



# Plan van Aanpak JOGG

2026-2029

## Inhoudsopgave

|           |                                                                 |           |
|-----------|-----------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1.</b> | <b>JOGG Breda .....</b>                                         | <b>4</b>  |
| <b>2.</b> | <b>Achtergrond .....</b>                                        | <b>5</b>  |
| <b>3.</b> | <b>Raakvlakken andere beleidsterreinen en programma's .....</b> | <b>6</b>  |
| <b>4.</b> | <b>Plan van aanpak JOGG Breda 2026-2029.....</b>                | <b>8</b>  |
| 4.1.      | Extra focus op wijkgericht werken .....                         | 8         |
| 4.2.      | Proces .....                                                    | 8         |
| 4.3.      | Financiën .....                                                 | 9         |
| <b>5.</b> | <b>Overzicht activiteiten JOGG per omgeving .....</b>           | <b>11</b> |
| 5.1.      | School en kinderopvang .....                                    | 11        |
| 5.2.      | Buurt.....                                                      | 13        |
| 5.3.      | Sport en vrije tijd .....                                       | 14        |
| 5.4.      | Thuis .....                                                     | 16        |
| 5.5.      | Media .....                                                     | 17        |
| <b>6.</b> | <b>Bijlage.....</b>                                             | <b>20</b> |
| 6.1.      | Cijfers Tuinzigt .....                                          | 20        |



## 1. JOGG Breda

Een gezonde toekomst begint bij een gezonde jeugd. Kinderen en jongeren moeten kunnen opgroeien in een omgeving die gezond gedrag stimuleert. De JOGG-aanpak (Gezonde Jeugd, Gezonde Toekomst) is een landelijk programma dat zich richt op een leefstijltransitie: van ongezond naar gezond leven. De focus ligt op omgevingen waar kinderen en jongeren veel komen: buurt, school, sport, vrije tijd, werk en (online) media. Drie thema's staan centraal: voldoende bewegen, gezonde voeding en ontspanning.

Breda is sinds 2011 een JOGG-gemeente en vierde eind 2023 haar 12,5-jarig jubileum ([JOGG-Breda JOGG-Breda 12,5 jaar!](#)), een mooie mijlpaal! Er is al veel bereikt. Zo is er de afgelopen jaren een groot JOGG-werknet opgebouwd dat bestaat uit kinderopvang/BSO's, scholen, sportclubs, zorgprofessionals, kennisinstellingen, bedrijven maatschappelijke organisaties en bewoners. Samen hebben we mooie projecten gerealiseerd, zoals het moestuinproject (winnaar Gouden Wortel), de Peutervierdaagse en de actie Trommel zonder Rommel. Ook is er ingezet op een gezonde fysieke leefomgeving door het plaatsen van watertappunten, het rookvrij maken van alle Bredase speeltuinen en het aanleggen van groene schoolpleinen en voedselbosjes. Samen met Teamfit en Breda Actief is gewerkt aan de gezonde omgeving bij sportverenigingen en zijn er binnen de school- en kinderopvangomgeving effectieve interventies geïmplementeerd, zoals de Gezonde School-aanpak en Lekker Fit in de kinderopvang. Maar denk ook aan projecten als Smaaklessen op scholen, het stimuleren van een gezondere avondvierdaagse en evenementen/dagactiviteiten waar kinderen aan kunnen deelnemen. Ook is er samengewerkt met NAC Maatschappelijk, stichting La Femme Vitaal, de consultatiebureaus en de kinderopvang om gezonde voeding en waterdrinken te stimuleren bij zowel kinderen als ouders. Voorbeelden hiervan zijn de Groentehapjes in 10 stapjes, het introduceren van de praatplaten Gezonde Leefstijl en het van Grond tot Mond project. Ook smoothiefietsen en een zogenaamde waterbakfiets worden regelmatig door maatschappelijke partners ingezet. In samenwerking met het CJG hebben we aandacht voor het thema mediawijsheid.

## 2. Achtergrond

Onze leefomgeving is de afgelopen decennia aanzienlijk veranderd. Om ons heen worden we voortdurend verleid tot ongezonde voeding en bewegen we over het algemeen minder. Kinderen en jongeren ervaren vaker stress, slapen onvoldoende en gebruiken smartphones en tablets intensief. Voor kinderen, jongeren en hun ouders/verzorgers is het in deze omgeving moeilijk om gezonde keuzes te maken. Bovendien maken sociaaleconomische factoren in het gezin zoals armoede, werkloosheid of scheiding het lastiger een gezonde leefstijl te hanteren. Een ongezonde leefstijl kan welvaartsziekten tot gevolg hebben, zoals hart- en vaatziekten, obesitas en diabetes type 2. In groepen met een lage sociaaleconomische status is er meer kans op welvaartsziekten.

Volgens de Volksgezondheid Toekomst Verkenning (RIVM, 2024) heeft in 2050 64% van de Nederlanders overgewicht, met de grootste toename bij 18- tot 44-jarigen. Jongeren krijgen op steeds jongere leeftijd overgewicht en nemen dat mee in hun verdere leven. Ook stelt de VTV dat jongeren minder zijn gaan bewegen en sporten. Tegelijkertijd is er bij jongeren sprake van toenemende schermtijd. Deze toename en het gebruik van sociale media hebben ook weer invloed op hun beweeggedrag en voedingspatroon. Zo worden zij vaak en langdurig blootgesteld aan reclame voor ongezonde voedingsproducten. Ook de cijfers rondom roken laten een zorgelijke trend zien. Uit de jongerenmonitor tabaks- en nicotineproducten van het Trimbos (2023) blijkt 18,1% van de jongeren (12 t/m 25 jaar) maandelijks rookte in 2023 en dat 10,3% van de jongeren maandelijks een e-sigaret gebruikte.

Uit onderzoek blijkt dat vooral de kwetsbaarste groepen in de samenleving vaker gezondheidsproblemen hebben (waaronder overgewicht) en een minder lange (gezonde) levensverwachting (ZonMw). Mensen met een lager opleidingsniveau leven gemiddeld ruim 4 jaar korter en krijgen ruim 14 jaar eerder te maken met een slechtere gezondheid dan mensen met een hbo- of universitaire opleiding (Pharos). Deze gezondheidsverschillen zijn vooral terug te vinden in de Verbeter Breda Wijken.

Gezondheid en preventie krijgen een steeds hogere prioriteit. Voorkomen is beter dan genezen. Een goede gezonde basis leggen voor kinderen en jongeren is dus van belang. Jongeren die opgroeien in een gezonde omgeving met een gezonde leefstijl worden fysiek, psychisch en sociaal beter toegerust op de toekomst. Inzetten op een maatschappij met het uitgangspunt 'gezond leven' is van belang. Een samenleving die niet alleen de verantwoordelijkheid legt bij het individu, maar collectief een gezonde manier van leven mogelijk en gemakkelijk maakt.

### **3. Raakvlakken andere beleidsterreinen en programma's**

De gezondheidsvisie Breda 2024-2040 is de basis van het gezondheidsbeleid in Breda. De gezondheidsvisie heeft drie thema's die overeenkomen met die van JOGG: voeding, beweging en ontspanning. De ambitie is dat "In 2040 iedereen in Breda de juiste handvatten heeft om zelf voor een gezonde leefstijl te zorgen".

Daarnaast heeft JOGG raakvlakken met verschillende beleidsterreinen en programma's. Een aantal voorbeelden:

- Verbeter Breda: bevorderen van gelijke kansen
- Breda Stad in het park: vergroening
- Team Breda: visie op sport en bewegen
- Wijkplan Tuinzigt
- Gemeentelijk plan Spelen: inclusieve en veilige speelplekken



DIT TERREIN IS



**ROOKVRIJ**

OP WEG NAAR EEN

**ROOKVRIJE  
GENERATIE**



INOS GAAT ERVOOR  
DOET U MEE?

Deze school is aangesloten bij het netwerk  
GEZONDE SCHOOL

INOS  
Innovatie en Nieuw Onderwijs



## **4. Plan van aanpak JOGG Breda 2026-2029**

De aanpak van JOGG Breda sluit aan op de landelijke strategie van JOGG en zet zich in om de fysieke en sociale leefomgeving van kinderen en jongeren gezonder te maken. JOGG Breda wil dat alle kinderen en jongeren kunnen opgroeien in een omgeving die uitnodigt tot bewegen en aandacht heeft voor ontspanning en gezonde voeding en water drinken. Deze thema's staan centraal in alle omgevingen waar kinderen en jongeren veel komen. Ze vormen de leidraad voor het inzetten van concrete programma's en tools die een lokale leefstijltransitie mogelijk maken. Samen maken we in Breda gezond gewoon.

### **4.1. Extra focus op wijkgericht werken**

Naast stadsbrede inzet richt JOGG Breda zich de komende jaren extra op een wijkgerichte aanpak om gezondheidsverschillen te verkleinen. Om te beginnen is gekozen voor de wijk Tuinzigt, een Verbeter Breda-wijk met relatief hoge kwetsbaarheid, minder groen en een hoog percentage rokers. Overgewichtcijfers onder kinderen zijn hier zorgelijk: bij 5-jarigen tot 12% en bij 10/11-jarigen tot 21% in omliggende wijken (GGD). Zie bijlage voor aanvullende cijfers.

De keuze voor Tuinzigt is gebaseerd op:

- Overgewichtcijfers en gezondheidsachterstanden.
- Kansen op samenwerking met bestaande programma's, zoals het Wijkplan Tuinzigt.
- Een kleine wijk met de mogelijkheid om te experimenteren met een wijkgerichte aanpak.

### **4.2. Proces**

In 2026 starten we met een wijkverkenning in Tuinzigt. Er wordt uitgezocht wat er speelt op het gebied van gezondheid en welke partners en initiatieven er al zijn in de wijk. We gaan het wiel niet opnieuw uitvinden, maar zo veel en zo goed mogelijk gebruik maken van eerdere onderzoeken en verschenen data en informatie over de wijk. Vervolgens stellen we een

uitvoeringsplan op. In de jaren 2026-2029 geven we gezamenlijk (met partners, professionals en betrokkenen) uitvoering aan dit plan, waarbij we werken vanuit draagvlak en daarbij zetten we zo veel als mogelijk in op effectieve interventies.

Hieronder geven we per omgeving aan waar we naar streven, welke programma's leidend zijn, welke stakeholders betrokken zijn en welke acties we willen uitzetten. Het betreffen activiteiten en projecten die we momenteel stedelijk oppakken, maar wijkgericht kunnen inzetten.

#### **4.3. Financiën**

De JOGG-aanpak wordt gefinancierd vanuit zowel lokale gezondheidsmiddelen als middelen uit het GALA en AZWA. Bij het jaarlijkse uitvoeringsplan zal een begroting toegevoegd worden.



## 5. Overzicht activiteiten JOGG per omgeving

Onderstaande activiteiten zijn veelal stadsbreed, maar kunnen wijkgericht op maat gemaakt worden.

### 5.1. School en kinderopvang

*JOGG droomt ervan dat het de normaalste zaak van de wereld is dat een dag op school of op de kinderopvang een direct positief effect heeft op de gezondheid van kinderen en jongeren. Daarbij leren én ervaren kinderen wat een gezonde leefstijl inhoudt. Er is aandacht voor beweging en gezond eten en water drinken is de norm.*

Leidende programma's voor de JOGG-aanpak:

- Gezonde School-aanpak
- Gezonde Kinderopvang

Andere relevante programma's:

- Regeling Combinatiefunctionaris Sport & Bewegen
- Regeling Groene Schoolpleinen
- Rookvrije Generatie
- Jong Leren Eten

Belangrijkste stakeholders:

- Scholen (PO, SBO, VO, MBO)
- Kinderopvang & BSO
- Gezonde School-Adviseur
- Jong Leren Eten makelaar
- NME Coördinator
- Jeugdverpleegkundige GGD West-Brabant
- VVE
- CJG
- Breda Actief
- Welzijns- jongerenwerk

Beoogde projecten en activiteiten:

| <b>Wat?</b>                                                                                                                                                                                                                              | <b>Wie?</b>                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| Werving en advisering Gezonde School-aanpak                                                                                                                                                                                              | Gezonde School-Adviseur                                                               |
| Onderzoek naar behoefte (training) Gezonde Kinderopvang                                                                                                                                                                                  | JOGG-regisseur & Projectleider Gezonde Kinderopvang                                   |
| Stimuleringsregelingen onder de aandacht brengen, zoals: Lekker naar Buiten (JLE), EU-schoolfruit, Gezonde School, Gezonde Smikkelweken, Groene Schoolpleinen etc.                                                                       | JOGG-regisseur & Jong Leren Eten makelaar & Gezonde School-Adviseur & NME coördinator |
| Gezond traktatiebeleid onder de aandacht brengen, bijvoorbeeld met 'Wie jarig is viert feest'                                                                                                                                            | JOGG-regisseur & Gezonde School-Adviseur & Projectleider Gezonde Kinderopvang         |
| Gezond voedingsbeleid op school stimuleren                                                                                                                                                                                               | JOGG-regisseur & Gezonde School-Adviseur                                              |
| Peutervierdaagse                                                                                                                                                                                                                         | JOGG-regisseur                                                                        |
| Onder de aandacht brengen en voortzetten moestuinprogramma met moestuincoaches                                                                                                                                                           | JOGG-regisseur & NME coördinator                                                      |
| Aandacht voor verzorgen van (gezond) schoolontbijt voor kinderen van ouders die geen ontbijt kunnen betalen                                                                                                                              | Verbeter Breda i.s.m. Stichting JOBI                                                  |
| Aandacht voor themaweken en -dagen zoals, Week van de Gezonde Jeugd, Week van de Mediawijsheid, Media Ukkiedagen, Nationaal Schoolontbijt, Burgemeestersontbijt Nationale Kraanwaterdag, Week van ons eten en de Week van de schooltuin. | JOGG-regisseur i.s.m. lokale partners                                                 |
| Verkennen aanpak Gezonde Basisschool van de Toekomst (GBT)                                                                                                                                                                               | JOGG-regisseur & Gezonde School-Adviseur                                              |

## 5.2. Buurt

*JOGG droomt van een buurt waarin elk kind in de omgeving van zijn of haar huis lekker buiten kan spelen. Er zijn brede stoepen, genoeg speelplekken en veel speelmateriaal zodat de buurt zorgeloos en veilig ontdekt kan worden. Een omgeving waarin het aanbod structureel gezonder is en waar de gezondste keus de makkelijkste is. Daarvoor stimuleren we in de omgeving Buurt: spelen en bewegen, gezonde voedingskeuzes en water drinken.*

### Leidende programma's voor de JOGG-aanpak:

- JOGG Teamfit
- Gezonde Buurten

### Andere relevante programma's:

- Verbeter Breda
- Stad in het park
- Wijkplan Tuinzigt
- Gezonde Buurten
- Jong Leren Eten
- Rookvrije Generatie

### Belangrijkste stakeholders:

- JOGG Teamfit coach
- GGD West-Brabant
- Fysiek en sociaal wijkbeheerders
- Buurthuizen
- Speeltuinen en kinderboerderij beheerders
- Welzijns- jongerenwerk

Beoogde projecten en activiteiten:

| Wat?                                                                        | Wie?                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| Rookvrije zorg- en speellocaties                                            | JOGG-regisseur & Adviseur preventie & gezondheid GGD, gemeente Breda   |
| Inzetten op een beweegvriendelijke omgeving                                 | JOGG-beleidsadviseur, JOGG-regisseur, Wijkzaken, beleidsadviseur sport |
| Inzet op gezonde (eet)omgeving bij buurthuizen en dag-activiteitenlocaties. | JOGG-regisseur & JOGG Teamfit coach & sociaal wijkbeheerder            |
| Gezonde wijkactiviteiten stimuleren, faciliteren en borgen waar mogelijk    | JOGG-regisseur ism lokale partners                                     |
| Behoeftepeiling extra watertappunten                                        | JOGG-regisseur                                                         |
| Impuls verspreiding speeltuinplattegronden                                  | JOGG-regisseur                                                         |
| Gezonde(re) avondvierdaagse                                                 | JOGG-regisseur                                                         |
| Nationale Buitenspeeldag, Nationale Kraanwaterdag                           | JOGG-regisseur                                                         |

### 5.3. Sport en vrije tijd

*JOGG droomt van een maatschappij waarin ieder kind gezond kan opgroeien. Daarin is het belangrijk dat kinderen en ouders gezonde keuzes kunnen maken. Van een sportvereniging tot een dagje uit, de gezonde keuze is de makkelijkste keuze. We richten ons hierbij op de sportomgeving en op attractieparken, dierentuinen, musea, binnenspeeltuinen en horeca.*

Leidende programma's voor de JOGG-aanpak:

- JOGG Teamfit
- Gezonde Buurten

Andere relevante programma's:

- Sport & Cultuur intro
- Jeugdfonds Sport & Cultuur
- Bredaas Leefstijlakkoord
- Waardenetwerk Gezond & Actief leven

Belangrijkste stakeholders:

- JOGG Teamfit coach
- Breda Actief
- MOOIWERK
- NAC Maatschappelijk
- Jeugdfonds Sport & Cultuur
- Sportverenigingen
- Welzijns- jongerenwerk
- Economie

Beoogde projecten en activiteiten:

| <b>Wat?</b>                                                                                    | <b>Wie?</b>                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Werving en advisering sportverenigingen en andere vrijetijdslocaties volgens werkwijze Teamfit | JOGG Teamfit coach & JOGG regisseur & verenigingsadviseurs Breda Actief & wijkzaken & economie |
| Stimuleringsregeling watertappunt op sportclubs                                                | JOGG-regisseur & JOGG Teamfit coach & sportverenigingen                                        |
| PeuterfitFestival                                                                              | JOGG-regisseur & Breda Actief & lokaal maatschappelijke partners                               |

|                                                                                                                                  |                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| Inzet waterbakfiets NAC                                                                                                          | JOGG-regisseur & Breda Actief & lokaal maatschappelijke partners |
| Aandacht voor gezondheid tijdens dagactiviteiten in de vakantie; zoals Brakkenfestival, Buurtcamping Hoge Vucht, Koningsdag etc. | JOGG-regisseur & initiatiefnemers activiteiten                   |

#### 5.4. Thuis

*JOGG droomt van een thuis (bij je gezin, familie en vriendjes) waarbij kinderen de allerbeste start krijgen. In ieder thuis is gezond eten en drinken vanzelfsprekend. Binnen- en buitenspelen of bewegen zijn de normaalste zaak van de wereld. Zodat je 's avonds lekker naar bed gaat en 's ochtends uitgerust wakker wordt.*

##### Leidend programma voor de JOGG-aanpak:

- Ketenaanpak Kind naar Gezonder Gewicht

##### Andere relevante programma's:

- Verbeter Breda
- Kansrijke Start

##### Belangrijkste stakeholders:

- Jeugdprofessionals GGD 4+
- Jeugdverpleegkundige consultatiebureau GGD 0-4
- Centrale Zorgverlener
- CJG
- Huisartsen
- Welzijns- jongerenwerk

Beoogde projecten en activiteiten:

| Wat?                                                        | Wie?                                                                           |
|-------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| Opstarten en borgen interventie Groentehapjes in 10 stapjes | JOGG-regisseur & Consultatiebureaus GGD 0-4                                    |
| Borgen in werkprocessen: Praatplaten en brochures           | JOGG-regisseur & Adviseur Preventie en Gezondheid & Consultatiebureaus GGD 0-4 |
| Evalueren en borgen pilot Welkomsttrommel basisschool       | JOGG-regisseur & JOGG-beleidsadviseur                                          |

## 5.5. Media

*JOGG droomt van een mediaomgeving waarin het vanzelfsprekend is dat sociale media, streamingdiensten en games structureel bijdragen aan een gezonde leefstijl. Een mediaomgeving waarmee gezond gedrag gestimuleerd wordt. Maar ook van een omgeving waarin kinderen én hun ouders bewust zijn van de invloed van media op kinderen en samen het gesprek aangaan over verantwoord mediagebruik. Een mediaomgeving die het beste voor heeft voor het kind.*

Leidende programma's voor de JOGG-aanpak:

- Gezonde School-aanpak
- Gezonde Kinderopvang

Belangrijkste stakeholders:

- GGD West-Brabant
- Gezonde School-Adviseur
- Communicatieafdeling Gemeente Breda
- CJG (nationaal mediacoaches)
- Nieuwe Veste

Beoogde projecten en activiteiten:

| <b>Wat?</b>                                                                                                             | <b>Wie?</b>                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| Aandacht voor landelijke themaweken/ -dagen zoals Media Ukkiedagen, Week van de mediawijsheid, Nationale Buitenspeeldag | JOGG-regisseur                             |
| Aandacht voor kennis en expertise van professionals over veilig en slim gebruik van (digitale) media.                   | JOGG-regisseur & CJG & werknet             |
| Inzet van rolmodel                                                                                                      | JOGG-regisseur & CJG & NAC Maatschappelijk |

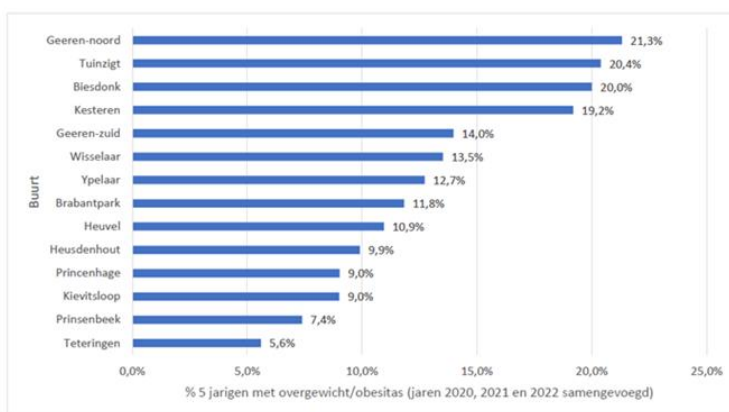


## 6. Bijlage

### 6.1. Cijfers Tuinzigt

De overgewichtscijfers in Breda tonen aan dat bepaalde wijken extra aandacht nodig hebben. In 2022/2023 is het percentage 5-jarigen met overgewicht (incl. obesitas) het hoogst in Breda-Noord (12%), gevolgd door Noordwest en Centrum (beiden 9%). In heel Breda heeft gemiddeld 8% van de 5-jarigen overgewicht. Onder de 10-/11-jarigen zien we eveneens dat het aandeel kinderen met overgewicht het hoogste is in Breda-Noord (21%), gevolgd door Breda Noord-West en Breda West (beiden 17%).

Op basis van data van 2020, 2021 en 2022 zijn de cijfers ook op buurtniveau bekeken. Deze aantallen zijn deels te klein om te publiceren, vandaar dat die niet zijn opgenomen in het gemeenteprofiel overgewicht 2023. Echter geven ze wel een globaal beeld van het overgewicht per wijk. Voor de 5-jarigen zien we dat van de vier buurten met de hoogste percentages overgewicht twee buurten in Hoge Vucht (Geeren-Noord en Biesdonk) liggen. De andere buurten betreffen Tuinzigt en Kesteren (zie onderstaande grafiek).



Let op: bovenstaande figuur bevat niet alle Breda buurten.

De figuur bevat uitsluitend die buurten met minimaal 10 5-jarigen met overgewicht of obesitas (jaren 2020, 2021, en 2022 samengevoegd)

In Tuinzigt valt daarnaast het hoge aantal rokers op (26% versus 17,8% gemiddeld in Breda), evenals het lage groen- en wateraanbod. Verder blijkt uit de Brabantscan 2023 dat 31% van de jongeren in Breda wel eens vaped, waarvan 10% minimaal één keer per week.

