

Sinds mei 2022 is de gemeente aangesloten bij JOGG. De afkorting JOGG stond voorheen bekend als Jongeren op Gezond Gewicht. Nu is het breder georiënteerd en staat het voor gezonde jeugd, gezonde toekomst. JOGG streeft naar een 'leefstijltransitie' van ongezond naar gezond leven, met het uiteindelijke doel om de gemeente zo gezond mogelijk te maken. JOGG richt zich op kinderen en jongeren (0-23 jaar). Met JOGG hopen we grote stappen te zetten in het bevorderen van de gezondheid van deze doelgroep.

Met JOGG leggen we de focus op drie belangrijke thema's: bewegen, voeding en ontspanning. In deze nieuwsbrief gaan we wat dieper in op het thema ontspanning. Het komt best vaak voor dat ouders/verzorgers hun kinderen laten ontspannen of tot rust laten komen via schermtijd. Denk hierbij aan spellen spelen op een tablet, telefoon of spelcomputer of YouTube filmpjes kijken. Wat veel mensen niet weten is dat dit vaak een tegenovergesteld effect heeft. Tijdens de Media Ukkie Dagen geven we handige tips om op een juiste wijze met deze media om te gaan. Naast ontspanning blijft bewegen uiteraard heel belangrijk. We kijken daarom kort terug op de vakantieactiviteiten van Beweegpartner. Ook hadden we in maart een primeur met het schoolschaaktoernooi in onze gemeente. Je leest er meer over in deze nieuwsbrief.

Heb jij ook goede ideeën om de leefomgeving van kinderen en jongeren gezonder te maken? Dan ga ik hierover graag met je in gesprek. Mijn contactgegevens vind je onderaan deze nieuwsbrief.



Samen voor een gezonde jeugd en een gezonde toekomst in Nieuwkoop!

Dennis Boer – JOGG-regisseur gemeente Nieuwkoop

JOGG in beweging

Media Ukkie Dagen 2025: Samen met media

In Nederland is de groep ouders die vaak samen met hun kind media gebruikt klein. Het komt regelmatig voor dat kleintjes helemaal zelfstandig, of met een beetje toezicht, bezig zijn met media. En dit is jammer. Want samen bezig zijn met media heeft veel voordelen.

De Media Ukkie Dagen (4 tot en met 11 april 2025) helpen om met deze voordelen aan de slag te gaan. Met toegankelijke tips, handige middelen en mooie materialen nodigen we jou als professional, (groot)ouder, oom, tante of opvoeder van kinderen van 0 t/m 6 jaar graag uit om aan de slag te gaan met het thema Samen met media. Want samen media gebruiken, hoef je niet alleen te doen. [Handige tips.](#)

Vakantieactiviteit door Beweegpartner

Beweegpartner organiseert iedere schoolvakantie in verschillende dorpskernen leuke en sportieve vakantieactiviteiten voor kinderen van 0-12 jaar. Het doel van deze activiteiten is om op een laagdrempelige manier bewegen te stimuleren. Ook tijdens de voorjaarsvakantie zijn deze activiteiten weer goed bezocht door de jeugd in onze gemeente. In totaal deden 250 kinderen mee.

Benieuwd naar het aanbod? Kijk op [Beweegpartner | NieuwkoopActiefVrijwillig](#). Hier staat een overzicht van alle activiteiten van Beweegpartner in onze gemeente.

In de schijnwerpers

Woensdag 5 maart was het schoolschaaktoernooi in IKC de Vaart in Ter Aar. In totaal deden vijf basisscholen uit onze gemeente mee. Iedere school kwam met een team van acht fanatieke schakers, waarbij De Veenvogel zelfs met twee teams aanwezig was. Iedere schaker speelde vijf wedstrijden tegen een schaker van een andere school. Hiermee konden deelnemers wedstrijdpunten (per school) en ook 'bordpunten' (individueel) verzamelen.

Aan het eind van het toernooi kwam De Vaart (Ter Aar) als winnaar uit de strijd. Zij verzamelden de meeste wedstrijdpunten en gingen met de felbegeerde wisselbeker naar huis. Individueel was Sem Schoonenwolf (De Diamant) de beste speler van dit toernooi.

De Vaart, De Diamant en De Zilveren Maan mogen vanwege hun goede prestaties meedoen met de halve finale van het schoolschaaktoernooi. De Leidse Schaakbond organiseert dit. Hier strijden zij tegen andere scholen in de Leidse regio (Rijnland en Bollenstreek) voor een plekje in de finale op 26 maart.

'We kijken terug op een zeer geslaagd eerste schoolschaaktoernooi, dit smaakt naar meer. Op naar een nóg succesvoller toernooi in 2026.'

Kees Offerman – Jeugdlerder SV Reynaerde

Landelijk webinar

Maandag 7 april van 20.00 - 21.00 uur is er een webinar over mediaopvoeding. Het webinar is voor (groot-) ouders met kinderen van 0 tot en met 6 jaar of voor professionals die met deze doelgroep werken. Via de QR code kom je bij het inschrijfformulier. Je bent als deelnemer niet in beeld en je kan vragen stellen via de chat.



Landelijk webinar
aanmelden

Agenda

4 - 11 april
Media Ukkie Dagen

17 april
Koningsspelen

10 - 14 juni
Week voor de Gezonde Jeugd



Winnaars schoolschaaktoernooi