
Vergaderjaar 2004–2005

30 228

**Lekker lang leven
Plan van aanpak overgewicht bij kinderen**

Nr. 1

BRIEF VAN HET LID AZOUGH

Aan de Voorzitter van de Tweede Kamer der Staten-Generaal

Den Haag, 5 september 2005

Hierbij bied ik u mijn nota «Lekker leven. Plan van aanpak overgewicht bij kinderen» aan. In deze nota maak ik een analyse van het ernstige en snel in omvang toenemende probleem van overgewicht bij kinderen en doe ik een aantal aanbevelingen tot beleid. De beslispunten zijn opgenomen in de paragraaf Nationaal actieplan.

Azough

Lekker leven Plan van aanpak overgewicht bij kinderen

Overgewicht en eetcultuur

Overgewicht bij kinderen is een snel groeiend probleem. Een op de zeven kinderen is te zwaar. En volgens deskundigen loopt Nederland 10 jaar achter op de Verenigde Staten. Daar is momenteel 56% van de bevolking te dik. Het is daarom meer dan ooit nodig om het tij te keren. Aanpak van overgewicht vraagt een andere eetcultuur in Nederland. We moeten kinderen leren om lekker, gezond en gevarieerd te eten. Want kinderen lijden onder overgewicht en onder een eenzijdige eetcultuur. Overgewicht beperkt ze in hun bewegingsvrijheid, ze worden er om gepest en het is een slecht voorteken 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. Zelf kunnen kinderen daar nog niet verantwoordelijk voor worden gesteld. Ze zijn daarvoor te zeer afhankelijk van hun ouders, van het onderwijs en van de omringende samenleving. Daarom moet de overheid zich inzetten voor een betere eetcultuur en voor een effectieve aanpak van overgewicht. Zo maken we het leven van kinderen een stuk gezonder en prettiger. De aanpak van overgewicht vraagt om een breed pakket goed gecoördineerde maatregelen: een nationaal actieplan.

Probleem groot bij kinderen

Steeds meer jongeren lijden onder overgewicht. Tussen 1980 en 1997 is het percentage kinderen met overgewicht meer dan verdubbeld¹. Volgens de Gezondheidsraad is er in Nederland bij 13% van de jongens en 14% van de meisjes sprake van overgewicht. Overgewicht is het sterkst gestegen bij kinderen vanaf drie jaar. De gezondheidsraad schat dat in 2015 één op de vijf volwassenen in Nederland lijdt aan ernstig overgewicht, ofwel obesitas², als deze ontwikkeling zich voortzet.

Overgewicht en obesitas bij kinderen (0–21 jaar)

	1980	1996/1997	Toename van 1980 tot 1996/1997
Overgewicht *			
Jongens	9,9%	13,0%	+ 31%
Meisjes	8,8%	13,7%	+ 56%
Obesitas*			
Jongens	0,5%	0,9%	+ 80%
Meisjes	0,4%	1,5%	+ 225%

Bron: www.degezondebasis.nl

* Overgewicht en obesitas zijn gedefinieerd met de aangepaste BMI voor kinderen op basis van de gegevens van de derde Landelijke Groeistudie.

Van de volwassenen is op dit moment ruim 40% te zwaar. Dat zijn bijna vijf miljoen mensen. Bij 10% is sprake van obesitas. Indien er niets gebeurt, neemt dit aantal snel toe. Van het aantal mensen dat jaarlijks overlijdt, kan 5% aan de gevolgen van overgewicht worden toegeschreven³. De jaarlijkse gezondheidszorgkosten als gevolg van obesitas worden geschat op € 0,5 miljard; de kosten van ziekteverzuim, productieverlies, uitkeringslasten en de maatschappelijke kosten worden in totaal geraamd op € 2 miljard per jaar.⁴ Overgewicht heeft de laatste twintig jaar wereldwijd epidemische vormen aangenomen, zegt de Wereld gezondheidsorganisatie WHO. Nederland staat samen met de VS, Engeland en Duitsland in de top vier van landen met een te dikke bevolking.

Overgewicht bij volwassenen (18+)

¹ «Ons eten gemeten», RIVM 2004, pag. 57.

² «Overgewicht en Obesitas». Den Haag, Gezondheidsraad, 2003; publicatie nr. 2003/07.

³ Minister Hoogervorst, speech CBL-debat «Stimulans naar Balans», Utrecht, 5 april 2005.

⁴ www.minvws.nl

	2005	2015	2030
Overgewicht in %	40	50	60
Obesitas in %	10	20	30

Balkenende II doet te weinig

De regering Balkenende doet te weinig aan overgewicht. Minister Hoogervorst van volksgezondheid noemt obesitas de killer van de toekomst en heeft overgewicht tot een speerpunt van zijn beleid benoemd.¹ Hij stelt als doel dat het aantal mensen met overgewicht niet verder mag stijgen. Maar geheel in de geest van het Kabinet Balkenende ligt de nadruk op de eigen verantwoordelijkheid. Daarmee maakt hij een dubbele fout. In de eerste plaats kan je kinderen nog moeilijk aanspreken op hun verantwoordelijkheid voor wat ze te eten krijgen en hun eigen gezondheid. Ten tweede is het ook te simpel om de verantwoordelijkheid bij de ouders te leggen. Ook ouders hebben soms onvoldoende aandacht voor- en kennis van gezonde en lekkere voeding en levensstijl. Bovendien wordt dat niet alleen bepaald door de ouders, maar bijvoorbeeld ook door het onderwijs, de verkeerssituatie in de omgeving, speelmogelijkheden, snoepreclames, etc. De visie van de overheid is te beperkt en bovendien tegenstrijdig. Te beperkt, want de regering ziet overgewicht vooral als het probleem van individuen en wil met voorlichtingscampagnes het gedrag veranderen. De oorzaak en de aanpak van overgewicht en obesitas ligt ook in onze eetcultuur. Er zijn tal van maatschappelijke ontwikkelingen die onze levensstijl uit balans hebben gebracht.

Het beleid van de regering Balkenende II is tegenstrijdig daar de regering enerzijds geld uit trekt voor reclamespotjes en posters ter bewustwording van het overgewichtprobleem, maar anderzijds allerlei beleid voert dat het probleem alleen maar verergert. De overheid roept op tot bewegen, maar de beweegruimte voor kinderen wordt wegbezuinigd. De overheid bezuinigt op de subsidies aan sportclubs, scouting en speeltuinverenigingen. De staatssecretaris van VWS wil dat in 2010 op 90% van alle scholen dagelijks wordt gesport, maar de minister van onderwijs schaft de verplichte uren gymles in het voortgezet onderwijs af. Ook beperkt zij het schoolzwemmen. De pril ontstane samenwerking tussen sportclubs en naschoolse opvang wordt gehinderd door de enorme prijsstijgingen in de naschoolse opvang. Verder kiest het kabinet voortdurend voor de auto en tegen het openbaar vervoer, de fietser en de voetganger. Daarmee stimuleert de regering dat kinderen met de auto naar school worden gebracht, of als ze wat ouder zijn, een brommer nemen. Door al deze maatregelen zullen kinderen alleen maar minder gaan bewegen. Recent heeft het kabinet de vergoeding voor dieetadvies beperkt tot maximaal vier uur per jaar. Ook dat staat haaks op de bestrijding van overgewicht.

Het kabinet zegt dus overgewicht te willen bestrijden, maar doet in feite op veel punten het omgekeerde. Haar eigen beleid blijft beperkt tot mooie woorden in de hoop dat mensen zich anders gaan gedragen – haar eigen verantwoordelijkheid schuift de regering grotendeels af. Het motto van de SIRE-campagne «denk niet te licht over overgewicht» lijkt daarmee aan het kabinet voorbij gegaan.

Een inspirerend voorbeeld van hoe het wel kan, is te vinden in Engeland. Aangezet door een handtekeningenactie van de beroemde Engelse chefkok Jamie Oliver beloofde premier Blair 220 miljoen pond (€ 320 miljoen) vrij te maken voor de verbetering van schoolmaaltijden. Met zijn actie «Feed me better²» onderstreepte Oliver het belang van goede voeding voor kinderen. Hij leerde kinderen hoe leuk de voorbereiding van eten kan zijn. Oliver haalde in een paar weken 27 000 handtekeningen op die hij overhandigde aan Premier Blair.

¹ Preventienota «Langer gezond leven», oktober 2003.

² www.feedmebetter.com

Inconsistent beleid regering

Wat de regering wil	Wat de regering doet
gezond eten	<ul style="list-style-type: none">- stopt subsidie «schoolgruiten» (groente en fruit)- laat aanpak ongezonde producten aan de sector over- vergoeding dieetadvisering vanaf 2005 gemaximeerd op vier behandeluren per jaar¹
meer bewegen	<ul style="list-style-type: none">- bezuinigt op gymnastiek op school- bezuinigt op scouting en sportverenigingen- weigert schoolzwemmen te verplichten- ruimte voor wandelen, fietsen en spelen wordt beperkt door verkeersbeleid en ruimtelijke ordening

¹ Gezien de uitgavenstijging van de afgelopen jaren (volgens het CVZ-rapport «dieetadvisering van AWBZ naar de Ziekenfondswet» (2004) werd er in 2002 € 17,7 miljoen uitgegeven aan dieetadvisering en voedingsvoorlichting en in 2003 € 30,3 miljoen) verwacht men grote stijging van de vraag naar dieetadvisering en heeft minister Hoogervorst besloten tot beperking aantal uren om zo de kosten in de hand te houden.

Oorzaken overgewicht

«Overgewicht en inactiviteit zijn een neveneffect van de technologische vooruitgang. [...] De maatschappij komt zichzelf tegen»¹

Overgewicht is vooral het gevolg van onze leef- en eetcultuur. Ook kinderen worden het slachtoffer van de haast en stressmaatschappij. De wijze waarop we de maatschappij hebben ingericht, leidt tot een verstoorde energiebalans. 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, 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. Ook met het bewegen door kinderen gaat het niet goed. Na een snel drinkontbijt stoppen we de kinderen snel in de auto om ze op school af te leveren. En ruimte om in de buurt veilig buiten te spelen, is er steeds minder. Op school staan de gymles en het schoolzwemmen onder zware bezuinigingsdruk.

Het bestrijden van overgewicht is onder die omstandigheden niet eenvoudig. Het probleem is langzaam onze maatschappij in geslopen met al het gemak, alle lekkernijen en alle efficiëntie die we hebben uitgevonden. Kinderen worden voortdurend geconfronteerd met makkelijk 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. De commercie speelt geraffineerd in op de snoeplust van de jeugd. Daarbij zien kinderen dagelijks reclameboodschappen over snoepgoed, *fastfood* en frisdrank. Vooral kinderen zijn zeer beïnvloedbaar door reclame. Ook de prijzen van ongezonde producten geven het verkeerde signaal. Een patatje of een hamburger is veel goedkoper dan een gezonde *fruitshake*. Overgewicht wordt dus veroorzaakt door onze fysieke omgeving en onze levensstijl. Kinderen kunnen zich daar onvoldoende tegen verweren en worden de «Hans en Grietje» van de moderne stressmaatschappij. Te vaak met een zak chips op de achterbank, te weinig met een appel aan het buitenspelen.

¹ Dr. J.W. Coebergh, onderzoeker afd. Maatschappelijke Gezondheidszorg Erasmus MC Rotterdam, in «Monitor» jaargang 34, nr. 1 2005.

Activiteit	Verbruik kcal. per uur	Product			
		Mars/kitkat/Nuts etc.	Hamburger, 80 gram	Roomijsje	Boterham, volkoren
Verbrandingstijd (minuten)					
Voetballen, Hockeyen, Basketballen, e.d.	335	44	37	24	14
Fietsen	215	68	57	38	22
Buitenspelen	145	101	85	56	33
Tv-kijken, Lezen, School- werk, Computeren	60	245	205	135	80
Slapen	50	294	246	162	96

bron: www.gezondebasis.nl

Kwetsbare groepen

Kinderen in de grote steden lopen extra risico. Uit resultaten van de Rotterdamse Jeugdmonitor (RJM)¹ van de GGD blijkt bijna 1 op de 5 kleuters in groep 2 van de basisschool te dik te zijn. Van de jongens heeft 16% overgewicht en van de meisjes 20%. Van deze kinderen heeft zelfs gemiddeld 6,4% last van obesitas. Ook komt overgewicht 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.

Er is dus extra aandacht nodig voor gezinnen met een laag inkomen. Zowel bij voorlichtingscampagnes als van professionele zorg en hulpverleners zoals consultatiebureaus, GGD, schoolarts en leraren. Zo zou de GGD zich kunnen inzetten voor de groepen die het meest last hebben van overgewicht. Ook kinderen van dikke ouders hebben een sterk verhoogd risico om zelf te dik te worden. Kinderen van wie beide ouders obees zijn, hebben 80% kans zelf ook te dik te worden. Dat wordt veroorzaakt door sociaal economische factoren en het overnemen van gedrag. Die extra aandacht voor speciale risicogroepen is alleen effectief wanneer de maatregelen voldoende looptijd en continuïteit hebben. Een tijdelijk project is leuk, maar niet genoeg.

Ongezond

Overgewicht leidt bij kinderen tot ernstige gezondheidsklachten. Te zware kinderen zijn extra gevoelig voor diabetes. Bij deze suikerziekte bestaan complicaties zoals slechter zien door oogafwijkingen, amputaties van ledematen als gevolg van vaatafwijkingen. Diabetes bij kinderen verkort de levensverwachting aanzienlijk. Ook is er extra risico op ontstekingen die kunnen leiden tot luchtweginfecties en ook oorontstekingen². Kinderen in de leeftijd van 2 tot 11 jaar met overgewicht bezoeken vaker de huisarts (2,42 maal per jaar tegen 1,93 normaal), bij tieners in de leeftijd van 12 tot 17 jaar is dit verschil nog groter (2,58 maal tegen 1,8 normaal).

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, dikkedarm- en borst-

¹ www.ggd.rotterdam.nl

² Monitor, jaargang 34 nr. 1 2005, pag. 11.

kanker, lever- en nierfunctiestoornissen, skeletafwijkingen en beroertes. Ook kan overgewicht leiden tot psychosociale 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 kinderen 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 psychosociale problemen.

Kostbaar

«Overgewicht is waarschijnlijk nu al een kostbaarder probleem voor de gezondheidszorg dan roken...»¹

Overgewicht is niet alleen ongezond. Het kost ook veel geld. Overgewicht is de oorzaak van tal van hierboven genoemde medische problemen. Maar ernstig overgewicht en de afname van levenskwaliteit maakt ook dat mensen minder lang actief kunnen zijn op de arbeidsmarkt. In sommige landen veroorzaakt dat al een daling van arbeidsproductiviteit van 10%². Dit brengt hoge maatschappelijke kosten mee zich mee.

In de Verenigde Staten hebben overgewicht en obesitas geleid tot een toename van zorg met 36%. Het gebruik van medicatie is met 77% gestegen. Dat is 5,7% van de nationale zorguitgaven in de VS. De Europese Commissie schat dat de kosten gerelateerd aan overgewicht en obesitas in 2030 voor de gehele EU oplopen tot 70 tot 130 miljard euro.³ Voor Nederland wijzen schattingen erop dat momenteel ruim 500 miljoen euro wordt uitgegeven aan de gevolgen van overgewicht en obesitas. Dit is 1,6% van de totale uitgaven aan die gezondheidszorg voor volwassenen.⁴ Het overgewichtprobleem zal enorm toenemen als er niet hard wordt ingegrepen.

De oude wijsheid «voorkomen is beter dan genezen» geldt dus ook de aanpak van overgewicht. Echter, onder het huidige kabinet daalde het budget voor preventieve maatregelen juist van 3% naar 2% van de zorguitgaven. De blinde vlek voor preventiebeleid is heel onverstandig, want juist bij overgewicht kan een vroege aanpak van het probleem bij de jeugd, voorkomen dat straks de vraag naar bijvoorbeeld bloeddrukverlagers en antidepressiva explosief stijgt. Meer aandacht voor preventie is goed voor de volksgezondheid, bespaart geld en is ook economisch gezien een investering in ons «gezondheidskapitaal». Extra middelen zijn hard nodig, bijvoorbeeld voor GGD's, consultatiebureaus, de rol van scholen en de inzet van schoolartsen. Die kunnen daarmee meer doen om de gezonde leefstijl al op jonge leeftijd te bevorderen.

Nationaal actieplan

Bovenstaande analyse van het probleem overgewicht leidt tot een duidelijke conclusie: de strijd tegen overgewicht vraagt een nationaal actieplan met maatregelen op tal van beleidsterreinen. Een plan dat zich richt op een gezondere leefomgeving en leefstijl: gezonder en lekkerder eten, meer bewegen en minder commerciële verleiding. Vanzelfsprekend hebben ouders de eerste verantwoordelijkheid om overgewicht te voorkomen. Maar de ouders kunnen de strijd tegen overgewicht niet alleen voeren. Ze hebben ondersteuning nodig van de overheid, van de scholen en van de voedingsmiddelensector.

¹ Prof Hans Brug (hoogleraar determinanten van volksgezondheid, Erasmus MC in Monitor, jaargang 34 nr. 1 2005, pag. 12.

² Medisch contact 2001.

³ Eurocommissaris Byrne (Gezondheid) 12 mei 2004, informele vergadering van EU-ministers van Volksgezondheid in het Ierse Cork.

⁴ «Kosten van ziekten in Nederland. De zorgeuro ontrafelt», RIVM-rapport nr. 270 751 005, 2002. Polder JJ, Takken J, Meerding WJ, Kommer GJ, Stokx LJ, Bilthoven 2002.

Aanbevelingen

1. Probleemeigenaar

Een nationaal actieplan overgewicht vraagt allereerst centrale regie. Een krachtdadige «probleemeigenaar» is nodig om de strijd tegen overgewicht te coördineren. De minister van volksgezondheid, welzijn en sport dient zelf de regie krachtig in handen te nemen. Alleen de minister heeft het juiste gezag om de urgentie van het probleem te vertalen in krachtige uitvoering en daarbij ook de relevante andere departementen, maatschappelijke organisaties en bedrijven te activeren om hun aandeel in die strijd te leveren.

Betere samenwerking tussen de ministeries kan veel opleveren. Bijvoorbeeld wanneer de departementen van landbouw en van volksgezondheid de resultaten van onderzoek naar de gezondheidsvoordelen van biologische landbouw vertalen in concrete aanbevelingen voor de gezondheid van kinderen¹. Of als landbouw en financiën het prijsverschil dichten tussen biologische en gangbare producten, om zo meer mensen met biologische voeding kennis te laten maken.

2. Flash-test

De minister heeft ook de taak om nieuw beleid aan een «Flash-test»² te onderwerpen. Is de nieuw te bouwen wijk voldoende kindvriendelijk? Zijn de scholen veilig bereikbaar per fiets en te voet? Wordt er binnen de lessen aandacht besteed aan smaak en eten? Wat zijn de gevolgen van bezuinigingen op de zwemles en de sportvereniging? Is de natuur buiten de stad voldoende toegankelijk voor recreatie? Het aanpakken van overgewicht begint aan de vergadertafel en moet reiken tot aan de eettafel en de tennistafel. Door nieuw beleid aan de Flash-test te onderwerpen, krijg je tijdig inzicht in de effecten van de plannen op de gezonde leefstijl, de ruimte en tijd om te bewegen en het eetgedrag.

«Scholen gaan onvoldoende mee in de maatschappelijke ontwikkelingen rond overgewicht. De hoeveelheid onderwijstijd die scholen inruimen voor beweging, is al jaren gelijk en sluit niet aan bij de toegenomen problematiek». Aldus de Inspectie van het Onderwijs³.

3. Gezond op school

De overheid ondersteunt (ook financieel) projecten gericht op gezonde voeding en gezonde levensstijl in het onderwijs zoals smaaklessen, het project schoolgruiten⁴ en het aanbieden van gezonde maaltijden tussen de middag;

3.1. Smaaklessen worden verplicht ingevoerd in het basisonderwijs. In die smaaklessen leren kinderen alles over gezond, lekker en gevarieerd eten. Waar komt eten vandaan, hoe wordt het klaar gemaakt, wat zijn er allemaal voor smaken, wat is lekker en wat is gezond? De bekende tv-kok Pierre Wind heeft met tal van betrokken organisaties al een begin gemaakt met de uitwerking van smaaklessen. Dit project moet worden ondersteund om landelijke invoering aan alle basisscholen mogelijk te maken. Uiteraard bepalen scholen uiteindelijk zelf hoe ze dit invullen, maar de overheid moet garanderen dát alle scholen dit invullen. Dat is nodig voor een lekkere, gezonde en gevarieerde eetcultuur in Nederland. De smaaklessen moeten zich niet alleen in de klas afspelen. Kinderen moeten ook kunnen zien waar het eten vandaan komt, «Van Boer tot Bord». Daarbij gaan scholen met de kinderen kijken op de boerderij waar het eten vandaan komt. Bovendien bezoeken zij bedrijven waar etenswaren

¹ Het ministerie van Landbouw doet onderzoek naar de gezondheidsvoordelen van biologische voeding. Een recent onderzoek naar biologische melk toonde aan dat biologische melk gezondheidsvoordelen biedt, die ook terug te vinden zijn in moedermelk van zwangere vrouwen. Ook zijn er aanwijzingen dat biologische producten een groter «verzadigingseffect» hebben (www.platformbiologica.nl/nieuws/EkocongresGezondheid05.html).

² De «Flash-manier»: fietsen, lopen, actief spelen, sporten, huishouden (www.flash123.nl).

³ De inspectie van het onderwijs, «De staat van het Nederlandse onderwijs, onderwijsverslag 2003/04».

⁴ Dit project was succesvol, het eten van groente en fruit op scholen nam sterk toe, maar het dreigt door stopzetting overheids-subsidie al weer gestopt te worden. GroenLinks pleit voor het voortzetten van de subsidie.

worden bereid. Scholen moeten ook veel vaker met «schooltuintjes» werken. Daar kunnen kinderen hun eigen voedsel verbouwen;

3.2. Scholen en kinderdagverblijven zetten zich actief in voor gezond eten en drinken van de kinderen op school. Het project «Schoolgruuten» stimuleert kinderen om meer groente en fruit te eten. Dit project mag niet aflopen, maar moet worden voortgezet en uitgebreid. Op school moeten voortaan gezonde maaltijden zijn voor overblijvers. Jamie Oliver zet zich hier in Engeland voor in («feedmebetter.com»), maar ook dit project verdient navolging in Nederland. Het bereiden van schoolmaaltijden kan ook onderdeel zijn van de smaaklessen.

4. Actief op school

Er komt weer veel meer ruimte komen voor lichaamsbeweging op school. Zwemles wordt weer verplicht in het basisonderwijs en gymnastiek (min. 3 maal per week) wordt verplicht tot het eind van de leerplichtige leeftijd¹. Schoolpleinen moeten beter geschikt worden gemaakt voor sportieve activiteiten. Bovendien moeten ze ook na schooltijd toegankelijk zijn om te spelen.

5. Kinderclubcard

Er wordt landelijk een *kinderclubcard* ingevoerd. Kinderen uit arme gezinnen krijgen een tegoedbon van tweehonderd euro om te kunnen sporten. Dit bedrag kan worden besteed aan contributie, kleding en materialen zoals tennisrackets of scheenbeschermers.

6. Eetwijzer

Er komt een eetwijzer op de verpakking van voedingsmiddelen, vergelijkbaar met de kijkwijzer. De kleur van de etiketten geeft aan hoe gezond het product is. Groen betekent: vaak eten of drinken. Oranje betekent: soms eten of drinken. Rood betekent: feestelijke uitzondering, niet te vaak eten. De etiketten moeten bovendien met een duidelijk pictogram aangeven waarom het product goed of slecht is: bijvoorbeeld of er te veel suiker, vet of zout inzit, of dat er juist veel vitamines of vezels in zitten.² Amerikaans onderzoek laat zien dat deze manier van voorlichten effectief is bij kinderen, als het maar wordt aangevuld met een lesprogramma³.

7. Convenanten met gemeenten, scholen en de industrie

Als probleemeigenaar en eerstverantwoordelijke voor het nationale actieplan zet de minister van VWS in op convenanten met gemeenten, scholen en de industrie waarin concrete maatregelen staan om overgewicht bij kinderen aan te pakken.

7.1. Om de convenanten een krachtige impuls te geven wordt er een preventiefonds ingesteld. Dit preventiefonds wordt deels gefinancierd door de zorgverzekeraars (bv. 0,5% van hun budget) en deels door de rijksoverheid. Vanuit dit fonds kan cofinanciering plaatsvinden van innovatieve projecten. Daarnaast verzorgt de beheerder van het fonds voor een structurele uitwisseling van goede voorbeelden bijvoorbeeld via internet en een jaarlijkse «goede voorbeelden markt».

7.2. Tevens moeten er jeugdpreventieconsulenten komen van de GGD. De Jeugd GezondheidsZorg heeft een groot bereik, 98% van de kinderen komt met hen in aanraking. Jeugdpreventieconsulenten kunnen werken met jeugd op verzoek van scholen, gemeenten, wijken, sportverenigingen

¹ Meer sporten wil ook NOC/NSF, zie Sport: 5 keer per week een uur:

www.sport.nl/politiekelftal/vragen.php3.

² De Voedsel en waren autoriteit (VWA) ontwerpt de pictogrammen, de industrie past de standaard toe. De VWA controleert steekproefsgewijs. Op dit moment buigt het Europees Parlement zich dergelijke regels. GroenLinks wil dat de Nederlandse overheid zich in Brussel sterk maakt voor dit beleid.

³ Artikel in Pediatrics, juni 2005. Geciteerd in Metro, 7 juni 2005.

of bevolkingsgroepen. Zij ondersteunen de verschillende instanties bij de praktische uitvoering van de afspraken gemaakt in de convenanten.¹

Convenant met gemeenten

In het convenant met gemeenten zouden onder andere afspraken gemaakt moeten worden over:

- Het *kindlint*: een veilige loop- of fietsroute voor ieder kind naar school;
- Gemeente en scholen stimuleren de gemeente ouders om hun kinderen autoloos naar school te brengen;
- Gemeenten nemen maatregelen om de omgeving van scholen «autoluw» te maken²;
- Elke gemeente richt 3% van het bebouwde gebied in als speelruimte met speelplaatsen, parken, trapveldjes etc.³ (De Jantje Beton-norm);
- Speelplaatsen in de wijk worden ontworpen en aangelegd in overleg met bewoners en maatschappelijke organisaties in de buurt⁴;
- Gemeenten (en eventueel bedrijven) stellen aan scholen grond beschikbaar voor *schooltuintjes*;
- Er komen meer parken dicht bij de bebouwde omgeving, zodat mensen de gelegenheid hebben te gaan joggen, skeeleren, fietsen of wandelen;
- Er komen meer zwembaden en sportvelden. De tekorten, vooral in de randstad en andere de grootstedelijke gebieden⁵, worden opgeheven.

Convenant met scholen

In het convenant met scholen zouden onder andere afspraken gemaakt moeten worden over:

- Scholen voeren een actief ontmoedigingsbeleid wat betreft de verkoop van snoep en snacks op school. Kinderen worden nu bijna gestimuleerd om frituur, koek en frisdrank naar binnen te werken. Dat moet sterk worden verminderd.
- Alle reclame moet uit de school worden geweerd.

Convenant met industrie

De minister van VWS heeft begin dit jaar een convenant overgewicht afgesloten met de levensmiddelenindustrie, de horeca, zorgverzekeraars, werkgevers en sportorganisaties. Een goed initiatief. Maar op de inhoud is wel het één en ander aan te merken. Zo wordt ook in het convenant de verantwoordelijkheid primair bij individuen gelegd. De maatschappelijke verantwoordelijkheid van overheid en andere partijen wordt onvoldoende onderkent. Bovendien ontbreekt het nog aan concrete voorstellen. In het convenant met de industrie zouden onder andere afspraken gemaakt moeten worden over:

- De merchandising voor snacks, snoep en andere ongezonde tussendoortjes wordt beëindigd.
- Snacks, snoep en ongezonde tussendoortjes worden in meer neutrale verpakkingen verkocht. Dus geen striphelden, bekende Nederlanders of leuke gadgets.
- De inrichting van supermarkten zou zo moeten zijn dat het de aankoop van gezonde producten stimuleert en ongezonde impuls aankopen ontmoedigt.

De levensmiddelensector is van grote invloed op het eten en het eetpatroon van kinderen. Deze bedrijven hebben een grote invloed op wat de jeugd eet, met reclameboodschappen, slimme merchandising en natuurlijk de producten die zij maken. De bedrijven hebben daarmee een grote maatschappelijke verantwoordelijkheid. Deze verantwoordelijkheid wordt nog niet voldoende genomen en vaak te gemakkelijk op het bordje

¹ Zie voor meer informatie «Pleidooi voor extra investeren in een gezonde jeugd», oktober 2003, www.ggdkenisnet.nl/20_363

² Gemeenten hebben daar voldoende wettelijke mogelijkheden voor zie GroenLinks notitie «Gemeentelijke mogelijkheden voor regulering terreinwagens» 4 april 2005.

³ In 1999 heeft Jantje Beton, samen met de landelijke organisatie voor speeltuinwerk het «Handboek Speelruimtebeleid» ten behoeve van gemeenten gepubliceerd. Dit adviseert gemeenten tenminste 3% van het bebouwd gebied voor speelruimte te reserveren.

⁴ «Van klimrek tot wijk-kijk, Een pleidooi voor meer speelruimte voor kinderen», GroenLinks, januari 2003.

⁵ NRIT: «Zwembaden in Nederland 2002 en verder»; Breda, september 2002.

van de klant gelegd. Het is de taak van de overheid om de sector op haar verantwoordelijkheid aan te spreken. Als dit niet tot het gewenste resultaat leidt, dient de overheid de nodige dwingende maatregelen te nemen.

8. Reclame vrij

De publieke omroep wordt reclamevrij, reclame op commerciële zenders voor snoep, snacks, frisdranken, en andere ongezonde tussendoortjes mag alleen 's avonds na negen uur¹.

Wie is te zwaar?

QI/BMI

De Quetelet index (QI), beter bekend als de Body Mass Index (BMI) is het gewicht in kilo's gedeeld door de lengte in meters in het kwadraat: kg./m².

BMI = tussen 18 en 25: gezond*

BMI = 25 tot 30: matig overgewicht

BMI = meer dan 30: ernstig overgewicht (obesitas)

* Dit zijn de grenswaarden voor volwassenen. Bij kinderen ligt de grens van gezond gewicht lager. Op de site van het Voedingscentrum kun je de test eenvoudig uitvoeren: www.voedingscentrum.nl/body_mass_index/body_mass.html

Financiële consequenties

Het bestrijden van overgewicht is hard nodig en zal de samenleving op lange termijn veel geld besparen. De rijksoverheid kan veel kan doen zonder extra kosten, zoals een sterke regie voeren, maar er zijn ook extra investeringen nodig. De geschatte financiële consequenties van de voorgestelde maatregelen staan in onderstaande tabel op een rij. Het gaat dan om de maatregelen die landelijk worden gefinancierd. Voor de financiering van lokale maatregelen zijn lokale overheden in de eerste plaats verantwoordelijk. Wel stel ik voor dat de nationale overheid middelen ter beschikking stelt ter bevordering van lokale aanpak.

Maatregel	Kosten
1. Minister wordt probleemeigenaar	–
2. Flashtest op nieuw beleid	–
3.1. Smaaklessen op school	€ 10 miljoen ¹
3.2. Schoolgruiten	€ 15 miljoen ²
4.1. Verplichte zwemles in het basisonderwijs	€ 10 miljoen
4.2. Verplichte gymnastiekles tot leerplichtige leeftijd	€ 75 miljoen ³
5. Kinderclubcard	€ 200 miljoen
6. Wettelijke verplichting Eetwijzer	–
7.1. Preventiefonds ter ondersteuning en stimulering van de convenanten met gemeenten, scholen en de industrie, deel rijksoverheid	€ 50 miljoen
7.2. Jeugdpreventieconsulenten	€ 5 miljoen ⁴
Totale kosten rijksoverheid	€ 365 miljoen

¹ Looptijd van programma om smaaklessen op 7000 basisscholen te introduceren is 5 jaar. Bedrag is inclusief scholing van docenten, ontwikkeling materialen en activiteiten en wetenschappelijke monitoring.

² Voortzetting project met 3 jaar: looptijd 3 jaar x 4,2 mln./per jaar = 12,7 mln. + 2.3 mln. extra middelen voor stimulering biologisch schoolfruit.

³ Met dit bedrag kan één uur extra gymnastiek door een vakleerkracht worden gefinancierd op de basisschool (45 miljoen) en op het voortgezet onderwijs (30 miljoen).

⁴ Voor 1 jeugdpreventieconsulent per 200 000 inwoners; berekening uit «Pleidooi voor extra investeren in een gezonde jeugd» van GGD Nederland, VNG en NIGZ (november 2003).

¹ Kinderen kennen nog niet goed het verschil tussen feiten en reclame en zijn daarom extra kwetsbaar voor de beïnvloeding door de reclame en merchandising met flipflo's, Pokemonkaarten, en «Mc-toys». De invloed van reclame is groot en de boodschap gaat vaak lijnrecht in tegen wat ouders doen om hun kinderen een gezond eetpatroon aan te leren.

Conclusie

Overgewicht is een zeer snel groeiend maatschappelijk probleem. Vooral bij kinderen is sprake van ernstige toename van overgewicht. Als de jeugd van nu weer een gezonde levensstijl aanleert, voorkomen we daarmee ernstige problemen in de toekomst. In deze nota pleit ik daarom voor een nationaal actieplan om overgewicht bij kinderen aan te pakken. De maatregelen die deel uit moeten maken van deze aanpak zijn hierboven opgesomd. Met die maatregelen voorkomen we verdere groei van overgewicht. En we maken het leven voor kinderen beweeglijker, leuker, lekkerder en gezonder. Ik wil met dit voorstel ook alle organisaties steunen die zich al inzetten voor de strijd tegen overgewicht. Zij moeten meer (financiële) middelen krijgen voor hun inzet en aanpak van overgewicht. Een betere landelijke coördinatie van het beleid bevordert ook de signalering en verspreiding van succesvolle projecten.