



# TEAM:FIT | Kiezen voor gezond is gemakkelijk in Waalwijk

Tekst: **Sandra van Maanen**

De derde helft ziet er voor sporters en supporters in Waalwijk sinds eind september 2018 gezonder uit. Drie sportaccommodaties voeren er het zilveren certificaat van Team:Fit. Olympia, het gemeentelijke zwembad, is al bijna net zo goed op weg, met een waardering in brons. Waalwijk hoopt dat de vier gecertificeerde accommodaties een boost geven richting de overige sportaanbieders.

JOGG-regisseur Edwin Kleiboer weet dat een gezonder aanbod in sportaccommodaties loont, juist in een gemeente met zo veel sporters. Kleiboer begeleidde de transitie van de vier accommodaties en heeft de handen inmiddels vrij om door te pakken. We spreken hem omdat Waalwijk inspiratie biedt voor collega-gemeenten. Met hulp van Team:Fit bouw je met een beetje goede wil gemakkelijk aan gezondere sportkantines.

Sport is in Waalwijk groot goed. De gemeente kent een rijk (sport) verenigingsleven, met veel buiten- en binnenaccommodaties. Sportfaciliteiten zijn in Waalwijk dik op orde, er ligt een breed aanbod

en het bedrijfsleven sponsort sportieve ambities. Ook waar het gezondheid betreft. Buurtsportcoaches zetten zich in, alle scholen hebben vakdocenten lichamelijke opvoeding, sport maakt deel uit van de buitenschoolse opvang en er worden met regelmaat grote sportevenementen georganiseerd, ook op wijkniveau.

## Een gezonde leefomgeving voor iedereen

En toch... Ergens liep het met het oog op gezondheid nog niet optimaal. Er was winst te behalen in de sportkantines. Sinds 2010, toen het landelijke programma Jongeren Op Gezond Gewicht (JOGG)

## “Een broodje kroket mag best, als er tegelijk ook gekozen kan worden voor bijvoorbeeld een gezonde wrap”

van start ging, timmert Kleiboer in Waalwijk aan de weg om van gezondheid gemeengoed te maken. “Daarbij ligt de focus niet alleen op kinderen met een te hoog BMI, we willen een gezondere omgeving creëren voor iedereen. Dus kijken we ook wat op scholen, in wijkgebouwen, op buitenspeelplaatsen en bij sportverenigingen wordt aangeboden. Onderdeel van ons programma is verenigingen en ook sportcafés te informeren en te stimuleren.”

### Kom niet aan bier en de bitterballen!

Als JOGG-regisseur preekte Kleiboer eerst voor eigen parochie: kantines van sportaccommodaties die in gemeentelijke handen zijn. Van één ding was hij zich op voorhand bewust: aan bier en bitterballen moest hij niet komen. “Dan is het al snel: ‘Ho ho, daar maken we onze omzet mee, die doen we er niet uit’. Pas als blijkt dat het er niet om gaat producten te vervangen, maar eraan een gezonder alternatief aan te bieden, kom je in gesprek.”

Kleiboer startte met een scan van de vier sportaccommodaties. Daarbij betrok hij de Team:Fit Coach voor deze regio. Ze boden begeleiding, voerden de scans uit, gingen in gesprek met de beheerders en zochten samen met hen naar gezondere alternatieven. Keuzes ook die het assortiment op basis van het advies van het Voedingscentrum als gezonder labelen. “Soms zijn enkel kleine aanpassingen nodig om aanbod gezonder te maken. Goede alternatieven, zoals bruine bolletjes naast witbrood, alternatieven voor bier bij grote dorst, meer variatie in thee en fruit. Makkelijke aanpassingen die meteen scoren. Een bronzen certificaat is met niet al te veel moeite te behalen.”

### Prullenbakken vervangen

Iets meer moeite moeten kantines doen voor certificering in zilver. Maar onoverkomelijk is ook die uitdaging niet, weet de JOGG-regisseur uit ervaring. “Alleen al door alcohol uit het zicht te plaatsen en een kan water als uitnodiging op de bar te zetten maak je al stappen. En er zijn meer mogelijkheden, bijvoorbeeld door gezonde variatie in het assortiment van snoeprepen te brengen. Maar ook door bijvoorbeeld door ijs- of chocolademelkleveranciers gesponsorde prullenbakken te vervangen. De coaches van Team:Fit helpen je op een andere manier naar zowel het assortiment als de inrichting van de sportkantine te kijken. Team:Fit werkt altijd vanuit een positieve houding. Het gaat er niet om dat alles verboden wordt, maar dat gezondere alternatieven zichtbaarder worden, een prominentere rol krijgen.”

Met drie sporthallen in zilver en een zwembad in brons is Waalwijk koploper met gezondere sportkantines. Klaar is Kleiboer nog lang niet, er zijn genoeg verenigingen in de gemeente waar nog stappen kunnen worden gezet. Rugdekking krijgt hij daarbij van Rabobank, partner en sponsor in hockey. Ook de leverancier van diverse sportkantines van voetbalverenigingen doet mee. “Die levert uiteraard graag, maar denkt ook actief mee over het aanbod van gezonde alternatieven, een gevarieerder assortiment. Niet het verbod van ‘slechte’ producten, maar de royalere keuze van alternatieven telt.”

### Gezond versus minder gezond

Het frietje met en het wereldberoemde Brabantse worstenbroodje die elke nederlaag alsnog goedmaken gaan niet in de ban. “Nee”, zegt Kleiboer, “de discussie op productniveau wordt helemaal niet gevoerd, dat is ook niet nodig. Op basis van het advies van het Voedingscentrum kijkt de Team:Fit Coach vooral naar de verhouding gezond versus minder gezond. Een broodje kroket mag best, als er tegelijk ook gekozen kan worden voor bijvoorbeeld een gezonde wrap.”

Voor medewerkers van gezonde sportkantines wordt het alleen maar leuker, het werk. Kleiboer: “We merken dat iedereen er enorm mee bezig is, tegengas of klachten bereiken het gemeentelijk Sportbedrijf niet. Dat snap ik ook wel, gezondheid is een thema dat ons allemaal raakt. En hoe leuk is het om gezonde sandwiches, tosti’s met bruinbrood of bijvoorbeeld groentewraps te bereiden in plaats van dat eeuwige witbroodje kroket?”

De ondersteuning van Team:Fit maakt de stap naar een gezondere sportkantine makkelijk. Kleiboer was vanuit de gemeente de aanjager, Team:Fit zorgde voor begeleiding en uitvoering ter plekke. “Verenigingen vonden het prettig, die back-up in deskundigheid. Bovendien is er altijd een hotline, bij vragen of twijfel.”

### Sneeuwbaaleffect

Mark Montens, coördinator Sportbedrijf van de gemeente Waalwijk, geeft aan dat het Sportbedrijf flink aan de weg timmert. Ook als het gaat om gezonde voeding tijdens en na het sporten in de accommodaties. “Door als lokale overheid hierin het voortouw te nemen hopen we op een sneeuwbaaleffect bij de sportkantines van bijvoorbeeld voetbal-, tennis- en hockeyverenigingen. Niet alleen in Waalwijk zelf, maar ook in de ons omliggende gemeenten.”

## “Het gaat er niet om dat ongezond uit het assortiment moet, maar dat gezondere alternatieven meer zichtbaar worden”

## “Bij bier en bitterballen is het al snel: ‘Ho ho, daar maken we onze omzet mee, die doen we er niet uit”

Montens gelooft dat het Sportbedrijf met enthousiasme het verschil kan maken in de toekomst. Niet door belerend op te treden, maar door mensen bewust te maken van de keuzes die zij kunnen maken. “We vinden dat er een grote verantwoordelijkheid op ons rust als lokale partner op het gebied van sport en het faciliteren daarvan. We willen onze gasten tijdens en na het sporten voorzien van gezondere voeding.”

### Winnend team

Het Sportbedrijf kiest unaniem voor gezonder, gevarieerder en vernieuwd aanbod in de sportcafés van zwembad Olympia en de sporthallen in de gemeente Waalwijk. “Dat doen we omdat het belangrijk is dat er gesport wordt in een omgeving waar gezond eten en drinken gemakkelijk en vanzelfsprekend is. We bieden onze gasten verschillende nieuwe, verse en gezondere producten aan. Dat betekent niet dat de minder gezonde keuze verdwijnt, er komen juist gezonde keuzes bij! Hierdoor kun je zelf bepalen of je een keer geniet van vertrouwde snacks of tussendoortjes, óf dat je bewust kiest voor een gezondere variant. Die is vaak (minstens) net zo lekker en smaakvoller. Sport en gezonde voeding zijn een winnend team!”

### Omzetsderving?

De omschakeling naar gezond kost de sportverenigingen volgens Montens geen omzet. Dat weet hij uit ervaring die hij inmiddels

opdeed met de vier sportcafés van de gemeente. “We hebben de marges op ongezonder producten verhoogd en die op gezonde producten juist verlaagd. Onze omzet gaat daarmee zelfs iets omhoog. Nog belangrijker is dat het aantrekkelijker wordt om voor het gezonde product te kiezen.” Hoop heeft hij ook, dat straks nog meer sportverenigingen de overstap naar de gezondere kantine maken. “In Waalwijk helpen Team:Fit en ik namens de gemeente hen daarbij graag.”

### Over Jongeren Op Gezond Gewicht en Team:Fit

Jongeren Op Gezond Gewicht (JOGG) is een landelijke stichting die zich samen met gemeenten, het bedrijfsleven en publieke organisaties inzet voor het recht van kinderen op een gezonde jeugd. Dit doet JOGG door gemeenten lokaal te ondersteunen in de preventie van overgewicht met de integrale JOGG-aanpak. Hiernaast oefent JOGG vanuit landelijk perspectief invloed uit op de omgeving van het kind via initiatieven zoals Team:Fit, waarbij sportverenigingen en -accommodaties kosteloos geholpen worden bij het gezonder maken van het aanbod in hun kantine. Team:Fit startte in 2014 onder de naam De Gezonde Sportkantine. Inmiddels zijn ruim 1.300 sportkantines in Nederland bezig met het gezonder maken van hun aanbod.

### Zelf aan de slag?

In jouw gemeente ook aan de slag met Team:Fit? Je JOGG-regisseur helpt je op weg. Of neem rechtstreeks contact op met Team:Fit voor advies, inspiratie en praktische tips. Kijk voor meer informatie op [www.teamfit.nl](http://www.teamfit.nl).



Edwin Kleiboer, JOGG-regisseur gemeente Waalwijk



### Verder lezen...

Op het Visie & Beleidsplein op [www.sportengemeenten.nl](http://www.sportengemeenten.nl) kunt u de volgende documenten downloaden:

**Jongeren op Gezond Gewicht (JOGG) (2016). Eén jaar gezonde sportkantine**, bij *Sport & Accommodaties*

**Kennispraktijk (2016). ‘Een gezonde sportkantine voor exploitanten: een kwestie van samenwerken en doorzetten’**, bij *Sport & Accommodaties*