

# Gezonde en Actieve Leefstijl in het basisonderwijs



gezonde jeugd  
gezonde toekomst

*Is een samenwerkingsverband van:*



Bewegingsonderwijs Lelystad  
onderdeel van Stichting SchOOL



# 2<sup>e</sup> Update december 2019

## Jongeren Op Gezond Gewicht

Lelystad is één van de 143 gemeenten die werkt met de aanpak Jongeren Op Gezond Gewicht. Maatschappelijke partners werken samen aan een gezonde omgeving voor de jeugd in Lelystad: thuis, op de kinderopvang, op school, in de wijk, bij de sportvereniging, etc. Dagelijks bewegen, gezond eten en drinken wordt de norm.

## JOGG focusgebied

De focus ligt op de wijken Jol/Punter/Galjoen en Kempenaar/Kogge/Gondel/Schouw.

De doelgroep zijn de 4 tot en met 12 jarigen en hun ouders/verzorgers.

We sluiten aan bij bestaande energie en kijken hoe we dit vanuit een gecoördineerde aanpak verder kunnen ondersteunen en versterken.



## Scholenaanpak

Vakgroep Bewegingsonderwijs, Sportbedrijf Lelystad, Gezonde Wijkaanpak en GGD Flevoland hebben binnen de Scholenaanpak de krachten gebundeld. De Scholenaanpak laat zich kenmerken door:

- We sluiten aan bij die scholen die aan de slag willen met het stimuleren van een gezonde en actieve leefstijl bij leerlingen.
- De Gezonde school adviseur en de Leefstijlwijkcoach kijken met de school naar bestaande energie en initiatieven. Dit vormt het vertrekpunt voor verdere verbreding en versterking.
- De methode die bij voorkeur wordt ingezet is de aanpak Gezonde School.
- Onderzoek Bewegen en Voeding: is een combinatie van het onderzoek Bewegen van St. SchOOL en Sportbedrijf en een aantal leefstijlvragen vanuit de GGD.
- Een goede werkbare structuur binnen de school waarbij naast een duidelijk aanspreekpunt binnen de school ook aandacht is voor betrokkenheid van ouders en leerlingen (gedeeld eigenaarschap).
- De menukaart Gezonde en Actieve Leefstijl in het basisonderwijs biedt een basis voor een jaarlijkse activiteitenkalender op school.

## Menukaart Gezonde en Actieve Leefstijl in het Basisonderwijs

Beschikbaar aanbod op het gebied van Voeding & Gezonde Keuzes en Sport & Bewegen is gebundeld in de menukaart 'Gezonde en Actieve Leefstijl in het basisonderwijs'. Op de menukaart zijn zowel bestaande als nieuwe activiteiten te vinden, zowel van lokale aanbieders uit Lelystad als van regionale/landelijke organisaties. Het is een dynamisch document, wordt jaarlijks herzien en pretendeert niet volledig te zijn. De menukaart is als bijlage mee gestuurd.

Alle scholen in Lelystad kunnen gebruik maken van deze menukaart. Met het verschil dat de scholen in de JOGG-wijk in het schooljaar 2019-2020 een werkbudget van €500,- te besteden hebben.

## Wat gebeurt er zoal in en met het onderwijs?

### Brasserie 2050

Kinderen van de Albatros en de Finnjol hebben afgelopen mei op de akkers van de Lelystadse Boer kennis gemaakt met en nagedacht over de herkomst en toekomst van 'duurzaam' voedsel.



### Oogstevenement

Begin september mochten kinderen van Finnjol, Lepelaar, Albatros, Mozaïek, Grundel, Vuurtoren, Poolster, Brink, Driestromenland en de Kring op de akkers van de Lelystadse Boer een aantal gewassen oogsten. Het was een hele ervaring om met eigen handen de uien en aardappelen uit de grond te mogen halen.



### Startbijeenkomst JOGG-scholen

Begin september zijn de scholen uit de JOGG-wijk geïnformeerd over JOGG, de gezonde schoolaanpak en Lelystad Kenniscentrum Talent. Twee leerkrachten van de Albatros hielden een inspirerend betoog over de wijze waarop zij een gezonde en actieve leefstijl op hun school implementeren. Beide leerkrachten volgen aan Hogeschool Windesheim de Post-hbo opleiding 'Specialist Sportieve en Gezonde School'.

GO! Kinderopvang vertelde over het voedingsbeleid dat recentelijk is ontwikkeld en de wens en kansen en mogelijkheden om dit door te trekken naar het basisonderwijs. De wens is om een doorgaande lijn te creëren vanuit de Kinderopvang naar het basisonderwijs.



### Eén op één gesprekken

De afgelopen maanden hebben de Gezonde School adviseur van de GGD en de leefstijlcoach van de Gezonde Wijkaanpak de geïnteresseerde scholen een bezoek gebracht. Per school is gekeken naar ambities, energie, ondersteuningsbehoefte en welke activiteiten van de menukaart passend zijn. De trend is dat veel scholen enthousiast zijn om het drinken van water op school actief te stimuleren.

### Nationaal Schoolontbijt

De Albatros kreeg 8 november tijdens hun nationaal schoolontbijt uit handen van wethouder Elly van Wageningen het Drankenbord overhandigd. De Albatros heeft de campagne Drink Water in voorbereiding. Het Drankenbord helpt bij bewustwording van kinderen hoeveel suiker er in pakjes drinken zit. Er is ook een toolkit Drankenbord beschikbaar met een handleiding voor de leerkracht en diverse werkbladen voor de kinderen.



### Drink Water

Een aantal scholen zijn/gaan actief aan de slag om water drinken onder schooltijd te stimuleren. Ook een aantal scholen buiten de JOGG-wijk, zoals De Wingerd en de Optimist. Scholen met een goed onderbouwd meerstapplan kunnen aanspraak maken op gratis bidons. Voor meer info over het overstappen op drink water: <http://overopdrinkwater.nl>. Echter is het aantal beschikbare bidons voor Lelystad beperkt en hebben scholen gelegen in de JOGG-wijk voorrang. Scholen die hier gebruik van willen maken worden verzocht zich eerst te melden bij Gezonde School adviseur Lisa Koedijk: [l.koedijk@ggdflevoland.nl](mailto:l.koedijk@ggdflevoland.nl).

### Lelystad Kenniscentrum Talent (LKT)

Het Lelystad Kenniscentrum Talent is na de herfstvakantie gestart in de JOGG-wijk. In eerste instantie kunnen de kinderen van de VVE-scholen in de wijk (Lepelaar, Finnjol en Albatros) gebruik maken van het gratis naschools beweegaanbod. Kinderen ontvangen ook een gratis LKT shirt. LKT wordt aangeboden door de vakleerkrachten bewegingsonderwijs of een medewerker Sport en Bewegen van Sportbedrijf Lelystad.

### **Wat gebeurt er nog meer?**

Een Gezonde Omgeving gaat breder dan alleen de schoolomgeving.

- De leefstijlwijkcoaches gaan binnen de Gezonde Wijkaanpak met bewoners aan de slag om ze te activeren, steunen en leiden naar gezonde(re) leefstijl. De vraag en behoefte van de inwoner staat hierbij centraal. Meer info: <https://gezonde-wijkaanpak.nl/>
- Sportbedrijf Lelystad stimuleert en ondersteunt sportverenigingen bij het aanbieden van gezondere keuzes in de sportkantine. Atletiekvereniging Spirit, watersportvereniging Bovenwater, korfbalvereniging Exakwa, hockeyvereniging MHC Lelystad en voetbalvereniging Unicum zijn de eerste verenigingen die zich inzetten om een van de vignetten van De Gezonde Sportkantine te behalen. Meer info: <https://teamfit.nl/>  
Ook restaurant de Inloper in de Koploper maakt werk van gezonde(re) keuzes en werkt zoveel mogelijk volgens de Richtlijnen Gezondere Kantines.
- In het kader van Publiek Private Samenwerking wordt de samenwerking gezocht met private partijen. Zij kunnen ook hun steentje bijdragen aan het creëren van een gezonde omgeving.
- Alleen informeren over een gezonde leefstijl is niet meer van deze tijd. Kinderen, jongeren en hun ouders/verzorgers worden niet langer als doelgroep gezien, maar als volwaardig partner om een gezonde omgeving te creëren. Door vanaf het begin samen op te trekken wordt toegewerkt naar gedeeld eigenaarschap. Om dit gedachtengoed onder de aandacht te brengen zijn professionals die met kinderen en hun ouders/verzorgers samenwerken aan een gezonde leefstijl uitgenodigd voor de Training Gedeeld Eigenaarschap op 19 december.