

T-Party

Actieve en Gezonde Leefstijl

3e Nationaal Congres Opvoedingsondersteuning
Opvoeden is van iedereen, opvoedingsondersteuning voor alle opvoeders

Marijke Leonard
Zorggroep Almere

Jennie Huizing
Zorggroep Almere

Rebecca Beck
Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen

Datum: 04/06/2010



NISB

Kennis- & innovatie-instituut dat

aanzet tot sport en bewegen

bevorderen

participatie

leefbaarheid

gezondheid



Almere

Zorggroep Almere & GGD

T-Party Gezonde leefstijl wordt uitgevoerd door Opvoedadviseur van
Zorggroep Almere en de GGD

Zorggroep Almere

- Eerstelijnszorgorganisatie met 23 gezondheidscentra
- Waaronder Jeugdgezondheidszorg 0 – 4 incl. Opvoedspreekuur 0 – 24 jaar

GGD voert jeugdgezondheidszorg 4 – 19 jaar uit

Beide zijn kernpartners in OKé-punt Almere (CJG)

Waarom de T-Party?

- **Volgens de Nationale Denktank:**
 - Belangrijke rolmodellen zijn ouders
 - Ouders onderschatten vaak de invloed die ze op hun kinderen hebben
 - Ouders vaak weinig zicht op de ongezonde leefstijl
 - Gebrek sociale cohesie
 - Cursussen & voorlichting bereiken nauwelijks

Wat is de T-Party?

- = Afgeleid van de Tupperware Party
- = Een laagdrempelige, positieve, interactieve en, vooral, gezellige workshop voor een groep ouders

Doel:

- De T-Party probeert ouders te ondersteunen en bewust te maken door hen op informele wijze met elkaar in contact te brengen en hen te stimuleren om te praten over de leefstijl van hun kinderen om die daarmee te beïnvloeden.
- Uitwisseling van ervaringen & tips tussen een groep ouders

Organisatie van de T-Party

- Gastouder wordt benaderd via sleutelfiguur
- Gastouder nodigt 5- 10 andere ouders uit (thuis of in bestaande groep)
- Onderwerp (zoals sport & bewegen, gezonde traktaties, straffen & belonen etc) wordt gezamenlijk bepaald
- In informele sfeer: discussiëren, tips uitwisselen, elkaar van info voorzien
- Olv opvoeddeskundige
- Zorggroep Almere/GGD en NISB voeren pilots uit

Pilots

- **Behorende bij projecten:**

- Zorggroep Almere: Gezond gewicht, gezonde wijk
- NISB: Ouder & Kind binnen progr. 'Jeugd'

- **Subsidieverstrekkers:**

- Zorggroep Almere: ZonMw
- NISB: ZonMw

- **Looptijd: 1 jaar**

- Zorggroep Almere: 1 april '09 – 1 april '10
- NISB: 1 okt '09 – 1 okt '10

Structuur pilots

Zorggroep Almere

- 20 pilots
- 1 bijeenkomst; olievlek
- Wijken in Almere
- Via scholen, kinderopvang etc
- 0 – 12 jaar

NISB

- 4 pilots
- 3 bijeenkomsten; diepgang
- 4 grote steden
- Via sportverenigingen
- 8 tot 12 jaar

Overeenkomsten pilots:

- Werkvormen: sport en bewegen; opvoeden en een gezonde leefstijl; rekken en strekken; gezonde traktaties; stellingen gezonde leefstijl
- Focus: moeilijk bereikbare ouders; allochtone, maar niet per definitie

Eerste ervaringen ouders

- Leuk, gezellig!
- Komen jullie vaker bij ons? Er zijn nog andere onderwerpen om over te praten!
- Ouders praten liever in een groep dan alleen. Je leert dan ook van de ervaringen van andere moeders
- Ik voel me meer gehoord, er wordt meer ingegaan op m'n vragen
- Moeders zijn leergierig staan open voor deze vorm, maar liefst aansluiten bij bestaande groep

Doe zelf mee aan de T-Party

- Marijke Leonard verzorgt een gedeelte van het thema 'sport en bewegen'.



Contact

Marijke Leonard – Opvoedadviseur Zorggroep Almere
mleonard@zorggroep-almere.nl / 036-5454000 / www.zorggroep-almere.nl

Jennie Huizing- beleidsmedewerker Zorggroep Almere
jhuizing@zorggroep-almere.nl / 036-5454000 / www.zorggroep-almere.nl



Rebecca Beck - Adviseur Kennis NISB
rebecca.beck@nisb.nl / 0318-490900/ www.nisb.nl