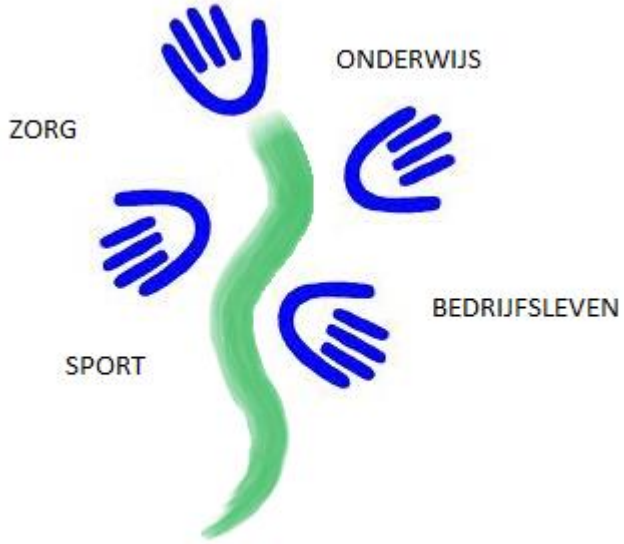
Nota voor Sport én Bewegen

2016-2019

'Samen voor een Vitale Leefomgeving'



Voorwoord



Sport neemt in Valkenburg aan de Geul een belangrijke plaats in. Het is de verbindende factor tussen verschillende sectoren en het zorgt voor leefbare buurten. Bewegen draagt bij aan een goede gezondheid en aan een vitaal leven, vitale buurtkernen en een vitale gemeente.
Sport is een middel om mensen bij elkaar te brengen en om met elkaar uitdagingen aan te gaan. Het zorgt voor ontmoetingen en het onderhoudt sociale contacten. Ook draagt sport een identiteit met zich mee die verbonden is met nationale, provinciale, gemeentelijke en individuele trots.

Door de landelijke ontwikkelingen zal sport een steeds bredere maatschappelijke rol vervullen. Gemeentes hebben te maken met drie decentralisaties vanaf januari 2015. Om deze ontwikkelingen in goede banen te leiden, is branche-overschrijdende samenwerking onmisbaar. Sport staat middenin de samenleving en zal de komende jaren daarom een belangrijke partner zijn voor zorgaanbieders, bedrijven, scholen en gemeenschapshuizen, om gezamenlijk een gezonde, sterke, evenwichtige en vitale gemeente te garanderen.

Wethouder Sport,

Remy Meijers

Inhoudsopgave



Leeswijzer

Pagina

Samenvatting **5**

Hoofdstuk 1: Inleiding **7**
- Waarom een visie op sport en bewegen?
- Visie als basis voor een sportbeleidsplan

Hoofdstuk 2: Analyse **8**
- DESTEP-factoren
- Landelijke ontwikkelingen

Hoofdstuk 3: Valkenburgse Sportvisie **12**
- Breedtesport en Topsport
- Samenwerking
- Sport en zorg
- Sport en (speciaal)onderwijs
- Verenigingen en Vrijwilligers
- Accommodaties

Hoofdstuk 4: Missie en Doelstellingen **17**
- Missie gemeente Valkenburg aan de Geul
- Doelstellingen op korte en lange termijn

Hoofdstuk 5: Van Doelstellingen naar Activiteiten **20**
- Hoe gaan we dit bereiken?

Hoofdstuk 6: Middelen van Realisatie **23**
- Wat hebben we nodig om dit te bereiken?

Bronvermelding

Bijlagen

	A	*JOGG-programma*
	B	*OOGG en Sportdorpen*
	C	*KISS-Rapportage*
	D	*Cijfers sportdeelname senioren Limburg*
	E	*Risicogroepen en Bewegen is Beter*
	F	*Achtergrondinformatie Sportdorpen en Open Clubs*
	G	*Jongerenmonitor 2013 (GGD)*

Versie 2-9-2015

Leeswijzer

In de samenvatting staat kort en bondig beschreven wat de speerpunten zijn op het gebied van sport in Valkenburg aan de Geul voor de komende jaren. De raakvlakken met andere sectoren die dit plan met zich meebrengt worden daarbij benoemd.

In hoofdstuk 1 wordt verklaard waarom een sportvisie belangrijk is voor Valkenburg aan de Geul en hoe deze visie tot stand is gekomen. Ook wordt in dit hoofdstuk uiteengezet hoe de twee belangrijkste punten uit de sportvisie verwijzen naar het nieuwe sportbeleid.

In hoofdstuk 2 worden de belangrijkste ontwikkelingen op demografisch, economisch, sociaal, technologisch en ecologisch gebied beschreven. Ook worden de politieke keuzes en de consequenties hiervan voor de gemeente Valkenburg aan de Geul uitgediept. De diverse cijfers uit de verschillende onderzoeken overlappen elkaar omdat niet alle onderzoeksbureaus met dezelfde leeftijdscategorieën werken.

In hoofdstuk 3 zijn de belangrijkste thema's op sportief gebied voor Valkenburg aan de Geul beschreven. Er wordt een visie geschetst over het gewenste gebruik van de accommodaties, de samenwerkingsverbanden die verenigingen kunnen helpen bij het versterken van hun positie in de toekomst en er wordt in kaart gebracht op welke manier de gemeente Valkenburg aan de Geul ondersteuning biedt voor de breedte- en topsport. Het afstemmen en verbinden met de zorgsector in het kader van de decentralisaties en het opstarten van 'open clubs' komt hierbij sterk naar voren.

In hoofdstuk 4 wordt weergegeven welke doelstellingen de gemeente Valkenburg aan de Geul op korte en lange termijn nastreeft. Centraal hierbij staat het creëren van 'een vitale samenleving'.

In hoofdstuk 5 worden de doelstellingen vertaald naar concrete activiteiten. Met andere woorden; Wat moet er gedaan worden om aan deze doelstellingen te voldoen?

Het laatste hoofdstuk beschrijft tenslotte welke randvoorwaarden en middelen er nodig zijn om deze activiteiten te realiseren. Ook gaat dit hoofdstuk dieper in op de vraag: Van wie komen de middelen?

Samenvatting

In de nota sport en bewegen 2016-2019 staat sport beschreven als belangrijk middel om te komen tot een participatie maatschappij. Sport staat immers in het midden van onze samenleving en vervult hiermee een brede maatschappelijke rol. Bovendien zal door de invoer van de drie decentralisaties per 1 januari 2015, de inzet van vrijwilligers en de preventie van gezondheidsklachten een steeds grotere rol gaan vervullen. Dit zal in de beleidsperiode van deze nota ook voelbaar zijn. De nota sport en bewegen maakt integraal onderdeel uit van het Wmo-, gezondheids- en jeugdbeleid.

De gemeente Valkenburg aan de Geul streeft ernaar om voor alle doelgroepen in de kernen van de gemeente een uitdagend beweegklimaat te ontwikkelen en te onderhouden, met branche-overschrijdende samenwerkingsverbanden; 'Samen voor een Vitale Leefomgeving'.

De speerpunten van het Sportbeleid van Valkenburg aan de Geul zijn:

- JOGG (Jongeren op Gezond Gewicht);
- OOGG (Ouderen op Gezond Gewicht), BIB (Bewegen is Beter) en Sportdorpen;
- 2-3 grote multifunctionele buitensportaccommodaties voor de hele gemeente;
- Maatschappelijk betrokken en vitale verenigingen die actief opereren binnen de gemeenschap;
- Sport en Zorg versterken elkaar binnen de veranderingen van het WMO-beleid met als doel de risicogroep (overgewicht, fysiek of mentaal beperkten en inwoners met een chronische aandoening) te stimuleren tot een gezonde en actieve levensstijl.

Naar aanleiding hiervan bevat de nota Sport en Bewegen de volgende doelstellingen:

1. Maatschappelijke betrokkenheid van sportverenigingen versterken, door het organiseren van tenminste 2 activiteiten per jaar voor de gemeenschap van Valkenburg aan de Geul.
2. Vergroten van de vitaliteit van sportverenigingen: D.m.v. de invoer van flexibele lidmaatschappen wordt een stijging van 10% in de ledenaantallen gerealiseerd tot 2018. Verder is er advies en ondersteuning m.b.t. verenigings-, vrijwilligersbeleid en bijscholing;
3. Stimuleren van sportdeelname onder *alle* leeftijdsgroepen, waarbij we de *focus* leggen op 3 leeftijdsgroepen:
   - 4 tot 18 jaar d.m.v. het JOGG programma en het naschoolse sportaanbod;
   - 25 tot 40 jarigen d.m.v. flexibele lidmaatschappen en sportstimuleringsevenementen;
   - 65 jaar en ouder d.m.v. OOGG en Sportdorpen;

   zonder de overige leeftijdsgroepen hierin uit te sluiten. Zie 'Missie en Doelstellingen' voor de beoogde resultaten per doelstelling.
4. Stimuleren van het aangaan van samenwerkingsverbanden tussen verenigingen onderling en verenigingen met andere stichtingen, verzorgingscentra, dorpskernen of commerciële organisaties om de verenigingen klaar te stomen en sterk te maken voor de toekomst;
5. Duurzaam gebruik van multifunctionele accommodaties aanjagen:
   Van maandag tot en met vrijdag (muv de schoolvakanties) tussen 9.00-22.00 uur is de bezettingsgraad van grote binnensportcomplexen (De Bosdries en De Polfermolen) 90% (huidige bezetting is 76%).
   In de weekenden (muv de schoolvakanties) is tussen 9:00 en 22:00 uur de bezettingsgraad 30% (huidige bezetting is 25%).
6. Gymonderwijs wordt via de methodische lijn van het vakwerkplan gegeven om kwaliteit van de gymlessen op de basisscholen van Valkenburg aan de Geul te bevorderen: Eind 2016 voeren alle basisscholen het vakwerkplan, volgens de richtlijnen die zijn overeengekomen met de directeuren en de combinatiefunctionaris Onderwijs en Sport, uit;
7. Sporten voor iedereen; Direct na school kunnen kinderen en jongeren in de leeftijd van 6-18 jaar, minimaal 1 keer per week in de buurt van hun schoollocatie, bewegingslessen volgen;
8. Bedrijven (met name horeca gelegenheden) worden gestimuleerd tot maatschappelijke betrokkenheid en fysieke activiteiten: minimaal 1 keer per jaar wordt er een sportbedrijfscompetitie gespeeld.
9. Onderzoek instellen naar de mogelijkheden van een ouderensportfonds.

JOGG

De jeugd moet gestimuleerd worden om deel te nemen aan beweegactiviteiten en kennis maken met diverse sportvormen. Ook is het belangrijk dat kinderen kwalitatief goed bewegingsonderwijs kunnen volgen en dat gezonde voeding gemeente breed gestimuleerd wordt. Het vormt de basis voor een gezonde toekomst. Ook als kinderen naar de middelbare school gaan is het van belang dat er beweegactiviteiten gestimuleerd worden die passen binnen de wensen en behoeften van deze doelgroep. In Valkenburg aan de Geul pakken we dit op met het JOGG-programma (Jongeren op Gezond Gewicht – bijlage A), een interventie die preventief werkt en zich zowel op beweging als op gezonde voeding voor jeugd richt. JOGG maakt integraal onderdeel uit van het preventief jeugdbeleid zoals omschreven in het 'Uitvoeringsplan Jeugdhulp 2015'.

OOGG, BIB en Sportdorpen

Daarnaast is er speciale aandacht voor de inwoners boven de 65 jaar, middels het OOGG-programma (Ouderen op Gezond Gewicht). Door middel van aangepaste beweegvormen wordt een leven lang sporten realiseerbaar gemaakt. In Valkenburg aan de Geul pakken we dit aan door de vitaliteit in de kernen te vergroten. Het streven is om elk jaar minimaal 1 kern in te richten volgens de pijlers van 'Sportdorp' (bijlage B). Sportdorp richt zich op alle leeftijdscategorieën binnen de kern, maar de focus ligt op het stimuleren van beweging bij bewoners van 65 jaar en ouder. Het streven is om het gevoel van eenzaamheid in de doelgroep 65 jaar en ouder eind 2018 te laten dalen van 8,8% naar 5%. OOGG maakt integraal onderdeel uit van 'WMO beleidsplan 2015'.
Bij het project BIB (Bewegen is Beter), worden door een samenwerking tussen fysiotherapeuten, huisartsen, psychologen en beweegaanbieders, patiënten uit de eerste lijn zorg doorverwezen naar beweegaanbieders en begeleid in het gehele traject tot langdurige sportdeelname.

Hoofdstuk 1: Inleiding

Waarom een visie op sport en bewegen?

Een sportvisie voor Valkenburg aan de Geul is nodig om als leidraad te dienen voor de keuzes waar verenigingen, de gemeente en overige betrokken instanties voor komen te staan. De Valkenburgse sportverenigingen en de sportraad hebben aangegeven behoefte te hebben aan een meerjarenplan over sport.
In dit meerjarenbeleidsplan sport, zet de gemeente Valkenburg aan de Geul een visie uiteen, die handvaten biedt bij complexe sportvraagstukken. Er is aandacht voor de landelijke, provinciale en gemeentelijke ontwikkelingen, maar ook voor accommodatiebeleid. Daarnaast worden er ook een aantal specifieke onderwerpen apart genomen om zo concreet mogelijk in te gaan op de verschillende problemen waar sportverenigingen mee kampen. In dit kader zullen niet alleen de toekomstontwikkelingen en de sportvisie naar voren komen, maar er worden ook adviezen gegeven over vraagstukken die op zullen spelen in de komende jaren. Er is in deze beleidsnota aandacht voor vrijwilligers, samenwerkingsverbanden, verenigingsbeleid, accommodatiebeleid, zorg en (speciaal)onderwijs.

Visie als basis voor een sportbeleidsplan

De Valkenburge sportvisie is gebaseerd op twee pijlers, komende vanuit de adviezen van het Nederlands Olympisch Comité, de Nationale Sport Federatie (NOC*NSF), het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB) en het Huis van de Sport Limburg (HVDSL):
1. Samenwerking
2. het creëren van een optimaal beweegklimaat.

In Valkenburg aan de Geul moet iedereen kunnen sporten, ongeacht leeftijd, psychische of lichamelijke beperkingen, woonplaats of financiële status. Vanuit de kernen wordt een gezonde leefstijl lokaal gestimuleerd, waarbij openbare ruimtes moeten uitdagen tot bewegen en bestaande accommodaties worden aangepast om beter aan te sluiten bij de wensen van de bewoners. Vitale kernen en open sportclubs staan hierbij centraal. De jeugd moet gestimuleerd worden om deel te nemen aan beweegactiviteiten en kennis te maken met diverse sportvormen. Ook is het belangrijk dat kinderen *kwalitatief goed bewegingsonderwijs* kunnen volgen. Het vormt de basis voor een gezonde toekomst. Ook als kinderen naar de middelbare school gaan is het van belang dat er beweegactiviteiten gestimuleerd worden die passen binnen de wensen en behoeften van deze doelgroep. Daarnaast is er speciale aandacht voor de inwoners boven de 65 jaar. Door middel van aangepaste beweegvormen wordt een leven lang sporten realiseerbaar gemaakt.



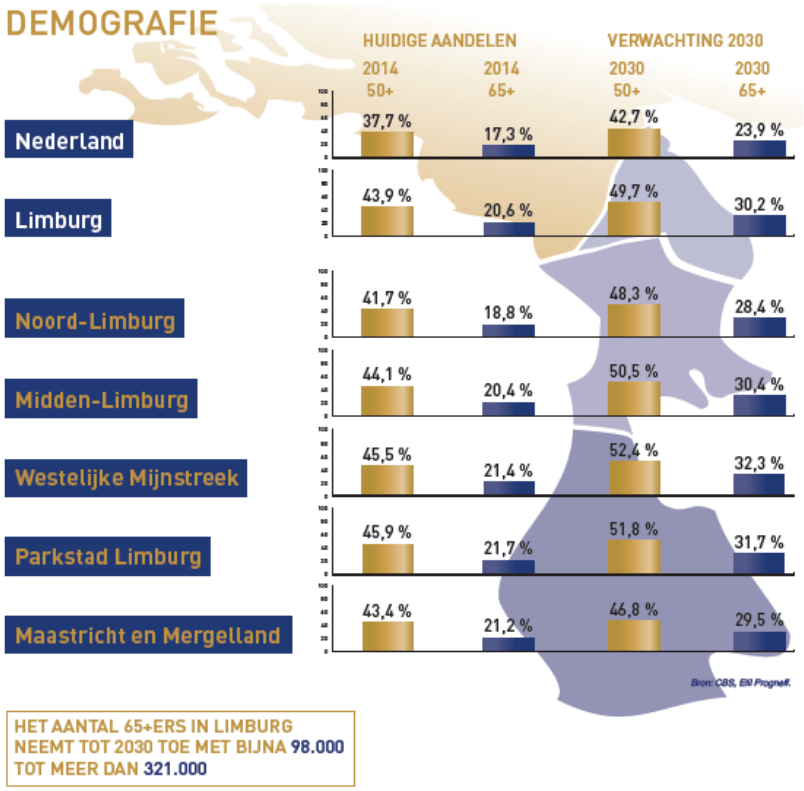
Een leven lang sporten.

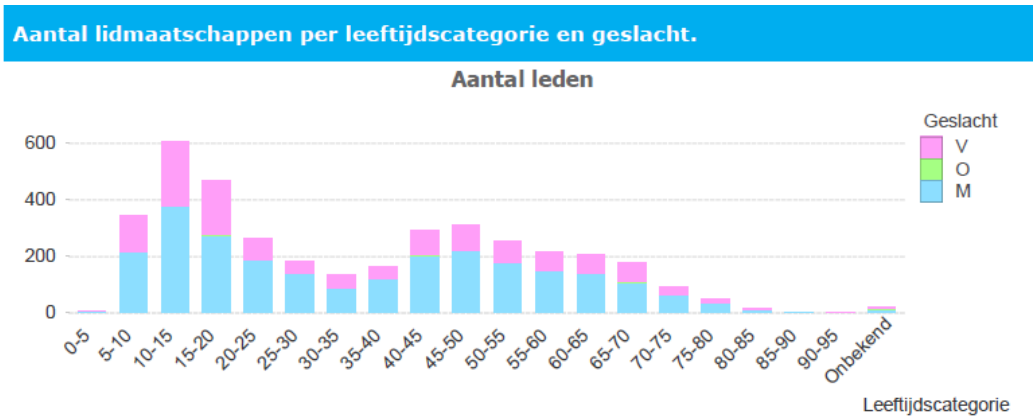
Tot slot hecht de gemeente Valkenburg aan de Geul waarde aan de sportbeoefening binnen de doelgroep 25-40 jarigen. Een doelgroep die momenteel het laagst scoort op sportdeelname in Valkenburg aan de Geul. Vanwege tijdsdruk en verschuivende belangen, wordt sport vaak op een lager pitje gezet, of zelfs helemaal van de agenda afgehaald. Pas later worden de gevolgen hiervan zichtbaar (overgewicht, obesitas, hart- en vaatziekten, moeite met het vinden van een uitlaatklep en sociale isolatie op latere leeftijd zijn hier enkele voorbeelden van). De gemeente Valkenburg aan de Geul maakt zich daarom sterk om ook deze vaak vergeten leeftijdscategorie in beweging te brengen.

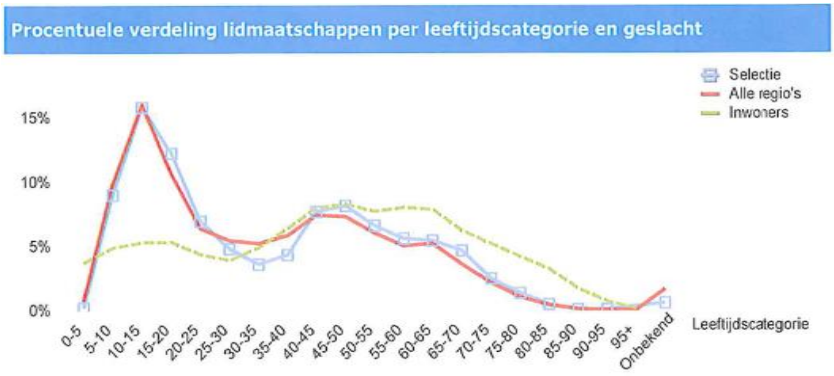
Hoofdstuk 2: Analyse

Demografisch

Kijkend naar de demografische ontwikkelen zien we een aantal landelijke tendensen. Vergrijzing is daar een van. Door de wetenschappelijke en medische vooruitgangen worden we steeds ouder. De groep ouderen ten opzichte van de groep jongere mensen, neemt daarom jaarlijks toe. We hebben te maken met vergrijzing, maar ook met dubbele vergrijzing (de ouderen worden ook steeds ouder). Ten opzichte van de totale inwoners van Valkenburg aan de Geul, zijn de 65 plussers de grootste doelgroep uit de gemeente, bestaande uit 23% van het totaal aantal inwoners (gemiddelde van Nederland is 15,6% in deze categorie). In Limburg is er naast vergrijzing ook sprake van ontgroening en ontvolking. Er zijn relatief steeds minder jonge mensen en een grote groep inwoners uit Zuid-Limburg zien we naar de randstad verhuizen. Voor Valkenburg aan de Geul is het daarom van belang om in te spelen op deze tendensen. De kosten binnen de zorg gaan oplopen vanwege de vergrijzing, maar door nu in te zetten op preventieve maatregelen kunnen later kosten in de zorg bespaard worden voor ouderen. Beweging vormt hierbij een belangrijk instrument tegen dementie, eenzaamheid, overgewicht, obesitas en chronische aandoeningen. Ook Valpreventie kan ingezet worden om de kosten in de zorg en revalidatie te verminderen.







Zoals af te lezen bij het aantal lidmaatschappen per leeftijdscategorie, scoort de doelgroep ouderen vanaf 70 jaar en de doelgroep volwassenen tussen de 25 en 40 jaar erg laag in vergelijking met de anderen doelgroepen (KISS rapportage 2013, peiljaar 2010). Hierdoor zie je ook in de verdere uitwerking van het sportbeleid een verdeling in leeftijdscategorieën ontstaan waarop de nadruk ligt.

Economisch

De Nederlandse economie kruipt langzaam uit het dal. Het bruto binnenlands product is het laatste half jaar weer omhoog aan het gaan; na een periode van afname van ruim 2 jaar (DNB, 2013). In 2015 zal het bruto binnenlands product (bbp) naar verwachting met 1,25% toenemen. De werkeloosheid is de laatste jaren flink opgelopen, maar zal de komende jaren licht afnemen vanwege het economische herstel dat plaats vindt. In 2015 groeit de werkzame beroepsbevolking, als ook de werkgelegenheid met 0,5% (CPB, 2014). De verwachting is dat de afname in sponsorcontracten bij sportverenigingen hierdoor ook weer zal bijtrekken. De consumptie van de overheid zal in 2015 weer met 0,25% zakken. Dit kan invloed hebben op de sportbegroting van het ministerie van VWS, die in 2014 nog op 132 miljoen stond.

Sociaal

Binnen het sociale domein zien we meerdere ontwikkelingen plaatsvinden die grote gevolgen hebben voor de huidige sportinfrastructuur. Deinstitutionalisering van organisaties en organisatievormen is daar een van. Er is meer behoefte aan vrijheid en flexibiliteit. De maatschappij gaat van duurzame formele organisaties naar vluchtige informele netwerken (informalisering). Dit is ook terug te zien in de lidmaatschapsafloop van sportverenigingen. Mensen worden minder vaak lid van verenigingen, omdat deze momenteel niet voldoen aan de wens van vrijetijdsbesteding. Ook de toegenomen individualisering speelt hier een rol bij. In de relatie van het individu ten opzichte van een sportvereniging zien we de volgende ontwikkelingen dan ook terug:

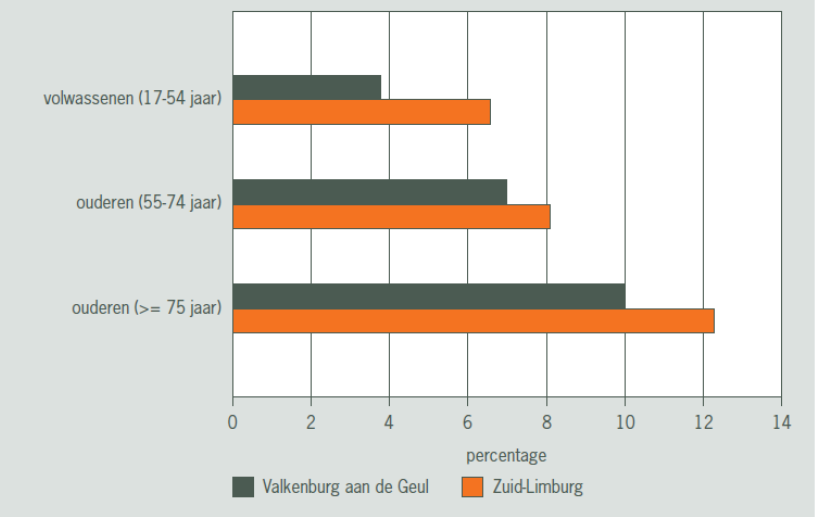
- Consumptiegerichte houding van leden
- Veeleisender naar sportaanbieders toe
- Mensen besteden minder tijd aan het onderhouden van sociale contacten
- Sport wordt meer in losse verbanden uitgeoefend passend bij het eigen dagritme

Fitness en individuele sporten zijn sterk in opmars vanwege de flexibiliteit. <



Tevens is er een verandering waar te nemen in de waarde van het beleven van activiteiten. De wens naar intensivering neemt in sterke mate toe. Men wil meer doen in een korter tijdsbestek. Ook is er een toenemende behoefte aan diversiteit in activiteiten. Er moet voldoende afwisseling zijn.

Ook voor het thema Wellness is nog steeds een groeiende markt. Mensen streven naar balans in het leven binnen allerlei onderwerpen (gezondheid, fysieke inspanning, ontmoeten, ontspannen en beleven). Vanwege de toenemende alledaagse drukte is er echter weinig vrije tijd om hier invulling aan te geven. One-stop shopping is daarom sterk in opkomst. Alles moet op één locatie plaats kunnen vinden. Het klassieke sportaanbod voldoet momenteel niet aan al deze randvoorwaarden die de consument wenst of eist. Volgens onderzoek van de GGD (Een gezonde kijk op Zuid-Limburg, 2010), is 8,8% van de ouderen in Zuid-Limburg gecategoriseerd als 'zeer ernstig eenzaam'.



Figuur 3.3: Percentage eenzaamheid bij volwassenen en ouderen in Valkenburg aan de Geul, in vergelijking met Zuid-Limburg (Bron: Volwassenenmonitor GGD Zuid Limburg, 2009; Ouderenmonitor GGD Zuid Limburg, 2008)

Sport brengt niet alleen bewezen fysieke verbeteringen met zich mee, maar heeft juist ook positieve mentale effecten. Eenzaamheidbestrijding, minder kans op depressies en angststoornissen en een versterking van de psychische fitheid zijn enkele aspecten die door het (samen) bewegen resulteren. Opvallend binnen de groep 65-plussers is ook de sterke achteruitgang in beweging bij ouderen die in een verpleeg- of verzorgingstehuis wonen. 78% Heeft geen enkele dag van de week een half uur beweging. Sport kan hier worden ingezet om meer beweging te stimuleren en eenzaamheid tegen te gaan.

Technologisch

Digitalisering is in toenemende mate al jaren een punt op de beleidsdocumenten van de Nederlandse instellingen. Er is nog steeds een stijging te zien in het gebruik van internet. Deze verhoging is zowel te herleiden tot het gebruik voor informatieve doeleinden, als voor amusement. Door de opkomst van smartphones en tablets wordt het gebruik van internet in combinatie met een handige 'app' nog verder aangewakkerd. Jongeren besteden twee keer zo veel tijd aan online computergebruik als de bevolking in zijn geheel. Dit is een belangrijk gegeven aangezien de populatie jongeren uit Valkenburg aan de Geul alleen nog maar zal afnemen door ontgroening en (dubbele) vergrijzing. Om de technologische ontwikkelingen behapbaar te houden voor de bevolkingsgroep ouderen uit Valkenburg aan de Geul, wordt er van organisaties en sportverenigingen indirect gevraagd hier gepast op te reageren, door ondersteuning te bieden waar nodig en alternatieve communicatiemiddelen in te zetten wanneer informatie gedeeld wordt.

Ecologisch

Duurzaamheid staat meer en meer op de publieke agenda; minimale milieubelasting en het niet uitputten van natuurlijke hulpbronnen. Met name de ruimtelijke inrichting heeft veel te maken met de ecologische ontwikkelingen. Men dient rekening te houden met onderwerpen als energieverbruik, materiaalgebruik en bereikbaarheid van sportaccommodaties. Ook zijn er landelijk steeds meer subsidiemogelijkheden voor verenigingen en instellingen die aanpassingen ten behoeve van het milieu realiseren.

Politiek

NOC*NSF benoemt in het Olympisch Plan 2028 de ambitie om in 2016 minimaal 75% van de bevolking minstens 12 keer per jaar aan het sporten te krijgen (NOC*NSF, 2009). Ook wordt de ambitie uitgesproken om sportverenigingen te laten ontwikkelen tot maatschappelijke organisaties en openbare voorzieningen. Binnen de gemeente Valkenburg aan de Geul zien we vanuit de

veranderende zorgwet en de decentralisaties dezelfde wens ontstaan. Het wordt voor verenigingen steeds belangrijker om een maatschappelijke rol in de kernen te gaan vervullen die zich niet alleen beperkt tot het laten bewegen van mensen binnen de betreffende tak van sport. Verenigingen moeten richting een open sportclub, waarbij een club open staat voor de buurt, open staat voor andere vormen van deelname en open staat voor het ontwikkelen en aanbieden van aangepaste beweegvormen. Verenigingen worden ook gevraagd actief beleid te voeren om meerdere mensen ook figuurlijk aan het bewegen te krijgen in het kader van burgerparticipatie. Dit neemt echter niet weg dat fysiek bewegen nog steeds gestimuleerd moet worden. Het is zelfs zaak de fysieke beweging uit te breiden naar meerdere doelgroepen en daarmee ook een sterke vereniging voor de toekomst te garanderen.

Vanuit de politieke agenda komt verder het stimuleren van sportorganisaties om begeleidend kader te professionaliseren vaak naar voren. Dit is te herleiden tot de veranderende en veelal veeleisende vraag van de leden. Een vrijwilliger binnen een vereniging moet kennis van zaken hebben om hier adequaat op in te spelen. Aan de andere kant betekent professionalisering vaak ook dat er betaalde krachten bijkomen of dat de vrijwilligersbaan uitbreiding vindt in een (deels) betaalde baan.

Een andere discussie die landelijk momenteel gevoerd wordt is dat mensen mogelijkerwijs in de toekomst moeten gaan betalen voor natuur. Voetballen bij een vereniging op een sportveld kost immers ook geld. Deze discussie komt gedeeltelijk tot stand door de natuurschaarste die er is, maar ook door de druk die er financieel op verenigingen wordt uitgeoefend. Binnen de gemeente Valkenburg aan de Geul wordt het buiten spelen en het behouden en functioneel gebruiken van de natuur nog steeds positief ervaren.

Verder zien we twee begrippen opkomen in het politieke beleid: Integralisatie en regionalisering. Integralisatie is met name te zien in de verschillende raakvlakken tussen de sectoren (sport, onderwijs, economie, welzijn en zorg) die in de gezamenlijke doelstellingen expliciet naar voren komen. Sport is daarbij vaak het gekozen middel om maatschappelijke- en gezondheidsprojecten vorm te geven. Regionalisering is op het moment ook een belangrijk item. Om aansluiting te vinden bij andere gemeenten en projecten efficiënter aan te kunnen pakken, wordt samenwerking gezocht met regionale verenigingen. Ook in de sport zie je steeds meer samenwerkingsverbanden ontstaan die ervoor zorgen dat verenigingen flexibeler en robuuster uit de voeten komen. Deze ontwikkeling zal door de gemeente Valkenburg aan de Geul onderschreven en ondersteund worden.

Algemene Landelijke ontwikkelingen

Naar wens van de consument is er steeds meer vermenging tussen sport, recreatie en bewegingsactiviteiten. De overheid besteedt vaker opdrachten uit om haar doelen te verwezenlijken. Woningcorporaties, verzekeringsmaatschappijen en zorginstellingen zijn in toenemende mate belangrijke partners voor het lokale sportbeleid. Met de drie decentralisaties waar de gemeente de regie over zal voeren zal met name de zorgsector een grote verandering ondergaan, waar de sportagenda op dient in te spelen. Om de doelstellingen uit het olympisch plan te bereiken is samenwerking tussen deze organisaties dan ook essentieel.

Publieke private samenwerking (PPS) wordt door het kabinet omarmt en uit zich ook door de financiële steun die er gegeven wordt op sportgebied. De impuls brede scholen met daarin de financiering voor combinatiefunctionarissen en buurtsportcoaches zal dan ook in 2015 en 2016 worden voortgezet. Op het gebied van zorg is de overheid genoodzaakt om de verantwoordelijkheid terug te leggen bij de burger. PPS is voor de gezondheidszorg dan ook een verplichting om de maatschappelijke en gezondheidsdoelen te bereiken.

Hoofdstuk 3: De Valkenburgse Sportvisie

Breedtesport en topsport:
Versterken van een sportinfrastructuur waardoor een leven lang sporten en bewegen voor iedereen mogelijk is, zowel participatief als prestatief. Breedtesport en topsport zijn synergetisch met elkaar verbonden. Dankzij de boegbeelden binnen de topsport wordt de breedtesport aangevuld met nieuwe enthousiaste deelnemers. Andersom krijgt de topsport zijn aanvulling uit een breed publiek van sporters. Ondanks dat deze twee noemers onlosmakelijk aan elkaar gekoppeld zijn, worden de doelstellingen voor het gemeentelijk sportbeleid hieronder apart weergegeven.

Breedtesport
In Valkenburg aan de Geul wordt er veel aan sport gedaan. De gemeente met 16.549 inwoners (per 1 september 2015) telt dan ook ruim 30 sportverenigingen. Daarnaast zijn er verschillende commerciële instanties die beweegaanbod verzorgen, zoals dansstudio's en fitnesscentra. Als we kijken naar een indeling in leeftijdscategorieën, is er met name aanbod voor kinderen vanaf een leeftijd van 6 jaar tot aan de volwassen leeftijd van 65 jaar. Echter zien we aan de onderzoekscijfers van de KISS-rapportages dat dit aanbod niet altijd aansluit aan de vraag (NOC*NSF, 2013). In de leeftijd van 25-40 jaar zijn er maar weinig bewoners uit Valkenburg aan de Geul lid van een sportvereniging. Het is daarom zaak voor de gemeente en de sportverenigingen om in te spelen op de veranderende behoefte van deze doelgroep (zie bijlage C). Ook zien we dat veel scholieren rond de leeftijd 12-14 jaar het lidmaatschap bij een sportvereniging beëindigen. De activiteiten die georganiseerd worden en de sporten die aangeboden worden sluiten in deze hoedanigheid niet aan bij het tijdschema en de gedachtewereld van deze doelgroep. Om te voorkomen dat jongeren uit deze leeftijdsklasse wegvallen bij de sportverenigingen is het noodzakelijk **flexibele lidmaatschappen** en wisselend aanbod te verzorgen. De gemeente Valkenburg aan de Geul zal een inventarisatie doen naar de (sport)behoefte van deze doelgroep. Ook wordt er gekeken naar sportbonden die meegaan met de veranderingen in sportbehoefte van Nederlanders en die hier hun competitievormen op hebben aangepast. Daarnaast is het belangrijk dat de gemeente en de verenigingen meegaan met de ontwikkelingen van vergrijzing en dubbele vergrijzing. Het beweegaanbod moet zo afgestemd worden dat mensen boven de 65 jaar ook actief mee kunnen doen. Een sportclub wordt het trefpunt van de gemeenschap, waarbij alle doelgroepen worden aangesproken: 'Open Sportclubs'.



Wandelen zal de komende jaren sterk in opmars zijn.

Topsport en talentontwikkeling
In Valkenburg aan de Geul is de wielersport altijd van formaat geweest. Al jaren worden er belangrijke wedstrijden in de gemeente georganiseerd. Echter niet alleen de wielersport vindt zijn weg in Valkenburg aan de Geul. Talenten uit allerlei takken van sport moeten zich kunnen ontplooien en ontwikkelen. Ook in een kleinere gemeente. Hierbij is samenwerking met andere (grotere) gemeenten van belang. Talenten moeten voor hun eigen ontwikkeling de mogelijkheid hebben naar andere (grotere) steden en sportclubs uit te wijken. De faciliteiten en begeleiding voor topsporters zijn in grotere steden nu eenmaal vaak beter te waarborgen. Topsport en talentontwikkeling hebben dan ook geen prominente plaats in deze beleidsnota, maar de gemeente Valkenburg aan de Geul stimuleert wel de mogelijke samenwerkingsverbanden die nodig zijn om de begeleiding van talenten te optimaliseren.

Samenwerking:
Centraal binnen het beleidsplan sport staat het thema samenwerken. Eerder is dit benoemd in de landelijke en politieke ontwikkelingen. Het belang om te komen tot een participatiemaatschappij wordt hierbij onderstreept. Samenwerking kan op verschillende manieren en tussen verschillende partijen en sectoren plaatsvinden. Het creëren van een win-win situatie, waarbij het resultaat voor beide partijen positief uitvalt en de doelstellingen uit het sportbeleid behaald worden, wordt als startpunt gebruikt om samenwerkingsverbanden vorm te geven.

Om in de toekomst sterke en vitale verenigingen te ontwikkelen en te behouden, is het nodig om samen te werken met andere verenigingen. Zo is vanuit het Huis van de Sport Limburg in samenwerking met de sportraad en de combifuncties aandacht besteed aan een samenwerkingsverband tussen de tennisverenigingen onderling en de voetbalverenigingen uit Valkenburg aan de Geul. De komende jaren zal samenwerking tussen verenigingen steeds belangrijker worden. Het delen van kennis, vrijwilligers en accommodatie zal noodzakelijk zijn om leden te behouden. Ook zien we landelijk steeds meer verenigingen die collectief inkopen en samen evenementen organiseren om de financiële situatie te verbeteren en krachtiger op de markt te staan. Het idee van een ‘open sportclub’ (bijlage F) wordt actief gestimuleerd en begeleid door de Sportraad en de combinatiefunctionarissen Sport uit Valkenburg aan de Geul. Dit wordt ondersteund door het subsidiebeleid.

Ook buiten de samenwerking tussen sportverenigingen die dezelfde tak van sport beoefenen, kan samenwerking veel opleveren. Samenwerking tussen sportverenigingen onderling uit andere takken van sport, wordt ook gestimuleerd. Deze verenigingen kunnen ook gebruik maken van elkaars kennis, vrijwilligers en accommodatie. Daarnaast zien we steeds meer omnivere nigingen ontstaan die verschillende takken van sport en bewegen aanbieden. Deze vorm van samenwerking speelt sterk in op de ontwikkelingen van individualisme en het one-stop shopping gedrag van de leden die zich steeds meer profileren als consumenten. Verder kan ook buiten de kaders van sport worden gezocht naar samenwerking. Met name voor de doelgroep ouderen is er veel winst te behalen in het vinden van samenwerkingspartners met de zorgsector (Bijlage E). Ieder met zijn eigen expertise. Dit kan niet alleen bijdragen aan de fysieke gezondheidsverbeteringen van de inwoners van Valkenburg aan de Geul, maar ook aan de stimulering van de participatie van oudere en minder vitale bewoners en de zelfredzaamheid die daardoor versterkt wordt. We willen een gemeente zijn die voor alle inwoners een vitale leefomgeving creëert. Voor de jongere leeftijdscategorieën is het met name van belang om een gezamenlijke aanpak met de scholen te genereren.



Fietsen en wandelen zijn bij uitstek de meest gewenste vormen van beweging die passen in een samenleving waarbij ‘een leven lang actief’ wordt gestimuleerd.

Sport en Zorg
In het kader van de drie decentralisaties waar gemeentes mee te maken hebben, wordt de verbinding en afstemming met de zorgsector, ook binnen het sportprogramma, steeds prominenter. Integrale samenwerkingsverbanden waar scholen, (sport)verenigingen, huisartsen, psychologen, fysiotherapeuten, horecabedrijven met elkaar samenwerken worden actief gestimuleerd en ondersteund. Dit wordt uitgevoerd onder de programma's: JOGG (Jongeren Op Gezond Gewicht, bijlage A), OOGG (Ouderen Op Gezond Gewicht, Bijlage B) en BIB (Bewegen is Beter, bijlage E). In de bijlagen staat uitgebreid beschreven op welke wijze en met welke middelen deze programma's te werk gaan en welke doelstellingen Valkenburg aan de Geul hiermee beoogt. Ook voor risicogroepen die aanleg hebben om weinig te bewegen is er een programma ontwikkeld, waar de beweegmakelaar het centrale punt vormt

Sport en (speciaal)onderwijs
Kinderen uit het speciaal onderwijs hebben vaak moeite met het vinden van een geschikte sport. Fysieke beperkingen of gedragsproblematieken maken de drempel voor sportclubs groter om deze kinderen in hun club te kunnen integreren. Samen met Adelante, de sportraad, special Heroes en de sportverenigingen uit Valkenburg aan de Geul wordt er vanaf januari 2016 een speciaal traject begeleid om deze weg te vereenvoudigen. Er zal een naschools aanbod gerealiseerd worden, maar er komen ook cursussen en begeleidingstrajecten voor de verenigingen. Ook binnen het programma JOGG is er speciale aandacht voor deze doelgroep. Zo worden er o.a. workshops gegeven over gezonde voeding en gaat de gemeente met verschillende horeca- en fitnessbedrijven om de tafel om kinderen en ouders niet alleen bewust te maken van een gezonde leefstijl, maar deze leefstijl ook financieel aantrekkelijker te maken.

Verenigingen en vrijwilligers
De verenigingen hebben door de ontwikkelingen op sociaal- en demografisch gebied behoorlijk wat voor de kiezen gekregen. De leden worden steeds veeleisender en door het drukke sociale leven buiten de sportvereniging om, wordt er verwacht dat verenigingen steeds flexibeler kunnen handelen. Daarnaast zien we landelijk grotere veranderingen binnen het verenigingsleven en gaat de vereniging zoals wij hem kennen steeds meer verdwijnen. Verenigingen vervullen echter een essentiële rol op sociaal-maatschappelijk en gezondheidsgebied. Het is daarom zaak voor de gemeente Valkenburg aan de Geul om de verenigingen handvaten te bieden, mee te gaan met de landelijke ontwikkelingen en ondersteuning te bieden als het gaat om het ontwikkelen van nieuw en/of aangepast beweegaanbod.

De sportverenigingen in Valkenburg aan de Geul draaien allemaal grotendeels of zelfs geheel op vrijwilligers. Het zijn de drijfkrachten achter ons beweegklimaat. Een goede vrijwilliger vinden is echter zo eenvoudig nog niet. Vrijwilligerswerk brengt veel verantwoording met zich mee en de taken binnen de verenigingen zijn momenteel nog erg tijdrovend. De taken binnen de verenigingen zouden dan ook verdeeld moeten worden onder meer mensen. Minder taken, meer vrijwilligers. Dit maakt het minder tijdrovend voor de huidige vrijwilliger, waardoor de kans groter is dat deze het werk langer kan blijven beoefenen en het werkt drempelverlagend voor nieuwe vrijwilligers. Meerdere mensen op één functie betekent bovendien meer uitwisseling van expertise, minder stress en meer sociale binding. In de nieuwe kijk op vrijwilligers wordt de vereniging sterker, flexibeler en veelzijdiger en is deze in staat buiten de kernactiviteiten om actief te zijn in de samenleving.

De tendens is bovendien dat vrijwilligers vaker en sneller de behoefte hebben hun huidige takenpakket te veranderen. Ze willen zich verder kunnen ontplooien en ervaring opdoen met verschillende werkvormen. Als vereniging gooi je jezelf dus in de kijker door vrijwilligers de kans te bieden van functie te ruilen.

Accommodaties
De gemeente wil graag richting en kaders geven aan zowel verenigingen als inwoners op het gebied van accommodatiebeleid. Uitgangspunt is dat de gemeente een faciliterende en regisserende rol heeft ten aanzien van sportaccommodaties. Roeien met de financiële middelen die er zijn.

De kernpunten van het sportaccommodatiebeleid zijn:

- Het beleid is gericht op het instant houden en, waar mogelijk, verbeteren van de capaciteit en kwaliteit van het huidige basisaanbod van publieke voorzieningen voor basissporten (zonder winstoogmerk). Een aantal accommodaties moeten toekomstbestendig zijn (toepasbaar voor meerdere doelgroepen en nieuwe activiteiten, waarbij lidmaatschappen niet noodzakelijk zijn).
- Sportverenigingen kunnen gebruik maken van kwalitatief goede sportvoorzieningen, topsportaccommodaties zijn geen prioriteit.
- Geen nieuwe binnensportaccommodaties. Uitgangspunt; eerst moeten huidige voorzieningen zo optimaal mogelijk worden benut.
- Binnenzwembad binnen de gemeente is van waarde voor de inwoners, onderwijs en de (zwem) vereniging.
- Het buitenzwembad zal per 2017 gezien de kosten opgeheven worden.
- De gemeente heeft aandacht voor de bereikbaarheid, beschikbaarheid en betaalbaarheid van de sportvoorzieningen.
- De gemeente streeft naar een zo goed mogelijke spreiding van recreatieve sportvoorzieningen in de kernen. In alle kernen moeten bewegingsmogelijkheden zijn, dit betekent echter niet dat elke kern over een uitgebreide accommodatie hoeft te beschikken.
- De gemeente voorstaat een zo optimaal mogelijk en multifunctioneel gebruik van de voorzieningen. Accommodatiegebruik met verschillende verenigingen samen en dus multifunctioneel, is een belangrijk punt voor de gemeente en wordt aangemoedigd; Een breed en gevarieerd aanbod dat afgestemd is op de doelgroep. De gemeente zal binnen afzienbare tijd teruggaan naar 2 wellicht 3 toekomstbestendige sportcomplexen, te weten 2 grote voetbalaccommodaties die multifunctioneel en dus ook voor andere beweegvormen inzetbaar zijn en 1 complex in Houthem waar verschillende sporten beoefend kunnen worden (onder andere tennis, voetbal en ruitersport).
- De visie van de gemeente is gericht op het zo nodig verbeteren van de sociale veiligheid rondom de accommodaties.
- Sociale ontmoetingsplekken worden gestimuleerd rondom bestaande accommodaties.
- Het gebruik van accommodaties moet zo efficiënt mogelijk; derhalve worden accommodaties multifunctioneel gebruikt.

De gemeente heeft een dekkend netwerk van basisvoorzieningen voor ogen; sober, maar kwalitatief van een goed niveau. Daar dient aan toegevoegd te worden dat:

- De gemeente het initiatief neemt en investeert in de realisatie van nieuwe basisvoorzieningen of de aanpassing van oude voorzieningen m.b.t. de sportaccommodaties van;
  -sportcomplex Voetbalvereniging Walram
  -sportcomplex Voetbalvereniging Berg ‘28
  -fusie tennisverenigingen en samenvoeging accommodaties (sportcomplex Houthem).
- Bij niet-basisvoorzieningen in eerste instantie het particulier initiatief leidend is.
- De gemeente bereid is mee te denken met particuliere plannen (zonder winstoogmerk), maar niet a-priori optreedt als investeerder. Hierbij gaat het om het ondersteunen van initiatieven zoals Sportdorpen en Open Sportclub, waarbij nieuwe (beweeg)initiatieven, activiteiten en efficiënte samenwerkingsverbanden worden gerealiseerd met als doel meer inwoners vaker actief te laten zijn.
- De gemeente hierbij uitgaat van het gemeenschappelijke belang en de eigen verantwoordelijkheid van de gebruiker.
- Eigenaren van sportaccommodaties zijn zelf verantwoordelijk voor het groot onderhoud, renovatie, uitbreiding en vernieuwing van hun accommodatie inclusief velden.
- De gemeente wil ook de on- of anders georganiseerde sport faciliteren. Voor een deel maakt deze groep gebruik van de aanwezige voorzieningen, waaronder gymzalen. Daarnaast kan de gemeente faciliteren door voorzieningen op te nemen in het speelruimtebeleid of bijvoorbeeld door de aanleg van voorzieningen in de buitenruimte, zoals veilige hardlooproutes, fiets-, wandel- en ruiterpaden.
- De gemeente hecht waarde aan vitale sportverenigingen die bewust omgaan met maatschappelijke trends en ontwikkelingen en zijn ingericht op een succesvolle en gezonde

toekomst. Een vitale sportvereniging heeft zijn zaken goed op orde, ook op het gebied van accommodatie.

Wat zijn de criteria voor capaciteitsuitbreiding

- Drie jaar een capaciteitstekort volgens NOC*NSF-richtlijnen en/of de richtlijnen van de betreffende bond.
- Andere verenigingen (die een vergelijkbare sport beoefenen) hebben onvoldoende ruimte om de capaciteitsvraag op te vangen.
- Het beheer van de accommodatie kan door de vereniging of stichting worden gedaan.
- Gemeente heeft grond en voldoende (financiële) middelen beschikbaar.
- De gemeente betaalt niet mee aan regionale voorzieningen buiten Valkenburg a/d Geul, maar stimuleert en moedigt fusieverenigingen wel aan, ook wanneer deze grensoverschrijdend zijn.

De gemeente vindt het heel erg belangrijk dat uit het oogpunt van gezondheid en leefbaarheid er sportverenigingen binnen haar gemeentegrenzen zijn. Hierbij streeft de gemeente naar sportfaciliteiten die voor meerdere doeleinden bruikbaar zijn. Aan de andere kant wordt van de verenigingen verwacht dat zij zich inzetten voor zowel sportbeoefening als sociale activiteiten in Valkenburg a/d Geul.



Hoofdstuk 4: Missie en doelstellingen

Missie
De Valkenburgse sportvisie, waarin samenwerking en het creëren van een optimaal beweegklimaat centraal staan, vertaalt zich in de volgende missie:

De gemeente Valkenburg aan de Geul streeft ernaar om voor alle doelgroepen in elke kern een uitdagend beweegklimaat te ontwikkelen en te onderhouden, met branche-overschrijdende samenwerkingsverbanden; 'Samen voor een Vitale Leefomgeving'.

Doelstellingen
Om inzichtelijk te maken wat er met de doelstellingen wordt beoogd, staan onder de doelstellingen enkele meetbare punten genoemd.

1. Maatschappelijke betrokkenheid van sportverenigingen versterken.
    - Verenigingen organiseren tenminste 2 maal per jaar activiteiten voor de wijk, of gemeente breed (stimulering door aansluiting van het subsidiebeleid).
    - Verenigingen werken samen met instanties buiten de sportsector om.
    - Verenigingen bieden activiteiten aan voor kwetsbare doelgroepen*. De focus ligt hierbij op de doelgroep 65 jaar en ouder die momenteel nog niet aan sportactiviteiten deelnemen.

2. Vergroten van de vitaliteit van sportverenigingen.
    - Verenigingen volgen ten minste 1 cursus per jaar om de kwaliteit en of kennis van de vrijwilligers te vergroten. Deze cursus zal gratis aangeboden worden voor de verenigingen.
    - Verenigingen trekken meer leden aan door flexibele lidmaatschappen. Een stijging van 10% van 2014 tot 2018.
    - Verenigingen voeren een actief vrijwilligersbeleid. Alle verenigingen hebben eind 2016 een beleidsplan, met daarin tenminste 1 apart onderdeel over het binden, boeien en behouden van vrijwilligers.
    - Verenigingen krijgen (hierbij) advies en begeleiding van de gemeente via de combinatiefunctionaris verenigingsondersteuning.

3. Stimuleren van sportdeelname onder alle leeftijdsgroepen, waarbij we onderscheid maken in 3 leeftijdsgroepen: 4-18 jaar, 25-40 jarigen en 65 jaar en ouder. Elke groep heeft een aparte strategie en doelen. De focus ligt op bovengenoemde leeftijdscategorieën, waarbij tussenliggende leeftijdsgroepen uiteraard niet uitgesloten worden.
    - Gecombineerde abonnementen met andere verenigingen en instellingen. Eind 2018 is er in Valkenburg aan de Geul 1 beweegkaart, waaruit verschillende beweegabonnementen samengesteld kunnen worden.
    - Samenwerkingsverbanden leggen tussen ouderenorganisaties, zorginstellingen, sportverenigingen en sociaal-culturele verenigingen en gezamenlijk aanbod verzorgen voor bewoners van 65 jaar en ouder. Het streven is om het gevoel van eenzaamheid in de doelgroep 65 jaar en ouder eind 2019 te laten dalen van 8,8 % (0-punt) naar 5%.
    - Het sportimpuls project Sportdorp Houthem dient als pilotproject/voorbeeld om later toe te passen in de diverse andere kernen en te voorzien in het aangepaste beweegaanbod voor de doelgroep ouder dan 65 jaar.
    - Jongeren van Valkenburg aan de Geul in de categorie 4-18 jaar vaker te laten bewegen en gezonder te laten eten. Laatste cijfers over het 0-punt zijn gemeten in 2010: van 5-10 jaar zijn 350 inwoners lid van een sportvereniging, van 10-15 jaar is dit 610 en van 15-20 jaar is dit aantal 500. Beweging heeft positieve effecten op de bestrijding van eenzaamheid, overgewicht en obesitas, sociale binding in wijken, zelfredzaamheid, zelfzekerheid en nog tal van anderen punten. Het programma JOGG zal hierbij als middel dienen.

- 50% van de kinderen en jongeren uit het speciaal onderwijs hebben deelgenomen aan een van de (naschoolse) sportactiviteiten van het JOGG-programma.
- Een pilotvereniging heeft ten minste twee jongeren uit het speciaal onderwijs binnen een reguliere trainingsgroep van de sportvereniging geïntegreerd. De vereniging krijgt hierbij begeleiding van de twee combinatiefunctionarissen.
- 80% van de kinderen tussen de 4-12 jaar is op 1 januari 2017 lid van een sportvereniging of beweeginstelling met een (flexibel) lidmaatschap en na 3 jaar is dit stabiel op 85%;
- 50% van de kinderen tussen de 4-12 jaar met overgewicht, obesitas en/of een beweegachterstand sport in de beweeggroep voor kinderen onder leiding van de beweegmakelaar en vakleerkracht LO na 1 jaar (0-punt niet bekend). Na 2 jaar is dit 60% en na 3 jaar is dit stabiel op 70 %;
- Op 1 januari 2018 is het aantal kinderen tussen de 4-12 jaar met overgewicht, obesitas en/of een beweegachterstand niet meer verder toegenomen. T.o.v. 2013 met 13,1 % obesitas bij 9-11 jarige;
- 70% van de jongeren tussen de 12 en 18 jaar is op 1 januari 2016 lid van een sportvereniging of beweeginstelling met een (flexibel) lidmaatschap, of heeft tenminste 12 keer per jaar deelgenomen aan een van de aangeboden sportactiviteiten;
- Ten minste 12 jongeren van het Stella Maris College helpen vanaf 2015 twee keer per jaar mee bij het organiseren van een evenement speciaal voor alle jongeren van Valkenburg aan de Geul.

4. Stimuleren van het aangaan van samenwerkingsverbanden tussen verenigingen onderling en verenigingen met andere stichtingen, verzorgingscentra, dorpskernen of commerciële organisaties om de verenigingen klaar te stomen en sterk te maken voor de toekomst.
    - Doel van de samenwerkingsverbanden is elkaar weten te vinden, gebruik te maken van elkaars expertise en samen de missie om een vitale leefomgeving te creëren te omarmen. Eind 2017 zijn er tenminste 3 nieuwe samenwerkingsverbanden opgesteld waar een sportvereniging onderdeel van uitmaakt. Momenteel is er slecht 1 situatie bekend waarvan sprake is van een op papier vastgelegd samenwerkingsverband (sportdorp Houthem/Vereniging van de Toekomst).
    - Een overdracht van leden om daarmee de kwaliteit en diversiteit binnen de groepen te waarborgen kan onderdeel zijn van dit samenwerkingsverband.

5. Duurzaam gebruik van multifunctionele accommodaties aanjagen.
    - Accommodaties dienen efficiënt gebruikt te worden. Leegstaande uren van zwembaden, sporthallen en buitenvelden worden opgevuld (multifunctioneel gebruik, sector overschrijdende samenwerkingen en onderhuur).
    - Kostenbesparingen op lange termijn door duurzaam en collectief beleid te voeren.

6. Gymonderwijs wordt via de methodische lijn van het vakwerkplan gegeven om kwaliteit van de gymlessen op de basisscholen van Valkenburg aan de Geul te bevorderen.



- Inzet van professionals om te ondersteunen binnen het basisonderwijs.
- Controle op uitvoering van het gemeenschappelijk gevormde beleid op het gebied van gymonderwijs binnen de basisscholen. Eind 2016 voeren alle basisscholen van Valkenburg aan de Geul het vakwerkplan goed uit.

> Kwalitatief goed bewegingsonderwijs vormt de basis voor een leven lang sporten

7. Sporten voor iedereen; Direct na school kunnen kinderen en jongeren in de leeftijd van 6-18 jaar in de buurt van hun schoollocatie bewegingslessen volgen.
    - Sportverenigingen tonen hun aanbod tijdens deze lessen.

- Behoud van sportdeelname in de leeftijd van 6-12 jaar (75% is lid van een sportvereniging) en een stijging van 10 % na drie jaar binnen de flexibele lidmaatschappen naar 85% binnen 3 jaar.
- Een toename van 5% in de leeftijdscategorie 12-18 jaar t.o.v. 2013 waar 66% lid was van een sportvereniging (d.m.v. flexibele lidmaatschappen en uitbreiding aanbod). Dit komt neer op 27 extra lidmaatschappen onder jongeren binnen 3 jaar.

8. Bedrijven (met name horeca gelegenheden) worden gestimuleerd tot maatschappelijke betrokkenheid en fysieke activiteiten. Dit kan bijv. op financieel, organisatorisch en promotioneel vlak.
    - Jaarlijks wordt er tenminste in één sport een bedrijvencompetitie opgezet om een sportcultuur te creëren binnen bedrijven (sportiefste bedrijf van Valkenburg aan de Geul).
    - Bedrijven worden gestimuleerd om mee te doen aan beweegtrajecten in wijken en dragen daarmee het goede voorbeeld uit naar de gemeenschap.
      Horeca wordt gestimuleerd een actieve rol te spelen in het promoten van de gezonde leefstijl bij de jeugd en te participeren in het JOGG en OOGG traject.

9. Onderzoek instellen naar de mogelijkheden van een ‘Ouderensportfonds’.
   Een Ouderensportfonds is te vergelijken met het Jeugdsportfonds. Het Jeugdsportfonds heeft tot doel de sportbeoefening door kinderen van minder draagkrachtige ouders/ verzorgers (in Valkenburg aan de Geul met een inkomen tot 110 % van de van toepassing zijnde bijstandsnorm) in een afgebakend gebied te verzorgen. Valkenburg aan de Geul participeert in het Jeugdsportfonds. De jaarlijkse kosten worden geput uit de bijzonder bijstand. Een gesubsidieerd kind ontvangt maximaal € 225,- voor het betalen van de contributie en de aanschaf van sportmaterialen. We stellen een onderzoek in om een dergelijke constructie ook voor de doelgroep ouderen mogelijk te maken.

Hoofdstuk 5: Van doelstellingen naar activiteiten

Hoe gaan we dit bereiken?

1. Maatschappelijke betrokkenheid van sportverenigingen versterken

Om de maatschappelijke betrokkenheid van sportverenigingen te vergroten is kennis en inzicht van de ontwikkelingen een eerste vereiste. Door middel van het geven van informatieavonden over de trends en de ontwikkelingen door de combifunctionarissen en de sportraad, worden verenigingen ingelicht over de veranderingen. Verenigingen worden daarnaast door middel van subsidies gestimuleerd om activiteiten te organiseren om kwetsbare of nieuwe doelgroepen aan te spreken. Hierbij is samenwerking met andere verenigingen en sectoren een essentiële succesfactor, waarbij kennis en netwerk gedeeld wordt.



Buiten ongeorganiseerd sporten

2. Vergroten van de vitaliteit van sportverenigingen

Verenigingen worden gevraagd aan te geven bij welke verenigingsproblematieken ondersteuning gewenst is. De verenigingsondersteuner zal samen met de vrijwilligerscentrale en de sportraad jaarlijks een cursusaanbod verzorgen om de kennis binnen deze thema's te vergroten. Daarnaast begeleidt de verenigingsondersteuner de verenigingen individueel met een meerjarenplan om de vereniging toekomstbestendig te maken. Een van de belangrijke punten uit dit plan is het opstellen van een vrijwilligersbeleid per vereniging/samenwerkingsverband. Met het oog op de veranderende wensen en behoeften van vrijwilligers is het noodzaak aanpassingen te maken op het huidige vrijwilligersbeleid. De combinatiefunctionaris sport zal dit begeleiden. Tenslotte wordt er in samenwerking met andere instanties gekeken naar de mogelijkheden tot het invoeren van flexibele en/of gecombineerde lidmaatschappen.

3. Stimuleren van sportdeelname onder alle leeftijdsgroepen, waarbij onderscheid wordt gemaakt in drie leeftijdscategorieën.

Voor de leeftijdscategorie 25-40 jarigen zal er tenminste jaarlijks een sportstimuleringsevenement georganiseerd worden, zoals een toernooi, sportdag, themadag etc. Tijdens dit evenement staat een sport centraal waarmee de doelgroep minder bekend is, om de zin in bewegen aan te wakkeren. Tijdens het sportstimuleringsevenement zijn er bovendien verschillende deskundigen aanwezig om testen en adviezen over een gezond en actief leefpatroon te verschaffen. Er worden verder gedurende het jaar verschillende try-out blokken en try-out dagen georganiseerd door de sportverenigingen in samenwerking met de combifuncties. Daarnaast is ook hierbij het flexibel lidmaatschap een manier om ervoor te zorgen dat het voor de leeftijdscategorie 25-45 jarige makkelijk wordt/blijft om een sport te beoefenen. Er wordt ingespeeld op de ontwikkeling om meer, gevarieerder en wisselender aanbod te creëren. Een flexibel lidmaatschap houdt in dat je lid kan worden van een vereniging met aangepaste voorwaarden. Deze voorwaarden kunnen te maken hebben met wisselende tijden, andere verplichtingen, andere prijscategorieën en afwisselend aanbod dat ook in samenwerking met andere verenigingen aangeboden kan worden.
Voor de doelgroep jeugd 0-18 jaar, zal het programma JOGG geïntegreerd worden (zie bijlage JOGG voor het inhoudelijke programma).
In de leeftijdscategorie 65 jaar en ouder is de relatie met de zorgsector cruciaal. Kennis moet gedeeld worden en patiënten kunnen worden doorverwezen naar een geschikt beweegaanbod (BIB, bijlage E). Aan de andere kant wordt er van sportverenigingen gevraagd aangepast of nieuw beweegaanbod te creëren. Sportdorp Houthem is hier de kartrekker. Onder begeleiding van de combinatiefunctionarissen en ondersteund door de subsidie 'Sportimpuls' van ZonMW, ontwikkelen de sportverenigingen nieuw beweegaanbod vanaf 2014. Het programma OOGG en Sportdorpen (18 jaar en ouder) die inhoudelijk dieper zal ingaan op de werkwijze en doelstellingen van dit programma is in bijlage B te vinden. Zo wordt er om de beweging van de doelgroep 65 jaar en ouder te stimuleren een Monterpad aangelegd door het centrum van Valkenburg. Dit pad is onderdeel van

bestaande paden en maakt gebruik van natuurlijke beweeguitdagingen, zoals bestaande zitbanken, hekken etc. In het pad zitten in totaal 20 beweegvormen die door fysiotherapeuten en sportartsen zijn ontwikkeld.

4. Stimuleren van het aangaan van samenwerkingsverbanden tussen verenigingen onderling en verenigingen met andere stichtingen, verzorgingscentra, dorpskernen of commerciële organisaties om de verenigingen sterk te maken voor de toekomst.
Het belang van intra- en intersectorale samenwerking is in dit document meerdere malen aan de orde gekomen. In het kader van bestuurlijke samenwerking/fusie heeft de gemeente een stimuleringssubsidie ontwikkeld (betreft een eenmalige bijdrage). Verenigingen met oog en actie voor maatschappelijke belangen zijn ontzettend waardevol voor de inwoners uit Valkenburg aan de Geul. Door middel van een verschuiving van de subsidiekaders worden projecten die leiden tot sterke en toekomstbestendige verenigingen, met een gemeenschappelijk doel de wijken uit de gemeente Valkenburg aan de Geul vitaler te maken, financieel ondersteund. De verenigingsondersteuner zal dit proces begeleiden. De verbinding met de zorgsector wordt daarbij onderschreven.

5. Duurzaam gebruik van multifunctionele accommodaties aanjagen.
Veel sportaccommodaties zijn momenteel niet rendabel en daarom financieel zwaar om in stand te houden. De mogelijkheden om kosten te delen met verschillende instanties en collectieve inkopen te doen worden daarom de komende jaren ontplooid. Tevens worden leegstaande uren gevuld met verschillende activiteiten. Ook buiten de sportsector kan de oplossing gevonden worden. Ook hier is samenwerking met de zorg-, onderwijs- en commerciële sector van belang.

6. Gymonderwijs wordt via de methodische lijn gegeven om kwaliteit van de gymlessen op de basisscholen van Valkenburg aan de Geul te bevorderen.
De combinatiefunctionaris Onderwijs en Sport zal de komende jaren investeren op de kwaliteit van de gymlessen in het basisonderwijs. Dit gebeurt enerzijds door advies en instructie over de gekozen leerlijn vooraf en anderzijds door de controle van het uitvoeren van de methodische leerlijn uit het vakwerkplan achteraf. Knelpunten worden samen bekeken en opgelost.

7. Sporten voor iedereen; Direct na school kunnen kinderen en jongeren in de leeftijd van 6-18 jaar in de buurt van hun schoollocatie bewegingslessen volgen.
Op het basisonderwijs zal aansluitend aan de schooltijden in een gymzaal of sporthal in de nabije omgeving gymles gegeven worden. Tijdens deze lessen staan kennismaking met sport en plezier in beweging voorop. Via de koppeling met de zorgsector worden kinderen met (dreigende) obesitas verwezen naar deze lessen. De lessen worden tegen een kleine vergoeding verzorgd door sportverenigingen en bijgestaan door de combinatiefunctionaris. Op de middelbare school worden vooral nieuwe sporten geïntroduceerd in de lessen aansluitend na school (van 16.00-17.30 uur). Te denken valt hierbij aan lessen Breakdance, Popping, BMX, Bounceball en Free running.

8. Bedrijven worden gestimuleerd tot maatschappelijke betrokkenheid en fysieke activiteiten.
De combinatiefunctionarissen zullen de toenadering met het bedrijfsleven actief opzoeken. Bedrijven worden gestimuleerd om medewerkers te laten sporten. De gemeente ondersteunt met faciliteiten en adviezen. De zorgverzekeraars worden benaderd mee te werken aan projecten gericht op de preventie van overgewicht en hart- en vaatziekten. Fitnessinstellingen worden actief benaderd door de combinatiefunctionarissen om programma's van de zorg- en onderwijssector te koppelen. Daarnaast wordt het bedrijfsleven benaderd om te participeren in beweegtrajecten in wijken. Het doel is om een gezonde en actieve leefstijl uit te dragen binnen het bedrijfsleven en met name de horecagelegenheden. Door de participerende rol van bedrijven in beweeg- en gezondheidstrajecten wordt het goede voorbeeld ook uitgedragen aan de burgers.

9. Onderzoek instellen naar de mogelijkheden van een 'Ouderensportfonds'.
Er zal een onderzoek ingesteld worden naar de mogelijkheden om een fonds in het leven te roepen om het sporten door ouderen, die rond moeten komen van een minimum inkomen en daardoor niet genoeg geld hebben om lid te worden van een sportvereniging, mogelijk te maken. Het inkomen bedraagt maximaal 110 % van de van toepassing zijnde bijstandsnorm. Voor die ouderen betaalt het

ouderensportfonds de contributie en in bepaalde gevallen de sportattributen tot een bedrag van maximaal € 225,-.

NB: Voortaan zal eerst het nieuwe sportbeleid gevormd worden (en ook het kunst- en cultuurbeleid), alvorens het subsidie- en accommodatiebeleid wordt herzien.

Hoofdstuk 6: Middelen van realisatie

Wat hebben we nodig om dit te bereiken?
Om erachter te komen wat er nodig is om de doelstellingen uit het sportbeleidsplan 2015-2018 te bereiken worden hieronder de concrete middelen benoemd.

Middelen:

- Combinatiefunctionaris Sport/Coördinator Sport 1 FTE tot minimaal 2019 met de intentie tot structurele aanstelling, die de link legt met diverse sectoren zoals het bedrijfsleven, onderwijs, Wmo en de zorg;
- Verenigingsondersteuner tot minimaal 2019 met de intentie tot structurele aanstelling, helpt de verenigingen bij het opstellen en ontwikkelen van toekomstplannen die leiden tot 'vitale' verenigingen 0,5 FTE;
- JOGG regisseur 0,5 FTE; Gedeeltelijk onder te brengen bij de huidige combinatiefunctionarissen (sport en onderwijs en verenigingsondersteuning).
- Regisseur OOGG, ondersteuner BIB en Sportdorpen (0,5 FTE deels onder te brengen bij de huidige combinatiefunctionarissen).
- Het uitbrengen van een sport- en beweegkaart voor de gemeente Valkenburg aan de Geul. Eén kaart voor heel de gemeente, waarmee bij alle aangesloten instanties gesport kan worden;
- Subsidie('s) Sportimpuls voor de gemeente Valkenburg aan de Geul;
- Opstellen van een nieuw subsidiebeleid om de beoogde doelstellingen te ondersteunen en stimuleren;
- Aansluiting van het accommodatiebeleid aan het algehele sportbeleid van Valkenburg aan de Geul.
- Vast werkbudget Sport van 10.000 euro per jaar om sportstimulering te bevorderen onder alle doelgroepen d.m.v. cursusdagen, netwerkbijeenkomsten, evenementen, sportdagen, sportgala's en try-out blokken.
- Samenwerking tussen de combifuncties, sportverenigingen, scholen, de sportraad, de gemeente, buitenschoolse opvangcentra, de zorgsector en het bedrijfsleven om vorm te geven aan de plannen en deze zo efficiënt mogelijk uit te voeren.
- Organiseren van netwerkbijeenkomsten en overlegmomenten tussen bovengenoemde instanties om deze samenwerking te bevorderen. De gemeente Valkenburg aan de Geul is onder leiding van de combifuncties initiator van deze bijeenkomsten.



Koningsspelen 2013, sportdag voor de basisscholen

Bronvermelding

- Bos en Vogelzang, 2008
- CBS Statline, 2012
- CBP *Korte termijn ramingen*, 2014.
- DNB; *Economische ontwikkelingen en vooruitzichten*. December, 2013.
- Een gezonde kijk op Zuid-Limburg, 2012
- Huysmans en De Daan, 2010
- Kenniscentrum-ba, *Sport in Beweging*, 2011
- Limburg beweegt naar de Toekomst, 2010
- Limburg, 2013. Van het World Wide Web gehaald op 28-12-2013: www.limburg.nl/milieu
- NOC*NSF, 2009
- NOC*NSF, 2013. *KISS-Rapportages: Lidmaatschapscijfers Nederlandse Sportbonden*.
- Sportdatabanklimburg.nl
- Sportnota, 2008-2012; *Sport en bewegen haalt het beste uit Limburg*
- Trends en ontwikkelingen op het gebied van sport en bewegen- Gemeente Maastricht, 2012

Bijlage A JOGG (Jongeren Op Gezond Gewicht)

Aanleiding programma

In gesprekken met de huisartsen, fysiotherapeuten en psychologen van Valkenburg aan de Geul kwam naar voren dat de weg binnen de sport voor sommige bewoners lastig te bewandelen is. Ook is het voor zorgaanbieders ingewikkeld mensen op een juiste wijze door te sturen. Op aanvraag is er naar aanleiding van deze gesprekken een boekje samengesteld waar per leeftijdscategorie in één oogopslag is te zien, bij welke beweegaanbieders een bewoner terecht kan.

Na een aantal malen samen te hebben gezeten met de huisartsen, fysiotherapeuten en psychologen van Valkenburg aan de Geul, heeft de sportraad samen met de beleidsmedewerker wonen en leven en de combinatiefunctionarissen besloten één lijn te trekken en een gedegen programma op te stellen binnen de thema's zorg en sport, om de huidige problematieken (obesitas, bewegingsachterstand, bewegingsarmoede en eenzaamheid) aan te pakken. Hierbij is een onderscheid gemaakt in twee gezondheidsprogramma's ingedeeld op basis van leeftijdscategorie; 0-18 jaar (JOGG-programma) en de leeftijdsgroep 18 jaar en ouder (OOGG).

In dit stuk zullen wij ons richten op het programma 'JOGG', (Jeugd op Gezond Gewicht), dit plan staat aan de basis om kinderen en jeugd van 0-18 jaar, woonachtig in Valkenburg aan de Geul, een gezonde leefstijl te laten kiezen.

<u>Hoe is de huidige situatie in Valkenburg aan de Geul</u>

In Valkenburg aan de Geul heeft 6,6% van de 5- en 6-jarigen overgewicht en dit neemt toe tot 18% bij de 13- en 14-jarigen. Verder zien we een duidelijk verband in opleidingsniveau. Van de leerlingen uit Zuid-Limburg die op de Havo of het VWO zitten, heeft 5% overgewicht. Op het VMBO stijgt dit aantal naar 9,5% en op de praktijkschool/SVO loopt dit aantal zelfs op tot 15,5% (Gezonde kijk op Valkenburg, 2010 en cijfers GGD overgewicht, 2013).

Doel programma JOGG

Het programma JOGG heeft als doel méér jongeren van Valkenburg aan de Geul, vaker te laten bewegen en gezonder te laten eten. Beweging heeft positieve effecten op de bestrijding van eenzaamheid, overgewicht en obesitas, sociale binding in wijken, zelfredzaamheid, zelfzekerheid en nog tal van anderen punten.

Doelstellingen per doelgroep:

<u>Kinderen 4-12 jaar</u>

- 80% van de kinderen is op 1 januari 2017 lid van een sportvereniging of beweeginstelling met een (flexibel) lidmaatschap en na 3 jaar is dit stabiel op 85%;
- 50% van de kinderen met overgewicht, obesitas en/of een beweegachterstand sport in de beweeggroep voor kinderen onder leiding van de beweegmakelaar en vakleerkracht LO na 1 jaar. Na 2 jaar is dit 60% en na 3 jaar is dit stabiel op 70 %;
- Op 1 januari 2018 is het aantal kinderen met overgewicht, obesitas en/of een beweegachterstand niet verder toegenomen. T.o.v. de beginsituatie voor de start van dit programma: 13,1%;
- Activiteiten van verenigingen voor jeugd verdelen over de gemeente. Elke kern heeft beweegvormen. Echter niet elke kern biedt alle sporten voor elke doelgroep aan. Om verenigingen sterk te maken voor de toekomst zal elke vereniging zoals die nu gepositioneerd is, zich concentreren op een of een aantal sport/beweegvarianten. Dit vraagt samenwerking van de verenigingen onderling, maar zal ook resulteren in minder belaste uren voor vrijwilligers.
- 50% van de kinderen uit het speciaal onderwijs hebben kennis gemaakt met en deelgenomen aan ten minste 1 van de naschoolse sportactiviteiten.

- Elk jaar wordt er een cursusaanbod verzorgd voor de sportverenigingen van Valkenburg waarbij het thema 'het speciale kind' centraal staat. Daarnaast krijgen trainers en bestuurlijk kader van verenigingen begeleiding bij het integreren van kinderen uit het speciaal onderwijs in reguliere groepen.

Jongeren 12-18 jaar

- 70% van de kinderen is op 1 januari 2016 lid van een sportvereniging of beweeginstelling met een (flexibel) lidmaatschap;
- Ten minste 12 jongeren van het Stella Maris College helpen vanaf 2015 twee keer per jaar mee bij het organiseren van een evenement speciaal voor alle jongeren van Valkenburg aan de Geul.
- Elk jaar wordt er een cursusaanbod verzorgd voor de sportverenigingen van Valkenburg waarbij het thema 'het speciale kind' centraal staat. Daarnaast krijgen trainers en bestuurlijk kader van verenigingen begeleiding bij het integreren van kinderen uit het speciaal onderwijs in reguliere groepen.

Inhoud programma

Het programma bestaat uit meerdere onderdelen toegespitst op de verschillende doelgroepen en leefkernen van de gemeente Valkenburg aan de Geul.

1. Flexibele lidmaatschappen

In de landelijke trendrapporten komt duidelijk naar voren dat er steeds meer behoefte is aan diversiteit. Daarnaast zijn er veel groepen die wegens werk, kinderen, school of andere zaken een druk en onregelmatig leefpatroon hebben. Hierdoor is het voor verenigingen en beweegaanbieders noodzakelijk om een flexibeler lidmaatschap aan te bieden. In Valkenburg aan de Geul zal er een beweegpas worden ontwikkeld waarbij je aan diverse sporten/beweegvormen kan deelnemen voor een vast bedrag per maand. Deze pas is maandelijks opzegbaar én maandelijks aan te vragen. Daarnaast geven verschillende verenigingen beweeglessen waaraan deelnemers los kunnen deelnemen zonder vast lidmaatschap voor het gehele seizoen.

Sportpas opzet:

Leeftijd 4 t/m 7 jaar	Strippenkaart : bv. 40 strippen per jaar voor 60€ welke zelfstandig vrij in te zetten zijn bij alle verenigingen, zo hebben kinderen ruim de tijd om zich te oriënteren.
Leeftijd 8 t/m 12 jaar	Supersporterspas: Korting bij sportieve evenementen, naschools sporten, op verschillende sportwinkels en horecagelegenheden (gezonde voeding).
Leeftijd 13 t/m 18 jaar	Sun, Fun & body pas: Een sportpas welke toegang geeft voor diverse recreatieve sportevenementen en fitness-en danscentra.

2. Kwalitatief goede gymlessen

Kinderen die goed zijn in sport en bewegen vinden het vaak ook veel leuker om te bewegen. Een goede basis voor een leven lang actief, wordt gelegd op de basisschool. Daarom is het van groot belang dat de kwaliteit van deze gymlessen in orde is. De vakdocent LO zal intensieve begeleiding geven aan de huidige basisonderwijzers.

3. Samenwerking zorgsector

Om een optimale gezinsbegeleiding te kunnen bieden voor gezinnen met kinderen met obesitas/overgewicht, is samenwerking met diverse disciplines gewenst. Zowel een diëtist, psycholoog, jeugdzorgconsulent en een fysiotherapeut zullen ingeschakeld worden op momenten binnen het project voor advies en begeleiding. Daarnaast willen we andersom vanuit de intakes op scholen ook kinderen doorverwijzen naar de zorginstellingen. Zo kan een kind die psychische problemen heeft door zijn overgewicht doorverwezen worden naar een psycholoog om het zelfbeeld en de zelfzekerheid omhoog te brengen. Ook kan een kind met obesitas worden doorgestuurd naar een 'Fitkids' groep binnen een fysiotherapiepraktijk. Verder willen we verschillende gezamenlijke activiteiten/evenementen opzetten waarbij inwoners een gezondheidscheck kunnen doen. Op deze dag worden metingen, sport- en spelactiviteiten en voorlichtingen over gezonde voeding georganiseerd. Daarnaast kunnen verschillende praktijken zichzelf hier presenteren zodat de bewoners bekend raken met de instellingen van de gemeente. Lokale horecabedrijven worden ingeschakeld om samen gezonde voeding te promoten en te stimuleren (kortingen, assortimentuitbreidingen etc). Horecabedrijven die hieraan meewerken worden positief onder de aandacht gebracht door de campagne. Fitnesscentra uit Valkenburg aan de Geul worden tenslotte benaderd om speciale programma's aan te bieden voor kinderen en jongeren. Zo kan er in een veilige omgeving en voor een betaalbare prijs onder begeleiding worden gesport. De GGD en de interventie-eigenaar van het JOGG programma ondersteunen door middel van adviezen, voorlichtingsbijeenkomsten en meetapparatuur.

4. Testen op scholen

Op elke basisschool en middelbare school van Valkenburg aan de Geul worden testen afgenomen die een beeld geven over de gezondheid van een kind.
Leeftijd, lengte, gewicht, vetpercentage, huidplooien, uithoudingsvermogen, motoriek, kracht en lenigheid worden getest. Alle leerlingen krijgen na afloop een brief thuisgestuurd waarin de resultaten van deze test benoemd worden. Ook staat in deze brief uitleg over de betekenis van deze uitslagen.
In de brief wordt tevens een advies/doorverwijzing (sportgroep, diëtist, motorisch remedial teaching, psycholoog etc.) gegeven en er is de mogelijkheid apart een gesprek in te plannen met de beweegmakelaar om in samenspraak een plan op te stellen voor het kind (en het gezin). De beweegmakelaar zal waar nodig begeleiding en advies inschakelen van zorginstanties.

Begrotingstotaal

Inkoop programma en begeleiding JOGG	€ 5000 per jaar
Personele kosten (incl 0,5 fte)	€ 27.500 per jaar
Materiële kosten	€ 3000 eenmalig
Zaalhuur (76 uur pj a 20 €)	€ 1500 per jaar
Fitness/sportinstructeur (76 uur pj a 20€)	€ 1500 per jaar
Cursusaanbod	€ 1500 per jaar

Casusvoorbeeld 'Bart'

Bart komt op maandagmorgen na een leuk weekend weer in de klas. Hij is zenuwachtig en hoopt dat de gymles vandaag niet door zal gaan. Bart wordt altijd als laatste gekozen bij de gymles en wordt soms uitgelachen door de andere kinderen. Hij zou graag beter zijn in gym en vooral in voetbal. Dan kan hij ook in de pauze en na school mee gaan voetballen bij de andere jongens.
's Middags tijdens de gymles komen er twee nieuwe gezichten binnen. Ze stellen zich voor aan de klas en leggen uit dat ze vandaag allerlei leuke testjes gaan doen. Net als de andere kinderen wordt Bart nieuwsgierig. In een apart kleedlokaal worden de kinderen om de beurt gewogen en gemeten. Bart is blij dat dit niet midden in de zaal gebeurd, want hij schaamt zich een beetje voor zijn grote lichaam. In de gymzaal worden per groepje allerlei leuke beweegvormen gegeven. 1 Mevrouw schrijft alles op. Dit was ook uitgelegd aan de klas. Je kan gelukkig niks fout doen tijdens de oefeningen en het is ook niet voor punt. De week erop krijgen alle kinderen een brief mee naar huis. Bart heeft ook een brief binnengekregen. Op deze brief staan verschillende getallen genoemd. Ook staat er het woord 'Obesitas'. Bart weet niet wat dit woord betekend, maar zijn ouders wel. In de brief staat ook uitleg over alle genoemde getallen en ook dat er binnenkort iemand speciaal naar hun huis komt om samen te kijken op welke manier Bart meer zou kunnen gaan bewegen. Hier heeft hij helemaal geen zin in. Hij is daar niet goed in!
Samen met de mevrouw die hij ook al in de gymles had gezien gaat hij samen met zijn ouders de week erop praten over de brief. De mevrouw vraagt aan Bart waar hij heel goed in zou willen worden. "Voetbal!", antwoord hij gelijk enthousiast. Daarna kijkt hij wat beteuterd.. "Dat ga ik toch nooit leren, ze lachen me alleen maar uit". De mevrouw legt uit dat er vanaf na de vakantie een heel leuk groepje kinderen van zijn leeftijd gaat beginnen met voetbal. Ze zijn daar allemaal nog niet zo heel goed in, maar ze vinden het wel heel erg leuk. De meneer die je vorige keer gezien hebt tijdens de gymles, zal er ook bij zijn. Bart is opgelucht. Hij kan eindelijk lekker gaan voetballen.
Aan zijn ouders wordt uitgelegd dat er ook iemand langskomt om te kijken of Bart goed en gezond eet en of ze daar samen iets in zouden kunnen veranderen zodat hij op een gezonder gewicht kan komen. Over een maand komt de mevrouw weer langs om te kijken of Bart het naar zijn zin heeft in de beweeggroep en of het lukt om Bart op een gezond gewicht te krijgen.

Samenvatting landelijke programma *JOGG (Jeugd op Gezond Gewicht)*

Hoe werkt JOGG?

In mei 2014 werken bijna 60 gemeenten met de JOGG-aanpak. In 2015 groeien we naar 75 gemeenten. Alle JOGG-gemeenten bij elkaar vormen de JOGG-beweging. Een beweging waarin gemeenten elkaar helpen, kennis en ervaring uitwisselen en elkaar versterken.

Om mee te doen met de JOGG-aanpak sluit een gemeente een contract af met JOGG. Hierin wordt vastgelegd dat de gemeente de aanpak gaat inzetten, en dat het landelijke JOGG-bureau haar gaat helpen. De gemeente stelt voor minstens 16 uur een JOGG-regisseur aan. Om gebruik te kunnen maken van advies, kennis, materialen en trainingen betaalt een gemeente met meer dan 50.000 inwoners jaarlijks 10.000 euro aan JOGG. Een gemeente met minder dan 50.000 inwoners betaalt jaarlijks 5.000 euro.

Landelijk JOGG-bureau

Het JOGG-bureau biedt 40 dagen per jaar ondersteuning op maat: advies, opleiding, training, coaching en kennisdeling. Experts helpen bij publiek-private samenwerking en sociale marketing. Het bureau levert communicatieadvies en -middelen. De JOGG-coaches adviseren en begeleiden de lokale regisseurs, zodat ze goed zijn toegerust om op wijkniveau mensen in beweging te krijgen.

JOGG-aanpak | 5 pijlers

Elke gemeente realiseert op basis van onderstaande pijlers de JOGG-aanpak en maakt daarmee concrete beslissingen voor de lokale aanpak: Welke wijken worden aangepakt? Welke doelgroepen worden aangesproken? Welke activiteiten worden in samenhang ingezet? De lokale JOGG-regisseur zorgt ervoor dat alle partijen met elkaar verbonden zijn.

De JOGG-aanpak steunt op vijf pijlers.

- **Politiek-bestuurlijk draagvlak**
  Een gezond gewicht hoort bij een gezonde leefstijl en heeft een belangrijke plaats in het programma van het college van burgemeester en wethouders.
- **Publiek-private samenwerking**
  Lokale bedrijven en publieke partijen zijn betrokken bij de JOGG-aanpak. Ze leveren expertise, denken mee, zetten hun communicatie in voor JOGG en dragen financieel bij aan JOGG-activiteiten. Bedrijven kunnen zich vanuit hun maatschappelijk verantwoord ondernemerschap inzetten voor JOGG.
- **Sociale marketing**
  Door met de doelgeroep in gesprek te gaan sluit de JOGG-aanpak aan bij de belevingswereld van kinderen en jongeren. Een gezonde leefstijl wordt net zo verleidelijk ‘als een nieuwe smartphone’.
- **Wetenschappelijke begeleiding en evaluatie**
  ‘Meten is weten’. Binnen de JOGG-aanpak worden activiteiten gemonitord, geëvalueerd en zo nodig bijgestuurd. Daarnaast wordt het proces van de aanpak zelf gemeten en natuurlijk ook de BMI van de kinderen. Bij de wetenschappelijke begeleiding en evaluatie zijn onder meer de Vrije Universiteit Amsterdam en de Hogeschool Windesheim betrokken.
- **Verbinding preventie en zorg**
  (Zorg)professionals signaleren overgewicht in een vroeg stadium en stemmen hun dienstverlening onderling op elkaar af. Zo komen jongeren met overgewicht direct op de juiste plek terecht.

juli 2013

Competentieprofiel JOGG-regisseur

Taken

De JOGG-regisseur:
• voert de regie cq. verbindt partijen zodat op lokaal niveau resultaten worden bereikt;
• schrijft het Plan van Aanpak en bewaakt de uitvoering hiervan
• heeft overzicht over wat er allemaal gebeurt in de JOGG-wijk;
• richt de organisatie in van de lokale JOGG-aanpak; identificeert sleutelfiguren in de wijk (zowel publiek als privaat) en betrekt ze:
▫ verbindt partijen door ze op te nemen in stuurgroep en integrale werkgroepen (hierbij zo veel mogelijk aansluiten bij bestaande netwerken in de community). In deze werkgroepen wordt kennis en expertise gedeeld en worden activiteiten afgestemd op elkaar;
▫ creëert lokale publiek-private samenwerking;
▫ deelt informatie met alle partijen over activiteiten , JOGG-thema's, en communicatieboodschappen.
• is de schakel tussen de stuurgroep en lokaal betrokken publieke en private partijen;
• bepaalt de keuze van de interventies; identificeert welke acties en interventies al gedaan worden; hoe veelbelovende best-practises kunnen worden geïmplementeerd en/of geoptimaliseerd;
• zet interventies, die reeds plaatsvinden in de wijk en die een bijdrage leveren aan de JOGG-doelen, voort onder de JOGG-paraplu;
• onderhoudt persoonlijke contacten en deelt kennis en ervaringen uit met de andere JOGG-gemeenten.

NB. De term JOGG-regisseur brengt tot uitdrukking dat het voeren van regie over partijen (gemeente, maatschappelijke organisaties en bedrijfsleven) belangrijk is. Het is van belang dat er een beweging op gang wordt gebracht waarbij samenwerking en samenhang voorop staat zodat de gewenste resultaten worden bereikt.
In verschillende gemeenten wordt ook gesproken over een programmamanager Taken van de JOGG-regisseur kunnen ook gedeeld worden met de programma-manager. Een programmamanager heeft vaak gemakkelijker toegang tot wethouders en andere afdelingen. Een programmamanager kan ingezet worden om bestuurlijk draagvlak te vergroten en om een rol te spelen bij het leggen van contacten met private ondernemingen.

Competenties

De JOGG-regisseur:
• is een verbindend en inspirerend persoon die op alle niveaus kan acteren: van uitvoerders in de wijk tot bestuurders op stedelijk niveau;
• is vernieuwend, niet bang om buiten de gebaande paden te treden, bijvoorbeeld op het terrein van sociale marketing en publiek-private samenwerking;
• is in aanleg gezaghebbend;
• is een doener en weet dit over te dragen aan anderen;
• heeft kennis van gemeentelijke beleidsprocessen en politiek-bestuurlijke verhoudingen;
• heeft ervaring met implementatieprocessen (van beleid naar wijkniveau);
• maakt gebruik van bestaande structuren, breidt deze uit en versterkt ze;
• is bereid om kennis te verbreden en te delen met andere projectleiders;
• is een netwerker met strategisch inzicht en beschikt over goede contactuele eigenschappen.
• beschikt over een HBO-opleiding dan wel door kennis en ervaring verkregen vergelijkbaar niveau.

Benodigd aantal werkuren

Om succesvol de JOGG-aanpak te implementeren is het dringende advies om een JOGG-regisseur voor gedurende 2 tot 3 dagen per week in te zetten.

Bijlage B OOGG en Sportdorpen

Aanleiding programma

In gesprekken met de huisartsen, fysiotherapeuten en psychologen van Valkenburg aan de Geul kwam naar voren dat de weg binnen de sport voor sommige bewoners lastig te bewandelen is. Ook is het voor zorgaanbieders ingewikkeld mensen op een juiste wijze door te sturen. Op aanvraag is er naar aanleiding van deze gesprekken een boekje samengesteld waar per leeftijdscategorie in één oogopslag is te zien, bij welke beweegaanbieders een bewoner terecht kan.

Tijdens de gesprekken met deze partners, kwamen er echter veel andere discussiepunten naar boven waar we ons als gemeente, sportraad en combinatiefunctionarissen verantwoordelijk voor voelen. Onderwerpen als obesitas, bewegingsachterstand, bewegingsarmoede en eenzaamheid kwamen naar boven. Daarnaast werd er door de zorgaanbieders aangegeven dat zij veel in aanmerking komen met verschillende problematieken zoals overgewicht en obesitas, maar dat zij niet zomaar een doorverwijzing kunnen adviseren, omdat patiënten vaak met een andere hulpvraag aankloppen.

Na een aantal malen samen te hebben gezeten met de huisartsen, fysiotherapeuten en psychologen van Valkenburg aan de Geul, heeft de sportraad samen met de beleidsmedewerker Transitie, Regie, Contracteren & Beleid en de combinatiefunctionarissen besloten één lijn te trekken en een gedegen programma op te stellen binnen de thema's zorg en sport, om de huidige problematieken aan te pakken. Hierbij is een onderscheid gemaakt in twee gezondheidsprogramma's ingedeeld op basis van leeftijdscategorie; 0-18 wat in de vorm van JOGG vorm krijgt en de leeftijdsgroep 18+ wat zal vallen onder de titel : OOGG 'Ouderen Op Gezond Gewicht', volwassenen en senioren'.

In dit stuk zullen wij ons richten op OOGG 'Ouderen Op Gezond Gewicht', waarbij wij gebruik gaan maken van het traject 'Open club' en is er ook gekozen om het programma 'Sportdorpen' dat momenteel al een traject begonnen is in Houthem, door te trekken voor de gehele gemeente Valkenburg aan de Geul. Dit plan vormt de basis voor het projectplan 'OOGG'.

<u>Hoe is de huidige situatie in Valkenburg aan de Geul</u>

Bij veel volwassenen (39%) en ouderen (59%) in Valkenburg aan de Geul speelt overgewicht een grote rol. Bij 11% van de volwassenen en bij 10% van de ouderen is sprake van ernstig overgewicht (obesitas). Het percentage volwassenen met (ernstig) overgewicht laat in Valkenburg aan de Geul nog steeds een stijging zien, terwijl het landelijk beeld is dat ernstig overgewicht de laatste jaren niet verder is toegenomen. Na overgewicht worden bij volwassenen en ouderen beperkingen aan het bewegingsapparaat het vaakst genoemd als chronische aandoeningen. Hoge bloeddruk neemt een tweede plaats in. 28% Van de ouderen uit Valkenburg aan de Geul, wordt bovendien beoordeeld als kansarm* en niet-vitaal. Daarnaast is 10% van de 75-plussers ernstig eenzaam en krijgt één op de elf 55-plussers een ongeval.
Uit: *Gezonde kijk op Valkenburg,* (2010).

**Met kansarme ouderen worden ouderen bedoeld die werkeloos zijn, weinig naaste familie hebben, last hebben van één- of meerdere chronische aandoeningen en een verhoogde kans hebben op eenzaamheid en obesitas.*

Inhoud programma

Het programma bestaat uit meerdere onderdelen toegespitst op de verschillende doelgroepen en leefkernen van de gemeente Valkenburg aan de Geul.

1. Flexibele lidmaatschappen
In de landelijke trendrapporten komt duidelijk naar voren dat er steeds meer behoefte is aan diversiteit. Daarnaast zijn er veel groepen die wegens werk, kinderen, school of andere zaken een druk en onregelmatig leefpatroon hebben. Hierdoor is het voor verenigingen en beweegaanbieders noodzakelijk om een flexibeler lidmaatschap aan te bieden. In Valkenburg aan de Geul zal er een beweegpas worden ontwikkeld waarbij je aan diverse sporten/beweegvormen kan deelnemen voor een vast bedrag per maand. Deze pas is maandelijks opzegbaar én maandelijks aan te vragen. Daarnaast geven verschillende verenigingen beweeglessen waaraan deelnemers los kunnen deelnemen zonder vast lidmaatschap voor het gehele seizoen.

Leeftijd 18 t/m 65 jaar	Flexibel lidmaatschap recreatiesporten
Leeftijd 65+ pas	Kortingspas voor sport- en cultuuractiviteiten (i.s.m. de seniorenraad).

2. Aangepaste sporten en nieuwe beweegvormen voor ouderen
Samen met de beweegmakelaar(s) gaan de verenigingen een nieuw beweegaanbod ontwikkelen om een bredere doelgroep aan te spreken. In Houthem wordt dit momenteel al gedaan via het project sportdorpen. Dit project wordt doorgetrokken over de gehele gemeente vanaf 1 januari 2015. Voor meer inhoudelijke informatie over het project Sportdorpen zie bijlage B.
Hierbij gaan verenigingen kritisch kijken naar hun eigen verouderde aanbod en dit vernieuwen en aanpassen aan de wensen en behoeften van de huidige doelgroepen. Ook zullen activiteiten verdeeld gaan worden over de verschillende locaties om zo spreiding te hebben.

3. Monterpad.
Om de beweging van met name de doelgroep 65 jaar en ouder te stimuleren zal er een Monterpad aangelegd worden door het centrum van Valkenburg. Dit pad is onderdeel van bestaande paden en maakt gebruik van natuurlijke beweeguitdagingen, zoals bestaande zitbanken, hekken etc. In het pad zitten in totaal 20 beweegvormen die door fysiotherapeuten en sportartsen zijn ontwikkeld. De route van +/- 3 km kan zowel wandelend als hardlopend afgelegd worden. Bij elke oefening staat een bordje met uitleg van de oefening, hierbij is een onderverdeling gemaakt in 3 intensiteitsniveau's zodat deze route voor een brede groep uitdagend is. Het begin en eindpunt van deze route zijn op dezelfde plek, ook wordt er rekening mee gehouden dat hier een verenigingskantine of horecagelegenheid aanwezig is.

Doel Programma

Beweging heeft positieve effecten op de bestrijding van eenzaamheid, overgewicht en obesitas, sociale binding in wijken, het aantal ouderen dat inactief wordt na een val, zelfredzaamheid, zelfzekerheid en nog tal van anderen punten.

Doelstellingen per doelgroep

Jong volwassenen 18-45 jaar
- Per jaar worden er 2 evenementen speciaal voor deze doelgroep georganiseerd door de beweegmakelaars (in samenwerking met de sportverenigingen van Valkenburg aan de Geul);
- Ten minste 8 sportverenigingen uit Valkenburg aan de Geul hebben een vorm van flexibel lidmaatschap en/of een aparte beweeggroep opgezet, waar deze jong volwassenen aan mee kunnen doen.

Volwassenen 45-65 jaar
- Ten minste 8 sportverenigingen uit Valkenburg aan de Geul hebben een vorm van flexibel lidmaatschap en/of een aparte beweeggroep waar deze volwassenen aan mee kunnen doen;

- Samen met een fysiotherapiepraktijk worden er wekelijks op 2 verschillende tijdstippen beweegvormen aangeboden voor volwassen met overgewicht of obesitas.

Ouderen 65 jaar en ouder

- Activiteiten worden georganiseerd in kernen en/of d.m.v. georganiseerd vervoer naar een centrale locatie voor activiteiten;
- Samen met de zorginstellingen van Valkenburg aan de Geul worden er vanaf 1 januari 2015 ten minste 2 activiteiten per week georganiseerd voor deze doelgroep;
- Ten minste 8 sportverenigingen uit Valkenburg aan de Geul hebben een vorm van flexibel lidmaatschap en/of een aparte beweeggroep waar deze ouderen aan mee kunnen doen;
- In 2018 is het aantal (ernstige) valincidenten onder ouderen met 5% afgenomen;
- In 2018 geeft 75% van de ouderen aan zich niet (meer) eenzaam te voelen.

Begrotingstotaal

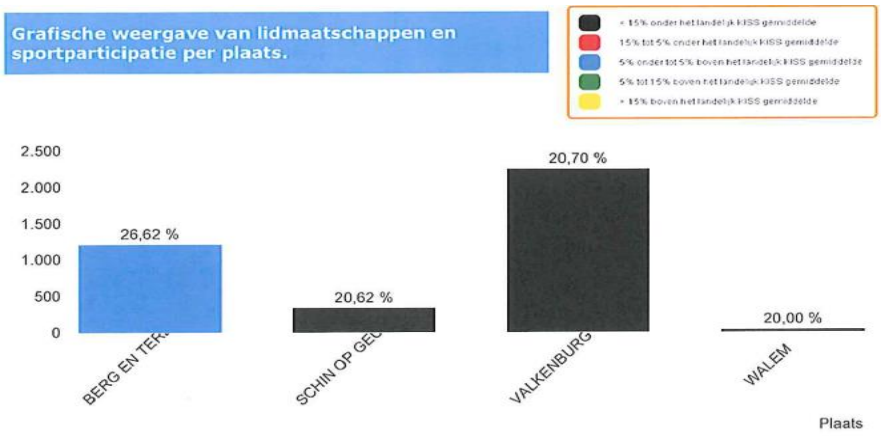
Startbudget sportdorpen (per sportdorp eenmalig)	€ 10.000
Personele kosten (incl 0,5 fte)	€ 27.500 per jaar
Monterpad (materiële kosten en promotie)	€ 12.500 eenmalig
Sportpas (materiële kosten en promotie)	€ 5000 eenmalig

Bijlage C Kiss-Rapportage

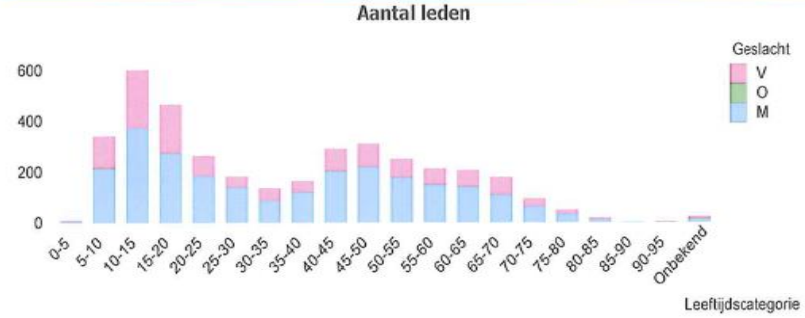
Inwoners en lidmaatschappen per gemeente.

Gemeente	Plaats	Postcode	Aantal lidmaatschappen	Aantal inwoners	Verhouding
	BERG EN TERBLYT	6325	1210	4545	26,6%
		Total	**1210**	**4545**	**26,6%**
	SCHIN OP GEUL	6305	332	1610	20,6%
		Total	**332**	**1610**	**20,6%**
VALKENBURG AAN DE GEUL	VALKENBURG LB	6300	1	0 -	
		6301	2238	10815	20,7%
		Total	**2239**	**10815**	**20,7%**
	WALEM	6341	10	50	20,0%
		6342	21	105	20,0%
		Total	**31**	**155**	**20,0%**
	Total		**3812**	**17125**	**22,3%**
Total			**3812**	**17125**	**22,3%**

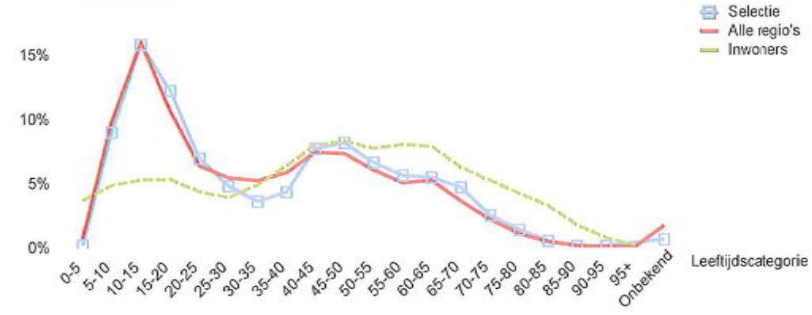
Grafische weergave van lidmaatschappen en sportparticipatie per plaats.

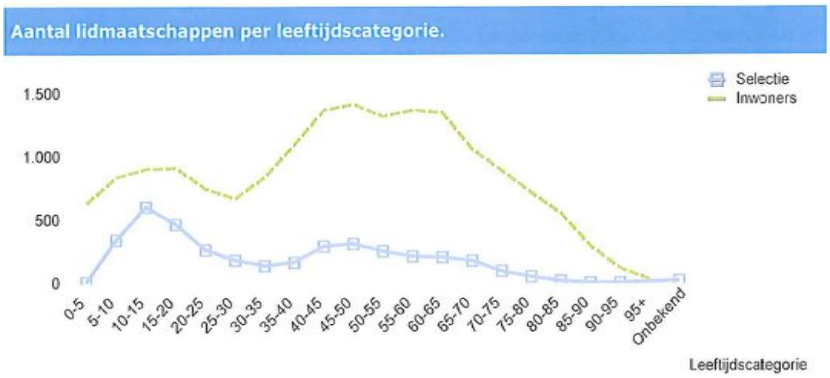


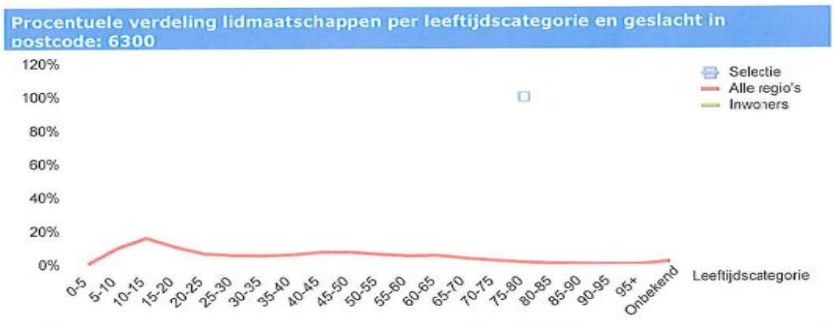
Aantal lidmaatschappen per leeftijdscategorie en geslacht.



Procentuele verdeling lidmaatschappen per leeftijdscategorie en geslacht



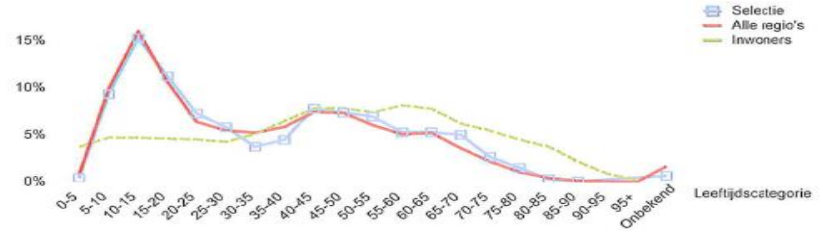

Aantal lidmaatschappen per leeftijdscategorie.
Selectie
Inwoners
1.500
1.000
500
0
0-5
5-10
10-15
15-20
20-25
25-30
30-35
35-40
40-45
45-50
50-55
55-60
60-65
65-70
70-75
75-80
80-85
85-90
90-95
95+
Onbekend
Leeftijdscategorie


Procentuele verdeling lidmaatschappen per leeftijdscategorie en geslacht in postcode: 6300
120%
100%
80%
60%
40%
20%
0%
Selectie
Alle regio's
Inwoners
0-5
5-10
10-15
15-20
20-25
25-30
30-35
35-40
40-45
45-50
50-55
55-60
60-65
65-70
70-75
75-80
80-85
85-90
90-95
95+
Onbekend
Leeftijdscategorie

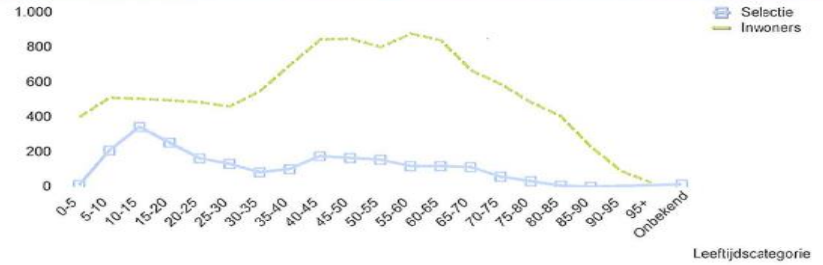
Aantal lidmaatschappen per leeftijdscategorie en geslacht in postcode: 6301



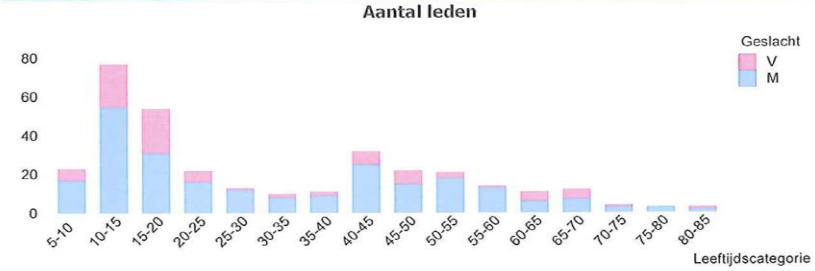
Procentuele verdeling lidmaatschappen per leeftijdscategorie en geslacht in postcode: 6301



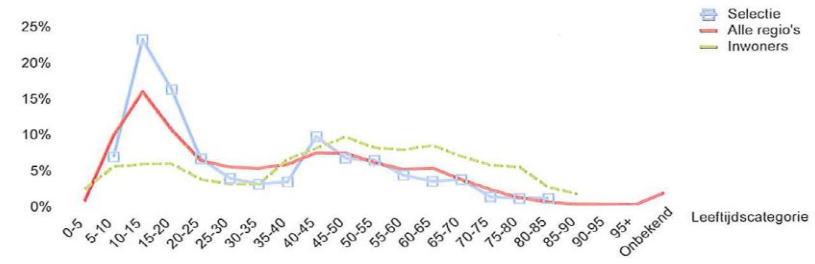
Aantal lidmaatschappen per leeftijdscategorie in postcode: 6301



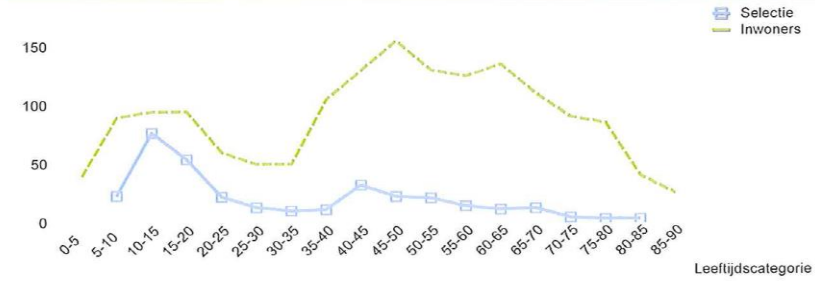
Aantal lidmaatschappen per leeftijdscategorie en geslacht in postcode: 6305



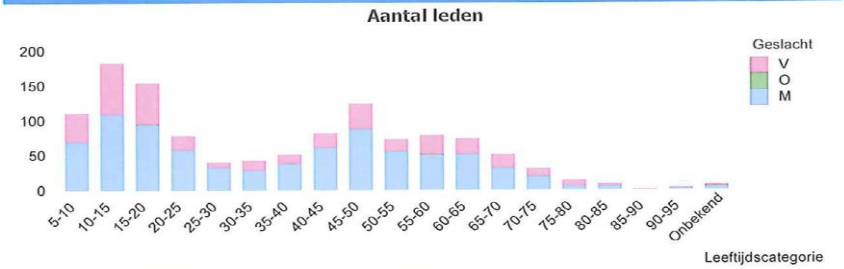
Procentuele verdeling lidmaatschappen per leeftijdscategorie en geslacht in postcode: 6305



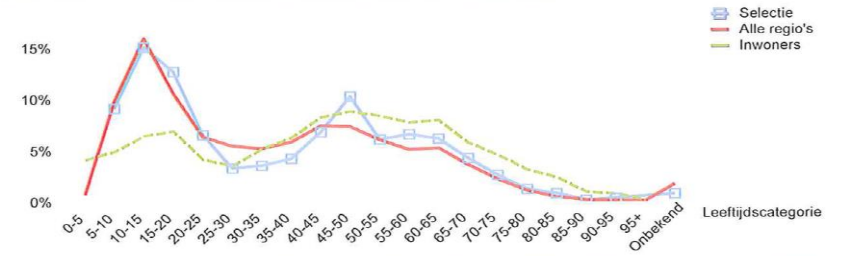
Aantal lidmaatschappen per leeftijdscategorie in postcode: 6305



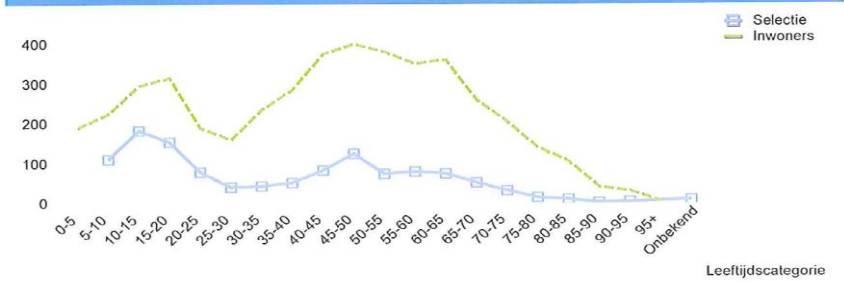
Aantal lidmaatschappen per leeftijdscategorie en geslacht in postcode: 6325



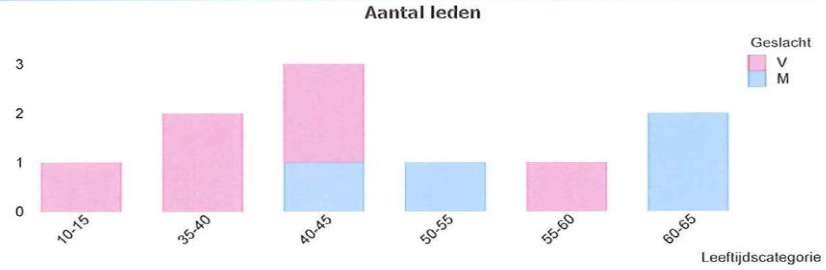
Procentuele verdeling lidmaatschappen per leeftijdscategorie en geslacht in postcode: 6325



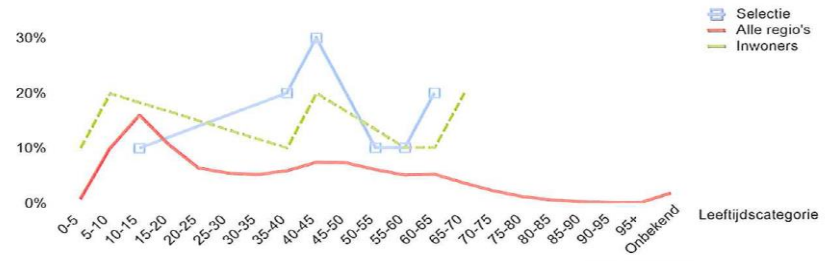
Aantal lidmaatschappen per leeftijdscategorie in postcode: 6325



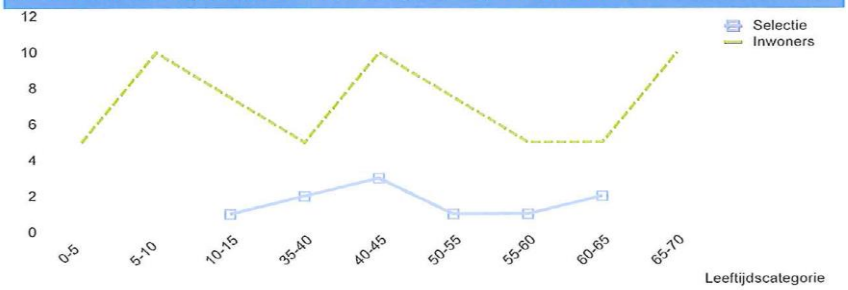
Aantal lidmaatschappen per leeftijdscategorie en geslacht in postcode: 6341



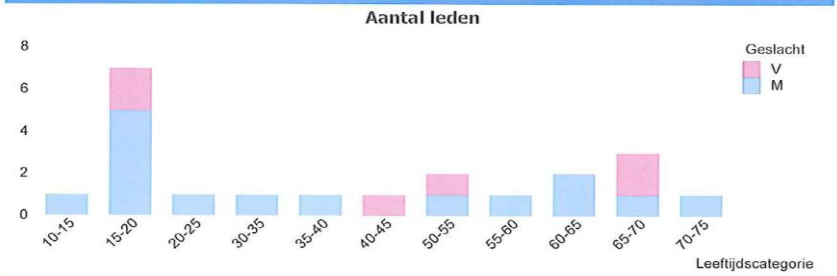
Procentuele verdeling lidmaatschappen per leeftijdscategorie en geslacht in postcode: 6341



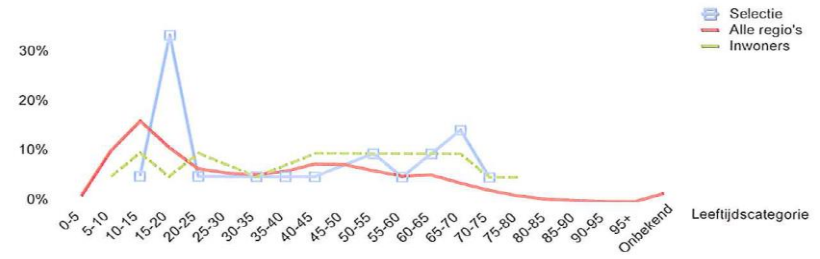
Aantal lidmaatschappen per leeftijdscategorie in postcode: 6341



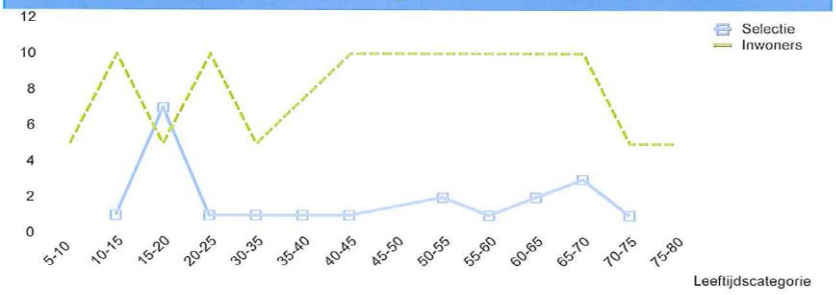
Aantal lidmaatschappen per leeftijdscategorie en geslacht in postcode: 6342



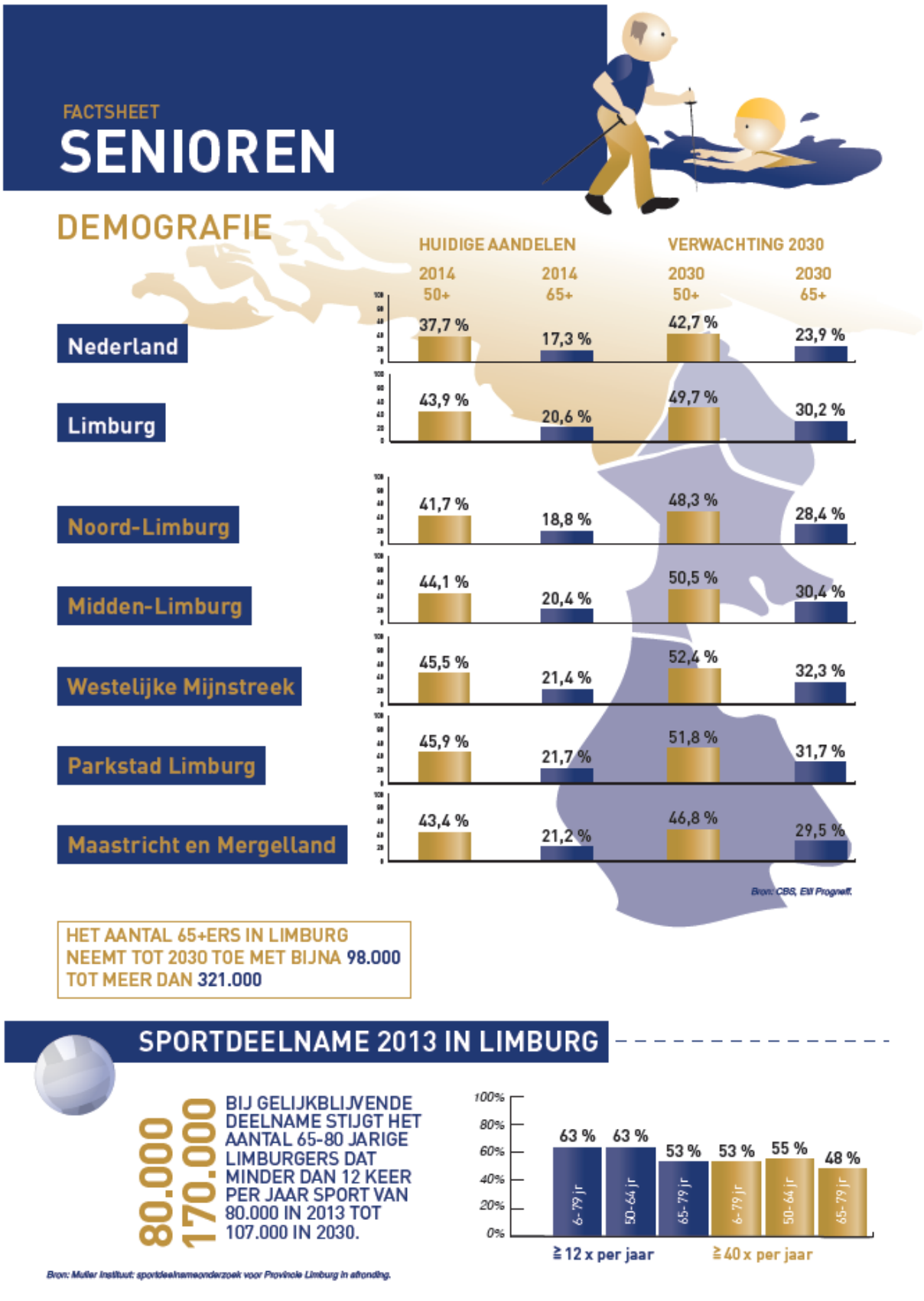
Procentuele verdeling lidmaatschappen per leeftijdscategorie en geslacht in postcode: 6342



Aantal lidmaatschappen per leeftijdscategorie in postcode: 6342

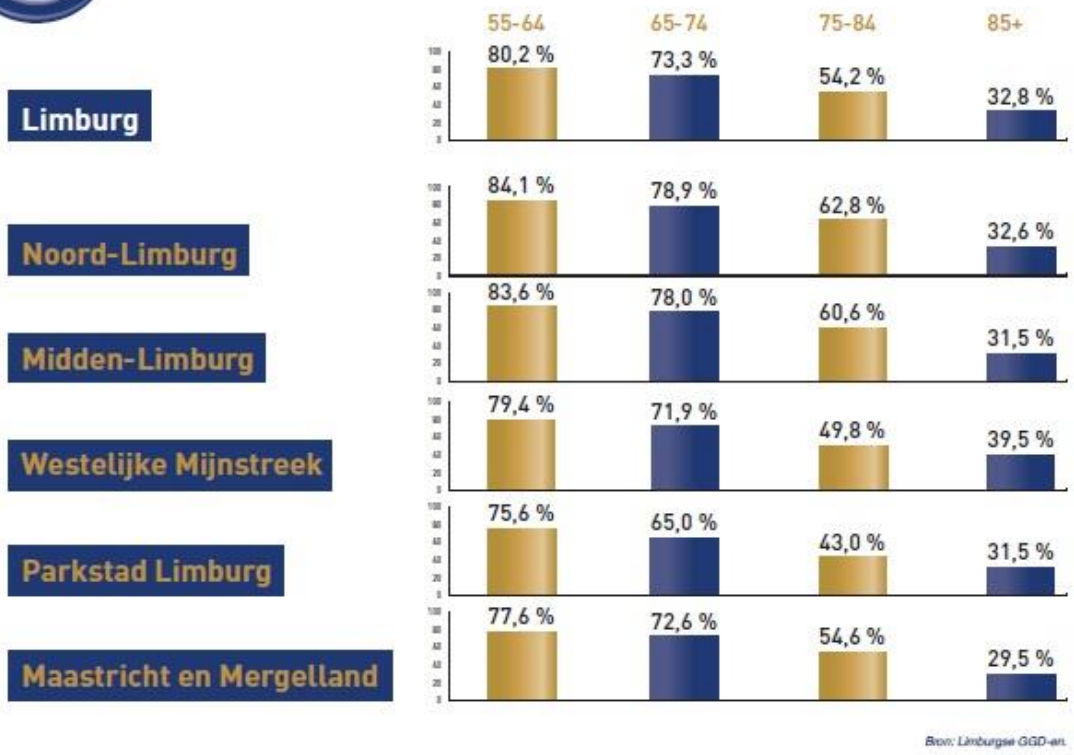


Bijlage D: Cijfers sportdeelname senioren Limburg



NORMACTIVITEIT 2012

VOLDOEN AAN DE COMBINORM



Bron: Limburgse GGD-en.

VAN DE LIMBURGSE 65+-ERS VOLDOET 64,2% AAN DE COMBINORM. LANDELIJK IS DAT 70,6%.

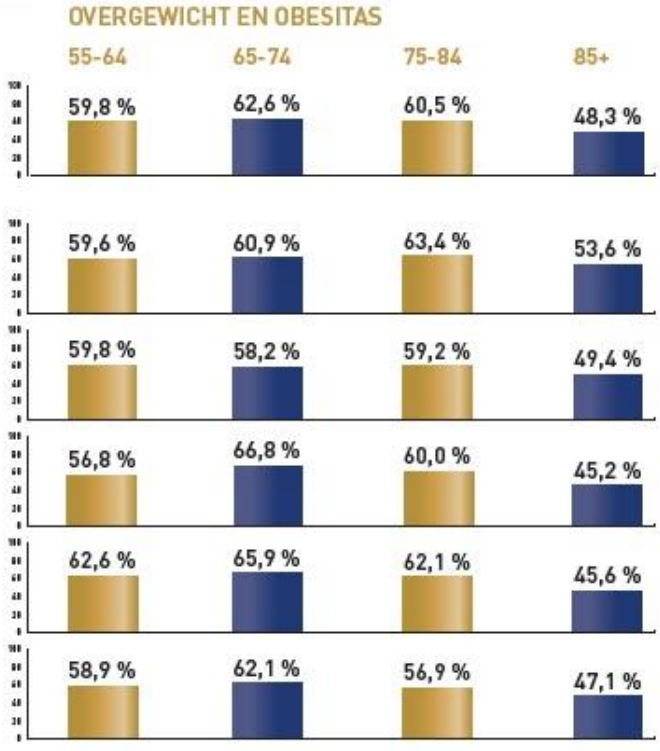
COMBINORM
IEMAND VOLDOET AAN DE COMBINORM WANNEER HIJ/ZIJ AAN TENMINSTE AAN ÉÉN VAN DE VOLGENDE NORMEN VOLDOET:

1. NEDERLANDSE NORM GEZOND BEWEGEN
VOOR OUDEREN (55 JAAR EN OUDER): EEN HALF UUR TEN MINSTE MATIG INTENSIEVE LICHAMELIJKE ACTIVITEIT (>=3 METS) OP MINIMAAL VIJF, MAAR BIJ VOORKEUR ALLE DAGEN VAN DE WEEK; VOOR NIET-ACTIEVEN, ZONDER OF MET BEPERKINGEN, IS ELKE EXTRA HOEVEELHEID LICHAAMSBEWEGING ZINVOL, ONGEACHT DUUR, INTENSITEIT FREQUENTIE OF TYPE. VOORBEELDEN VAN MATIG INTENSIEVE LICHAMELIJKE ACTIVITEIT BIJ OUDEREN ZIJN WANDELEN MET 3-4 KM/UUR EN FIETSEN MET 10 KM/UUR.

2. FITNORM
DE FITNORM IS VOOR JONG EN OUD GELIJK EN VEREIST TENMINSTE DRIE KEER PER WEEK GEDURENDE MINIMAAL 20 MINUTEN ZWAAR INTENSIEVE LICHAMELIJKE ACTIVITEIT.

VERSCHIL MET SPORTDEELNAME (ZIE VORIGE PAGINA) IS BEHALVE DE FREQUENTIE DUS OOK DE AARD VAN DE ACTIVITEIT: TUINIEREN TELT HIER BIJVOORBEELD WEL MEE, MAAR DENKSPORT WEER NIET.

OVERGEWICHT 2012



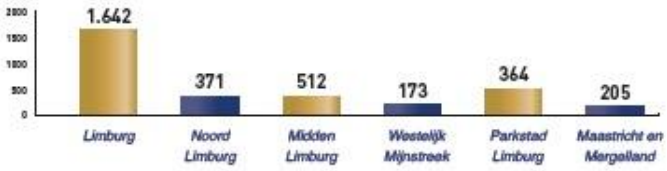
Bron: Limburgse GGD-en.

HET AANTAL 55+-ERS MET OVERGEWICHT OF OBESITAS IN LIMBURG BEDRAAGT ONGEVEER 235.000

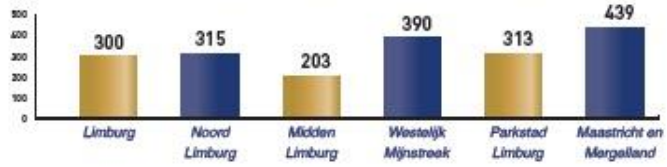
IN LIMBURG HEEFT **60,9 %** VAN DE 65+-ERS OVERGEWICHT OF OBESITAS, TEGEN **59,2 %** LANDELIJK.

BEWEEGGROEPEN IN 2014

Aantal geregistreerde beweeggroepen MBvO/MBvCZ



Een geregistreerde beweeggroep per aantal 50+-ers



EEN BEWEEGGROEP TELT GEMIDDELD 15 DEELNEMERS

MBvO betekent Meer Bewegen voor Ouderen, MBvCZ is Meer Bewegen voor Chronisch Zieken. MBvCZ-groepen zijn soms ook actief voor vijftig-minners.
Bron: databestand Huis voor de Sport Limburg, sportdatabank.nl.

© Go for Gold Kenniscentrum, oktober 2014. Eindredactie: Jorg Eijssen, Huis voor de Sport Limburg.
Disclaimer: fouten en onvolledigheden voorbehouden. Aan de informatie uit deze factsheet kunnen geen rechten worden ontleend.

Bijlage E Risicogroepen en Bewegen is Beter (BIB)

Specifiek voor de risicogroepen* die buiten de leeftijdsgrens 4-18 en 55 jaar en ouder vallen, wil de gemeente een programma soortgelijk aan de doelstellingen van JOGG integreren in samenwerking met de zorgsector. De beweegmakelaar is hierbij de spil in het web.

Bewegen is Beter
Zorginstellingen en aanbieders als huisartsen, fysiotherapeuten, natuurgeneeskundigen en psychologen en andere eerstelijnszorgaanbieders zijn het eerste aanspreekpunt voor deze risicogroepen. Als een cliënt binnenkomt met een problematiek waarbij (een deel van) de oplossing te vinden is in meer beweging en/of een gezondere levensstijl, zal deze doorverwezen worden naar de beweegmakelaar. De beweegmakelaar dient als schakel tussen de eerstelijnszorgaanbieders en de beweegaanbieders en is ten alle tijden op de hoogte van de mogelijkheden van beweging binnen en rondom de gemeente Valkenburg aan de Geul. De beweegmakelaar is daarbij in staat een passend aanbod voor elke cliënt te vinden naar gelang de behoefte van de persoon. In sommige gevallen kan de eerstelijnszorgaanbieder ook zelf direct een doorverwijzing naar een beweegaanbieder adviseren.

De beweegmakelaar zal 20 uur in de week werkzaam zijn voor de gemeente Valkenburg aan de Geul. De werkzaamheden bestaan uit:

- Contacten onderhouden en aanleggen met zorgaanbieders;
- Contacten onderhouden en aanleggen met de sportaanbieders;
- Intakegesprekken voeren met individuen uit de risicogroep;
- Evalueren en terugkoppelen naar diverse partijen;
- Aanleggen en onderhouden van een digitaal netwerk voor de zorg- en sportaanbieders samen met de projectgroep BIB.

**Risico doelgroepen zijn groepen mensen, woonachtig in de gemeente Valkenburg aan de Geul, die niet kunnen participeren in het reguliere verenigingsaanbod. Denk aan ouderen met een fysieke of mentale beperking, kinderen met gedragsproblemen of mensen van allerlei leeftijden met een lichamelijke beperking of overgewicht.*

Bijlage F Achtergrondinformatie Sportdorpen en Open Clubs

Een Sportdorp is een samenwerkingsverband van sportverenigingen en andere lokale partijen in een wijk of dorpskern met als doel zoveel mogelijk inwoners vanuit hun eigen behoefte meer en vaker te laten sporten.

Dit in een bereikbare en geschikte omgeving en tegen een betaalbare prijs. Het sportaanbod wordt vernieuwd, sportactiviteiten of –modules worden aangeboden, drempels van lidmaatschap worden weggenomen en men kan flexibel sporten. Inwoners raken verbonden en betrokken bij Sportdorp door middel van een gratis lidmaatschap.

De samenwerking tussen verenigingen maakt het besturen van een vereniging makkelijker, er zijn meer vrijwilligers actief en het kader speelt efficiënter in op de vraag van inwoners. De vereniging wordt daarmee een plek voor jong en oud en voor mensen die ongebonden willen sporten.

Voorbeelden van succesvolle flexibele sportactiviteiten in Sportdorpen, georganiseerd door sportverenigingen: Floorball, fietsen, wandelen, hardlopen in groepsverband, Zumba, circuittraining, Nordic Walking, stuitbal, cursus valpreventie en zelfverdediging.

Open clubs, door als sportaanbieder iedereen met een open houding te benaderen haal je het beste uit de ander. Je bent ondernemend, je bent uitnodigend, gaat de samenwerking aan, je denkt aan de behoefte die bestaat bij betrokkenen uit de omgeving en je houdt je vast aan een langetermijnvisie.

Als Open Club sta je nooit stil. Je wilt steeds ontdekken wat de behoeften zijn van je doelgroep en de buurt en probeert hierop in te spelen. Je ontplooit daardoor steeds nieuwe activiteiten, naast de al bestaande 'Open Club activiteiten'. Je biedt dan ook meer dan alleen je eigen hoofdsport of het reguliere aanbod. Beleid op ontwikkeling, kwaliteit en scholing van sporttechnisch, arbitrerend en bestuurlijk kader is een continu proces. Naar onze visie werkt deze manier van denken tot ledenbinding, -behoud, -groei, meer bedrijvigheid op jouw vereniging en geef je het bestaansrecht van jouw club continuïteit.

Sportvereniging; ons dorp. Een centrumplek; een gezonde, sportieve en veilige omgeving, als trefpunt van het dorp, met continu sportaanbod, de hele dag door, verzorgd door verschillende sportverenigingen en andere sportaanbieders, in samenwerking met elkaar en met andere lokale partners, voor jong en oud, voor gezonde en minder gezonde mensen, een leven lang sporten. Een sportdorp/open club!

Stappenplan voor sportvernieuwing
Hoe kan een vereniging innovatief sportaanbod ontwikkelen en het sportaanbod succesvol laten zijn? Op basis van de ervaringen in de 15 Proeftuinen is een stappenplan ontwikkeld dat uw vereniging kan helpen. Het stappenplan bestaat uit de volgende onderdelen.

1. Maak een analyse van de omgeving waarin de sportvereniging zich bevindt
2. Maak een analyse van de sportvereniging zelf en de doelgroepen
3. Bepaal welke samenstelling van een sportvereniging de grootste kansen biedt om meer leden te krijgen. Bepaal ook wie de doelgroep wordt op wie de vereniging zich gaat richten.
4. Werk het idee uit in een gedegen plan
5. Zoek partners om mee samen te werken
6. Breng het innovatieve sportaanbod bij de doelgroep onder de aandacht
7. Bind de nieuwe sporter aan de vereniging

Verenigingen krijgen ondersteuning vanuit de combinatiefunctionarissen.

Bijlage G Jongerenmonitor 2013 (GGD)

Cijfers Overgewicht Valkenburg aan de Geul

Valkenburg aan de geul 2013 *						
	13-14 jarigen	**9-11 jarigen**	**5-6 jarigen**	**4 jarigen**	**3 jarigen**	**2 jarigen**
Gezond gewicht	70,4%	74,5%	76,1%	69,0%	79,2%	57,9%
Overgewicht (excl. obesitas)	18,1%	13,1%	6,6%	3,6%	4,8%	3,8%
Obesitas	1,8%	1,9%	2,0%	0,3%	1,5%	1,3%
Leeftijd niet binnen BMI bereik					*0,0%*	*27,0%*

* Deze data is afkomstig van de JGZ; we hebben hierbij geen verdeling op basis van schoolniveau.

Valkenburg aan de geul 2009 *			
	13-14 jarigen	**9-11 jarigen**	**5-6 jarigen**
Normaal gewicht	78,1%	73,2%	78,2%
Overgewicht (excl obesitas)	13,0%	17,2%	9,8%
Obesitas	2,0%	1,5%	2,5%

Jongerenmonitors	**13-14 jarigen**			**15-16 jarigen**		
	ZL	**Valkenburg a/d Geul**		**ZL**	**Valkenburg a/d Geul**	
	ZL2013	**2013**	**2009**	**ZL2013**	**2013**	**2009**
Ervaren gezondheid (goed/uitstekend)	83,6%	90,3%	87,2%	80,8%	78,6%	78,2%
Ontbijt dagelijks	81,3%	84,0%	84,8%	76,4%	78,6%	81,2%
Voldoende fruit	27,6%	24,3%	46,2%	25,2%	28,6%	28,0%
Voldoende groente	39,3%	43,1%	48,5%	38,8%	41,4%	44,7%
Is lid van sportvereniging	64,8%	69,2%	75,8%	59,2%	66,4%	68,9%
Voldoet aan NNGB	66,9%	77,6%	84,8%	58,9%	69,4%	70,5%

Verdeling leefstijl HAVO/VWO, VMBO en Praktijkonderwijs/VSO voor regio Zuid-Limburg (jongerenmonitor 2013)

		Havo/VWO		VMBO		Praktijkonderwijs/VSO	
		Unweighted Count	Column N %	Unweighted Count	Column N %	Unweighted Count	Column N %
Geslacht	jongen	2287	47,9	1970	50,0	199	77,7
	meisje	2485	52,1	1970	50,0	57	22,3
Ervaren gezondheid in 3 categorien	goed	4070	85,3	3105	78,8	190	74,2
Lid sportvereniging		3418	71,7	2280	58,2	119	46,7
Ontbijt 5x of meer p.w.	5 of meer k.p.w. ontbijt	4165	87,3	2717	69,3	168	65,9
dagelijkse fruitconsumptie	Elke dag fruit	1373	28,8	908	23,2	74	29,0
dagelijke Groenteconsumptie	Elke dag groente	2022	42,4	1342	34,3	107	42,0
NNGB	voldoet aan NNGB	3138	65,8	2321	59,2	164	64,6
compulsief internet gebruik	compulsief internetgebruik	341	7,2	424	10,8	36	14,1
Hoeveel tijd verenigingen per week	minder dan 1 uur	992	20,9	1347	34,7	108	42,5
	1 tot 7 uur	3066	64,5	1985	51,1	97	38,2
	7 uur of meer	698	14,7	549	14,1	49	19,3
Hoeveel tijd huiswerk per week	minder dan 1 uur	248	5,2	1152	29,5	146	57,3
	1 tot 7 uur	2653	55,8	2368	60,6	95	37,3
	7 uur of meer	1857	39,0	389	10,0	14	5,5
Hoeveel tijd bijbaantjes per week	minder dan 1 uur	3299	69,3	2564	65,6	176	69,6
	1 tot 7 uur	1033	21,7	801	20,5	43	17,0
	7 uur of meer	426	9,0	543	13,9	34	13,4
Hoeveel tijd vrijwilligerswerk per week	minder dan 1 uur	4574	96,3	3671	94,2	227	89,4
	1 tot 7 uur	159	3,3	189	4,8	22	8,7
	7 uur of	17	,4	38	1,0	5	2,0

	meer						
Hoeveel tijd huishoudelijke taken per week	minder dan 1 uur	3122	65,7	2483	63,8	155	60,8
	1 tot 7 uur	1585	33,4	1325	34,0	93	36,5
	7 uur of meer	43	,9	86	2,2	7	2,7
Hoeveel tijd met vrienden/vriendinnen afspreken per week	minder dan 1 uur	916	19,2	471	12,0	0	0,0
	1 tot 7 uur	3138	65,8	2153	54,9	2	100,0
	7 uur of meer	712	14,9	1296	33,1	0	0,0
TV/computer (zittend gedrag)	veel	2699	56,8%	2543	65,6%	187	74,0%
BMI in 5 categorieën	ernstig ondergewicht	161	4,7%	98	4,0%	6	4,1%
	ondergewicht	344	10,0%	217	8,9%	15	10,1%
	normaal gewicht	2740	79,8%	1855	76,0%	101	68,2%
	overgewicht	170	5,0%	232	9,5%	23	15,5%
	ernstig overgewicht	19	,6%	38	1,6%	3	2,0%

De geel gearceerde gebieden hebben betrekking op de leefstijl van jongeren in relatie met de doelstellingen uit deze nota (zoals de doelen van het JOGG programma).