

# 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 2019

**8 Nieuwe private partners** verbonden zich aan VET GEZOND.



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

**Op 5 van de 15 basisscholen** hebben concrete acties plaats gevonden met betrekking tot een **gezonde leefstijl**.



We ontwikkelden een **Ridderkerkse menukaart** voor ondernemers.

We gaven **9 smaaklessen** aan de groepen 5 op Ridderkerkse basisscholen.

Voor basisscholen en buitenschoolse opvang ontwikkelden we ook een speciale menukaart.

We organiseerden **16 VET GEZOND** activiteiten en evenementen, onder andere in samenwerking met Facet Ridderkerk, Skanders en Crossfit Ridderkerk.

**1889**

kinderen deden mee aan de activiteiten.

**3 verenigingen/ sportaanbieders** zijn gestart met de gezondere sportkantine.

## 8 Publieke partners

- Facet Ridderkerk
- Beweegmakelaar Ridderkerk
- Centrum voor Jeugd en Gezin Ridderkerk
- Farelcollege
- OBS de Reijer
- OBS de Piramide
- CBS de Klimop
- Honk-/en softbalvereniging Rowdies

## Lekker fit op school

Basisschool de Klimop Centrum heeft meegedaan met de fitte schoolmetamorfose. De school heeft ruim € 10.000,- opgehaald en is nu bezig met het ontwikkelen van het pakket binnen de school.

## TeensBFit

Vanuit het netwerk is er een samenwerking ontstaan tussen Voedingsadviesbureau de Winter, Fysiotherapie Ridderkerk en Praktijk Marleen. Zij hebben een leefstijlinterventie opgezet voor jongeren tussen de 12 tot 18 jaar. Iets om trots op te zijn! VET GEZOND heeft de organisaties geholpen om op te starten en ondersteunt nu waar nodig.

## 13 Private partners

- Albert Heijn Dillenburgerplein
- Boons supermarkt
- Upstairs Dance & Fit
- De Koning Repro
- Stichting Kicks
- One of a kind
- Kinderdagverblijf de Bron
- Kindervang SKR
- Fysiotherapie Ridderkerk
- Voedingsadviesbureau de Winter
- Skanders
- Van Gelder
- Crossfit

## Communicatie

VET GEZOND heeft een eigen website, Facebook en Instagram. Op Instagram zijn er **132 volgers** en op facebook **210 likes**.

- [vetgezond.com](http://vetgezond.com)
- [ridderkerkvetgezond](https://www.instagram.com/ridderkerkvetgezond)
- [ridderkerkvetgezond](https://www.facebook.com/ridderkerkvetgezond)

VET GEZOND brengt 1 keer per kwartaal een nieuwsbrief uit voor alle partners, scholen en belangstellenden.

## Fitcoins

September 2019 startte Ridderkerk met de app **Fitcoins!** Dit project heeft als doel volwassenen (18 jaar en ouder) te stimuleren een gezondere leefstijl aan te nemen. Er zijn tot nu toe 155 deelnemers.

## Gezondere sportkantine

Honk-/en softbalvereniging Rowdies, KICKS Ridderkerk en Skanders zijn aan de slag gegaan met de gezondere sportkantine. Vanuit TeamFit krijgen ze hierbij ondersteuning.

VV Rijsoord is zelf aan de slag gegaan met de gezondere sportkantine.

## Meer leden voor de stuurgroep

4 keer per jaar komt de stuurgroep bijeen. De stuurgroep bestaat uit wethouder Henk van Os, Oliver Lammerts (Beweegmakelaar Ridderkerk), Ineke Mientjes (Centrum Jeugd en Gezin), Frank van der Jagt (Facet Ridderkerk), Steffanie Helmink (VET GEZOND-regisseur), Annelies Hoogenes (VET GEZOND-programmamanager).

Nieuwe leden zijn Jantine Buis-Sommer (directrice van het Farelcollege) en Ada van der Plaat (gemeente ambtenaar Sociaal Domein).

## Daily Mile

De Reijer en De Piramide lopen twee keer per week de **Daily Mile!** VET GEZOND en Facet Ridderkerk hielpen bij de opstart en ondersteunen en begeleiden nog waar nodig is.

Basisscholen de Burcht, OBS de Bosweide en CBS de Fontein zijn op eigen initiatief bezig met de Daily Mile.

## Farelcollege

Farelcollege zet zich sinds maart 2019 in voor een gezonde school. Farelcollege heeft totaal 1453 leerlingen.

## VPZ project (verbinding preventie zorg)

Juni 2019 sloot OBS de Reijer de pilot binnen de pijler verbinding preventie en zorg (VPZ) af.

In september 2019 is het project gestart op OBS de Piramide (Rijsoord en Centrum).

Centrum voor Jeugd en Gezin Ridderkerk biedt in de groepen 2 en 7 extra begeleiding voor ouders met kinderen die overgewicht of obesitas hebben. VET Gezond biedt in alle groepen gezondere traktatie workshops en/of smaaklessen aan.

## Avondvierdaagse en de Healthy Sisters

De Avondvierdaagse, georganiseerd door de SER, was een succes dit jaar! Ook de bekende vloggers 'Healthy Sisters' liepen mee.



Je vindt de vlog waarin zij meeliepen als je de code scant! Ridderkerk is te zien vanaf minuut 9:26.