

jongeren op  
gezond gewicht

Beekdaelen

## Actieplan 'Gezond leven in het groen' 2017-2019



JePP

# Actieplan 'Gezond leven in het groen' 2017-2019

jongeren op  
gezond gewicht

Beekdaelen

Judith Aerds  
JOGG-regisseur  
Gemeente Schinnen en Onderbanken  
[judith.aerds@ggdzl.nl](mailto:judith.aerds@ggdzl.nl)  
februari 2018



# Inhoud

1. Introductie
2. Huidige situatie
3. Doelgroep
4. Doelstellingen
5. JOGG-organisatie
6. Wat gaan we doen?

jongeren op  
gezond gewicht

Beekdaelen



# 1. Introductie

- Schinnen en Onderbanken zijn begin 2017 aangesloten bij de landelijke beweging **Jongeren op Gezond Gewicht (JOGG)**. Een aanpak waarbij gestreefd wordt naar een omgeving waarin de gezonde keuze weer de normaalste zaak van de wereld is en blijft.
- JOGG-missie Beekdaelen: **‘Gezond leven in het groen’**:  
*In de gemeente Beekdaelen streven we samen met publieke en private partijen naar een samenleving waarin alle kinderen en jongeren wonen, leren, recreëren en werken in een gezonde en groene omgeving met structureel aandacht voor een gezonde leefstijl.*
- Vooruitlopend op de fusie van Schinnen, Onderbanken en Nuth tot gemeente Beekdaelen (vanaf 1-1-2019) wordt de komende tijd al samengewerkt onder de noemer JOGG Beekdaelen.
- Dit actieplan heeft betrekking op de gemeenten Schinnen en Onderbanken, daar de gemeente Nuth al in 2016 JOGG-gemeente is geworden en een eigen [plan](#) heeft.
- Dit actieplan is een dynamisch document, dat wil zeggen dat gedurende de looptijd de doelstellingen en activiteiten nog aangevuld of aangescherpt kunnen worden.



# 2. Huidige situatie

## Leefstijl van basisschoolkinderen

In het kader van JOGG is in juni 2017 door GGD Zuid Limburg een onderzoek uitgevoerd onder de ouders van leerlingen van alle basisscholen in de gemeente Schinnen en Onderbanken. In juni 2019 zal dit onderzoek herhaald worden. Enkele resultaten:

Schinnen	Onderbanken
<ul style="list-style-type: none"><li>39,1% drinkt meer water dan zoete dranken</li><li>27,4% drinkt meer zoete dranken dan water</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>26,3% drinkt meer water dan zoete dranken</li><li>42,4% drinkt meer zoete dranken dan water</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>66,3% eet dagelijks fruit</li><li>49,4% eet dagelijks groente</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>48,9% eet dagelijks fruit</li><li>41,1% eet dagelijks groente</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>44,7% speelt alle doordeweekse dagen buiten</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>42% speelt alle doordeweekse dagen buiten</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>74,5% maakt dagelijks gebruik van beeldscherm</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>76,6% maakt dagelijks gebruik van beeldscherm</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>88,7% is lid van een sportvereniging</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>85,5% is lid van een sportvereniging</li></ul>

Voor meer informatie:

[Factsheet met resultaten van de gemeente Onderbanken](#)

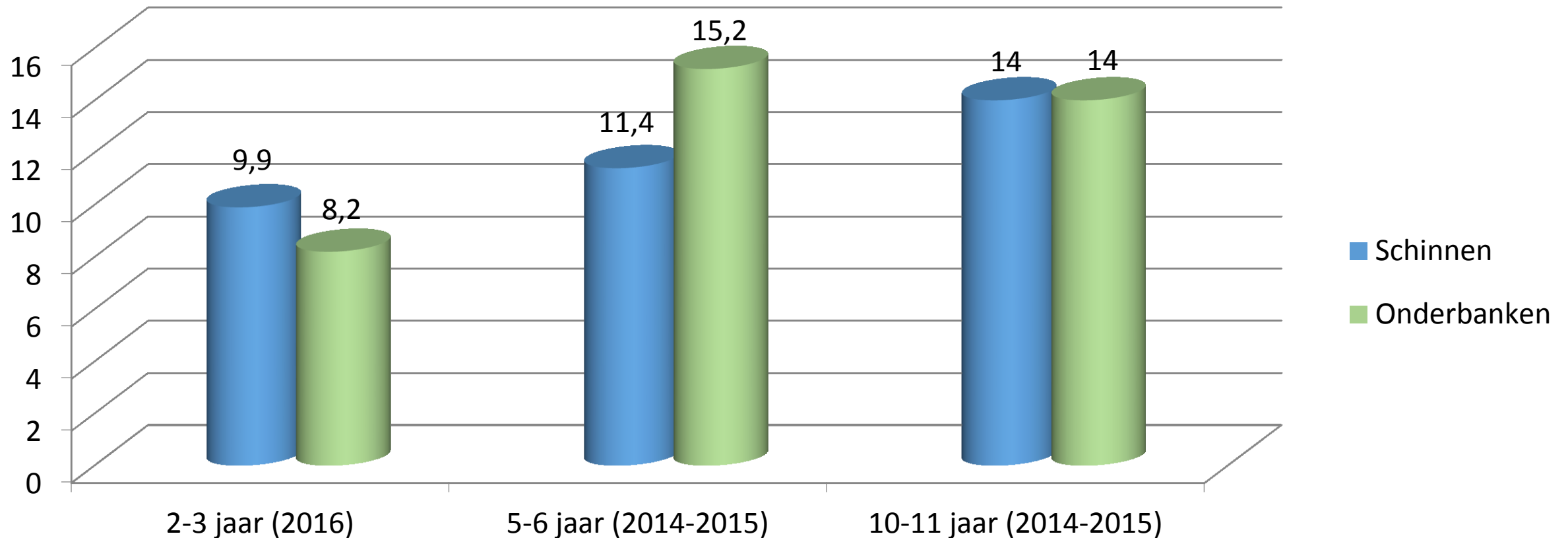
[Factsheet met resultaten van de gemeente Schinnen](#)

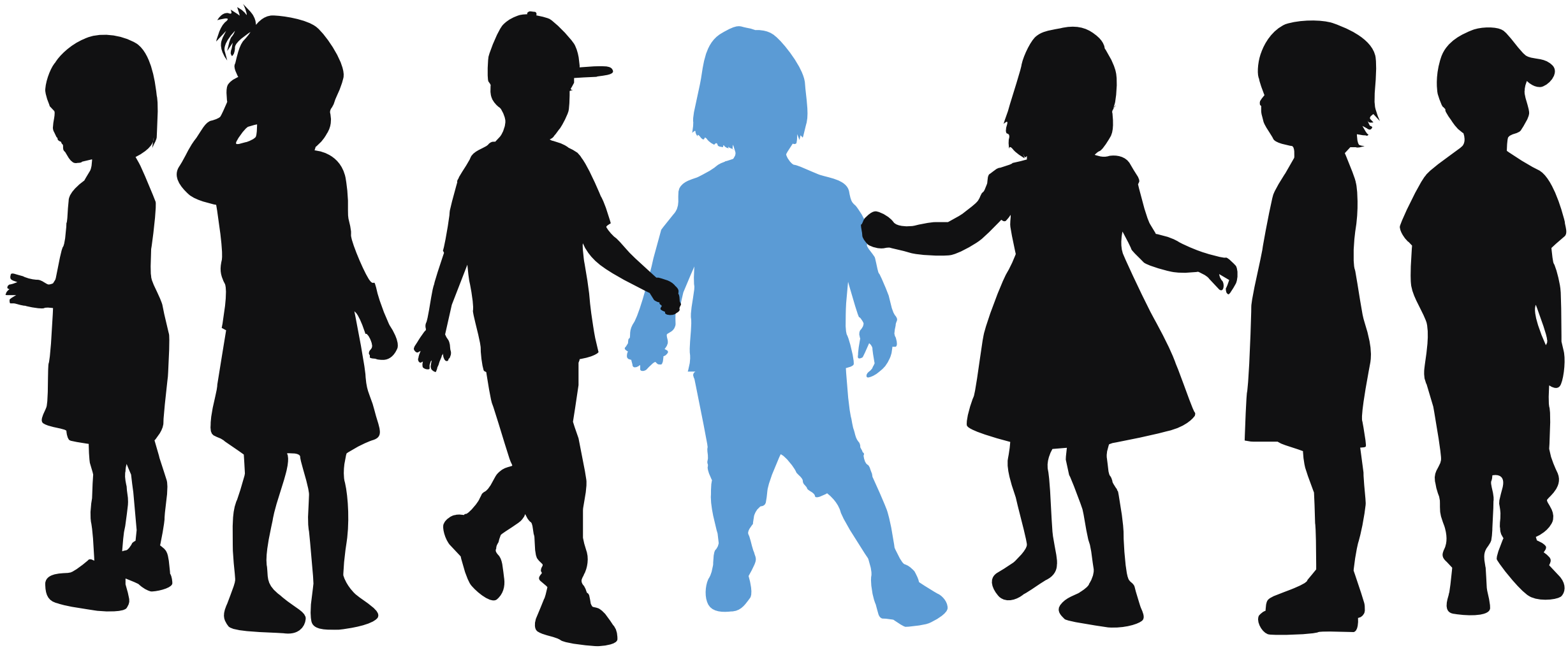
## 2. Huidige situatie

jongeren op  
gezond gewicht

Beekdaelen

Uit onderzoek blijkt, dat ook jeugdigen in Schinnen en Onderbanken al (ernstig) overgewicht vertonen. Onderstaande grafiek geeft de cijfers in % weer van kinderen die door JGZ zijn gemeten tijdens PGO-momenten in de betreffende jaren.







# 3. Doelgroep

## Demografie



**Schinnen** bestaat uit 6 dorpen: Sweikhuizen, Amstenrade, Doenrade, Puth, Oirsbeek en Schinnen. Op 1 januari 2017 waren er in totaal 12.954 inwoners.

Er zijn 5 peuterspeelzalen, 3 kinderdagverblijven en 5 basisscholen.

**Onderbanken** bestaat uit 4 kernen: Schinveld, Merkelbeek, Jabeek en Bingelrade, met in totaal 7.869 inwoners (2016).

Er zijn 3 peuterspeelzalen, 2 kinderdagverblijven en 4 basisscholen.

# 3. Doelgroep

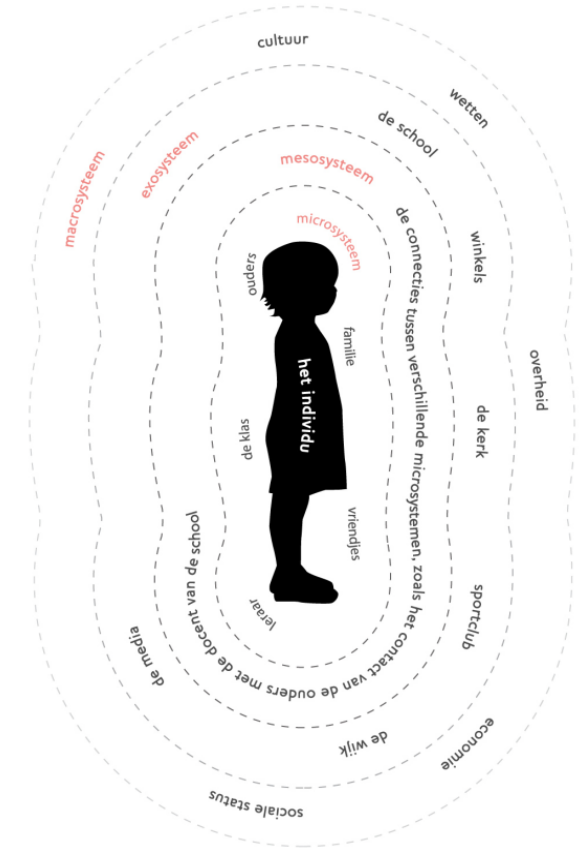
## Hoofddoelgroep:

Kinderen (0-12 jaar) en hun ouders/verzorgers in een landelijke, groene omgeving.

Jongeren in de leeftijd 12 -19 jaar zullen bereikt worden via interventies o.a. bij sportverenigingen, jeugdorganisaties en evenementen.

## Intermediaire doelgroepen / partners:

- Bestuur, locatieleiders en pedagogisch medewerkers peuter- en kinderopvang
- Bestuur, directie en leerkrachten basisonderwijs
- Zorgprofessionals (jeugdverpleegkundige, huis- en kinderarts, fysiotherapeut, etc.)
- Bestuurders en vrijwilligers (sport)verenigingen
- Wethouders en ambtenaren relevante beleidsterreinen
- Lokaal bedrijfsleven
- Bewoners/vrijwilligers (bijv. via bewonersorganisaties, ouderraden of welzijnswerk)



# Beekdaelen JOGG-gemeente

Schoolzweven  
Frankpaedelen op

hop cultuur h  
binnen beweeg  
dri  
stim  
de 5  
beweeg

de v  
helpe  
dime  
con  
ma  
de vnghtvaden v  
- bij koma-er-geerde  
- vnghtvaden v  
- vnghtvaden v  
- vnghtvaden v

Wijn 2 leeraan  
(leeste met dueren)  
begin bij proffoines / hoo / bostuun  
combiner  
Pete of  
is land van Pindus

Percentage niet sporten is 17%  
Lijkt mee te vallen  
Maar in dorp geen aanbod  
Kinderen met overgewicht zijn  
In groene omgeving met veel  
ruimte en plaats  
Sport instuif middag op centrale plaats  
lekt in water gebruik  
reintegratie meer  
in water op school

Als Gemeente onderneemen/oversteken  
is wat basissteden / voortzet onderwij  
van water bekijken  
→ allen water (geen polder / sloot)  
→ hout water  
→ grond met water

## 4. Doelstellingen

### Hoofddoelstelling:

JOGG Beekdaelen streeft naar een samenleving waarin kinderen en jongeren wonen, leren en recreëren in een omgeving die uitnodigt tot een gezonde leefstijl:

Gezond leven in het groen!

De gezonde keuze is de gemakkelijke keuze (op het gebied van bewegen, water drinken en gezonde voeding).

We willen middels de JOGG-aanpak iedereen uitnodigen hierover mee te denken. Het gaat over veranderingen in het aanbod, maar ook in de mindset van mensen (intermediaren, ouders en kinderen). Deze veranderingen zijn niet altijd meetbaar en zullen pas op langere termijn merkbaar zijn. Waar mogelijk zijn meetbare subdoelstellingen opgesteld.

# 4. Doelstellingen

jongeren op  
gezond gewicht

Beekdaelen

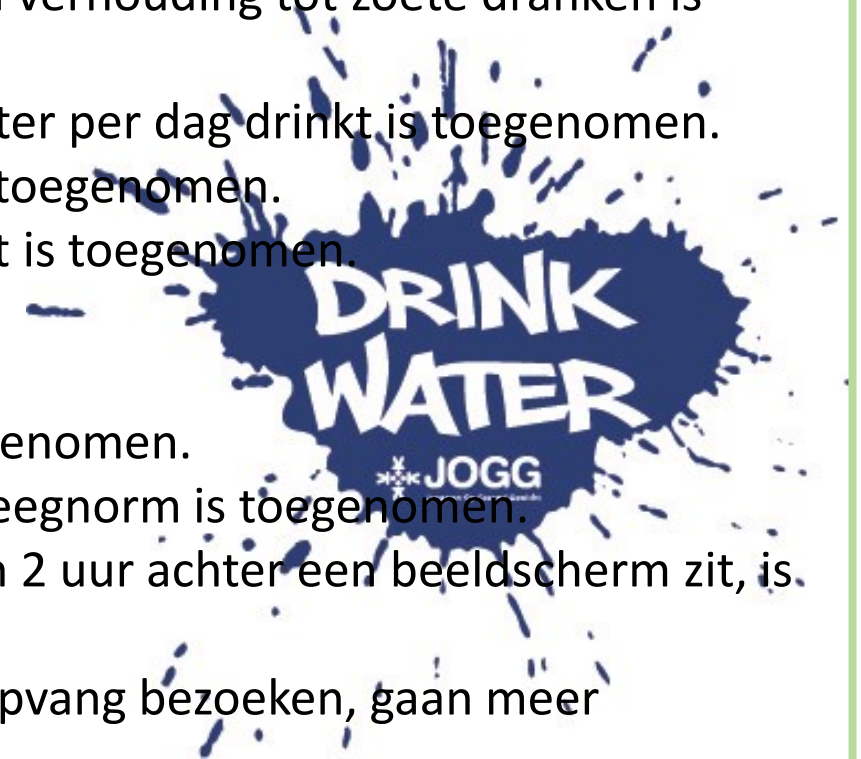
## 1. Gezond gedrag

### *Eten en drinken*

- 1.1 Het percentage kinderen (4-12 jaar) dat meer water drinkt in verhouding tot zoete dranken is toegenomen.
- 1.2 Het percentage kinderen (4-12 jaar) dat 2 of meer glazen water per dag drinkt is toegenomen.
- 1.3 Het percentage kinderen (4-12 jaar) dat dagelijks fruit eet is toegenomen.
- 1.4 Het percentage kinderen (4-12 jaar) dat dagelijks groente eet is toegenomen.

### *Bewegen*

- 1.5 Het percentage kinderen (4-12 jaar) dat buiten speelt is toegenomen.
- 1.6 Het percentage kinderen (4-12 jaar) dat voldoet aan de beweegnorm is toegenomen.
- 1.7 Het percentage kinderen (4-12 jaar) dat dagelijks minder dan 2 uur achter een beeldscherm zit, is toegenomen.
- 1.8 Kinderen in de leeftijd van 0-4 jaar, die de peuter- of kinderopvang bezoeken, gaan meer bewegen.



# 4. Doelstellingen

jongeren op  
gezond gewicht

Beekdaelen

## 2. Gezonde omgeving

### *Gezonde Kinderopvang*

- 2.1 Op minimaal 8 (van de 13) kinderopvanglocaties wordt uitsluitend water gedronken.
- 2.2 Op minimaal 8 kinderopvanglocaties is de beweegtijd van de kinderen toegenomen.
- 2.3 Op minimaal 8 kinderopvanglocaties wordt een dagelijkse interventie t.b.v. beweegstimulering bij de aanwezige 0-4 jarigen aangeboden.
- 2.4 Minimaal 5 kinderopvanglocaties gaan aan de slag met De Gezonde Kinderopvang.
- 2.5 Minimaal 8 kinderopvanglocaties hebben één of meerdere thema's van JOGG (structureel) opgenomen in beleid.



# 4. Doelstellingen

jongeren op  
gezond gewicht

Beekdaelen

## 2. Gezonde omgeving

### *Gezonde School*

- 2.6 Er wordt op minimaal 4 van de 9 basisscholen een voorlichtingsmoment georganiseerd voor ouders en/of leerkrachten over gezonde leefstijl.
- 2.7 6 van de 9 basisscholen hebben vignet Gezonde School behaald of behouden.
- 2.8 Op 8 van de 9 basisscholen wordt het water drinken gestimuleerd.
- 2.9 In Schinnen en Onderbanken is een (extra) openbaar watertappunt gerealiseerd nabij een speel- of sportvoorziening of school.
- 2.10 Op 4 van de 9 scholen wordt fruit/groente als tussendoortje gegeten in de ochtendpauze.
- 2.11 Minimaal 6 basisscholen hebben één of meerdere thema's van JOGG (structureel) opgenomen in beleid.
- 2.12 Het lopen en/of fietsen naar school wordt extra gestimuleerd/aantrekkelijk gemaakt (op minimaal 2 scholen).
- 2.13 Bij tenminste de helft van de schoolsporttoernooien wordt de gezonde keuze aangeboden (water en/of een stuk fruit).



GEZONDE SCHOOL

# 4. Doelstellingen

jongeren op  
gezond gewicht

Beekdaelen

## 2. Gezonde omgeving

### *Gezond thuis*

- 2.14 Er heeft in elke gemeente minimaal 1 activiteit plaatsgevonden voor ouders van 4 tot 12 jarigen gericht op het bevorderen van een gezonde leefstijl en het verminderen van beeldschermgebruik bij hun kinderen.
- 2.15 Ouders hebben via de nieuwsbrief van school informatie en tips ontvangen over het bevorderen van een gezonde leefstijl (voeding en bewegen/beeldschermgebruik).

### *Gezonde sportvereniging*

- 2.16 Minimaal 2 sportverenigingen werken toe naar een Gezonde(re) Sportkantine (en behalen daarmee de kwalificatie brons, zilver of goud volgens de richtlijnen van het Voedingscentrum).
- 2.17 Er is minimaal 1 bijeenkomst georganiseerd voor alle sportverenigingen in Schinnen en Onderbanken waarin zij geïnformeerd en geënthousiasmeerd zijn over JOGG / Gezonde(re) Sportkantine.





# 4. Doelstellingen

jongeren op  
gezond gewicht

Beekdaelen

## 2. Gezonde omgeving

### *Gezonde evenementen / openbare ruimte*

- 2.18 Op minimaal 3 evenementen en/of buitenschoolse activiteiten wordt een gezonde leefstijl gestimuleerd. Dit betekent dat tijdens het evenement actief beweging, groente/fruit en/of het drinken van water gepromoot en/of aangeboden wordt.
- 2.19 Er wordt actief samengewerkt met maatschappelijke partners en het bedrijfsleven om tijdens evenementen en activiteiten meer aandacht te krijgen voor een gezonde leefstijl (beweging en gezond eten/drinken).
- 2.20 Er is minimaal één goed bruikbaar openbaar fitnessapparaat gerealiseerd, waar kinderen en jongeren gebruik van willen maken (na een grondig onderzoek naar de wensen van jongeren zelf en een geschikte locatie).



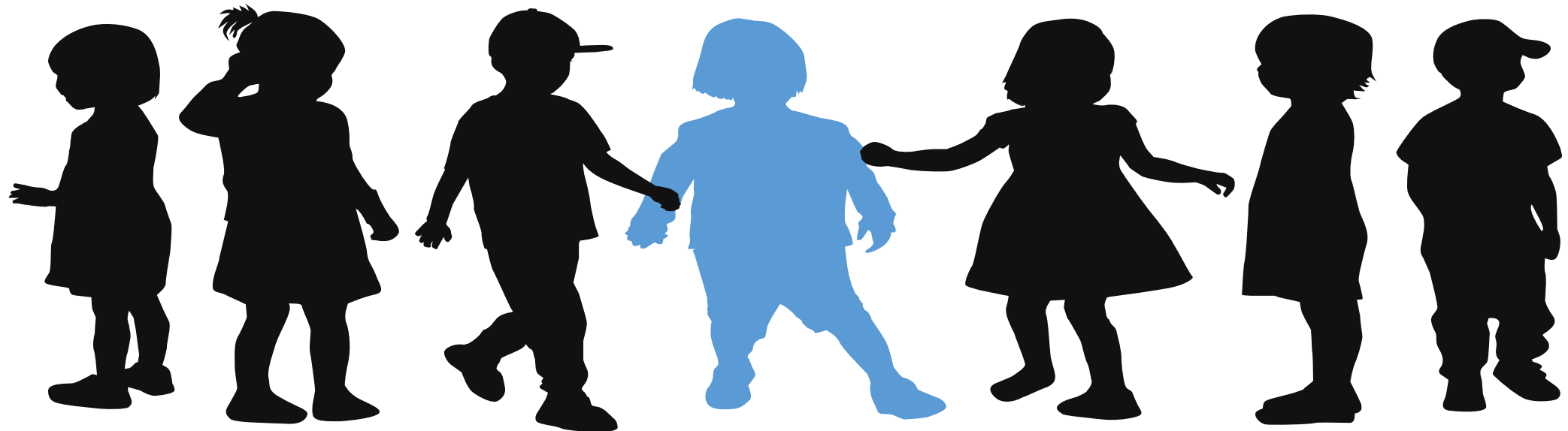
# 4. Doelstellingen

jongeren op  
gezond gewicht

Beekdaelen

## 3. Gezond gewicht

Het percentage kinderen van 2-12 jaar in de gemeente Schinnen en Onderbanken met (ernstig) overgewicht blijft in 2017-2019 minimaal stabiel ten opzichte van 2014-2016.



# 4. Doelstellingen

jongeren op  
gezond gewicht

Beekdaelen

## 4. Versterken van de community

### *Politiek-bestuurlijk*

- 4.1 Relevante beleidsterreinen/beleidsambtenaren binnen beide gemeenten zijn bekend met de JOGG-aanpak en worden jaarlijks geïnformeerd over de lokale JOGG-aanpak om integrale samenwerking te stimuleren.
- 4.2 Ambtenaren vanuit relevante beleidsterreinen zoeken actief samenwerking met JOGG Beekdaelen wanneer hun werkzaamheden, projecten of activiteiten daarbij passen.
- 4.3 De betrokken wethouders promoten de JOGG-aanpak en vervullen de rol van JOGG-ambassadeur.
- 4.4 JOGG Beekdaelen heeft een belangrijke plaats in het (toekomstige) collegeprogramma en in relevante beleidsnotities van de fusiegemeente Beekdaelen.
- 4.5 Zowel het college van B&W als de raad van beide gemeenten worden minimaal jaarlijks geïnformeerd over de voortgang.



# 4. Doelstellingen

jongeren op  
gezond gewicht

Beekdaelen

## 4. Versterken van de community

### *Publiek-private samenwerking*

- 4.6 Relevante en geïnteresseerde ketenpartners, organisaties en personen worden minimaal 3 keer per jaar middels een nieuwsbrief op de hoogte gebracht van de ontwikkelingen binnen JOGG Beekdaelen.
- 4.7 Relevante (keten)partners zijn onderdeel van de JOGG-aanpak, voeren de JOGG-activiteiten (mee) uit (o.a. via initiatiefgroepen) en dragen actief bij aan het behalen van de JOGG-doelstellingen.
- 4.8 Minimaal 4 private partijen hebben zich aan JOGG Beekdaelen verbonden door het bieden van menskracht, middelen (materialen of geld) en / of expertise (op terrein van communicatie, marketing, onderzoek etc.).
- 4.9 De beleidsambtenaren en/of de wethouders van de gemeente Schinnen en Onderbanken brengen JOGG actief onder de aandacht bij bedrijven en organisaties die een bijdrage zouden kunnen leveren aan de lokale JOGG-aanpak.
- 4.10 Er wordt minimaal 1 keer per jaar een JOGG-netwerkbijeenkomst georganiseerd voor alle partners die betrokken (willen) zijn, of belangrijk zijn voor de JOGG-aanpak.

# 4. Doelstellingen

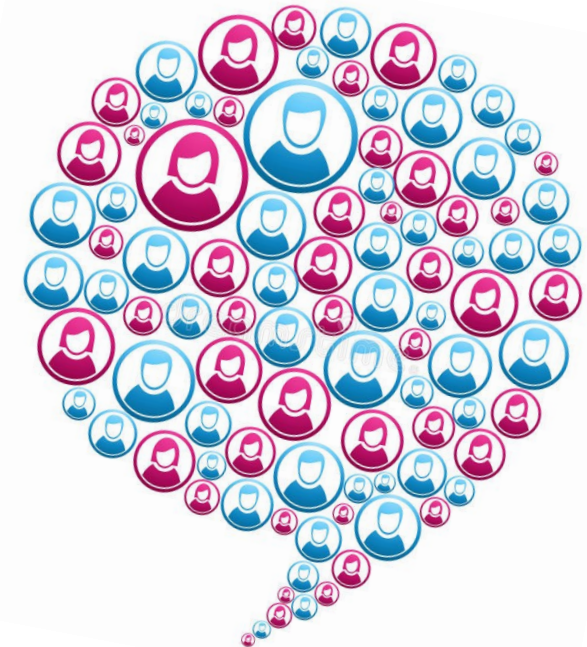
jongeren op  
gezond gewicht

Beekdaelen

## 4. Versterken van de community

### *Sociale marketing*

- 4.11 Activiteiten worden afgestemd op de belevingswereld van de doelgroep, door ze er actief bij te betrekken en ze een centrale plek te geven. Wensen en ideeën van de (intermediaire) doelgroep zijn bepalend voor de invulling van de activiteiten.
- 4.12 Maatschappelijke- en private partijen vergroten hun expertise op het terrein van sociale marketing ten behoeve van concrete JOGG activiteiten (bijvoorbeeld door middel van een SMK-workshop georganiseerd door JOGG).



# 4. Doelstellingen

jongeren op  
gezond gewicht

Beekdaelen

## 4. Versterken van de community

### *Verbinding preventie en zorg*

- 4.13 Er is een sluitende ketenaanpak waarin het kind met (ernstig)overgewicht wordt gesignaleerd en doorverwezen naar geschikte (zorg)programma's. Hierbij wordt, waar mogelijk, regionaal samengewerkt.
- 4.14 Er is, samen met relevante organisaties, in beeld gebracht hoe de aanpak voor het kind met overgewicht momenteel geregeld is (van signaleren tot het zetten van gerichte stappen tot borging daarvan).
- 4.15 Er is in overleg met partners bepaald of er knelpunten zijn bij het signaleren en doorverwijzen van kinderen met overgewicht.
- 4.16 Er is draagvlak gecreëerd bij relevante organisaties en beslissers om de ondersteuning en zorg voor het kind met overgewicht beter in te richten door het realiseren van een ketenaanpak.
- 4.17 Er worden/zijn gesprekken gevoerd met de gemeenten om de jeugdgezondheidszorg of een andere geschikte partij een centrale rol te geven in de realisatie en uitvoering van benodigde ondersteuning en zorg voor het kind met overgewicht.

# 4. Doelstellingen

jongeren op  
gezond gewicht

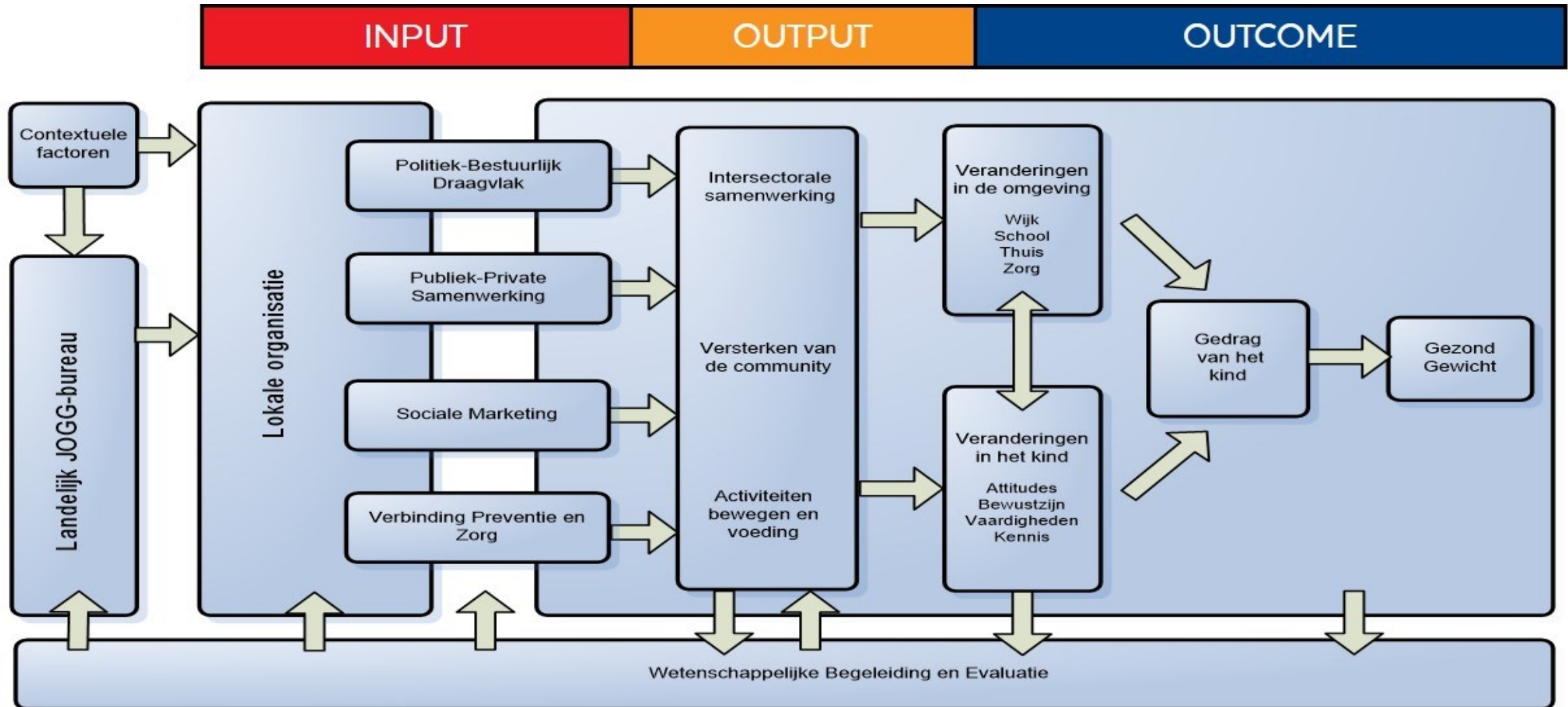
Beekdaelen

## 5. Monitoring en evaluatie

- 5.1 De JOGG-aanpak wordt gemonitord en geëvalueerd op proces en effect.
- 5.2 Elk jaar wordt een voortgangsrapportage geschreven, met daarin de belangrijkste activiteiten en resultaten.
- 5.3 De eindrapportage van de eerste 3 jaar JOGG Beekdaelen (2017-2019), wordt uiterlijk februari 2020 opgeleverd.
- 5.4 Vier keer per jaar vindt een voortgangsgesprek plaats met de landelijk JOGG-adviseur en/of provinciale coördinator. Halfjaarlijks wordt de JOGG-Voortgangstool ingevuld om de vooruitgang op de vijf JOGG-pijlers zichtbaar te maken en te kunnen bijsturen waar nodig.



# JOGG-model



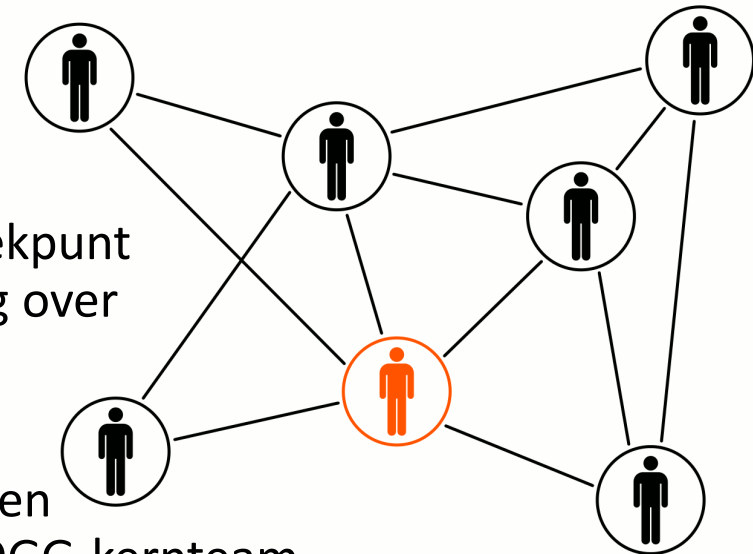




# 5. JOGG-organisatie

Onze aanpak en insteek vraagt een flexibele werk- en projectorganisatie. De invulling van de gekozen missie en doelstellingen zal vanuit de gemeenschap zelf moeten ontstaan. Daarom gaan we uit van de volgende (lichte) projectstructuur.

- **JOGG-regisseur:** eerste aanspreekpunt
- **Kernteam JOGG:** beleidsambtenaren Schinnen en Onderbanken en JOGG-regisseur. Bewaken en versterken de voortgang, zorgen voor borging in beleid, delen kennis met elkaar en werken samen om JOGG-doelstellingen te realiseren.
- **Ambassadeurs JOGG:** betrokken wethouders dragen JOGG-boodschap (lokaal) uit en zorgen voor bestuurlijk draagvlak.
- **Communicatie:** communicatiemedewerker van de gemeente is aanspreekpunt voor JOGG en de JOGG-regisseur en zorgt voor lokale nieuwsverspreiding over activiteiten en ontwikkelingen.
- **Initiatiefgroepen**  
Rondom het organiseren van (nieuwe) activiteiten worden enthousiaste en relevante partners uitgenodigd in initiatiefgroepen, ondersteund door JOGG-kernteam.





## 6. Wat gaan we doen?

Aan de hand van de doelstellingen en resultaten 0-meting worden in samenspraak met de (intermediaire) doelgroepen en partners de JOGG-activiteiten vormgegeven. Om de wensen en ideeën uit de gemeenschap op te halen is op 19 september 2017 een eerste netwerkbijeenkomst georganiseerd. Hierbij waren ongeveer 70 deelnemers aanwezig afkomstig uit diverse sectoren (o.a. overheid, onderwijs, kinderopvang, welzijn, zorg, sport en burgers/inwoners). Al eerder (13 april 2017) heeft een kick-off plaatsgevonden voor ambtenaren van de gemeente Schinnen, Onderbanken en Nuth.

Wensen van ouders zijn bevroegd in de 0-meting (open vragen in de vragenlijst). De kinderen (leerlingen van groep 5 t/m 8 van alle scholen) zullen nog gevraagd worden naar hun eigen ideeën in de eerste helft van 2018.

# 6. Wat gaan we doen?

## 1. Voortzetten, uitbreiden en (door)ontwikkelen interventies basisonderwijs

- Programma 'Smart & Fit' / School in Actie (Ecsplora) in gemeente Schinnen voortzetten en zorgen voor borging van de diverse onderdelen.
- Starten (op maat) programma 'Smart & Fit' (Ecsplora) in gemeente Onderbanken.
- Vraaggericht werken aan een Gezonde School/implementatie JOGG-thema's.
- Waar mogelijk ouders betrekken en informeren bij (leefstijl)activiteiten.
- Leerlingen groep 5 t/m 8 vragen naar ideeën/gewenste activiteiten voor het bevorderen van een gezonde leefstijl (in de vorm van een wedstrijd).



# 6. Wat gaan we doen?

## 2. Opzetten leefstijlprogramma (KidsXtra/Peuters in Actie) in de peuter- en kinderopvang

Samen met Riskcare, Ecsplora en diverse zorg- en beweegpartners zal een aanvraag ingediend worden voor de sportimpuls, gericht op het stimuleren van een gezonde leefstijl (o.a. meer bewegen) in de peuter- en kinderopvang.



# 6. Wat gaan we doen?

## 3. Werken aan een gezonde(re) sportomgeving

**TEAM:FIT**

Verenigingen worden geënthousiasmeerd en ondersteund om te werken aan een gezonde sportkantine en omgeving (Gezonde sportkantine, water en fruit).



# 6. Wat gaan we doen?

## 4. Mogelijkheden verkennen voor het aanleggen/bezoeken van moestuintjes.





# 6. Wat gaan we doen?

5. Het plaatsen van watertappunten op logische plekken.



## 6. Wat gaan we doen?

6. Mogelijkheden onderzoeken om de route naar (een of meer) scholen aantrekkelijker te maken (middels een beweegpad op de route naar school).



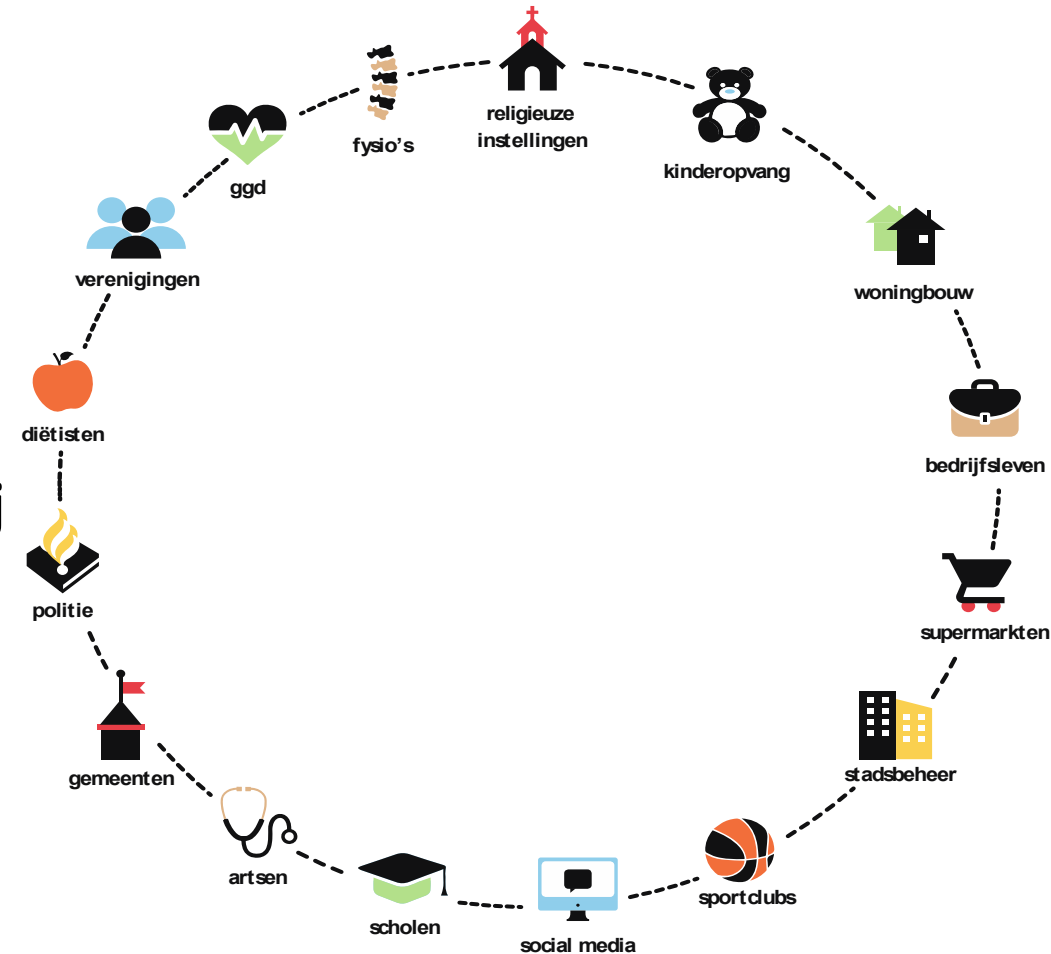
## 6. Wat gaan we doen?

7. Onderzoeken of er behoefte is bij kinderen/jongeren aan een fitness-apparaat in de openlucht/openbare ruimte waar je tijdens en door te bewegen je telefoon kunt opladen (Charge Yo'self). Dit idee is naar voren gebracht door de jongeren van Doors2Open tijdens de netwerkbijeenkomst op 19 september jl.



# 6. Wat gaan we doen?

8. Behouden en uitbreiden van het netwerk van betrokken partners (publiek en privaat). Er zal een (aparte) bijeenkomst georganiseerd worden voor bedrijven en ondernemers (private partners) om ze kennis te laten met JOGG Beekdaelen en ze te enthousiasmeren om hierbij betrokken te zijn. Alle betrokken partijen blijven op de hoogte middels de JOGG-nieuwsbrief. Verder zullen er netwerkbijeenkomsten georganiseerd worden voor alle betrokkenen in 2018 en 2019.



## 6. Wat gaan we doen?

9. Bijdragen aan/onderzoek doen naar een sluitende ketenaanpak voor kinderen met overgewicht. Hierbinnen zal o.a. de pilot starten met extra meetmoment BMI bij kinderen in groep 4 (rond de leeftijd van 8 jaar).



## 6. Wat gaan we doen?

10. JOGG zal extra aandacht krijgen bij gemeentelijke evenementen, zoals zomerfestival in Onderbanken en koningsspelen in Schinnen. Dit bijvoorbeeld door het inzetten van JOGG-ambassadeur en/of aanbieden van water en fruit.



# 6. Wat gaan we doen?

## 11. Metten van effect en proces

De voortgang van de te behalen doelstellingen wordt zo goed mogelijk gemonitord. Effecten worden gemonitord op basis van overgewicht en veranderingen in gedrag en omgeving. Dit gebeurt met zowel bestaande cijfers (o.a. JGZ) als met aanvullend onderzoek.



# 6. Wat gaan we doen?

## Aan de slag!

Voldoende ideeën om – met volop ruimte voor burgerparticipatie - een lokale, wijkgerichte, integrale en duurzame aanpak uit te werken! Daarbij profileren we de dorpen in onze gemeenten als prettige, groene en gezonde plekken om te leven.





**jongeren op  
gezond gewicht**

**Beekdaelen**

Meer informatie:

- <https://jongerenopgezondgewicht.nl/>
- <https://teamfit.nl/>
- <https://www.ggdzl.nl/professionals/gemeenten/jongeren-op-gezond-gewicht-jogg/>