

Brunssum in actie werpt vruchten af

Enkele jaren geleden kwam naar voren dat in de Zuid-Limburgse gemeente Brunssum naar verhouding meer kinderen zijn met overgewicht en motorische achterstanden. De gemeente Brunssum en RiskCare Preventie besloten daarom in 2014 hun samenwerking te intensiveren en te starten met Brunssum in actie, dat zich richt op basisscholen. Na drie jaar zijn de resultaten van deze campagne zo positief en is het enthousiasme bij de deelnemende basisscholen zo groot, dat is besloten nog drie jaar door te gaan. Daarbij wordt nu ook de peuteropvang betrokken.

TEKST: PETER BEKKERING



Jeroen Matthes is motorisch remedial teacher en projectmanager bij RiskCare Preventie, een dochteronderneming van de Limburgse fysiopraktijk

FysioStofberg. RiskCare Preventie houdt zich bezig met preventie van motorische ontwikkelingsachterstanden en overgewicht bij kinderen van 2 tot en met 19 jaar. Daarbij heeft RiskCare Preventie twee interventies zelf ontwikkeld: KidsXtra en Skills4life. KidsXtra is voor kinderen van 2 tot en met 7 jaar met een motorische ontwikkelingsachterstand. Skills4life is voor kinderen van 7 tot en met 19 jaar met overgewicht. Daarnaast zijn er veel samenwerkingsverbanden met bestaande interventie-eigenaren, zoals bijvoorbeeld Lekker Fit!, een lespakket voor een gezonde leefstijl voor basisschoolleerlingen. "Wij vinden dat we niet altijd zelf het wiel hoeven uitvinden om goede interventies uit te zetten." De twee interventies van RiskCare Preventie staan ook op de Menukaart Sportimpuls, een overzicht van succesvol sport- en beweegaanbod dat de afgelopen jaren ontwikkeld is door verschillende partijen.

We vinden het belangrijk dat we zelf ook op de werkvloer aanwezig kunnen zijn



ZUID-LIMBURG

RiskCare Preventie, gevestigd in Zuid-Limburg, focust zich voornamelijk op Zuid-Limburg. "We vinden het belangrijk dat we zelf ook op de werkvloer aanwezig kunnen zijn, omdat we merken dat we als medewerkers van RiskCare Preventie veel kunnen betekenen in het motiveren en inspireren." Wel werkt RiskCare Preventie voor haar eigen interventies samen met organisaties in heel Nederland: "Wij verzorgen dan alleen opleiding en coördinatie. We proberen in een dag of in twee dagdelen personeel dat met onze interventies gaat werken zo op te leiden dat ze het uitvoeren zoals wij het zouden doen."

RiskCare Preventie werkt al sinds 2010 samen met de gemeente Brunssum. "In de eerste vier jaar hebben we twee interventies uitgevoerd en gecoördineerd voor de gemeente Brunssum. Interventies die vooral waren gericht op bewegen voor de jonge doelgroep.

Zeker bij het leefstijlprogramma is het belangrijk dat ouders dit omarmen

primair onderwijs? Vervolgens zijn we op zoek gegaan naar een aanpak die paste bij de gemeente Brunssum en die toepasbaar is op iedere school. Zodat iedere school zou zeggen dat ze mee wilden doen." De aanpak richtte zich daarom niet alleen op motoriek en bewegen, maar ook op voeding en het maken van gezonde keuzes. "We wilden preventief overgewicht aanpakken, maar ook curatief ermee bezig zijn."

DRIE PIJLERS

Het resultaat was de campagne Brunssum in Actie van de gemeente Brunssum en RiskCare Preventie. De campagne bestaat uit drie pijlers, Preventie, Signalering en Curatie. "Die sluiten aan bij het gedachtengoed van ons bedrijf: preventief werken en vanuit signalering ook de geïndiceerde preventie ingaan. We noemen dat hier Curatie, maar dat is het eigenlijk niet. Het is geen eerstelijnszorg, maar meer het voorkomen dat het veel erger wordt. Daarbij gaat het er eerst om om preventief op scholen bepaalde zaken structuur te geven, vervolgens om het screenen van de hele school



of een bepaalde groep en tenslotte om het uithalen van de hiaten uit de screening en het daarmee aan de slag gaan." De campagne is van 2014 tot 2017 drie jaar lang op elke school uitgevoerd, met maatwerk per school. "Het is heel belangrijk om de juiste structuur aan interventies op school te geven en het juist te presenteren. Want dan gaan scholen zich ook deels eigenaar voelen van het programma." Belangrijk was ook om de interventies niet te presenteren als een extra taak – "daar is meestal geen tijd voor" – maar als kwaliteitsimpuls van bestaande zaken die al werden gedaan. "We hebben tegen groepsleerkrachten gezegd: het lijkt veel, maar het is allemaal in plaats van." Bovendien helpt Brunssum in Actie de school op weg. "Bij Kleuters in Actie – het motorisch bewegingsonderwijs voor de groepen 1 en 2 – doen we het eerst een half jaar voor en dragen we het daarna stapsgewijs over aan de groepsleerkrachten. Daarbij is inspireren belangrijk: we laten de leer-

krachten aan de hand van reacties en de ontwikkeling van kinderen zien wat ze met de nieuwe methode kunnen bereiken."

Hetzelfde gebeurt met Lekker Fit! "We zeggen niet dat ze het boekje moeten afwerken, maar laten zien hoe de onderdelen eruit kunnen aansluiten bij bestaande projecten en thema's. Die projecten en thema's zijn overigens per school vaak verschillend georganiseerd. Ik denk dat de aanpak om het eigenaarschap van interventies zoals Lekker Fit! bij de scholen te leggen en hen niet een draaiboek te geven waar ze zich aan moesten houden een key-factor is voor het succes van Brunssum in Actie."

Om in het tweede jaar een extra impuls te geven aan Lekker Fit! verzorgde Matthes op elke school in elke klas een gastles. "Het doel was om aan leerkrachten te laten zien hoe ik het als professional zou aanpakken".

MONITOREN EN SIGNALEREN

Naaast preventie met interventies zoals Lekker Fit! en Slim in actie wil Brunssum in Actie ook monitoren en signaleren. "Dat hebben we gedaan met het digitaal leerlingvolgsysteem Stimuliz van Wim van Gelder en Hans Stroes. Daarbij hebben we een BMF-meting gedaan en de motorische ontwikkeling getest. Dankzij Stimuliz hebben we de totale populatie in beeld en zicht op waar de hiaten zitten. Dat kunnen wij-ken of scholen zijn, maar ook bijvoorbeeld een bepaalde leeftijdscategorie of de verdeling jongens-meisjes. Omdat het jaarlijks gedaan wordt, kun je bovendien het verloop goed monitoren. Inmiddels hebben we dat drie maal gedaan. Het allerbelangrijkste van Stimuliz is echter dat je de kinderen eruit haalt waar je mee aan de slag kunt middels de interventies KidsXtra en Skills4Life. Beiden zijn programma's van twaalf weken die aan maximaal twaalf kinderen worden aangeboden. De gemeente Brunssum heeft daarbij

aangegeven dat ze gedurende de looptijd van Brunssum in actie jaarlijks 48 kinderen KidsXtra willen aanbieden en 48 kinderen Skills4Life." De rapportages van Stimuliz worden door Brunssum in actie besproken met de GGD. "Daarbij wordt gekeken naar de gezinssituatie en vervolgens bepaald of de interventie voldoende is of dat er meer zorg nodig is, bijvoorbeeld kinderfysiotherapie."

Bij beide interventies van twaalf weken zijn er vier ouderbijeenkomsten. "Zeker bij het leefstijlprogramma is het belangrijk dat ouders dit omarmen en met het programma aan de slag willen gaan. We leggen dan uit wat veel bewegen betekent voor de motorische ontwikkeling van een kind. Maar we vragen ook aan de ouders wat ze graag willen leren van ons."

RESULTATEN GOED

Na drie jaar zijn de resultaten van Brunssum in actie goed. Zo is het percentage van kinderen met een behoorlijke motorische achterstand gedaald van 29,8 naar 16,9 procent. Daarbij maakt Matthes wel een kanttekening: "In het derde jaar is de privacywetgeving veranderd en moesten ouders actief toestemming geven, terwijl het in de eerste twee jaar omgekeerd was. Dat heeft ertoe geleid dat de deelname van circa 90 naar circa 70 procent is gedaald. Nog steeds een goede score, maar je moet je wel afvragen welk soort kinderen in die ontbrekende circa 20 procent zit: de gezonde kinderen of juist de probleemkinderen?"

SLIM IN ACTIE

De Lekker Fit! interventie heeft een mooie wisselwerking met een andere interventie, Slim in actie, een interactieve workshop voor ouders over de thema's voeding, bewegen en het maken van gezonde keuzes. "Daarbij willen we de ouders inspireren om ook die gezonde keuzes te maken. Voorname uitdaging was om de ouders op school te krijgen en de informatie op de juiste manier te brengen. Daarvoor hebben we de kinderen gebruikt. Die zijn per klaslokaal met allerlei thema's uit Lekker Fit! - bijvoorbeeld het maken van gezonde smoothies - aan de slag gegaan en hebben vervolgens de ouders uitgenodigd om te komen kijken. Bijkomend voordeel is dat je als school op zo'n bijeenkomst de ouders kunt laten zien hoe je bezig bent met een gezonde leefstijl."



We zijn op zoek gegaan naar een aanpak die paste bij de gemeente Brunssum en die toepasbaar is op iedere school

Brunssum in actie 2014-2017

RiskCare
Preventie

Preventie

Keuters in actie

Motorsch bewegsonderwijs voor groep 1-2
Les van 15 minuten per week. Uitvoering door
Gemeente Brunssum en groepsleerkracht
Methode: Brossessen in het spelboek

Gezond in actie

Lessen over voeding, bewegen en het maken van
gezonde keuzes. Uitvoering door groepsleerkrachten
20 uur extra begeleiding voor iedere school door
RiskCare Preventie. Methode: Lekker Fit!

Slim in actie

Interactieve workshop voor ouders over de thema's
voeding, bewegen en het maken van gezonde keuzes.
Uitvoering door scholieren, leerlingen, lokale specialisten
en RiskCare Preventie

Signalering

Stimuliz

Leerlingvolgsysteem voor de motorische ontwikkeling en
de BMI voor de groepen
Uitvoering door Gemeente Brunssum en RiskCare
Preventie

Curatie

KidsXtra

Motorsch bewegsonderwijs voor kinderen van 4 1/2 tot
8 jaar met een motorische achterstand, bewegings-
of leerproblemen, overgewicht, of ernstige overgewicht.
Preventie op een centrale locatie in Brunssum
4 programma's o.m.a. max. 12 kinderen per programma

Skills4Life

Leefstijlprogramma voor kinderen van 8 1/2 tot 12 jaar
met ernstig overgewicht en hun ouders. De focus ligt
op het maken van gezonde keuzes, meer bewegen en
gedragverandering. Uitvoering door RiskCare Preventie
op een centrale locatie in Brunssum
4 programma's o.m.a. max. 12 kinderen per programma

Je merkt dat het leeft, nu gaat het erom ervoor te zorgen dat het blijft leven

Inmiddels heeft de gemeente Brunssum medio juni 2017 besloten om nog drie jaar met Brunssum in actie door te gaan. "Dat betekent dat we elk jaar opnieuw testresultaten van Stimuliz hebben. En dus een steeds beter beeld over de effectiviteit van de aanpak." Matthes geeft aan dat er twee redenen waren voor de gemeente om met Brunssum in actie door te gaan: "Enerzijds de positieve resultaten van de metingen, anderzijds - en dat vonden ze nog veel belangrijker - de manier waarop kinderen, ouders, scholen en de keten nu met het thema bezig zijn. En het enthousiasme dat het losmaakt. Je merkt dat het leeft. Nu gaat het erom ervoor te zorgen dat het blijft leven. De scholen zijn inmiddels ook overtuigd omdat ze de resultaten zien".

Medio 2016 had Matthes overleg met Roda JC. "Roda JC - of eigenlijk beter de aparte stichting Midden in de Maatschappij - werd behoorlijk getriggerd door het platform Jongeren Op Gezond Gewicht en wilden daarmee ook aan de

kingskracht van Roda JC bij ons regulier programma." In de toekomst moet de samenwerking met Roda JC ook leiden tot een gezonde BSO in het Parkstadstadium met veel aandacht voor voeding. Voor supporters is er inmiddels een vitaliteitsprogramma en voor personeelsleden is er een programma preventie en coaching.

PEUTERSPEELZALEN

De afgelopen twee jaar is RiskCare Preventie ook steeds meer gaan betekenen voor peuterspeelzalen. Zo is er in samenwerking met Sportimpuls gezorgd voor een kwaliteitsimpuls voor het bewegingsonderwijs in alle peuterspeelzalen. Ook is er een screening gedaan om peuters met overgewicht en motorische achterstand te signaleren. Dat alles heeft ertoe geleid dat de gemeente Brunssum voor de komende drie jaar heeft besloten peuters ook op te nemen als doelgroep voor Jongeren Op Gezond Gewicht. "Daarbij kiezen we voor een methode, die we voor groep 1 en 2 gebruiken, maar die voor peuters op maat is gemaakt." ■