

Iedereen aan het water

In Almere vinden we een gezonde jeugd in een gezonde stad heel belangrijk. Kinderen die veel bewegen, gezond eten en drinken hebben meer energie, betere school- en sportprestaties en minder overgewicht. Daarom stimuleren we het drinken van kraanwater. Wethouder Peeters: 'Iedereen aan het water. Almeers kraanwater is ook nog eens erg lekker. Dit komt omdat we hier heel zuiver water hebben, misschien wel het zuiverste water van heel Nederland.'



Vorige week hebben alle buurtsportcoaches en combinatiefunctionarissen twee kratjes met waterbidons gekregen. Deze bidons kunnen ze bij iedere sport- of cultuuractiviteit inzetten. Ze worden natuurlijk gebruikt om water te drinken tijdens een activiteit en kunnen daarnaast, door de gekleurde doppen, ook gebruikt worden om bijvoorbeeld een groepsindeling te maken. Uit onderzoek blijkt dat het drinken van zoete dranken een van de oorzaken is van overgewicht. Water is een goede dorstlesser, is overal verkrijgbaar en bevat geen calorieën.

Gezonde jeugd in een gezonde stad

Almere is één van de Nederlandse JOGG-gemeenten. JOGG staat voor Jongeren Op Gezond Gewicht. Het is een beweging waarbij iedereen in een wijk zich inzet om gezond eten en bewegen voor kinderen en jongeren aantrekkelijk te maken. De Bloemenbuurt en de Bouwmeesterbuurt in Almere Buiten zijn uitgekozen als pilot wijken voor de JOGG aanpak. De ambitie is om de aanpak via het programma Gezonde jeugd in een gezonde stad stadsbreed uit te rollen. Vooruitlopend daarop zijn de drinkwaterbidons alvast uitgedeeld om bij sport- en cultuuractiviteiten in te zetten.

