



Handreiking Gezonde Gemeente: overgewicht

Ongeveer de helft van alle volwassenen en een op de zes kinderen in Nederland kampt met overgewicht of obesitas. Zij hebben een verhoogde kans op tal van ziekten en chronische aandoeningen, zoals diabetes, kanker en psychische klachten. Gemeenten kunnen veel doen om overgewicht te voorkomen en terug te dringen, vooral door mensen in beweging te krijgen en een gezonde en gevarieerde voeding te stimuleren. Overgewicht is een van de thema's in de Handreiking Gezonde Gemeente, die helpt bij het opstellen, uitvoeren en evalueren van gemeentelijk gezondheidsbeleid. In deze samenvatting van het thema 'Overgewicht' leest u welke rol gemeenten samen met partnerorganisaties kunnen spelen. De volledige handreiking vindt u op www.loketgezondleven.nl.

Cijfers, trends en maatschappelijke kosten

Veel mensen eten meer dan ze nodig hebben. Doordat het overschot aan energie wordt opgeslagen als vet, kan overgewicht of obesitas (ernstig overgewicht) ontstaan. Sinds ongeveer 2000 schommelt het percentage volwassenen met overgewicht rond de 40% voor vrouwen en 50% voor mannen. Het percentage kinderen met overgewicht en obesitas neemt toe. Overgewicht bij kinderen heeft zowel in de kindertijd als op latere leeftijd gevolgen voor de gezondheid.

De (indirecte) kosten van overgewicht en obesitas voor de gezondheidszorg en als gevolg van ziekteverzuim of arbeidsongeschiktheid worden geschat op 2 miljard euro per jaar en lopen het komende decennium naar verwachting op naar 4 tot 5 miljard euro.



Integrale aanpak

Voor een effectieve preventie van overgewicht is integraal beleid nodig. Dat betekent dat gemeenten beleid ontwikkelen dat inspeelt op meerdere factoren die overgewicht veroorzaken. Een belangrijk uitgangspunt is het mogelijk maken van een gezonde keuze op het gebied van voeding en beweging. Dit vereist niet alleen maatregelen vanuit gezondheidsbeleid, maar ook op andere beleidsterreinen zoals onderwijs of ruimtelijke ordening.

Andere beleidssectoren

Een belangrijke stap tijdens de voorbereiding van gezondheidsbeleid is met andere beleidssectoren te bespreken wat zij al doen op het gebied van overgewicht en hoe dat versterkt kan worden. Een belangrijke succesfactor voor intersectorale samenwerking is aandacht voor de mogelijke prioriteiten en belangen van alle betrokken sectoren.

Sector	Belangen
Onderwijs	minder schooluitval, hoger slagingspercentage
Ruimte en wonen	gezonde groene omgeving, hogere waarde vastgoed
Milieu	meer lopen en fietsen, minder vervuiling
Economie	beter vestigingsklimaat voor bedrijven vanwege de gezonde beroepsbevolking
Veiligheid	verkeersveilige situatie rondom scholen die lopen en fietsen stimuleert
Toerisme	groene en gezonde gemeente als marketingargument
Sport	meer sportparticipatie door verbreding en aanvulling van taken buiten het sportaanbod

Samenwerking organiseren

De inbreng van lokale partners bij het terugdringen van overgewicht is erg belangrijk. Zij kennen de actuele stand van zaken en hebben zicht op knelpunten en actuele ontwikkelingen. Een helder onderscheid tussen de verschillende rollen is daarbij van belang. Raadpleeg de handreiking voor samenwerkingstips en informatie over de aansluiting tussen preventie en zorg.

Wat vindt u in de handreiking?

Het thema 'Overgewicht' in de Handreiking Gezonde Gemeente helpt bij het in kaart brengen van lokale gezondheidsproblemen en doelgroepen met betrekking tot overgewicht. Daarnaast leest u welke samenwerkingspartners binnen en buiten het gemeentehuis een rol kunnen spelen en vindt u concrete voorbeelden van beleidsdoelen en een integrale aanpak. Ook de randvoorwaarden voor beleid en uitvoering en de evaluatie komen aan bod. Tips, praktijkvoorbeelden, interventieoverzichten en links naar relevante websites helpen u snel op weg. U vindt de volledige handreiking op www.loketgezondleven.nl.

Lokale mix van interventies

Bij de vertaling van doelstellingen naar een concreet uitvoeringsprogramma stelt de gemeente met partners een mix samen van lokaal samenhangende interventies. Het is van belang om burgers hierbij te betrekken. De aanpak kan dan zo veel mogelijk aansluiten bij de mogelijkheden en belemmeringen van de doelgroepen. De 'pijlers' van een integrale aanpak in de handreiking geven houvast bij het samenstellen van zo'n mix aan interventies:

- *Pijler 1: inrichting van de omgeving.* Voorbeeld: verschillende speeltuintjes in een buurt zijn met elkaar verbonden, zodat kinderen meer bewegingsvrijheid hebben.
- *Pijler 2: regelgeving en handhaving.* Voorbeeld: in subsidie- of vergunningseisen neemt de gemeente voorwaarden op over het voedselaanbod in de openbare ruimte.
- *Pijler 3: voorlichting en educatie.* Voorbeeld: scholen hebben een Gezonde Schoolkantine.
- *Pijler 4: signalering en advies.* Voorbeeld: scholen en het Centrum voor Jeugd en Gezin signaleren kinderen met overgewicht en verwijzen ze door naar aanbod op maat.
- *Pijler 5: ondersteuning.* Voorbeeld: jongeren van 13 tot 18 jaar doen mee aan Realfit, een cursus die bestaat uit fitnessoefeningen en begeleiding door een diëtist.

In de handreiking vindt u een volledig interventieoverzicht.

Wilt u advies?

Wilt u meer informatie of advies op het gebied van overgewichtpreventie? Neem dan contact op met het Voedingscentrum of het NISB.

Dit is een uitgave van:

Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu

Postbus 1 | 3720 BA Bilthoven
www.rivm.nl

Centrum Gezond Leven

www.rivm.nl | centrumgezondleven@rivm.nl | (030) 274 85 73

NISB

www.nisb.nl | info@nisb.nl | (0318) 49 09 00

Voedingscentrum

www.voedingscentrum.nl | info@voedingscentrum.nl |
(070) 306 88 88

Overgewicht is een van de thema's in de Handreiking Gezonde Gemeente. Van elk thema en het deel 'Beleidscyclus' bestaat een samenvatting. U vindt de samenvattingen en de volledige handreiking op www.loketgezondleven.nl.

Heeft u tips of geslaagde praktijkvoorbeelden voor de handreiking?

Mail uw suggesties naar centrumgezondleven@rivm.nl.