

SAMEN
WERKEN WE
...

JONGEREN OP GEZOND GEWICHT ZAAANSTAD

Zaanse kinderen en ouders ontdekken eigen gezonde leefstijl t.b.v. gezond gewicht. Zij zijn beter in staat om zelf de regie te nemen om gezond(er) te leven en op te voeden, met aandacht voor voeding, bewegen, slapen. Gezonde leefstijl en zelfvertrouwen dragen bij aan welzijn & geluk.

... AAN
EEN GEZONDE
OMGEVING!

JOGG-Zaanstad creëert samen met haar partners een omgeving waarin een gezonde leefstijl normaal is en de gezonde keuze de makkelijke keuze is...

Yes!



GEZONDE OMGEVING

- Bewegvriendelijke stad
- Gezonde evenementen
- Stimuleren van wijkinitiatieven

IN EN OM SCHOOL

- Gezonde scholen:
 - ♥ voeding - bewegen - welbevinden
- Gezonde activiteiten
- Water drinken
- Groente eten
- Bewegend leren

GEZONDHEIDS -NETWERKEN

- Verbinden & trainen van professionals
- Betrekken inwoners
- Doelgroep onderzoek
- Kansrijke start

KETENAANPAK

- Afspraken met ketenpartners
- Centrale zorgverleners
- Zaansfit

SPORTEN & BEWEGEN

- Gratis sporten in de wijk:
 - ♥ Zaansfit cursus
 - ♥ Zaansfit beweegclub
 - ♥ Zaansfit AZ Kamp
- Gezonde Sportkantine



Christine Eggenkamp-Vink
✉ c.eggenkamp@zaanstad.nl
☎ 06-50071812



Annemijn Berghuis
✉ aberghuis@ggdzw.nl
☎ 06-41272924



COMMUNICATIE:
➔ ZAANSFIT.NL
➔ JOGGZAAANSTAD.NL



Aileen Boersen
✉ aboersen@ggdzw.nl
☎ 06-10040755



Mirjam Preusterink
✉ mpreusterink@sportbedrijfzaanstad.nl
☎ 06-12571642

IEDEREEN HEEFT EEN AANDEEL IN DE GEZONDE OMGEVING

Zorg dat de gezonde keuze makkelijk is.



Bob van het Sportbedrijf geeft het gezonde voorbeeld.



Naomi van het Sociaal Wijkteam leert kinderen gezonde snacks en maaltijden maken.



Gymleraar Nick plankt met zijn leerlingen... elke les weer 5 sec langer.

Onderwijsassistent Nurten wijst ouders de weg in hulpverlenersland.



Verloskundige Cindy informeert zwangere vrouwen over de invloed van eten, drinken en stress... op het ongeboren kind.



Esther & Lisa, van het Jeugdteam hebben geld aangevraagd en gekregen voor gezonde en sportieve activiteiten voor gezinnen in Poelenburg.



Wijkmanager Lenie maakt uitdagende speelplaatsen met bewoners & kinderen.



De centrale zorgverlener komt by gezinnen thuis om hen te helpen om op gezond gewicht te komen.



Lucas, van Straathoekwerk fixe 1 watertappunt in Assendelft.



Seva werkt met schoolkinderen in de moestuin van de Gezonde School



HELP JE OOK MEE?
WWW.JOGGZAANSTAD.NL