

Maak jullie sportevenement stap voor stap gezonder



Met de organisatie van een sportevenement kunnen jullie laten zien hoe goed sport en een gezonde leefstijl bij elkaar passen. Of je nu een side-event, klein of juist groot sportevenement organiseert, JOGG-Teamfit helpt jullie op weg met praktische tips.



Zet gezonder eten en drinken op de kaart

Hoe zorg je ervoor dat de bezoekers kunnen genieten van een lekker én gezonder aanbod?

- ◆ **Schijf van Vijf**; zorg dat zoveel mogelijk producten op de kaart binnen de Schijf van Vijf vallen.
- ◆ **Portiegrootte**; welke producten kunnen in kleinere porties worden aangeboden.
- ◆ **Presentatie**; zet gezondere producten prominent in het zicht.
- ◆ **Balans**; varieer met vegetarische, gezonde én ongezonde producten.

De checklist [Richtlijn Eetomgevingen](#) helpt je op weg!

Ga voor een rookvrije omgeving

Overall om ons heen zien we het gebeuren. Steeds meer plekken worden rookvrij. Ga ook aan de slag met een rookvrij sportevenement. [De Rookvrije Generatie](#) helpt je graag met informatie en tips. En vergeet niet ondersteunende materialen aan te vragen bij jullie plaatselijke GGD.

Werk aan een verantwoord alcoholbeleid

Er zijn verschillende regels waaraan we ons moeten houden bij het schenken van alcohol tijdens een evenement. Zorg dat het barpersoneel de regels kent en duidelijke instructies ontvangt. Dit kan door het volgen van de E-learning 'Verantwoord Alcoholbeleid'. Bekijk ook de [tips van NOC*NSF](#) én de [toolkit van Trimbos](#).

Zet in op gezondere sponsoring

Sponsoren helpen om jullie sportevenement mogelijk te maken. Hun imago heeft invloed op het imago van het evenement of side-event. Denk daarom goed na over de sponsors die jullie aan het sportevenement verbinden, het is belangrijk dat ze goed bij jullie passen en een gezond imago hebben.



Tip!

Betrek alle partijen in een vroeg stadium, van leveranciers, sponsors tot vrijwilligers, iedereen kan een steentje bijdragen.



Aan de slag

Snel en simpel stappen zetten? Hier enkele praktische tips om direct stappen te zetten.

- ◆ Bied altijd (kraan)water aan; denk hierbij aan watertappunten, waterkannen of verkoop van flesjes water.
- ◆ Zorg voor verfrissende gezondere tussendoortjes, zoals hapklaar fruit of (snack)groenten.
- ◆ Maak op het terrein zichtbaar dat je een rookvrij sportevenement bent door rookvrij bordjes of andere aanduidingen
- ◆ Betrek gezondere sponsors, zodat al het reclame- en sponsormateriaal alleen van partijen of merken met een gezond imago is.
- ◆ Maak de gezondere keuzes aantrekkelijker door ze mooi te presenteren, op ooghoogte te plaatsen of goedkoper te prijzen.
- ◆ Bied kleinere porties aan en maak een kleine portie de standaardportie.
- ◆ Zorg voor light of suikervrije dranken.
- ◆ Zorg voor ten minste één plantaardige en/of vegetarische variant van een broodje, gerecht en snack.
- ◆ Leg vast dat er op bepaalde tijden waarop veel jeugd aanwezig is geen alcohol wordt geschonken.
- ◆ Zet alcoholvrije dranken voor volwassenen op de kaart.
- ◆ Zorg ervoor dat er geen alcohol verstrekt wordt aan jongeren onder de 18 jaar.

Kom je er niet uit of heb je vragen? Neem contact op met [JOGG-Teamfit](#).

Samen maken we gezond gewoon!

We willen allemaal dat kinderen spelen en sporten in een gezonde omgeving. Door het tekenen van het [Convenant Gezonde Sportevenementen](#) laten JOGG, NOC*NSF, een aantal sportmarketingbureaus en gemeenten zien dat zij zich inzetten voor de doelstellingen met betrekking tot gezondere sportevenementen.

Door de tips in deze flyer toe te passen dragen ook jullie bij aan een gezondere sportomgeving.