

B.Slim beweeg meer, eet gezond 2010-2014

Samenvatting projectplan

In Amersfoort loopt sinds 2005 het project 'B.Slim: beweeg meer, eet gezond' met als doel een daling van het overgewicht bij de jeugd in prioriteitswijken. Met de subsidiëring vanuit het ZonMw-programma Gezonde Slagkracht zullen flinke stappen gezet worden. Bestaande interventies krijgen een stevige impuls en het gezondheidsbeleid in de gemeente wordt verder verbreed naar 12-19 jarigen en zwangere vrouwen. De B.Slim boodschap is: beweeg meer en eet gezond:

1. Ontbijt elke dag: het is de belangrijkste maaltijd van de dag
2. Fris water uit de kraan, laat zoete dranken staan
3. Beweeg elke dag: lekker buiten spelen en sporten
4. TV en PC? Zeg wat vaker nee!
5. De eerste 6 maanden borstvoeding heeft de voorkeur

Diverse organisaties hebben hun krachten gebundeld: Amersfoortse Diëtisten Associatie, Meander Medisch Centrum, Huisartsenvereniging Eemland, FrieslandCampina en ZilverenKruis Achmea. Er wordt actief samengewerkt met basisscholen, peuterspeelzalen, moskeeën, opbouwwerkers, ROC-taaldocenten en buurthuis kamers. De projectleiding van B.Slim is in handen van de gemeente en GGD.

Resultaten

Vanuit Gezonde Slagkracht zijn in Amersfoort veel activiteiten uitgevoerd. Door de samenwerking tussen verschillende publieke en private partijen is B.Slim goed ingebed in de wijken en is er een stevig netwerk ontstaan. Het werken met rolmodellen, ontbijtfeestjes op (peuter)scholen, supermarktrondleidingen en kinderkookgroepen heeft bijgedragen bewustwording. Er zijn in de omgeving wandelroutes en buurtmoestuinen aangelegd en er zijn verschillende sport- en spelactiviteiten georganiseerd. De betrokkenheid van de jeugdgezondheidszorg draagt bij aan een sluitende ketenaanpak op het gebied van signaleren en ondersteunen.

Publicaties en producten

- Stappenplan (met aanbevelingen, randvoorwaarden, enz.) voor andere gemeenten om te gaan werken met de interventie B.Slim.
- [Jaarverslagen B.Slim](#)
- Een aantal evaluatie factsheets (komen op de website van B.Slim)
- [Zes B.Slim films](#)
- Wandelroutes
- [B.Slim website](#)
- [B.Slim facebook](#)

Interventies

(Door)ontwikkelde interventies:

- [B.Slim](#), erkend door CGL als goed onderbouwd

Doelen bereikt

Het project had als doelstelling dat het percentage kinderen van 0-19 jaar met overgewicht afneemt in de B.Slim wijken van Amersfoort met 5% in de periode 2010-2014. De cijfers laten een daling zien van gemiddeld 3%. Daarmee is de gemeente op de goede weg, maar voor het verder terugdringen van overgewicht onder kinderen is een lange adem nodig.

Juni 2015

Gezonde Slagkracht

Het programma Gezonde Slagkracht stimuleert een lokaal, integraal gezondheidsbeleid, met het voorkomen en beperken van overgewicht, alcohol, roken en drugs. Gezonde Slagkracht ondersteunt gemeenten om hun gezondheidsbeleid (verder) te ontwikkelen. Kennisdeling is daarbij belangrijk!

ZonMw stimuleert
gezondheidsonderzoek en
zorginnovatie

Laan van Nieuw Oost-Indië 334
2593 CE Den Haag
Postbus 93245
2509 AE Den Haag
Telefoon 070 349 51 11
Fax 070 349 51 00
info@zonmw.nl
www.zonmw.nl

Vooruitgang vraagt om onderzoek en ontwikkeling. ZonMw financiert gezondheidsonderzoek én stimuleert het gebruik van de ontwikkelde kennis – om daarmee de zorg en gezondheid te verbeteren.

ZonMw heeft als hoofdp opdrachtgevers het ministerie van VWS en NWO.

Borging en vervolg

In Amersfoort is B.Slim de komende drie jaar in de nota Volksgezondheid opgenomen en in de nieuwe sportnota. Uitbreiding naar andere woonwijken. De wethouders zorg, sport en jeugd zijn ambassadeur van B.Slim. Daarnaast is er een stappenplan geschreven dat gebruikt is in de gemeenten Baarn, Zeist en Soest.

Gezondheidsthema

Overgewicht

Tags

Borging, gezonde fysieke omgeving, gezond gedrag en gezondheidsvaardigheden, intersectorale samenwerking, jeugd, integraal gezondheidsbeleid

Projectgegevens

Titel: B.Slim beweeg meer, eet gezond 2010-2014

Uitvoering: Gemeente Amersfoort

Looptijd: 01-02-2010 tot 01-01-2015

Status: Afgerond

Contactgegevens:

Marloes Westerveld

Gemeente Amersfoort

m.westerveld@amersfoort.nl