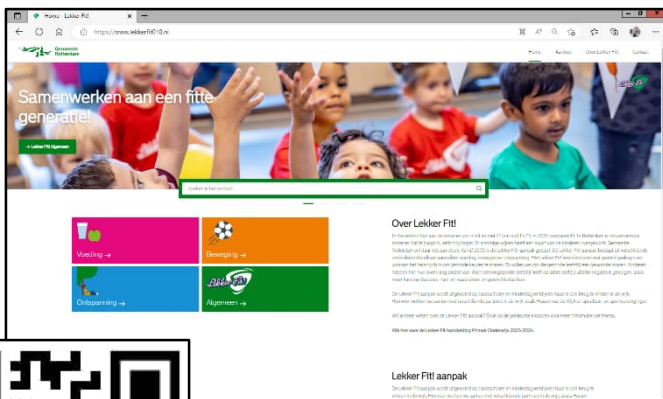


Handleiding Fit!Teams 2023-2024

Inleiding

Overgewicht en obesitas zijn de afgelopen decennia sterk toegenomen in Nederland. In de grote steden sterker dan gemiddeld. Vanuit Lekker Fit! is er naast preventie aandacht voor de verbinding van preventie naar zorg. Voor effectieve begeleiding wil de gemeente Rotterdam na de signalering van overgewicht, de verbinding maken met de professionals in de wijk en op school. Omdat overgewicht veel verschillende oorzaken heeft zal ook de begeleiding per kind verschillen. Het doel is dat de professionals in de wijk vanuit hun eigen kennis/kunde gaan samenwerken. Dit vraagt om de infrastructuur te optimaliseren en een goede samenwerking tussen professionals uit sociaal-, medisch- en schooldomein. Voor doorverwijzing of informatie voor het organiseren van gezonde leefstijl activiteiten voor jullie leerlingen; raadpleeg de [netwerkaarten](#) van je eigen gebied.



Lekker Fit! regelt een diëtist¹ voor de school. Deze diëtist voert de BMI-metingen uit en helpt, waar nodig, in overleg met de professionals van de school, met het vinden van een passende begeleiding voor ouder/verzorger en kind. De diëtist is beschikbaar om op school de ouder/verzorger en het kind te begeleiden. Voor de consulten stelt de school een ruimte beschikbaar voor de diëtist. De zorg van de diëtist wordt vergoed door de zorgverzekeraar vanuit het basispakket².

Deze handleiding omschrijft hoe op de Lekker Fit! (LF!) en Flex Fit! (FF!) scholen de coördinatie van signaleren en doorgeleiden van leerlingen met overgewicht te organiseren. Op de [website van LF!](#) is veel aanvullende informatie te vinden.

¹ In deze tekst wordt de term 'diëtist' gebruikt. Het kan voorkomen dat op school andere termen worden gebruikt, zoals leefstijlcoach of voedingsjuf. Deze geven een beter beeld van de inzet van de diëtist en hebben een positievere associatie voor ouder en kind.

² Voor kinderen geldt geen eigen bijdrage.

Inhoud

Handleiding Fit!Teams 2023-2024.....	1
Inleiding.....	1
1. De organisatie	3
1.1. Rollen	3
1.2. Tijdsplan.....	4
1.3. Administratie.....	4
2. De BMI-meting	6
3. Het Fit!Team-overleg en doorgeleiding van leerlingen.....	8
3.1. Het Fit!Team-overleg	8
3.2. Hoe ouders/verzorgers te informeren	8
3.3. Consulten van de diëtist.....	9
3.4. Terugkoppeling over de voortgang van de begeleiding	10
4. Bijlagen	11
4.1. Organisatieuren van de diëtist voor de school	11
4.2. Voorlichting aan het schoolteam door de diëtist.....	11
4.3. Betekenis: Body Mass Index (BMI).....	11
4.4. Voorbeeld uitnodigingsbrieven voor het 1e consult.....	12

1. De organisatie

1.1. Rollen

Wie doet wat?

De taakverdeling op de scholen is afhankelijk van de aanwezige professionals en hun mogelijkheden op elke school. Belangrijk is te kiezen voor een werkwijze die aansluit op de bestaande zorgstructuur van de school. De directeur van de school is hiervoor verantwoordelijk en verdeelt de taken, rekening houdend met de gegeven mogelijkheden vanuit de subsidieregeling.

De schooldirecteur

- Stelt de verdeling van taken en de samenstelling van het Fit!Team vast.
- Draagt er zorg voor dat de diëtist 1x per schooljaar voorlichting geeft aan het schoolteam.
- Stelt in overleg met het Fit!Team vast op welke wijze en wie, indien noodzakelijk, de ouder/verzorger informeert over de noodzakelijke begeleiding.
- Stelt een ruimte beschikbaar voor de consulten van de diëtist. Deze ruimte waarborgt de privacy van kind en ouder/verzorger.
- Is verantwoordelijk voor de administratieve procedure, zie hoofdstuk 1.3 administratie.

De LF! Coördinator

- Vanuit het verleden is de gymleraar vaak de LF! Coördinator. De BMI-metingen vinden namelijk plaats tijdens de gymles. De ervaring vanuit het Fit!Team is dat de intern begeleider de coördinerende taken met doorverwijzing naar zorg soms makkelijker oppakt. De keuze is aan de school. Hieronder een opsomming van de taken met een advies wie, welke taak kan oppakken.
 - De voorlichting voor het team (directie en gymleraar of intern begeleider)
 - De organisatie van de actieve toestemming en ervoor zorgdragen dat alleen leerlingen met een getekende toestemming meedoen aan de BMI-meting (directeur en gymleraar)
 - De BMI-meting tijdens de gymles (gymleraar)
 - De organisatie van en het overleg in het Fit!Team (intern begeleider)
 - De uitnodiging voor het eerste consult van ouder/verzorger en leerling (in het Fit!team-overleg afspreken wie, vaak is dit degene die de beste contacten met de ouder heeft)
 - Is het aanspreekpunt voor de uitvoering van de taken van de diëtist op school en heeft – als er aanleiding toe is en mét toestemming van de ouders/verzorgers – contact met de diëtist over de voortgang van de consulten (intern begeleider)
 - De terugkoppeling van de voortgang in de doorverwijzing voor de voorjaarsvakantie (intern begeleider)
 - De evaluatie van de individuele zorgverlening (intern begeleider)
 - Het evaluatiegesprek met de diëtist (directie en Fit!Team)

De diëtist

- Geeft uitvoering aan de BMI-meting voor de groepen 1-8
- Geeft voorlichting aan het schoolteam
- Geeft voorlichting en/of levert een bijdrage aan een activiteit voor ouders/verzorgers op het gebied van gezonde leefstijl
- Onderhoudt contact met de directeur, gymleraar, intern begeleider en andere professionals van de school
- Biedt consulten aan op de school voor ouders en leerlingen
- Neemt deel aan het Fit!Team, levert een bijdrage aan de terugkoppeling en evaluatie over de verleende zorg

- Alle consulten worden bij de zorgverzekeraar van de leerling gedeclareerd. De diëtist draagt zorg voor haar eigen administratie en facturatie

Rotterdam Lekker Fit!

- Organiseert en contracteert de diëtist voor de school
- Stelt 10 organisatieuren per schoollocatie beschikbaar voor de inzet van de schooldiëtist per kalenderjaar, plus 1 uur voor de organisatie van de BMI-meting.

De ouders/verzorgers

- Geven toestemming aan school voor het afnemen van de BMI-meting door de diëtist
- Nemen kennis van de aangereikte informatie en kunnen deelnemen aan voorlichting op de school
- Kunnen deelnemen aan de voorgestelde zorgverlening als hun kind overgewicht/ obesitas/ ondergewicht heeft.

1.2. Tijdsplan

Voor de herfstvakantie

- Voorlichting van het schoolteam met de groepsleerkrachten door de diëtist
- Doorlopen van de administratieve verplichtingen die voldoen aan de AVG-eisen
- Uitvoeren van de BMI-metingen door de diëtist voor groep 3-8 (voor groep 1-2 uiterlijk voor de voorjaarsvakantie)
- Twee tot drie weken na de BMI-meting
- Fit!Team overleg met minimaal de intern begeleider, diëtist en gymleraar over de inzet voor de begeleiding van leerlingen met overgewicht/obesitas/ondergewicht

Voor de kerstvakantie

- Eerste consult/overleg van ouder/verzorger en kind bij diëtist of andere professional

Voor de voorjaarsvakantie

- Inventariseert de LF! coördinator de voortgang van de ingezette zorg door de professionals en stelt zonodig de zorg bij

Voor de meivakantie

- Evalueren individuele zorgverlening van de leerling door de school
- Ophalen van leerpunten voor het volgend schooljaar bij de diëtist.

Voor de zomervakantie

- Evalueren van de werkwijze. De diëtist wordt hierover bevraagd en kan desgevraagd deelnemen aan deze evaluatie.
- Vaststellen van de planning voor het volgende schooljaar.

1.3. Administratie

Meet- en weeggegevens zijn bijzondere persoonsgegevens voor de Algemene verordening gegevensbescherming (AVG). Dit betekent dat er zorgvuldig met deze gegevens moet worden omgegaan en dat deze gegevens alleen gebruikt mogen worden voor het doel waarvoor deze bestemd zijn.

De directie van de school ontvangt een uitgebreide e-mail van *_MO_LekkerFit* waarin de werkwijze over de BMI-meting en de communicatie met ouders/verzorgers worden toegelicht.

- Brief aan de basisscholen 23-24
- B1. Instructie tijdelijke werkwijze 23-24
- B2. Invulbestand meting lengte en gewicht 23-24 (Excel)
- B3. Template Toestemmingsbrief 23-24
- B4. Template Informatiebrief 23-24

Toestemming ouders/verzorgers

Zonder toestemming van ouders/verzorgers mogen kinderen niet gemeten en gewogen worden. De school is verantwoordelijk om dit proces goed te organiseren. LF! heeft templates in de vorm van brieven beschikbaar gesteld om deze toestemming vast te leggen. Ouders die het vorige schooljaar al toestemming hebben gegeven ontvangen een informatiebrief waarin wordt aangegeven wanneer de metingen zijn en dat zij de eerder gegeven toestemming kunnen terugtrekken. LF! adviseert scholen om de toestemmingsbrief op te nemen in het pakket met formulieren bij aanmelding van het kind op de school. De school heeft de verantwoordelijkheid om de ondertekende toestemmingsformulieren te bewaren totdat de kinderen van school zijn.

De geheimhoudingsverklaring

Medewerkers van betrokken partijen dienen een geheimhoudingsverklaring te ondertekenen. Dit zijn in de regel de gymleraar, de intern begeleider en een administratieve medewerker. De ondertekende geheimhoudingsverklaringen worden bewaard door de school, desgevraagd kan een template bij LF! worden opgevraagd. Met het ondertekenen van de geheimhoudingsverklaring geven de medewerkers aan de gegevens uit de BMI-meting niet te zullen delen met anderen.

2. De BMI-meting

De BMI-meting heeft als doel het signaleren van leerlingen die begeleiding nodig hebben in verband met over- of ondergewicht. De BMI-meting moet voor de herfstvakantie uitgevoerd zijn voor de leerlingen van groep 3-8 en voor de voorjaarsvakantie voor de leerlingen van groep 1-2. Bij de leerlingen van groep 3-8 vindt de meting plaats tijdens de gymles. Bij groep 1-2 kan het ook op een ander moment. Kinderen van ouders/verzorgers die geen actieve toestemming hebben gegeven, worden niet gemeten en gewogen. Van belang is dat er aandacht is voor de privacy bij het testen. De diëtisten meten de lengte en het gewicht. De kinderen worden niet direct geïnformeerd over de resultaten van de BMI-meting! In het Fit!Team wordt afgesproken hoe de ouders geïnformeerd worden.

Organisatie

Vooraf zijn de alle administratieve verplichtingen (hoofdstuk 1.3) volledig uitgevoerd.

- Ouders/verzorgers hebben recentelijk het actieve toestemmingsformulier getekend
- Ouders/verzorgers die het vorige jaar het actieve toestemmingsformulier hadden getekend, hebben een informatiebrief ontvangen
- De schooladministratie heeft met de diëtist de gegevens op het invulblad (Excel) voor de registratie van de BMI-gegevens opgemaakt
- De geheimhoudingsverklaring is door betrokken professionals ondertekend

De diëtist en de school maken, in de regel voor de zomervakantie, een afspraak over datum/tijd voor de uitvoering van de BMI-meting in de gymles. Zo ook voor het Fit!Team-overleg. Als er geen gymleraar op de school is dan zal de diëtist de metingen zelfstandig doen onder leiding van een groepsleerkracht tijdens de gymles, in de gymzaal of in de buurt van de klaslokalen.

De metingen vinden voor groep 3-8 voor de herfstvakantie en voor de groepen 1-2 voor de voorjaarsvakantie plaats. De diëtist verricht altijd alleen de metingen en doet dit bij de leerlingen één voor één.

De diëtist is verantwoordelijk voor de aanwezigheid en het gebruik van het meetmateriaal. Het gaat om een professionele lengtemeter en weegschaal. Voor de betrouwbaarheid van de metingen en onderzoek naar de effecten van het programma LF! is het belangrijk en verplicht dat de test wordt uitgevoerd met professioneel meetmateriaal.

Aanbevelingen

- Per klas/groep stelt de diëtist zich kort voor en vertelt wat ze gaat doen en waarom dat belangrijk is voor het kind/ de school/ het project. Je kan het meten ook even voordoen bij de gymleraar of en bij een heel enthousiast kind. Dat maakt vaak duidelijk hoe het moet en dat scheelt tijdens het meten veel tijd en uitleg. Spreek af dat je niet mag meekijken als andere kinderen gewogen en gemeten worden.
- Scherm het meten af (naar eigen inzicht) met het oog op de privacy, zeker bij de oudere kinderen.
- Het werkt het beste als kinderen in volgorde van de lijst worden gemeten/gewogen. Om misverstanden bij het invullen van de scores te voorkomen is het belangrijk om altijd op volgorde van de lijst te werken en de namen bij de kinderen alsnog altijd vooraf te verifiëren.

Tips voor de gymleraar voor de inrichting van de gymles

- Verzin een gymles waarbij de leerlingen in drie vakken werken op hun blote voeten.
- Het vierde vak is het onderdeel meten bij de diëtist. In dit vak geef je de leerlingen een opdracht die zij zelfstandig kunnen uitvoeren en direct kunnen afronden als de diëtist de naam roept van de leerling.
- Handig is als je de leerlingen op de volgorde van de lijst van de diëtist indeelt in de groepjes.
- Zorg ervoor dat de diëtist in een rustige omgeving kan meten/wegen waarbij het kind privacy heeft (achter een dikke mat, in de ruimte van het materiaalhoek of een andere geschikte ruimte).

Tips voor de diëtist

- Teken op de weegschaal en meetlat op de juiste plek voetjes zodat de leerlingen weten waar ze moeten staan.
- Leg de focus bij het meten en wegen vooral op de lengte (groei) en niet/minder op gewicht. Geef de leerlingen geen diagnose en/of oordeel mee over de bevindingen. Je kan aangeven dat de gegevens nog bestudeerd moeten worden.
- Geef elk kind positieve feedback over hun inzet en zorg voor een prettige sfeer bij de metingen.
- Ga zorgvuldig om met de testcores. Deel de score van een kind na afloop ook niet met de groepsleerkracht, gymleraar en of anderen in verband met privacy.
- Bespreek hoe jullie samen te werk willen gaan bij bepaalde zaken die zich tijdens de les voor kunnen doen. Zoals wanneer kinderen niet getest willen/durven worden. Bij kleuters die het eng vinden kan de juf of een ander kind bijvoorbeeld helpen.
- Denk bij het gebruik van digitale weegschaal om reserve batterijen.

3. Het Fit!Team-overleg en doorgeleiding van leerlingen

3.1. Het Fit!Team-overleg

Sinds 2020-2021 zijn er goede ervaringen met (de introductie van) het Fit!Team-overleg. Dit overleg draagt bij aan een effectievere doorverwijzing dan wel een betere overdracht/samenwerking van de betrokken professionals. In het Fit!Team wordt de mogelijke inzet voor de begeleiding van leerlingen met overgewicht, obesitas en ondergewicht afgestemd. Het overleg met het Fit!Team vindt 2-3 weken na de BMI-meting plaats. Het doel is om de begeleiding af te stemmen op de mogelijkheden van kind en gezin. Bekijk ter inspiratie het filmpje via de link in het kader onderaan deze pagina.

Het Fit!Team-overleg wordt georganiseerd en staat onder leiding van de coördinator van onderdeel b. In de praktijk is dit de gymleraar of de intern begeleider. Het Fit!Team bestaat uit minimaal de gymleraar, intern begeleider en de diëtist. Het is aan de scholen om te bepalen welke professionals hier nog meer aan deelnemen. Denk aan schoolmaatschappelijk werk of de directeur. Het uitgangspunt in de organisatie is dat deze aansluit bij de (zorg)structuur van de school. Alle leden van het Fit!Team hebben de geheimhoudingsverklaring ondertekend. Voor scholen die een SchoolZorgTeam hebben of er mee gaan starten is het van belang interne afstemming te organiseren. In de praktijk kan de intern begeleider die rol goed vervullen.

In Fit!Team-overleg wordt het Excelbestand met de '....Resultaten.xlsx' gedeeld. Leerlingen bij wie de BMI-meting over- of ondergewicht laat zien worden besproken. De professionals besluiten op basis van ervaring met de leerling welke begeleiding het meest passend is en aansluit op eventuele bestaande trajecten van de leerling. In de regel is dit doorverwijzing naar de diëtist. Als er geen goed beeld is over de noodzakelijke zorg, kan de diëtist deze bepalen in haar consult met ouder/verzorger en kind. De diëtisten nemen een brede anamnese af, zodat er een beeld ontstaat van de mogelijke oorzaak van het over- of ondergewicht. De gymleraar kan de leerling en ouder/verzorger adviseren op de mogelijkheden van bewegen/sporten. Daarbij is de inzet op bewegen en betrokkenheid van de gymleraar vaak ook een goede optie om de drempel naar professionele hulpverlening te verlagen. De intern begeleider kan vanuit zijn/haar rol andere zorg inschakelen. Denk hierbij aan het Centrum voor Jeugd en Gezin (CJG), pedagogen en opvoedondersteuning.

Leerlingen die worden doorverwezen naar de diëtist moeten door een professional van school, meestal de gymleraar of intern begeleider, worden uitgenodigd voor het eerste consult bij de diëtist. Raadpleeg vooraf de [netwerkaart](#) uit jullie gebied, zodat je een goed beeld hebt van de mogelijkheden in jullie wijk om de begeleiding te kunnen inzetten of ondersteunen.



[Film Fit!Team: Samen voor Fitte kinderen \(zomer 2020\)](#)

Een film over de werkwijze met het Fit!Team. Hiermee kan jij de professionals bij jou op school die betrokken zijn bij de zorg voor leerlingen met overgewicht of obesitas in 5 minuten informeren en enthousiasmeren over de nieuwe werkwijze vanuit Lekker Fit!

[Film Fit!Team: Praten met ouders \(zomer 2021\)](#)

De komende maanden gaan veel gymleraren en andere professionals op school/uit het Fit!Team met ouders van leerlingen met overgewicht/obesitas in gesprek. Het doel is om de ouder te motiveren en te bespreken wat/welke professional op of rond de school wat kan betekenen voor het gezin bij het verbeteren van de gezonde leefstijl. In deze film willen wij de professional op school een handvat bieden, hoe je met oprechte belangstelling/ betrokkenheid bij/met het kind/gezin het gesprek met ouders kan aangaan.



3.2. Hoe ouders/verzorgers te informeren

Het Fit!Team maakt afspraken over de wijze waarop ouders/verzorgers geïnformeerd worden over de resultaten van de BMI-meting van leerlingen. In de template van de toestemmingsbrief en informatiebrief voor ouders/verzorgers wordt aangegeven, dat ouders/verzorgers begeleiding wordt aangeboden als daar aanleiding voor is. Gewicht en leefstijl zijn echter gevoelige en persoonlijke onderwerpen. Het uitnodigen van ouders/verzorgers voor een consult bij de diëtist is soms best lastig. Te meer; de ouders/verzorgers hebben zelf overgewicht. De verwachting is dat het kind of de ouders/verzorgers negatief reageren (gebrek aan tijd, de angst dat het gezin het bespreken van het gewicht als een negatief oordeel ervaart). Bekijk het filmpje, link in het kader.

Tips voor het gesprek voor het doorgeleiden van ouders/verzorgers

- Creëer een veilige gesprekssituatie, waarbij je naast en niet boven de ouder gaat staan
- Geef geen kritiek of oordeel, neem een open en respectvolle houding aan
- Toon interesse in ouder/verzorger en kind
- Zorg dat de ouder/verzorger jou enigszins kent. Voorkom dat het maken van een afspraak het eerste contact is van jou als professional met de ouder/verzorger. Een vertrouwensband zorgt dat de ouder/verzorger vragen durft te stellen. Dat verhoogt de motivatie voor een afspraak bij de diëtist of andere professional
- Benoem in je gesprek positieve aspecten van het kind en benadruk dat een consult bij een professional (de ouder/verzorger en) het kind kan helpen in zijn/haar ontwikkeling
- Ga ouders/verzorgers niet overtuigen. Sluit aan bij wat bij hen speelt/leeft en probeer daarop in te spelen
- Gebruik de voorbeeldbrief '[LF! Uitnodiging ketenaanpak](#)' (zie ook bijlage). Deze is er ter bevestiging van de mondelinge afspraak over het vervolg op de BMI-meting van het kind. Dit voorkomt 'no shows' van ouders/verzorgers en gaten in het rooster van de diëtist
- Gebruik briefpapier van de school en voeg eventueel het logo van LF! toe

3.3. Consulten van de diëtist

Het heeft de voorkeur om de consulten op school te laten plaatsvinden. Dit is voor ouders/verzorgers meer vertrouwd dan een onbekend adres. De aanwezigheid van de diëtist op school vergroot haar bekendheid op school. Op verzoek van ouders/verzorgers, kunnen er ook afspraken gemaakt worden op de praktijk van de diëtist. In de Corona jaren is er ervaring opgedaan met beeldbellen met de ouder/verzorger en de leerling werd op school gezien. Deze werkwijze biedt extra mogelijkheden op de klassieke consulten en kansen voor ouders/verzorgers die niet met consulten op school willen en/of bereikt kunnen worden. De diëtist informeert de school over de wijze en tijdstippen waarop de consulten plaatsvinden. De school nodigt de ouder uit en plant het eerste gesprek bij de diëtist in. De school heeft hiervoor een vast contactpersoon voor de diëtist. De vervolgconsulten regelt de diëtist zelf. De communicatie over de aanwezigheid en de wijze van uitnodigen bij de diëtist is van belang. De diëtist is afhankelijk van het aanbod aan consulten op een vast tijdstip/van tevoren afgesproken moment op school aanwezig. Herinneringen vanuit diëtist of school via herinneringsbrief/Social School/digiDUIF/sms de dag van tevoren kunnen bijdragen aan een goede opkomst. Als een ouder/verzorger niet op het eerste consult komt, neemt school contact op met de ouder/verzorger. De reden van afwezigheid wordt besproken en als de ouder gemotiveerd is, wordt er een nieuwe afspraak gemaakt.

Financiering consult door zorgverzekeraar

Het is aan de diëtist om de declaratie bij de zorgverzekeraar te organiseren. In de regel kunnen kinderen direct bij de diëtist terecht via de Directe Toeleiding Diëtiëk (DTD). Het kan ook altijd via een verwijsbrief van de huisarts of kinderarts. Het is dan afhankelijk van de contacten van de diëtist en de

werkwijze in de wijk hoe dit uitgevoerd wordt.

Van belang is te communiceren dat de consulten gratis zijn voor de kinderen. De vergoeding valt onder het basispakket en daar is voor kinderen ook geen eigen risico voor. In de basisverzekering zit 3 uur dieetadvisering en eventueel extra tijd in de aanvullende verzekering van het kind. In de praktijk komt dit neer op ongeveer 6-12 consulten per kalenderjaar.

Brede uitvraag en Plan van Aanpak

De diëtist doet in het consult een brede uitvraag om de in te zetten begeleiding te bepalen bij leerlingen met overgewicht en obesitas. Zonodig verwijst de diëtist alsnog door naar andere professionals in de school of in het gebied voor aanvullende zorg. De diëtist stelt met ouder/verzorger en kind een 'Plan van Aanpak' op waarin de doelstellingen en de bijhorende stappen worden beschreven. Het Plan van Aanpak wordt met toestemming van ouders/verzorgers verstuurd naar de (zorg)professionals van het kind.

Er is een model Brede uitvraag en een model Plan van Aanpak beschikbaar. In 2023-2024 is er vanuit LF! een papieren versie van het Plan van Aanpak beschikbaar, daar kunnen diëtisten gebruik van maken.

3.4. Terugkoppeling over de voortgang van de begeleiding

Voor de voorjaarsvakantie vindt een inventarisatie plaats van de voortgang in de begeleiding. Deze richt zich op het proces van de zorgverlening. Het doel is om te inventariseren of de afspraken over de inzet van de zorg zijn uitgevoerd en lopen zoals deze beoogd waren. Het accent ligt op het proces en niet op de inhoud van de zorgverlening/activiteiten. De vraag is of er de gewenste aandacht is voor kind en gezin of moet hierin nog worden bijgestuurd? De LF!-coördinator kan dit met de professionals doen op hoofdlijnen en zonodig is er afstemming met de intern begeleider.

Evaluatie van de individuele zorgverlening

Deze evaluatie vindt plaats voor de meivakantie. De school kan ervoor kiezen om weer met het Fit!Team in overleg te gaan. Het doel is om zonodig individuele zorg/begeleiding bij te stellen en de leerpunten voor de organisatie en inzet van zorg in het volgende schooljaar te formuleren. Dit alles alleen met instemming van ouders/verzorgers en binnen de gestelde kaders van de AVG en het medisch geheim.

Jaarlijks evaluatiegesprek

Voor de zomervakantie wordt er een evaluatie georganiseerd met betrokken professionals. Hierin wordt de werkwijze met/in het Fit!Team geëvalueerd en de planning voor het volgende schooljaar afgesproken. Onderwerpen voor het overleg zijn:

- Proces en deelname van professionals aan de: BMI-meting – Fit!Team overleg – terugkoppeling evaluatie van de individuele zorg
- De cijfermatige gegevens over de mate van het overgewicht/obesitas en de zorgverlening (deze worden ook opgevraagd). De prestatie-indicatoren zijn: BMI-meting voor de herfstvakantie, Fit!Team-overleg en de inspanningen voor de begeleiding van leerlingen met overgewicht/obesitas
- De samenwerking met de diëtist, de besteding van de organisatieuren en de inhoud van de voorlichting aan het team van groepsleerkrachten
- De communicatie naar ouders/verzorgers over de resultaten van de BMI-meting
- Afspraken voor het volgende schooljaar zoals de data voor voorlichting aan de groepsleerkrachten, de BMI-meting, het overleg met het Fit!Team en activiteit voor ouders

4. Bijlagen

4.1. Organisatieuren van de diëtist voor de school

Doel van deze uren is dat de diëtist ruimte heeft om een bijdrage te leveren aan preventie en organisatie van de zorg voor leerlingen met overgewicht, obesitas en ondergewicht op school. Per kalenderjaar krijgt de school 10 netwerkuuren ter beschikking die vanuit LF! worden gefinancierd. De besteding van de uren wordt in het overleg van de diëtist met de school besproken. De keuze is erg afhankelijk van de kennis en ervaring van het schoolteam.

Mogelijke onderwerpen en tijdsbesteding:

- Organisatie van de BMI-meting (per school kan maximaal 1 uur worden gedeclareerd voor de BMI-meting)
- Bijeenkomst met Fit!Team over de doorverwijzing van leerlingen met overgewicht en obesitas, terugkoppeling over de geleverde zorg en evaluatie van de begeleiding (2-3 uur)
- Voorlichting aan de teamleden op school (1-2 uur)
- Activiteiten om ouders te bereiken en motiveren voor een gezonde leefstijl en zo nodig zorg voor hun kinderen (1-2 uur)
- Deelnemen aan overleg en/of scholing vanuit LF! (maximaal 1 uur per school per jaar)

4.2. Voorlichting aan het schoolteam door de diëtist

Doel is dat de groepsleerkrachten een beeld krijgen van de werkzaamheden van de diëtisten en de factoren die leiden tot overgewicht. De diëtist kan toelichten hoe zij ouder/kind kunnen motiveren voor de begeleiding bij de diëtist.

De LF!-coördinator draagt zorg voor de organisatie van de voorlichting in het schoolteam en zorgt dat de onderwerpen met de directie vooraf worden afgestemd. De duur van de voorlichting is tussen de 30-60 minuten. De inhoud is afhankelijk van hoe goed het team bekend is met de diëtist en de werkzaamheden. De school kan er ook voor kiezen om een inhoudelijk thema te bespreken zoals: ontbijten, tussendoortjes, slaap-bedtijden, schermtijden, snoepbeleid, voedingsbeleid, etc.

4.3. Betekenis: Body Mass Index (BMI)

De BMI-score is een maat om met behulp van de lengte, gewicht, leeftijd en geslacht van het kind een indruk te krijgen of het kind een gezond gewicht heeft. De BMI-score is de beste indicator van overgewicht volgens internationale richtlijnen. Er zijn verschillende groeicurves ontwikkeld; in deze wordt ook rekening gehouden met de afkomst van de leerling. LF! maakt gebruik van de Nederlandse standaard groeicurves. De meting wordt op de scholen door een professional, de diëtist, uitgevoerd. Indien noodzakelijk zal de diëtist in het eerste consult aan de ouder toelichten als van deze standaard afgeweken kan worden. LF! gaat uit van vijf categorieën:

- BMI ernstig ondergewicht
- BMI ondergewicht
- BMI normaal gewicht
- BMI overgewicht
- BMI ernstig obesitas

4.4. Voorbeeld uitnodigingsbrieven voor het 1e consult

Deze voorbeeldbrieven zijn een bevestiging van een eerder mondeling overleg met de ouder/verzorger over de BMI-meting en de gemaakte afspraak.

Voorbeeldbrief 1:

Deze brief is via de website te downloaden in de pdf versie, kan de afspraak digitaal ingevuld worden.



Gemeente Rotterdam

Word ook Lekker Fit!

Beste

Op onze school willen we graag kinderen helpen om gezonde keuzes te maken. Want van een gezond lichaam hebben kinderen hun hele leven plezier.

We willen graag samen met u in gesprek gaan over de volgende onderwerpen:

Eten en drinken	
Sporten en bewegen	
Buiten spelen	
Voel je goed	
Slapen en rust	

Uw afspraak

Wanneer :

Met wie :

Waar :



Voorbeeldbrief 2

Rotterdam, xx maand 202x

Uitnodiging: naam leerling

Geachte ouder(s)/ verzorger(s),

Naam Basisschool is een Lekker Fit!/Flex Fit! school. Dat betekent onder andere dat ieder jaar alle kinderen van groep 1 t/m 8 tijdens in een gymles door de Lekker Fit! diëtist worden gewogen en gemeten op lengte.

Om de resultaten van de metingen van uw *zoon of dochter* *naam* toe te lichten zien wij u graag op *Maandag 9 November van 09:45 - 10.30 uur* voor een gesprek met onze Lekker Fit! diëtist, *naam invullen...*

De Lekker-Fit! diëtist komt speciaal naar school om de resultaten met u en uw kind te bespreken.

Mocht u niet op het bovengenoemde datum en tijdstip kunnen komen dan vragen wij u dit zo snel mogelijk door te geven aan *naam en functie*

U kunt met *hem/ haar* direct een nieuwe afspraak maken.

Met sportieve groet,

Naam Directeur

Naam gymleraar/ coördinator

(Naam Diëtist)