

# JAARVERSLAG

## B.SLIM BAARN 2020



ONTBIJT  
ELKE DAG



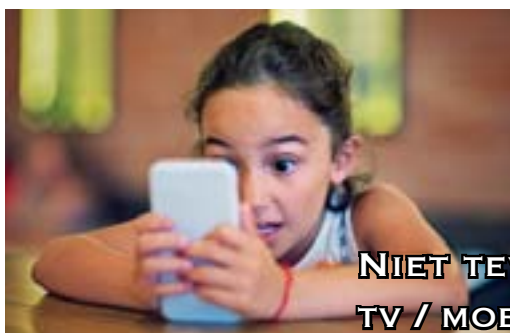
DRINK  
WATER



GEZONDE  
TUSSENDOORTJES



SPELEN EN  
SPORTEN



NIET TEVEEL  
TV / MOBIEL



EET GEZOND  
EN VERS

WERKGROEP B.SLIM BAARN

**GGD regio Utrecht**

De Dreef 5

Postbus 51

3700 AC Zeist

T 030-6086086

F 030-6086000

DECEMBER 2020







## EVALUATIE ACTIVITEITEN

### 1. PROCES-EVALUATIE PRIMAIRE PREVENTIEACTIVITEITEN

#### FIT 2.0-PROJECT OP BASISSCHOOL DE UITKIJK

Op 4 maart 2020 opende jeugdsportcoördinator en Fit-schoolcoach Irene samen met ropeskippingcoach Eric met veel enthousiasme het Fit 2.0-project met alle leerlingen, leraren en een groot aantal ouders op het schoolplein van De Uitkijk. In 2017 had de school al met grote inzet meegedaan aan het eerste Fit in 90 Dagen-project en de nieuwe schooldirecteur Daphne vond het erg zinvol om nu opnieuw aan een fitte leefstijl te werken met haar team en leerlingen. Helaas gooide het coronavirus roet in het eten en moest door de lockdown in Nederland het project al na twee weken worden stopgezet toen alles gesloten werd.



Gelukkig bleek het in september 2020 mogelijk om het Fit 2.0-project alsnog voort te zetten en zo konden alle geplande workshops en activiteiten uiteindelijk (soms in aangepaste vorm) toch plaatsvinden. De workshops waarmee de kinderen aan de slag zijn gegaan waren: Pleinsport, Ropeskipping, Energizers in de klas, Kleutergym, Apenkooien en de Suikerles. Alle workshops werden verzorgd door Fitcoaches Eric en Kelvin met uitzondering van de Suikerles die gegeven werd door Nynke en Sonja (vanuit B.Slim).



**Suikerlessen door Nynke en Sonja (GGDrU)**

Het Drankenbord 'Hoeveel suiker drink ik' is ontwikkeld om basisschoolkinderen op een speelse manier bewust te maken van hoeveel suiker in gezonde drankjes zit. Hoeveel minuten moet je bewegen om het drankje te verbranden? Dat kan je uitrekenen! Hoe bereken je de hoeveelheid suiker in een flesje? Wat is suiker eigenlijk? Waarom is teveel suiker niet gezond?



Als rode draad door het gehele project werd er wekelijks door elke groep met de eigen leerkracht 2 x 10 minuten rondes om de school gerend, de zogenaamde "Marathon"! Elke ronde was 200 meter en met elastiekjes werd bijgehouden hoeveel rondes elk kind aflegde. Daarnaast werden er wekelijks 2 Fit-opdrachten uit de Fitmap gedaan voor op schoolplein en/of in het eigen klaslokaal.



Natuurlijk werd het vanwege de coronapandemie een ander project dan anders aangezien er een grote breuk zat in de uitvoering en er bij de hervatting rekening moest worden gehouden met beperkende maatregelen. Maar desondanks werd er met veel enthousiasme en inzet aan de diverse workshops en Fitopdrachten meegedaan en gaf het project de gewenste "Fitte boost" in de school.

Op 30 september 2020 konden we dan ook in het bijzijn van Hugo Prakke, wethouder Onderwijs, het geheel positief afsluiten met opnieuw een enthousiast touwtje springende groep op het plein. Het "Erkende Fitte School" - bordje werd opnieuw feestelijk overhandigd aan directeur Daphne en hangt nu trots naast de ingang van de school. In totaal hebben dit keer een kleine 150 kinderen en 14 leerkrachten deelgenomen. De inzet is er zeker om als school actief bezig te blijven met aandacht voor een fitte leefstijl en gewoontes.





SURVIVALRUN – ZOMERSPORTWEEK (AUGUSTUS 2020)

Helaas was het in 2020 door de heersende coronamaatregelen niet mogelijk om de jaarlijkse Survivalrun voor kinderen van 5 t/m 12 jaar te organiseren. Deze stond gepland op donderdag 27 augustus en zou de 9e editie beleven. Aangezien hier altijd zo'n 100 kinderen aan meedoen waarbij 35-40 volwassenen betrokken zijn als begeleider op de onderdelen of op de groepjes was dat, tot teleurstelling van groot en klein, nu niet toegestaan.



Om voor de Baarnse jeugd toch een mooi sportevenement te kunnen bieden in de laatste zomervakantieweek hebben de jeugdsportcoördinatoren Rien en Irene samenwerking gezocht met de sportverenigingen waarna ze als alternatief de zeer geslaagde Zomersportweek hebben opgezet.

In de week van maandag 24 t/m vrijdag 28 augustus 2020 konden hierdoor dagelijks maximaal 60 kinderen van 6-14 jaar sportief in actie komen. Elke dag van 9.30 – 12.00 uur was er een wisselend



sportaanbod op de sportvelden/atletiekbaan van Sportpark Ter Eem aan De Geerenweg. Voor € 5,- per ochtend konden de kinderen in een vaste leeftijdsgroep meedoen aan drie verschillende sporten. Bij elk onderdeel kregen ze training van de vaste trainers van de Baarnse verenigingen.

De sporten die werden aangeboden tijdens deze Zomersportweek waren voetbal, handbal, judo, atletiek, dansen, cricket, turnen, schermen, kanjam/kin-ball, kickboksen en bubbelbal. Na de eerste twee sportrondes was er altijd een korte pauze waarin wat te drinken, fruit en een



koek werd aangeboden (verzorgd door de gemeente). Ook was er dan gelegenheid om onder begeleiding van Damclub Baarn Soest te dammen. De Zomersportweek werd, ondanks zeer wisselende weersomstandigheden, een groot succes waar zowel de verenigingen als de deelnemertjes van hebben genoten.



DIGITALE ZOMERVAKANTIEACTIVITEITEN EN KERSTVAKANTIEACTIVITEITEN

Tijdens de zomervakantie en de kerstvakantie heeft er in het totaal 10 maal wekelijks een pagina in de Baarnsche Ccourant gestaan met leuke doe-opdrachten voor kinderen en hun (groot)ouders. Daarnaast 3x per week leuke activiteiten op de pagina van Dat Voelt Goed Baarn. Deze activiteiten zijn ook via social media geplaatst. Deze zomer en winter hebben kinderen zich dus niet hoeven te vervelen! Een samenwerking vanuit Dat voelt goed! door De Groene Inval, Stopmijnafval.nl, Welzijn Baarn, GGD regio Utrecht en gemeente Baarn. Verzorgd door Krista Peeters Design.





## WINTERSPELEN 2020 (22 DECEMBER 2020)

De Winterspelen die gehouden zouden worden op dinsdag 22 december 2020 konden eveneens geen doorgang vinden vanwege de wereldwijde coronapandemie. Als alternatief heeft jeugdsportcoördinator Irene twee filmpjes opgenomen die via de sociale media verspreid worden. Hierin geeft ze uitleg over twee spelletjes die de kinderen gemakkelijk zelf thuis kunnen doen (sokken werpen in een pan vanuit zit op een slee en het hooghouden van een paar sokken op een tennisracket)



## SCHOOLFRUIT

Basisscholen De Uitkijk, Montini en Guido de Bres zijn ingeloot voor de Euschoolfruit subsidie. Elk jaar kunnen 3000 scholen in Nederland meedoen. Deze scholen ontvangen in de periode van november 2020 tot en met april 2021 gratis 3 stuks groente/fruit per leerling per week. Daarnaast maken scholen gebruik van het digitale educatieve aanbod over groente en fruit en van ondersteuning voor het opstellen van een schoolfruitbeleid.



## DAT VOELT GOED!

Alle partijen in Baarn die lesaanbod rondom duurzaamheid en gezondheid aanbieden hebben hun krachten gebundeld. De Groene Inval, Stop mijn afval en B.Slim vormen samen één aanspreekpunt voor de basisscholen in Baarn. Per school kan gekozen worden voor gastlessen, activiteiten en/of leskisten over: voeding & bewegen, afvalvrij, groen, duurzaamheid en armoedebestrijding. Het project Dat voelt Goed! is eind februari gepresenteerd aan het LEA (Lokaal Educatieve Agenda). De aanwezige vertegenwoordigers van scholen, kinderopvang en organisaties hebben enthousiast gereageerd op de voorlichtingsmaterialen en de brochure Dat voelt goed! Vervolgens zijn de brochures uitgereikt aan alle basisscholen in Baarn. Echter door de lockdown en de daarop volgende coronamaatregelen is het niet gelukt om voorlichting op scholen te geven. Ook zijn er geen scholen aan de slag gegaan met de lessen, leskisten en materialen van Dat voelt goed!



## FLYER

### “BEWEGEN MET PEUTERS IN BAARN”

De flyer van “Bewegen met peuters in Baarn” is weer aangepast vanwege verandering van tijden of dagen van enkele aanbieders. De flyer wordt bij het welkomspakket van de gemeente Baarn gevoegd en de flyer wordt ook op diverse plekken in Baarn waar ouders-/verzorgers van peuters komen opgehangen ter informatie en als stimulans om (meer) te gaan bewegen.



**B.Slim**  
beweeg meer, eet gezond  
[www.bslimbaarn.nl](http://www.bslimbaarn.nl)

**“Bewegen met peuters in Baarn”**  
Bewegen is leuk en gezond, ook voor peuters! Genoeg bewegen voorkomt overgewicht en is goed voor de ontwikkeling van uw peuter.

**Tips om te bewegen met uw peuter in Baarn**

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Tuimeljudo bij sportschool Budofit</b><br/>(leeftijd vanaf 3 jaar)<br/>Locatie: Sportschool Budofit, De Geerenweg 6a Baarn<br/>Donderdagochtend van 9:15 tot 10:00 uur.<br/>Interesse? Bel of mail ons dan direct! 035425213 of <a href="mailto:info@budofit.nl">info@budofit.nl</a></p>                                                | <p><b>Peuterdansen bij Dansschool Indigo</b><br/>(leeftijd vanaf 2 jaar)<br/>Locatie: Kon. Wilhelminaschool, Dalweg 11 Baarn<br/>Dag en tijd: dinsdag van 15.00-15.45 uur<br/>Aanmelden en informatie: <a href="mailto:indigo@cadt.nl">indigo@cadt.nl</a></p>                                                                                                         |
| <p><b>Ouder-Kind-Gym bij Vita 2000</b><br/>(leeftijd 1,5 t/m 2 jaar en 3 t/m 4 jaar)<br/>Locatie: Gymnastieklokaal De Spoorslag, Spoorstraat 5 Baarn<br/>Dag en tijd: dinsdag van 10.00 - 11.00 uur (1,5 - 2 jr) en 11.00 - 12.00 uur (3 - 4 jr)<br/>Aanmelden en meer informatie: <a href="mailto:info@vita2000.nl">info@vita2000.nl</a></p> | <p><b>Baby- en peuterzwemmen bij sportcentrum De Trits</b><br/>Locatie: Zwembad De Trits, Goeman Borgesiuslaan 2 Baarn<br/>Op maandag, woensdag en vrijdag 16 weken - 1,5 jaar van 08.45 - 09.15 uur<br/>1,5 jaar - 3 jaar van 09.15 - 09.45 uur<br/>3 jaar - 4 jaar van 09.45 - 10.15 uur<br/><a href="mailto:info@detrits.nl">info@detrits.nl</a> of 0355418348</p> |
| <p><b>Peuterdansen bij M-beat</b><br/>Locatie: sportcentrum De Trits, Goeman Borgesiuslaan 2 Baarn<br/>Dag en tijd: woensdag van 13.45-14.30 uur<br/>Aanmelden en informatie: <a href="mailto:info@mbeat.nl">info@mbeat.nl</a></p>                                                                                                            | <p><b>Peuterballet bij Balletschool Marut Jorquera</b><br/>(leeftijd 2 - 3 jaar)<br/>Locatie: Balletschool Marut Jorquera, Nieuwstraat 4 Baarn<br/>Dag en tijd: woensdag van 10.45-11.30 uur<br/>Aanmelden en informatie: <a href="mailto:balletschoolmj@gmail.com">balletschoolmj@gmail.com</a><br/>Tel. 0629071877</p>                                              |
| <p><b>Speeltuinvereniging Baarn</b><br/>Geopend van april tot oktober<br/>Locatie: Jan Steenlaan 2 Baarn<br/>Informatie: <a href="mailto:algemeen@speeltuinbaarn.nl">algemeen@speeltuinbaarn.nl</a><br/><a href="http://www.speeltuinbaarn.nl">www.speeltuinbaarn.nl</a></p>                                                                  | <p><b>Speeltuinvereniging Oosterkwartier</b><br/>Geopend van eerste zaterdag van april t/m laatste zaterdag van oktober<br/>Locatie: Dahliastraat 16 Baarn<br/>Informatie: <a href="http://www.speeltuinoosterkwartier.nl">www.speeltuinoosterkwartier.nl</a></p>                                                                                                     |

Kijk ook op: [www.pitthaarn.nl](http://www.pitthaarn.nl)

2. PROCES-EVALUATIE SECUNDAIRE PREVENTIE ACTIVITEITEN

MOTORISCHE SCREENING

Door de corona-crisis is er dit schooljaar nog geen motorische screening van de leerlingen van groep 3 van de 7 basisscholen geweest. De kinderen die na een lage beoordeling bij de screening de MRT-lessen nodig hebben is het belangrijk dat zij dit samen met hun ouders doen. Door de coronaregels kunnen niet alle ouders hierbij aanwezig zijn, vandaar dat de lessen uitgesteld zijn. Hieronder de uitslagen van het vorige schooljaar:

| Screening Groep 3 | 2019 - 2020 |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |        |
|-------------------|-------------|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--------|
|                   | 2           | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | aantal |
| Aloysius          |             |   |   |   |   |   |   |   |    | 1  |    | 1  | 1  | 1  | 7  | 3  | 3  | 8  | 3  | 2  | 30     |
| Amalia-Astro      |             |   |   |   |   | 2 |   |   | 1  | 2  | 1  | 4  | 5  | 4  | 2  | 4  | 1  | 2  | 3  | 1  | 32     |
| Gaspard           |             |   |   |   |   |   |   | 1 | 2  | 2  | 2  |    | 4  | 3  | 3  | 4  | 2  | 2  |    | 1  | 24     |
| Guido de Bres     |             |   |   |   |   |   | 1 | 2 | 1  | 1  | 1  | 3  | 2  | 3  | 5  | 4  | 2  | 2  |    |    | 27     |
| KWS               |             |   |   |   |   |   | 1 | 4 | 1  | 1  | 2  | 3  | 6  | 7  | 7  | 4  | 5  | 1  |    |    | 39     |
| Montini           |             |   |   |   |   |   |   | 1 | 1  | 1  | 2  | 2  | 3  | 5  | 6  | 2  | 4  |    | 1  | 4  | 32     |
| De Uitkijk        |             |   |   |   |   |   | 1 | 1 | 1  | 2  | 3  |    | 1  |    | 3  | 2  | 1  | 5  |    |    | 20     |
| Totaal            | 0           | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | 3 | 9 | 7  | 10 | 11 | 13 | 22 | 19 | 32 | 23 | 18 | 20 | 7  | 8  | 204    |

| Schooljaar  | aantal kinderen | onvoldoende | onvoldoende score |
|-------------|-----------------|-------------|-------------------|
| 2015 - 2016 | 197             | 21          | 10,7%             |
| 2016 - 2017 | 152             | 17          | 11,2%             |
| 2017 - 2018 | 205             | 22          | 10,7%             |
| 2018 - 2019 | 207             | 28          | 13,5%             |
| 2019 - 2020 | 204             | 31          | 15,2%             |

FINANCIIEEL OVERZICHT 2020

| Inkomsten 2020                     | Bedrag     |
|------------------------------------|------------|
| Gemeente Baarn                     | €16.290,00 |
| Extra inkomsten, overheveling 2019 | €273,00    |
| Totaal                             | €16.563,00 |

| Verdeling budget                                                                                                                           | Bedrag     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| Coördinatie door GGD regio Utrecht                                                                                                         | €8.041,00  |
| Aanwezigheid SWB tijdens vergaderingen Werkgroep B.Slim                                                                                    | €1.646,00  |
| Uitvoering van preventie activiteiten<br>hieronder vallen personele kosten, promotiekosten als materiële kosten door diverse organisaties. | €6.603,00  |
| Extra inkomsten, overheveling 2019                                                                                                         | €273,00    |
| Totaal                                                                                                                                     | €16.563,00 |

|                                                                        | Begroot  | Uitgegeven            |
|------------------------------------------------------------------------|----------|-----------------------|
| Activiteiten 2020                                                      | 6.876,00 |                       |
| Survivalrun                                                            | 1000,00  | 00,00                 |
| Winterspelen                                                           | 500,00   | 00,00                 |
| Fit in 90 dagen Guido de Bresschool<br>Uitvoering uitgesteld naar 2021 |          | Rabobank Foundation * |
| Fit in 90 dagen obs de Uitkijk                                         |          | Rabobank Foundation * |
| Dat voelt goed: bewegen en voeding                                     | 500,00   | 143,39                |
| Communicatiemiddelen jaarverslag                                       | 200,00   | 145,14                |
| Webhosting                                                             | 125,00   | 108,00                |
| Kerstvakantie-activiteiten digitaal                                    | 1000,00  | 1564,00               |
|                                                                        |          |                       |
| Uitgaven Activiteiten 2020                                             | 3325     | 1.960,53              |
|                                                                        |          |                       |
| Totale uitgaven 2020                                                   |          | 11.647,53             |
| Restant 2020 * *                                                       |          | 4.915,47              |

Vanwege de Coronamaatregelen en de lockdown konden activiteiten zoals de winterspelen en de survivalrun niet doorgaan. Hiervoor in de plaats zijn tijdens de zomervakantie en de kerstvakantie in samenwerking met de partners van Dat voelt goed! digitale activiteiten aangeboden via de Baarnsche Courant en sociale media.

\* Rabobank Foundation. De Rabobank heeft in 2019 een bedrag van €7000,00 toegezegd voor het Fit in 90 dagen project. Hierdoor hoefden de scholen in 2020 hun eigen budget hier niet voor te gebruiken. Vanwege lockdown en coronamaatregelen is de uitvoering van het project Fit in 90 dagen! op de Guido de Bres uitgesteld naar 2021.

\* \* In overleg met de gemeente is afgesproken om een bedrag van €4.915,47 euro over te hevelen naar 2021 voor de uitvoering van B.Slim: brochure, uitvoering lessen, suikerbord, leskisten etc.

D. COÖRDINATIE GGRU EN WELZIJN BAARN

Net als voorgaande jaren zijn er in 2019 coördinatie-uren ingezet door zowel de GGD regio Utrecht als Welzijn Baarn. Deze uren zijn gebruikt om aanwezig te zijn bij de overleggen met de werkgroep B.Slim, deze voor te bereiden, voor te zitten en hier verslaglegging van te doen. Daarnaast zijn deze uren gebruikt om een jaarplan, en jaarverslag te maken, verbindingen te leggen met andere partijen en afspraken te maken met de intermediairs en de gemeente om de doelgroep beter te bereiken.



E. CIJFERS GEZOND GEWICHT GGD REGIO UTRECHT

De cijfers die in onderstaande tabel en grafieken worden gepresenteerd zijn de gemiddelde percentages kinderen met overgewicht (inclusief obesitas) over twee schooljaren. Deze cijfers staan ook op de GGDatlas van de GGD (www.ggdru.nl).

**Let op! De cijfers van overgewicht 5-6, 10-11 en 13-14 jarigen van 2019 zijn iets hoger door een seizoens-effect, vanwege een aangepaste uitvoering van de JGZ contactmomenten ten gevolge van de Corona crisis.** Door het sluiten van scholen vanaf 15 maart 2020 vanwege de Corona crisis, heeft de Jeugdgezondheidszorg de reguliere contactmomenten tot en met de zomervakantie aangepast uitgevoerd en zijn de kinderen vanaf toen niet gewogen en gemeten. Doordat kinderen vanaf 5 jaar altijd met kleding worden gewogen en daarbij een vaste kledingcorrectie wordt toegepast, zijn de huidige overgewichtcijfers waarschijnlijk iets verhoogd door een seizoens-effect. Op basis van analyses van eerdere jaren wordt ingeschat dat de cijfers voor overgewicht (vanaf kinderen van 5 jaar) zo'n 0,6 tot 0,8% hoger uitvallen.

Percentage kinderen met overgewicht

Het percentage kinderen met overgewicht in Baarn ligt doorgaans onder het regionale gemiddelde. In schooljaar 2018-2019 en 2019-2020 samen (2019) is dat ook het geval, met uitzondering voor de 13-14 jarigen (tabel 1).

Tabel 1: Percentage kinderen met overgewicht (inclusief obesitas) schooljaar 2018-2019 en 2019-2020 samen

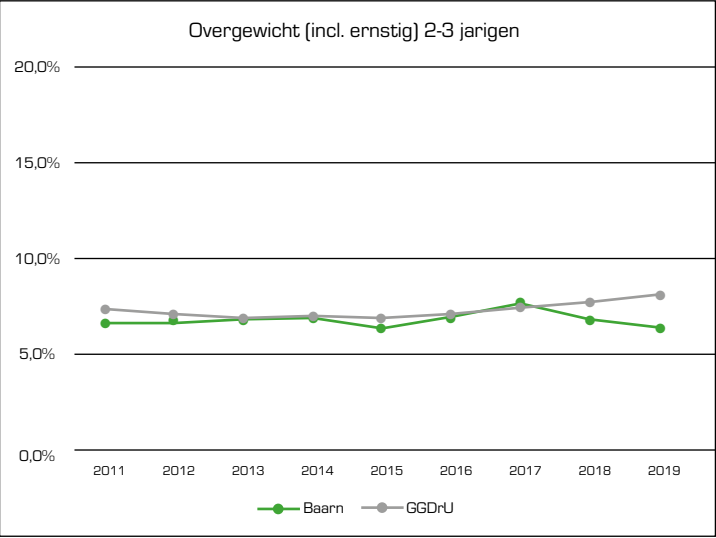
|                 | Baarn | Eemland | GGDrU |
|-----------------|-------|---------|-------|
| 2-3 jarigen     | 6,4%  | 8,1%    | 8,1%  |
| 5-6 jarigen     | 6,8%  | 9,4%    | 9,0%  |
| 10-11 jarigen * | 10,8% | 13,1%   | 13,4% |
| 13-14 jarigen   | 12,8% | 13,2%   | 12,7% |

\*In schooljaar 2018-2019 is groep 7 (10-11 jarigen) niet onderzocht. De cijfers van de 10-11 jarigen betreffen dus schooljaar 2017-2018 en schooljaar 2019-2020 samen.

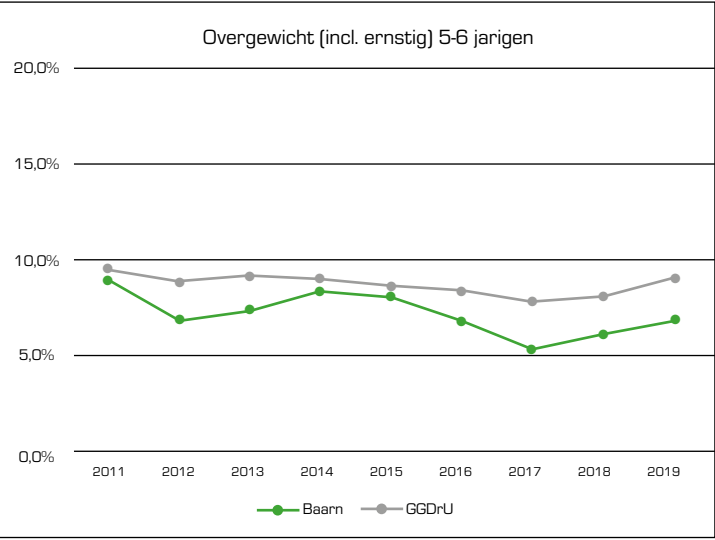
TRENDS

Onderstaande figuren tonen de percentages kinderen in Baarn met overgewicht vanaf schooljaar 2010-2011.

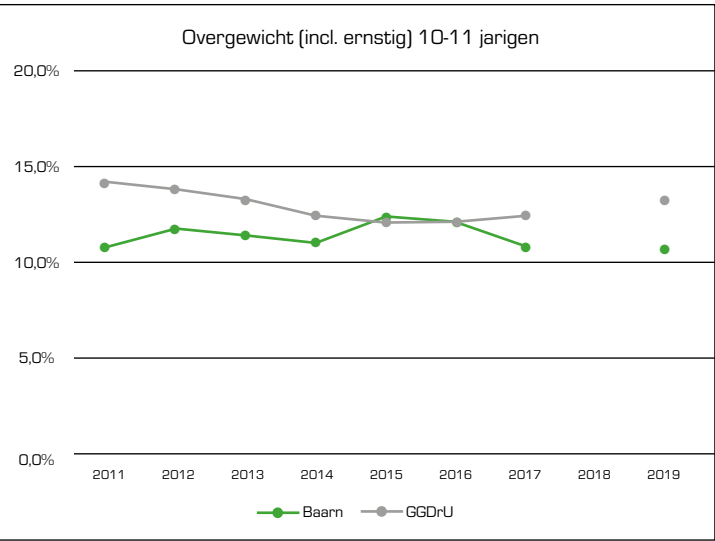
Leeswijzer: in de figuren worden de gemiddelde percentages van telkens twee schooljaren gepresenteerd. Zo staat bijvoorbeeld 2017 voor schooljaren 2016-2017 en 2017-2018 samen, 2018 staat voor schooljaren 2017-2018 en 2018-2019 samen.



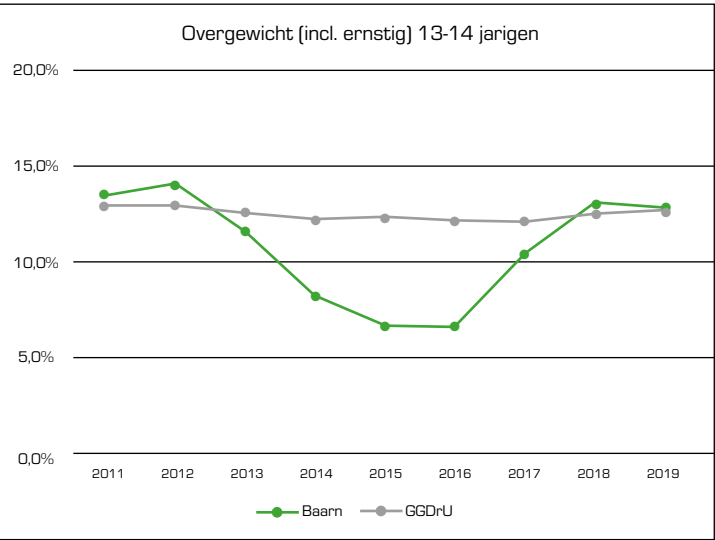
Bij de peuters (2-3 jarigen) is het gemiddelde percentage overgewicht in de laatste twee schooljaren (2019) lager dan gemiddeld in de regio. Het percentage peuters met overgewicht lijkt licht te dalen ten opzichte van 2017.



Bij de kleuters (5-6 jarigen) is het percentage overgewicht net als voorgaande jaren lager dan gemiddeld in de regio. Evenals regionaal lijkt het percentage 5-6 jarigen met overgewicht vanaf 2017 weer te stijgen. Een deel van de stijging in 2019 is waarschijnlijk te verklaren door bovengenoemd seizoenseffect.



Het percentage overgewicht onder bovenbouwleerlingen (10-11 jarigen) lijkt in Baarn tussen 2017 en 2019 stabiel te zijn gebleven. Het percentage is lager dan gemiddeld in de regio. Over de jaren heen blijft het gemiddelde percentage over twee voortschrijdende jaren bij deze leeftijdsgroep redelijk stabiel. Het seizoenseffect is bij de kinderen in Baarn niet te zien, het zou kunnen dat het percentage 10-11 jarigen met overgewicht lager zou zijn geweest als in 2019-2020 alle kinderen gemeten en gewogen waren.

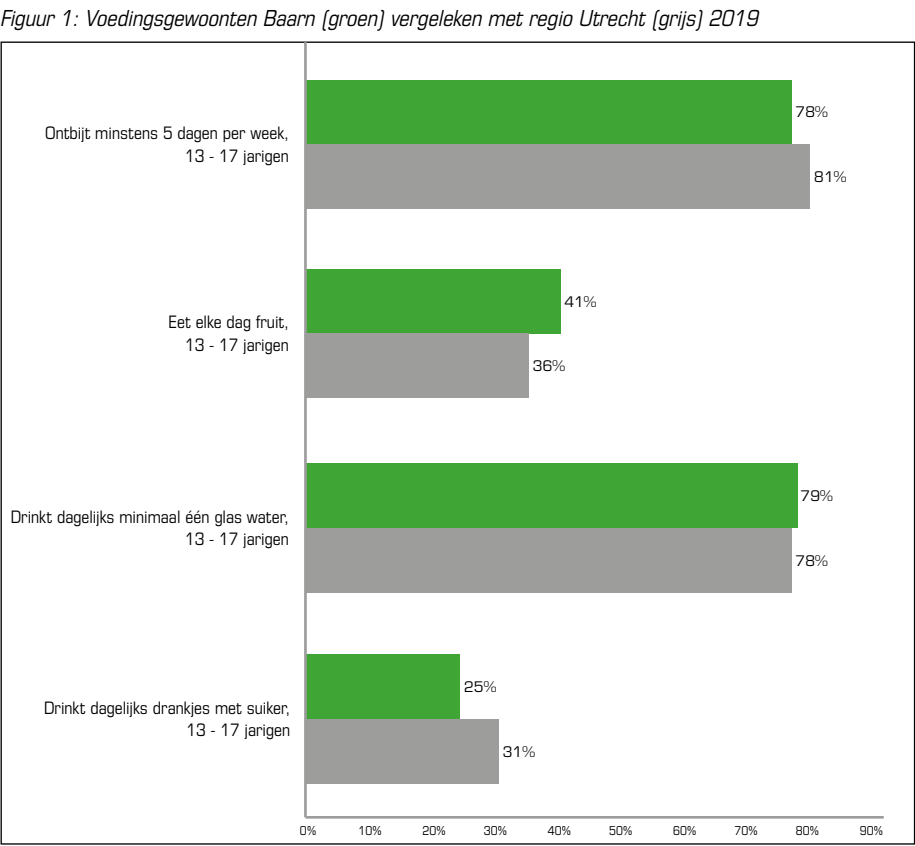


Bij de jongeren klas 2 is na een sterke daling vanaf 2013 de laatste jaren een sterke stijging te zien in het percentage jongeren met overgewicht. Waar het percentage eerst onder het regionale gemiddelde lag, is het nu vergelijkbaar met gemiddeld in de regio. Evenals bij de 10-11 jarigen is bij deze leeftijdsgroep in Baarn het seizoenseffect niet te zien. Ook hier zou het kunnen dat het percentage 13-14 jarigen met overgewicht in 2019 iets lager zou zijn uitgevallen als in 2019-2020 alle kinderen gemeten en gewogen waren.

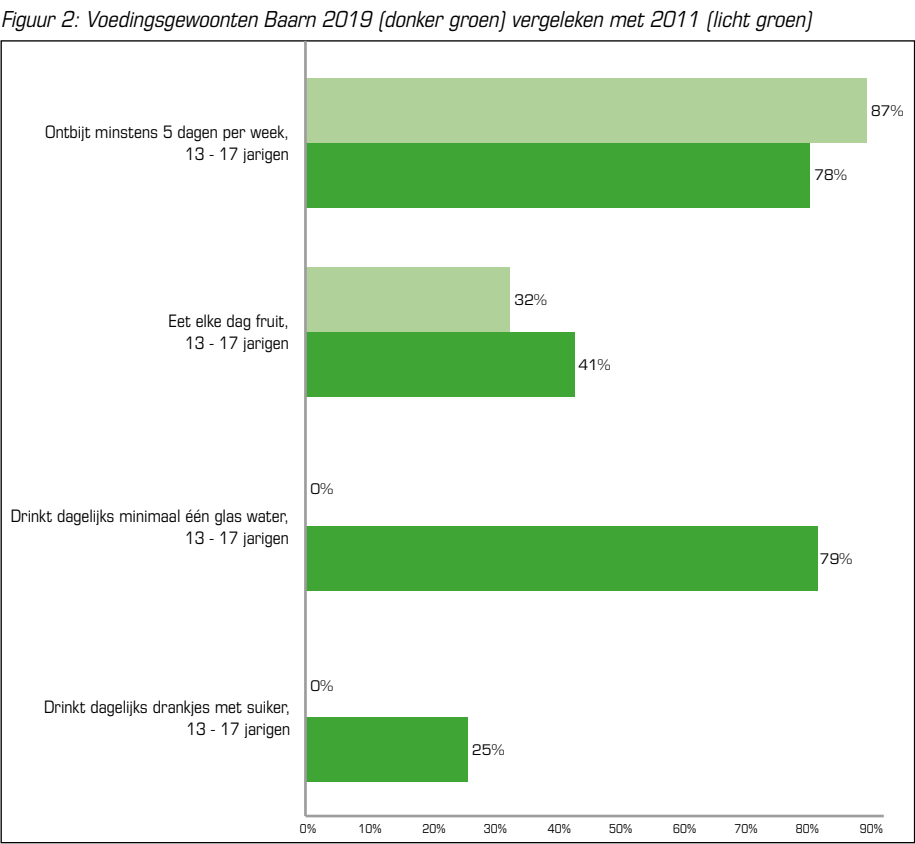
E. CIJFERS LEEFSTIJL GGD REGIO UTRECHT

In het najaar van 2019 is de Gezondheidsmonitor jeugd uitgevoerd onder leerlingen van klas 2 en 4 van het voortgezet onderwijs.

In figuur 1 worden de voedingsgewoonten van de jongeren in Baarn vergeleken met hun leeftijdsgenoten in de hele regio Utrecht. Jongeren uit Baarn drinken minder vaak dagelijks drankjes met suiker in vergelijking met het regionale gemiddelde. De meeste jongeren ontbijten minstens 5 dagen per week en bijna 8 op de 10 drinkt dagelijks water. Even als gemiddeld in de regio, eten jongeren uit Baarn te weinig fruit. Slechts 4 op de 10 eet dagelijks fruit.



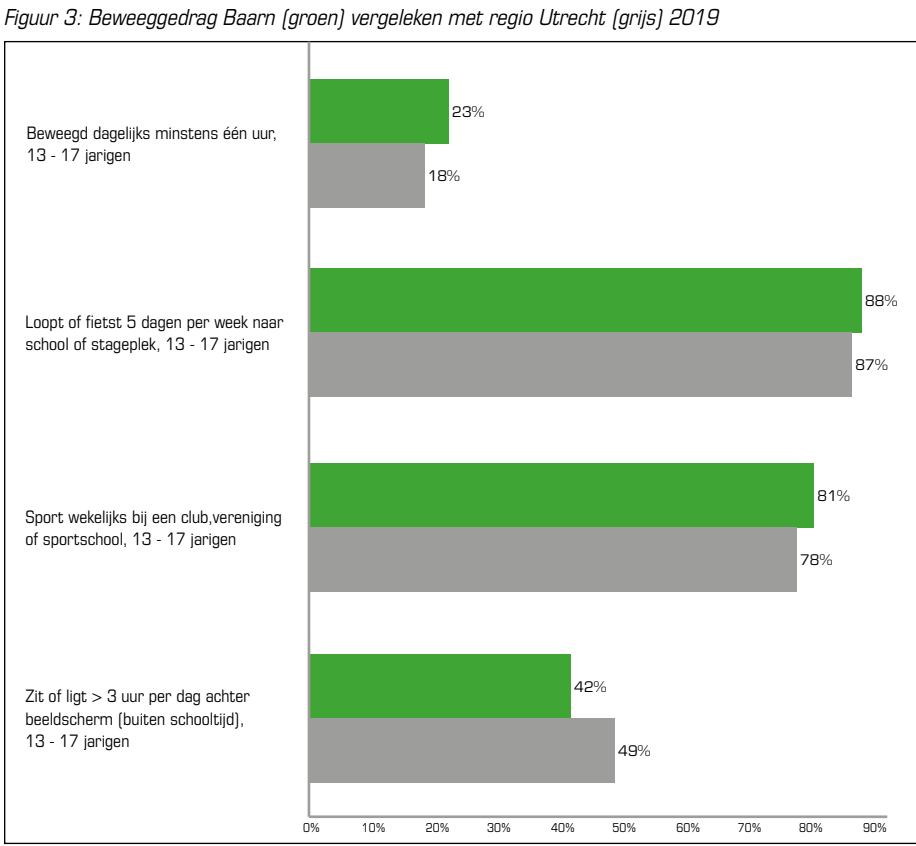
In figuur 2 worden de voedingsgewoonten van jongeren uit Baarn uit 2019 vergeleken met 2011. Voor 2015 zijn geen gegevens beschikbaar. Evenals regionaal is er een ongunstige trend te zien in het ontbijten: minder jongeren ontbijten minstens 5 dagen per week. Een gunstige trend is te zien in de fruitconsumptie: in vergelijking met 2011 eten meer jongeren dagelijks fruit.



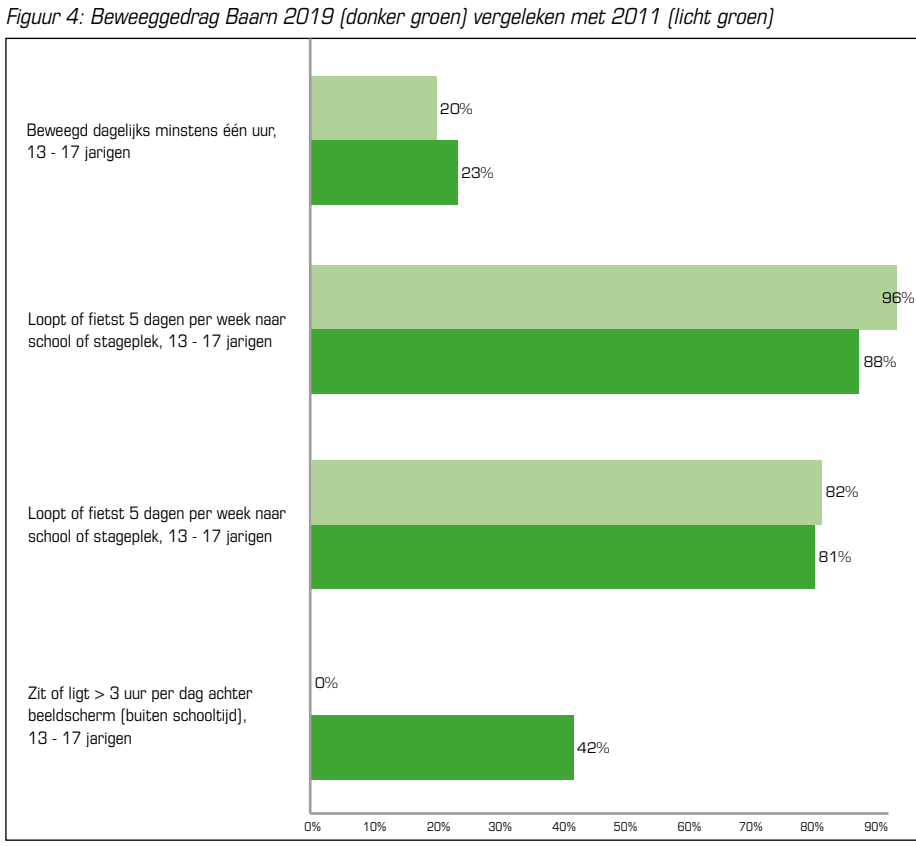
In figuur 3 wordt het beweeggedrag van de jongeren in Baarn vergeleken met hun leeftijdsgenoten in de hele regio Utrecht.

De Gezondheidsraad heeft in 2017 nieuwe beweegrichtlijnen opgesteld. Volgens de beweegrichtlijn voor 4 tot 18 jarigen moeten jongeren minstens één uur per dag matig intensief bewegen. Slechts 23% van de jongeren in Baarn voldoet aan deze richtlijn. Lopen of fietsen naar school is voor veel jongeren een belangrijke vorm van bewegen op schooldagen: 88% loopt of fietst vijf dagen per week naar school of stage plek. Naast de richtlijn

om elke dag minstens een uur te bewegen geldt voor jongeren de aanvullende richtlijn om minstens drie maal per week spier- en botversterkende activiteiten te doen. In totaal sport 81% van de jongeren uit Baarn wekelijks bij een club, vereniging of sportschool. Langdurig achtereen zitten (sedentair gedrag), zoals jongeren dat vaak achter een beeldscherm doen, heeft ook gezondheidsrisico's, onafhankelijk van het feit of er voldoende wordt gesport of bewogen. Uit onderzoek blijkt dat sedentair gedrag tijdens de jeugd een voorspeller is voor overgewicht op volwassen leeftijd. 4 op de 10 (42%) jongeren kijken buiten schooltijd dagelijks drie uur of meer zittend of liggend naar een beeldscherm (tv, computer, ipad, smartphone).



In figuur 4 wordt het beweeggedrag van jongeren uit Baarn uit 2019 vergeleken met 2011. Voor 2015 zijn geen gegevens beschikbaar. Evenals regionaal is het percentage jongeren dat 5 dagen per week naar school fietst of loopt gedaald.





## **AANBEVELINGEN 2020**

Uit de cijfers Gezond Gewicht GGDrU blijkt dat het percentage overgewicht (incl. obesitas) bij peuters en basisschoolleerlingen in Baarn onder het regionaal gemiddelde ligt. Een uitzondering zijn de cijfers van 13-14 jarigen, deze zijn iets hoger. De cijfers van de 5-6 jarigen zijn, regionaal, aan het stijgen.

Uit onderzoek onder jongeren blijkt dat ze net als gemiddeld in de regio minder vaak ontbijten. Slechts 23% van de 4-18 jarigen in Baarn voldoet aan de beweegnorm, minstens 1 uur per dag matig intensief bewegen. Er blijft dus aandacht nodig voor het behouden van een gezond gewicht bij peuters, basisschoolleerlingen en leerlingen in het voortgezet onderwijs.

Het bereiken en behouden van een gezond gewicht voor 0-19 jarigen middels een gezonde leefstijl behoeft langdurige aandacht. Daarom adviseert de Werkgroep B.Slim Baarn het project B.Slim zeker na 2020 voort te zetten.

In 2020 is de samenwerking met meerdere lokale partijen op het gebied van duurzaamheid, afvalvrij en armoedebestrijding voortgezet. Zodra de coronamaatregelen het toelaten en scholen hebben behoefte aan gastlessen en leskisten wordt de Dat voelt goed! voorlichting tot uitvoering gebracht op het basisonderwijs. Vanuit B.Slim wordt de aandacht hierbij gevestigd op gezonde voeding en bewegen.

In 2021 willen we blijvend aandacht vragen voor de actieve bijdrage van de beleidsmedewerker Sociaal Domein waardoor de goede samenwerking met de beleidsambtenaren onderwijs, duurzaamheid en samenleving binnen de gemeente Baarn gecontinueerd wordt. Daarnaast willen we de verbinding van het thema gezond gewicht met de gemeente behouden en het speerpunt preventie over- en ondergewicht tot uitvoering laten komen via de nota sociaal Domein 2021-2024.

B.Slim blijft in 2021 de paraplu van de voedings- en beweegactiviteiten in Baarn. De naamsbekendheid van B.Slim willen we in 2021 continueren en uitbreiden.



In 2019 is de samenwerking met de Rabobank concreet van de grond gekomen. De Rabobank heeft geïnvesteerd in Fit in 90 dagen voor 2 scholen die hun eigen bijdrage hieraan niet zelf kunnen financieren. Daarnaast heeft de Rabobank interesse in Dat voelt goed! en aangegeven te willen participeren bij de gastlessen armoedebestrijding (geldlessen). In 2021 willen we deze samenwerking continueren.

