

In het kader van JOGG Beekdaelen is in juni –juli 2017 door GGD Zuid Limburg een onderzoek uitgevoerd onder de ouders van leerlingen van alle basisscholen in de gemeente Onderbanken. In de vragenlijst werden vragen gesteld over de leefstijl van het kind, bijvoorbeeld hoeveel het kind sport en beweegt, en wat het kind zoal eet en drinkt. Daarnaast meten JGZ-verpleegkundigen lengte en gewicht van kinderen in het kader van Preventief Gezondheidsonderzoek (PGO).



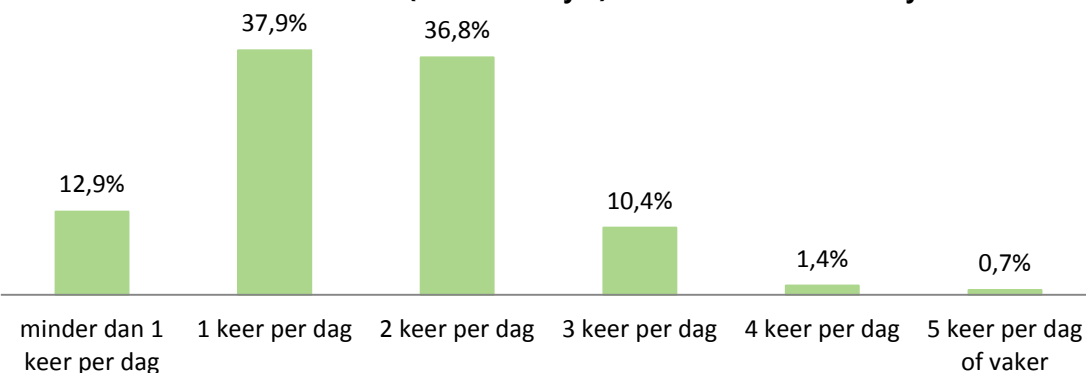
## Overgewicht

Lengte en gewicht wordt door JGZ verpleegkundigen gemeten rond de leeftijd van 5-6 jaar en rond de leeftijd van 10 jaar.

In 2014-2015 had 15,2% van de 5-6 jarigen in gemeente Onderbanken (ernstig) overgewicht en 14,0% van de 10-jarigen.



### Aantal eetmomenten (tussendoortjes) naast de 3 hoofdmaaltijden



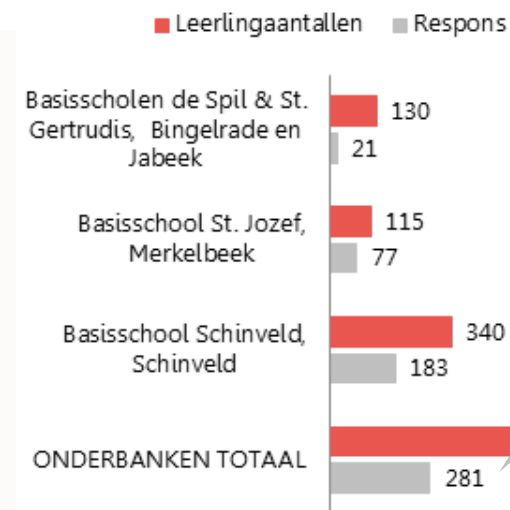
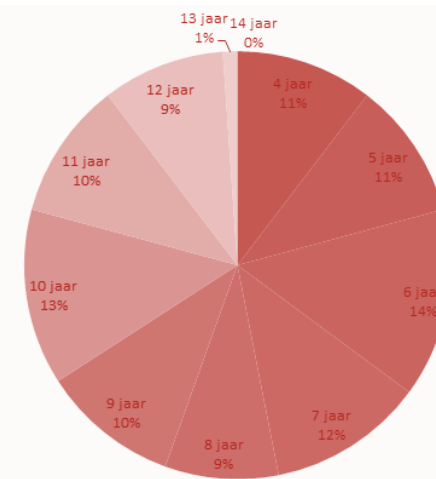
## Respons



49,1% meisjes

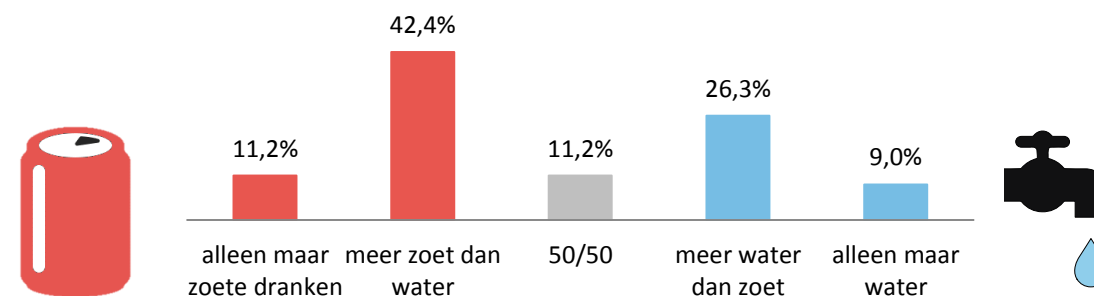


50,9% jongens



## Voeding

### Verhouding zoete dranken vs. water



91,4% start iedere dag met een ontbijt  
1,4% ontbijt nooit

48,9% eet dagelijks fruit, 55,3% ≥6 dagen in de week en 67,1% ≥5 dagen  
41,1% eet dagelijks groente, 59,3% ≥6 dagen in de week en 83,2% ≥5 dagen  
2,5% eet nooit fruit en 0,7% eet nooit groente

40,6% van de 4-8 jarigen eet voldoende fruit en 26,5% eet voldoende groente (norm Voedingscentrum)

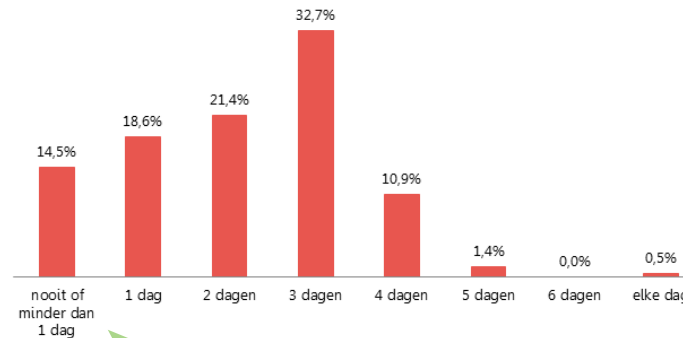


13,7% van de 9-13 jarigen eet voldoende fruit en 10,5% eet voldoende groente (norm Voedingscentrum)

Bewegen

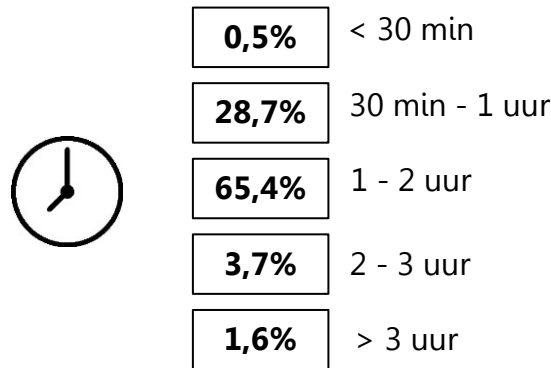


Hoeveel dagen in de week sporten kinderen (≥6 jaar) bij een sportvereniging?



85,5% is lid van een sportvereniging

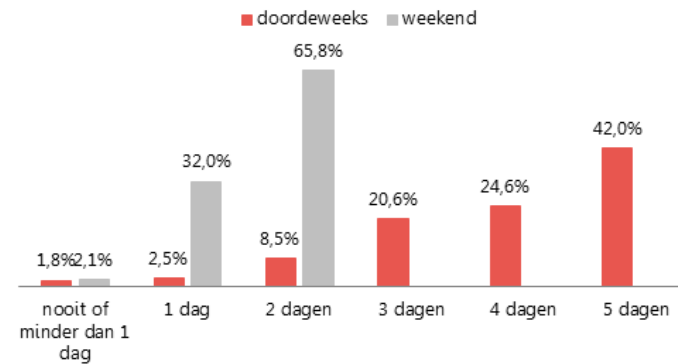
Hoe lang sporten kinderen (≥6 jaar) per keer gemiddeld?



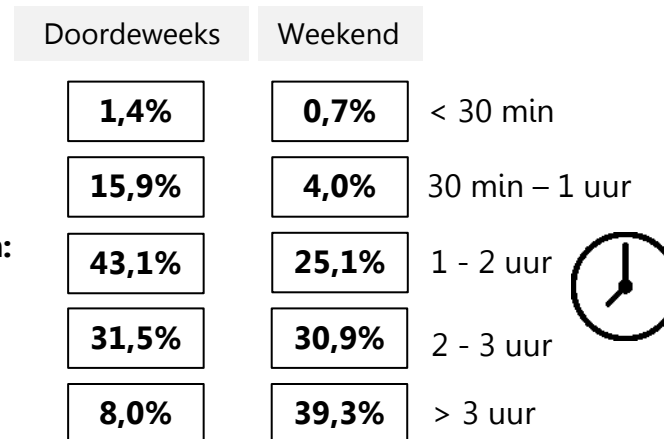
Top 3 meest genoemde redenen niet sporten:

1. Meer plezier in andere hobby's
2. Geen plezier meer in sporten
3. Kind is lid van een ander soort vereniging/club

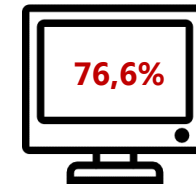
Hoeveel dagen spelen kinderen buiten?



Hoe lang spelen kinderen per dag buiten?

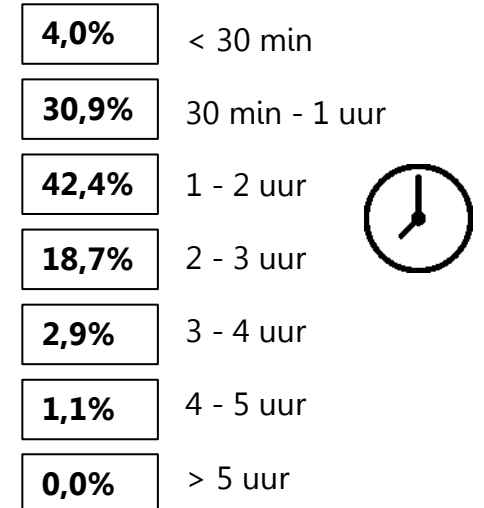


Zitten



van de kinderen kijkt elke dag tv en/of maakt dagelijks gebruik van een (spel)computer

Hoe lang kijken kinderen per dag naar een beeldscherm?



% kinderen dat NIET naar school fietst/loopt



4-5 jaar	6-7 jaar	8-10 jaar	11-14 jaar
44,8%	37,5%	20,0%	6,9%

Top 3 meest genoemde redenen niet lopend of met de fiets naar school:

1. Te jong
2. Wonen te ver weg
3. Praktisch: ouders zetten kind af met auto en rijden door naar het werk

Conclusie

Wat gaat goed?

- Veel kinderen sporten bij een sportvereniging.
- Veel kinderen ontbijten elke dag.

Wat kan beter?

- Stimuleer het drinken van water in plaats van zoete drankjes.
- Stimuleer het dagelijks eten van voldoende fruit en groente.
- Stimuleer buitenspelen (in verhouding tot beeldschermgebruik).

Heeft u vragen?

Judith Aerdts  
JOGG-regisseur Schinnen en Onderbanken  
judith.aerdts@ggdz.nl  
06 - 31991996