen waar les één over gaat, bij wijze van spreken. Maar juist deze opzet maakt maatwerk mogelijk. Ik zou geen dwingende methode willen hebben, want daar kom je niet ver mee op scholen.'



Colofon Factsheet

© NIGZ, 2009.
Tekst: NIGZ-Ga voor gezond!
Fotografie: NIGZ-Ga voor gezond!, Eric Den Oude
Redactie: Marc van Bijsterveldt
Opmaak: Om tekst en vorm, Utrecht
Druk: Advadi, Westervoort
Met dank aan:
Adri Bolt
Liesbeth Remmers
RIVM