# Beweegvriendelijke Omgeving

REISGIDS MET ERVARINGEN, INSPIRATIE EN INSTRUMENTEN

kenniscentrum sport

# Inhoud


**1. Wegwijs met deze reisgids** **7**

**2. Reiswijzer, in tien stappen naar een beweegvriendelijke omgeving** **8**
Stap 1: Aanleiding 10
Stap 2: Visievorming 14
Stap 3: Draagvlak creëren 20
Stap 4: Analyse 26
Stap 5: Opdracht formuleren 30
Stap 6: Organisatiestructuur 36
Stap 7: Plan van aanpak 42
Stap 8: Uitvoering 46
Stap 9: Monitoring en evaluatie 50
Stap 10: Borging en verankering 56

**3. Bezienswaardigheden** **62**

**4. Handige tips voor de backpacker** **74**

**5. Themareizen** **78**
Groene ruimte voor bewegen 80
Speelruimte 80
Gezonde mobiliteit 82

**6. Eerste Hulp bij Beweegvriendelijke Omgeving (EHBVO)** **84**
Beweegvriendelijke Omgeving Model 86
Beweegvriendelijke Omgeving Scan 88
Beweegwijzer App 89
Ontwerpprincipes voor een beweegvriendelijke omgeving 90

**7. Taalgids** **94**

**8. Meer weten** **102**

**9. Korte geschiedenis** **106**

**10. Index** **111**

# Deze plekken zijn een bezoek waard

## Pilots Beweegvriendelijke Omgeving

1 Gemeente Amsterdam (Nieuw-West)
2 Gemeente Rotterdam
3 Gemeente 's Hertogenbosch (Rosmalen)
4 Gemeente Deventer (Voorstad-Oost)
5 Gemeente Ede (Kenniscampus)
6 Gemeente Heerhugowaard (Edelstenenwijk)
7 Gemeente Almere
8 Gemeente Zoetermeer
9 Gemeente Bergen op Zoom (Gageldonk-West)

## Bezienswaardigheden

10 Enschede
11 Den Haag
12 Maastricht
13 Leeuwarden
14 Ottersum
15 Rotterdam
16 Almere
17 Deventer
18 Regio Zuid-Holland
19 Houten
20 Groningen
Los Angeles (USA)

Naast de negen pilotgemeenten zijn ook andere gemeenten aan de slag met een beweegvriendelijke omgeving. Laat u verleiden door deze goede voorbeelden. Alle bezienswaardigheden zijn uitgebreid beschreven op **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen**

# 1. Wegwijs met deze reisgids

Een Beweegvriendelijke Omgeving (BVO) is een leefomgeving die mensen faciliteert, stimuleert en uitdaagt om te sporten en te bewegen. Dat is wat het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB), in samenwerking met anderen, wil bereiken. Een beweegvriendelijk Nederland!

Het ontwikkelen van een beweegvriendelijke omgeving is een reis op zich. De invulling van een beweegvriendelijke omgeving is overal anders, sterk afhankelijk van de lokale context. En 'hoe' doe je dat dan? Welke mogelijkheden heb je in jouw omgeving?
Deze reisgids is geschikt voor professionals en vrijwilligers die de reis naar een beweegvriendelijke omgeving willen maken. Die de route willen uitstippelen door middel van kaders en stappen, of al op weg zijn en wel zien waar ze uitkomen. In eerste instantie is de reisgids opgesteld voor de reiziger in de gemeentelijke werkomgeving. Ook andere reizigers, zoals een sportservicepunt, GGD, school of sportvereniging kunnen onderdelen en instrumenten in deze reisgids goed gebruiken.

Op basis van ervaring, kennis uit literatuur en de goede voorbeelden uit negen pilotgemeenten, heeft NISB deze reisgids ontwikkeld. Het maakt je wegwijs in de wereld van Beweegvriendelijke Omgeving. Je vindt er praktische tips van ervaren reizigers, inspiratie en handvaten om je op weg te helpen. En een taalgids voor onderweg om beter samen te werken met andere (beleids)afdelingen. Grasduin er maar flink op los.

Heb je behoefte aan een goed geplande reis? Maak dan gebruik van de Reiswijzer Beweegvriendelijke Omgeving, bestaande uit tien stappen. Stappen om te komen tot een beweegvriendelijke omgeving. Ga je liever op de bonnefooi? Maak dan gebruik van de handige hulpmiddelen voor de backpacker, oftewel de minimale uitrusting.

Zin in een thema-uitstapje? Ook dan zit je goed. We bieden drie themareizen aan: Groene ruimte voor bewegen, Speelruimte en Gezonde mobiliteit.

Wat uiteraard niet mag ontbreken op reis is de 'EHB(V)O kit'. Eerste Hulp bij Beweegvriendelijke Omgeving. Altijd handig om bij je te hebben: het BVO model, de BVO Scan, de app Beweegwijzer en de Ontwerpprincipes voor een beweegvriendelijke omgeving. Niet alleen voor als je het even niet meer ziet zitten, ook handig als voorbereiding op je reis.

Het team Beweegruimte wenst je een heel prettige reis! Deel je reiservaring met andere reizigers op ons forum: **www.netwerkinbeweging.nl,** werkgroep sportieve openbare ruimte.

Dayenne L'abée & Maartje Kunen

# 2. Reiswijzer, in tien stappen naar een beweegvriendelijke omgeving

Een proces om te werken aan een beweegvriendelijke omgeving verloopt dynamisch. Deze reiswijzer is geschreven in een 'ideale' volgorde. Natuurlijk is dat niet exact de volgorde die je altijd in praktijk doorloopt, of die past bij jouw organisatie. In de praktijk komt het ook vaak neer op kansen pakken die zich voordoen en aansluiting vinden bij het beleid van andere sectoren. Het is een weg van doen, proberen en inspireren.

Haal uit de reiswijzer wat voor jou op het moment interessant en bruikbaar is. Of je nu begint met nadenken over een beweegvriendelijke omgeving, midden in een volgend project zit, of het thema wilt borgen. Elke stap wordt kort beschreven en voorzien van een aantal praktische tips en een praktijkvoorbeeld uit een van de pilotgemeenten Beweegvriendelijke Omgeving. Voor uitgebreide beschrijvingen en per stap in te zetten instrumenten, kijk op de website **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/reiswijzer**

# Stap 1: Aanleiding

Aanleidingen om aan de slag te gaan met een beweegvriendelijke omgeving kunnen zich voordoen vanuit diverse beleidsafdelingen zoals Sport, Gezondheid, Onderwijs of Ruimtelijke Ordening. Soms komt het vanuit burgerinitiatieven tot de gemeente en soms komt het vanuit de beleidsmakers en beslissers zelf. Bestuurders willen bijvoorbeeld een wijk of gebied in de markt zetten als sportief, duurzaam of dynamisch of hebben de politieke ambitie om met beweegvriendelijke omgeving aan de slag te gaan. Beleidsmakers constateren dat er bewegingsarmoede of een gezondheidsachterstand is in een wijk en dat burgers steeds meer sporten en bewegen in de openbare ruimte. Wellicht is er een burgerinitiatief voor een verbeterde leefomgeving met wensen van bewoners voor een trapveldje, fitnesstoestellen of een veilige looproute naar school. Het maakt niet uit welke aanleiding er is, zo lang er maar een probleemeigenaar is.

Fysieke, ruimtelijke ontwikkelingen kunnen een mooie aanleiding zijn om met een beweegvriendelijke omgeving aan de slag te gaan. Sluit je hierbij aan, dan kun je 'werk met werk maken'. Denk bijvoorbeeld aan:

- herstructurering
- gebiedsontwikkeling
- nieuwbouw
- aanpak openbare ruimte (vervanging van de riolering)
- een nieuwe verkeerssituatie
- tijdelijk anders bestemmen of inrichten van braakliggende terreinen
- ontwikkelen van (multifunctionele) accommodaties, zoals brede scholen en openbare sportparken
- de aanpak van speelruimtebeleid of een nieuw schoolplein

Al deze aanleidingen kunnen worden opgepakt om beleid te maken ten aanzien van een beweegvriendelijke omgeving. Hierbij heeft intersectorale aanpak de voorkeur. Dus als een aanleiding binnen een sector ontstaat of tijdens een project, dan is het belangrijk om het geheel naar een hoger schaalniveau te tillen, zodat ook andere afdelingen kunnen aanhaken. Denk samen na over een visie op beweegvriendelijke omgeving. Welk doel dient het? Wat wil je ermee bereiken?

Het start dus allemaal met een maatschappelijke urgentie. Onder een maatschappelijke urgentie verstaan we een maatschappelijke kwestie, waardoor er bereidheid ontstaat om (het gebruik van) de openbare ruimte aan te pakken. Bewoners en professionals zullen op voorhand niet een gelijke omschrijving van die maatschappelijke urgentie geven. De uitdaging is om de maatschappelijke urgentie zo te verwoorden, dat zoveel mogelijk betrokken partijen zich hierin kunnen herkennen. Omschrijf dus duidelijk welk probleem je wilt oplossen met een beweegvriendelijke omgeving.

Voorbeelden van maatschappelijke urgenties om met een beweegvriendelijke omgeving aan de slag te gaan zijn:

- stimuleren van een actieve leefstijl en verbeteren van de algehele gezondheid
- bestrijden en voorkomen van overgewicht en obesitas
- voorkomen van eenzaamheid en bevorderen van zelfredzaamheid van ouderen
- voorkomen van vandalisme en verhogen van (het gevoel van) veiligheid
- versterken van integratie
- werken aan meer sociale cohesie in de wijk
- bijdragen aan citymarketing
- verbeteren van werk- en schoolprestaties
- werken aan leefbare buurten (waardoor hogere vastgoedwaarden)
- creëren van veilige schoolroutes voor kinderen
- vergroten van de kwaliteit van de leefomgeving
- inspelen op de behoeften aan ruimte voor anders- of ongeorganiseerd sporten en bewegen.



5

# EDE

## Citymarketing als aanleiding op Kenniscampus Ede

Negen organisaties hebben de handen ineen geslagen om in Ede een hoogwaardige Kenniscampus te realiseren. Vlakbij intercitystation Ede-Wageningen bestaat al een sterke concentratie van beroepsonderwijs, VMBO, MBO en HBO. De gemeente Ede wil met de Kenniscampus een meer regionale uitstraling voor scholieren en studenten verkrijgen. De verwachting is dat dit aantal studenten kan doorgroeien naar 14.000 door het realiseren van hoogwaardig onderwijs- en kennisaanbod in een aantrekkelijke ingerichte omgeving.

***Projectleider Ede: "Nu is de Zandlaan een losse verzameling van onderwijs, wonen, verkeer en sportvoorzieningen. De ambitie is om eenheid te creëren waarbij er een aantrekkelijke leefomgeving ontstaat voor studenten en bewoners van de wijk. Vooral de verbinding vanuit de Kenniscampus naar het sportpark Hoekelum wordt verbeterd. Het sportpark moet zichtbaarder worden vanaf de openbare ruimte. Sport is voor studenten een aantrekkelijk fenomeen."***

Ede was een van de Beweegvriendelijke Omgeving pilotgemeenten. Lees de volledige pilotbeschrijving van Ede op de website **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/ede**

# Stap 2: Visievorming

De tweede stap op weg naar een beweegvriendelijke omgeving is het ontwikkelen van een visie. Zorg voor een helder punt op de horizon. Waar wil je gezamenlijk naar toe, wat wil je bereiken? Je kunt zo'n visie op verschillende manieren insteken:

A. een visie vanuit het sport- en beweegbeleid, waarin het realiseren van een beweegvriendelijke omgeving een onderdeel is

B. een gebiedsvisie, vanuit ruimtelijke ordening, stedenbouw of gebiedsontwikkeling, zoals bijvoorbeeld een structuurvisie, een wijk- of dorpsontwikkelingsplan of een visie op leefbaarheid

C. het aanhaken van het onderwerp beweegvriendelijke omgeving bij visievorming vanuit andere beleidssectoren zoals:
   - gezondheid (bestrijden gezondheidsachterstanden, gezonde wijkaanpak, JOGG)
   - onderwijs en onderwijshuisvesting (medegebruik schoolgebouwen en schoolpleinen)
   - jeugd (speelvoorzieningen, playgrounds)
   - verkeer en mobiliteit (fietsbeleid, langzaam verkeer, veilige routes)
   - speelruimte
   - groen (speelgroen, trapveldjes)
   - welzijn en participatie
   - WMO
   - vrijwilligers
   - accommodaties en vastgoedbeheer
   - ouderen
   - recreatie en toerisme
   - openbare ruimte.

**In het Regeerakkoord 'Bruggen Slaan' (2012) is aandacht voor een beweegvriendelijke omgeving: 'Sport brengt mensen bij elkaar en is van groot maatschappelijk belang. Kinderen verwerven belangrijke sociale vaardigheden. Voldoende en veilig sporten houdt jonge en oude mensen fitter en gezonder. We willen dat meer mensen kunnen sporten en bewegen in hun eigen omgeving. Er zijn nog veel mogelijkheden om de openbare ruimte beter te benutten. We bevorderen samenwerking van gemeenten, bedrijven, scholen en sportverenigingen. Met gemeenten willen we bevorderen dat er bij de aanleg van nieuwe wijken voldoende ruimte voor sport en bewegen is.' (pagina 24, Regeerakkoord Bruggen Slaan 2012).**

Vanuit de visie op sport en bewegen vormt een beweegvriendelijke omgeving een aanvulling op de meer traditionele sportvoorzieningen zoals sportparken, sporthallen en zwembaden. Er zijn steeds meer mensen die om uiteenlopende redenen geen lid zijn van een sportvereniging, maar die toch graag in hun directe omgeving willen kunnen bewegen en sporten. Er is behoefte aan kleinschalige en goed toegankelijke voorzieningen in de buurt alsmede andersoortige voorzieningen, waardoor mensen in hun directe woonomgeving kunnen spelen en bewegen (speelruimte, trapveldjes en fietspaden). Daarnaast zijn er voorzieningen die functioneren voor een groter gebied, zoals een wijk of stad (park, bos, meer, duinen, strand).
Vanuit sportbeleidsoptiek vormt een beweegvriendelijke omgeving een noodzakelijke aanvulling op het bestaande areaal aan sportvoorzieningen. In de visievorming op beweegvriendelijke omgeving verdienen beide aspecten, dus de bijdrage aan andere sectoren en de bijdrage aan de sportinfrastructuur, dan ook een plek.
Uitgangspunt is dat een beweegvriendelijke omgeving geen doel op zich is, maar een bijdrage levert aan maatschappelijke of organisatie doelen: het bevorderen van de gezondheid, leefbaarheid, sociale cohesie, ruimtelijke kwaliteit, imago et cetera.

TIPS

- *zoek naar aanknopingspunten in gemeentelijke nota's, visies én lopende programma's*
- *haak aan bij landelijk beleid (zie kader pagina 15)*
- *formuleer gezamenlijk en intersectoraal een visie op het thema beweegvriendelijke omgeving*
- *beschrijf een positief toekomstbeeld, of droombeeld*
- *kijk zo ver mogelijk naar voren (4 tot 8 jaar) en vermijd korte termijn denken*
- *houd je visie beknopt: één tot twee A4tjes en maak het beeldend*
- *gebruik argumenten voor een beweegvriendelijke omgeving. Waarom een beweegvriendelijke omgeving? Wat levert het op?*
- *een visie moet inspireren, uitdagen, dromen en aspiraties oprekken en prestaties omhoog stuwen*
- *laat je niet leiden door traditie of onbekendheid. Sta open voor verandering en denk 'out of the box'.*



4

# DEVENTER

## Voorstad-Oost beweegt binnen de wijkvernieuwing

Toegenomen problemen op het gebied van leefbaarheid en veiligheid waren aanleiding voor extra beleidsaandacht in Voorstad-Oost, in Deventer. In september 2009 stelde de gemeenteraad de visie Voorstad-Oost vast, met als doel partijen in de wijk te inspireren gezamenlijk de geformuleerde ambities te realiseren via een uitvoeringsprogramma. Twee concrete doelen rondom sport en bewegen zijn in dit uitvoeringsprogramma opgenomen. Dat waren: wijkbewoners uitdagen meer te sporten en bewegen én brede school de Windroos, Go Ahead Eagles en speeltuinvereniging De Driehoek versterken op het gebied van sport en bewegen in de wijk Voorstad Oost.

***Projectleider Deventer over de koppeling met de wijkvernieuwing: "Er was budget en activiteitengeld beschikbaar en vanuit de wijkvernieuwing was er ook geld voor fysieke aanpassingen. Toch merk je dat er binnen de wijkvernieuwing zoveel verschillende doelen zijn, dat bewegen niet met stip op 1 staat. Als projectleider moet je er echt achteraan en jezelf naar 'binnen' wurmen. Neem het voor 100% serieus en neem het ook op in je programma."***

Deventer was een van de Beweegvriendelijke Omgeving pilotgemeenten. Lees de volledige pilotbeschrijving op de website **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/deventer**

# Stap 3: Draagvlak creëren

Draagvlak creëren is een belangrijke stap en dit zal je moeten blijven doen, ook in andere stappen. Voor een visie, voor een plan van aanpak, voor de uitvoering, je hebt in elke stap draagvlak nodig. Het is belangrijk een koppeling te maken tussen harde en zachte sectoren, de zogenaamde hardware en software

Bedenk wie de belangrijkste partijen zijn waar je draagvlak wilt verwerven. Gaat het vooral om het meekrijgen van scholen en sportverenigingen of wil je het onderwerp binnen de gemeente op de kaart zetten? Als het om draagvlak binnen de gemeente gaat, wie zijn dan de belangrijkste partijen? Wil je politiek draagvlak om naar buiten toe een signaal af te geven, of wil je draagvlak om genoeg uren en enthousiasme te hebben om het project uit te voeren? In het laatste geval richt je je vooral op tactisch niveau (management, afdelingshoofden) en operationeel (ambtenaren).

Realiseer je dat het thema niet automatisch bij iemand op het netvlies staat. Er zijn veel gesprekken nodig om tot een gezamenlijk beeld te komen en de urgentie te zien en te delen. Elke partij zal andere belangen hebben en andere redenen om mee te doen. Geef aan waar de meerwaarde van een beweegvriendelijke omgeving ligt voor de betreffende persoon, organisatie of beleidsafdeling. Kijk naar het beleid van de ander. Zoek naar een gezamenlijk doel met respect voor elkaars belang. Voor het creëren van strategisch draagvlak is een visie document (zie stap 2) waardevol.

TIPS

- *bepaal bij welke partijen draagvlak noodzakelijk is*
- *houd rekening met belangen en motivaties van anderen*
- *maak een communicatieplan voor het onderhouden van draagvlak, blijf investeren in draagvlak*
- *zet het thema op de agenda van college- en raadsvergaderingen*
- *leg draagvlak vast, bijvoorbeeld met een intentieverklaring of convenant*
- *schets vooraf een realistisch beeld, dat voorkomt teleurstellingen achteraf. Doe aan verwachtingsmanagement*
- *zorg voor informeel (de wandelgangen) en formeel draagvlak*
- *zet collega's en sleutelfiguren uit de wijk in als ambassadeur.*

3

# ROSMALEN

## De Sportalliantie Rosmalen (SAR) verbeeldt de visie

***Projectleider Rosmalen over het verkrijgen van draagvlak: "Doordat je een visie hebt ontwikkeld, gaat de deur net wat verder open. Je hebt de paraplu, hebt erover nagedacht, er zit een idee achter. Met het verbeelden van deze visie komen we makkelijker binnen, het komt professioneler over."***

In de pilotperiode ontwikkelde de Sportalliantie samen met de gemeente en NISB een visie op sporten en bewegen in de openbare ruimte in Rosmalen. De landschapsarchitect heeft deze visie in (kaart)beelden vertaald.

De SAR over de inzet van de landschapsarchitect:
***"Zonder inzet van de landschapsarchitect had er veel in tekst op papier gestaan, waren er ideeën die niet uitvoerbaar zouden zijn, puur op landschappelijke gebied en waren we nog niet veel verder gekomen."***

De Sportalliantie Rosmalen is een burgerinitiatief en een samenspel tussen woonwijken, sportverenigingen, onderwijs en de gemeente. De verbeelding heeft de Sportalliantie geholpen bij het verkrijgen van draagvlak bij verschillende partijen in Rosmalen.

Gemeente 's-Hertogenbosch was een van de Beweegvriendelijke Omgeving pilotgemeenten. Lees de volledige pilotbeschrijving van Rosmalen op de website
**www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/rosmalen**

# Visie “Bewegen in het groen”

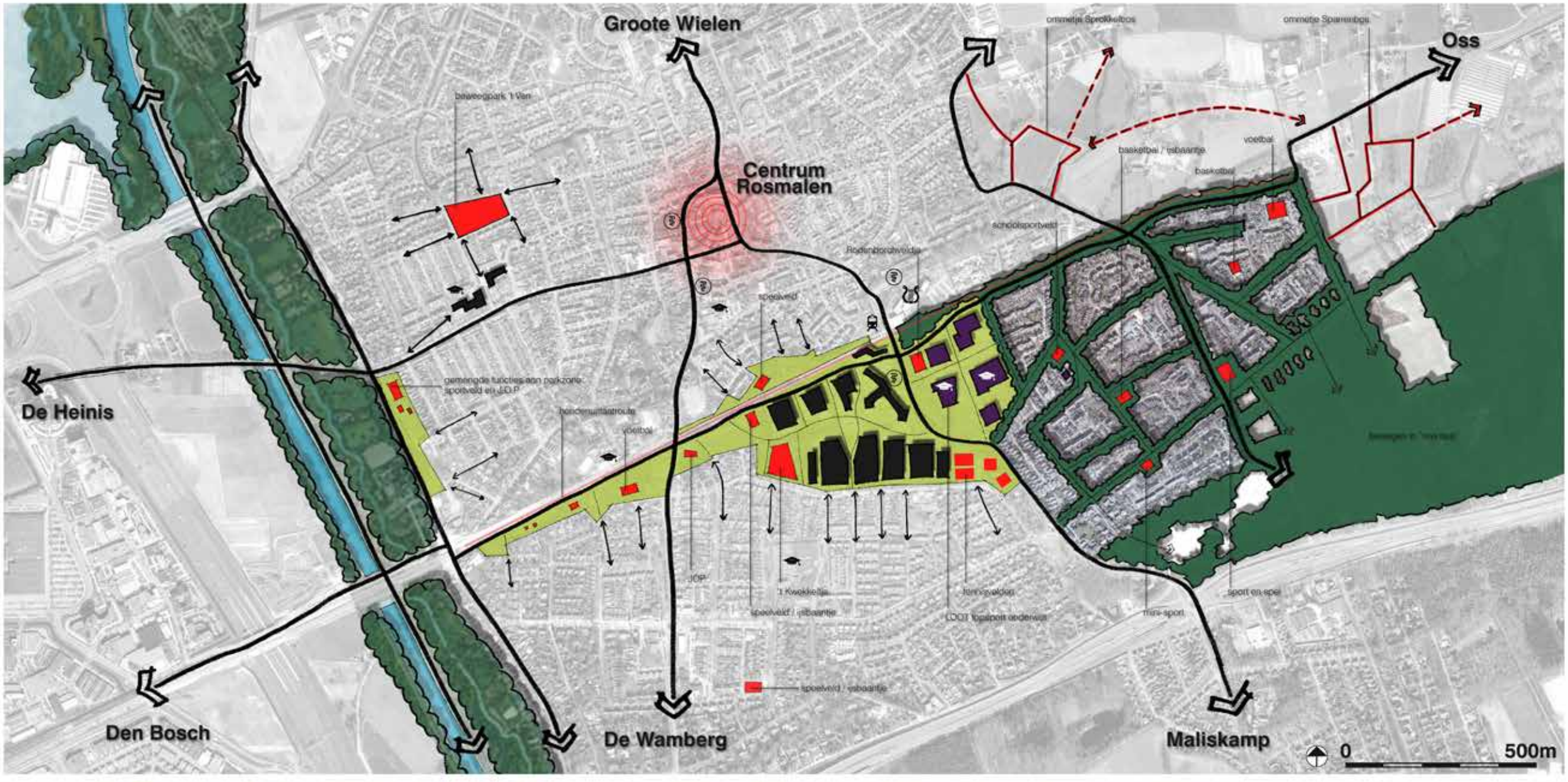
Sport Alliantie Rosmalen

NISB Nederlands Instituut voor Sport & Bewegen

Sport Alliantie

RVE tuin- en landschapsarchitectuur

7 september 2012

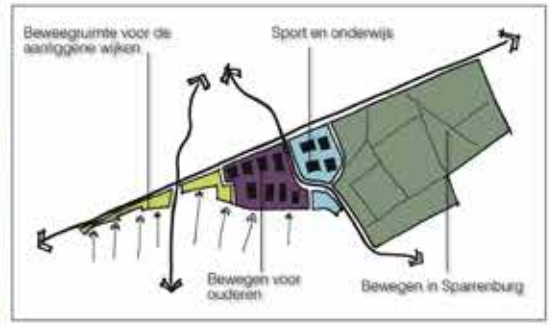


bewegen voor ouderen in De Hoef

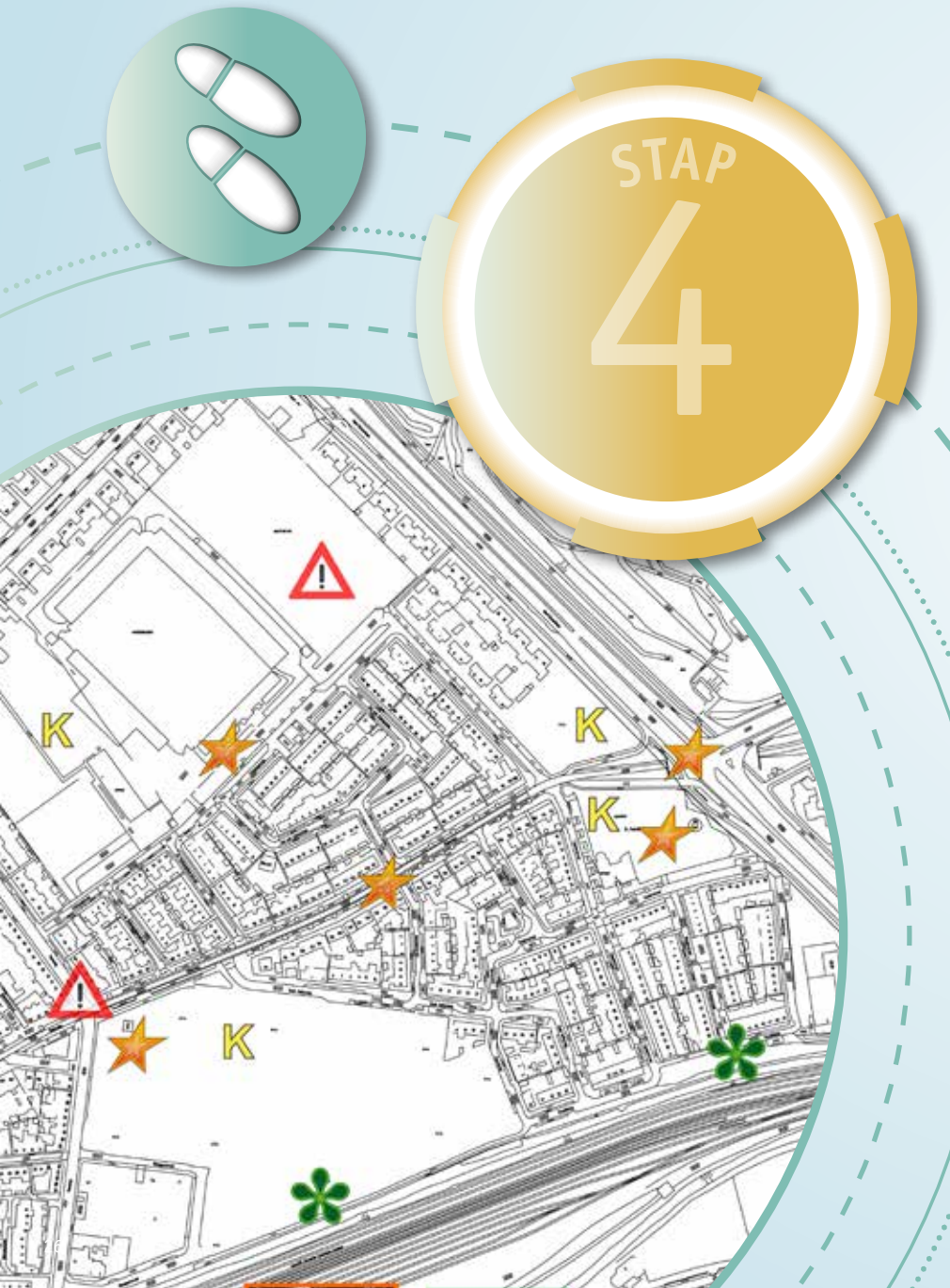
wandelen en fietsen over de langzaamverkeersroutes

spelen bij 't Kwekkeltje

bewegen in Spanrenburg



# Stap 4: Analyse




Wat de aanleiding ook is, om met een beweegvriendelijke omgeving aan de slag te gaan, is het van groot belang eerst te begrijpen wat er precies aan de hand is. Hierdoor ontstaat inzicht in de inrichtings- en/of gebruiksmogelijkheden van de leefomgeving. Analyseer welke problemen zich in het gebied voordoen (overgewicht, weinig sociale cohesie, onveiligheid, bewegingsarmoede of lage sportparticipatie, et cetera) en hoe je meerdere beleidsdoelen kunt realiseren. Het uitgangspunt in deze stap is: de gebruiker staat centraal.

TIPS

- *ken je gebruiker en zijn of haar wensen (behoefte analyse)*
- *inventariseer de hardware en de software volgens het Beweegvriendelijke Omgeving Model en de Beweegvriendelijke Omgeving Scan (hoofdstuk 6)*
- *analyseer de huidige fysieke situatie: hoe ziet de omgeving eruit? Welke sport- en beweegmogelijkheden zijn er in de huidige situatie? Welke activiteiten worden georganiseerd en door wie? Welke andere belangrijke voorzieningen (supermarkten, scholen, gezondheidscentra) zijn er?*
- *welke stakeholders zijn actief in het gebied? Wie heeft er baat bij een beweegvriendelijke omgeving? Wat zijn hun belangen (netwerkanalyse)?*
- *welke plannen zijn er nog meer voor dit gebied of deze wijk? Kun je ergens aanhaken of samen optrekken? Kun je 'werk met werk maken'?*
- *kijk verder dan je plangebied, maar bekijk ook de randen en kijk over de randen heen. Wat is er in de omgeving?*
- *zijn er financiële regelingen op regionaal of landelijk niveau waarbij kan worden aangesloten?*
- *wat zijn vaststaande kaders, bijvoorbeeld vanuit het bestemmingsplan (juridisch/planologisch) en wat staat open? Aan welke wet- en regelgeving zit je gebonden? Welke procedures dien je te volgen?*

## Bronnen voor analyse van trends en ontwikkelingen

**Trends en ontwikkelingen die van belang kunnen zijn bij het ontwikkelen van een beweegvriendelijke omgeving zijn:**

- **sociaal maatschappelijke ontwikkelingen**
  **Bron: Sociaal Cultureel Planbureau**
- **economische ontwikkelingen (bezuinigingen als kans)**
  **Bronnen: Gemeentelijk coalitie- of collegeakkoord. Centraal Planbureau**
- **technologische ontwikkelingen (zoals doorontwikkeling kunstgras, gebruik social media, et cetera)**
  **Bron: Centraal Planbureau**
- **demografische ontwikkelingen (vergrijzing, bevolkingskrimp, andere huishoudenssamenstelling, et cetera)**
  **Bronnen: CBS, afdeling statistiek,**
- **sport- en beweeg trends (meer anders georganiseerd en ongeorganiseerd sporten en bewegen in de openbare ruimte)**
  **Bron: TNO trendrapport sport en bewegen**



8

# ZOETERMEER

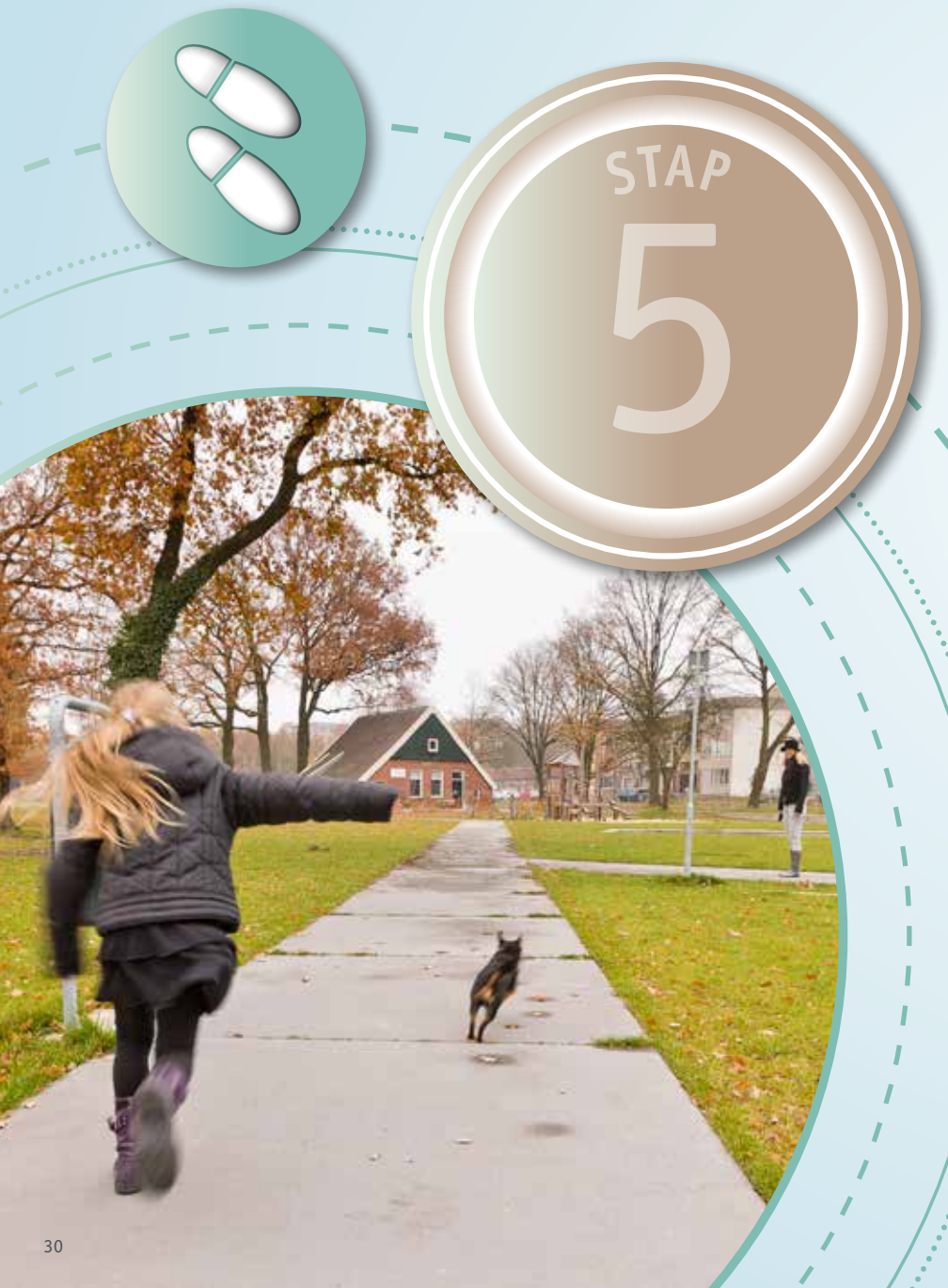
## De buurt in met de buurtscan

Voordat de gemeente Zoetermeer aan de slag ging met de beweegvriendelijkheid van wijken heeft Sportservice Zuid Holland een buurtscan uitgevoerd in vier Zoetermeerse wijken. De buurtscan maakt als het ware een foto van de buurt. Sportservice Zuid Holland analyseerde sportbeleid, lokale sport- en beweegcijfers en demografische gegevens en de beweegvriendelijkheid van de wijk.

***Projectleider Zoetermeer: "De buurtscans geven een mooi overzicht van alle sport- en speelplekjes in de openbare buitenruimte in de diverse wijken van Zoetermeer. Doordat je op googlemaps kunt inzoomen op de plaatsen en duidelijke foto's krijgt, heb je gelijk een beeld van de situatie. We hebben de plekjes benoemd als tops of flops. Zo kunnen we als beleidsmakers precies aangeven bij welke flops we actie moeten ondernemen om een plek bruisender te maken of welke speelplek een voorbeeldfunctie heeft voor andere speelplekken in de wijk."***

Gemeente Zoetermeer was een van de Beweegvriendelijke Omgeving pilotgemeenten. Lees de volledige pilotbeschrijving van Zoetermeer op de website
**www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/zoetermeer**

# Stap 5: Opdracht formuleren




Als politiek draagvlak belangrijk is voor de uitvoering van het project, is het van groot belang dat er een bestuurlijke opdracht ter bevordering van een beweegvriendelijke omgeving aan voorafgaat. Op deze manier voorkom je dat het project als 'leuk' wordt ervaren, maar toch niet zo belangrijk. Ook als er geen bestuurlijke opdracht nodig is of mogelijk is, bijvoorbeeld als het project onderdeel is van een ander initiatief, is het belangrijk om met de deelnemende partijen toch resultaatafspraken te maken.
Zonder bovengenoemde wordt het project niet gezien als iets waar je verantwoording over moet afleggen en resultaat moet boeken. Hierdoor treedt vertraging op en bestaat de kans dat het project verzandt in goede intenties.

Binnen de opdrachtformulering stel je kaders en maak je keuzes waar te beginnen. Kaderstelling gaat over:

- bestuurlijke of ambtelijke opdracht
- beoogde doelstellingen en (SMART) resultaten
- organisatorische kaders, zoals de samenstelling van de projectgroep of het netwerk, financiën (uren en middelen), et cetera
- locatie en schaalniveau, zeer waarschijnlijk moeten er keuzes gemaakt worden waar te beginnen. Waar is de meeste beweegwinst te behalen? Waar zijn randvoorwaarden gunstig? Waar zit energie (bij ambtenaren, burgers)? Waar liggen kansen om aan te sluiten bij fysiek ruimtelijke ontwikkelingen?

**TIPS**

- *ga na wie de opdrachtgever is. Is een bestuurlijke opdracht van belang om voldoende draagvlak te krijgen voor het project? Ga dan het gesprek aan met de wethouder en verken de mogelijkheden om tot een bestuurlijke opdracht te komen. Meerwaarde is een bestuurlijke opdracht vanuit meerdere portefeuilles/wethouders*
- *is een opdracht op ambtelijk niveau van belang? Maak een memo voor het management, waarin duidelijk wordt waar het project toe leidt (welke beleidsdoelstellingen gehaald worden) en hoeveel inzet van collega-ambtenaren daarvoor wenselijk is*
- *zet het project op de bestuurlijke agenda, koppel regelmatig vorderingen terug en zorg voor momenten waarop de publiciteit kan worden opgezocht.*

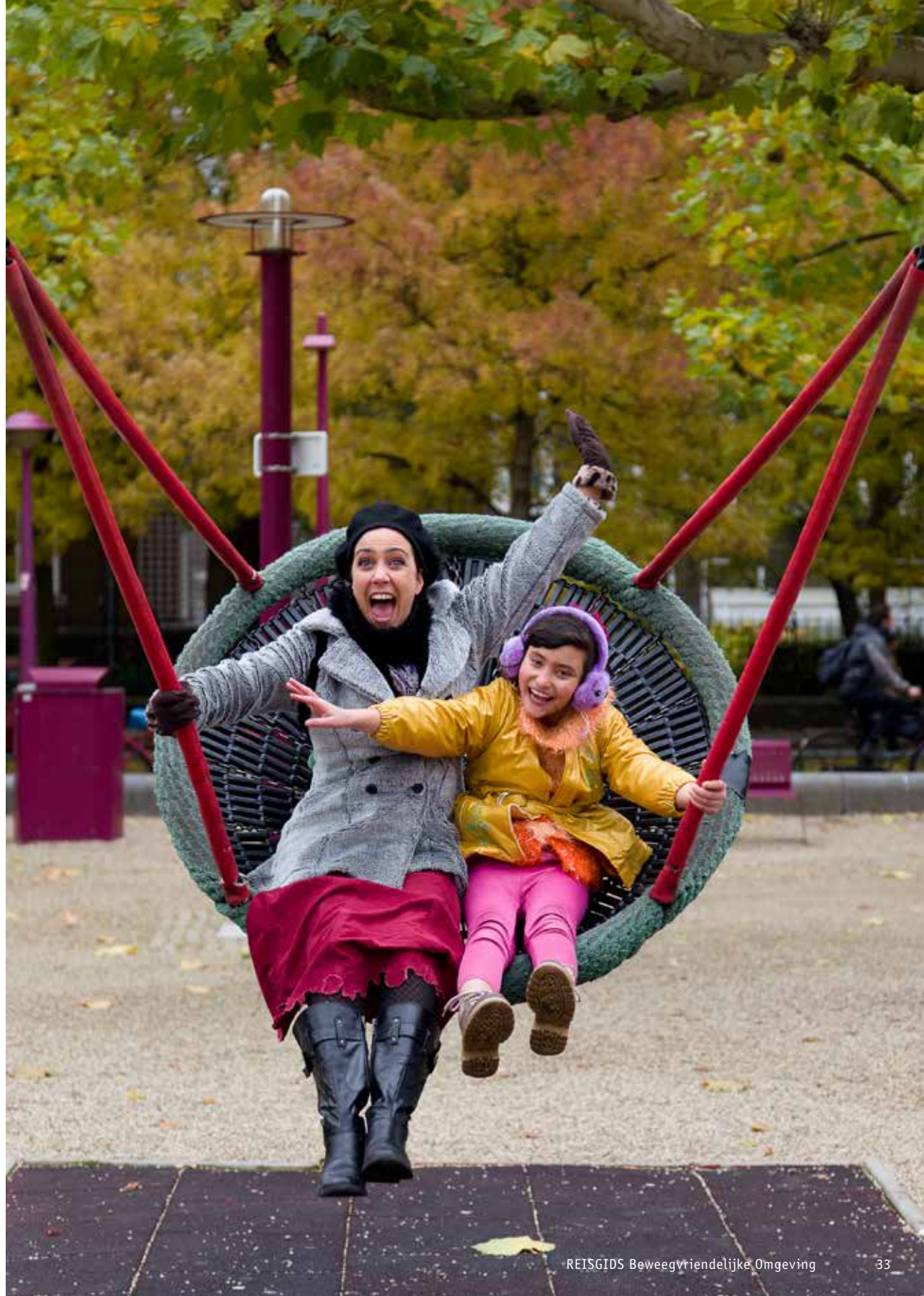
# AMSTERDAM

## Memo voor het management

In Amsterdam Nieuw West heeft de afdeling Stedelijke ontwikkeling het project Gezonde wijk een vervolg gegeven in de BVO pilot. Er is een samenwerking ontstaan tussen ambtenaren van de afdelingen Stedelijke ontwikkeling, Sport, Wijken en Gezondheid (JOGG). Al snel was er een gezamenlijk doel: in verschillende buurten van Nieuw-West de openbare ruimte aantrekkelijker inrichten en gebruiken, zodat meer mensen gaan sporten en bewegen. Bestaande werkgroepen zijn zoveel mogelijk ingezet om te komen tot de plannen.

***Projectleider Amsterdam Nieuw-West: "Commitment van individuele medewerkers is belangrijk, maar soms problematisch. Door bezuinigingen raakt iedereen juist meer op eigen kerntaak gericht en wordt dit een 'extra'. Het opstellen van een memo voor het MT heeft geholpen in het draagvlak verkrijgen van ook het middenmanagement en het vertrouwen van collega-ambtenaren."***

Gemeente Amsterdam Nieuw-West was een van de Beweegvriendelijke Omgeving pilotgemeenten. Lees de volledige pilotbeschrijving van Nieuw-West op de website
**www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/amsterdamnieuwwest**



# Stap 6: Organisatiestructuur

Zodra de opdracht of een (burger) initiatief bekend is, maar vaak al eerder, ga je nadenken hoe je 'het project' organiseert of faciliteert. Hiervoor zijn grofweg drie mogelijkheden:

- een projectgroep die op een vaste basis bij elkaar komt
- een netwerk, waarin één of twee spelers de kern vormen en de contacten onderhouden met andere belangrijke stakeholders
- het faciliteren van een burgerinitiatief

Een projectgroep biedt een vaste basis, maar vraagt ook commitment van de deelnemers. Deelnemers moeten toestemming hebben van hun leidinggevende en de achterban van hun organisatie om mee te doen in het project. Een netwerk is makkelijker te organiseren, maar vraagt een grote trek- en duwkracht van de centrale spelers om partijen te betrekken en actief te houden. Een burgerinitiatief vraagt een andere rol, namelijk een faciliterende rol.

Afhankelijk van de doelstelling en mogelijkheden kan de organisatie op professionals binnen de gemeente gericht zijn of ook op andere organisaties (bijvoorbeeld scholen en sportverenigingen) en burgers. Kijk daarvoor goed naar de doelstelling: wie heb je hiervoor nodig en hoe intensief is hun betrokkenheid vereist? Het is de kunst om de stap te maken naar een organisatie structuur, of deze te faciliteren, waar mensen actief zijn en in staat worden gesteld om samen tot resultaten te komen. Het thema beweegvriendelijke omgeving houdt automatisch in dat er meerdere sectoren bij het vormgeven ervan betrokken zijn. Intersectoraal samenwerken is een must, zowel binnen als buiten de gemeente.

Denk bij een projectgroep beweegvriendelijke omgeving aan de volgende partijen, vertegenwoordigers van:

- sector (intern gemeente/extern) sport en bewegen, waaronder sportverenigingen, sportservicebureau of sportbedrijf
- sector ruimtelijke ordening, stadsontwikkeling, wijkenaanpak
- sector gezondheid/welzijn (doelgroepen jeugd, ouderen)
- sector groen, natuur, milieu
- sector verkeer
- sector onderwijs, waaronder scholen
- woningcorporaties en projectontwikkelaars
- citymarketing en communicatie
- (vertegenwoordigers van) burgers
- sector bedrijfsleven, waaronder lokale ondernemers.

Om te inventariseren welke personen en organisaties je als projectleider in je projectgroep of netwerk wilt, zijn er een aantal instrumenten beschikbaar. Zoals bijvoorbeeld de Netwerkanalyse. Vervolgens is het van belang de samenwerking of het netwerk levendig te houden. Ook hier zijn instrumenten voor ter ondersteuning. Kijk op **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/reiswijzer**

***"Ik werk het liefst met mensen die het onderwerp echt leuk vinden en samen wat willen bereiken!", aldus de projectleider in Amsterdam Nieuw- West.***

Denk ook aan hoe je op strategisch niveau mensen betrokken krijgt en houdt. Bijvoorbeeld door regelmatig terug te koppelen aan de verantwoordelijke wethouder(s) en raad(commissies).

TIPS

- *in een wijk zijn professionals en vrijwilligers actief die de wijk en haar bewoners goed kennen. Deze sleutelfiguren, ook wel ' best persons' genoemd, zijn goed in te zetten om activiteiten van de grond te krijgen. Deze mensen hebben vaak de volgende competenties: enthousiasme, buiten de lijntjes kleuren, creatief omgaan met regels of voorschriften en goed naar bewoners kunnen luisteren (G. van de Brink, M. van Hulst, L. de Graaf & T.van der Pennen, 2012). Zie ook www.bestpersons.eu*
- *organiseer een gesprek tussen afdelingshoofden*
- *zet het thema/project regelmatig op de agenda van het wethoudersoverleg of maak er een vast agendapunt van.*

## BURGERPARTICIPATIE EN BURGERINITIATIEF

**Betrokkenheid van bewoners en burgers is aan te raden in het proces van ontwikkeling en uitvoering van de beweegvriendelijke wijk. Bewoners betrekken en bevragen helpt in het verduurzamen van de maatregelen die je treft. Het zijn de uiteindelijke gebruikers en daarom is het van belang goed aan te sluiten bij de wensen en behoeften van je doelgroep.**
**Het is niet makkelijk om burgerparticipatie goed vorm te geven. Het vereist betrokkenheid en een bepaalde tijdsinvestering. Als je er meer tijd in steekt wil dat niet zeggen dat het ook beter is. Sluit zoveel mogelijk aan bij contactmomenten met de burgers die al gepland zijn (bijvoorbeeld een informatiemarkt) en organiseer daar een sessie. Realiseer je dat 'beweegvriendelijke omgeving' geen term is, om bij de burgers neer te leggen. Het gaat er bijvoorbeeld wel om dat je zicht krijgt op hoe**

## BURGERPARTICIPATIE EN BURGERINITIATIEF (VERVOLG)

**burgers zich door de wijk verplaatsen en of dat naar wens is of niet. Doen ze lopend boodschappen of met de auto? Waar sporten ze? Maken ze gebruik van de parkvoorzieningen?**

**De projectleider van de beweegvriendelijke omgeving pilot uit Heerhugowaard geeft de volgende tips voor participatietrajecten:**

- **benader de bewoners niet als professional**
- **neem de tijd, haast niet**
- **geef ze de ruimte in het project**
- **bied sturing als gemeente**
- **stel kaders als gemeente**
- **betrek ze bij successen en openingen en laat hen scoren**
- **toets intern eerst de haalbaarheid voordat je iets belooft**
- **je moet eerst weten waar de bewoners inspraak over willen**
- **blanco beginnen werkt het beste. Uit elke straat 2 bewoners in klankbordgroep opnemen. Welke twee laat je door de wijkbewoners zelf bepalen. Dan heb je bijvoorbeeld een groep van 20 personen en die laat je in een aantal sessies de wijk schetsen. Het voorlopig ontwerp wordt vanuit de klankbordgroep aan de rest van de wijkbewoners voorgelegd. Geef daarin goed aan waar je wel en waar je niet iets mee doet en waarom.**
- **kennis van de wijk en contact met de wijk is van groot belang.**

**Burgers kunnen ook zelf het initiatief nemen met een idee over hun eigen leefomgeving. Een voorbeeld hiervan is de Beweegvriendelijke Omgeving pilot in Rosmalen. Zo'n burgerinitiatief kun je als gemeente faciliteren. De Gemeente 's-Hertogenbosch heeft dit gedaan.**

**De wijkmanager in Rosmalen speelde hierin een belangrijke rol als verbindingsofficier:**
***"Samen kijken we naar de wensen vanuit de buurt, hoe en waar het project gerealiseerd kan worden en welke potjes er zijn voor de financiering. Er is veel inzet en geduld nodig om een faciliteit, project of sportvereniging op te zetten. Dit hebben de Rosmalenaren dikwijls zelf voor elkaar gekregen: zij beschikken over bijzonder veel burgerkracht!"***

**Probeer een burgerinitiatief als gemeente niet over te nemen, maar te omarmen en verder te brengen.**

7

# ALMERE

## Cascadepark Almere, voor en door bewoners

***Projectleider Almere over burgerparticipatie: "In Almere Poort hebben bewoners veel vrijheid gekregen om hun wensen kenbaar te maken voor het Cascadepark, 'hun park'. Maar dat is bedacht in een tijd dat er veel geld was en dat is nu anders. Er werden in het begin veel bewoners bijeenkomsten georganiseerd. Maar bewoners lopen dan ook tegen de barrières aan en merken dat sommige ideeën niet kunnen. Het is dus belangrijk dat je kaders blijft stellen."***

Burgerparticipatie staat in Almere hoog in het vaandel. 'Mensen maken de stad' is een van de Almere Principles: 'Vanuit de erkenning dat burgers de drijvende kracht zijn in het maken, behouden en verduurzamen van de stad, ondersteunen wij hun streven om hun unieke mogelijkheden te verwezenlijken, met bezieling en waardigheid'.

In het Cascadepark is onder andere gewerkt met beeldende participatie. Bij beeldende participatie wordt film, waarderend, activerend en resultaatgericht ingezet. Het is een combinatie van (zelf) filmen, regie op het proces en projectmanagement. Mensen worden uitgedaagd om op een andere manier te kijken naar hun vraagstukken. En dit direct door te vertalen naar individuele of gezamenlijke acties. Benieuwd hoe dit er in de praktijk uitziet? Een film zegt meer dan 1000 woorden! Bekijk de film over dit traject op de website van het Cascadepark, **www.onscascadepark.nl**

Gemeente Almere was een van de Beweegvriendelijke Omgeving pilotgemeenten. Lees de volledige pilotbeschrijving van Almere op de website **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/almere**

9

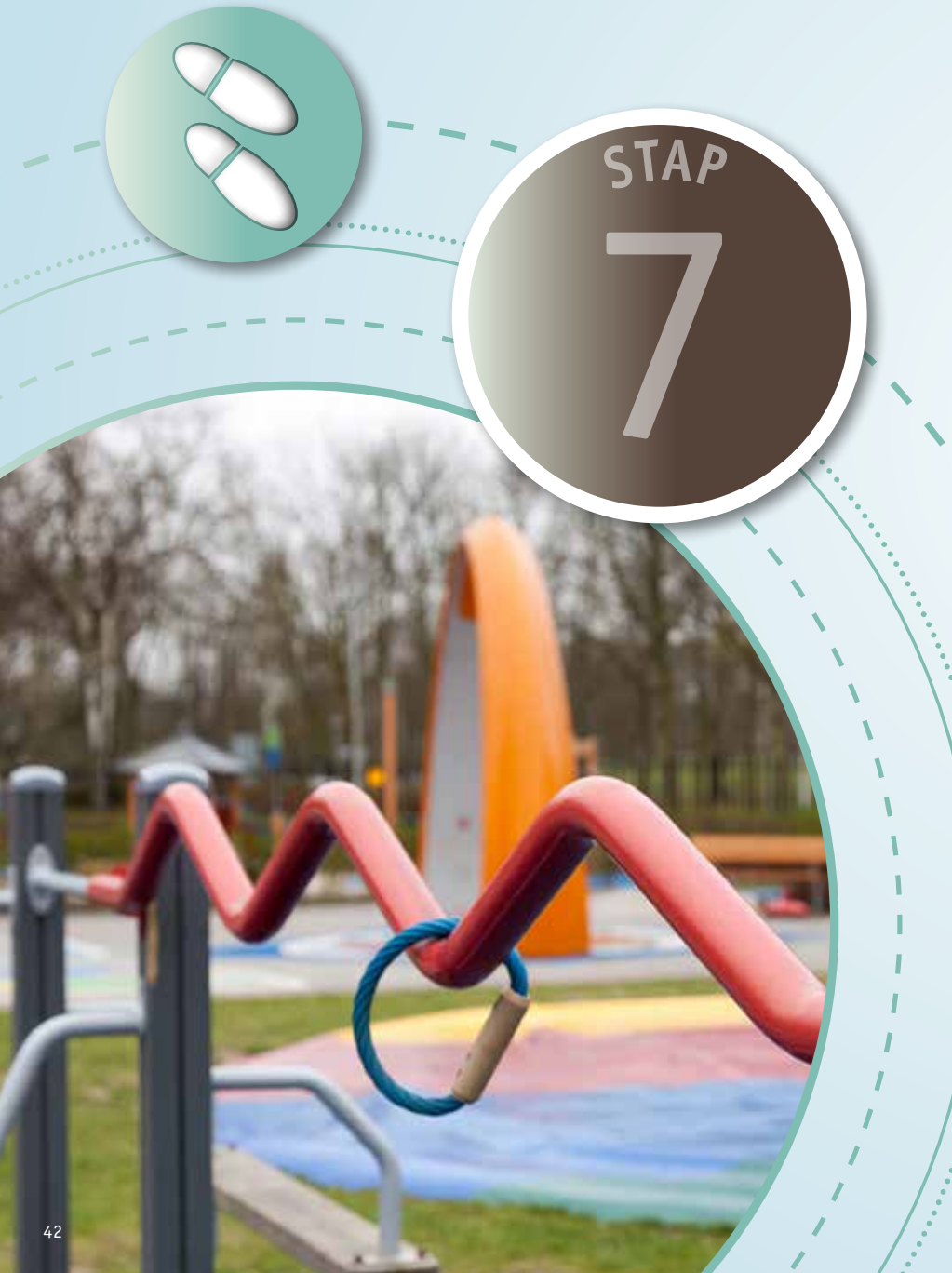
# BERGEN OP ZOOM

## Integrale aanpak bij 'Gezond inrichten Gageldonk-West'

Bergen op Zoom koos voor een integrale aanpak bij het gezond inrichten van Gageldonk-West. Het bevorderen van volksgezondheid is een integraal onderdeel van andere beleidsterreinen zoals sport, milieu, inrichting en buitenruimte. Een van de speerpunten in lokaal gezondheidsbeleid. Het doel van het project is gezondheid te bevorderen via aanpassingen in de openbare ruimte. Er is een Integrale Klankbordgroep met adviseurs vanuit alle disciplines (milieu, natuur, ruimte, sport, welzijn, zorg, gezondheid, openbare ruimte, wijkmanagement) ingesteld voor de wijkaanpak waar het project 'Gezond inrichten Gageldonk West' deel van uitmaakt.

Gemeente Bergen op Zoom was een van de Beweegvriendelijke Omgeving pilotgemeenten. Lees de volledige pilotbeschrijving van Bergen op Zoom op de website
**www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/bergenopzoom**

# Stap 7: Plan van aanpak




Als er gewerkt wordt in een projectgroep dan is deze verantwoordelijk voor het opstellen van een plan van aanpak. In een netwerk structuur maken de trekkers dit plan. Wees zo concreet mogelijk in het benoemen van (tussen) resultaten, benoem acties, prioriteer, zorg voor een goede taak- en rolverdeling in de projectgroep of netwerk, creëer draagvlak intern en daarbuiten (burgers, private partijen) en zorg voor een goed communicatieplan.
In het plan van aanpak besteed je aandacht aan de manier waarop bewoners en andere partijen (private partijen zoals een woningcorporatie of zorgverzekeraar) betrokken kunnen worden in het project. Is het een burgerinitiatief dan zal je projectgroep en plan van aanpak er anders uit zien. Als overheid heb je dan een meer faciliterende rol.

Een eigen budget is niet altijd noodzakelijk voor de uitvoering van projecten. Door verschillende budgetten vanuit verschillende afdelingen slim te combineren (werk met werk maken) is er veel mogelijk. In de zoektocht naar aanvullende financiering kan je denken aan budget van partners (woningcorporatie of zorgverzekeraar), fondsen (Jantje Beton, Oranje Fonds, Johan Cruijff Foundation en Richard Krajicek Foundation), subsidies van andere overheden (Rijk en provincie) en financiering door wijkbewoners.

### TIPS

- *je hoeft als gemeente niet alleen verantwoordelijk te zijn voor realisatie van projecten beweegvriendelijke omgeving. Denk ook aan bijdragen in middelen (menskracht en activiteitengeld) van private en particuliere partijen*
- *voor een goed plan van aanpak is het noodzakelijk dat er een goede analyse ligt van de problematiek en de behoeften van de gebruikers*
- *voorafgaand aan het opstellen van een plan van aanpak is het handig een wijkschouw te organiseren en de Beweegvriendelijke Omgeving Scan uit te voeren. Na de wijkschouw en de scan kan een kansen- en knelpuntenkaart worden opgesteld*
- *hoe specifieker je de doelstellingen formuleert, hoe beter je kunt evalueren.*

9

# BERGEN OP ZOOM

## Gestructureerd plan voor ‘Gezond Inrichten Gageldonk-West’

Bergen op Zoom heeft een gestructureerd plan van aanpak opgesteld voor het ‘Gezond inrichten van Gageldonk-West’. Dit plan bevat een heldere probleemstelling en daaraan gekoppelde doelen en uitgangspunten die leiden tot een gefaseerd plan van aanpak met daarin concrete resultaten, begroting en tijdsplanning.

Doelstelling: ‘Het verbeteren van de gezondheid, met name op het gebied van overgewicht en bewegen, van de bewoners uit de wijk Gageldonk-West door een integrale wijkaanpak gericht op het aanpassen van de openbare ruimte en waarbij gebruik wordt gemaakt van bestaande gezondheidsinterventies.’

Bergen op Zoom heeft deze lange termijn doelstelling geoperationaliseerd in twee concrete subdoelen:

1 ontwerpen: een beweegvriendelijke wijk ontwerpen en de resultaten borgen
2 bewegen: wijkbewoners meer laten bewegen in de wijk door gebruik te maken van bestaande interventies en deze te linken aan de fysieke omgeving.

Gemeente Bergen op Zoom was een van de Beweegvriendelijke Omgeving pilotgemeenten. Lees de volledige pilotbeschrijving of bekijk het plan van aanpak van Bergen op Zoom op de website **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/bergenopzoom**

# Stap 8: Uitvoering

In het plan van aanpak of uitvoeringsplan staat helder beschreven wie, waarvoor verantwoordelijk is op welk moment. Zorg voor voldoende terugkoppeling om voortgang te bespreken en betrokkenen te informeren over het proces.

Onderdelen van de uitvoering kunnen zijn:

- startbijeenkomst, kick off (denk ook aan media en communicatie)
- projectgroep overleggen
- het organiseren van bijeenkomsten met wijkbewoners, sportverenigingen, onderwijsinstellingen of andere belangrijke spelers in de wijk
- communicatie over uitvoering
- vastleggen wat je doet en hoe dat gaat. Bijvoorbeeld een logboek bijhouden
- monitoren van de resultaten.

De uitvoering van een project of traject is in elke lokale situatie anders. Communiceren over de voortgang is belangrijk voor de bereidheid van betrokkenen om actief te blijven werken aan het project.

TIPS

- *organiseer een startbijeenkomst (ook externe partijen en burgers)*
- *koppel software (communicatie, activiteiten en begeleiding) aan hardware (fysieke voorzieningen)*
- *vooruitlopend op nieuwe fysieke inrichtingselementen (hardware) kun je al activiteiten organiseren (software)*
- *maak gebruik van erkende interventies (www.effectiefactief.nl) of andere eerder toegepaste aanpakken. Ga niet 'het wiel opnieuw uitvinden'*
- *maak een nieuwsbrief*
- *vier successen en nodig pers uit bij evenementen*
- *schrijf een artikel*
- *betrek burgers (zie de informatie over burgerparticipatie in stap 6).*

# Stap 9: Monitoring en evaluatie

Monitoring is belangrijk om de opbrengst van je werkzaamheden vast te stellen. Je kunt monitoren op output (resultaten) en outcome (effecten) doelen. Effecten inzichtelijk maken is een ingewikkeld en langdurig proces.

Daarnaast is het ook een manier om de tevredenheid van bewoners en deelnemers inzichtelijk te maken en dat je uitgaven en tijdsbesteding (input) niet uit de pas lopen. Om goed te kunnen monitoren en evalueren is het van belang in het beginstadium heldere doelen op te stellen. Het is belangrijk, dat je alleen dat monitort, waar je daadwerkelijk iets mee gaat doen.

Het vasthouden van het enthousiasme van de projectgroep is van groot belang. Zorg dus voor een gedegen procesevaluatie (throughput) door regelmatig te informeren bij alle betrokkenen hoe de samenwerking verloopt en welke belangen een rol spelen. Je kunt de samenwerking levendig houden door samen activiteiten te doen en te organiseren.

**TIPS**

- *leg vast wat je doet en hoe dat gaat. Bijvoorbeeld door middel van een logboek*
- *houd rekening met verschillende aspecten van intersectoraal samenwerken. Welke belangen zijn er? Voelen belangrijke partijen zich nog betrokken? Welke verwachtingen heeft elke partij?*
- *onderbouw je project met kwantitatieve gegevens vanuit onderzoek*
- *haal het verhaal op bij professionals en eindgebruikers. Laat zien dat jullie inzet mensen in beweging brengt. Vertel dit verhaal in woord en beeld, met bijvoorbeeld een filmpje*
- *gebruik instrumenten uit het Monitoring & Evaluatie Kompas op de website* ***www.nisb.nl/menekompas***.

# ROTTERDAM

## Beleids- en projectevaluaties in Rotterdam

In Rotterdam is ervoor gekozen om de pilot te laten bestaan uit:

- een beleidsevaluatie van het in de afgelopen periode gevoerde gemeentelijke beleid op het gebied van beweegvriendelijke omgeving
- een tweetal projectevaluaties van recent gerealiseerde projecten, te weten Sportplaza Zuiderpark en wijksportvereniging Horkdijkerveld- Reyeroord.

De gemeente wil hiermee een beter inzicht krijgen in de resultaten van het gevoerde beleid en in de resultaten van twee concrete projecten.

Dit niet alleen met het doel om een oordeel te kunnen geven over de effectiviteit van het gevoerde beleid op het gebied van beweegvriendelijke omgeving in de afgelopen periode en de gerealiseerde voorzieningen. Maar zeker ook om mede richting en inhoud te kunnen geven aan het toekomstige gemeentelijke beleid op dit gebied (borging en continuering).

***Projectleider Rotterdam: "Regelmatige beleidsevaluatie en projectevaluatie is voor de gemeente een belangrijk instrument bij het vaststellen van toekomstig beleid. Daar kunnen we veel van leren."***

Gemeente Rotterdam was een van de Beweegvriendelijke Omgeving pilotgemeenten. Lees de volledige pilotbeschrijving van Rotterdam op de website **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/rotterdam**

# DEVENTER

## Procesevaluatie Voorstad-Oost Beweegt

Gemeente Deventer en Sportbedrijf Deventer hebben gezamenlijk een tussentijdse evaluatie uitgevoerd in het project Voorstad-Oost Beweegt en noemen dit een groot succes.

***Projectleider Deventer: "Het doen van een tussentijdse evaluatie is echt een aanbeveling. Niet alleen op resultaat maar ook juist op proces. In de overleggen die volgden, zaten we veel vertrouwelijker en anders met elkaar aan tafel. Voor zo'n evaluatie moet je wel een natuurlijk moment kiezen."***

Gemeente Deventer was een van de Beweegvriendelijke Omgeving pilotgemeenten. Lees de volledige pilotbeschrijving van Deventer op de website **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/deventer**

# Stap 10: Borging en verankering

Het is belangrijk om het gedachtegoed (visie) te continueren en te communiceren. Afhankelijk van je opdracht (beleid of project) zoek je naar borging in beleid of bij sleutelfiguren en naar continuering of uitbreiding van het gedachtegoed wat je lokaal (in een project) hebt gedaan: introduceer het sport- en beweeginclusief denken.

Borging en continuering zijn twee verschillende dingen. Borging gaat er om dat in beleid of in hoofden van belangrijke mensen het gedachtegoed een plek heeft gekregen. Continuering richt zich op vervolg van het project. Belangrijke vragen daarbij zijn: waar is geld voor vervolg? Welke programma's lopen door waarbij het aan kan sluiten? Met wie of welke partij moet ik gaan praten? Wat is er nodig aan ondersteunende documenten en/of instrumenten? Realiseer je als projectleider dat je op tijd aan borging en continuering denkt. Niet aan het einde van het (pilot)project.

TIPS

- *maak een krachtenveld analyse. Wie zijn intermediairs? Wie heeft toegang tot de einddoelgroep?*
- *presenteer je project regelmatig aan belangrijke partijen in het krachtenveld, zoals collega's, managementteam, bewoners en andere relevante partijen. Denk ook aan woningbouwcorporaties, zorgverzekeraars en aan partijen die het gedachtegoed straks moeten uitdragen, zoals scholen en sportverenigingen*
- *organiseer media aandacht*
- *vier successen en laat bewoners of de wethouder ermee scoren*
- *maak beweegvriendelijke omgeving onderdeel van integraal beleid door middel van een integrale nota*
- *sluit aan bij gemeentelijke programma's, zoals JOGG, Gezonde Wijk, herstructurerings- of onderhoudsprojecten, wijkontwikkelingsplannen*
- *maak gebruik van je informele netwerk van contacten en relaties om het thema en de resultaten onder de aandacht te brengen (zie daarvoor ook de tekst bij stap 2 over draagvlak creëren)*
- *verkiezingstijd? Lever concrete en hapklare tekstblokken aan waarin krachtig omschreven is wat de beweegvriendelijke omgeving te bieden heeft.*

6

# HEERHUGOWAARD

## Goed voorbeeld doet goed volgen in Heerhugowaard

Heerhugowaard is aan de slag gegaan met het aanleggen van wandelroutes door de Edelstenenwijk. Door middel van mozaïek tegels zijn de routes gemarkeerd. Het was zo'n succes dat inmiddels in twee wijken routes liggen en een derde wijk volgt later in het jaar. De gemeente heeft in Sportservice Heerhugowaard een partner gevonden die de organisatie en realisatie van de wandelroutes de komende jaren in het werkplan opgenomen heeft.

***Projectleider Heerhugowaard: "Sportservice Heerhugowaard is betrokken geweest vanaf het begin van het project en heeft de expertise in huis om het project verder uit te bouwen. Door het organiseren van wandelgroepen door Sportservice worden de routes intensiever gebruikt."***

Gemeente Heerhugowaard was een van de Beweegvriendelijke Omgeving pilotgemeenten. Lees de volledige pilotbeschrijving van Heerhugowaard op de website
**www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/heerhugowaard**

5

# EDE

## Beweegvriendelijke omgeving in Verkeer- en vervoerplan en Groenstructuurplan

In Ede is de projectleider beweegvriendelijke omgeving op zoek gegaan naar andere beleidsvelden, waarin een beweegvriendelijke omgeving een rol kan spelen. Hij levert input voor het nieuwe Verkeer- en vervoerplan, waarin veilig fietsen en wandelen een prominente rol gaan spelen. Ook zit hij vanaf het begin aan tafel bij de ontwikkeling van het Groenstructuurplan.

***Projectleider Ede: "Hoe kun je sport bewegen en gezondheid ook verbinden in andere plannen? Door van begin af aan, aan tafel te gaan zitten, niet meer achteraan hobbelen!"***

Gemeente Ede was een van de Beweegvriendelijke Omgeving pilotgemeenten. Lees de volledige pilotbeschrijving van Ede op de website **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/ede**

9

# ZOETERMEER

## Beweegvriendelijke omgeving staat in de wijkontwikkelingsplannen van Zoetermeer

De gemeente Zoetermeer heeft in haar wijkontwikkelingsplannen aandacht voor het begrip beweegvriendelijke omgeving. In deze plannen wordt concreet invulling gegeven aan het begrip beweegvriendelijke omgeving, bijvoorbeeld met het beter benutten van sport-, spel- en speelplekken. Zo komt het begrip bij beleidsmakers en burgers, concreet in beeld.

Gemeente Zoetermeer was een van de Beweegvriendelijke Omgeving pilotgemeenten. Lees de volledige pilotbeschrijving van Zoetermeer op de website **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/zoetermeer**

# 3. Bezienswaardigheden

Wat bepaalt waar je heen gaat op reis? Vaak zijn dat vrienden, familie of bekenden die ergens zijn geweest en die enthousiast hun reisverhalen vertellen. Zo werkt het ook met programma's en projecten. Inspirerende beschrijvingen van projecten en aanpakken en meer nog werkbezoeken zorgen voor dat laatste duwtje; we gaat het ook doen. "Dat wat de Sport Alliantie in Rosmalen doet, dat willen wij ook." Of: "De Gezonde wijk heeft zoveel losgemaakt in wijk X, daar kunnen we vervolg aan geven in wijk Y".

Deze plekken zijn daarom een werkbezoek waard. Naast de negen pilotgemeenten zijn ook andere gemeenten aan de slag met een beweegvriendelijke omgeving. Laat je verleiden door deze goede voorbeelden. Alle bezienswaardigheden zijn uitgebreid beschreven op **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen**

## 10 Zoen- en zoefstrook Roombeek Enschede

Roombeek is met recht een beweegvriendelijke wijk te noemen. Er zijn uitgebreide speel- en sportvoorzieningen voor alle leeftijdsgroepen. Blikvanger is de atletiekbaan die dienst doet als zoen- en zoefstrook voor de basisscholen, maar ook wordt gebruikt voor gymlessen en als speelplek na en tijdens schooltijd.

**www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/roombeek**

## 11 Fitplaats Zuiderpark Den Haag

Getrainde en ongetrainde 60-plussers, jongeren, passerende hardlopers en bewoners uit allerlei culturen maken gebruik van de fitplaats, een initiatief van de gemeente Den Haag en woningcorporatie Vestia. Het draait hier niet om het kweken van spierballen of een topconditie, maar lekker in beweging zijn en elkaar ontmoeten in de gezonde buitenlucht. Op een aantal vaste momenten is begeleiding aanwezig van Sportsupport Den Haag. Ook de Audionetic helpt je interactief op weg met oefeningen.

**www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/zuiderpark**

## 12 Openbaar Sportpark West Maastricht

Op sportpark West kan de Maastrichtenaar georganiseerd in verenigingsverband en ongeorganiseerd sporten en bewegen. Hardlopen of skeeleren op de verharde baan van 600 meter met tijdregistratie, jeu de boules spelen, outdoor fitness en voetballen zijn elk moment van de dag te doen. Op het beweegplein speel je basketbal, minivoetbal of handbal en schaats je in de winter. Activiteiten die wekelijks plaats vinden zijn Run for Fun, outdoor fitness en sportief wandelen. Heel laagdrempelig, zonder aanmelding of kosten. De bezettingsgraad van het multifunctionele kunstgrasveld is heel hoog. Het wordt gebruikt voor zeven verschillende competitiesporten, zoals rugby, honk- en softbal, lacrosse en Gaelic Football en American Football, maar ook voor grote sportdagen en sportieve evenementen voor en door buurtbewoners.

**www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/maastricht**

## 10 Rondje Enschede

De stad Enschede en het groene buitengebied zijn met elkaar verbonden door een 52 km lange fiets- en wandelroute. Het rondje Enschede heeft al veel mensen in beweging gekregen. De route verbindt unieke pleister- en beleefplekken en bijzondere activiteiten. Je kunt de hele route fietsen, maar ook een ommetje wandelen. Op de website **www.rondje.enschede.nl** stippel je eenvoudig een route uit en vind je activiteiten. Dit rondje is een mooie combinatie van hoe stadsuitbreiding kan leiden tot meer doelen, zoals mensen in beweging krijgen.

**www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/rondjeenschede**

## 16 Kinderpad door de Verwondering Almere Poort

Met een autovrij kinderpad, een loop- en fietsroute waaraan speelobjecten en voorzieningen zoals scholen, kinderopvang en zorg liggen, is Almere Poort een kindvriendelijke wijk. Dit kinderpad was door de gemeente opgenomen in het structuurplan van Almere Poort en als randvoorwaarde in het Programma van Eisen voor de ontwikkeling van de wijk. Projectontwikkelaar Koopmans Bouwgroep en Woningcorporatie Ymere hebben het idee van het kinderpad omgevormd tot een integrale aanpak voor de ontwikkeling van de wijk. Het resultaat is een aantrekkelijke inrichting van de openbare ruimte voor jong en oud, die verleidt tot bewegen en spelen en ook aanleiding geeft tot ontmoeten. Het veilig en zelfstandig verplaatsen van kinderen is het uitgangspunt.

**www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/verwondering**

## 11 De Haagse Sporttuin Den Haag

In het hart van de Haagse Schilderswijk ligt dit multifunctionele sportcomplex van 2000 m2. Het biedt Haagse kinderen uit de Schilderswijk de kans om laagdrempelig deel te nemen aan georganiseerde sportactiviteiten. Nagenoeg elke sport kan gespeeld worden op de vier velden. Negen basisscholen, welzijnsinstellingen en sportverenigingen initiëren samen activiteiten. De Haagse sporttuin vormt een brug tussen sporten op straat en de sportvereniging, met als doel kinderen vanuit georganiseerd schoolsport aanbod door laten stromen naar de sportvereniging.
**www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/sporttuinschilderswijk**

## 14 Sport- en speelstraat de Brink Ottersum

Het begon met een burgerinitiatief voor een sport- en speelstraat, waarin jeugd tussen de 6 en 18 jaar zich op motorisch en sociaal gebied kan ontwikkelen. Alles onder het motto 'creëren in plaats van molesteren' en 'beleven en uitgedaagd worden'. De Ottersumse stichting wil hiermee een bijdrage leveren aan gewenst gezond gedrag, wat één van de pijlers is voor een vitale dorpskern. De sport- en speelstraat, gelegen naast de school, kinderdagverblijf en seniorenwoningen, is de ontmoetingsplek voor het hele dorp. Tijdens en na school worden activiteiten aangeboden. Dit alles is ontstaan in samenwerking tussen de gemeente, provincie, buurtbewoners, basisschool de Brink, kinderopvangorganisaties en de lokale sportverenigingen. Dit project laat zien dat sport en bewegen bijdraagt aan een vitale dorpskern, leefbaarheid en het samenbrengen van mensen.

**Laat je inspireren door dit filmpje.**
**http://www.sportenspeelstraatdebrink.nl/onze+visie**

## 15 Zoneparc Oscar Romeroschool Rotterdam

Een Zoneparc is een schoolplein met drie verschillende gekleurde zones, waar kinderen kunnen spelen, sporten en chillen. Sinds 2006 is het schoolplein van de Oscar Romeroschool een Zoneparc. Het plein wordt volop gebruikt in de pauzemomenten, na schooltijd en voor brede schoolactiviteiten. Dankzij het spelmateriaal, beheerd door kinderen (de helden) uit groep 8, wordt er een enorme diversiteit aan sporten en spelen beoefend. Voetbal, basketbal, volleybal, tafeltennis, tennis, touwspringen, elastieken, jongeren, skippybal, handbal, trefbal, vier op een rij, en ga zo maar door. Door de inrichting in verschillende zone's wordt er gericht gespeeld en veel bewogen. Het pestgedrag is de afgelopen jaren enorm afgenomen.
**www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/oscarromero**

Zoneparc werkt, het is een 'goed beschreven' interventie. Ervaringen van deelnemers en uitvoerders zijn uitvoerig getest. Kijk op **www.effectiefactief.nl** voor meer goed beschreven en theoretisch onderbouwde interventies.

**Bekijk hier het filmpje over Effectief Actief.**
**http://www.netwerkinbeweging.nl/index.php?p=1004627**

## 17 Pauzelandschap Deventer

Voor minstens vijf jaar een kwalitatief goede invulling bedenken van een braakliggend terrein. Met een positieve uitstraling en connectie met de wijk. Daar wist Transition Town wel raad mee. Plan ‘Groene Golf’ voor twee braakliggende terreinen in Voorstad-Oost won de prijsvraag. Een centrum met informatie van ‘groene organisaties’ over duurzaam leven, met cursussen, workshops en ontmoetingen. Veel groen, een groente- en kruidentuin en een fietscrossbaan. Echt een plek voor buurtbewoners om te recreëren.

**www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/pauzelandschap**

## 13 Speelwijk Huizem Leeuwarden

Stedenbouwkundigen, landschapsarchitecten, verkeerskundigen, mensen vanuit wijkzaken, kinderen uit de buurt, Jantje Beton en Nijha hebben samen de speelwijk Huizem ontwikkeld. Via speellinten veilig van huis naar school, naar de bibliotheek en naar het park. Een lint met speelplekken, schoolspeelpleinen, speelaanleidingen en veilige oversteekplaatsen.

**www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/huizem**

**Bekijk het filmpje van Jantje Beton over het ‘Buiten spelen actie team’ in Leeuwarden. http://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=sJSFZYz9X9Q**

## 11 Ketelveld Den Haag

Een Cruijff Court, een Richard Krajicek Playground, sport- en speelvoorzieningen voor diverse doelgroepen, een grasveld en een schoolplein op één locatie. Dat is het multifunctionele Ketelveld in Den Haag. Sporten en spelen voor alle doelgroepen, jong en oud. Begeleid door sportleiders van Streetsport Den Haag in samenwerking met de Richard Krajicek Foundation, of gewoon op eigen initiatief. Op de Playground is een beheerdersruimte waar sportbenodigdheden voor onder andere voetbal, tennis, basketbal en skaten geleend kunnen worden.

**www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/ketelveld**

## Venice Beach (Los Angeles)

Bij een beweegvriendelijke omgeving denk je niet meteen aan Los Angeles. Echter bij de stichting van Los Angeles in 1781, werd meteen ook een park benoemd "The Plaza". Sinds 1889 is de organisatie Department of Recreation and Parks verantwoordelijk voor beheer van de parken met als doel: *"it must be made a place of recreation and rest for the masses, a resort for the rank and file, for the plain people..."* (Colonel J. Griffith). In 1904 was L.A. de eerste gemeente die een Playground Department in het leven riep. Het gevolg was dat er vele speelvelden in de stad kwamen met zelfs geplande recreatie activiteiten. Doel was en is nog steeds: *"to bring people together to celebrate, to compete, to learn new skills, and to relax with family and friends"*.

Een mooi voorbeeld is het strand van Venice Beach waar naast de bekende strandactiviteiten zwemmen, surfen en vissen ook sportfaciliteiten zijn als handbal, basketbal, voetbal, volleybal, atletiek, gymnastiek en fitness. De fitnesshoek staat bekend onder de naam 'Muscle beach' en dit is de plaats waar de oorsprong ligt van fitness. Langs het zeer brede en lange strand ligt een 26-mijlszone fietspad van Venice Beach tot Santa Monica Pier voor fietsen, skeeleren en paardrijden.

**www.nisb.nl/ruitmevoorbewegen/venicebeach**

# 4. Handige tips voor de backpacker

De pilotgemeenten hebben NISB laten zien dat niet iedere gemeente en context zich leent voor een gestructureerde aanpak volgens de Reiswijzer met een stappenplan. Dit hoofdstuk voorziet de reiziger die licht reist van handige tips. Zeg maar de minimale uitrusting.

## Dertien nuttige tips voor het werken aan een beweegvriendelijke omgeving

- begin met kleine, concrete projecten die dichtbij de burgers staan en waar draagvlak voor is. Droom groot, begin klein en denk weer groot
- stel een visie op om groot te dromen. Een helder punt op de horizon maakt het makkelijker om draagvlak te verkrijgen. Deel de visie met veel partijen; zorg voor probleemeigenaars
- zorg voor een gedegen analyse van het probleem in de wijk of de uitdaging die er ligt. Waar is een beweegvriendelijke omgeving de oplossing voor? Probeer aan te sluiten bij verschillende belangen van potentiële samenwerkingspartners
- een concrete opdrachtformulering maakt de uitvoering eenduidiger. Je kan beter bepalen of er succes is bereikt
- zorg voor draagvlak bij maatschappelijke partners (wijkbewoners, scholen, ouderenverenigingen, sportverenigingen) en als het nodig is ook op bestuurlijk, tactisch (middenmanagement) en uitvoerend niveau binnen de gemeente
- denk na over de organisatievorm: een projectgroep die op vaste momenten bij elkaar komt? Een convenant tussen partijen? Of meer een netwerk, waar enkele personen de spil zijn? Er is geen beste keus, maar bedenk goed de voor- en nadelen van elke vorm voor jouw situatie
- welke organisatievorm je ook kiest, je hebt vertegenwoordigers uit de sectoren sport, onderwijs, ruimte en gezondheid nodig
- zet de gebruiker centraal. Faciliteer burgerinitiatieven op gebied van sport, bewegen en gezondheid. Maak gebruik van de kracht in de wijk van burgers maar ook van scholen, verenigingen en andere organisaties. Betrek ze in de uitvoering
- denk ook buiten het gemeentehuis aan private partijen zoals woningbouwcorporaties, projectontwikkelaars, midden- en klein bedrijf en zorgverzekeraars
- stel een aanjager, een projectleider, aan met overtuigingskracht, enthousiasme en de competentie om mensen bij elkaar te brengen. Het succes is mede afhankelijk van de competenties van de projectleider
- blijf de dromen en de visie voor ogen houden. Bepaal regelmatig of je nog op koers ligt.
- Vier successen
- Zorg voor continuering van de samenwerking tussen de sectoren sport, ruimte, onderwijs en gezondheid. Controleer regelmatig of het netwerk nog levendig is.

# 5. Themareizen

Wist je dat in groene wijken bij kinderen 15% minder overgewicht voor komt? En dat meer van de helft van de kinderen meer buiten zou spelen als het minder saai zou zijn? En dat we door een fietsvriendelijke inrichting 10 tot 40% van de mensen kunnen motiveren om te kiezen voor gezonde mobiliteit?

Groen, speelruimte en gezonde mobiliteit zijn drie thema's die bijzonder aandacht verdienen. Daarom een speciaal uitstapje: drie themareizen naar een beweegvriendelijke omgeving.

Alle themareizen zijn uitgebreid beschreven, in de vorm van een themadossier, op de website **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen**.

## Groene ruimte voor bewegen

In buurten die aan de groennorm van 75 $m^2$ groen per huishouden binnen een straal van 500 voldoen wordt 10% meer buiten gespeeld. En in groene wijken komt 15% minder overgewicht voor bij kinderen (Groen Loont, 2010). Goed nieuws voor joggers en wandelaars, uit onderzoek blijkt dat je dit in een groene omgeving langer vol kunt houden (Gladwell et all, 2013). Reden genoeg om groene ruimte te benutten voor sport en bewegen.

Anita Vlasveld (buitensporter): ***"Groene ruimte is afwisselender en verveeld minder snel, je bent direct in de natuur en het sporten is tegelijkertijd een natuurbeleving."***

Meer weten over groene ruimte voor bewegen? Het themadossier groene ruimte voor bewegen op **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/groen** geeft antwoorden. Met onderbouwingen, praktijkvoorbeelden, feiten en cijfers en kennis uit onderzoek en literatuur.

## Speelruimte

Wist je dat kinderen 3,8 keer per week buiten spelen? Dit maakt ze vrolijk, blij, sterk en gezond, zeggen de kinderen zelf. Ze spelen het liefst in de natuur of een bos, of op het schoolplein of een grasveld. Meer dan de helft van de kinderen geeft aan dat ze meer buiten zouden spelen als het minder saai zou zijn. Vier op de tien kinderen vindt speelomgeving in de openbare ruimte (lees

speelplekjes, stoepen, pleintjes) saai (TNS/NIPO, Buitenspelen, 2013). Sanne de Vries (2010) stelt: *"Hoe meer sportvelden, laagbouw, woonerven en woongebieden met autoluwe zones, groen, water, en groene parkeerplaatsen in de wijk zijn, des te actiever zijn de kinderen."*
Maar wat maakt buitenspelen leuker? Kinderen doen zelf aanbevelingen in het TNS/NIPO onderzoek (2013): Meer spannende plekken, minder hondenpoep en meer kinderen om mee te spelen!

Aandacht voor sporten, spelen en verplaatsen voor kinderen in de openbare ruimte, daar weet de gemeente Rotterdam wel raad mee. Zij ontwikkelde haar eigen Rotterdamse Norm voor Buitenspelen (2008). In de stad is ruimte schaars en zijn de soms tegenstrijdige belangen in de ruimtelijke ordening groot. Door deze Rotterdamse Norm voor buitenspelen wordt de afweging voor ruimte voor de jeugd objectiever en transparanter. Bekijk de Rotterdamse Norm voor Buitenspelen op de website **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/rotterdamse norm**

Wil je meer weten over het thema buitenspelen? Bekijk dan het themadossier speelruimte op de website **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/speelruimte.**

## Gezonde mobiliteit

In een stedelijke omgeving wordt meer gefietst dan in een niet-stedelijke omgeving. Door een fietsvriendelijke inrichting wordt 10-40% van het aantal autoverplaatsingen bespaard. Meer kinderen lopen en fietsen naar school als er sprake is van een verkeersveilige route en een autoluwe schoolzone. Dit blijkt uit het vooronderzoek Aanpak beweegvriendelijke omgeving (DSP, 2010).

Gezonde mobiliteit, zoals lopen en fietsen naar school, werk en winkels of recreatief wandelen (zoals 'een ommetje maken') en fietsen heeft een positief effect op de gezondheid van mensen en is goed voor het milieu. Wandelen en fietsen zijn eenvoudige en laagdrempelige manieren van bewegen. Gemeenten kunnen dit stimuleren door bijvoorbeeld de aanleg of verbetering van wandelpaden en op elkaar aansluitende fietsroutes, het bewegwijzeren van de routes, het communiceren over de mogelijkheden en het stimuleren van wandel- en fietsactiviteiten in wijk of buurt.

Een inspirerend voorbeeld is de binnenstad van Groningen. Een aantal jaren geleden is een integrale stedenbouwkundige aanpak gevolgd waarbij de bereikbaarheid van fietser, voetganger en openbaar vervoer centraal stonden. **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/groningen**

Een andere geslaagde poging is te zien in Fietsstad Houten, waar sprake is van een gescheiden fietsinfrastructuur. Bekijk dit voorbeeld op **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/houten**

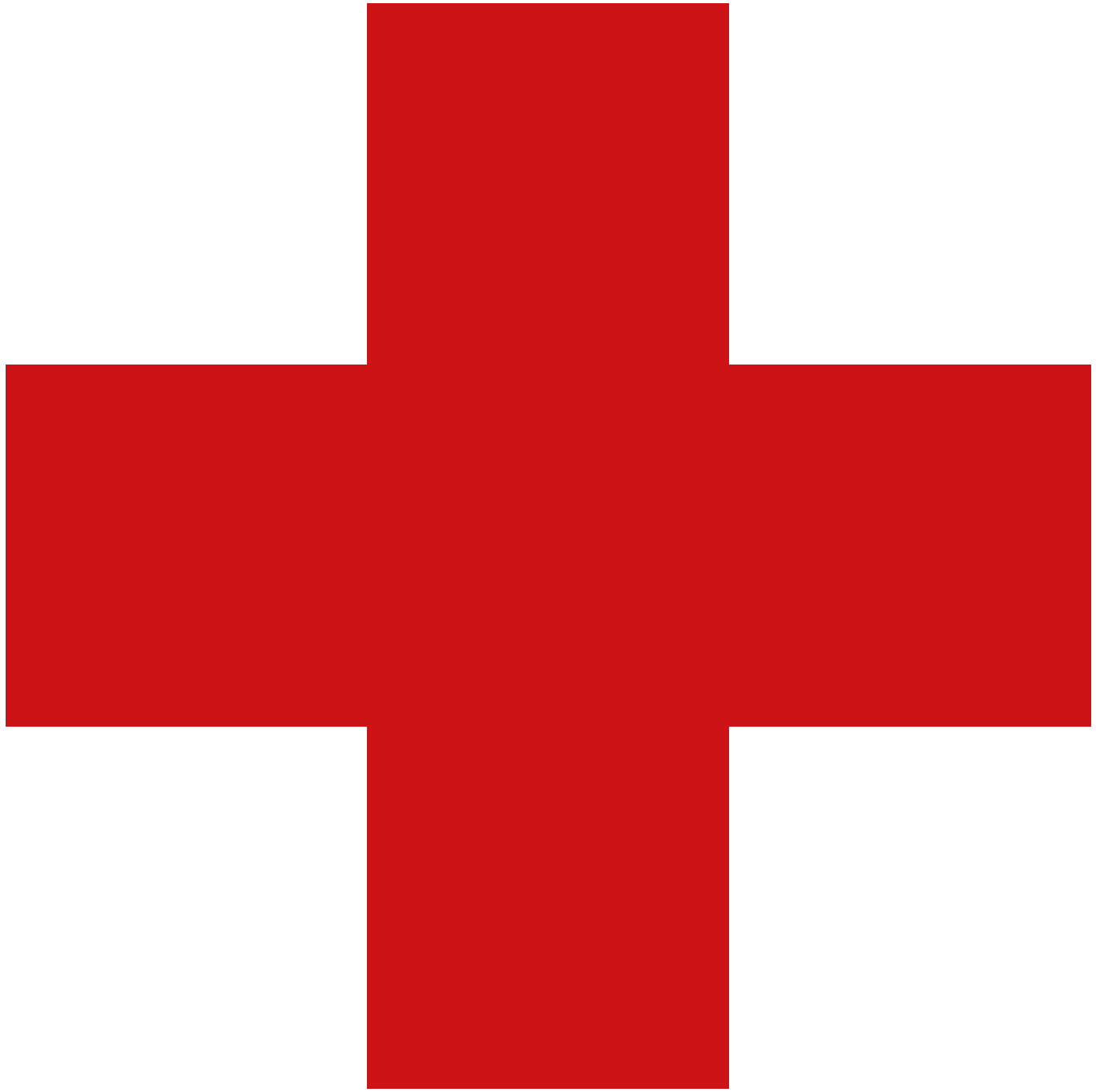
De Fietsersbond kent een 'Actieplan Wijken voor de Fiets', waarbij wordt nagegaan hoe het gesteld is met de fietsvriendelijkheid van wijk of buurt. Dit is onder meer toegepast in de wijk Wielwijk in Dordrecht. Bekijk meer over dit actieplan en de toepassing ervan op de website van de Fietsersbond. **www.fietsersbond.nl**

Benieuwd naar meer feiten en cijfers, goede voorbeelden en inspiratie voor gezonde mobiliteit? Bekijk dan het themadossier op **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/gezondemobiliteit**

# 6. Eerste Hulp bij Beweegvriendelijke Omgeving: EHB(V)O

Wat uiteraard niet mag ontbreken op reis is de ‘EHB(V)O kit’. Eerste Hulp bij Beweegvriendelijke Omgeving. Wat is nou eigenlijk een beweegvriendelijke omgeving? Het Beweegvriendelijke Omgeving Model geeft antwoord op deze vraag. Altijd handig om bij je te hebben! En wat dacht je van de Beweegvriendelijke Omgeving Scan of de Beweegwijzer app? En de Ontwerpprincipes voor een beweegvriendelijke omgeving.

Belangrijke instrumenten voor de eerste hulp. Niet alleen voor als je het even niet meer ziet zitten, ook handig als voorbereiding op je reis. Zorg dat je EHB(V)O kit, compleet is.



## Beweegvriendelijke Omgeving Model

Een beweegvriendelijke omgeving stimuleert, faciliteert en verleidt mensen om te sporten, bewegen, spelen, verplaatsen en ontmoeten.

Een beweegvriendelijke omgeving is een omgeving:

- met voorzieningen (plekken) in de openbare ruimte waar mensen spelen, bewegen, sporten, ontmoeten en zich verplaatsen
- waarin gebruikers worden gestimuleerd (o.a. door voorlichting en activiteitenaanbod) zich actief te verplaatsen en bewegen, te spelen en te sporten

### HARDWARE

**De hardware van een beweegvriendelijke omgeving zijn de fysieke voorzieningen, de plek en de ruimte waar verplaatst, gespeeld, gerecreëerd, ontmoet en gesport wordt. Voorbeelden van hardware zijn: straten, stoepen, pleinen, parken, veldjes, speelplekken, multifunctionele accommodaties, schoolpleinen, fietspaden, et cetera.**

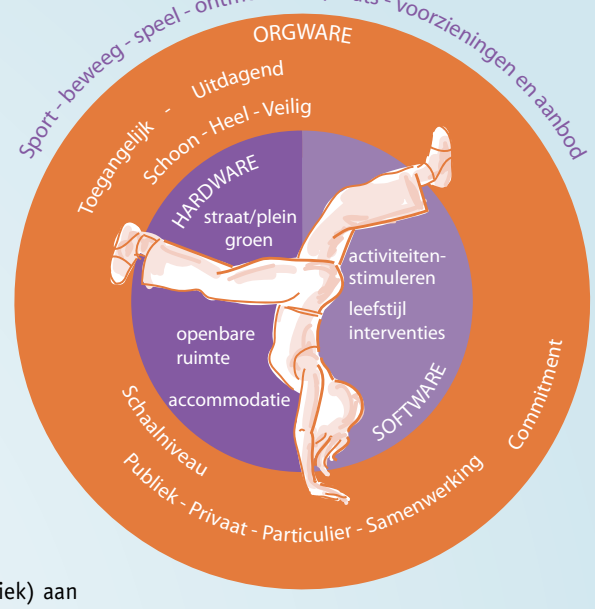
### SOFTWARE

**De software van een beweegvriendelijke omgeving bevat drie elementen:**

- **de organisatie van sport- en beweegactiviteiten. Denk aan spelmiddagen, instuiven, buurtbijeenkomsten, toernooien, fietstochten, sportieve kinderopvang, et cetera**
- **voorlichting en communicatie. Bijvoorbeeld door middel van buurtbijeenkomsten, websites of apps waarin je mensen informeert over sport- en beweegmogelijkheden, bewegwijzering en bebording van routes of een bord met spelregels bij een playground bijvoorbeeld**
- **begeleiding. Dit kan zijn de inzet van professionals en vrijwilligers, zoals een buurtsportcoach, een jongerenwerken, een pedagogisch medewerker, een wijkmanager, een buurtbewoner, een trainer van de sportvereniging, et cetera.**

### ORGWARE

**De orgware van een beweegvriendelijke omgeving is de manier waarop (hoe) een beweegvriendelijke omgeving (wat) tot stand komt. De orgware bevat randvoorwaardelijke aspecten, aandachtspunten en proces aspecten.**
**In deze reisgids wordt uitgebreid stilgestaan bij de orgware van de beweegvriendelijke omgeving.**




- waar aan de voorzieningen een activiteitenaanbod is gekoppeld, zodat de voorziening duurzaam wordt gebruikt
- die schoon, heel, veilig en uitdagend en toegankelijk is ingericht
- die tot stand is gekomen vanuit commitment (urgentie) bij de gebruiker(s) en door samenwerking tussen publieke, private en particuliere partijen
- die is toegepast en afgestemd op het juiste schaalniveau.

Het gaat om het koppelen van de hardware (fysiek) aan de software (sociaal). De manier waarop, dus het hoe, je de beweegvriendelijke omgeving realiseert is de orgware (proces en randvoorwaarden).

Het Beweegvriendelijke Omgeving Model geeft weer hoe de verschillende onderdelen: hardware, software en orgware, zich tot elkaar verhouden. Het geeft in een oogopslag weer waaraan je kunt denken bij een beweegvriendelijke omgeving.

### TIPS VOOR TOEPASSING

- *gebruik het Beweegvriendelijke Omgeving Model in je eerste gesprekken over een beweegvriendelijke omgeving*
- *laat het Beweegvriendelijke Omgeving Model achter bij collega's of andere partijen*
- *maak aan de hand van dit Beweegvriendelijke Omgeving Model duidelijk dat je voor een beweegvriendelijke omgeving je collega nodig hebt. Wie zorgt voor de hardware, wie voor de software?*

Download het Beweegvriendelijke Omgeving Model en de factsheet op de website
**www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/bvomodel**

## Beweegvriendelijke Omgeving Scan

De Beweegvriendelijke Omgeving Scan is bedoeld om op een snelle en simpele manier inzicht te krijgen in de beweegvriendelijkheid van een buurt of wijk. Maar ook om het onderwerp 'ruimte voor bewegen' op de agenda te zetten en hierover in discussie te gaan, met collega's en/of buurtbewoners.

Lokale professionals die betrokken zijn bij het bevorderen van gezond sport- en beweeggedrag en ruimtelijke professionals kunnen gebruik maken van de Beweegvriendelijke Omgeving Scan. Met de scan kunnen ook professionals die nog niet betrokken zijn bij gezond sport- en beweeggedrag, maar daarin wel een rol kunnen spelen, worden uitgenodigd om mee te denken. Als informant kunnen ook wijkbewoners en partners in de wijk, die de situatie ter plekke goed kennen, worden bevraagd.

De Beweegvriendelijke Omgevings Scan bestaat uit 30 stellingen over onderdelen, die samen de beweegvriendelijkheid van een wijk of buurt bepalen. Zowel hardware (fysiek), software (sociaal) als orgware (proces) komen aan bod.

### TIPS VOOR TOEPASSING

- *combineer de Beweegvriendelijke Omgeving Scan met een inspiratiesessie, startbijeenkomst of workshop. Laat deelnemers de scan vooraf invullen en zorg dat je de resultaten analyseert en bespreekt. Tijdens zo'n sessie kun je een slag maken naar: wat gaan we aanpakken?*
- *gebruik de Beweegvriendelijke Omgeving Scan, of onderdelen hiervan in een reguliere wijkschouw met bewoners*
- *gebruik de elementen uit de Beweegvriendelijke Omgeving Scan als checklist bij ruimtelijke (her)ontwikkelingen.*

Download de Beweegvriendelijke Omgeving Scan en de scoreformulieren op de website **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/bvoscan**

## Beweegwijzer app

Met de applicatie (app) Beweegwijzer ontdek je eenvoudig en snel waar je kunt sporten en bewegen in je eigen leefomgeving. In de app vind je:

- sport- en beweeglocaties, zoals sportverenigingen, parken, pleinen, speelplekken
- routes om te lopen of fietsen
- sport- en beweeg evenementen
- lokaal sport- en beweeg nieuws
- instructievideo's bij een locatie of route.

De beweegwijzer is ontwikkeld in opdracht van NISB en de Beweegvriendelijke Omgeving pilotgemeenten Heerhugowaard en Deventer.

### TIPS VOOR TOEPASSING

- *gebruik de Beweegwijzer om als gemeente te communiceren over lokale sport en beweegmogelijkheden*
- *de database achter de app is eenvoudig zelf te beheren. Reserveer voldoende tijd voor het up-to-date houden van de gegevens*
- *andere organisaties of burgers kunnen ook routes en instructievideo's maken, of zorgen voor tips. Daag mensen en organisaties uit bij te dragen aan de app*
- *zorg dat gegevens in de app altijd up-to-date zijn*
- *communiceer over de mogelijkheden van de app, bijvoorbeeld met een artikel in de regionale krant, een interview met een gebruiker van de app, een duidelijk banner met een link waar de app is te downloaden en flyers op plekken waar de doelgroep komt (scholen, sportverenigingen, buurthuis, zorginstellingen)*
- *maak de app bekend bij het regionale VVV kantoor*
- *koppel de app aan een facebookpagina en plaats regelmatig updates over de app. Betrek de gebruikers erbij en laat ze meedenken over eventuele verdere ontwikkelingen van de app.*

De Beweegwijzer is te downloaden in de Apple store of Android market. Kijk voor meer informatie op **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/beweegwijzer**

## Ontwerpprincipes voor een beweeg-vriendelijke omgeving

De manier waarop openbare ruimte wordt ontworpen en ingericht heeft invloed op het beweeggedrag van mensen. Stedenbouwkundigen, landschapsarchitecten, ontwerpers van de openbare ruimte, verkeerskundigen. Juist deze professionals kunnen bijdragen aan een gezonde en actieve leefstijl van mensen.

**Het filmpje piano stairs in Stockholm laat zien dat je door (leuk) ontwerp en inrichting mensen in beweging kunt krijgen.**
**www.youtube.com/watch?v=2lXh2n0aPyw**

Door het beweegvriendelijk inrichten van de leef- en werkomgeving worden mensen gestimuleerd, gefaciliteerd en uitgedaagd om de gezonde keuze te maken. Bijvoorbeeld door te kiezen voor actief transport, een ommetje te maken in de buurt, te voetballen in het park of een rondje hard te lopen in de wijk.

### TIPS VOOR TOEPASSING

- *sport en bewegen kan overal: maak ruimte voor bewegen*
- *de ontwerpprincipes zijn gericht op de inrichting van de fysieke omgeving (hardware). Het succes van een beweegvriendelijke omgeving ligt in de koppeling van hardware met software (organiseren van activiteiten, communiceren over mogelijkheden en begeleiden). Trek de 'stoute sportschoen' aan en vraag eens input aan je collega's van sport, gezondheid, en welzijn voor je ontwerp*
- *ontwerp beweeg-inclusief, maak sport en bewegen een vast gedachtegoed in je ontwerpen*
- *ontwerp sportieve openbare ruimte en openbare sportruimte.*

Met deze ontwerpprincipes voor een beweegvriendelijke omgeving willen TNO en NISB ontwerpers inspireren om 'beweeg-inclusief' te ontwerpen. Zorg dat mensen door jouw ontwerp, de gezonde keuze maken.

In het boek worden 36 ontwerpprincipes beschreven. Om de gebruiksvriendelijkheid te vergroten zijn de principes ingedeeld in schaal, doelgroepen of beleidsthema's zoals veiligheid, groen en mobiliteit.

De Ontwerpprincipes voor een beweegvriendelijke omgeving kun je downloaden op de website: **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/ontwerpprincipes**

# 7. Taalgids

Heb jij dat ook wel eens? Dan ben je op reis en dan kun je niet verstaan wat ze tegen je zeggen. Of, je verstaat het wel, maar begrijpt het eigenlijk helemaal niet. Wij helpen je op weg met de definitie van een aantal belangrijke begrippen in wereld van de beweegvriendelijke omgeving, zowel uit de sport- en gezondheidssector als de ruimtelijke sector.

Deze taalgids maakt het intersectoraal samenwerken net een beetje makkelijker. Doe je collega een plezier en sta open voor vragen over deze begrippen. Leg eens aan je collega uit de ruimtelijke sector uit wat een buurtsportcoach zoal doet. Hij of zij kan je overigens alles vertellen over een programma van eisen.

*Ga eens op de koffie bij je collega Sport, Ruimtelijke Ordening en Gezondheid*

## Ruimte

**Afkoppelen hemelwater:** aanpassen van hemelwater afvoer, waardoor het hemelwater niet meer in het vuilwater riool terecht komt, maar kan overlopen naar oppervlaktewater of direct in de bodem wordt geïnfiltreerd, bijvoorbeeld d.m.v. een wadi, infiltratiebuizen of -kratten. Water kan ook tijdelijk worden opgeslagen (bijvoorbeeld waterplein) en op een ander moment worden afgevoerd.

**Bestemmingsplan:** een beleidsdocument met kaart wat de ruimtelijke ordening bepaald. Hierin staat de bestemming van een gebied in een gemeente. Bijvoorbeeld 'wonen' of 'groen' of 'recreatie'. Wordt opgesteld door de afdeling ruimtelijke ordening en vastgesteld door de gemeenteraad.

**Landschapsarchitect:** ontwerpt concrete niet bebouwde gebieden, zoals parken, openbare ruimten en recreatiegebieden. De landschapsarchitect lost ruimtelijke vraagstukken, ontwerpend op.

**Maaiveld:** is een aanduiding voor (de hoogte van) het grondoppervlak. Maaiveldhoogte wordt vaak opgegeven ten opzichte van een nationaal nul-niveau (NAP).

**MFA:** multifunctionele accommodatie.

**Milieu Effect Rapportage (MER):** brengt de milieugevolgen van een te nemen besluit in beeld in de vorm van een rapport. De overheid die het besluit moet nemen of de vergunning moet verlenen gebruikt het MER bij haar afwegingen.

**Planoloog:** houdt zich bezig met de ruimtelijke ordening. Maakt onder andere bestemmingsplannen en structuurvisies. Onderzoekt hoe een gebied op een goede manier kan worden ingericht. Het onderzoek bepaald of een gebied een woonwijk, natuurgebied, bedrijventerrein, sportpark, o.i.d. kan worden.

**Plint:** het onderste deel van een bouwwerk dat anders uitgevoerd is dan het bovenste deel. De overgang van vloer naar muur/wand.

**Programma van eisen:** ook PvA, document in ontwerpproces. Verzameling van eisen en wensen ten aanzien van een gewenste situatie, bijvoorbeeld van een nieuwe wijk, herstructurering of ander ruimtelijk plan.

**Schetsontwerp:** hulp- of tijdelijke tekening van een ingericht gebied, waarop de kosten geraamd kunnen worden.

**Schoon – heel – veilig:** een veelgebruikte term in de onderhoud- en beheer afdeling van de gemeente. Randvoorwaarden voor een goed gebruikte openbare ruimte. De openbare ruimte dient schoon (geen zwerfvuil), heel (niet kapot) en veilig (zowel sociaal als fysiek) te zijn.

**Structuurvisie:** een ruimtelijk plan voor een deel of geheel van het grondgebied van het Rijk, de provincie of de gemeente. Voor een gemeente is het een integraal ruimtelijk plan waarin ruimtelijke beleidsdoelen staan. Het is een richtinggevend document.

**Stedenbouwkundige:** doet onderzoek naar wenselijke en mogelijke ontwikkelingen in bestaande of nieuw in te richten gebieden en de openbare ruimte. De stedenbouwkundige gebruikt onder andere schetsvoorstellen, rapporten en haalbaarheidsstudies.

**Waterberging:** term gebruikt in de onderhoud- en beheerafdeling. Voor het bepalen van de capaciteit van de riolering of het opvangen van water.

**Wijkaanpak:** integrale benadering van sociale problemen in een wijk, waarbij bewoners, gemeenten, woningcorporaties, politie, scholen en lokale maatschappelijke organisaties samenwerken aan verbetering van de leefomgeving.

**Wijkontwikkelingsplan/dorpsontwikkelingsplan:** In een dorps- of wijkontwikkelingsplan kijken bewoners samen met de gemeente naar de toekomst van hun dorp of wijk. Centraal in dit plan staat de vraag 'wat is er nodig om de leefbaarheid nu en de komende tien jaar te behouden en te verbeteren. Er komen economische, ecologische, ruimtelijke en sociaal-culturele factoren in dit plan, met daaraan gekoppeld concrete acties.

## Sport, gezondheid en bewegen

**Beweegnorm:** Nederlands Norm voor Gezond Bewegen, houdt voor volwassen in: minimaal vijf dagen per week, 30 minuten matig intensief bewegen. Voor kinderen geldt 60 minuten per dag.

**Buurtsportcoach:** Combinatiefunctionaris met als specifieke opdracht het organiseren van een sport- en beweegaanbod in de buurt en het maken van een verbinding tussen sport- en beweegaanbieders en andere sectoren zoals zorg, welzijn, jeugdzorg en kinderopvang en onderwijs. Er is altijd sprake van een combinatie met sport en bewegen.

**Combinatiefunctionaris:** aangesteld in het kader van de Impuls brede scholen, sport en cultuur zijn werkzaam in twee van de aangewezen sectoren (onderwijs, sport en cultuur) o.a. als verbindende factor.

**Eerstelijnszorg:** zorg dichtbij huis. Het eerste aanspreekpunt voor mensen die zorg nodig hebben (bijvoorbeeld huisarts, apotheker, fysiotherapeut, tandarts).

**Gezondheidscentrum:** gebouw waar verschillende vormen van zorg beschikbaar is, uitgevoerd door bijvoorbeeld de huisarts, fysiotherapie, verloskunde en apotheek.
GGD: gemeentelijke gezondheidsdienst.

**Interventie:** is planmatige en doelgerichte aanpak, die afwijkt van wat gangbaar is voor de doelgroep, om het gedrag van mensen te veranderen en hun omstandigheden te beïnvloeden. Voor Sport- en Beweeginterventies bekijk de website **www.effectiefactief.nl**

**JOGG:** Jongeren op gezond gewicht. Een programma dat gemeenten ondersteunt in het terugdringen van overgewicht onder jongeren. **www.jongerenopgezondgewicht.nl**

**Leefstijl:** min of meer stabiel patroon van gedragingen op het gebied van voeding, kleding, huisinrichting, relaties en recreatie.

**MKBA:** Maatschappelijke Kosten Baten Analyse.

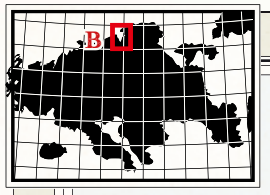
**Provinciale Sportraad:** provinciale sport en beweeg stimulerings- organisatie. Onder andere uitvoerder van provinciaal en lokaal sportbeleid.

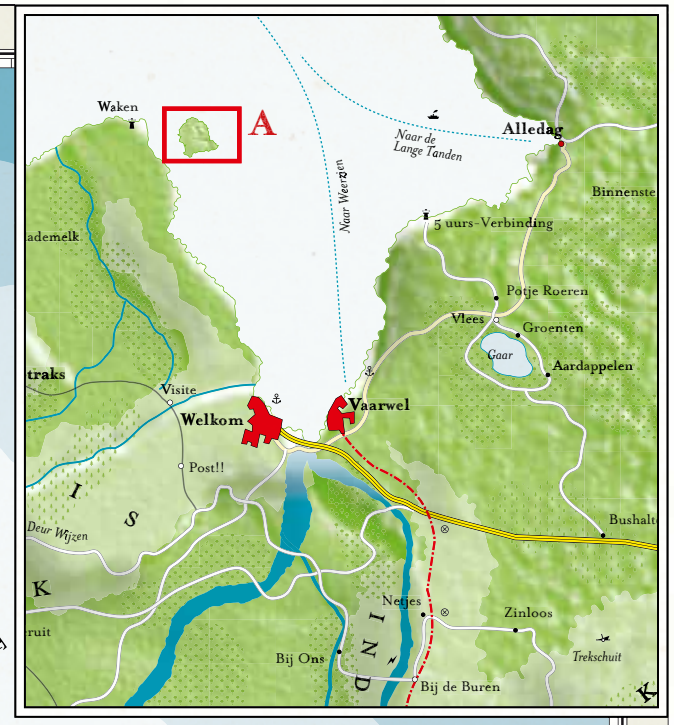
**Sportmakelaar/gezondheidsmakelaar:** een professional die mensen en organisaties verbindt aan elkaar met het oog op (het stimuleren van) een gezonde, sportieve leefstijl.
Sportservicepunt/sportservicebureau/sportbedrijf: gemeentelijk organisatie die het gemeentelijke sportbeleid uitvoert.

**Wmo:** Wet maatschappelijke ondersteuning.

# De wereld van BeweegVriendelijke Omgeving (BVO)






G O L F  V A N  U R G E N T I E

BRAAKLIGGEND TERREIN

DRAAGVLAKTE

HET GROENE WOUD

Participatiestrand

Software hoek

Beweegbos

Visie Delta

Plangebied

Orgware route

Berg van waardencreatie

Leefbare buurt

OPENBARE RUIMTE

Actief transportcentrum

Recreatiesector

Sportmeer

Burgerinitiatievenstroom

Communicatiekanaal

Kwaliteitswaard

Baai voor verankering

HARDWARE PARK

Stakeholders' Speeltuin

Uitgangspunt

Intersectorale speelveld

SAMENWER-
KINGSMOERAS

Z E E  V A N  A A N P A K K E N

A

© 2012 JEAN KLARE ~ ALLE RECHTEN VOORBEHOUDEN ~ ALL RIGHTS RESERVED MAAK OOK UW EIGEN KAART OP WWW.ATLASVANDEBELEVINGSWERELD.NL

KAARTNUMMER 2 – VERSIE 1.0 – 436 – 284

# 8. Meer weten

Wil je meer weten over dit thema beweegvriendelijke omgeving of heb je behoefte aan een advies? Misschien wil jij je ervaring wel delen met andere reizigers, of deze andere reizigers vragen stellen.

Er zijn verschillende mogelijkheden. Je kunt bijvoorbeeld het reizigersforum bezoeken en een berichtje achterlaten op het netwerk in beweging. Je vindt hier bij wie je terecht kunt voor een goed advies en op welke website's je meer informatie kunt vinden. Ook hebben we speciaal voor jou vijf interessante publicaties geselecteerd over de beweegvriendelijke omgeving.

## Reizigersforum

Ervaring delen met andere reizigers? Vragen stellen? Een discussie starten? En op de hoogte blijven van de laatste nieuwe publicatie? Het kan allemaal op het Netwerk in beweging, het alles in één netwerk voor professionals werkzaam binnen de sector sport, bewegen, gezondheid en ruimtelijke ontwikkeling. Meld je aan voor de werkgroep 'sportieve openbare ruimte' en deel kennis.

## Advies

Behoefte aan een advies voor of tijdens je reis naar een beweegvriendelijke omgeving? Neem dan contact op met het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen. Dayenne L'abée en Maartje Kunen voorzien je graag van advies.

Bel NISB: (0318) 49 09 00
Dayenne L'abée (dayenne.labee@nisb.nl)
Maartje Kunen (maartje.kunen@nisb.nl)

## Website's

Op de website van het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen is veel aandacht voor het thema Ruimte voor Bewegen. Dit is via deze link direct bereikbaar: **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen**

Naast het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB) zijn er ook andere organisaties die het thema beweegvriendelijke omgeving belichten. Op de volgende website's vind je meer informatie:

- **www.gezondontwerpwijzer.nl**
  Het Rijksinstituut Voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) heeft kennis van de gezonde leefomgeving en heeft een handig instrument ontwikkeld
- **www.tno.nl**
  Ook TNO werkt binnen 'Gezond Leven' aan onderzoek en instrumenten voor een beweegvriendelijke omgeving.
- **www.nocnsf.nl**
  NOC*NSF werkt onder andere samen met Shift A+U aan het onderzoek 'Studio Sport' waarin wordt onderzocht hoe sport op een intelligente manier in de compacte stad terug kan worden gebracht. Ook biedt NOC*NSF kennis op het gebied van accommodatie en beheer.

## Lees tips

Wilt u meer lezen over de beweegvriendelijke omgeving? Wij selecteerden de top vijf van publicaties rondom de beweegvriendelijke omgeving. Speciaal voor de reiziger die op zoek is naar (wetenschappelijke) onderbouwingen, maar ook voor hij of zij die een praktisch handboek zoekt.

De top 5 van literatuur beweegvriendelijke omgeving is ook terug te vinden op de website **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen/literatuur**

### TOP 5 LITERATUUR BEWEEGVRIENDELIJKE OMGEVING

1. **Het *vooronderzoek 'aanpak beweegvriendelijke omgeving'* is een literatuuronderzoek wat onder andere ingaat op de vraag, welke variabelen en kenmerken in de fysieke omgeving bepalend zijn voor het sport en beweeggedrag van mensen. Het onderzoek is uitgevoerd door DSP Groep.**
   **Auteurs: Duijvestijn Paul, Eck Jan van, Kuitert Kyra (2010).**
2. **In *Criteria beweegvriendelijke wijk* heeft TNO in opdracht van NISB een voorstel gemaakt voor concrete criteria voor de vormgeving van een beweegvriendelijke omgeving. Auteurs: Engbers Luuk, Vries Sanne de, Pierik F.H., (2010).**
3. **Het briefrapport *Ruimtelijke en financiële determinanten van sporten, bewegen en sedentair gedrag,* is een verkenning van literatuur en cijfers uit twee Nederlandse studies. Aan de hand hiervan is in kaart gebracht wat bekend is over ruimtelijke en financiële determinanten van lichamelijk activiteit en sedentair gedrag.**
   **Auteurs: Milder, I.E.J., Cloostermans, L., Dool, R. van den., Preller, L., & Wendel-Vos, G.C.W. (2012).**
4. ***Beweegredenen: de invloed van de gebouwde omgeving op ons beweeggedrag,* gaat de Gezondheidsraad in op de veronderstelling dat de inrichting van de gebouwde omgeving een stimulerend effect kan hebben op het bewegen van mensen. Ondanks dat het wetenschappelijk bewijs nog schaars is, kunnen kansen zeker worden benut. Zeker waar raakvlakken bestaan met andere beleidsterreinen zoals verkeer en milieu.**
   **Auteurs: Gezondheidsraad Den haag (2010).**
5. ***Sport in the city* is een ontwerpend onderzoek naar het versterken van het aanbod en de integratie van sportvoorzieningen in de stad. Vijf internationale inspirerende voorbeelden passeren de revue. De analyse inspireert om met andere ogen naar de huidige en toekomstige sportvoorzieningen in Nederland te kijken.**
   **Auteurs: Kompier, Vincent, Casas Valle, Daniel (2001).**

# 9. Korte geschiedenis

Onder het motto ‘Maak ruimte voor bewegen!’ is het team Beweegruimte van het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB) tussen 2010 en medio 2013 aan de slag gegaan met het project Beweegvriendelijke Omgeving (gesubsidieerd door het ministerie van VWS, directie Sport). In het project heeft het team Beweegruimte negen pilotgemeenten op de voet gevolgd bij het realiseren van een beweegvriendelijke omgeving. Om vervolgens andere gemeenten met ook een wens voor meer ‘beweegruimte’ van praktische informatie te voorzien. Want uiteindelijk zijn voor het stimuleren van (meer) sport en bewegen in een buurt kwalitatief goede ruimtes en voorzieningen nodig. Bovendien heeft de inrichting van de leefomgeving van mensen invloed op hun beweeggedrag. Bewegen kan niet zonder ruimte. Dat communiceren wij richting gemeenten, aldus het team Beweegruimte van NISB.

Elke pilotgemeente heeft op haar eigen wijze een beweegvriendelijke omgeving gerealiseerd. Hierbij hebben zij gebruikgemaakt van zowel inhoudelijke (hardware en software) als procesmatige kenmerken (orgware) uit het Beweegvriendelijke Omgeving Model van NISB. Ook hebben gemeenten bij de ontwikkeling persoonlijk advies en ondersteuning gekregen van adviseurs van NISB: Maartje Kunen, Jan Willem Meerwaldt, Jeroen Hoyng, Mariëlle Dijkers (nu weer Ministerie van BZK) en Dayenne L'abée.

In het project volgen en rapporteren we de ervaringen van negen pilots op lokaal niveau. Wat beoog je te bereiken? Welke fysieke en sociale maatregelen neem je? Hoe gaat dat? Wie is daarbij betrokken? Naast verslaglegging van adviseurs van NISB zijn ook onderzoekers van TNO betrokken. Sanne de Vries, Denise van der Klauw, Jantine Slinger, Luuk Engbers, Pepijn Vos en Pepijn van Empelen hebben meegewerkt aan de monitoring en evaluatie van de pilotprojecten.

De adviseurs van NISB hebben de gemeenten ook gefaciliteerd door masterclasses te organiseren. De inhoud daarvan was geheel naar de behoefte van de pilots. Er zijn onderling eier Hier ervaringen uitgewisseld. Daarnaast hebben gemeenten kennis gekregen van andere projecten met het onderwerp. Maar ook inspirerende sprekers (minimaal één per masterclass) hebben voor impulsen en andere inzichten gezorgd: Jantine Slinger, onderzoeker Beweegvriendelijke stadswijken voor kinderen (TNO), Hugo van der Poel, (directeur Mulier Instituut), Nathalie Lécina, (adviseur Instituut Maatschappelijke Innovatie), Jochum Deuten, zelfstandig adviseur Maatschappelijke effecten (EffectenArena), Dave van Kann, onderzoeker Gezondheid en beweegvriendelijke omgeving, (Universiteit Maastricht, Department of Health Promotion, Faculty of Health, Medicine and Life Sciences), Kees Fortuin, zelfstandig adviseur Sociale gebiedsontwikkeling, Edwin Santhagens, landschapsarchitect (buro Sant en Co), Sylvia de Ronde Bresser, adviseur (Kracht in NL) en Dorien de Wit, directeur en adviseur (De Beuk). Van de laatste een inzicht:

Dorien inspireert ons met de thema's krachten, koereigers en kennis om te voorkomen dat onze inzichten uit deze mooie pilotprojecten verloren gaan en dat het niet bij projecten blijft, maar dat beweegvriendelijke omgeving een duurzaam thema wordt. Als het gaat om krachten is de allereerste opgave hierin aldus Dorien ***'niet, wat is mijn visie en wat gebeurt er op het stadhuis, maar vooral, wie zit erop te wachten en wie zijn de mensen die het daarover hebben? Probeer daarachter te komen!'*** Dat past goed bij hoe wij ons Beweegvriendelijke Omgeving Model hebben opgezet, met het bewegend poppetje wat centraal staat, net zoals de gebruiker centraal moet staan bij en in een beweegvriendelijke omgeving.

De aftrap van het project en de masterclasses vonden plaats in de pilotgemeenten zelf. ***"Het heeft mij enorm geïnspireerd om de pilotlocatie met elkaar kennis te maken, kennis uit te wisselen en met eigen ogen de (ruimtelijke)ontwikkelingen binnen de gemeente te zien. In respectievelijk Rotterdam (startbijeenkomst 12 april 2011), Ede (masterclass 6 december 2011), Almere (masterclass 5 juni 2012), Zoetermeer (masterclass 25 oktober 2012) en Rosmalen (18 juni 2013) hebben we ervaren én gezien wat de playgrounds, sportparken, natuurlijke speeltuinen en beweegvriendelijke routes bewoners brengt. Een prettige leefomgeving waar ontmoetingen mogelijk zijn en de drempel om te gaan bewegen zo laag mogelijk is." "Bedankt alle betrokkenen van de negen pilots in Almere, Amsterdam Nieuw West, Bergen op Zoom, Deventer, Ede, Heerhugowaard, Rosmalen, Rotterdam en Zoetermeer voor het 'kijkje in de keuken'."***, Dayenne L'abée, projectleider BVO bij NISB.
De belangrijkste opdracht voor NISB is het beschikbaar stellen van de opgedane kennis tijdens dit project. Een mijlpaal daarin is de website **www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen**. Via de nieuwsbrief Maak ruimte voor bewegen!, de werkgroep Sportieve openbare ruimte op **www.netwerkinbeweging.nl** en workshops tijdens diverse congressen heeft dat verder vorm gekregen. Met deze reisgids Beweegvriendelijke Omgeving als eindresultaat.

***"Tot slot wil ik het nog even hebben over de samenwerking met de Vereniging van Sportgemeenten (VSG) en TNO. Op belangrijke momenten hebben we steun gekregen in het verkondigen van het gedachtengoed van Beweegvriendelijke Omgeving én vooral van TNO bij het opstellen en uitvoeren van het monitoring en evaluatieplan. Wij gaan graag met deze en andere organisaties verder om nog meer gemeenten aan te steken met het beweegvriendelijke omgeving virus. Want er is nog genoeg te doen. Vooral als het gaat om bewustwording van de ruimtelijke sector",*** aldus Dayenne L'abée.

NISB nodigt graag andere kennisinstituten, die actief zijn in die sector uit, om samen te werken en de beschikbare kennis over de Beweegvriendelijke omgevingen onder de aandacht te brengen. Onderzoek naar de maatschappelijke effecten (MKBA) van een beweegvriendelijke omgeving is wenselijk. Het helpt het thema beweegvriendelijke omgeving hoger op de agenda te krijgen van bestuurders en uiteindelijk tot meer mensen in beweging.

# 10. Index


Amsterdam 4-5, 32, 38, 109
Almere 4-5, 40, 67, 109
Bergen op Zoom 4-5, 41, 44, 109
Den Haag 4-5, 62-63, 65, 68
Deventer 4-5, 1, 54, 70, 89, 109
Ede 4-5, 13, 60, 109
Enschede 4-5, 64, 66
Heerhugowaard 4-5, 39, 58, 89
Houten 4-5, 83
Groningen 4-5, 83, 65
Maastricht 4-5, 83
Ottersum 4-5, 69,
Pilotgemeenten BVO, 4-5, 109
Rotterdam 4-5, 52, 69, 82,
‘s- Hertogenbosch 4-5, 22, 39
Sportalliantie Rosmalen 4-5, 22, 39, 109
Zoetermeer 4-5, 29, 61, 109
Actief transport 83
Beweegvriendelijke omgeving (definitie) 86-87
Burgerparticipatie 38-39
Gezonde mobiliteit 83
Groen 82
Hardware 86-87
Intersectorale samenwerking 11, 37, 41,
Interventies 69, 99
Instrumenten (EHBVO) 84
Literatuur 105
Netwerk in beweging 105
Ontwerp 90
Orgware 86-87
Reiswijzer 8
Ruimte voor bewegen 104
Software 86-87
Stappenplan 8
Speelruimte 80,82
Voorbeelden 62-63
Werkbezoek 62-63

# Colofon

***Uitgave***
De reisgids Beweegvriendelijke Omgeving is samengesteld op basis van ervaring, kennis uit literatuur en goede voorbeelden uit negen pilotgemeenten Beweegvriendelijke Omgeving. Het project Beweegvriendelijke Omgeving is mogelijk gemaakt met subsidie van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. De reisgids is gemaakt voor gemeentelijke beleidsmakers en professionals die zich bezig houden met sport, bewegen, gezondheid, ruimtelijke ordening en ruimtelijk ontwerp.

***Redactieadres***
Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen
Postbus 643, 6710 BP EDE
T (0318) 490 900
E info@nisb.nl
W www.nisb.nl/ruimtevoorbewegen

***Tekst***
Dayenne L'abée
Maartje Kunen

***Fotografen en illustraties***
Colijn van Noort, gemeente Amsterdam, gemeente Rotterdam, gemeente 's Hertogenbosch, gemeente Deventer, gemeente Ede, gemeente Heerhugowaard, gemeente Almere, gemeente Zoetermeer, gemeente Bergen op Zoom, Sportalliantie Rosmalen, Plus-Fleur, Remco van Eijndhoven, Jeremy Bouwmeester, Nijha, Transition Town Deventer, Sportsupport Den Haag, Roy Keeren (BVO model), Charlotte Cammelbeeck, Jeroen Hoyng, Maartje Kunen, Dayenne L'abée, NISB, Buro Sant en Co., Rosemarie Maas, Sebastiaan Nederhoed en ©BVO kaart Jean Klare (www.atlasvandebelevingswereld.nl).

***Vormgeving en productie***
VUURWERK communicatie en vormgeving, Arnhem

***Drukwerk***
Drukmotief, Apeldoorn

NISB, oktober 2013

# REISGIDS Beweegvriendelijke Omgeving

De ideale gids voor professionals die aan de slag willen met een beweegvriendelijke omgeving. Ga goed voorbereid op pad met de Reiswijzer voorzien van praktische tips en instrumenten of bepaal je eigen reisschema aan de hand van de dertien werkzame principes. Goede reis en veel plezier!

Kenniscentrum sport is het landelijke kennisinstituut dat solide kennis heeft over de effectieve inzet van sport en bewegen en een bijdrage levert aan een vitale samenleving waarin iedereen actief is.
Horapark 4, 6717 LZ Ede P Postbus 643, 6710 BP Ede T (0318) 49 09 00 F (0318) 49 09 95 E info@kcsport.nl W www.kenniscentrumsport.nl