

Gezond opgroeien

JOGG-gemeenten Achtkarspelen en Tytsjerksteradiel zetten zich sinds 2016 in voor een gezonde jeugd en een gezonde toekomst. Het is belangrijk dat kinderen gezond kunnen opgroeien. Daardoor zitten ze lekkerder in hun vel, presteren zij beter op school, vinden sneller een baan en kunnen makkelijker meedoen in de maatschappij.



Gewoon

De JOGG-aanpak richt zich op alle kinderen en jongeren t/m 23 jaar en hun ouders / verzorgers. In deze gemeenten ligt de focus op 4-12 jarigen.

We werken aan een gezonde leefomgeving waarin het voor iedereen makkelijker wordt om te kiezen voor gezond.

Aandachtspunten zijn:

- ❖ water drinken
- ❖ gezonde voeding
- ❖ voldoende beweging.

JOGG verbindt lokale partijen en mooie initiatieven. Samen maken we gezond gewoon.

Cijfers

	Achtkarspelen	Friesland	Tytsjerksteradiel
Overgewicht			
Kinderen 4-12 jaar	16%(568)	12%	13% (522)
Jongeren 12-18 jaar	17% (432)	8%	9% (247)
Drinkt dagelijks suikerhoudende drank			
Kinderen 4-12 jaar	59%	47%	48%
Jongeren 12-18 jaar	34%	28%	28%

Bron: Kindmonitor 2022 en Jeugdmonitor 2023, GGD Fryslân. De aantallen zijn geschat op basis van de in de tabel genoemde percentages uit de monitors van GGD Fryslân en bevolkingsaantallen van het CBS.

Kind naar Gezond Gewicht

Onderdeel van JOGG is Kind naar Gezond Gewicht, gericht op kinderen van 4 tot 18 jaar met overgewicht/obesitas. Mochten kinderen niet goed in hun vel zitten en een gezondere leefstijl willen, kunnen ze hulp krijgen.

- ✓ In beide gemeenten zijn al centrale zorgverleners aan het werk die gezinnen hierbij ondersteunen.

Wat valt op?

In Friesland daalt het aantal jongeren met overgewicht van 10% in 2019 naar 8% in 2023. In Achtkarspelen neemt dit toe van 10% in 2019 naar 17% in 2023. In Tytsjerksteradiel is een lichte stijging te zien van 8% naar 9%.





Voorbeelden van JOGG-successen

behaald in 2024

Groentehapjes

Ouders/verzorgers van baby's van 3 of 4 maanden krijgen bij hun bezoek aan het consultatiebureau 'Groentehapjes in 10 stapjes'. Een pakket waarmee ze makkelijk kunnen starten met gezonde voeding voor hun baby. Voor 2023/2024 zijn in totaal 500 pakketten beschikbaar voor ouders van pasgeboren baby's.

Gezond opgroeien met High Five

Bij (sport)evenementen voor kinderen is altijd fruit, groente en drinkwater aanwezig, verzorgd door High Five Sportstimulering. Zo werd in 2024 georganiseerd:

- ✓ 10 x een vakantie-instuif
- ✓ 5 x Nijntje pleintje of beweegfeest
- ✓ 4 x Kick-Off Kies voor Hart en Sport, groep 5 t/m 8
- ✓ 13 x naschoolse activiteit

Uit de schijf van vijf

De voedselbank in Surhuisterveen heeft de ambitie om de gezondste voedselbank van Fryslân te worden. In 2024 zijn de voedselpakketten bekeken en daaruit bleek dat 58% uit de schijf van 5 komt. Het doel is 75%, JOGG helpt daarbij met adviezen en voorlichting over gezonde voeding.



Gezonde scholen

17 scholen (13 basis- en 4 middelbare scholen) in Achtkarspelen en Tytsjerksteradiel zijn in 2024 bezig geweest met de Gezonde School aanpak. Deze scholen werken er aan om een gezonde leefstijl op school vanzelfsprekend te maken.

Fit@school

Basisscholen 't Partoer in Burgum en De Oanrin in Twijzel hebben meegedaan aan de fit@schoolchallenge. Zes weken lang waren er op die scholen activiteiten, workshops en gastlessen om leerlingen meer bewust te maken van een gezonde leefstijl.

Watertappunten

Er is een plan gemaakt voor het realiseren van twee nieuwe watertappunten bij zwembad de Kûpe/sporthal de Houtmoune in Buitenpost en in het centrum van Surhuisterveen. Naar verwachting worden beide in 2025 feestelijk geopend.

Groenteboxjes

In het voorjaar van 2024 kregen kinderen op dagverblijven in beiden gemeenten iedere dag groente aangeboden tijdens het Groenteboxjes programma. In totaal hebben 1000 kinderen meegedaan verdeeld over 40 opvanggroepen (van 5 verschillende organisaties).

