



# De Gezonde Boefkick @Jong & de Duurzame Boefkick

## Gezondheidsthema

Gezonde voeding, duurzaamheid

## Einddoelgroep

Jongeren, 16-25 jaar

## Intermediaire doelgroep

Organisaties die jongeren bereiken (jeugdwelzijnswerk, jeugdhulp, jeugdwerk,...)

## Strategie (gezondheidsmatrix)

Educatie

## Omschrijving

De Gezonde Boefkick is geïnspireerd op het tv-programma 'Komen Eten'. De verschillende jongerenwerkingen van vzw Jong namen het tegen elkaar op: ze kookten om beurt voor elkaar en gingen bij elkaar eten. Ze gaven elkaar punten op de criteria 'gezellig', 'lekker' en 'gezond'. Bij de voorbereidingen van de maaltijd, het opstellen van het menu, de keuze van ingrediënten,... werden ze ondersteund door een gezondheidspromotor van het Wijkgezondheidscentrum om de gezonde keuze te maken. Ze werden nadien ook door een gezondheidspromotor beoordeeld. Op die manier werd het een leuke én leerrijke ervaring voor de jongeren.

Jongerenwerkingen die wilden deelnemen moesten naast koken voor een andere werking en gaan eten bij een werking: een film bekijken, een spreker uitnodigen en een educatief spel spelen (gezonde boefkick – maand). Op het einde werd er een prijsuitreiking met gezonde receptie georganiseerd en met als extraatje: 2 Gentse schepenen namen het tegen elkaar op met het bereiden van een gezonde maaltijd in 1000 seconden (ook gebaseerd op het gelijknamige tv-programma). Een aantal aanwezige jongeren proefden en gaven punten. De jongerenwerking die de Boefkick won, kreeg een bedrag van 200€, te gebruiken voor een actieve groepsuitstap. De jongerenwerking op de tweede plaats kreeg 100€ en de derde plaats was goed voor 50€.

De Duurzame Boefkick was de tweede editie van de Gezonde Boefkick. De smaak van de gerechten, de sfeer tijdens de avond en het gezondheidsaspect bleven van groot belang maar in deze editie werd de klemtoon gelegd op duurzame voeding. Jongeren, begeleiders en gezondheidspromotoren verdiepten zich in alle aspecten van duurzame voeding: ze berekenden voedselkilometers, wogen en maten het afval, en droegen seizoensproducten hoog in het vaandel,... Jongerenwerkingen die wilden deelnemen moesten net als in de vorige editie ook een boefkick-maand organiseren. Daarnaast vielen er in deze editie ook extra punten te verdienen in de quiz. Kennisvragen werden afgewisseld met doe-opdrachten en op het einde van de avond werd de winnende jongerenwerking bekend gemaakt. Tijdens de quiz is er een panel aanwezig, de jongeren kunnen 3 keer beroep doen op dit panel voor hulp en uitleg bij



een quizvraag (in het panel: iemand van de stedelijke gezondheidsdienst voor vragen over gezondheid, iemand van het WWF voor vragen rond duurzaamheid en voetafdruk, de directeur van vzw Jong, iemand van EVA vzw (Ethisch Vegetarisch Alternatief) voor vragen rond duurzame en gezonde voeding.

### **Materialen en werkvormen**

Elke deelwerking kreeg een basis Boefkickdoos, samengesteld door vzw Jong met daarin informatie, educatief materiaal, tips in functie van de boefkick-maand.

Duurzame Boefkick quiz via PowerPoint (op te vragen via [anneleen.allart@vigez.be](mailto:anneleen.allart@vigez.be) of [kadir.vardar@vzwjong.be](mailto:kadir.vardar@vzwjong.be))

### **Succesfactoren**

- Door de aanwezige knowhow in het werken met jongeren werd het concept heel erg op maat gemaakt: speels opgevat, met de nodige prikkels om zowel formeel als informeel dialoog te stimuleren.
- Het didactisch materiaal bood zeer veel mogelijkheden om er op verschillende manieren mee aan de slag te gaan.
- Alles werd steeds vooraf afgetoetst met de verschillende jeugdwerkers.
- Schepenen en pers werden betrokken bij de prijsuitreiking, partners zoals WWF, Eva vzw, de stedelijke gezondheidsdienst, werden betrokken bij de quiz. Geeft een zeker gewicht aan het hele concept en de jongeren en deze partners leren elkaar op een speelse manier beter kennen.
- Het concept slaat aan bij een multicultureel publiek van kwetsbare jongeren.
- Bracht jongeren bij elkaar, sociaal netwerk versterkend.
- Samenwerking met de Wijkgezondheidscentra voor de correcte info over gezonde voeding.

### **Mogelijke valkuilen**

- Grote tijdsinvestering
- Gezonde voeding en duurzaamheid ligt ver van de leefwereld van de jongeren (op maat werken en speels overbrengen is dus een must)
- Bij gebrek aan subsidies krijgt een dergelijk project geen structurele aanpak, wat juist broodnodig is.

### **Evaluatie**

- Alle meisjes en jongens die deelnamen aan het slotmoment (de quiz) konden bijna op alle vragen antwoorden en hadden dus heel wat bijgeleerd
- De meisjes en jongens werden geprikkeld rond duurzaamheid en werden bewust gemaakt van het belang ervan
- 135 jongeren namen deel aan de kooksessies
- 70 jongeren namen deel aan de quiz
- Gemiddeld 160 jongeren volgden de boefkick-maand, waar inhoudelijk werd ingegaan op het thema gezondheid/duurzaamheid
- Zeer veel enthousiasme bij de jongeren.



### **Kostprijs**

Subsidies werden aangevraagd bij de Gezondheidsdienst van Stad Gent: 1500€ werd toegekend. (voor editie 2: duurzame boefkick)

### **Praktische info**

Eigenaar: vzw Jong en de gezondheidspromotoren van de Gentse Wijkgezondheidscentra

Contactpersoon: Kadir Vardar, Karlijn Palmans (vzw Jong)

Website: <http://www.vzwjong.be/>