

Vinnig Vlaanderen kiest gezonde voeding als spitsactie

*Verslag van Agnes De Ruyter
Tijdschrift voor Voeding en Diëtiëk, jaargang 30, nummer 1, 2004, pg. 19*

Op 15 maart 2004 start de nieuwe campagne van "Vinnig Vlaanderen", dit keer met spitsacties rond het thema gezonde voeding. Vinnig Vlaanderen is een initiatief van de Vlaamse minister van Welzijn, Gezondheid en Gelijke Kansen. In 2003 startte de actie met het thema "Bewegen".

Het nieuwe project omvat drie actieterreinen: de scholen, de bedrijven en de gemeenten. De grote lijnen van de campagne zijn nu vastgelegd.

Setting scholen

Fruitproject "tuttifrutti"

Het opzet is om in heel Vlaanderen gedurende x-aantal maanden x-aantal keer per week fruit te verdelen onder de leerlingen van kleuter-, lager- en middelbaar onderwijs. Scholen worden uitgenodigd aan de actie mee te doen door de Logo's, al of niet i.s.m. de CLB's, of door partners van de Logo's.

De doelstelling is om jongeren aan te moedigen om minimum 2 stukken fruit per dag te eten. De actie zal trachten barrières weg te nemen door fruit op school regelmatig aan te bieden in de meest voordelige voorwaarden, o.a. door netwerkvorming met VLAM, Verbond Tuinbouwveilingen, plaatselijke leveranciers, VIG, oudercomités e.a.

Tegelijk moet een intensieve voorlichtingsactie wijzen op de gezondheidsvoordelen van fruit, zowel naar leerlingen als naar ouders toe.

Als vervolg of als aanvulling hierop komt de actie "Maandag is fruit in de boekentas-dag".

Hier worden nu de ouders gestimuleerd om op maandag fruit in de boekentas mee te geven.. De doelstelling is ouders zelf te responsabiliseren en meer bewust te maken van hun fruitconsumptie.

Setting gemeenten

Startproject "Eetwandeling"

Opzet: in heel Vlaanderen wordt door de Logo's een activiteit georganiseerd die Gezond eten en Beweging centraal stelt. Deze actie wordt georganiseerd op gemeentelijk niveau met de steun van de Logo's. De opzet is om in elke gemeente een wandeling te organiseren en ondertussen gezonde streekgerechten te proeven. Elke gang van het menu kan bijvoorbeeld verzorgd worden door een andere lokale socio-culturele vereniging, lokale middenstander... Bij deze streekgerechten vindt men steeds een fiche met uitleg waarom dit gerecht gezond is, welke voedingswaarde het heeft, eventueel het recept...

De doelstelling is de Vlaming bewust te maken van het plezier van zich te bewegen en van het eten van een gezonde voeding.

“Gezonde kraam op de markt”

In dit project wordt gedurende enkel weken op de plaatselijke markt een **Gezonde kraam** opengehouden. Hier bestaat de mogelijkheid om enkele toetsen te laten doen, (bijvoorbeeld de vochttest, de vezeltest,...) de BMI kan worden bepaald, een diëtiste kan uitleg geven, gezonde hapjes of drankjes kunnen worden aangeboden, adressen van bewegingscentra uit de streek of programma's van activiteiten in de streek rond gezonde voeding, rookstopcursussen, bewegingsactiviteiten,... worden uitgedeeld.

Het beheer van de kraam kan in handen zijn van de gemeente of van het plaatselijk Logo.

Setting bedrijven

“Fruit op vergaderingen”

In heel Vlaanderen worden bedrijven gedurende de campagnemaanden gestimuleerd om fruit op tafel te zetten tijdens vergaderingen i.p.v. koekjes.

Doelstelling is zoveel mogelijk mensen fruit te laten eten en deze gewoonte te laten aanhouden. Zoals in de scholen kan een plaatselijke netwerkvorming er voor zorgen dat fruit in de meest voordelige voorwaarden beschikbaar is. Hiernaast is er een voorlichtingsactie voorzien via folders, affiches, tests...

“Bruine broodjes boven”

In heel Vlaanderen worden de bedrijven gedurende de campagnemaanden gestimuleerd om in de kantine bruine broodjes goedkoper te maken en beleg met mayonaise duurder.

Doelstelling is om zoveel mogelijk mensen aan te moedigen bruin brood te eten en deze gewoonte te laten aanhouden.

Campagnemateriaal

Vinnig Vlaanderen zal voor al deze acties materiaal ter beschikking stellen in de vorm van folders, posters, testen, typebrieven en fiches die de actiemogelijkheden uitvoerig beschrijven.

Voor alle acties zullen de Logo's de aanspreekpunten zijn.

Hoe je als diëtist aan deze acties kunt deelnemen verneem je in een volgend nummer. Raadpleeg ook de website <http://www.vinnigvlaanderen.be/> of het plaatselijk LOGO- team.

Vinnig Vlaanderen 2004

Tijdschrift voor Voeding en Diëtiëk, jaargang 30, nummer 2, maart-april 2004, pg. 18

In 2003 startte de meerjarencampagne Vinnig Vlaanderen. Het eerste jaar stond ze in het teken van 'meer bewegen'. Dit jaar staat 'gezonde voeding' centraal. Adelheid Byttebier, Vlaams minister van Welzijn, Gezondheid en Gelijke Kansen is de bezielster van de campagne, samen met de Logo's (Loco-regionaal Gezondheidsoverleg).

Meer aandacht voor gezonde voeding is een absolute noodzaak. Steeds meer Vlamingen kampen immers met overgewicht, wat leidt tot lichamelijke en geestelijke problemen. We eten te vet, te

zoet, te veel. Amper de helft van de jongeren tussen 15 en 18 jaar eet dagelijks nog een stuk fruit. Meisjes (54 %) nog iets meer dan jongens (36 %). Bijna 57 procent van de kleuters eet niet dagelijks fruit. De actie Vinnig Vlaanderen wil gezonde voeding actief promoten.

Hoe overtuig je mensen om gezonder te eten? Voortdurend hameren op de gezondheidsrisico's blijkt niet te werken. Daarom werd bewust gekozen voor een positieve campagne; 'lekker bewegen en gezond eten doe je om je goed in je vel te voelen.' Vier eenvoudige tests: een vochttest, een groententest, een vezeltest en een vettest zetten jong en oud aan het denken.

De campagne Vinnig Vlaanderen 2004 wordt niet gevoerd met advertenties of spots op radio of N. Ze wordt mee gedragen door mediapartners zoals het tijdschrift Klasse en de jongerenzender Ketnet. Zij zijn de voornaamste partners. In samenwerking met het Vlaams Apothekers Netwerk krijgt de affiche een plaats in elke apotheek. De campagne komt inhoudelijk ook aan bod bij TMF, Vitaya en Lokaal (tijdschrift Vereniging van Vlaamse Steden en Gemeenten). De affiche verschijnt in Thuis en Wittekerke. Al het campagnemateriaal kan gratis aangevraagd worden bij de Vlaamse Infolijn 080030201.

Via de website www.vinnigvlaanderen.be worden alle initiatieven in Vlaanderen rond gezonde voeding gebundeld en onder de aandacht gebracht. Zo zal de minister bijvoorbeeld deelnemen aan het initiatief van EVA (Ethisch Vegetarisch Alternatief, www.v-day.be).

Initiatieven naar jongeren en scholen

Alle nummers van het tijdschrift Klasse (ouders, leerkrachten, Yeti, Maks en www.klasse.be) in maart zoemen in op fruitprojecten op school. De jongere die zijn/haar ouders op een originele manier weet te overtuigen om gezonder te koken, kan 4 tickets naar The Big Apple winnen. In de eerste week van maart besteedde Ketnet speciaal aandacht aan gezonde voeding. Een lievelingsgezondheids-menu werd beloond.

In de scholen worden 2 fruit projecten opgestart. Op dit moment bieden, sinds schooljaar 2000-2001 en op initiatief van de Logo's, ongeveer 450 scholen (4.000 klassen, 80.000 leerlingen) fruit aan. Met deze campagne moet dit cijfer gevoelig verhogen.

Het 'Fruit op School'-project tracht alle scholen in Vlaanderen aan te sporen om gedurende een heel schooljaar minimum één keer per week fruit aan te bieden aan hun leerlingen. Een kostprijs voor de ouders van vijf euro per kind per schooljaar is het streefdoel. De Logo's krijgen een speciaal budget om de fruitacties in scholen een extra impuls te geven (totaal € 10.000).

Initiatieven naar gemeentebesturen

De campagne Vinnig Vlaanderen wordt door de VVSG gepromoot via het tijdschrift Lokaal. Gemeentebesturen kunnen in die campagne een belangrijke rol spelen, als werkgever en anderzijds vanuit hun opdracht rond gezondheids promotie. Samen met de Logo's en het verenigingsleven kunnen lokale besturen initiatieven opzetten naar de hele bevolking. We denken hierbij aan een gezondheidswandeling door de gemeente, waarbij op verschillende plaatsen geproefd wordt van lekkere en gezonde streekgerechten. De gemeente kan zelf ook het goede voorbeeld geven door op eigen recepties groenten en fruit aan te bieden of door geen koekjes maar fruit op de vergadertafels te voorzien. Verschillende gemeentebesturen verlenen nu reeds netoverschrijdende logistieke en/of financiële steun naar scholen om het 'Fruit op School' - project te kunnen realiseren.

Een mooi voorbeeld: Gent organiseerde Voedingsweek van 15 tot 21 maart 2004, (www.gent.be/voedingsweek). Het was een initiatief van het plaatselijke Logo in samenwerking met de provincie, de stad en talrijke organisaties. Er waren onder andere een streekproductenmarkt gekaderd in de gezonde voedingsdriehoek, tentoonstelling 'Broodje gezond', gezond ontbijten, Wok-evenement, studentenfuif, gezond fuif-keiwij, fruit- en groentepapjes gratis in de sociale resto's, kookcursussen, groentedecoraties, gezond ontbijt voor kleuters - samen koken, gezonde voeding op het studentenmenu, winkeloefeningen "etiketten lezen" en mogelijkheid tot persoonlijk advies van diëtisten.

Initiatieven naar bedrijven

Cateringbedrijven en externe gezondheidsdiensten in Vlaanderen worden opgeroepen om in de komende maanden een 'Vinnig Vlaanderen-menu' aan te bieden en te promoten in de bedrijven. Dat gezonde menu komt ook op de website www.vinnigvlaanderen.be. Bedrijven worden aangezet om koekjes te vervangen door fruit op de vergadertafel en bruine broodjes te promoten voor het middagmaal.

De Vlaamse overheid werkt aan een concrete methodiek om in (grote en kleine) bedrijven gezonde voeding in te voeren. Dit stappenplan werd al in een aantal bedrijven als experiment uitgevoerd en zal eind dit jaar klaar zijn.

Initiatieven naar lokale dienstencentra

De Lokale Dienstencentra in Vlaanderen krijgen het bezoek van een campagneploeg. Via een uitgebreide informatiemap worden de dienstencentra uitgenodigd om met de senioren uit hun werkgebied actief te werken rond gezonde voeding. De Vlaamse minister van Welzijn, Gezondheid en Gelijke Kansen belooft het meest origineel initiatief met een prijs van € 2.000.

Info: Harry Vanbuel, woordvoerder van minister Byttebier - tel. 0475 89 49 25
e-mail: harry.vanbuel@vlaanderen.be

Of bezoek de website www.vinnigvlaanderen.be. U vindt er e.a. de adressen van de plaatselijke

