

# Lokaal Preventieakkoord Tynaarlo 2021 - 2023

De gemeente Tynaarlo heeft samen met andere partners en inwoners in 2021 een lokaal preventieakkoord gesloten, 'Samen Gezonder Verder!'. Met dit akkoord helpen we inwoners bij het verbeteren of goed te houden van hun gezondheid. We hebben met 20 initiatieven ingezet op drie thema's:

- **Verantwoord Middelengebruik (6x)**, met in het bijzonder aandacht voor overmatig alcoholgebruik en roken.
- **Gezond Gewicht (9x)**, met aandacht voor leefstijl en onder- en overgewicht.
- **Mentaal Welbevinden (5x)**, met aandacht voor eenzaamheid en mentale druk bij jongeren en eenzaamheid onder ouderen.

Het Preventieakkoord gaat na deze periode verder binnen de ontwikkelingen van het Gezond en Actief Leven Akkoord.

Terra Eelde is met ingang van dit schooljaar gestart met het programma Helder op school. Dit biedt een integrale aanpak om te voorkomen dat leerlingen gaan roken, drinken en drugs gebruiken. Met ondersteuning van VNN worden interventies ingezet, voor leerlingen, docenten en ouders. Door deze aanpak is de kans op bewustwording en gedragsverandering rondom verantwoord middelengebruik veel groter dan wanneer je je als school richt op bijvoorbeeld alleen voorlichting aan leerlingen.



Verantwoord  
Middelengebruik

## The Zero Generation

Er heeft twee keer The Zero Generation plaatsgevonden. Een feest speciaal voor jongeren van 12 t/m 17 jaar en dus geheel alcoholvrij. Na een succesvolle eerste editie, was de tweede editie nóg beter. Ruim 200 jongeren hebben genoten van grote artiesten zoals Alessio en Joyliana. Alle jongeren werden vooraf 'getest' door middel van een blaastest. Niemand had alcohol op. Een derde feest staat in de planning. Het Zero-feest is onderdeel van een integrale aanpak die elk jaar verder wordt uitgebreid met voorlichting voor ouders en samenwerking met het Terra College.

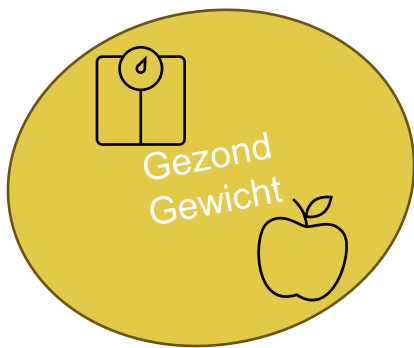
## Training voor Icare

Eerder dit jaar zijn er medewerkers van Icare getraind door VNN. De ochtend stond in het teken van het herkennen en bespreekbaar maken van middelengebruik bij (aanstaande) ouders. Er werden verschillende nieuwe inzichten opgedaan en handvatten toegereikt. De training aan Icare is een mooi voorbeeld hoe VNN lokaal werkzame partijen kan ondersteunen in hun dagelijkse praktijk en hiermee bijdraagt aan een gezonder Tynaarlo.

## Filmpjes Stoptober

Het jongerenwerk is gewapend met een cameraman en een paar inzichtelijke vragen en stellingen de straat op gegaan. Met als doel: jongeren vragen waarom ze wel óf juist niet roken. Maar ook wat voor hun een belangrijke reden kan zijn om te stoppen met roken. De gesprekken zijn samengevat in drie verschillende filmpjes. De filmpjes roepen leuke reacties op en zijn in korte tijd al 25.000 keer bekeken. Voornamelijk op dé social media platforms voor jongeren, TikTok en Instagram. Het blijkt een effectieve manier om jongeren aan het denken te zetten over leefstijlthema's. Nieuwsgierig naar de filmpjes? Ze zijn te zien op YouTube. Zoek daar naar: STRAATINTERVIEW - Stoptober.





### Kookclub Vries

De Kookclub Vries is een bewonersinitiatief dat door samenwerking in het dorp, met Neie Naober, de Gemeente Tynaarlo en inzet van enthousiaste vrijwilligers mogelijk is. Het initiatief maakt jongeren op een leuke en ontspannen manier bewust van gezonde voeding en snij- en kooktechnieken. Iedereen doet mee en hoort erbij. Tijdens de lessen maken de jongeren kennis met verschillende smaken en soorten eten. Ongedwongen wordt er kennisgemaakt met grenzen, zo vindt de één het spannend om met een scherp mes te snijden en vindt de ander het spannend om eens wat anders te eten.

### Fruit in kantines

In een groot aantal sportkantines is vanaf september 2023 gratis fruit op de bar komen te staan. Met dit initiatief proberen we een gezonde impuls aan de kantines te geven en het voor de sporters en bezoekers aantrekkelijk te maken om gezonde keuzes te maken.



### Supermarkttour

Afgelopen jaar zijn enkele supermarkttours georganiseerd, bedoeld om inwoners van de gemeente Tynaarlo de mogelijkheid te geven om meer te weten te komen over gezonde voeding, hoe je etiketten kunt lezen en hoe je producten kunt vergelijken wat betreft calorieën, vetten en suikers. Het was een mooi samenwerkingsverband tussen Sport Tynaarlo, Jumbo Pepping en Previtast Diëtisten. De tour heeft vijfmaal plaatsgevonden en zal een vervolg krijgen omdat er steeds meer animo voor is. De deelnemers die afgelopen jaar hebben meegedaan waren zeer enthousiast en soms verbaasd over bepaalde informatie die op de producten staat. De touren worden uitgebreid naar Zuidlaren in samenwerking met Carin Pool Voedingsbureau en Jumbo Zuidlaren.



### Gezond natuur wandelen

Begin 2023 zijn we in de gemeente Tynaarlo gestart met het project 'Gezond Natuur Wandelen'. Gezond Natuur Wandelen is een concept dat zich richt op het aanbieden van wekelijkse gratis natuurwandelingen door geschoolde vrijwilligers aan zoveel mogelijk minder actieve volwassenen. Na scholing van een groep vrijwilligers wordt er nu wekelijks gewandeld in Zuidlaren met een groep van 4 tot 11 deelnemers. De reacties op deze wandelingen zijn fantastisch. Men ervaart het als zeer gezellig, door het rustige tempo goed vol te houden en iedereen krijgt steeds meer kennis over de natuur. Er wordt vaak een route van ongeveer 4 kilometer gelopen. De wandelingen worden blijvend gepromoot om de groep zo uit te breiden.



### Fitter Brein

Op 2 juni 2023 is de aftrap van Fitter Brein geweest bij woonzorgcentrum Kornoeljahof in Vries. Door middel van dammen blijven de hersens fit en worden sociale contacten opgedaan. Dammen wordt nu maandelijks aangeboden. Daarnaast zijn er contacten in Zuidlaren en Eelde om ook daar te starten.

### Buren buurten

In een gedeelte van de Vogelbuurt in Vries zijn medewerkers van Woonborg, Neie Naober en Sport Tynaarlo huis-aan-huis geweest met een aantal vragen over de sociale basis. Zorgelijke signalen zijn direct opgepakt met diverse partners. Het werd gewaardeerd dat er werd geluisterd en het gaf vertrouwen. Neie Naober onderzoekt de mogelijkheid om het project een vervolg te geven.