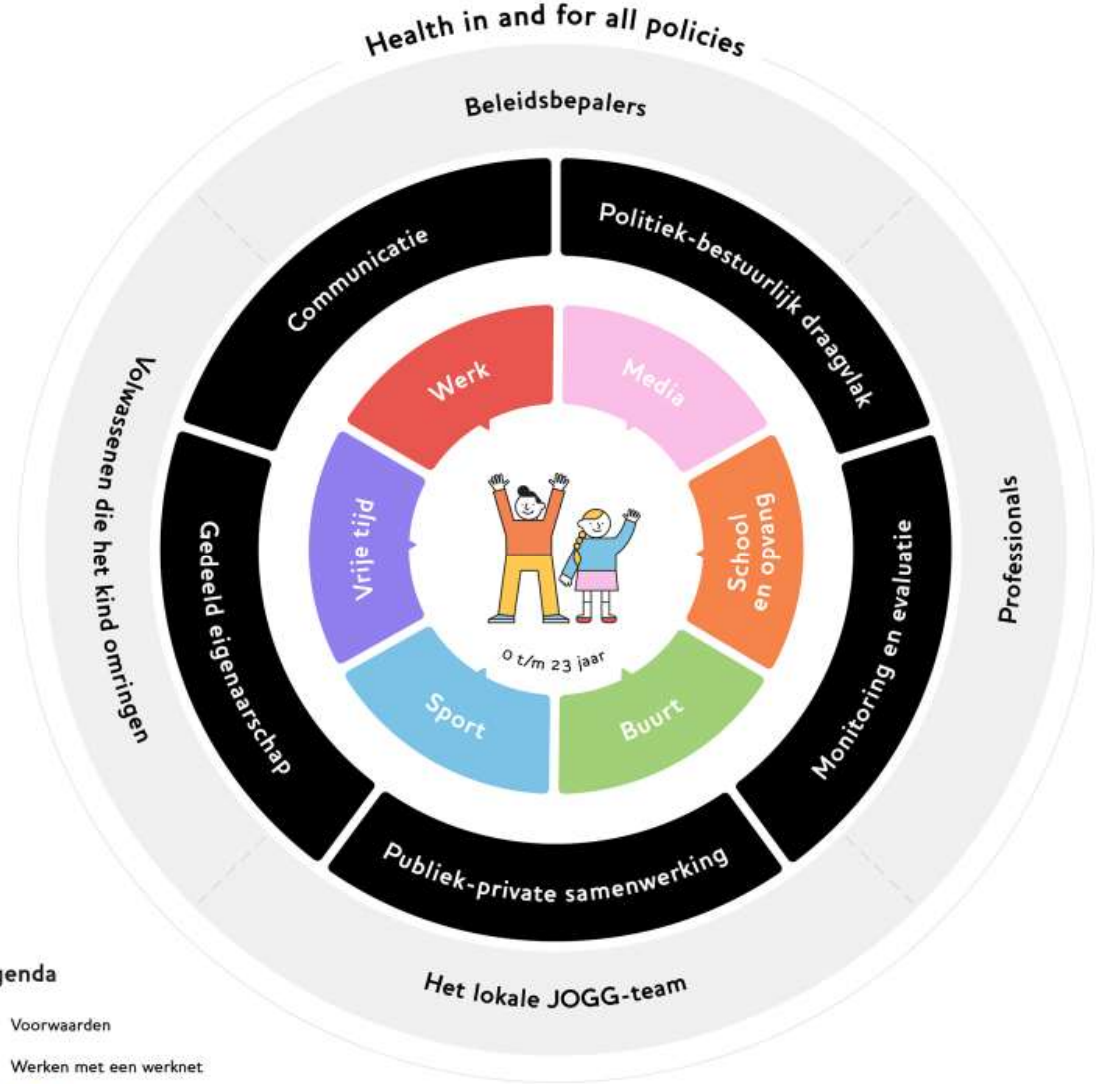
gezonde basisschool van de toekomst

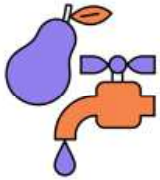
Powered by JOGG

JOGG en GBT

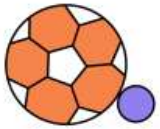


Zo creëer je een gezonde samenleving

We focussen op



Gezonde voeding



Genoeg bewegen



Voldoende ontspanning

Wat is GBT



Wat is de GBT formule?

Wat is de GBT formule?

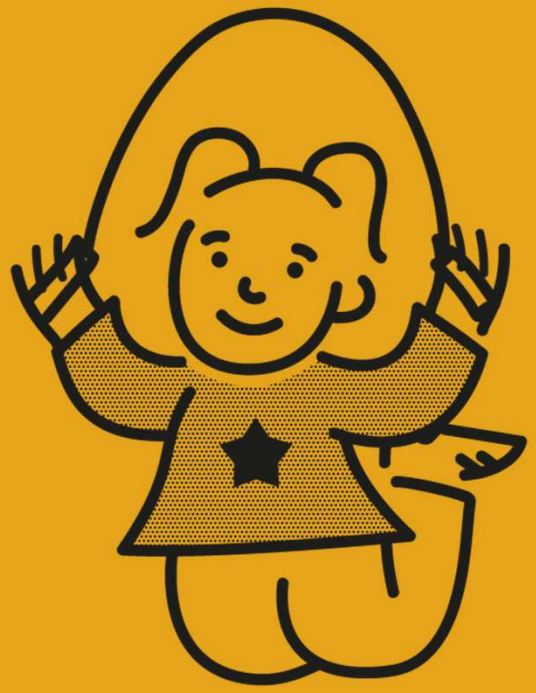
1. Bewegen
Alle kinderen bewegen in totaliteit minstens één uur matig intensief per schooldag

2. Gezonde Voeding
Alle kinderen eten dagelijks een gezonde lunch* en gezonde tussendoortjes op school

(Zeer) wenselijk:

- Waterdrinkbeleid
- Feestbeleid
- Voedingseducatie

** Minimaal 3x per week gezonde lunch*



Waarom GBT

Ontstaan en onderzoek

Parkstad

Limburg, 2015

60%

Beweegarmoede
In Parkstad voldoet 60% niet aan de beweegrichtlijnen.
In Nederland is dit lager: 50%.

71%

Ervaart gezondheid (zeer) goed
In Parkstad ervaart 71% van de bevolking de gezondheid als (zeer) goed.
Gemiddeld is dit in Nederland hoger: 79%.

20%

Uitkering
Maar liefst 20% van de bevolking heeft een uitkering in Parkstad.
In Nederland is dit gemiddeld 12,3%.

9 jaar

Levensverwachting
Mensen met een hoog inkomen versus mensen met een laag inkomen leven gemiddeld 9 jaar langer.

20%

Obesitas
In Parkstad heeft 20% van de bevolking obesitas.
Gemiddeld is dit in Nederland lager: 14%.

58%

Overgewicht
In Parkstad heeft 58% van de bevolking overgewicht.
In Nederland is dit gemiddeld veel lager: 50%.

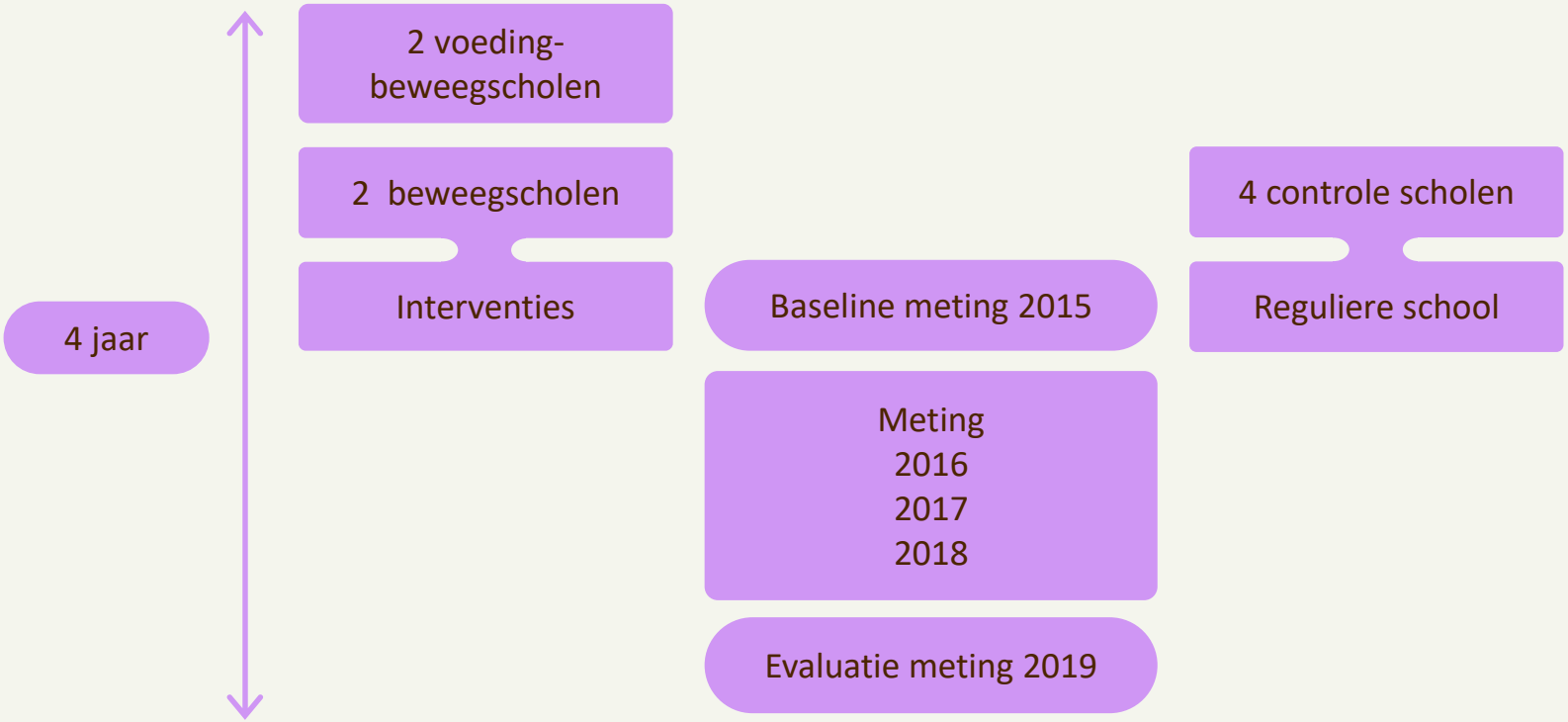
€7.000

Verschil in salaris
In Parkstad ligt het gemiddelde salaris € 7.000,- lager dan gemiddeld in Nederland.

15 jaar

In goede gezondheid
Mensen met een hoog inkomen versus een laag inkomen leven gemiddeld 15 jaar langer in goede gezondheid

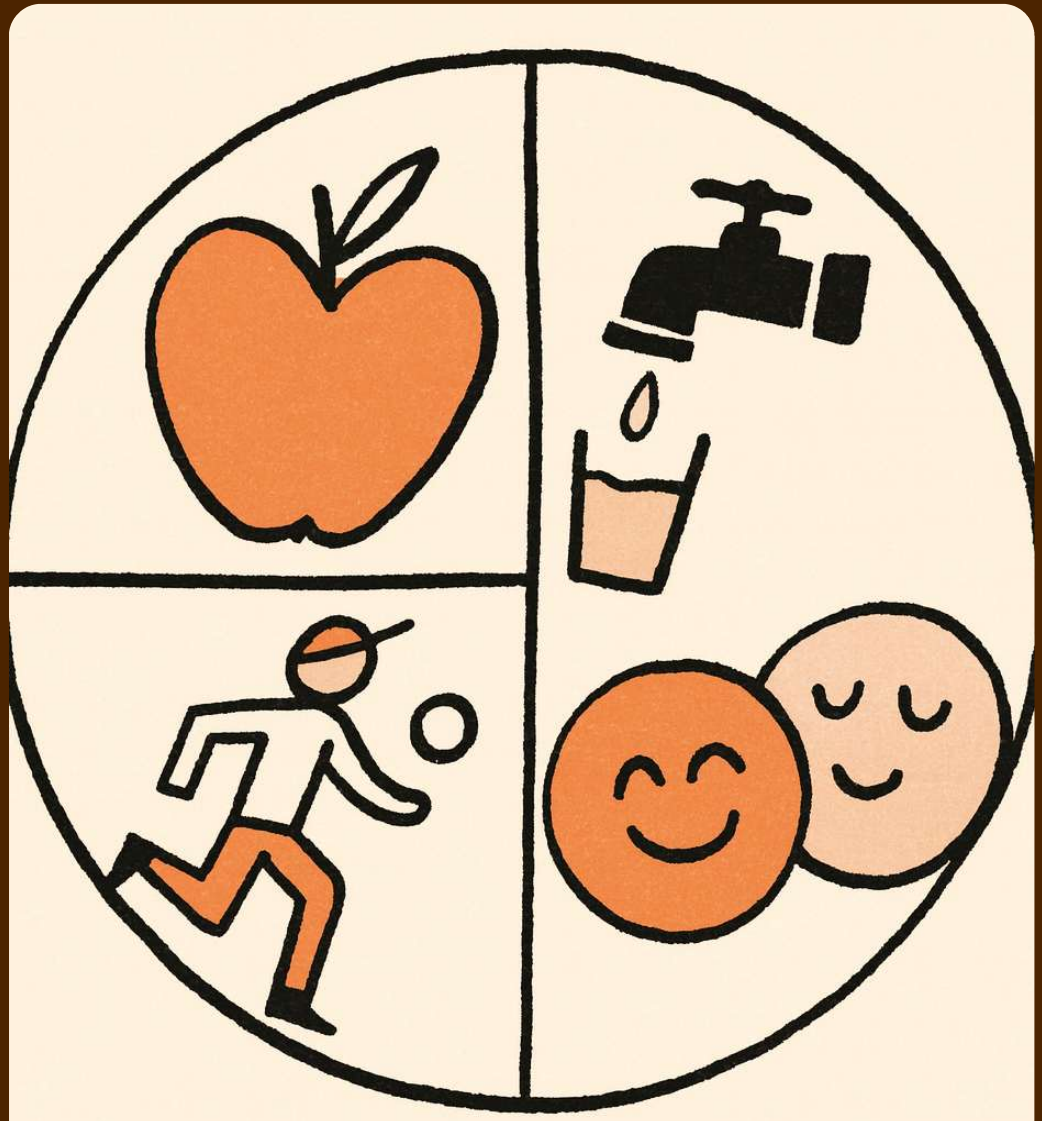
Onderzoeksproject GBT
in regio Parkstad (Zuid-Oost Limburg)



Resultaten (1)

- Rekenvaardigheid[4]
- Intensiteit van bewegen[3]
- Water drinken[2,3]
- Gezond voedingsgedrag[2,3]
- Voorspellers voor hart- en vaatziekten (BMI z-score[1,2], middelomtrek[2])

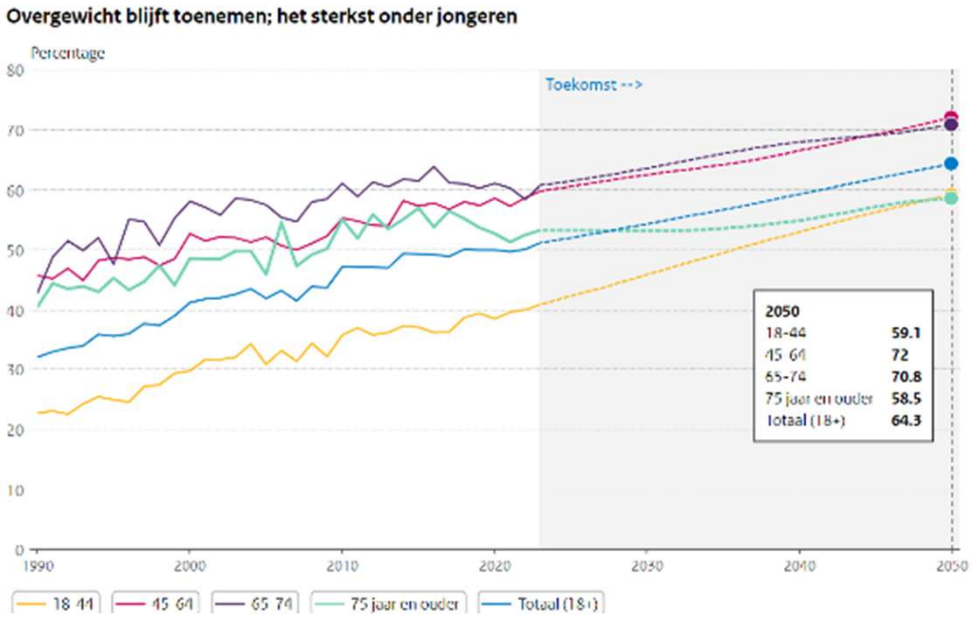
1: Kortetermijneffecten-van-De-Gezonde-Basisschool-van-de-Toekomst-op-de-BMI-z-score-van-kinderen.pdf
2: Bestrijding van de obesitasepidemie met een schoolgeboden interventie.pdf
3:Kortetermijneffecten-van-De-Gezonde-Basisschool-van-de-Toekomst-op-het-eet--en-beweeggedrag-van-kinderen.pdf
4: Children who get a healthy lunch and more exercise at school do better in maths - News - Maastricht University



Overgewicht

RIVM – VTV 2024

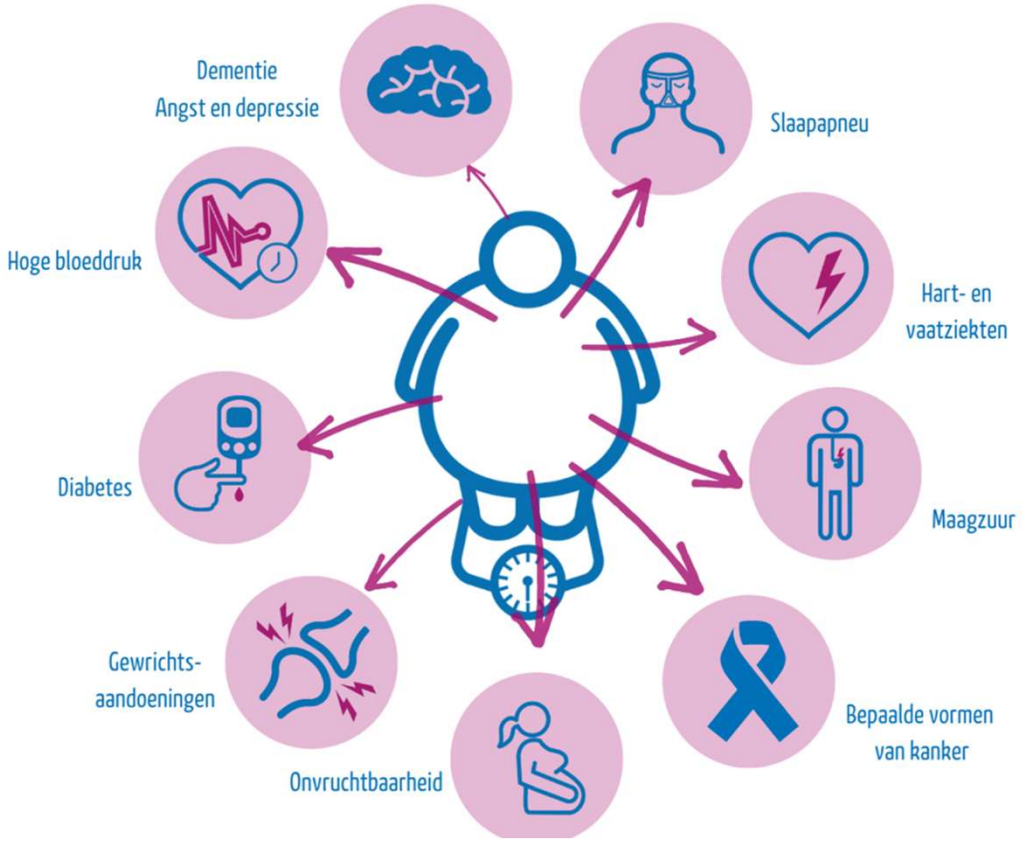
Volwassenen met overgewicht:
51,5% → 64,3%



Bron: https://www.volksgezondheidtoekomstverkenning.nl/vtv-2024/trendscenario/determinanten

Overgewicht en aandoeningen

- >= één chronische aandoening: 2022-2050: 1,5 miljoen →12 miljoen
- Steeds jongere leeftijd overgewicht; mee in verdere leven.
- Meeste ziektelast: gedrag & persoonsgebonden factoren.



Jongeren bewegen steeds **minder en steeds slechter**

56,8%

Van de kinderen (4 t/m 11jaar) voldeed in 2022 aan de beweegrichtlijnen

33%

Van de jongeren (12 t/m 17 jaar) voldeed in 2022 aan de beweegrichtlijnen

Van alle basisschoolleerlingen scoorde 24% het afgelopen jaar een onvoldoende voor bewegingsvaardigheid. Specifiek voor de groep kinderen tussen de 9 en 12 jaar lag dat aantal met ruim 33% nog hoger.

Persbericht MQ Scan 2022

Staat van het Onderwijs 2026

Rapport van Onderwijsinspectie

Bevindingen rapport
Leerprestaties stabiel, maar duidelijke knelpunten:

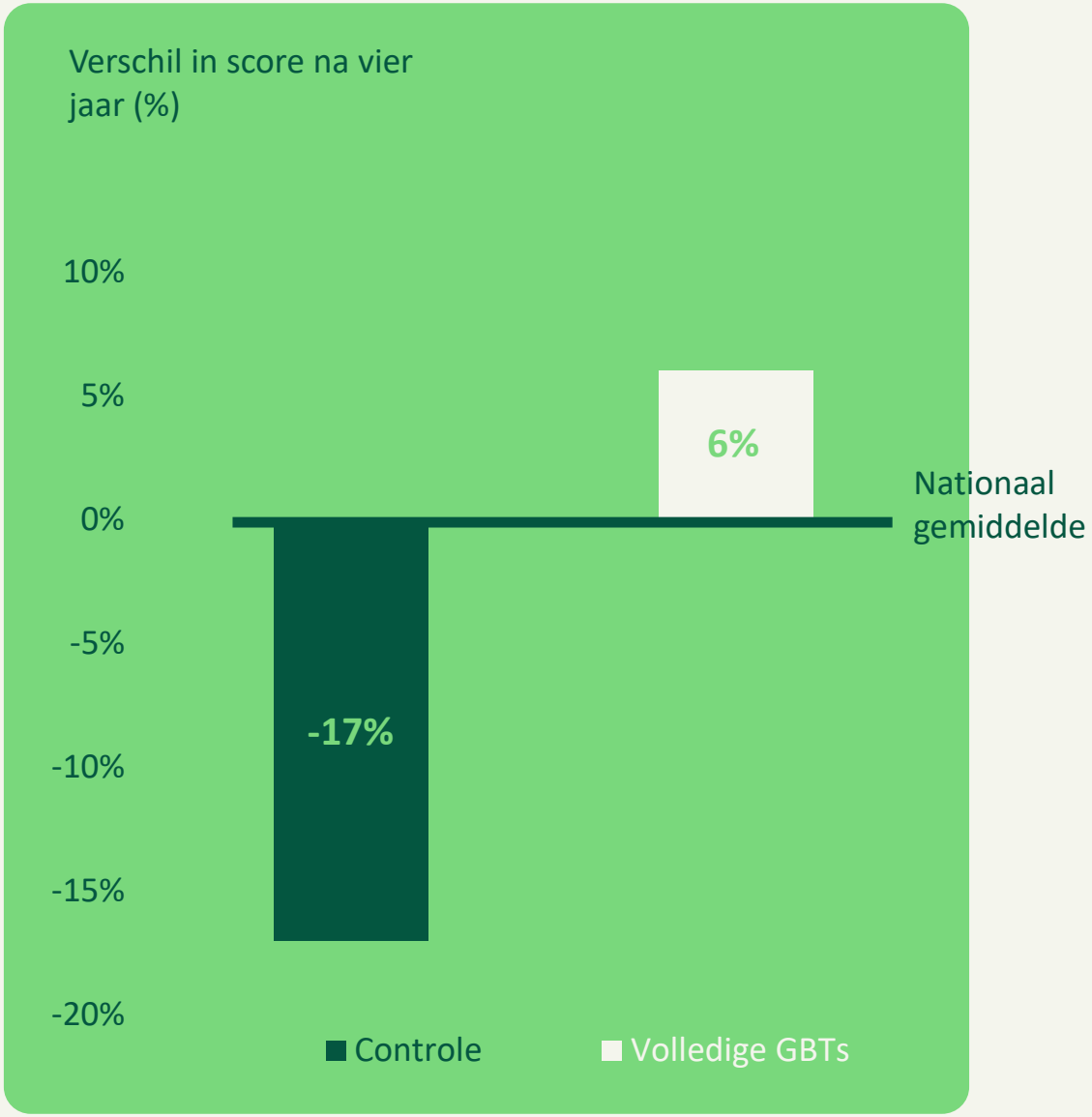
- begrijpend lezen op hoger niveau;
- afname in mondelinge taalvaardigheid;
- zwakke rekenprestaties.

Aanbevelingen rapport

- Geef extra prioriteit aan taal (begrijpend lezen én spreken)
- **Versterk rekenonderwijs, gericht op basisniveau voor alle leerlingen**

Relevantie voor GBT
Kinderen gaan door GBT beter rekenen. Hiermee wordt het rekenonderwijs versterkt.

GBT in Zuid-Limburg: onderzoeksresultaten **rekenvaardigheden**



Resultaten - bijvangst (2)

- Minder conflicten
- Minder pestgedrag
- Beter welbevinden
- Kinderen nemen gezonde gewoontes mee naar huis

Pesten-op-De-Gezonde-Basisschool-van-de-Toekomst;-Een-exploratief-onderzoek.pdf
Een-kwalitatieve-studie-naar-de-impact-van-de-Gezonde-Basisschool-van-de-Toekomst-in-de-thuissetting.pdf

Resultaten - bijvangst (2)

Kortom,

wat maakt

GBT

waardevol?

Kortom wat maakt **GBT waardevol?**

- **Grote impact**, 8 jaar lang, 5 dagen/week. Basis voor gezond leven.
- Lagere **BMI** & betere **rekenvaardigheid**.
- Leraren en leerlingen ervaren minder **pestgedrag** en conflicten, beter **welbevinden**.
- Een **structurele aanpak** gericht op integratie van gezondheid op school.
- **Verminderen kansenverschillen:** gelijke gezondheidskansen, ongeacht achtergrond.
- **Ouderbetrokkenheid:** belangrijke rol ouders. Vanaf start inzet op actief betrekken ouders.

Opties

Voeding, bewegen, financiering



Voeding

opties

koude lunch

Kant-en-klaar



Zelfsmeerlunch



Voeding

opties

warme lunch

Kant-en-klaar



Op school bereid



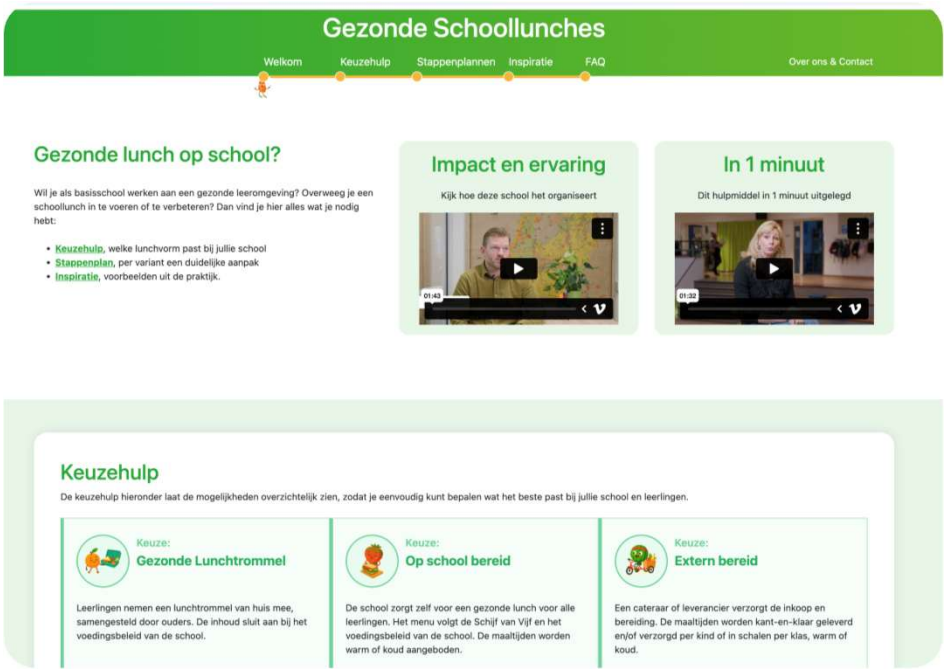
Voeding

opties

Gezonde broodtrommel



Hulpmiddel **Gezonde schoollunches**



Link naar website

Bewegen - opties

Voorschools aanbod
B.v. Daily Mile, ochtendgymnastiek

Begeleid bewegen buitenspelen (pauze)

Begeleiding door externen, oudere leerlingen of tussenschools aanbod (TSO)

Beweegtussendoortjes / energizers

Door eigen docent

Bewegend Leren

Door eigen docent

Naschools aanbod

Kinderen stimuleren deel te nemen

Dynamische schooldag

elke 30-45 min. een beweegmoment, zoals buitenspelen, een lesovergang, een beweegtussendoortje, bewegingsonderwijs of een wandeling (zoals de Daily Mile).

In Limburg: verlengde schooldag.
Geeft ruimte voor extra beweegtijd. Geeft ouders ruimte. Vraagt aanpassing school en leerkrachten.



Kan iedere **bassischool dit doen?**

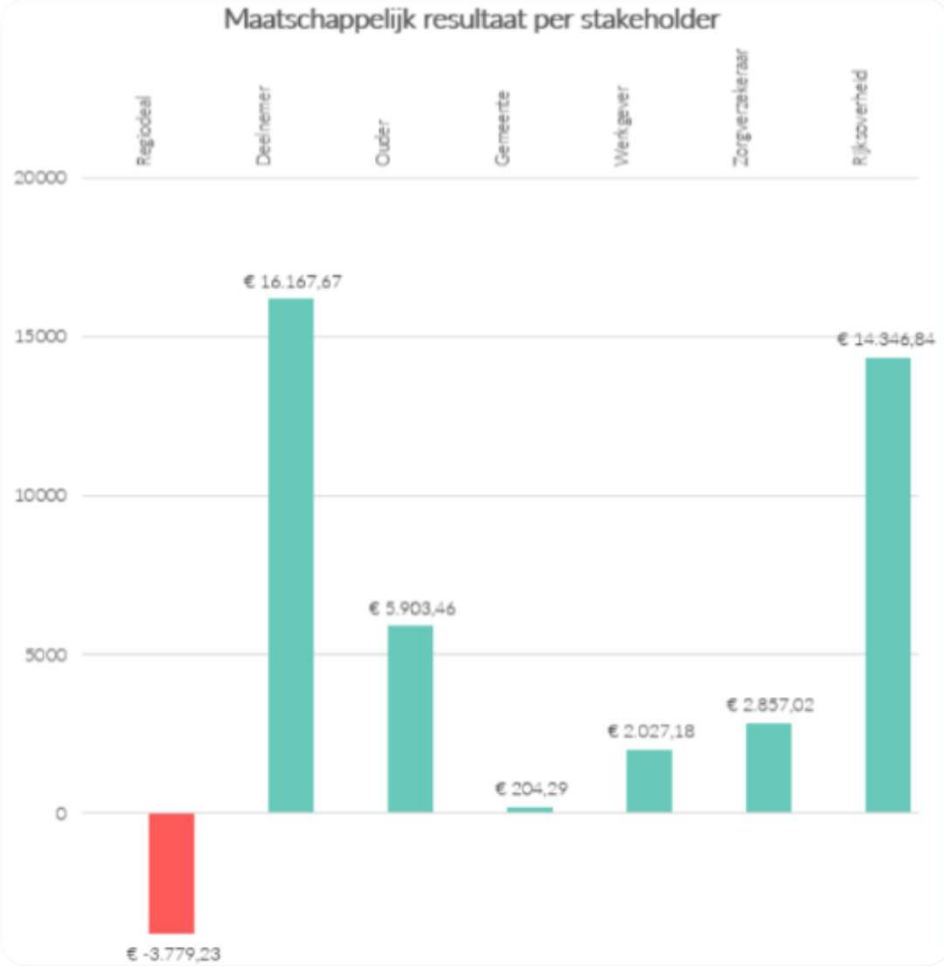
- **JA!**
- Liefst: door de school aangeboden lunch & begeleid bewegen.
- Maar altijd opties!
- Bij weinig of geen financieringsmogelijkheden:
  - Lunch: Gezonde broodtrommel **JOGG-Academy | Trommel zonder Rommel**
  - Bewegen: B.v. beweegtussendoortjes, bewegend leren, Daily Mile, schoolpleinaanpassingen, naschools aanbod gemeente

Financiering - opties

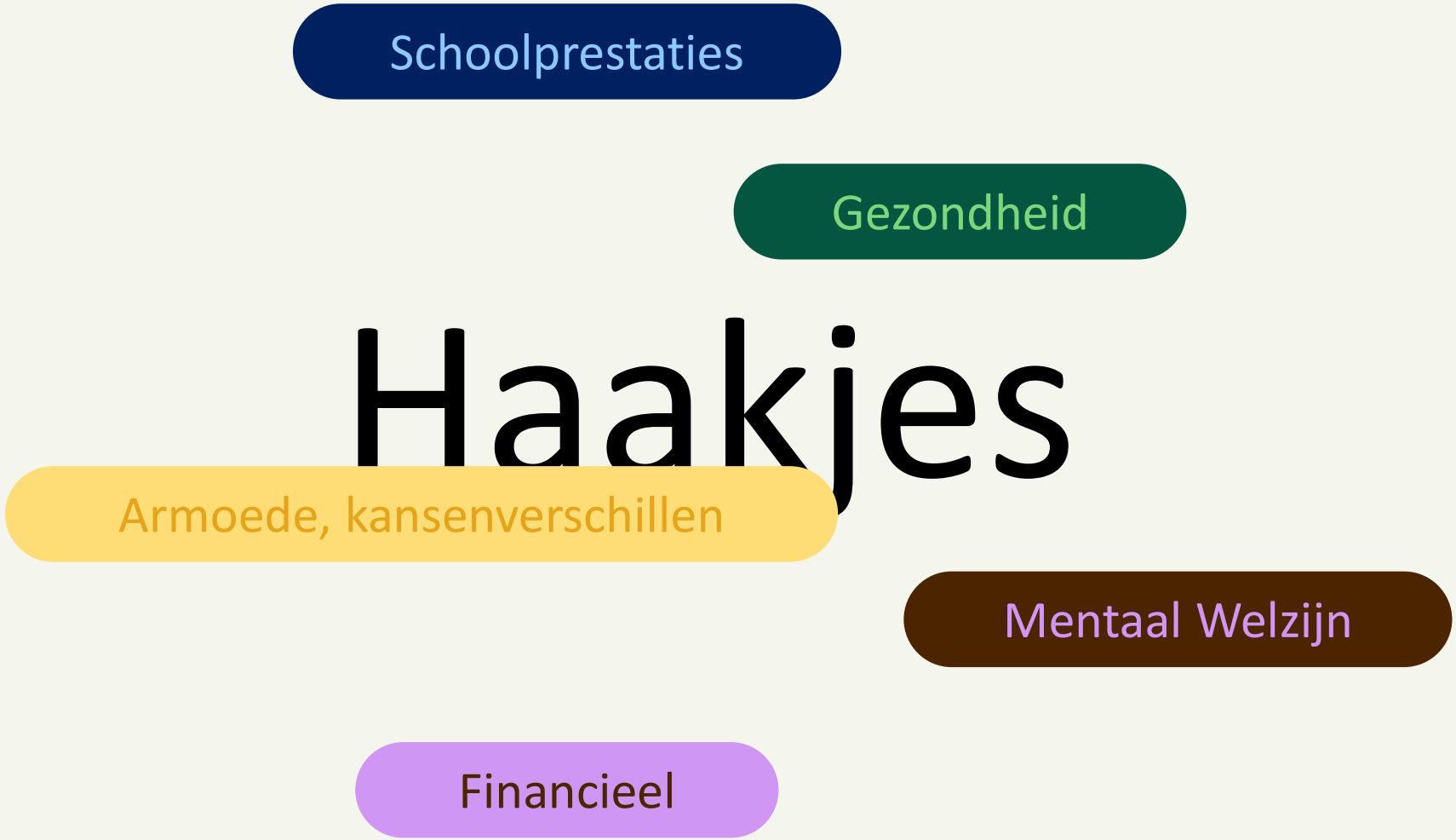
- **Programma Schoolmaaltijden (zie http://schoolmaaltijden.nl/)** minimaal 30% ouders met smalle beurs op school
- **Subsidieregeling School en Omgeving**
  Als school die al heeft, nu niet aan te vragen, wordt combinatieregeling
- **Subsidieregeling Brugfunctionaris**
- **EU-Schoolfruit**
  Aanvraagperiode 2026: 31 augustus t/m 11 september
- **Gemeente**
  bijv. GOAB-, GALA-, AZWA-middelen
- **Bijdrage kerk/Rotary/lokale ondernemers etc.**
- **Ouderbijdrage** – in Limburg nu €1,75
  Als ouders niet kunnen betalen, mogelijk: http://www.leergeld.nl/

Financiering opties

SROI **rapporten**



Gemeente Venlo
RIVM
Deloitte


Schoolprestaties
Gezondheid
Haakjes
Armoede, kansenverschillen
Mentaal Welzijn
Financieel

Hoe en **met wie?**

- De kernelementen zijn de stip op de horizon
- Met stapjes die passen bij de school
- JOGG is inspirator en verbinder van het netwerk
- Kwartiermakers en Gezonde School-adviseurs helpen de school

JOGG

Gezonde School

Kenniscentrum Sport & Bewegen

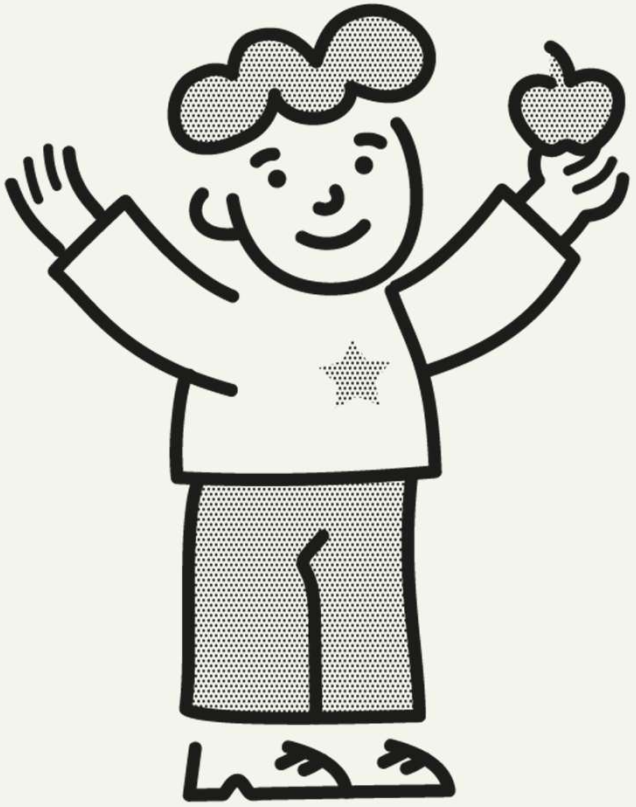
Samen sterk!

Stichting Gezonde Basisschool van de Toekomst

Voedingscentrum

Universiteit Maastricht

GBT en
Gezonde School




3
1
+
1
=
JOGG + GEZONDE SCHOOL
ER ONTSTAAT EEN BREDE BEWEGING

Vragen
tot zover?

www.degezondebasisschoolvandetoekomst.nl