



Gezonde Sportvereniging: ook dat kan in Almere!

Onlangs is het programma Gezonde Sportvereniging van start gegaan, als onderdeel van het programma Gezonde Jeugd in Almere, van de gemeente Almere. Binnen dit programma krijgen verenigingen die gezondheid en maatschappelijke betrokkenheid belangrijk vinden, handreikingen om zich in hun sportkantine en tijdens trainingen, wedstrijden en activiteiten meer te richten op gezond(er) eten en drinken. Denk hierbij bijvoorbeeld aan zaken als het stimuleren van water drinken en uitbreiding van het aanbod in de kantine met gezondere producten, zodat bezoekers van de kantine een keuzemogelijkheid hebben. In Almere is bewust gekozen voor de brede benaming Gezonde Sportvereniging; de nadruk ligt op gezonde voeding en water drinken, maar gemotiveerde verenigingen kunnen tevens gebruik maken van de mogelijkheden op het gebied van rookbeleid en verantwoord alcohol schenken.

In Almere heeft 19% van de kinderen en jongeren tot 19 jaar (ernstig) overgewicht. Landelijk ligt dat gemiddelde op 13,4%. Reden te meer voor sportverenigingen met een jeugdafdeling om in actie te komen! Bovendien blijkt uit onderzoeken van onder meer het Voedingscentrum en het Mulier Instituut dat 60% van de bezoekers van sportkantines zou willen dat de verhouding tussen het gezonde en minder gezonde aanbod minstens gelijk is of dat er in de kantine meer gezonde dan ongezondere keuzes aangeboden worden. 41% van de bezoekers geeft aan het eetgedrag te willen verbeteren, maar tegelijkertijd geeft 43% aan het moeilijk te vinden om daar zelf iets aan te doen. Sportverenigingen kunnen bezoekers van hun kantine vrij gemakkelijk een duwtje in de rug geven door bijvoorbeeld de betere keuzes op een opvallende plek te leggen. In het algemeen kiezen mensen eerder voor producten die prominent aanwezig en makkelijk te verkrijgen zijn. Uit gemak zal daarom vaak eerder gekozen worden voor het zichtbare al klaargemaakte broodje gezond uit de glazen vitrine dan voor een minder gezonde snack, die alleen zichtbaar is op de prijslijst en bovendien nog bereid moet worden.

Het programma Gezonde Sportvereniging ondersteunt verenigingen met adviezen, promotiemateriaal, aankleding van de sportkantine, betere keuze prijslijst, recepten, drankenbord workshop voor de (jeugd)leden, enz. Daarnaast is uitbreiding van het programma mogelijk met de BobSport campagne en de Rookvrije Sportclub. Beide campagnes worden eveneens ondersteund met bijvoorbeeld materialen voor de aankleding van de sportkantine, het sportterrein, een stappenplan en advies.

Voor meer informatie over de mogelijkheden kunnen verenigingen contact opnemen met programma coördinator Jolanda Gudde via gudde@deschoor.nl.