

## FIT@WEEKEND-ACADEMIE

**Stichting Weekend Academie**  
WEEKENDACADEMIE.NL

De leerlingen van de weekeindacademie komen uit gezinnen die in achterstandssituaties verkeren. In dit project wordt voor hen een programma ontwikkeld, gebaseerd op de methodes *Jump In* en *LEFF*. Tegelijkertijd worden de gezinnen gecoacht bij het **werken aan een gezonder leefpatroon**.

## GEZONDE PEUTERS IN EEN GEZOND SYSTEEM

**Maastricht University**  
MAASTRICHTUNIVERSITY.NL

Het project richt zich op het verbeteren van **voeding en beweging van peuters** uit kansarme gezinnen. Naast groepsessies voor ouders over opvoeding en voeding, worden in peuterspeelzalen activiteiten georganiseerd, gericht op bewegen en opvoeding.

## HOE GEVEN WE KINDEREN EEN GOEDE START?

**Academisch Medisch Centrum (AMC)**  
AMC.NL

Een aanpak uitgevoerd op vier basisscholen in de wijk Holendrecht (Amsterdam), in verschillende settings (school, thuissituatie, wijk), met een pakket aan maatregelen gericht op zowel **armoede, leerprestaties, én gezondheid**.

## EET ZE GEZOND!

**Stichting Lezen & Schrijven**  
LEZENENSCHRIJVEN.NL

Eet ze gezond! is een aanpak, waardoor deelnemers de adviezen van de diëtist beter leren begrijpen en sneller opvolgen. Met als resultaat: een gezonder leven voor de deelnemers en hun gezin. In de aanpak worden eet- en beweegadviezen van diëtisten ondersteund met **groepslessen in gezondheidsvaardigheden**.

## PROMISE

**Longfonds**  
LONGFONDS.NL

Dit project ondersteunt gezinnen, om hun baby een rookvrije start te geven. Het project bekijkt roken **vanuit een breder perspectief**, en houdt rekening met rokende partners en (schoon)ouders, stress en beperkte financiën.

## VOORZORG-VERDER

**VUMC**  
VUMC.NL

VoorZorg-Verder bouwt voort op een bewezen effectief preventief programma voor risico-gezinnen. Het is een integrale aanpak voor jonge moeders van kinderen in de leeftijd van 2-4 jaar gericht op het verbeteren van de gezondheid van de moeders en hun kinderen, waarbij specifieke aandacht is voor **gedragsveranderingen, persoonlijke ontwikkeling** van de moeder, opvoedingsvaardigheden en het gebruik van gemeenschapsvoorzieningen.

## GEZONDE (OP)VOEDINGS-PRAKTIJKEN

**Radboud Universiteit**  
RU.NL

In dit project wordt een interventie ontwikkeld voor het verminderen van overgewicht van jonge kinderen. De interventie bestaat o.a. uit de ontwikkeling van een app, gericht op het vergroten van **kennis en vaardigheden over voeding** en bijeenkomsten voor ouders gericht op opvoedingsvaardigheden.

## LEEFSTIJLVERANDERING EN NETWERK-VERSTERKING

**Maastricht University**  
MAASTRICHTUNIVERSITY.NL

Een communityaanpak van het wijkteam in Apeldoorn voor het verbeteren van de leefstijl en ervaren gezondheid van multiprobleem-gezinnen. Het project bestaat uit een gecombineerde interventie voor het gehele gezin waarbij **netwerkversterking, het leren van gezondheidsvaardigheden en het veranderen van leefstijl**.

## LAAGGELETTERDHEID IS VAN GEWICHT

**Vilans**  
VILANS.NL

Een project om vanuit de huisartsenpraktijk laaggeletterden met overgewicht uit kwetsbare gezinnen te **ondersteunen in zelfmanagement**. Met als doel: meer bewegen en gewichtsreductie.

## GEZOND GEWICHT KANSRIJK IN ZAA NSTAD

**GGD Zaanstreek Waterland**  
JOGGZAANSTAD.NL

Zaanstad wil in dit project de bestaande gecombineerde leefstijlinterventie (*Lifestyle Triple P Plus*) **op maat maken voor kwetsbare gezinnen**.

## BETERE GEZONDHEID VOOR SOMALISCHE EN AF-GHAANSE NEDERLANDERS

**Movisie**  
MOVISIE.NL

Dit project wil gezondheidsachterstanden verminderen bij de Somalische en Afghaanse bevolking. Doel is het verbeteren van de gezondheid t.a.v roken, alcohol en overgewicht door het **versterken van de gemeenschap en het individu** (popular education).

## DE WIJK IN TOPVORM

**Stichting VIA V.V.V.**  
VIAVVV.NL

De kracht en de uitstraling van Betaald Voetbal Organisatie VVV-Venlo wordt ingezet om op gemeenteniveau, op wijkniveau en op gezinsniveau kansarme gezinnen te stimuleren om gezonde keuzes te maken. **Keuzes voor een gezonde leefstijl en een steuntje in de rug** om (weer) gezond en sterk in hun schoenen te staan.

## SAMEN GEZOND ETEN EN BEWEGEN

**Gemeente Rotterdam**  
ROTTERDAM.NL

Twee achterstandswijken in Rotterdam gaan de sociaal economische achterstand van gezinnen verbeteren, met behulp van de interventie Samen Eten en Bewegen. De **vorming en uitbreiding van communities** in deze wijken is essentieel, zodat opgeleide ervaringsdeskundigen hun omgeving stimuleren om ook gezonder te bewegen en eten.

## KEIGAAF: KANSEN IN EINDHOVEN VOOR EEN GEZINSAANPAK

**Maastricht University Medical Centre**  
MUMC.NL

In dit project worden bewezen interventies op het gebied van **bewegen op school, gekoppeld aan opvoedingsondersteuning** bij gezinnen. Hierdoor ontstaat een sluitend systeem om overgewicht te verminderen.



Fonds NutsOhra wil kansen vergroten voor kwetsbare groepen. Gezinnen met een lage sociaaleconomische status zijn minder gezond en daarmee kwetsbaar. Door het ondersteunen van projecten die de gezondheid van kwetsbare gezinnen verbeteren, komt ook voor deze kinderen en ouders een gezonde toekomst dichterbij. [WWW.FONDSNUTSOHRA.NL](http://WWW.FONDSNUTSOHRA.NL)

**fonds NutsOhra**  
ZORG VOOR KANSEN