

DE LEEFLIJN INGREDIËNTEN VOOR DE AANPAK VAN OVERGEWICHT

GEZONDHEIDS
WINST VOOR

ADVIES/INGANG

DOELGROEP INTERVENTIE

INTERMIDIAIR

LESPROGRAMMA'S, ONDERZOEK, CAMPAGNES,
CURSUSSEN, ONDERSTEUNING EN
OMGEVINGSINTERVENTIES (LOCCOO's)

SETTING VAN DE INTERVENTIE

tot 0 jaar	Gerichte voeding – en bewegings adviezen tijdens de zwangerschap en voorbereiding op borstvoeding	(Bijna) zwangere vrouwen	Verloskundigen, gynaecoloog, huisarts	Signaleren en adviseren tijdens verloskundig onderzoek (lokaal)	Verloskundige-huisartsenpraktijk, ziekenhuis
			Diëtist, apotheken, huisarts	Campagnes Borstvoeding verdient tijd (VC) i Hallo wereld (VWS,VC) i	Thuis, werk, massamedia
			Docent	Signaleren en adviseren tijdens zwangerschapscursus/ zwangerschapsgym (lokaal).	Praktijk
0-1 jaar	Borstvoeding tot minimaal 6 maanden	Vrouwen met een pasgeboren kind	GGD, thuiszorg	Signaleren en adviseren tijdens contactmomenten jeugdgezondheidszorg (peiling melkvoeding)	Consultatiebureau, thuis
			Borstvoedings-organisaties	Cursus: borstvoedingsondersteuning (lokaal)	Lokaal afhankelijk
			Huisarts	Campagne: Hallo wereld (VWS, VC)i	Thuis, massamedia
			GGD, consultatiebureau, huisarts, werkgever	Omgeving Promotie van beschikbaarheid van voedkamers/kolfkamers en tijd doormiddel van beeldmerk 'voeden kan hier' en deurhanger (VC)	Consultatiebureau, kinderopvang, thuis, werkplek
1-4 jaar	Gezond eten en bewegen met peuters	Kinderen van 1 t/m 4 jaar	Ouders, thuiszorg, JGZ	Signaleren en adviseren tijdens contactmomenten jeugdgezondheidszorg	Onderzoekslocatie
			Peuterspeelzaalidsters, JGZ, thuiszorg, ouders	Campagnes 'Gezond eten en bewegen met kinderen' Hallo Wereld (VWS, VC in ontwikkeling)	Peuterspeelzaal, thuis
			Peuterspeelzaalidsters, GGD	Lesprogramma Beweegkriebels (NISB) i	Peuterspeelzaal, thuis
			Directie peuterspeelzalen, gemeente	Omgeving Sport en beweegtoestellen (consument en veiligheid).	Wijk, peuterspeelzaal
		Kinderen van 0-4 jaar met overgewicht	Thuiszorg Fysiotherapie	Cursus overgewicht voor peuters (lokaal)	Thuiszorg
4-12 jaar	Aanleren van een gezond eet patroon en het stimuleren van sport/bewegen	Kinderen in de leeftijdsfase van 4 t/m 12 jaar	Leerkrachten, GGD, thuiszorg, provinciale sportraden/NISB	Lesprogramma's: Jump IN (GGD Amsterdam) i Lekker fit! (NHS en Wolters Noordhoff) Schoolgruiten (VC) i Voeding de beste basis (VC) Smaaklessen (VC) i Feestelijke lessen met beweging en voeding (NISB) Vetlekker (Teleac/NOT, VC) De school /de klas beweegt (fysio educatief) Kies voor hart en sport (NOCNSF) Aan de slag met sporten in de BSO (NISB)	School, sportverenigingen, buitenschoolse opvang

			Groep 6 on the Move (NISB, GGD Amstelland, Sportservice Haarlemmermeer) Kids in Balance (Balance Matters) Informatiewaaier lespakketten(NISB) Junior hartdag (NHS)	
			GGD, NISB Onderzoek/signalering Signaleren en adviseren tijdens contactmomenten jeugdgezondheidszorg (GGD) Signaleringsprotocol overgewicht in de JGZ (VUmc) Advisering via PROMIS (VUmc) Sport en beweegscan (NISB) Gewichtige vakleerkracht (Gemeente Den Haag) i	School, onderzoekslocatie
			GGD, thuiszorg , fysiotherapeut Campagnes Gezond eten, gezond bewegen met kinderen (VC) Ga voor gezond (NIGZ) i Het nationaal schoolontbijt (voorlichtingsbureau brood) i Heart dance award (NHS)	School, massamediaal
			GGD, thuiszorg Fysiotherapeut Ondersteunend beleid Traktatiebeleid(VC) Schoolgezondheidsbeleid (NIGZ) Brede school (o.a. VWS, VNG) Gezonde school model (NIGZ) Gezonderwijs (overblijven in ontwikkeling VC en NHS) Beweegmanagement brochure en dvd (NISB) Ondersteunend materiaal: Boekje: Gezond de basisschool door(VC) Brochure: Trakteren(VC) Jongerenwebsite(in ontwikkeling VC) Het winkelspel(VC) Brochure: Beweegnorm (NISB) Ouderavond over voeding en bewegen/Vette verleiders(NHS) Ouderavond Op je brood (Teleac) Sport en kinderopvang in de vereniging (NISB) Werkbundel:Meedoen en meebewegen, hoe doe je dat?(NISB,Arko) Flash! placemat Bewegen de klok rond (NISB) Brochure 'sportieve basis voor de brede school'(NISB)	School
			leerkrachten, ouders, gemeente, Provinciale sportraden Omgeving Sport en bewegtoestellen (consument en veiligheid).*** Beweegvriendelijk schoolplein (o.a zoneparc, pleinplakkers)*** Schoolroute , opwegnaarschool.nl (3vo)*** De schoolbus (Gemeente Den Haag)*** Verkeersslang (DTV consultants)*** Schoolpleinprijsvraag (NHS)*** BOS impuls (NIGZ, NISB)	School, wijk

				Scoren voor gezondheid (NIGZ) i Hollands Welvaren (NHS) Communities in beweging (NISB, St. MEE Noordwest Holland)	
		Kinderen in de leeftijdsgroep van 5 t/m 12 jaar met een beperking	GGD, fysiotherapeut	Cursussen Club Extra ,gericht op motorische achterstand(NebasNsg) Fitkids, gericht op chronische aandoeningen(Fitkids)	School, praktijk
		Kinderen in de leeftijdsgroep van 5 t/m 12 jaar met overgewicht	GGD, Fysiotherapeut, diëtist.	Cursussen Counseling via overbruggingsplan JGZ (KCO) SchoolSlag masterclass gezondeschool (NIGZ)	School,wijk, thuiszorg
		Kinderen in de leeftijdsgroep van 5 t/m 12 jaar/lage SES	GGD,vrijwilligers	Kinderkookcafe(VC)	Wijk
12-19 jaar	Stimuleren van een gezond eetpatroon en het aanzetten tot een actieve leefstijl	Jongeren in de middelbare school leeftijd	Docenten, jongerenwerkers, sportconsulenten , GGD.	Lesprogramma's De gezonde schoolkantine (VC) Weet wat je eet (VC) i Fruitdate (Gemeente Den Haag) i Over Gewicht (teleac/NOT, VC) WhoZnext (NISB) CITO lespakket actieve leefstijl (NISB)	School, sportvereniging, wijk
			GGD, NISB	Onderzoek Signaleren en adviseren tijdens contactmomenten jeugdgezondheidszorg Sport en beweegscan (NISB) Sportvraagwijzer (NISB)	School, onderzoekslokatie
			Docenten	Campagnes: Stimuleringsprijs gezonde schoolkantine (VC)** VMBO on the move (NISB) Get up (NISB)	School
				Ondersteunend beleid Kantinebeleid (VC) Gezonde school model (NIGZ) Schoolgezondheidsbeleid(NIGZ) Beweegmanagement (NISB) Ondersteunend materiaal: Get Up! Scholenprogramma (NISB) Game Box WhoZnext (NISB)	
			Docenten, GGD, Gemeente	Omgeving Beschikbaarheid van waterautomaten (Stichting waterwijs)** Automatenproject (in ontwikkeling VC, NIGZ, TNO)** BOS impuls (NIGZ, NISB)	Wijk, school

		Jongeren in de middelbare school leeftijd van allochtone afkomst	Moderators, docenten	Ondersteunend materiaal Moderators op internetsites voor allochtonen doelgroepen (VC, In ontwikkeling) Hart voor je leven (NHS)	School, thuis
		Jongeren in de middelbare school leeftijd met overgewicht	Thuiszorg, diëtist vakantiecoach Fysiotherapeut	Cursus Real fit (GGD ZZL) i Real Victory (Victory for life) Vakantiekamp: Victory Camp (Victory for life) cursus overgewicht (lokaal)	School, wijk, vrije tijd
19-25 jaar		Adolescenten	GGD, welzijnswerk, docenten, studentenverenigingen.	Campagne De studentenkeuken(VC)	School,
25-55 jaar	Gezonde energie balans = gezond eten+gezond bewegen+ een Balansdag wanneer nodig	Volwassenen in de leeftijd van 25 t/m 65 jaar.	GGD, huisarts, sportvereniging, Diëtist, provinciale sportraden	Campagnes Gezond gewicht (VC) 30 minuten bewegen (NISB) Netwerk sportief wandelen (NHS en KNAU) Kijk op diabetes (NISB, Ned. Diatetes federatie, NIGZ, Voedingscentrum) Beweegmaatje (NISB, NIGZ) Bewegen op recept (Gemeente Den Haag) Lunchwandelen (NISB)	Massamedia
			Werkgever, diëtist, provinciale sportraden, GGD	Ondersteunend beleid Handboek Balansdag op de werkplek (VC) Advisering NIGZ werk&gezondheid (NIGZ) Ondersteunend materiaal Calorie checker(VC) Caloriewijzer(VC) Balansdag(VC) Energiebalans(VC) Taille lint(VC) Eet gezond, eet volgens de schijf van vijf(VC) Vet, groente wijzer (VC) Handboek bedrijfsvoedingsprogramma: Durf te kiezen, eet gezond (NIGZ) Broodje gezond op het werk: korte informatie over gezond eten en werken (NIGZ) In beweging via het werk: een stappenplan voor bedrijven om werknemers te stimuleren tot gezond bewegen (NIGZ) In beweging via het werk: korte informatie over meer bewegen en gezonder werken (NIGZ) Werkbundel:Meedoen en meebewegen, hoe doe je dat?(NISB?Arko) Handleiding+DVD Communities in Beweging(NISB) Coachmethode	Werk, thuis

			GGD, Gemeente, provinciale sportraden	Omgeving 'Goede voeding hoeft niet veel te kosten..' (GGDZL) Fiets naar je werk (COS Nederland, NIGZ, fietsersbond)*** Veilige loop en wandelroutes (KNAU, NHS)*** Communitieprojecten o.a: Big! Move (Amsterdam) Hartslag (Limburg), Gelijke gezondheid gelijke kansen (GGD HVB) Lijf in balans grijp je kans (GGD MH), CiB (NISB) Stimuleren van traplopen (foodsteps)	Wijk, werk
		Volwassenen in de leeftijd van 25 t/m 65 jaar van buitenlandse afkomst	GGD, diëtist	Ondersteunend materiaal Gezond eten en bewegen voor mensen van Turkse, Marokkaanse, Surinaamse en Antilliaanse afkomst (VC) Scheurblok: 'Voedingsadviezen in beeld' (NIGZ, VC)	Massamedia, praktijk
		Volwassenen in de leeftijd van 25 t/m 55 jaar met overgewicht	Gemeente GGD, Diëtist	Campagne Gewicht coach (VC, in ontwikkeling)	Thuis, praktijk
			GGD, diëtist	Ondersteunend materiaal Ettabel(VC) Energie beperkt dieet (VC)	Thuis, praktijk
55 jaar en ouder	Gezonde energie balans =gezond eten+gezond bewegen+ een balansdag wanneer nodig	Senioren vanaf 55 jaar en ouder	GGD, SWO, Provinciale Sportraden, consulenten ouderen	Campagnes NIB-tv (Avro televisie) 30 minuten bewegen (NISB) Gezond en Vitaal (TNO) Bewegen op recept (Gemeente Den Haag)	Massamedia, thuis
			GGD, SWO, Provinciale Sportraden, consulenten ouderen	Cursus Halt u Valt (Consument en veiligheid) Cursusreeks Bewegen en gezondheid (NISB) Voorlichting gezonde leefstijl (NHS)	Lokaal afhankelijk
			GGD, SWO, Provinciale Sportraden, consulenten ouderen	Ondersteunend beleid Taskforce 50-plus (NISB) DVD Bewegen met plezier beweegbeleid op woonzorginstellingen. (NISB) Ondersteunend materiaal Netwerk sportief wandelen (NHS en KNAU) Bewegen doe je zo (NISB) Bewegen met plezier box voor wooninstellingen (NISB) Beweegwijzer voor 55-plussers (NISB) Video:Bewegen doe je zo (NISB) Veilige wandelroutes, rollators en rolstoelroutes (NHS, KNAU)	Zorginstellingen, lokaal afhankelijk

		Senioren van 55 jaar en ouder /ouderen met een lichamelijke beperking	GGD, SWO	GALM/SMALL(NISB, RUG) SCALA (NISB, RUG)	Wijk, lokaal afhankelijk
--	--	---	----------	--	--------------------------

Gebruik LEEFLIJN

Stap 1.	Stap 2.
Selecteer de leeftijdscategorie.	Stel een basispakket samen door ingrediënten te selecteren. Indien beschikbaar minimaal: Lesprogramma Onderzoek/signalering instrument Campagne Cursus Ondersteunend beleid/materiaal Omgevingsinterventie Door op de ingrediënten te klikken wordt u doorgelinkt naar de betreffende internetpagina!

i = interventie met internet ondersteuning.

*** Voorbeelden die insteken op kansrijke omgevingsgerichte maatregelen RIVM, 2006. Een gezonde omgeving ter preventie van gewichtsstijging: nationale en lokale mogelijkheden.

Database

www.nigz.nl/focus
www.quidatabank.nl
www.gezondeschool.nl
www.schoolslag.nl
www.projectenbanksportenbewegen.nl
www.sportengemeenten.nl

Deze LEEFLIJN wordt periodiek geactualiseerd, mogelijke aanvullingen/opmerkingen kunt u mailen naar professionals@voedingscentrum.nl

