

## *Persbericht*

### **Lekker fit! van de Hartstichting door CGL erkend als theoretisch goed onderbouwd**

**Den Haag, oktober 2011 – De Lekker fit! lesmethode van de Hartstichting en Noordhoff uitgevers is door het Centrum Gezond Leven (CGL) erkend als ‘theoretisch goed onderbouwde’ interventie . Lekker fit! is een lesmethode die kinderen op de basisschool helpt om te kiezen voor een gezond eet- en beweegpatroon. In het brede aanbod van leefstijl interventies voor basisscholen is het van belang te weten wat echt werkt. Daarbij is deze erkenning een hulpmiddel.**

Lekker fit! biedt zowel theorie- als praktijklessen over drie thema’s: bewegen, voeding en gezonde keuzes. Het heeft tot doel het bevorderen en stimuleren van gezonden voeding en beweging bij kinderen en het vergroten van hun kennis op dit gebied. Centraal staat de boodschap: Fit zijn is fijn!

Theoretisch goed onderbouwd betekent dat de doelen, aanpak en randvoorwaarden degelijk zijn beschreven en dat de werkzaamheid van de interventie is onderbouwd met modellen, theorie of literatuur. De beoordeling is gedaan door De Erkeningscommissie Interventies van het Centrum Gezond Leven (CGL). Deze erkenning maakt het gebruikers en intermediairs gemakkelijker om het gebruik en de aanbeveling van Lekker fit! te onderbouwen. Directeur Hans Stam van de Hartstichting: ‘Zelf waren we al overtuigd van het nut van Lekker fit!, maar deze erkenning geeft het bewijs dat het ook écht goed in elkaar zit!’ ‘We zijn dan ook reuze blij met de erkenning en hopen dat uiteindelijk alle basisscholen in Nederland met Lekker fit! aan de slag gaan.’

#### Aanvullende info

Ook de ouderbetrokkenheid neemt een belangrijke plaats in binnen het Lekker fit! project om zo de ouders het belang in te laten zien van een gezonde en actieve leefstijl van hun kind en zichzelf. Lekker fit! is het enige lespakket dat voor de gehele basisschool lessen over zowel voeding als bewegen biedt.

In Nederland wordt een grote hoeveelheid interventies uitgevoerd en is er behoefte aan meer informatie over de kwaliteit en effectiviteit van leefstijlinterventies. Van veel is onduidelijk hoe goed ze zijn. Om meer inzicht te krijgen in de werkzaamheid van interventies is onder meer een onafhankelijke Erkeningscommissie ingesteld.

De Hartstichting vindt het belangrijk om een zo effectief mogelijke interventie neer te zetten en uit te dragen. Daarin zijn wij ambitieus en proberen continu verbeteringen te maken en onderdelen verder te ontwikkelen. Hierbij gaan we uit van de ervaringen uit de praktijk en onderzoeken naar Lekker fit! De Hartstichting heeft al vele jaren ervaring met het ontwikkelen en implementeren van leefstijlinterventies.

Door samen te werken willen we zoveel mogelijk aansluiten op ontwikkelingen in de lokale praktijk van gemeente, GGD en school, en bij landelijke organisaties zoals het CGL, Convenant Gezond Gewicht en de kennisinstituten. Door deze erkenning wordt het voor bestaande én nieuwe gebruikers van Lekker fit! gemakkelijker om hun keuze voor Lekker fit! te onderbouwen.

**Kijk voor meer informatie over Lekker fit! en de CGL erkenning kijk op [www.lekkerfitopschool.nl](http://www.lekkerfitopschool.nl), [www.hartstichting.nl](http://www.hartstichting.nl), of [www.loketgezondleven.nl](http://www.loketgezondleven.nl)**

---

*Einde bericht*

**Noot voor de redactie (niet bestemd voor publicatie)**

Voor meer informatie of aanvraag beeldmateriaal kunt u contact opnemen met:

De Nederlandse Hartstichting

Telefoon: 06 23 89 57 52

[Mailto:pers@hartstichting.nl](mailto:pers@hartstichting.nl)

*Wilt u geen persberichten meer ontvangen van de Nederlandse Hartstichting, stuur dan een mail naar: [afmelden@hartstichting.nl](mailto:afmelden@hartstichting.nl)*