

## Kernelementen

### Menukaart Kinderen sportief op gewicht (KSG)

Naam interventie: LEFF (Lifestyle, Energy, Fun & Friends)

Naam interventie- eigenaar: Vrije Universiteit Amsterdam

Interventie-aanbieder: Stofberg

**Doelgroep:** 4-12 jarigen

#### **Wat doet de interventie op het gebied van de drie kernelementen?**

Bij de Sportimpuls KSG zijn drie kernelementen van belang en verplicht om op te nemen in de aanvraag:

1. Opvoedingsondersteuning en ouderparticipatie;
2. Samenwerking tussen zorg en sport;
3. Sport- en beweegaanbod.

Deze kernelementen zitten niet altijd al in voldoende mate in de bestaande interventies, maar moeten wel in het aangevraagde project (subsidieaanvraag) zitten. Hieronder staat beschreven op welke manier de gekozen interventie aandacht besteedt aan de verschillende criteria behorende bij de drie kernelementen. Er staat ook genoemd aan welke criteria de interventie geen aandacht besteedt, en welke dus lokaal, in de subsidieaanvraag, moet worden ingebracht.

LET OP: de aanvraag dient te allen tijde goed te omschrijven hoe aan alle criteria van alle drie kernelementen wordt voldaan. Het is hierbij NIET voldoende om te verwijzen naar dit document.

## Kernelementen

### Menukaart Kinderen sportief op gewicht (KSG)

#### 1. *Wat doet de interventie op het gebied van 'opvoedingsondersteuning en ouderparticipatie'?*

De interventie doet het volgende:

- ☒ **Informatievoorziening:** de interventie bestaat uit 20 bijeenkomsten in 10 weken. Iedere week vinden er twee bijeenkomsten van 2 uur plaats. De bijeenkomsten zijn bedoeld voor zowel kind als voor de ouder(s). Tijdens de bijeenkomsten staat het eerste uur in het teken van ouder en kind tezamen. Tijdens het tweede uur worden de ouders en de kinderen gesplitst. De kinderen gaan bewegen met de LEFF-beweegcoach en de ouders gaan met de LEFF-coach aan de slag met onderwerpen op het gebied van voeding, gedrag en bewegen. Daarnaast worden er casussen uit de groep besproken om zo ook het dialoog met elkaar aan te kunnen gaan en van elkaar te kunnen leren.
- ☒ **Opvoedingsondersteuning:** de LEFF-coach heeft de juiste ervaring en expertise om in het kader van bovenstaande uitleg ook de juiste opvoedingsondersteuning te bieden. De opvoedingsondersteuning heeft voor het overgrote deel betrekking op gezonde gedragingen binnen het gezin. Tools en handvatten worden in de vorm van kennis en vaardigheden aangereikt om zo samen met het gezin gezonder de toekomst tegemoet te gaan.
- ☒ **Ouderparticipatie:** ouders zijn een belangrijke speler binnen het gezin om gezonde gedragingen door te voeren. Vandaar dat ouderparticipatie binnen LEFF hoog in het vaandel staat. De ouders spenderen in totaal 40 uur in 10 weken tijd aan de bijeenkomsten van LEFF. Daarnaast zullen de ouders in hun thuisomgeving ook nog het één en ander doorvoeren. Zo werken de ouders, samen met hun kind, aan de door hun zelf opgestelde doelen.

#### 2. *Wat doet de interventie op het gebied van 'samenwerking tussen zorg en sport'?*

De interventie doet het volgende:

- ☒ **Samenwerking tussen minimaal één organisatie uit de sport- en beweegsector en een organisatie uit de zorgsector of de Jeugdgezondheidszorg (JGZ):** voorafgaand aan het programma wordt door de aanvragende partij een samenwerking aangegaan met de GGD/JGZ en het primair onderwijs. Het primair onderwijs signaleert, waarna JGZ kan doorverwijzen. Voor aanmelding worden de toelatingscriteria en contra-indicaties, zoals hieronder beschreven, getoetst door de JGZ. Daarnaast is het van belang om aan te sluiten bij een integrale aanpak op het gebied van overgewicht en obesitas van de gemeente (JOGG) waarin LEFF zal worden uitgevoerd. Vanuit deze aanpak zijn vaak al veel kinderen in kaart gebracht en kan onderlinge instroom, uitstroom en doorstroom plaatsvinden binnen bestaande programmatuur of sport- en beweegaanbod. Zo ontstaat er een samenwerking tussen gemeentelijk sport- en beweegaanbod en de afdeling jeugdgezondheidszorg van de GGD (de zogenaamde ketenaapak).

Selectie van doelgroepen:

- Het kind is 7 tot en met 12 jaar oud;
- Het kind heeft overgewicht of obesitas;
- Het kind volgt basisonderwijs;

## Kernelementen

### Menukaart Kinderen sportief op gewicht (KSG)

- Het kind en de ouder zijn gemotiveerd om alle bijeenkomsten bij te wonen;
- De ouder beheerst de Nederlandse taal voldoende om deel te nemen aan de bijeenkomsten.

#### Contra-indicaties:

- Medische, lichamelijke, psychologische, leer- en/of gedragsproblemen, waardoor het kind en de ouder het programma niet volledig kunnen doorlopen;
- Een ouder die niet bij elke bijeenkomst aanwezig kan zijn.
- Geen van de ouders kan bij de bijeenkomsten aanwezig zijn.

Signalering en doorverwijzing: zie tevens het bovenstaande punt over samenwerking tussen de sport- en bewegsector en de jeugdgezondheidszorg. Signalering vindt plaats op de scholen of door relevante zorgprofessionals. Als onderdeel van de toeleiding naar LEFF checkt de JGZ of het gezin aan de inclusiecriteria voldoet en wordt er een mogelijke doorverwijzing gedaan door de JGZ. Voor de criteria voor deelname aan LEFF, zie bovenstaand punt.

Begeleiding en coaching: gedurende het volledige programma vindt er begeleiding en coaching plaats door het LEFF-team. Er worden tips en handvaten gegeven ten aanzien van de leefstijl van het gezin.

Nazorg en indien nodig terug verwijzing: Na de laatste bijeenkomst van het programma voeren de deelnemers een zelf gekozen activiteit uit (de groepsbeloning). Daarnaast worden er terugkombijeenkomsten georganiseerd. Ten slotte worden kinderen die aanvullende zorg nodig hebben verwezen naar de jeugdgezondheidszorg voor een passend vervolg.

#### 3. *Wat doet de interventie op het gebied van 'passend sport- en beweegaanbod'?*

De interventie doet het volgende:

Een sport- of beweegaanbieder is betrokken in de interventie: de beweglessen (17 x 1 uur) binnen het programma worden verzorgd door een persoon die enerzijds affiniteit heeft met de doelgroep en anderzijds opgeleid is om gedegen beweegactiviteiten te verzorgen voor de doelgroep. Differentiatie en maatwerk staan hoog in het vaandel. Het is belangrijk dat de doelgroep met plezier blijft of gaat bewegen en dat ze vanuit succeservaringen steeds meer vertrouwen krijgen in hun eigen kunnen. Hierin ligt ook een rol weggelegd voor de lokale sportverenigingen die zich mogelijk conformeren aan het verzorgen van aanbod na afloop van LEFF (uitstroom). Het landelijk LEFF-team kan hiervoor themabijeenkomsten organiseren voor lokale sportverenigingen. Hierin wordt benadrukt hoe om te gaan met de doelgroep binnen het regulier sportaanbod.

Sport- en beweegaanbod wordt op maat ingezet. Er wordt rekening gehouden met de sportieve mogelijkheden, wensen en behoeften van de doelgroep: zie bovenstaand punt. Vertrouwen, plezier en bewegen vanuit je eigen vermogen staat centraal tijdens de beweglessen van LEFF. De interventie is hierop gebouwd.

## Kernelementen

### Menukaart Kinderen sportief op gewicht (KSG)

Deelnemers sporten en bewegen daadwerkelijk en op regelmatige basis (fysieke bewegcomponent): het fysieke bewegcomponent wordt ingericht door in 10 weken tijd 17x een uur te bewegen (bijna altijd twee keer per week). Lokale aanvragers kunnen hier op eigen inzicht nog extra aanbod aan koppelen voor de doelgroep (bijvoorbeeld: 1x per week ouder-kind fitness bij een lokale sportaanbieder of deelname aan een hardlooptgroep).

Activiteiten die worden ondernomen om de doelgroep door te leiden naar regulier, structureel sport- en beweegaanbod in de wijk: na afloop van de interventie wordt samen met het gezin bekeken waar de sportieve interesses liggen en wordt door het LEFF-team, in samenwerking met de gemeente, bekeken welk aanbod past bij de interesses van de kinderen. Iets wat niet vast in het programma wordt opgenomen, maar wel als initiatief mag worden ondernomen, is het organiseren van proeftrainingen bij lokale sportverenigingen. Dit wordt vanuit het landelijk LEFF-team gestimuleerd, maar is geen verplicht onderdeel.