

Haagse Aanpak Gezond Gewicht

‘Samen maken we gezond gewoon!’

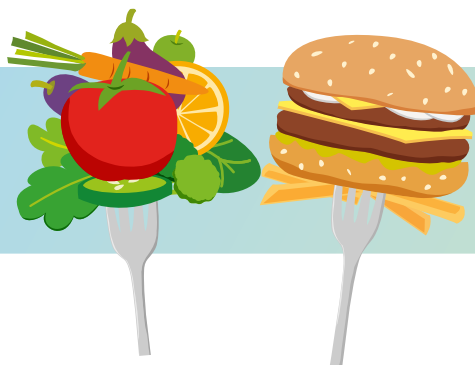


Kinderen worden steeds meer verleid om te veel, te vaak en ongezond te eten en minder te bewegen. Zowel op straat als online: ongezond is overal. Het is leuk, lekker, makkelijk en vaak goedkoper.

Dat leidt tot ongezonde leefgewoonten en overgewicht bij kinderen. Tel daarbij op dat sommige kinderen in Den Haag opgroeien in een buurt met veel armoede, weinig groen en kleine woningen. Met de Haagse Aanpak Gezond Gewicht (HAGG) proberen we daarom vooral daar waar het niet vanzelfsprekend is, de gezonde keus makkelijker te maken; thuis, in de wijk en op school. We maken ouders, kinderen en professionals ervan bewust hoe we continu verleid worden richting ongezonde keuzes. Daarnaast stimuleren we meer beweging, water drinken, het eten van groente en fruit en voldoende ontspanning.

Wij zijn van mening dat ieder kind het recht heeft om gezond op te kunnen groeien. In een gezonde omgeving, waar de gezonde keus de makkelijke keus is. Dat vraagt om een integrale systeemaanpak. Daar werken we aan met HAGG, want alleen samen kunnen we gezond gewoon maken.

**Bewaakt, beschermt en
bevordert de gezondheid**



Overgewicht: een complex maatschappelijk probleem

De oplossing voor overgewicht werd te lang uitsluitend gezocht bij het individu, maar overgewicht is daarnaast ook een maatschappelijk probleem dat een allesomvattende visie en gezamenlijke aanpak nodig heeft. Gezonde keuzes maken is niet makkelijk: daar is naast kennis ook tijd, geld, motivatie en energie voor nodig. En dat heeft niet iedereen; bestaanszekerheid is niet vanzelfsprekend. Bovendien beïnvloedt de sociale en fysieke omgeving waarin je leeft voor een groot deel je leefstijl. We zien dat een ongezonde leefstijl als gevolg heeft dat de motorische ontwikkeling bij kinderen achterblijft, ze worden gepest of zitten niet lekker in hun vel en de kans om ziek te worden wordt aanzienlijk groter. Dat heeft ook maatschappelijke gevolgen en leidt tot een stijging van zorgkosten.



Als er niets verandert, heeft maar liefst 64% van de volwassen Nederlanders in 2050 overgewicht of obesitas volgens het RIVM (t.o.v. 50% in 2022). Dat moet anders. Sterker nog: dat kán anders!

Ongezonder is gewoon geworden

- Afgelopen 10 jaar is het aanbod fastfood verdubbeld, vooral in aandachtswijken
- We zitten steeds meer en bewegen steeds minder. Was een elektrische fiets tien jaar geleden nog voor 50+ ers, nu zie je ook veel jongeren op een elektrische fiets
- We laten steeds meer thuisbezorgen (boodschappen, maaltijden, producten) en hoeven dus niet meer op pad
- Consumenten worden continu verleid door marketeers om ongezonde keuzes te maken, waarbij kinderen tot 12 jaar extra gevoelig zijn voor reclame
- Meer dan 80% van het aanbod in de supermarkt is ongezond
- Social media gebruik neemt jaar na jaar toe en de algoritmes worden gebruikt om kinderen te verleiden

De cijfers op een rij

Kinderen met overgewicht

Landelijk
1 op 7



Den Haag
1 op 5



In aandachts-
wijken
30%



In meer
welvarende
wijken
10%



HAGG in een notendop

Kinderen staan centraal bij HAGG, want je kunt niet jong genoeg beginnen met gezond oud worden. Het is makkelijker op jonge leeftijd gezonde gewoontes aan te leren dan ongezonde gewoontes af te leren.

Voor een gezonde leefstijl spelen zowel de mensen om je heen als de buurt waarin je leeft een belangrijke rol. HAGG richt zich daarom op de plekken waar kinderen veel tijd doorbrengen: thuis, in de wijk en op school. Ons doel is gezond gewoon te maken, door een gezonde leefstijl te bevorderen en zo het overgewicht bij kinderen in Den Haag helpen terugdringen naar 9% in 2040 (in lijn met doelstelling Nationaal Preventie Akkoord 2018).

Onze HAGG-aanpak

De focus van HAGG ligt op collectieve preventie en het stimuleren van een gezonde leefstijl bij alle kinderen t/m 12 jaar in aandachtswijken, want ook in het geval van overgewicht is voorkomen beter dan genezen. Voor kinderen die overgewicht hebben, dragen we bij aan tijdige signalering, passende zorg en het verbinden van het sociale en medische domein. We werken vanuit GGD Haaglanden samen met een breed netwerk van professionals en betrekken ook de doelgroep actief om goed aan te sluiten bij hun leefwereld en behoeften.

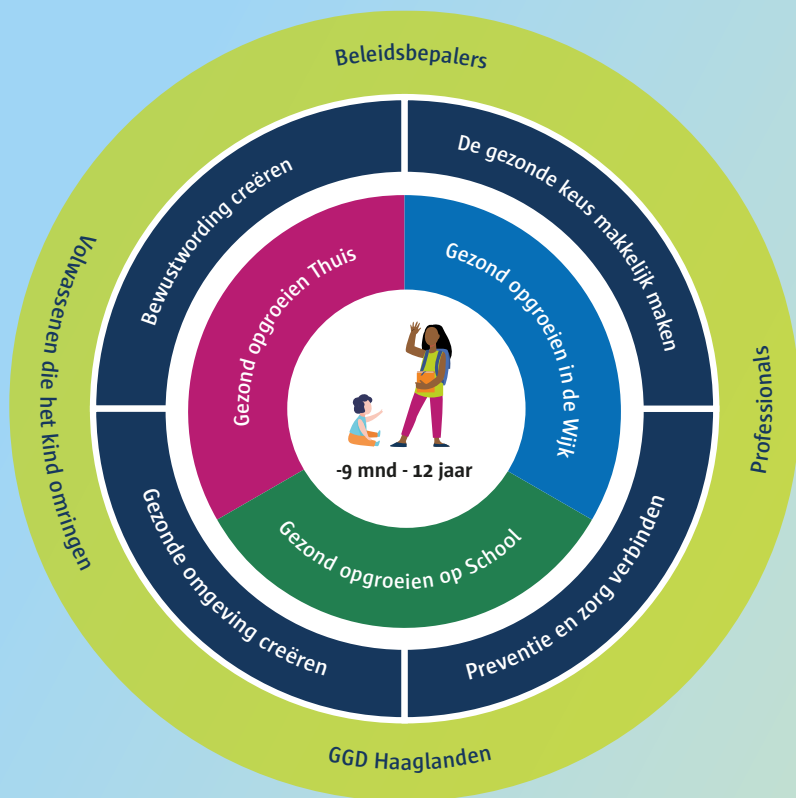
Uitgangspunten

- We investeren ongelijk voor gelijke kansen
- We maken gebruik van erkende interventies, experimenteren met nieuwe methodes en bieden maatwerk waar nodig
- Signalen uit de wijk zetten wij om in passende acties
- Wat we doen draagt bij aan duurzame verandering
- Continue cyclus van plannen, uitvoeren, evalueren en bijsturen/opschalen
- We hebben oog voor bestaanszekerheid
- We gaan uit van de leefwereld van de doelgroep en hun sociale en culturele normen
- Gedragsverandering vraagt om een lange adem



De HAGG-aanpak*

Gericht op stadsdelen Centrum, Laak en Escamp



●●● Pijlers ● Programmalijnen ● Samenwerkingspartners

*De HAGG-aanpak is gebaseerd op de landelijke JOGG-aanpak

Vuistregels van HAGG

We focussen op:



1 Gezonde voeding



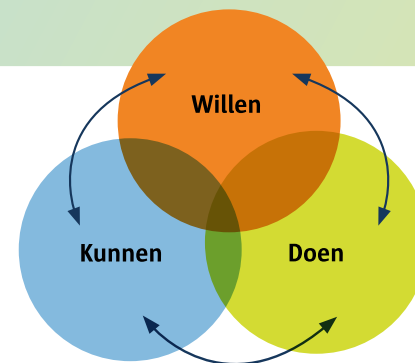
2 Water drinken



3 Genoeg bewegen



4 Voldoende ontspanning



Wat is nodig voor gedragsverandering?

Alleen kennis delen, zodat men weet wat gezond is, is niet genoeg. Om gedrag te veranderen moet je het ook willen, kunnen en doen. Daarom maken we het zo makkelijk en aantrekkelijk mogelijk om de gezonde keuze te maken.



Onze programmaliijnen

We stimuleren gezond opgroeien **thuis**, in de **wijk** en op **school** door:



Bewustwording te vergroten

We informeren professionals en ouders over risico's, kansen en bieden handelingsperspectief. Hierbij speelt gelijkwaardigheid een belangrijke rol.

Dit doen we o.a. door:

- Educatie & workshops
- Campagnes (bijvoorbeeld rondom voedselverleiding of gezond trakteren)
- Leefstijlinterventies rondom opvoedthema's en voeding
- Materialen



De omgeving gezond te maken

We bieden advies en ondersteuning aan o.a. (voor)scholen, wijkcentra en stadsboerderijen om gezond eten, water drinken en bewegen normaal te maken.

Dit doen we o.a. door:

- (Voor)scholen advies en ondersteuning op maat te geven rondom voeding, bewegen en welzijn (i.s.m. de Gezonde School Adviseurs)
- Wijkcentra te stimuleren beweegactiviteiten, workshops en voorlichting te bieden
- Het mede-realiseren van een laagdrempelige en aantrekkelijke leefomgeving, met o.a. speeltuinen en schoolpleinen o.b.v. wensen van kinderen en ouders



De gezonde keus makkelijk te maken

We richten ons op het creëren van een gezond(er) voedselaanbod en het bieden van meer beweegopties in de aandachtswijken, om zo de gezonde keus ook de makkelijke keus te maken.

Dit doen we o.a. door:

- Beweegvriendelijke omgeving creëren
- Water drinken makkelijk en gewoon maken d.m.v. watertappunten
- Gezonde maaltijdinitiatieven te ondersteunen



Preventie en zorg te verbinden

We verbinden professionals in het medische en sociale domein met als doel tijdige signalering en passende zorg voor kinderen met overgewicht.

Dit doen we o.a. door:

- Ketenaanpakken & leefstijlinterventies rondom gezonde leefstijl en overgewicht
- Verbindende netwerkbijeenkomsten
- Gesprekstoets ter ondersteuning van professionals

Werkwijze & samenwerkingspartners

Onze doelgroep

Wij richten ons voornamelijk op professionals, zodat zij:

- Het goede voorbeeld geven (want kinderen doen wat je doet, niet wat je zegt)
- De omgeving gezond maken en de gezonde keus makkelijk
- Gezonde activiteiten organiseren (kennis delen en competenties vergroten)
- Gezondheid onderdeel maken van beleid (gezond gewoon maken)

Domeinoverstijgende werkwijze

Veel factoren die de gezondheid van kinderen beïnvloeden, liggen buiten de gezondheidssector. Samenwerking met andere domeinen is daarom essentieel. Dit is ook het uitgangspunt van de Haagse Preventie Aanpak waar HAGG onderdeel van uitmaakt. Op veel plekken bestaat nog een grote kloof tussen de leefwereld en de systeemwereld. Die proberen wij vanuit GGD Haaglanden te dichten door cultuursensitief te werken en interventies aan te laten sluiten bij de doelgroep; bij hun perspectief, overtuigingen en mogelijkheden. Wijkgericht en community-up, met professionals en bewoners samen.

Zo werken we samen met bewoners

(bepaald met inwoners uit aandachtswijken)

- We praten niet over, maar met de wijk
- Kinderen en volwassenen zijn gelijkwaardige samenwerkingspartners
- De verhalen van bewoners zijn noodzakelijk om passend beleid te ontwikkelen, wij geven die verhalen een podium
- We houden rekening met schaamte, taboes en verschillende interpretaties. De dialoog over dit soort gevoeligheden is essentieel
- Veiligheid en inkomen (bestaanszekerheid), maar ook welbevinden zijn een randvoorwaarde om met gezondheid aan de slag te kunnen (daarom gezond zo makkelijk mogelijk maken)
- We erkennen het grote belang van sociale en/of professionele steun
- We werken samen aan oplossingen, ons succes is de som van verschillende initiatieven bij elkaar



Samenwerkingspartners



Monitoring & Evaluatie

Monitoring en evaluatie is een belangrijk onderdeel van HAGG. Bij alles wat we doen, stellen we ons de vraag of en hoe het (duurzaam) bijdraagt aan ons doel. Nieuwe interventies stemmen we af met professionals, dan wel met de einddoelgroep en waar mogelijk monitoren we proces en effect.

Het percentage overgewicht bij kinderen, dat eens in de 4 jaar wordt opgehaald, is een van de indicatoren. Dat blijven we monitoren. Maar gedragsverandering vraagt tijd, dus we nemen ook andere effecten mee in onze evaluaties. Zowel het bereik als de impact van de aanpak doet ertoe. Tellen en vertellen.



Blik op de toekomst

Waar willen we in 2030 staan?

Ieder kind groeit op in een sociale en fysieke leefomgeving waar gezond gewoon, leuk en lekker is. Ouders nemen verantwoordelijkheid om goed voor zichzelf en hun kinderen te zorgen (binnen de mogelijkheden). Als de thuisomgeving hierin niet kan ondersteunen, wordt dat ondervangen in de wijk of op school. Gemeente Den Haag, GGD Haaglanden en professionals in de stad ondersteunen in randvoorwaarden.



Ieder kind groeit op in een omgeving waar:

- Gezond eten en drinken bereikbaar en betaalbaar is
- De buurt uitnodigt tot lopen, fietsen en buitenspelen
- Gezonde gewoontes, zoals gezond eten, water drinken, plezier halen uit bewegen en genoeg slaap op jonge leeftijd worden aangeleerd
- Ouders weten wat gezond is en daarnaar kunnen handelen
- De gezonde keus de makkelijke keus is
- Gezonde voeding is betaalbaar (suikertaks, geen btw op groenten en fruit)
- Marketing op ongezonde producten in de ban wordt gedaan
- Het vanzelfsprekend is om goed voor jezelf te zorgen
- We als beleidsmakers aansluiten bij de leefwereld en behoeften van inwoners en professionals

Dit is een productie van GGD Haaglanden,
Haagse Aanpak Gezond Gewicht (HAGG),
in samenwerking met de gemeente Den Haag.

Meer weten over ons programma?

www.ggdhaaglanden.nl/hagg
gezondgewicht@ggdhaaglanden.nl

Redactie: Wendy Schneider (programmamanager HAGG)
Kirsten Witjens van Vliet (Beleidsadviseur Volksgezondheid)
Sandra Ringeling (Senior communicatieadviseur)

Vormgeving: Haagsblauw

**Bewaakt, beschermt en
bevordert de gezondheid**