

Actieplan

2021

2022

#Gezond076

1

2

3

4

5



gezonde jeugd
gezonde toekomst

Breda





Inleiding

Met de lokale JOGG (Jongeren Op Gezond Gewicht)-aanpak in Breda geven we uitvoering aan het stimuleren van een gezonde leefstijl bij kinderen en jongeren (0-19 jaar), waarbij ook de ouders betrokken worden. We werken samen aan een gezonde omgeving waarin de gezonde keuze aantrekkelijk is en bevorderd wordt, zoals bewegen, gezond eten, water drinken en rookvrij opgroeien. Het belang van een gezonde leefstijl is door de coronaperiode extra onderstreept. Uit de resultaten door kinderartsen van het Maastricht UMC, in samenwerking met andere Nederlandse ziekenhuizen, blijkt dat de kloof tussen kinderen die gezond en ongezond leven als gevolg van de lockdowns groter wordt (Maastricht University, 2021).

Sinds 2011 trekken we op met JOGG Nederland; de landelijk koepelorganisatie die kennis, netwerkpartners, coaching en veel inspiratie biedt. Goed in je vel zitten en gezondheid is voor veel mensen de basis voor een gelukkig leven. Hierbij geldt ook: jong geleerd is oud gedaan. Als kinderen al op jonge leeftijd gestimuleerd worden om gezonde keuzes te maken, zullen zij deze vaardigheden ook toepassen als zij volwassen zijn. Hiermee kunnen we leefstijl gerelateerde ziektes zoveel mogelijk voorkomen, zoals diabetes, hart- en vaatziekten, kanker etc. Gezondheid en preventie krijgt een steeds hogere prioriteit, aangezien we te maken hebben met een vergrijzende bevolking (gezond oud worden stimuleren is dus een belangrijk punt) en de prognose van het ministerie van VWS is dat in 2040, 62% van de volwassenen overgewicht heeft (Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport). Een goede basis leggen voor kinderen en jongeren is dus van belang.

Een netwerk van samenwerkingspartijen is onmisbaar. Zo hebben we de afgelopen jaren al een groot netwerk opgebouwd dat bestaat uit scholen, sport-

clubs, zorgprofessionals, kennisinstellingen, bewoners, bedrijven, maatschappelijke organisaties etc. We werken samen met andere JOGG-gemeentes in de eigen regio (West-Brabant), maar ook met gemeentes buiten de regio en landelijke partners, zoals VNG, Rookvrije Generatie en Pharos.

Binnen de lokale JOGG-aanpak hebben we extra oog voor kwetsbare wijken en vroegsignaleringswijken en bewoners (Heuvel, Tuinzigt, Haagpoort, Kesteren/Muizenberg, Biesdonk, Wisselaar, Geeren-Noord, Geeren-Zuid, Doornbos-Linie, Fellenoord en Schorsmolen). We grijpen kansen aan, zoals het Lokaal Sportakkoord en het Lokaal Preventieakkoord, om met zoveel mogelijk samenwerkingspartners te werken aan een gezonde omgeving voor de jeugd. Binnen het Lokaal Sportakkoord wordt sport- en beweegparticipatie van inwoners gestimuleerd met partners in de stad. Het Lokaal Preventieakkoord richt zich op de volwassen doelgroep als het gaat om het stimuleren van een gezonde leefstijl. Volwassenen (en ouders) vormen een belangrijk voorbeeld voor kinderen en hebben invloed op hun ontwikkeling. Dit is daarom een logische verbinding.

Voor de jaren 2021-2022 is er een nieuw actieplan opgesteld waarin we voortborduren op de vijf gestelde actielijnen van het actieplan 2019-2020. Per actielijn wordt er teruggeblikt op de afgelopen twee jaar (waar komen we vandaan) en vervolgens wordt de focus voor 2021 en 2022 beschreven. De volgende pagina's geven zicht op de inhoud hiervan.



1

Ambitie 1: De supporters van JOGG-Breda

Terugblik 2019 en 2020 (waar komen we vandaan)

Zoals ook in de inleiding benoemd staat, is het samenwerken met andere organisaties (zowel privaat als niet-privaat) een groot onderdeel van de JOGG-aanpak. Supporters zetten zich in voor de gezonde leefstijl en dat doen ze ieder op hun eigen manier. Zo kan een supporter bijdragen aan een initiatief in de wijk of een stadsbrede activiteit, maar ook door het bieden van een gezonde omgeving binnen de eigen organisatie. De afgelopen jaren zijn er diverse nieuwe organisaties verbonden aan de JOGG-aanpak, zoals Optisport, Kinderboerderijen, Sint Joost (School of Art & Design, onderdeel van Avans Hogeschool), sportaanbieder My Health, diverse sportclubs en kinderopvanglocaties. Ook is er een warm contact opgebouwd met Nieuwe Veste om een verdere samenwerking te verkennen. Deze organisaties hebben op het gebied van de thema's, gezond eten, bewegen en rookvrij opgroeien een concrete bijdrage geleverd. Daarnaast zijn al bestaande JOGG-contacten en organisaties nauw betrokken bij nieuwe ontwikkelingen. Denk aan de opstart van het Lokaal Preventieakkoord waarin een gezond gewicht en rookvrij leven worden gestimuleerd voor volwassenen. Het JOGG-netwerk is hierbij van meerwaarde om de ouderbetrokkenheid te vergroten. Ouders vormen een belangrijke voorbeeldrol voor kinderen. Het bewustzijn vergroten bij ouders van een gezonde leefstijl en hen stimuleren om hier met hun kinderen mee aan de slag te gaan, is het uitgangspunt.

Koers voor 2021 en 2022

Het blijft belangrijk om bestaande supporters te voeden met ontwikkelingen en kansen om bij te dragen aan een gezonde jeugd. Dit doen we door middel van de JOGG-nieuwsbrief, de social media-kanalen, maar ook één op één contact om de persoonlijke wens van de organisatie af te stemmen op de projecten en initiatieven. We blijven daarnaast actief in het enthousiasmeren van nieuwe potentiële supporters voor de lokale aanpak van JOGG. Denk aan de volgende netwerken en professionals:

- Het Lokaal Preventieakkoord en het Lokaal Sportakkoord waarin zich professionals bevinden die affiniteit hebben met een gezonde leefstijl
- Fysiotherapeuten, huisartsen en andere medische professionals om preventie hoog op de agenda te krijgen
- Supermarkten zoals Lidl en Aldi, met de invalshoek om de gezonde keuze in de winkel aantrekkelijk te maken en een samenwerking aan te gaan om (wijk) activiteiten te ondersteunen
- Platforms zoals NL2025 en Betrokken Ondernemers Breda waarbinnen zich bedrijven bevinden met een maatschappelijke affiniteit
- De cultuursector: er is nu warm contact met de Nieuwe Veste en er is samengewerkt met studenten van de Sint Joost; de komende jaren wordt het netwerk van culturele organisaties verder uitgebreid
- Concreet willen we met acht nieuwe organisaties de samenwerking aangaan gebaseerd op de bovenstaande lijnen.



Ambitie 2: Een fysieke leefomgeving waarin gezond gedrag gestimuleerd wordt

2

Terugblik 2019 en 2020 (waar komen we vandaan)

Bewegen en spelen wordt in Breda op diverse manieren gestimuleerd. Zowel op activiteitsniveau in de wijken door middel van sportcoaches, als door een beweegvriendelijke inrichting van de openbare ruimte. In 2019 en 2020 zijn er acht nieuwe groene schoolpleinen gerealiseerd. Een groen schoolplein stimuleert het buitenspelen, het prikkelt de fantasie en kinderen kunnen zich na een 'groene' pauze beter concentreren. Daarnaast zijn er in Kesteren/Muizenberg en Doornbos-Linie, in het kader van Gezonde Buurten, mooie dingen gerealiseerd ten behoeve van het bewegen/spelen en gezond eten. Denk hierbij aan de aanleg van een speelroute, een groene speel- en ontmoetingsplek, een pluktuin en een natuurspeelplek. De herinrichting van het Pukplein is ook een concreet voorbeeld. Bij routes en sportplekken staan watertappunten om op een gezonde manier de dorst te lessen. Daarnaast zijn er in de openbare ruimte toestellen geplaatst om sporten en bewegen te stimuleren. Een voorbeeld hiervan is het calisthenics-toestel en de interactieve voetbal muur bij het Cruyff Court aan de Hamdijk (Hoge Vucht). Er is ook een beweegplek bij Raffy gerealiseerd.

Koers voor 2021 en 2022

De beweegactiviteiten in de wijken, georganiseerd door sportcoaches en jeugdwerkers, blijven voor kinderen en jongeren een mooie kans om samen met hun leeftijdsgenootjes te genieten van sport en spel. De komende jaren wordt er onder andere het volgende gedaan om bewegen te stimuleren:

- Er worden beweegtoestellen geplaatst in Bredase wijken, zoals in de Overakker (beweegplek in park 'Vrederust'), de Haagse Beemden (sportplek bij de Asterdplas) en Brabantpark (kunstgrasveldje)
- Het JOGG-netwerk wordt op de hoogte gehouden van bovenstaande beweegplekken en als er mooie kansen zijn worden er verbindingen gelegd
- In de omgevingsvisie wordt een basis gelegd voor een omgeving die uitnodigt tot gezond gedrag (een beweegvriendelijke openbare ruimte en een gezonde voedselomgeving door o.a. moestuinen, voedselbosjes en plukroutes)
- In 2021 worden nog vier groene schoolpleinen gerealiseerd.



3

Ambitie 3: Een rookvrije speel- en leefomgeving

Terugblik 2019 en 2020 (waar komen we vandaan)

In de afgelopen jaren is hard gewerkt aan een rookvrije omgeving voor kinderen. Er is opgetrokken met een breed scala van partijen om dit mogelijk te maken, zoals scholen, kinderopvangorganisaties, beheerders van speeltuinen, sportclubs en kinderboerderijen. Breda werkt daarnaast samen met de landelijke organisatie de Rookvrije Generatie. In 2019 is er door gemeente Breda en GGD West-Brabant een congres 'Rookvrij' georganiseerd voor lokale organisaties om hen op weg te helpen en kennis te laten maken met Rookvrije Generatie. Vanaf 1 augustus 2020 waren scholen verplicht om een rookvrij schoolplein te hebben. GGD West-Brabant ondersteunde scholen in dit proces. Met 39 sportclubs is er een (gedeeltelijk) rookvrij terrein gerealiseerd. Sportclubs zien het belang in van een rookvrije generatie en dragen zelf de 'rookvrij' boodschap uit. Ook de kinderboerderijen waren enthousiast en bijna alle kinderboerderijen zijn rookvrij geworden. Daarnaast zijn de beheerde speelplekken rookvrij gemaakt. Op alle bovengenoemde plekken zijn de 'rookvrij bordjes' op de terreinen bevestigd. Hiernaast is er in de afgelopen jaren ruimschoots aandacht besteed aan de rookvrije werkomgeving. Zo is er samengewerkt met 'Verbonden In Zorg' (een netwerk van organisaties in de zorg) waarin veel animo is voor een rookvrij terrein. Er werd een expertisegroep opgericht. Het Amphia Ziekenhuis en Avans Hogeschool hebben samen opgetrokken om een rookvrij terrein te realiseren. Dit hebben we als gemeente in samenwerking met de GGD West-Brabant ondersteund en uitgedragen via diverse communicatiemiddelen.

Koers voor 2021 en 2022

De komende jaren varen we verder op de basis die is opgebouwd qua netwerk en resultaten. De volgende zaken hebben de aandacht om gerealiseerd te worden:

- Alle speeltuinen in Breda (los van de vier beheerde speeltuinen) worden voorzien van een 'rookvrij' aanduiding i.s.m. met kinderen en jongeren die hun creatieve ideeën mogen inbrengen
- De verbinding wordt gelegd met initiatieven van het Lokaal Preventieakkoord waar het thema 'rookvrij' deel van uitmaakt en deze worden uitgelicht als goed voorbeeld
- Het blijft belangrijk om vragen van lokale organisaties op te pakken als er advies gewenst is over het rookvrij maken van het terrein
- Er wordt door de GGD West-Brabant een regionale bijeenkomst over de rookvrije omgeving georganiseerd en het netwerk van Breda zal hiervoor uitgenodigd worden
- Horeca (met eventueel bijbehorende speeltuinen) en scoutingen enthousiasmeren om een rookvrije omgeving aan te bieden en hen informeren over de regionale bijeenkomst.



Ambitie 4: Aanpakken van overgewicht in een vroeg stadium met andere professionals



Terugblik 2019 en 2020 (waar komen we vandaan)

Bij het JOGG-netwerk zijn diverse zorgprofessionals aangesloten: huisartsen, fysiotherapeuten, diëtisten, ziekenhuisartsen, professionals werkzaam bij een zorgverzekeraar en professionals i.r.t. een Gecombineerde Leefstijl Interventie. Dit netwerk is verder uitgebreid door in te spelen op maatschappelijke thema's en ontwikkelingen, zoals de Rookvrije Generatie en het Lokaal Preventieakkoord. Bij de invalshoek van de medische professionals gaat het erom dat er 'breder' wordt gekeken dan leefstijl, zoals roken, eetgewoonten en beweeggedrag. Er spelen vaak onderliggende problemen bij mensen die ervoor zorgen dat zij niet in staat zijn om de gezonde keuze te maken en dit niet als een prioriteit beschouwen. Voorbeelden van dergelijke problemen zijn geldproblemen/schulden, eenzaamheid en een gebrek aan zingeving of andere vormen van stress. Met name in de kwetsbare wijken en vroegsignaleringswijken, waar meer problematiek geconcentreerd is, is het van belang dat medische professionals (en sleutelfiguren) een signalerende houding hebben en ook doorverwijzen naar professionals in het sociaal domein.

Koers voor 2021 en 2022

Met het gedachtegoed van 'Positieve Gezondheid' (uitgaan van veerkracht in plaats van ziekte) inspireren we zorgprofessionals en professionals in het sociaal domein die in de wijken actief zijn. Dat is ook ruimschoots aan bod gekomen tijdens de ontwikkeling van het Lokaal Preventieakkoord. Het gaat om die bredere blik op gezondheid. Niet alleen het lichamelijke aspect behoort tot gezondheid, maar ook andere aspecten, zoals meedoen in de maatschappij, het hebben van sociale contacten en het gevoel dat je leven ertoe doet. De komende jaren gaan we het volgende doen:

- 'Positieve Gezondheid' onder de aandacht blijven brengen bij (medische) professionals via ingangen, zoals het Lokaal Preventieakkoord voor gebied Hoge Vucht en de netwerken in de wijk Hoge Vucht
- Huisartsenpraktijken gericht benaderen met daarbij speciaal aandacht voor de praktijkondersteuners en maatschappelijk werkers (hierbij wordt gebruik gemaakt van warme contacten tussen het medisch en sociaal domein) om het bewustzijn rondom 'Positieve Gezondheid' en preventie te versterken en hen in contact te brengen met andere professionals in het sociaal domein
- Gecombineerde Leefstijl Interventies (interventie gericht op slaap, voeding, bewegen, ontspanning) onder de aandacht brengen en ook hierbij het belang van de voorbeeldrol van ouders naar hun kinderen toe benadrukken
- Cool2Bfit onder de aandacht brengen in het netwerk dat gericht is op kinderen van 8 tot 13 jaar met overgewicht.



5 Ambitie 5: Water drinken, gezonde voeding en bewegen stimuleren met extra aandacht waar het nodig is

Terugblik 2019 en 2020 (waar komen we vandaan)

De afgelopen jaren hebben we de gezond eten, bewegen en water drinken onder de aandacht gebracht bij scholen, sportclubs, kinderboerderijen, zorgprofessionals en bij professionals in de wijk. Hiermee zijn er weer een aantal successen geboekt. Zo hebben twee nieuwe basisscholen gewerkt met de Gezonde School-aanpak dat geresulteerd heeft in twee vignetten (voeding en bewegen). Binnen het voortgezet onderwijs zijn ook mooie successen behaald voor de vignetten en de Gezonde Schoolkantine leeft ook binnen het onderwijs. 15 schoollocaties hebben de schaal behaald en/of verlengd. Ook zijn er drie vignetten voor de Gezonde (Sport) kantine uitgereikt aan twee sportclubs en een locatie van Optisport. Binnen de wijken zijn diverse initiatieven ondersteund door JOGG om de gezonde keuze voorop te stellen, zoals kookgroepen (jongeren), cursussen in wijkcentra, gezond en goedkoop koken i.s.m. de Voedselbank en een Held met Geld, smoothiebikes bij wijkactiviteiten etc.

Tot slot is het water drinken op diverse manieren gestimuleerd. Consultatiebureaus hebben met JOGG samengewerkt en hierbij zijn online en 'fysieke' materialen ontwikkeld om water drinken te stimuleren. Scholen werden op de hoogte gebracht van watertappuntsubsidies en in Breda kunnen kinderen en volwassenen al volop gebruik maken van de watertappunten in de openbare ruimte.

Koers voor 2021 en 2022

In 2021 heeft het coronavirus nog een grote invloed op de samenleving en jongeren. Daarom is er extra aandacht voor het welzijn van jongeren én de gezonde leefstijl. JOGG sluit aan bij initiatieven waar dit passend is. Daarnaast zetten we ons in voor deze initiatieven:

- We gaan door met het stimuleren van de Gezonde School-aanpak (een aanpak waarmee scholen gericht aan een gezondheidsthema werken en hun

schoolbeleid en het structureel lesaanbod hierop aanpassen); we streven naar minimaal twee nieuwe scholen met een deelcertificaat voeding en/of bewegen

- De Gezonde Schoolkantine blijven we promoten en we ondersteunen scholen hierbij in samenwerking met het Voedingscentrum
- We willen bij het project 'Gezonde Sportkantine' minimaal twee nieuwe sportclubs een topprestatiebadge kunnen uitreiken met het thema 'voeding' (er wordt door een hernieuwde werkwijze gewerkt met badges in plaats van vignetten)
- We gaan verder met de pilot 'Lekker Fit' met vier kinderopvanglocaties en bij deze aanpak wordt vanaf jongs af aan aandacht besteed aan een gezonde leefstijl en de ontwikkeling van motorische vaardigheden (vanuit JOGG ondersteunen we dit en moestuinieren wordt actief onder de aandacht gebracht bij de deelnemende locaties)
- Regelingen van Jong Leren Eten en moestuinieren worden daarnaast ook breder onder de aandacht gebracht
- Bewegen en spelen blijven belangrijk om te stimuleren en JOGG legt de verbinding met partijen die hier een belangrijke bijdrage aan leveren, zoals NAC Maatschappelijk, Kick (Grote Broer/Grote Zus) en sportcoaches van Breda Actief
- Gezond eten en rookvrij opgroeien wordt waar mogelijk ook verbonden aan bovengenoemde beweegactiviteiten en er wordt in de wijk aansluiting gezocht bij initiatiefnemers, jeugdwerkers en wijkplatforms (waarbij extra nadruk ligt op de kwetsbare wijken en vroegsignaleringswijken)
- Water drinken loopt als een rode draad door de verschillende projecten heen (het heeft de aandacht binnen de Gezonde School-aanpak, bij de Gezonde Sportkantine, op consultatiebureaus en de subsidieregelingen van watertappunten worden gedeeld met het netwerk).

Uitvoering, communicatie en financiering

In 2021 en 2022 geven we uitvoering aan het actieplan. GGD West-Brabant is hierbij een grote uitvoerende partij. Er wordt samengewerkt met bedrijven, sportclubs, scholen, kinderopvang, maatschappelijke initiatieven, kinderboerderijen, zorgorganisaties- en professionals om gezamenlijk een gezonde omgeving te creëren. De uitvoering van de werkzaamheden rondom de vijf pijlers laten we samengaan met maatschappelijke (en lokale) ontwikkelingen en kansen. Successen en updates worden via de JOGG-Breda nieuwsbrief gedeeld met het netwerk. Daarnaast wordt via het Twitterkanaal en het Facebookkanaal gecommuniceerd. Indien passend worden ook de gemeentelijke communicatiekanalen

ingezet. JOGG communiceert via intermediairs met haar doelgroepen (jongeren en ouders). In dit geval wordt voor bovenstaande kanalen gekozen, naast persoonlijke gesprekken. Dit betekent dat de communicatiekanalen van professionals in de wijk ingezet worden om jongeren (en ouders) te bereiken. Zo kunnen jeugdwerkers en sportcoaches sociale media als Facebook en Instagram inzetten. Scholen en kinderopvangorganisaties brengen ouders op de hoogte van initiatieven ten aanzien van gezondheidsbevordering. Sportclubs gebruiken hun eigen kanalen, zoals de website, Facebook en nieuwsbrieven om jongeren en volwassenen bereiken. De JOGG-aanpak wordt gefinancierd vanuit de GIDS-gelden.



