

Wetenschap&Onderzoek

Jongeren Op Gezond Gewicht: werken aan vitaliteit

Nederlanders zijn de afgelopen decennia dikker geworden. Waarom dat zo is, is betrekkelijk eenvoudig: we sporten weliswaar meer, maar andere vormen van bewegen hebben we geschraapt en weggeïnnoveerd, en we blijven naar verhouding te vet en te calorierijk eten. Ofwel: eten en bewegen zijn niet in balans. Moeilijker is het om tot een oplossing te komen. Hoe oefen je invloed uit op de omgeving? Hoe bevorder je gezonde keuzes bij burgers? Een van de organisaties die daaraan werkt, is Jongeren Op Gezond Gewicht. Wat doet JOGG? En tot welke resultaten leidt dat?

DOOR KOEN BREEDEVELD EN NIELS REIJGERSBERG

Jongeren Op Gezond Gewicht is een zelfstandige stichting met een ANBI-status. De stichting is eind 2014 opgericht om een vervolg te geven aan het Convenant Overgewicht (2005-2010) en het Convenant Gezond Gewicht (2011-2014). Doelstelling van JOGG is "het bevorderen van een gezonde leefstijl in het algemeen en een gezond gewicht in het bijzonder, met een primaire focus op kinderen en jongeren, en de volwassenen die hen omringen, en daar waar de problematiek het grootst is". Doel is om in minimaal 75 'JOGG-gemeenten' meer kinderen en jongeren op een gezond gewicht te krijgen, en een gezonde omgeving te creëren voor minimaal 1 miljoen kinderen en jongeren (in 2020). JOGG werkt hiertoe nauw samen met onder andere gemeenten en bedrijven. Kopstukken als bestuursvoorzitter Paul Depla (burgemeester Breda) en ambassadeurs als prins Pieter-Christiaan en schaatser Erben Wennemars zorgen voor de verbinding 'naar buiten' en ondersteunen daarin de bureauorganisatie van 20 fte (per eind 2015). JOGG werkte in 2015 met een begroting van 4,7 miljoen euro. Daarvan was 3,9 miljoen afkomstig van het Ministerie van VWS, en 0,8 miljoen van anderen (gemeenten en partners).

De activiteiten

JOGG werkt met twee programma's: de 'JOGG-aanpak' en de 'Gezonde Omgeving'. Het programma Gezonde Omgeving richt zich op het verbeteren van de omgeving op scholen, sportverenigingen en op de werkvloer. Het andere programma, de JOGG-aanpak, is een integrale wijkgerichte aanpak ontwikkeld naar het Franse voorbeeld EPODE. De aanpak wordt gekenmerkt doordat die zich niet alleen richt op het kind, maar de hele omgeving probeert te veranderen. JOGG-gemeenten betalen een bijdrage aan JOGG. Daarvoor krijgen ze ondersteuning bij de opzet en uitvoering van programma's door adviseurs én door experts die JOGG inhuurt en ter beschikking stelt. Verder organiseert JOGG kennisuitwisseling. Gemeenten worden geacht om zelf een 'JOGG-regisseur' aan te stellen alsmede een beleidsmedewerker/programmamanager. Na drie jaar wordt de samenwerking geëvalueerd.



JOGG heeft met een relatief beperkt budget een groot aantal gemeenten bereikt en gestimuleerd om werk te maken van een 'gezondere omgeving'

De twee genoemde programma's zijn nauw aan elkaar verbonden. Zo wordt via de infrastructuur van de JOGG-aanpak in JOGG-gemeenten De Gezonde Sportkantine gestimuleerd en worden vanuit het project Gezonde Werkvloer bijeenkomsten in JOGG-gemeenten georganiseerd. Verder worden scholen in JOGG-gemeenten gestimuleerd om het vignet Gezonde School te behalen, met name gericht op het themacertificaat 'Voeding' en 'Bewegen en Sport'. Naast deze twee programma's ontwikkelt JOGG onder andere themacampagnes om water drinken en (gratis) bewegen te ondersteunen.

Resultaten: bereik

Eind 2015 waren 91 gemeenten actief met de lokale JOGG-aanpak (zie figuur 1). Doel was 75 gemeenten. Inmiddels is het aantal JOGG-gemeenten gestegen naar 103. De themacampagne Drinkwater werd in 2015 in 74 JOGG-gemeenten ingezet, de campagne Gratis Bewegen in 30 JOGG-gemeenten. Conform de doelstelling is JOGG vooral actief in buurten waar veel mensen wonen met een lage sociaaleconomische status ('lage SES'). 427 verenigingen waren eind 2015 actief binnen het project De Gezonde Sportkantine (doel: 650). Inmiddels is dit aantal gegroeid naar 900. In het onderwijs valt te zien dat scholen uit JOGG-gemeenten en buurten bij het erkennen van het vignet Gezonde School licht oververtegenwoordigd zijn. Klaarblijkelijk is het draagvlak daar groter.

Het totale bereik van JOGG kwam eind 2015 uit op 528.000 kinderen en jongeren (zie figuur 2). Dat is 13 procent van het totale aantal kinderen en jongeren tot en met 19 jaar, en ruim de helft van de doelstelling van 1 miljoen kinderen en jongeren in 2020.

Resultaten: effecten op overgewicht

Actief zijn in gemeenten draagt eraan bij dat de kinderen en jongeren opgroeien in een omgeving die aanzet tot gezond gedrag. Maar leidt dat ook tot andere keuzes ten aanzien van voeding en bewegen?

Op basis van landelijke CBS-data die het RIVM heeft geanalyseerd, valt nu nog niet vast te stellen of in de JOGG-gemeenten een gunstige(re) ontwikkeling van het aantal kinderen op gezond gewicht plaatsvindt. De verwachting is dat toekomstige analyses (2018) hierin meer inzicht geven.

Diverse lokale onderzoeken laten gunstige ontwikkelingen zien in het aandeel kinderen op gezond gewicht. In de G4 en in Zwolle (de zogenaamde koplopergemeenten die al in 2010 waren gestart), valt te zien dat het gewicht van kinderen niet verder toeneemt. Dat lijken eerste tekenen van een kentering in de wijze waarop wordt omgegaan met voeding en beweging. Geheel overtuigend zijn deze feiten echter nog niet. Daarvoor is het aantal gemeenten met meerdere metingen in de tijd nog te gering, en zijn de verschillen vaak nog te klein. Bovendien is niet altijd duidelijk in hoeverre er een relatie is tussen de JOGG-aanpak en de daling van het overgewicht.

Uit de cijfers van JOGG zelf ontstaat een wisselend beeld. Sommige zaken gaan goed, andere blijken ingewikkelder. Het lokale bestuurlijk draagvlak ten aanzien van de problematiek groeit. Verenigingsbestuurders zien het draagvlak voor 'gezonde kantines' groeien. Ook de publiek-private samenwerking neemt toe. 77 procent van de JOGG-gemeenten werkt inmiddels met publieke organisaties samen en 67 procent met private organisaties. Gemeenten zijn tevreden over de ontvangen ondersteuning. Tekenend voor het vertrouwen is dat alle JOGG-gemeenten hun (in principe tijdelijke) overeenkomsten hebben verlengd. Toch is er ook lokaal nog werk aan de winkel. Bij twee op de vijf gemeenten blijft de inzet van een JOGG-regisseur en een JOGG-beleidsmedewerker achter bij de afspraken. En borging blijft zowel bij bestuurlijk draagvlak als bij samenwerking een aandachtspunt.

Conclusie

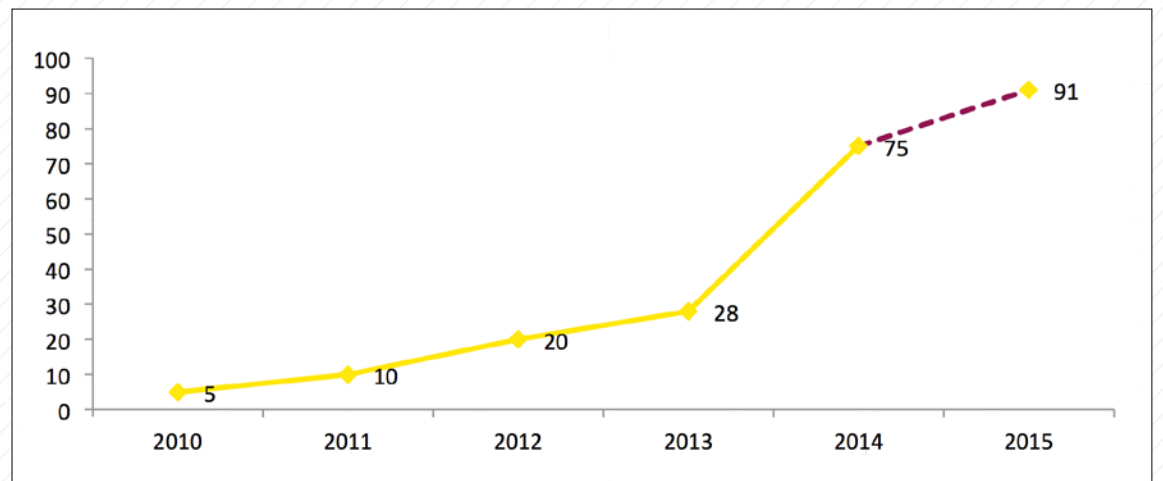
De afgelopen decennia hebben steeds meer mensen te maken gekregen met overgewicht. Ooit werd een vol lichaam gezien als een teken van welvaart. Nu waarschuwen medici dat overgewicht de gezondheid vooral schaadt. De commercie speelt daar handig op in, en propageert gretig een slankheidsideaal.

Het tegengaan van die ontwikkeling gaat uitermate moeizaam. Gewoontes moeten worden doorbroken, gevoel van urgentie moet worden opgebouwd, kennis aangeleerd. En dan is er nog de voedingsindustrie, die gebaat is bij voedselconsumptie, en de technologische vooruitgang, die maakt dat we steeds minder hoeven te bewegen.

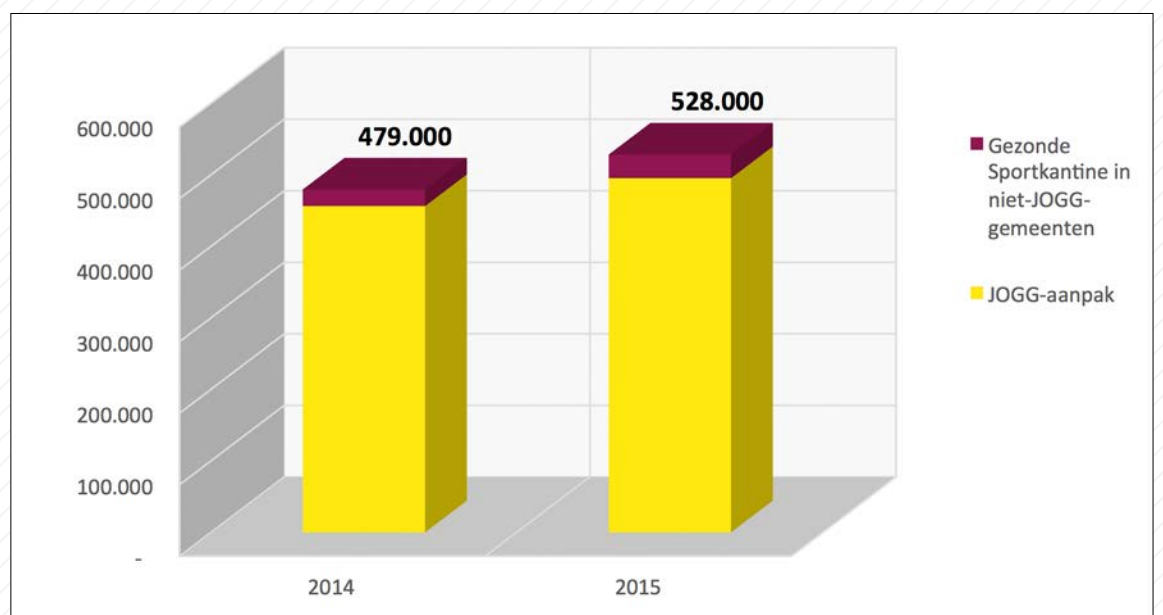
JOGG is niet de enige speler die actief is in het bevorderen van een gezonde leefstijl. Het RIVM is dat ook, en werkt hierin nauw samen met diverse kennisinstellingen (zie www.loketgezondleven.nl). Daarnaast zijn er nog spelers als het Fonds Nuts Ohra (<http://www.fondsnutsohra.nl/>) of initiatieven van privépersonen als voetbalpresentator Wilfred Genée en zijn vrouw Lili (<http://www.vullenofvoeden.nl/>).

Van meerdere kanten wordt zo invloed uitgeoefend op ons doen en laten. Wat daarin de meerwaarde is van ieder van die partijen, laat zich niet makkelijk vaststellen. Vast staat dat JOGG met een rela-

FIGUUR 1 ONTWIKKELING AANTAL JOGG-GEMEENTEN.



FIGUUR 2 POTENTIEEL BEREIK JONGEREN OP GEZOND GEWICHT, 2014 EN 2015.



tief beperkt budget een groot aantal gemeenten heeft bereikt en heeft gestimuleerd om werk te maken van een 'gezondere omgeving'. Het heeft daarbij impulsen gegeven aan draagvlak, aan samenwerkingen en aan ketenvorming, in lijn met de ontwikkelde visie. Of dat ook voldoende is, of de gekozen aanpak de handigste was, of er zinvolle alternatieven waren, zal moeten blijken. Vooralsnog is er weinig fiducia dat burgers spontaan hun gedrag aanpassen, en is er veel steun voor een 'integrale aanpak'. Niemand ziet graag diabetes volksziekte nummer één worden. Diëtist moet niet het beroep van de toekomst worden. Om dat te voorkomen zal er iets moeten veranderen in ons gedrag en in onze omgeving. Werk aan de winkel, voor de Jongeren Op Gezond Gewicht van deze tijd! ●

Dit artikel is gebaseerd op de rapportage *Monitor Jongeren Op Gezond Gewicht 2015*, die eerder dit jaar door het Mulier Instituut in samenwerking met het RIVM is opgesteld. Voor meer informatie over het rapport zie <http://www.mulierinstituut.nl/actueel/nieuws/jongeren-op-gezond-gewicht-bereikt-528-000-kinderen-en-jongeren/> (bericht 30 maart 2016).

Column

Topsport op de evenwichtsbalk



KOEN BREEDVELD

Het was een van de opmerkelijkste uitkomsten uit de (alweer vijfde) *Topsportklimaatmeting* die NOC*NSF onlangs presenteerde: in vergelijking met eerdere metingen in 2010 en 2011 vonden in 2015 minder mensen dat Nederland de ambitie moet hebben om in Rio bij de top tien te eindigen; gaven minder mensen aan dat Nederlands goud hen positief beïnvloedt; en vonden minder mensen een olympische medaille evenveel waard als een schooldiploma. Opvallende bevindingen die nog eens werden bevestigd in een recent factsheet van het Mulier Instituut. Daaruit kwam naar voren dat een derde van de Nederlanders topsport minder is gaan waarderen, en dat ruim de helft zijn vertrouwen in FIFA c.s. heeft opgezegd.

Moeten we hieruit afleiden dat het draagvlak voor topsport afkalft? Dat mensen het bestuurlijke gekonkel van sportbobo's en het gefraudeer van dopinggebruikende topsporters beu zijn? Dat ze genoeg hebben van die holle Haags-Arnhemse retoriek van presteren en moeten winnen?

Het lijkt een voor de hand liggende conclusie. Nederlanders zijn een nuchter, calvinistisch volk, dat makkelijk wegglijdt in een cynisch relativisme.

Feit is echter ook dat in dezelfde *Topsportklimaatmeting* burgers niet aangaven dat de overheid minder in topsport moet investeren; en dat iets meer Nederlanders topsporter als een echt beroep zijn gaan zien. De wel heel vergevingsgezinde reacties op het wielrennen bij de Grand Départ in Utrecht in 2015, of bij de recente goede prestaties van onder anderen Kruijswijk en Dumoulin, laten zien dat er weinig voor nodig is om het enthousiasme voor topsport te laten ontbranden. De eerder aangehaalde surveys zijn bovendien bepaald niet foutloos en met onzekerheden omgeven. Of Nederlanders de topsport zat zijn, valt dus nog te bezien. Een halvefinaleplaats op Wimbledon, een trui in de Tour of goud op de sprint in Rio en het hele land host weer achter zijn helden aan. Vraag is wat er gebeurt als die successen uitblijven. Als er geen Wilhelmus klinkt, en het chauvinisme niet wordt gevoed. Topsport blijft fascineren. Maar in een land waarin gewoon al gek genoeg is, is er weinig voor nodig om die fascinatie te laten omslaan in verbazing over het luidruchtige feestje van die gekke mensen van de sport.

Koen Breedveld
Directeur Mulier Instituut