

Wat is VET GEZOND?

De gemeente Ridderkerk is sinds oktober 2016 JOGG-gemeente. JOGG Ridderkerk heeft vanaf maart 2018 een eigen naam: VET GEZOND.

Samen met de gemeente en Facet Ridderkerk werken ouders en professionals, maar ook publieke en private partijen (scholen, kinderopvang, winkeliers, sportverenigingen en bedrijven) samen aan een gezonde jeugd in een gezonde omgeving. Doel is een gezonde jeugd en een gezonde toekomst!

VET GEZOND Ridderkerk richt zich op jeugd in de leeftijd van 0 tot 19 jaar, maar ook op de belangrijkste beïnvloeders van deze doelgroep zoals ouders, verzorgers en professionals.

RESULTATEN 2020

5 Private partners gaan zich verbinden aan **VET GEZOND**.

(i.v.m. corona is het tekenmoment niet door gegaan)



Bij evenementen zoals sportdagen is er aandacht voor het thema **Drinkwater**.



Op 4 van de 15 basisscholen hebben concrete acties plaats gevonden met betrekking tot een **gezonde leefstijl**.



1057

kinderen deden mee aan de activiteiten.



We ontwikkelden een **nieuw plan van aanpak** voor de komende 3 jaar.



We organiseerden **10 VET GEZOND** activiteiten en evenementen, onder andere in samenwerking met Facet Ridderkerk, Groene Pollepel, Crossfit, Skanders, Van Gelder, Fysiotherapie Ridderkerk, Voedingsadviesbureau de Winter.

Urenuitbreiding VET GEZOND

Sinds maart 2020 heeft Facet Ridderkerk er extra uren bij gekregen voor een VET GEZOND regisseur. Naast Steffanie Helmink is nu ook Gertjan Kroon VET GEZOND regisseur. Gertjan gaat zich onder andere bezig houden met het Fitcoins project, de gezondere werkvloer en is gekoppeld aan de wijken Bolnes, Drievliet en Slikkerveer. Steffanie Helmink blijft het eerste aanspreekpunt voor externen.

4 verenigingen/ sportaanbieders zijn gestart en/of bezig met de gezondere sportkantine.

Corona maatregelen

Door de coronamaatregelen konden helaas activiteiten niet doorgaan.

Activiteiten die niet door zijn gegaan:

- Smaaklessen groepen 5 van de basisschool.
- Gezondheidstour groepen 8 voor de basisscholen.
- Tekenmoment met 5 nieuwe private partners.
- Water drink campagne in het najaar voor basisonderwijs.
- Kick off gezonde school Farel college in het najaar.
- Samen gezonder project van Basisschool de Piramide, tweede helft van het schooljaar.

Scholenproject Samen gezonder

Op OBS de Piramide Centrum en Rijsoord heeft in schooljaar 2019/2020 het Samen gezonder project plaats gevonden.

In de groepen 2 en 7 wordt er extra begeleiding ingezet voor ouders met kinderen die overgewicht of obesitas hebben. In alle groepen worden er gezondere traktatie workshops en/of smaaklessen aangeboden. Helaas door de Coronamaatregelen moesten we halverwege stoppen. In mei 2021 wordt er gekeken hoe we in het nieuwe schooljaar het project weer kunnen oppakken.

Communicatie

VET GEZOND heeft een eigen website, Facebook en Instagram. Op Instagram zijn er **199 volgers** en op facebook **395 likes**.

- 🌐 ridderkerkvetgezond.nl
- 📷 [ridderkerkvetgezond](https://www.instagram.com/ridderkerkvetgezond)
- 📘 [ridderkerkvetgezond](https://www.facebook.com/ridderkerkvetgezond)

VET GEZOND brengt eens per kwartaal een nieuwsbrief uit voor alle **partners, scholen** en **belangstellenden**.

Water drink challenge

Op basisschool de Botter is een water drink challenge uitgevoerd.

Tijdens de water drink challenge zijn kinderen uitgedaagd om een week lang water en thee te drinken. **125 kinderen hebben het een week volgehouden en 78 ouders hebben hieraan meegedaan.**

Stuurgroep

Er hebben een aantal wisselingen plaats gevonden in de stuurgroep. De stuurgroep bestaat uit: wethouder Henk van Os, Ada van der Plaats van Gemeente Ridderkerk, Ineke Mientjes van Centrum Jeugd en Gezin, Leslie Hartman van Facet Ridderkerk, Steffanie Helmink en Gertjan Kroon als VET GEZOND regisseur en Annelies Hoogenes als VET GEZOND programmamanager.

Gezondere sportkantines

KICKS Ridderkerk heeft het bronzen certificaat mogen ontvangen van Teamfit. Er lopen gesprekken met Honk-/en softbalvereniging Rowdies, VV Rijsoord en Saturnus.

VV Rijsoord is zelf al aan de slag gegaan met de gezondere sportkantine. De Rowdies wacht de nieuwe locatie af om vervolgens voor het bronzen certificaat te gaan. Met Saturnus is een kennismakingsgesprek geweest. Onderwerpen als rookvrij sportpark en alcohol worden meegenomen in de gesprekken met Teamfit.

Activiteit

Maak een gezondere hamburger en maak een gezondere kapsalon

De zomervakantie van 2020 is voor kinderen uit Ridderkerk goed, maar ook gezond van start gegaan. In verschillende workshops leerden de kinderen dinsdag 21 juli 2020 een gezonder alternatief maken voor hamburgers én kapsalons. Ook actrice/danseres Ingrid Janssen van JOGG Nederland kwam naar Wijkcentrum West in Ridderkerk om kookworkshops aan de Ridderkerkse jeugd te geven. Initiatiefnemer VET GEZOND organiseerde samen met de Groene Pollepel deze activiteit in het kader van de 'Zomer van de Gezonde Jeugd'. Er was ook landelijke pers aanwezig: De Telegraaf en het AD regio Rotterdam.

Nieuw tekenmoment private partners

Als de coronamaatregelen het weer toelaten komt er een tekenmoment met de volgende partijen/organisaties:

- Albert Heijn Ridderhof
- Groene Pollepel
- Oasen
- Buurtlab/Ravottuh

Deze partners sluiten aan bij het rijtje van Albert Heijn Dillenburgplein, Boons supermarkt Ridderkerk, Upstairs Dance & Fit, De Koning Repro, Stichting Kicks, One of a Kind, Kinderdagverblijf de Bron en kinderopvang SKR.

Totaal hebben we na het tekenmoment 13 private partners en 6 publieke partners.

Waterkannen voor partners, basisscholen en sportaanbieders

Om onze partners en Ridderkerkse organisaties in het zonnetje te zetten en in het kader van de wereld Kraanwaterdag heeft Vet Gezond in september bij alle partners, basisscholen en sportaanbieders een waterkan, Ridderkerkse drinkwaterboekje en fruit langgebracht. VET GEZOND wil al haar partners bedanken voor het afgelopen jaar en een steuntje in de rug geven in deze Coronatijd. **Er zijn in totaal 45 waterkannen uitgedeeld.**

Fitcoins

September 2019 is er gestart met Fitcoins. Totaal zijn er op dit moment **315 deelnemers**. Helaas is er door Corona minder aanbod in de catalogus, vandaar dat we in april 2021 een herstart gaan maken.