

Fit in Wassenaar laat kinderen met overgewicht niet los

Wassenaars netwerk
helpt kinderen naar een
gezond gewicht



Wassenaarse kinderen kijken er iedere week weer naar uit: de pauzesport en buurtsport die het hele jaar door onvermoeid verzorgd wordt op pleintjes. Dankbaar werk voor de buurtsportcoach en tegelijk een mooie kans om kinderen echt in het vizier te houden. Dankzij de ketenaanpak Kind naar Gezonder Gewicht blijft het niet bij alleen samen bewegen. Kinderen met overgewicht die hulp nodig hebben en willen, krijgen die ook. Dankzij korte lijnen en regelmatig netwerkoverleg in de keten is doorverwijzen en 'vasthouden' tegenwoordig stukken makkelijker.  YARA HOOGLUGT

“Ik maak kinderen het hele jaar mee en kan het daardoor snel signaleren als ik kinderen zie die hulp nodig hebben”

Wesley Bierens (Kanslokaal)



In Wassenaar heeft Wesley Bierens een bijzonder takenpakket. Hij is niet alleen buurtsportcoach, maar ook coördinator van de ketenaanpak Kind naar Gezonder Gewicht (KnGG). Zijn rol bij beweegactiviteiten is uitvoerend en signalerend, en tegelijkertijd is hij verantwoordelijk voor het aansturen, aanjagen en soms ook kritisch bevragen van de partners in de ketenaanpak. Partners waarnaar hij kinderen zelf doorverwijst.

Aanwezig op pleinen

Een mooie verdieping van zijn werkzaamheden en een logische combinatie van functies, vindt Bierens: “In mijn rol als buurtsportcoach kom ik vaak op scholen en bij andere partners die zich op de doelgroep jeugd richten, zoals diëtisten en kinderfysiotherapeuten. Ik ben wekelijks actief op pleintjes en op de acht basisscholen hier in Wassenaar, waar ik beweegactiviteiten organiseer. Pauzesport – samen bewegen in de grote pauze – en buurtsport – naschoolse beweegactiviteiten – zijn daar twee voorbeelden van. Ik maak kinderen het hele jaar mee en kan het daardoor snel signaleren als ik kinderen zie die hulp nodig hebben. Vanaf het plein verwijs ik ze door en kijk ik samen met de partners hoe we hen passend aanbod kunnen bieden. Daarom is het mooi dat ik zelf ook coördinator van de ketenaanpak KnGG ben: zo kan ik overkoepelend kijken naar de gezamenlijke aanpak van alle partners, onderlinge afspraken maken en monitoren of we die afspraken allemaal naleven. Het maakt mijn werk leuker en ik heb nog meer het vertrouwen dat we echt iets betekenen voor deze kinderen.”

Uitvoering ketenaanpakken

In Wassenaar wordt de ketenaanpak KnGG, net zoals alle andere ketenaanpakken binnen het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA) en Integraal Zorg Akkoord (IZA), uitgevoerd door de organi-





satie Kanslokaal, binnen het project Fit in Wassenaar. Dat gebeurt in opdracht van de gemeente Wassenaar.

Met Fit in Wassenaar werd zo'n viereenhalf jaar geleden gestart, vanuit het sport- en preventieakkoord. In die relatief korte tijd heeft de organisatie in rap tempo een breed netwerk opgericht, vertelt Kirsten Keij, projectleider Fit in Wassenaar. "En dat is mooi, want voor de uitvoering van onze ketenaanpakken hebben we natuurlijk ook een breed netwerk van partners nodig. Ook is het van grote meerwaarde dat in Wassenaar alle ketenaanpakken bij één partij zijn ondergebracht. Vanuit Fit in Wassenaar kunnen we daardoor gemakkelijker de verbinding leggen tussen het GALA en het IZA en de ketenaanpakken onderling. Wanneer de ene ketenaanpak door een welzijnsorganisatie wordt uitgevoerd en de andere door een zorgorganisatie, ontstaat sneller versnippering."

Ondersteuningsroutes

Van die organisatiestructuur profiteren inwoners van Wassenaar, onder wie dus kinderen met overgewicht die ondersteuning kunnen gebruiken. De ketenaanpak KnGG is opgesteld aan de hand van een ondersteuningsroute, waarin onderscheid wordt gemaakt tussen drie verschillende niveaus. Universele preventie valt onder de groene route. Deze route is bedoeld voor kinderen met weinig tot geen overgewicht. Zij worden geattendeerd op of doorverwezen naar regulier sportaanbod of activiteiten van Fit in Wassenaar.

De oranje route wordt bewandeld door kinderen met overgewicht die door selectieve preventie zijn doorverwezen. Zij worden ook gewezen op regulier sportaanbod, maar worden door Bierens bijvoorbeeld ook actief doorverwezen naar eigen beweegactiviteiten of specifiek aanbod van partners, zoals sporten bij de

kinderfysiotherapeut. Dan kan ook worden bekeken of een kind in aanmerking komt voor een GLI-traject. Soms is meer ondersteuning nodig; dan wordt het Sociaal Team Wassenaar ingeschakeld.

En tot slot is er de rode route: hier gaat het om een zorgtraject voor kinderen met ernstig overgewicht en/of comorbiditeit. Dit betekent interventie op maat vanuit het sociaal en/of medisch domein. Belangrijk onderdeel daarvan is TRIAS Kids kinderfysiotherapie in Wassenaar. Saskia van Olphen is hier kinderfysiotherapeut en begeleidt kinderen bij het bewegen en sporten. "Ik zie zowel vanuit de oranje als de rode route veel kinderen die door buurtsportcoach Wesley naar ons zijn doorverwezen en werk ook veel met hem samen", vertelt Van Olphen. "Doordat hij veel kinderen op scholen ziet en goed overzicht heeft van wat er in Wassenaar speelt onder kinderen op het gebied van

"Het mooie van de ketenaanpak is dat het helder is: er is een aantal concrete trajecten en we kunnen samen kijken welk traject bij welk kind past"

Beau Alderden (JGZ Zuid-Holland West)

“Veel kinderen met overgewicht vallen tussen wal en schip: ze willen wel sporten, maar weten niet waar”

Saskia van Olphen (TRIAS Kids Kinderfysiotherapie)

voeding en beweging, kan hij goed beoordelen welk kind op welke route hoort.”

Nieuw: kinderfitness

Kinderen die op het oranje spoor zitten, kunnen bij TRIAS sinds kort meedoen met kinderfitness. Dit nieuwe initiatief is ontstaan vanuit het netwerkoverleg binnen de ketenaanpak KnGG. “Voor veel kinderen met overgewicht is het lastig om aansluiting te vinden bij groeps- of teamsport in het reguliere aanbod. Zij vallen daarom vaak tussen wal en schip: ze willen wel sporten, maar weten niet waar”, vertelt Van Olphen. “Door een-op-een met kinderen te trainen, dus onder begeleiding, kunnen we doelgericht met ze bewegen: bijvoorbeeld om conditie op te bouwen, of met het doel net zo hard te kunnen rennen als een vriendje, het klimrek in te kunnen of volwaardig mee te kunnen doen met gym.”

Wanneer kinderen vanuit de oranje of rode route deelnemen aan een GLI-traject, wordt die aanpak uiteraard nog verder uitgebreid. Dan werkt TRIAS samen met onder andere de kinderleefstijlcoach, diëtist, psycholoog en huisarts.

Grote verbetering

Tussen de interventies en activiteiten door vormen de netwerkbijeenkomsten binnen de KnGG een belangrijke rode draad voor alle partners. Van Olphen: “Ons perspectief als kinderfysiotherapeut is heel breed. Wij nemen een deel van de psychische gezondheid mee en kijken ook naar psychosomatische klachten. Tegelijkertijd komen we vaak in situaties waarin we kinderen willen doorverwijzen voor nog uitgebreidere ondersteuning. De ketenaanpak en bijbehorende bijeenkomsten met de verschillende disciplines hebben daarin een groot verschil gemaakt. De drempel om door te verwijzen is tegen-

woordig veel lager, omdat we elkaar veel beter kunnen vinden. Voorheen stuitten we vaak op wachtlijsten, wisten we niet goed wie er nog wel plek had of kenden we elkaar überhaupt niet. Door de ketenaanpak kunnen we elkaar veel sneller vinden, hebben we korte lijntjes en doordat we tijdens bijeenkomsten contact maken en ervaringen uitwisselen, hebben we bij iedereen een gezicht. Dat maakt bijvoorbeeld dat je veel sneller de telefoon pakt om kort te overleggen met een diëtiste van wie je weet dat ze op dat moment even geen wachtlijst heeft.”

Onder aanvoering van projectleider Kirsten Keij worden ook regelmatig groepsmails uitgewisseld. “Kirsten stuurt dan bijvoorbeeld een bericht rond over de laatste ontwikkelingen binnen de ketenaanpak, ze attendeert ons op andere bijeenkomsten en maakt samenvattingen van gesprekken. Ik zie echt een groot verschil ten opzichte van vóór de ketenaanpak. Niet meer telkens zoeken naar een plek waar we een kind kunnen plaatsen, maar direct iets kunnen aanbieden en echt fysiek iets kunnen betekenen voor deze kinderen. Doen, actief worden, niet te veel praten en vooral een kind niet te veel doorsturen naar allerlei verschillende plekken.”

Korte lijnen

Daar is precies het idee: met de ketenaanpak en het stroomschema met de drie kleur-niveaus wordt als het ware een soort rode loper uitgerold voor een kind waarlangs het kan rekenen op continue aanmoediging en ondersteuning.

De lijnen voor doorverwijzing lopen alle kanten op, blijkt uit een bloemlezing van Keij: “Vanuit de buurtsport op pleinen kan Wesley de verbinding maken met een reguliere sportclub en kinderen een duwtje in de rug geven. Stichting Leergeld is ook een

belangrijke partner; deze organisatie kan gezinnen indien nodig financieel ondersteunen. Wij organiseren verder de sport-safari: een initiatief waarmee we kinderen stimuleren allerlei sportkennismakingscursussen te volgen op een safari door het hele dorp. Wesley is er als buurtsportcoach vaak ook bij als kinderen kennismaken met een sport, zodat kinderen een bekend gezicht zien en wat meer vertrouwen krijgen. Ook hebben we in samenwerking met een diëtist een inspiratieworkshop georganiseerd, waarbij ouders en kinderen op speelse wijze meer leerden over voeding. En tijdens de Wassenaarse sportweek doet TRIAS mee met kinderfitness, zodat kinderen al met dit initiatief bekend raken en de drempel voor doorverwijzing lager wordt. Allemaal voorbeelden van samenwerkingen die door de ketenaanpak gemakkelijker zijn geworden.”

Jeugdverpleegkundige

Eveneens een belangrijke samenwerkingspartner voor zowel de buurtsportcoach en Fit in Wassenaar als voor TRIAS Kids kinderfysiotherapie, is JGZ Zuid-Holland West. Jeugdverpleegkundige Beau Alderden heeft, net als de buurtsportcoach, een belangrijke signaleringsfunctie. “Kinderen krijgen in groep 2, in groep 7 en op de middelbare school een consult van een jeugdverpleegkundige en/of jeugdarts”, legt Alderden uit. “We volgen de groei en de fysieke en mentale ontwikkeling en geven vaccinaties. Daarnaast wegen en meten we alle kinderen, mits daarvoor toestemming is gegeven door de ouders.” Aan de hand van een vooraf ingevulde vragenlijst over gezondheid, sociale kwesties en de psyche gaat Alderden met een aantal kinderen in gesprek. “Daar kan eventueel een indicatie uit komen. Kinderen met overgewicht signaleren we en sturen we door naar de jeugdarts, diëtist of kinderfysiotherapeut.”

Ook Alderden constateert een groot voordeel van de ketenaanpak en de directe lijnen met andere disciplines: “We gaven ouders altijd wel wat folders mee, maar ik denk dat daar niet altijd wat mee wordt gedaan. Veel verschillende folders meekrijgen, kan best onoverzichtelijk zijn. Daarom is het nu heel fijn dat we bijvoorbeeld heel gericht kunnen doorverwijzen naar fysiotherapie en eventueel kinderfitness. Zoiets is afgebakend en concreet; fijn voor ouders, voor wie het soms best overweldigend kan zijn om te horen dat hun kind overgewicht heeft. Je moet kinderen en hun ouders niet blijven doorverwijzen naar allerlei verschillende instanties. Dat werkt zelden. Het mooie van de ketenaanpak is dat het helder is: er is een aantal concrete trajecten en we kunnen samen kijken welk traject bij welk kind past.”

Kinderen monitoren

Voor Bierens betekent de ketenaanpak een verrijking van zijn werkveld, omdat het ook een stuk makkelijker wordt om kinderen te monitoren en hen dus op den duur daadwerkelijk gezonder te zien worden. “De route van het stroomschema werkt natuurlijk ook de andere kant op: kinderen die op het rode niveau worden gesignaleerd, willen we graag weer terugzien op de groene route. Mooi om kinderen hierdoor echt te kunnen volgen en hen uiteindelijk misschien zelfs het reguliere sportaanbod in te begeleiden.”

Dat ‘doorstromen’ gebeurt ook binnen TRIAS, van rood naar oranje bijvoorbeeld. De kinderen die kinderfysiotherapeuten al kennen vanuit de GLI-zorgroute, kunnen daarna intern worden begeleid richting de kinderfitness. “En vervolgens, na zo’n kinderfitnesstraject, kunnen wij dan weer contact opnemen met Wesley”, legt kinderfysiotherapeut Van Olphen uit. “We constateren dan samen met een kind dat



het sterker is geworden en overleggen wat de volgende stap kan zijn. Met Wesley kunnen we gezamenlijk overleggen welke sport bij een kind past en het zelfvertrouwen op sportgebied weer terugvinden. Door in de samenwerking weer terug te koppelen naar de buurtsportcoach, helpen we een kind weer het reguliere aanbod in en voorkomen we dat we onbeperkt blijven behandelen.”

Intentieverklaringen

Projectleider Keij, die ook actief is als ketenregisseur, vindt het een goed signaal dat er in de huidige tijd door het Rijk middelen beschikbaar worden gesteld voor ketenaanpakken als KnGG. “Alle uitvoerende partners binnen het netwerk willen heel graag; dat is al een hele tijd duidelijk. De steun vanuit het Rijk is dan ook heel mooi. En nu willen we graag dat dit thema lokaal nóg breder gedragen wordt op be-

stuurlijk en politiek vlak. Daarom zijn we momenteel bezig met het opstellen van intentieverklaringen voor alle vijf de ketenaanpakken. De gemeente is daarin partner. Van de zomer is de intentieverklaring voor Kansrijke Start al getekend en dit najaar volgen hopelijk de andere verklaringen. Hiermee willen we de ketenaanpakken structureel vastleggen en partners de bewuste keuze laten maken om hier blijvend op in te zetten. Zo voorkomen we dat de ketenaanpakken drijven op persoonlijke inzet, want dat maakt kwetsbaar. De toekomst blijft natuurlijk altijd wat onzeker, omdat je met dit soort initiatieven afhankelijk blijft van financiering. Daarom is het voor ons heel waardevol dat in Wassenaar intensief wordt ingezet op KnGG en dat er zo veel partners zijn die hier structureel uren voor vrijmaken. De intentieverklaring zal dat dit najaar nog eens bevestigen.” ■

“Door de ketenaanpak kunnen we elkaar veel sneller vinden, hebben we korte lijntjes en hebben we bij iedereen een gezicht”

Saskia van Olphen (TRIAS Kids Kinderfysiotherapie)