



## **LEKKER LEVEN IN AMSTERDAM** *Een gezonde stad voor kinderen*

### **1. INLEIDING**

Gezond leven staat de laatste jaren positief in de aandacht: gezond is cool. Dat gezond eten en bewegen ook goed is voor de lijn, weten we allemaal. Toch stijgt het aantal volwassenen en kinderen met overgewicht nog steeds, ruim 40% van de volwassenen en 14% van de kinderen in Nederland is te zwaar. Kinderen lijden onder overgewicht; het beperkt hen in hun bewegingsvrijheid, ze worden er om gepest en het is een slecht voortekenen voor de gezondheid op latere leeftijd. Bovendien leren ze te weinig om te genieten van lekker eten, van de variatie aan smaken die er bestaat.

Het leiden van een gezond leven is mede afhankelijk van de omgeving en eetcultuur waarin je opgroeit. Omdat je de fysieke leefomgeving en eetculturen niet volledig in eigen hand hebt, vindt GroenLinks dat de overheid een taak heeft bij het bevorderen van een gezonde eetcultuur en leefomgeving. Door mogelijkheden te bieden voor gezond en lekker eten en om bijvoorbeeld gewoon lekker buiten te spelen, kan de overheid - in Amsterdam dus de gemeente - er mede voor zorgen dat overgewicht bij kinderen en jeugd effectief wordt aangepakt.

Het rood-groene college van PvdA en GroenLinks in Amsterdam geeft aan deze taak serieus op te willen pakken. De nota's Alle Amsterdammers Gezond, het Sportplan 2009 -2012 en het project Proeftuin Amsterdam zetten fors in op het voorkomen van overgewicht bij jongeren en volwassenen door op verschillende beleidsterreinen te investeren in een gezonde leefomgeving.

De fractie van GroenLinks ondersteunt deze gezamenlijke inzet van het college van harte. Maar wij willen een stap verder gaan; het creëren van een gezonde leefomgeving in de compacte stad vraagt om meer dan aansprekende projecten voor gezond eten op school en het stimuleren van sport en spel. Op het gebied van openbare ruimte, de infrastructuur én in de begroting moeten politieke keuzes worden gemaakt om alle Amsterdammers de kans te geven gezond te eten en bewegen.

***In deze notitie staan achttien aanbevelingen om de gezonde leefomgeving van Amsterdam verder in te richten.***

## 2. GEZONDHEIDSFEITEN

### De Amsterdamse cijfers

Overgewicht en obesitas vormen een serieus probleem en nemen explosief toe. Van de jeugdigen (0-21 jaar) heeft op dit moment 13% overgewicht, waarvan ruim 1% ernstig. Bij de volwassenen heeft 40% overgewicht, waarvan 10% ernstig. Indien de huidige ontwikkeling zich voortzet zal in 2015 naar schatting 15-20% van de volwassen Nederlanders 'obees' zijn.<sup>1</sup>

Dit blijkt ook voor Amsterdam te gelden. Vergeleken met de landelijke groeistudie uit 1997 en het TNO-onderzoek uit 2002-2004 zijn zowel overgewicht als obesitas toegenomen op alle leeftijden. Alleen bij de vijfjarigen is het percentage overgewicht gedaald, maar het percentage vijfjarigen met obesitas is gestegen. Van de vijfjarigen heeft 11% van de kinderen overgewicht en 5% obesitas. Van zowel de tienjarigen als de leerlingen uit de 2de klas van het voortgezet onderwijs (13-14 jarigen) heeft 19% overgewicht en 8% obesitas. Meisjes hebben op alle leeftijden vaker overgewicht en obesitas dan jongens. Het percentage kinderen met (ernstig) overgewicht verschilt per stadsdeel. In het stadsdeel Geuzenveld-Slotermeer is het percentage kinderen met overgewicht het hoogst (22,3%) en in Zeeburg het laagst (10,3%). Obesitas komt het meest voor in Bos en Lommer (9,9%) en het minst vaak in Centrum (3,4%).<sup>2</sup>

Overgewicht komt vaker voor bij kinderen in gezinnen met een lagere sociaal-economische status en bij allochtone gezinnen. Naast gebrek aan financiële middelen om gezond te leven, is er vaak sprake van gebrek aan kennis over gezondheid en minder aandacht voor gezonde en lekkere voeding en beweging.

### Leefomgeving

Volgens de huidige inzichten kunnen dagelijkse activiteiten, zoals lopend of fietsend boodschappen doen en actief recreëren of buiten spelen, evenzeer een bijdrage leveren aan energieverbranding, als een- of tweemaal per week intensief sporten. In Nederland voldoet echter slechts 33% van de jongens en 22% van de meisjes onder de 18 aan de nationale norm voor jongeren van een uur flink bewegen per dag. In achterstandswijken is de situatie nog veel slechter; sommige plaatsen halen niet meer dan 3% de norm.<sup>3</sup> Onze directe leefomgeving, de inrichting van de openbare ruimte en de infrastructuur zijn dus van groot belang voor een gezond leven. In een stedelijke omgeving is het voor kinderen niet altijd gemakkelijk om vrij buiten te spelen. Uit onderzoek blijkt dat de redenen dat kinderen (te) weinig buiten spelen, naast tv kijken en computeren, een tekort aan speelplaatsen en een (verkeers)onveilige omgeving zijn.

In 1999 heeft de Stichting Jantje Beton gemeenten geadviseerd tenminste 3% van het bebouwde gebied voor speelruimte te reserveren, de zogenaamde Jantje Betonnorm. Recent onderzoek wijst uit dat vrijwel geen enkele Nederlandse gemeente aan deze norm voldoet.<sup>4</sup> Amsterdam zit met 1,4% op het landelijke gemiddelde.

<sup>1</sup> <http://www.convenantovergewicht.nl/vragen>

<sup>2</sup> Gezondheidspeil Amsterdam Factsheet Overgewicht, december 2006, GGD Amsterdam

<sup>3</sup> <http://www.convenantovergewicht.nl/index.php?page=pers/jongeren-willen-altijd-wel-bewegen>

<sup>4</sup> Rigo Research en Advies BV, Quick Scan Speelvoorzieningen in de gebouwde omgeving, 2008

Ondanks het feit dat Amsterdam een echte fietsstad is, worden nog steeds te veel kinderen met de auto naar school gebracht. Gemakzucht is een reden, maar ook de verkeersonveilige situaties naar en vooral bij school, veroorzaakt door alle kort stilstaande auto's van ouders die hun kinderen afzetten, zijn daar de oorzaak van. Hierdoor kiezen steeds meer ouders ervoor om hun kind ook met de auto naar school te brengen, wat de situatie alleen maar nog gevaarlijker maakt.

### **Eetcultuur**

In het rapport 'Ons eten gemeten' stelt het RIVM vast dat onze huidige voedingsgewoonten ongezond zijn. We eten te snel, te veel en te ongezond en we bewegen te weinig om alle energie die we zo binnen krijgen weer te verbranden. We nemen te weinig tijd voor vaste maaltijden, ontbijten vrijwel niet thuis, geven kinderen te veel ongezonde tussendoortjes en frisdrank mee naar school. Op middelbare scholen heeft de broodtrommel vaak plaatsgemaakt voor een moderne kantine met frituur. Het bestrijden van overgewicht is onder die omstandigheden niet eenvoudig. Het probleem is langzaam onze maatschappij ingeslopen met al het gemak, alle lekkernijen en alle efficiëntie die we hebben uitgevonden. Kinderen worden voortdurend geconfronteerd met gemakkelijk te krijgen, ongezond eten. Fastfood restaurants, snoepwinkels, automaten en andere plaatsen waar eenvoudig ongezond eten voor relatief lage prijzen te krijgen is, vind je op iedere straathoek. Ook de prijzen van ongezonde producten geven het verkeerde signaal. Een patatje of een hamburger is veel goedkoper dan een gezonde fruitshake.<sup>5</sup>

### **De gevolgen**

Overgewicht leidt bij kinderen tot ernstige gezondheidsklachten. Te zware kinderen zijn extra gevoelig voor diabetes. Diabetes bij kinderen verkort de levensverwachting aanzienlijk. Op latere leeftijd zijn overgewicht en obesitas een belangrijke aanleiding voor tal van ernstige gezondheidsproblemen zoals diabetes, hoge bloeddruk, te hoge cholesterol en hart- en vaatziekten en beroertes. Ook kan overgewicht leiden tot psycho-sociale problemen. De levensduur van mensen met overgewicht is gemiddeld zes à zeven jaar korter dan van mensen met een gezond gewicht.

Ook stigmatisering is een veel voorkomend gevolg van overgewicht. Dikke mensen worden gediscrimineerd en gestigmatiseerd als ongezond, weinig intelligent, niet aantrekkelijk, niet sociaal vaardig en soms zelfs lui. Kinderen zijn extra kwetsbaar voor dergelijke stigmatisering. Stigmatisering op jonge leeftijd kan later tot een neerwaartse spiraal van negatief zelfbeeld, lage zelfwaardering en zelfs sociale isolatie leiden. Dit kan leiden tot psycho-sociale problemen.

### **De kosten**

In Nederland wordt naar schatting per jaar een bedrag van 505,4 miljoen euro uitgegeven aan (directe) gevolgen van ernstig overgewicht. Dit is ongeveer 1,6% van de totale kosten van de gezondheidszorg voor volwassenen van 20 jaar en ouder. De indirecte kosten van overgewicht (als gevolg van ziekteverzuim en arbeidsongeschiktheid) worden door de Raad voor de Volksgezondheid en Zorg (RVZ) geschat op 2 miljard euro per jaar.<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup> GroenLinks notitie over gewicht en eetcultuur, juni 2005

<sup>6</sup> [http://www.rivm.nl/vtv/object\\_document/o3094n19669.html](http://www.rivm.nl/vtv/object_document/o3094n19669.html)

### 3. AMSTERDAMS BELEID

Het rood-groene college heeft duidelijk blijk gegeven het groeiende probleem van overgewicht bij kinderen en volwassen voortvarend aan te willen pakken. In het kader van de Nota Volksgezondheid 2008-2011 en het Sportplan 2009-2012 is een samenhangend aanbod opgesteld; het *“Basispakket actieve levensstijl en gezond gewicht”*. Kern is dat er voor alle leeftijden een passend aanbod moet zijn en dat de beweeg- en voedingsprogramma's complementair zijn aan elkaar. Het Basispakket is één investeringsstrategie, waarin voedings-, beweeg- en sportprogramma's en inrichting van de omgeving samenkomen. Het pakket biedt spelregels om de huidige versnippering en wildgroei van programma's tegen te gaan.<sup>7</sup>

De programma's die in het basispakket zijn opgenomen bestaan uit algemene preventie voor iedereen, specifieke preventie voor risicogroepen, behandeling van kinderen met overgewicht en signalering. De aanpak valt in drie leeftijdsgroepen uiteen: 0 tot 4 jaar, 4 tot 12 jaar en 12 tot 18 jaar.<sup>8</sup>

Het project Proeftuin Amsterdam heeft onder andere tot doel om gezond en duurzaam voedsel breed beschikbaar te maken voor alle Amsterdammers en gezonde eet- en leefgewoonten te bevorderen, vooral bij jongeren. In het kader van Proeftuin wordt op basisscholen pilots uitgezet voor smaaklessen en gezonde lunch op school, wordt ingezet op een gezond aanbod in kantines op middelbare scholen en wordt op een aantal verpleeg- en verzorgingshuizen gezonde maaltijden aangeboden.

Daarnaast overweegt het college om een programmamanager 'overgewicht' aan te stellen om alle activiteiten rondom bewegingsstimulering te stroomlijnen.

De fractie van GroenLinks is verheugd over deze aanpak van het college, juist omdat de problematiek van overgewicht nu integraal wordt benaderd en uitgevoerd op de verschillende beleidsterreinen. Bovendien is er niet gekozen om iets heel nieuws te verzinnen, maar juist om goedlopende initiatieven op meerdere plekken te implementeren en 'uit te rollen' over de stad. Er gebeurt in Amsterdam namelijk al van alles op het gebied van gezond leven. Er zijn op verschillende scholen smaaklessen, er worden trapveldjes aangelegd, er zijn fietslessen voor vrouwen, veel stadsdelen hebben schooltuinen etc.

Wat opvalt is dat veel projecten vaak geïsoleerd staan, er geen of weinig verband met andere gezonde activiteiten, het project blijft beperkt tot het stadsdeel en er is vaak geen verband met andere beleidsterreinen.

Toch zijn wij van mening dat, om een werkelijk gezonde leefomgeving in Amsterdam te verwezenlijken, op het gebied van openbare ruimte, infrastructuur en voedselaanbod een aantal belangrijke politieke keuzes moeten worden gemaakt. In deze notitie doen wij daartoe een aantal voorstellen op het gebied van spelen, fietsen, eten en voorzieningen in krachtwijken.

---

<sup>7</sup> Nota Volksgezondheid 2008 – 2011 Alle Amsterdammers gezond

<sup>8</sup> Sportplan 2009 -2011

## 4. AMSTERDAM, EEN GEZONDE STAD VOOR KINDEREN!

### 4.1 Lekker spelen

Buiten spelen is belangrijk voor kinderen. Spelen prikkelt de fantasie, het is goed voor het opdoen van sociale vaardigheden, het komt de motoriek ten goede, het bevordert de integratie en spelen in de buitenlucht is goed voor de gezondheid. Buiten spelen helpt een kind om later beter hun weg te vinden in de maatschappij.

#### Meer speelplekken

In de compacte stad Amsterdam is weinig ruimte voor kinderen om in hun directe leefomgeving vrijuit buiten te kunnen spelen. Er zijn te weinig aangelegde speelplaatsen en de openbare ruimte is door het autoverkeer te gevaarlijk om te spelen. De Jantje Betonnorm, die stelt dat 3% van de openbare ruimte moet worden gereserveerd voor speelruimte wordt bij lange niet gehaald. In de compacte stad Amsterdam, is ruimte schaars. Kiezen voor gezonde kinderen, betekent ook ruimte scheppen voor kinderen in de bebouwde omgeving. Ruimte creëren kan door parkeerplaatsen op straat op te heffen en stoepen breder te maken, zodat elk kind direct buiten de deur op straat kan spelen. De veiligheid van op straat spelende kinderen wordt bevorderd door meer 30km zones in de stad in te stellen.

Middels de nationale actie "Ik wil buiten spelen", een initiatief van Jantje Beton, de Johan Cruyff Foundation, de Richard Krajicek Foundation, Jump (het jeugdfonds van de Nederlandse Hartstichting), het Diabetes Fonds en Fonds Gehandicaptensport, wordt in de komende maanden geld ingezameld voor het aanleggen van speelterreinen. Zij vragen gemeenten mee te werken door het beschikbaar stellen van de benodigde ruimte.

Het aanleggen van speelplaatsen is één ding, goed onderhoud is minstens zo belangrijk. Teveel speelplekken in Amsterdam zijn slecht onderhouden; toestellen zijn kapot, de zandbak is vervuild of de plek wordt gebruikt als honden-uitlaatplaats. Hierdoor zijn de speelplaatsen minder aantrekkelijk voor kinderen en zullen ouders hun jonge kinderen er liever niet laten spelen.

***Aanbeveling 1:*** Bij herprofilering van de straten wordt een aantal parkeerplaatsen opgeheven ten behoeve van bredere stoepen om de 'speelbaarheid' en de veiligheid van de straat te vergroten.

***Aanbeveling 2:*** Om de veiligheid van kinderen op straat te bevorderen worden in zoveel mogelijk straten 30km zones ingesteld.

***Aanbeveling 3:*** Amsterdam moet zich tot doel stellen om binnen 5 jaar het totaal aan speelruimte te verhogen van 1,4% naar tenminste 2,5% van de openbare ruimte. Wij vragen het college aan te sluiten bij de nationale actie 'Ik wil buiten spelen' en te onderzoeken waar in de openbare ruimte de aangeboden speelterreinen kunnen worden gerealiseerd.

***Aanbeveling 4:*** Bij nieuwbouwprojecten hanteert Amsterdam in het vervolg de Jantje Betonnorm van 3% voor speelruimte.

***Aanbeveling 5:*** Amsterdam maakt met de stadsdelen afspraken over het intensiveren van onderhoud van speelplaatsen.

## Spelen in het groen

Het blijkt dat vooral kinderen tussen 6 en 11 jaar een duidelijke behoefte hebben aan plekken die niet nadrukkelijk zijn ingericht voor één bepaalde manier van spelen, zoals de toestellenspeelplaatsen. Een groene spelomgeving biedt de kinderen meer variatie, uitdaging en avontuur.<sup>9</sup> Deze spelomgeving is multifunctioneel en kinderen kunnen zelf dingen bepalen en veranderen. We hebben in Amsterdam al een paar natuurspeelparken, zoals de speeileilanden in het Amsterdamse Bos en de bosspeelplek Eendrachtspark in Geuzenveld.

GroenLinks pleit voor meer natuurspeelparken. Daarnaast zouden er juist ook in de directe leefomgeving meer speelplekken voor kinderen, groen moeten zijn. Kinderen moeten als ze de deur uitgaan op veilige loopafstand in het groen kunnen spelen. Dus geen stenen tegels, maar gras of zand. Geen wipkippen, maar klimbomen en de mogelijkheid voor kinderen om de natuur op de vierkante meter te ontdekken. Met de GGD moet onderzocht worden hoe binnen de wettelijke veiligheidsvoorschriften voor speelplaatsen<sup>10</sup> meer ruimte kan worden gecreëerd voor avontuur. De fractie van GroenLinks is van mening dat een geschaafde knie of een winkelhaak in je broek tot aanvaardbare risico's van het lekker buiten spelen kunnen worden gerekend.

De fractie van GroenLinks heeft in de begroting van 2008 geld vrijgemaakt om in het komende jaar één speeltuin om te vormen van toestellenspeelplaats tot een natuurspeelplaats. De speeltuin zal de *Jan Wolkers speeltuin* gaan heten, als eerbetoon aan de man die veel Nederlandse kinderen vanuit zijn achtertuin de schoonheid van de natuur heeft laten zien en dat je er van alles in kan ontdekken.

*Jan Wolkers: "Het Waterleven is voor een kind fantastisch. Je ziet kinderen altijd langs sloten lopen, salamanders vangen, kikkers, kikkervisjes. Dat is een enorme leerschool." Jan probeert een kikker te vangen met zijn schepnet, maar dat valt niet mee. Hij geeft echter niet op, want: "als je als kikker aan Jan Wolkers denkt te ontsnappen, dan ben je een grote fantast."<sup>11</sup>*

**Aanbeveling 6:** *Nieuw aan te leggen speeltuinen, schoolpleinen en buitenruimtes van kinderdagverblijven worden groener, natter en ingericht in samenspraak met de buurt en vooral met de kinderen. We leggen meer fantasie aan de dag en vermijden catalogusspeelplaatsen.*

**Aanbeveling 7:** *Bij herprofilering van speelplaatsen maken stoeptegels (en rubbertegels) zo veel mogelijk plaats voor gras en aarde.*

<sup>9</sup> <http://www.springzaad.nl>

<sup>10</sup> Warenwetbesluit attractie- en speeltoestellen, 1997

<sup>11</sup> <http://villa-achterwerk.vpro.nl/villa-achterwerk/programma/index.shtml?2936067+6613044+12610712>

## 4.2 Lekker fietsen

### Veilig fietsen

Er is in Amsterdam de laatste jaren veel gedaan om het verkeer veiliger te maken voor de fietsers. Een aantal gevaarlijke kruispunten zijn veiliger en overzichtelijker gemaakt voor de fietsers. Daarnaast zijn er steeds meer vrijliggende fietspaden gekomen. Toch blijven er nog gevaarlijke hot spots bestaan.<sup>12</sup> Dit zijn vaak de moeilijkste plekken waar een relatief kleine aanpassing in de infrastructuur niet volstaat de verkeersveiligheid te vergroten. Voor deze routes moeten duidelijke keuzes gemaakt worden voor de fietser. Dat kan inhouden dat er in deze straten eenrichtingsverkeer wordt ingevoerd of dat parkeerplekken verdwijnen om ruimte te maken voor vrijliggende fietspaden.

Voor de fractie van GroenLinks betekent 'Kiezen voor de fietser' ook werkelijke politieke keuzes maken om fietsen in Amsterdam zo aantrekkelijk en veilig mogelijk te maken, ook als dat ten koste gaat van de automobilititeit. Naast het vergroten van de veiligheid voor langzaam verkeer, bieden het realiseren van eenrichtingsverkeer en het verminderen van het aantal parkeerplaatsen ook veel kansen voor het vergroten van de kwaliteit van de openbare ruimte. Het creëert meer ruimte voor de voetgangers, de fietsers, voor speelplekken, groen en horeca. Eenrichtingsverkeer vergroot de leefbaarheid en levendigheid van de Amsterdamse straten.

***Aanbeveling 8:*** *In de stadsdelen worden verkeerscirculatieplannen opgesteld aan de hand van verkeersveiligheidsanalyses, waarin de mogelijkheden tot eenrichtingsverkeer in kaart worden gebracht.*

### Fietsen naar school

Veel kinderen in Amsterdam wonen op fiets- of loopafstand van hun school. Toch worden veel kinderen met de auto gebracht, omdat de ouders het te gevaarlijk vinden dat hun kinderen in het drukke verkeer moeten fietsen. Bij scholen levert dit vaak zeer onveilige situaties op, door alle auto's die komen voorrijden om de kinderen te brengen. Het wordt steeds drukker en gevaarlijker bij scholen, omdat ouders de kinderen wegens onveilige situaties met auto wegbrengen. Het wordt alleen maar drukker en gevaarlijker. Momenteel worden er in enkele stadsdelen al maatregelen getroffen om de veiligheid te vergroten, maar die blijken vaak niet toereikend en worden zelden nageleefd.

GroenLinks is van mening dat de omgeving rond (basis)scholen autovrij of tenminste autoluw moeten worden gemaakt om de veiligheid rondom scholen te verbeteren en ouders te stimuleren hun kinderen naar school te laten fietsen of hun kinderen op de fiets te brengen. Er moet worden onderzocht of deze veilige situatie kan worden gerealiseerd door middel van parkeer- en stopverboden.

***Aanbeveling 9:*** *Het college gaat zich mét de stadsdelen inspannen om de verkeersveiligheid rondom scholen te vergroten door middel van het weren van auto's. Er wordt onderzocht wat de mogelijkheden zijn voor het autovrij en autoluw maken van de directe omgeving van (basis) scholen en/of het instellen van parkeer- en stopverboden tijdens schooluren.*

---

<sup>12</sup> Fietsersbond, Top 10 knelpuntenroutes

## **Alle kinderen een fiets**

Om naar school te kunnen fietsen moet je natuurlijk wel kunnen fietsen en een fiets hebben. Momenteel doet de helft van de scholen niet mee aan het fietsexamen, omdat kinderen niet kunnen fietsen óf geen fiets hebben.

GroenLinks vindt dat ieder kind een fietsdiploma moet hebben, net zoals ieder kind via de school een zwemdiploma kan halen.

Eerste vereiste is dat alle basisscholen (weer) gaan meedoen aan het fietsexamen en fietsen – als gezonde beweging - in de lessen gaan integreren. Ook in de naschoolse opvang kan aandacht worden besteed aan het stimuleren van het fietsen. In samenwerking met organisaties als de Fietserbond kunnen spannende fietsactiviteiten worden opgezet en tips en lessen worden gegeven voor fietsonderhoud, zoals leren banden plakken en een ketting spannen.

Het niet hebben van een fiets kan geen reden zijn om dan maar geen fietsexamens af te nemen. Analoog aan de PC-voorziening voor kinderen<sup>13</sup>, wil GroenLinks een fietsvoorziening starten. Elk jaar krijgen zo'n 1500 kinderen uit gezinnen met minimuminkomen, die van het basisonderwijs naar het voortgezet onderwijs gaan, een PC om thuis hun schoolwerk te doen. De fietsvoorziening moet gaan gelden voor kinderen tussen zes jaar en acht jaar.

Een variant hierop is het aanwenden van de scholierenvergoeding voor het aanschaffen van een kinderfiets. Ouders in de bijstand met kinderen op het basisonderwijs hebben jaarlijks recht op een scholierenvergoeding van 225 euro. Daarvan kunnen schoolreisjes, contributie van een sportvereniging, de ouderlijke bijdrage etc worden betaald. GroenLinks stelt voor om dit geld ook beschikbaar te stellen voor de aanschaf van een kinderfiets. Op marktplaats staan kinderen fietsen aangeboden tussen de 25 euro en de 125 euro. Er moet worden bekeken of de huidige scholierenvergoeding voldoende is voor alle kosten. Mocht dat niet het geval zijn, dan moet het bedrag worden verhoogd.

***Aanbeveling 10:*** *Er komt een fietsvoorziening voor kinderen tussen zes en acht jaar*

***Aanbeveling 11:*** *De scholierenvergoeding wordt verbreed, waarbij de kosten voor een kinderfiets ook kunnen worden gedeclareerd.*

***Aanbeveling 12:*** *Stadsdelen maken afspraken met de schoolbesturen van alle basisscholen om het fietsexamen onderdeel te laten zijn van het curriculum.*

---

<sup>13</sup> PC-voorziening voor kinderen.

<http://www.socialedienst.amsterdam.nl/live/index.jsp?nav=17592&loc=57171&det=34565>

### 4.3 Lekker eten

De oorzaak voor overgewicht ligt vooral bij de sterk veranderde omgeving en maatschappij. Met al het gemak, alle lekkernijen en alle efficiëntie die we hebben uitgevonden is het probleem er langzaam ingeslopen. Kinderen groeien op in een zogenaamde 'obesogene' omgeving, waarin ze voortdurend worden geconfronteerd met gemakkelijk te krijgen, ongezond eten. Fastfood restaurants, snoepwinkels, automaten en andere plaatsen waar eenvoudig ongezond eten voor relatief lage prijzen te krijgen is, vind je op iedere straathoek.

#### **Gezonde leefomgeving**

Voor het creëren van een gezondere leefomgeving is overheidsoptreden nodig. Dat kan door het aanbod van ongezonde voeding en snacks in te perken en het aanbod van gezond eten te bevorderen. In het 'Masterplan Overgewicht' pleit het Voedingscentrum voor een restrictief gemeentelijk beleid ten aanzien van vestigingsvergunningen voor fastfood- en afhaalrestaurants, bijvoorbeeld bij scholen en in stations.<sup>14</sup>

GroenLinks acht een puur restrictief beleid niet wenselijk, maar vindt wel dat het gemeentelijk gezondheidsbeleid medebepalend moet zijn bij het al dan niet toestaan van fastfood op 'kwetsbare' plaatsen. Ook kan het vestigingsbeleid een concentratie van teveel ongezond aanbod tegengaan. De foodstrip die in 2006 in Amsterdam Zuidoost werd geopend is een voorbeeld van wat er fout kan gaan, als gezondheidsaspecten en een gezonde leefomgeving niet worden meegenomen bij de stedelijke ontwikkeling.

Naast het inperken van het aanbod van ongezonde waar is het belangrijk om meer mogelijkheden te creëren voor het aanbod van gezonde voeding en snacks. Tot voor kort was een ventvergunning in Amsterdam alleen te verkrijgen voor ijs en hotdogs. Gelukkig is de gemeentelijke regelgeving daarop aangepast, waardoor nu ook verkopers van lekkere gezonde snacks een vergunning kunnen krijgen. Het zou goed zijn als deze verandering in beleid ook snel in het straatbeeld terug is te zien. Naast de ijscokar en hotdogtenten zien wij graag mobiele juicebars, fruitkramen en gezonde broodjeskarren. GroenLinks pleit daarom voor dat nieuwe vergunningen worden uitgegeven aan venters van gezonde waar.

***Aanbeveling 13:*** *Bij het verlenen van vestigingsvergunningen voor fastfood rekening moet rekening worden gehouden met de gezondheidsaspecten en de leefomgeving om ongezond aanbod op kwetsbare plaatsen in te perken en een concentratie van ongezond aanbod tegen te gaan.*

***Aanbeveling 14:*** *Nieuw uit te geven ventvergunningen zijn voorbehouden voor het venten van gezonde voeding. Het college maakt hierover afspraken met de stadsdelen.*

---

<sup>14</sup> Voedingscentrum, Nederland in balans Masterplan Preventie Overgewicht 2005-2010

## **Jong geleerd**

De huidige voeding van basisschoolkinderen is uit balans. Tegenwoordig eten kinderen niet direct meer dan tien jaar geleden, maar ze eten wel ongezonder. Hoe jonger een kind gezonde gewoonten aanleert, hoe groter de kans op positieve gevolgen in de rest van het leven. Het is goed dat op Ouder-Kindcentra tegenwoordig ook veel aandacht wordt besteed aan het belang van goede voeding en beweging. Jonge ouders krijgen tips en adviezen mee over lekker gezond eten met jonge kinderen.

GroenLinks is verheugd dat er steeds meer initiatieven zijn om kinderen lekker te laten eten op school. *De smaak te pakken, Tijd voor Eten, Kids in Balance* zijn allemaal aansprekende voorbeelden van projecten die kinderen leren hoe lekker gezond eten is en hen te leren hun smaak te ontwikkelen. Inmiddels worden op verschillende scholen met gemeentelijke middelen pilots uitgevoerd met deze projecten. Samen lekker eten is leuk, het eten zelf verbouwen en klaarmaken is nog veel leuker!

GroenLinks pleit ervoor dat op basisscholen kinderkeukens worden gerealiseerd, waar kinderen tijdens de overblijfsuren of in de naschoolse opvang samen kunnen koken. Gezond voedsel kan je al leren ontdekken vóór het gegeten wordt. In schoolwerktuinen verbouwen kinderen een jaar lang zelf hun groenten en kruiden en kunnen ze lekker met hun handen in de aarde wroeten. In het bijzonder voor stadskinderen die van huis uit niet met de natuur in aanraking komen, is dit van groot belang.

Er zijn momenteel dertien schooltuinen in Amsterdam. Niet elk stadsdeel heeft een eigen schooltuin, maar alle basisscholen kunnen in een buur-stadsdeel gebruik maken van een schooltuin. Momenteel krijgen bijna alle Amsterdamse kinderen van groep 6/7 (95%) natuur- en milieueducatie aangeboden in één van deze schooltuinen. De organisatie is echter nogal versnipperd, waardoor het aanbod in de stadsdelen van verschillend kwaliteitsniveau is. Ook is er nog geen goede combinatie tussen eten verbouwen, het bereiden en het eten op school. De faciliteiten zijn er en de kennis is er, maar worden nog lang niet ten volle benut.

***Aanbeveling 15:*** *Bij nieuw te bouwen basisscholen wordt een kinderkeuken ingebouwd, waar kinderen via het lesprogramma wordt geleerd hoe het eten wordt klaargemaakt.*

***Aanbeveling 16:*** *Het college vraagt aan de Samenwerkende Amsterdamse Stadsdelen om in het schooltuinwerk een kwaliteitsslag te maken, zodat alle kinderen in elke schooltuin een gelijk en kwalitatief goed aanbod van natuur en milieu educatie kunnen krijgen. Er komt samenhang in de verschillende projecten: schooltuinen, voeding bereiden en samen eten op school, zodat kinderen betrokken raken bij de hele voedselketen.*

#### 4.4 Lekker Leven in krachtwijken

Overgewicht komt vaker voor bij kinderen in gezinnen met een lagere sociaal-economische status en bij allochtone gezinnen. Gebrek aan kennis over gezondheid en minder aandacht voor gezonde en lekkere voeding en beweging is daarvoor een belangrijke oorzaak. Gezinnen die moeten rondkomen van aanbiedingen in de supermarkten hebben geen geld om gezondere producten en bijvoorbeeld biologische voeding te kopen. Naast minder aandacht voor gezond eten is er vaak ook minder aandacht of geld voor bewegen. Het lidmaatschapsgeld voor de sportvereniging voor de kinderen past vaak niet in het budget.<sup>15</sup>

##### **Aan de slag**

Om te voorkomen dat een ongezonde levensstijl overerfelijk wordt, moet zowel worden gewerkt aan de bewustwording van gezond leven bij ouders, als worden geïnvesteerd in het stimuleren van kinderen om lekker gezond te eten en te bewegen. De projecten die worden beschreven in de nota's van het college *Alle Amsterdammers gezond*, *Proeftuin Amsterdam* en de *Sportnota* moeten stevig worden verankerd in de Amsterdamse wijkaanpak.

Naast het bevorderen van een gezonde levensstijl kunnen deze projecten ook op andere terreinen hun vruchten afwerpen. In Rotterdam zijn goede ervaringen opgedaan met het betrekken van werkloze en bijstandsmoeders bij het samen met kinderen smaken ontdekken en het bereiden van gezonde lunches op school. Fietslessen en sportactiviteiten voor allochtone vrouwen doorbreken het sociale isolement. Deelname aan sport- en bewegingsactiviteiten kan ook een bijdrage leveren aan de sociale samenhang en het welzijn in deze buurten.

De goede plannen en de mogelijkheden zijn er. Nu is het zaak om het niet te laten bij vrijblijvende pilots, maar dat goedlopende projecten worden uitgebreid en in het beleid verankerd.

***Aanbeveling 17:*** *In de begrotingen van stad en stadsdelen van 2009 en 2010 wordt prioriteit gegeven aan de uitvoering en implementatie van Alle Amsterdammers gezond Proeftuin Amsterdam en de Sportnota. Bovendien moeten de maatregelen uit deze nota's stevig worden verankerd in de Amsterdamse wijkaanpak.*

---

<sup>15</sup> Er bestaat voor gezinnen tot 105% van het Wettelijk minimum een subsidie voor de contributie via het jeugdsportfonds. [http://www.jeugdsportfonds.nl/amsterdams\\_5\\_1.php](http://www.jeugdsportfonds.nl/amsterdams_5_1.php). Onbekendheid met deze voorziening is nog steeds een barrière. Daarnaast komen gezinnen met een inkomen net boven deze grens niet in aanmerking.

## Gezonde krachtwijken

Uit het onderzoek "De Gezonde Wijk"<sup>16</sup> dat is uitgevoerd in vier Amsterdamse buurten blijkt dat de woonomgeving een grote invloed heeft op het beweegpatroon van de bewoners van Amsterdamse wijken. Het onderzoek geeft concrete aanknopingspunten hoe bij nieuwbouw of herstructurering van wijken rekening kan worden gehouden met de gezondheid van de bevolking.

"Door te bouwen in hogere dichtheden, met vooral meer faciliteiten op loopafstand, worden buurten aantrekkelijker gemaakt voor de voetganger en de fietser. Daarbij moet er ook rekening worden gehouden met de aanwezigheid van een substantiële, gevarieerde groenvoorziening in de vorm van bijvoorbeeld een park. Essentieel is het tenslotte hoe er wordt omgegaan met de parkeergelegenheid voor auto's. Zodra woningen geen permanente (eigen) parkeerplaats voor de deur hebben, zal actief vervoer in toenemende mate aantrekkelijk worden. Enerzijds doordat de factor 'loopafstand naar de auto' een rol gaat spelen, maar anderzijds vooral ook omdat de openbare ruimte voor de deur meer uitnodigend kan worden ingericht (ook met het oog op de speelruimte voor kinderen)".<sup>17</sup>

Voor een Gezonde Wijk moet aandacht worden besteed aan de volgende facetten:

- Bebouwde omgeving: variatie in bouwstijl met nadruk op laagbouw, gezonde woningen;
- Verkeersinfrastructuur: autoluw, fietsvriendelijk, goed openbaar vervoer;
- Openbare Ruimte: uitnodigende, beweegvriendelijke buitenruimte, meer bruikbaar groen;
- Voorzieningen: hardware (gebouwde voorzieningen) en software (sport- en bewegingstimulering, gezonde voeding);

***Aanbeveling 18:*** Bij nieuwbouwprojecten en stadsvernieuwing worden de bovenstaande richtlijnen voor een Gezonde Wijk zoveel mogelijk geïmplementeerd.

---

<sup>16</sup> <http://www.degezondewijk.nl/PDF/Rapport%20GGD.pdf>

<sup>17</sup> F.R.J. den Hertog; M.J. Bronkhorst; M. Moerman & R. van Wilgenburg, De Gezonde Wijk. Een onderzoek naar de relatie tussen fysieke wijkkenmerken en lichamelijke activiteit. (Amsterdam 2006)