

Doe ff Gezond in Dordrecht 2016

Doe ff Gezond richt zich op het bevorderen van een gezonde leefstijl bij kinderen van 0-12 jaar in Dordrecht West en daarmee het terugdringen van overgewicht. In samenwerking met vele partijen in de wijk wordt de omgeving gezonder gemaakt en de gezonde keuze weer de makkelijke keuze. Met ook in 2016 weer duurzaam resultaat.

4,1%



Het overgewicht bij kinderen van 6-12 jaar is gedaald van 34,4% in 2015 naar 30,3% in 2016*

Sinds de start van Doe ff Gezond in 2011 is het percentage overgewicht gedaald met **27%** (van 41,6% in 2011 naar 30,3% in 2016). Matig overgewicht van 27,4% naar 20,4% en ernstig overgewicht van 14,2% naar 9,9%.

* gebaseerd op jaarlijkse metingen in september bij ± 1700 leerlingen van de 12 Doe ff Gezond-basisscholen in Dordrecht West

- De instroom van **kinderen met overgewicht** in groep drie is op 8 van de 12 Doe ff Gezond-scholen **aanzienlijk lager**; de inzet bij de doelgroep 0-6 jaar lijkt zijn vruchten af te werpen.
- Een daling van overgewicht op 11 van de 12 scholen**; opmerkelijk is de stijging van overgewicht op school 12, waar dit jaar geen aandacht was voor Doe ff Gezond.
- Nieuw voedingsbeleid op basisschool Don Bosco, waaronder dagelijks fruit en water in de kleine pauze.
- De inhoud van de lunchtrommels wordt steeds gezonder.



- Alleen nog water en melk** op Wereldschool de Albatros.
- De John F Kennedyscholen zijn gestart met **Smaaklessen voor groep 1 t/m 8**, na een workshop van Doe ff Gezond.
- Leraren van de Prins Bernhard-school kozen **'Doe ff Gezond' als thema voor drie projectweken begin 2017** en werkten dat samen met Doe ff Gezond verder uit.
- Kinderopvangorganisaties bundelden hun krachten voor gezondere traktaties.
- Onze olympisch zwemster Madelon inspireerde kinderen tijdens **Olympic day**.
- Op basisschool de Fontein liepen ze de 'Daily **'Daily Mile'**.
- Na de fittesten werd volop gesnoept van mini-tomaatjes, komkommers en paprika's.
- Zintuigen zijn geprikkeld en gefopt tijdens een **Super Smaakfeest** dat groep 5b van de

Prinses Julianaschool had **gewonnen met hun lipdub**.

- We liepen massaal #100metervoordafne, een landelijke actie van Jongeren Op Gezond Gewicht.
- Na schoolsportwedstrijden krijgen kinderen voortaan water en fruit, in plaats van patat en limonade.
- Kinderdagverblijven gingen aan de slag voor het mooiste Smulbordje van groenten.



- Elke dag fruit eten **46% > 52%**.
- Elke dag groente eten **27% > 32%**.



Diëtist: "Het 'Rethink Your Drink'-bord waarop je ziet hoeveel suiker er in een drankje zit, is echt een eyeopener voor kinderen én ouders. Kinderen drinken steeds minder zoete drankjes en meer water."

Ouder: "Wij zijn blij met een helder voedingsbeleid op school. Er wordt thuis al genoeg strijd gevoerd".

Schooldirecteur: "In vergelijking met een aantal jaar geleden geven ouders gezondere pauzehappen mee; je ziet nu veel meer fruit en veel minder koekeken."

Peuterjuf: "We hebben besloten om met de peuters water te gaan drinken in plaats van limonade. De peuters wenden er snel aan en vinden het nu normaal."

**DOE
FF
GEZOND!**

Doe ff Gezond is de Dordtse vertaling van de landelijke Jogg-aanpak. Samenwerkingspartners: