

Bewegen loont!



AGENDA 2010

Bewegen loont!

Bewegen loont! Het levert maatschappelijke en economische voordelen op. Investerings in sport en bewegen betalen zich op de korte én lange termijn meer dan uit. Graag maken we samen met u de balans op van het afgelopen, bijzondere lustrumjaar. Op <http://jaaroverzicht.nisb.nl/> vindt u onze resultaten van 2009. Onze geplande activiteiten in 2010 treft u aan in dit boekje.



Inhoud

1. Koers 2010	4
2. Jeugd	8
3. Ouderen	10
4. BeweegKuur	12
5. Werk	15
6. Chronisch zieken en mensen met overgewicht	18
7. Nationaal Actieplan Sport en Bewegen	20
8. Meedoen Alle Jeugd door Sport	23
9. Publieksgerichte campagnes	26
10. Fysieke omgeving	28
11. Internationaal kennisinstituut	30
12. NISB Consult	32
13. Netwerk NISB	34
Afkortingen	36
Colofon	

Medewerkers aan
het woord over NISB
en NISB Consult

H2., H10. en H11. Peter Barendse

H3. Anneke Hiemstra

H4. Patrick Rijnbeek

H5. en H7. Hans Arends

H6. Ellen Mulder

H8. Eric Lagendijk

H9. Juul van Rijn

H12. René Lamers



1. Koers 2010

Het jaar 2010 staat voor het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen in het teken van het bundelen van krachten. Met als doel om samen sterker de belangrijke boodschap te kunnen uitdragen dat bewegen loont. Dat preventie van levensbelang is: voor de gezondheid van de Nederlander én van de Nederlandse staatskas.

In dit jaar zal NISB hard werken aan de totstandkoming van de aangekondigde verregaande samenwerking met de Vereniging Sport en Gemeenten. De twee partijen zijn ervan overtuigd dat daardoor een sterke en krachtige organisatie ontstaat met alle expertise op het terrein van sport en bewegen voor overheden en andere partners. Samen kunnen de organisaties beter bijdragen aan de Olympische ambities van Nederland. Het Olympische vuur moet ook gaan branden in de wijken. Nederlandse gemeenten en andere partners kunnen dankzij de krachtenbundeling beter en efficiënter ondersteuning krijgen in hun streven naar een sportieve, actieve en gezonde samenleving.

Ook op het terrein van kennis worden strategische samenwerkingsafspraken gemaakt. Met TNO sluit NISB in mei een samenwerkingsovereenkomst af, waardoor praktijkgerichte kennis en wetenschappelijke onderzoek gebundeld wordt. Zo komt beter in beeld wat wel en wat niet werkt om Nederlanders meer en beter in beweging te krijgen. Nationaal en internationaal een enorme stap vooruit.

Maken we wel genoeg gebruik van elkaars kennis in Nederland? En past dat wat we doen precies bij de behoefte in het land? Die vraag heeft NISB voor zichzelf vertaald in een opdracht: haal de vraag nog beter op bij de organisaties waarmee we al een relatie hebben en die nog op afstand van NISB staan.

NISB heeft een rijke historie in zijn nog jonge bestaan in het betrekken van relevante partijen bij de programmering van de werkzaamheden. Dat gebeurt in referentiegroepen bij projecten en campagnes, via de TNO Monitor voor professionals, op landelijk niveau via onder andere het Platform Sport, Bewegen en Onderwijs en Fit for Life en internationaal via organisaties als Tafisa en Hepa. In 2010 komt daar nieuwe activiteiten bij: zo wordt een stakeholdersdag georganiseerd, waarmee 'het veld' direct invloed kan uitoefenen op het gesubsidieerde werkprogramma van 2011. Ook zal een sociaal netwerk op internet worden ingericht, waarin professionals elkaar rond thema's als BeweegKuur of Fit for Life kunnen vinden. Een soort LinkedIn, speciaal voor iedereen die zich bezighoudt met sport en bewegen. Op deze manier werkt de organisatie aan een betere uitwisseling van kennis en ervaring op gelijkwaardige basis.

De vraag of we wel genoeg van elkaars kennis profiteren, lag ook ten grondslag aan de organisatieverandering die NISB in 2009 heeft doorgevoerd: een matrixorganisatie met afdelingen kennis, implementatie en communicatie en een programmabureau. In 2010 zullen de resultaten daarvan steeds beter zichtbaar worden: in elk project werken de verschillende disciplines vanaf het eerste moment samen. Met de verhuizing naar een nieuw gebouw in Ede medio 2010 zal dit nog een extra impuls krijgen door de introductie van 'Het Nieuwe Werken'.





Ambities

In 2010 ligt onze focus op het meer en beter implementeren van bestaande interventies: niet steeds iets nieuws ontwikkelen, maar het goede koesteren en uitbouwen. NISB is altijd sterk op de professionals gericht, maar zal daarnaast ook beter beeld proberen te krijgen op de eindgebruiker: levert de landelijk ontwikkelde interventie uiteindelijk bij de burger de gewenste gedragsverandering op? In dat verband wil NISB beter zicht houden op de kwaliteit van de implementatie in het land, zodat opdrachtgevers als gemeenten weten dat ze met een effectief project in zee gaan. De introductie van een keurmerk van NISB wordt in 2010 voorbereid met enkele pilotprojecten. Ook gaat NISB in 2010 door met de ontwikkeling van kennis op het gebied van de inrichting van beweegvriendelijke wijken. Om wijken te reactiveren, moeten veel sectoren samen de zelfde taal leren spreken! Via de BeweegKuur (voor mensen met diabetes type 2 en overgewicht) komt bij NISB ook steeds meer de vraag hoe een sportbond of vereniging kan inspelen op de instroom van deze mensen, die vaak nog een drempel hebben te overwinnen. Dit zal in 2010 extra aandacht van NISB krijgen. Nieuw in 2010 is de ontwikkeling van aanpakken die inspelen op de nu door Trimbos-instituut bewezen positieve effecten van bewegen op

de psychische gezondheid. Verder legt NISB een sterkere nadruk op participatie en op talentontwikkeling.

NISB groeit, want vanuit steeds meer domeinen komt de vraag voor ondersteuning bij structurele inzet van sport en bewegen voor gezondheid, leefbaarheid en participatie. En dat is logisch, want uit actuele, toonaangevende studies komt steeds duidelijker het lonende effect van investeren in preventie naar voren. De studie Volksgezondheid Toekomst Verkenning van RIVM, rapporten van de Gezondheidsraad, het Trimbos-instituut en de Raad voor de Volksgezondheid en Zorg geven één beeld: Nederland moet echt het roer omgooien en steviger investeren in 'de voorkant' van de zorg – dus preventie – in plaats van de aandacht op de 'achterkant' van de zorg, namelijk die van de curatieve zorg. Voorkomen is beter dan genezen!

Lange tijd heeft preventie het nadeel gehad dat het effect onvoldoende kon worden vertaald in harde cijfers. Nu nog blijft het moeilijk om het toegenomen geluk van een weer actieve burger in cijfers uit te drukken. De persoonlijke verhalen vertellen boekdelen: in deze beleidsagenda staan daarom ook negen hoofdpersonen uit de NISB-jubileumfilm centraal die iets laten zien van de reikwijdte van sport en bewegen in hun dagelijks leven.



CLÉMENCE ROSS, DIRECTEUR

"Dankzij de verhalen van Frans, Mieke, Selma, Geoffrey en al die anderen zien we dat bewegen loont. In 2010 willen we die verhalen meer dan ooit staven met feiten en cijfers om te laten zien dat de investering in preventie zich dubbel en dwars terug betaalt. Daarom is 'Bewegen loont' het jaarthema van NISB in 2010. Wordt het ook uw thema? Ik nodig u daar van harte toe uit!"

2. Jeugd

Hoewel Nederlandse kinderen tot de gelukkigste van Europa behoren, is er ook een deel waar het minder goed mee gaat. Overgewicht en obesitas bij kinderen neemt schrikbarend toe en te veel kinderen bewegen nog steeds te weinig.

Kinderen op een leuke manier laten bewegen: dat is waar NISB zich op richt in het programma Jeugd. Belangrijke uitgangspunten zijn meedoen en vitaliteit, ambities die door het kabinet zijn onderstreept in het Olympisch plan. Want een actieve leefstijl op jonge leeftijd, betekent vaak ook een actieve leefstijl op latere leeftijd.

Samenwerken

Om de jeugd in beweging te krijgen is het belangrijk dat er een samenhangend geheel ontstaat van kennis, beleid, netwerken en interventies. NISB levert daar een bijdrage aan en bevordert bijvoorbeeld een betere samenwerking tussen buitenschoolse opvang en school. “Kinderen zijn vaak van acht tot vijf onder de pannen, terwijl ze ook zestig minuten moeten bewegen per dag”, zegt programmamanager Peter Barendse. “Wij gaan bekijken waar er dan ruimte voor sport is.”

NISB wil in 2010 de jeugd ook vaker via de ouders proberen te bereiken. “Als ouders zich ook bewust zijn van het belang van bewegen, zullen ze dat overdragen op hun kinderen”, aldus de programmamanager. Ook wil NISB dit jaar voor de jeugdgezondheidszorg een methodiek ontwikkelen, waarmee hulpverleners in hun consulten aandacht kunnen besteden aan sport en bewegen.

Jongerenparticipatie speelt bij alle onderdelen van het programma een rol. “Vooral bij de oudere jeugd is het belangrijk dat zij

zelf ook een stem krijgen”, zegt Peter Barendse. “NISB richt zich veel op intermediairs en professionals, maar we moeten de eindgroep ook goed in de gaten houden.”

Speerpunten

- Succesvolle projecten als Beweegkriebels (voor 0-4 jaar) worden doorontwikkeld en verspreid.
- Realiseren van een groot aantal maatschappelijke stageplaatsen in de sport (12.000).
- Versterken van de relatie tussen sportstructuren en vrijwilligerssector.
- Versterken van het beleid en aanbod sport en bewegen op scholen op PO-, VMBO- en MBO-niveau.
- Bijdragen aan kennis en inzicht op het gebied van sportieve dagarrangementen met aansprekende voorbeelden.
- Gemeenten en andere relevante partijen ondersteunen bij het mogelijk maken van sport- en beweegaanbod voor kwetsbare jongeren; aansluitend bij armoedebelief van verschillende ministeries.
- De jeugdgezondheidszorg ondersteunen en stimuleren bij de inbedding van sport en bewegen in hun sector.
- Ouders en organisaties die met ouders werken, ondersteunen bij de gezonde (lichamelijke) opvoeding van hun kind.
- NISB draagt in het programma Jeugd de Olympische ambities uit door hiernaar te verwijzen en andere organisaties uit te nodigen, aan te sluiten.



NINA ANDRIOL, 16 JAAR, WELSRIJP

“Ik ben al negen jaar lid van een atletiekvereniging en ik loop hier nu ook mijn maatschappelijke stage. Dat houdt in dat ik me veertig uur vrijwillig inzet voor de club. Ik assisteer de trainer en concentreer me op de jeugd vanaf 10 jaar. Ik vind het heerlijk om lekker sportief bezig te zijn. In mijn eentje, maar vooral ook met anderen. Als het aan mij ligt, blijf ik nog lang mijn beste beentje voorzetten bij onze gezellige vereniging.”



3. Ouderen

De oudere van nu heeft een andere leefstijl dan de oudere van twintig jaar geleden. Mensen blijven langer zelfstandig wonen en gaan anders met hun beweegbehoeften om. Er zijn nu bovendien veel meer ouderen: ruim 15 procent van de bevolking is 55 jaar of ouder.

Een belangrijke motivatie voor ouderen om deel te nemen aan het sport- en beweegaanbod is de behoefte aan sociaal contact met leeftijdsgenoten. Bijna een op de drie ouderen voelt zich regelmatig eenzaam. Met sport en bewegen kan deze groep uit hun isolement worden gehaald.

“Maar niet alle ouderen zijn over één kam te scheren”, zegt Anneke Hiemstra, adviseur van het programma Ouderen. “Dé oudere bestaat niet.” Daarom gaat NISB de komende jaren zijn programma’s meer specificeren. Een gezonde, actieve leefstijl en zelfredzaamheid is de gemene deler, maar de verschillende groepen krijgen een verschillende benadering.

Extra aandacht

NISB zal in 2010 het project ‘Bewegen valt Goed’ voor (allochtone) ouderen van 45 jaar en ouder verder doorontwikkelen en implementeren. Deze groep ‘nieuwe’ Nederlanders ontwikkelt eerder ouderdomsmotoriek en de ervaren gezondheidstoestand neemt bij hen eerder af dan bij autochtone ouderen. Vooral voor de kwetsbare en eenzame allochtone ouderen is er dit jaar extra aandacht. NISB onderzoekt hoe deze groep het best kan worden bereikt.

Bij de groep 75+ is het risico voor vallen hoog. Het succesvolle project ‘In Balans’, waarbij beweging wordt ingezet om vallen te voorkomen, wordt doorontwikkeld en geïmplementeerd. “We gaan kijken hoe het uitgebreide valpreventieprogramma door

gemeenten effectief ingezet kan worden. Bij ‘In Balans’ wordt ook gekeken naar de rol die de sociale omgeving van mensen kan spelen op het voorkomen van vallen”, aldus Anneke Hiemstra.

Handen ineenslaan

NISB zet zich ook in 2010 in om lokale netwerken rondom bewegingsstimulering voor ouderen te versterken. Dit doet NISB voornamelijk met de Lokale Taskforces 50+ en de Netwerkaanpak 50+. “Als sport, gezondheidszorg, welzijnswerk en sportverenigingen de handen ineenslaan, kunnen ouderen makkelijker bereikt worden”, zegt Anneke Hiemstra. Deze ambitie sluit aan bij de Olympische Wijk, een onderdeel van het Olympisch Plan 2028.

Speerpunten

- Het coördineren van de beweging Fit for Life en het ontplooiën van nieuwe initiatieven vanuit dit brede netwerk.
- Bestaande, goedlopende programma’s zoals het Groningen Actief Leven Model en In Balans worden doorontwikkeld, uitgebreid en geïmplementeerd.
- Allochtone ouderen van 45+ en ouderen vanaf 75 jaar krijgen in 2010 extra aandacht.
- Lokale netwerken rondom bewegingsstimulering voor ouderen worden verder versterkt.
- Ontwikkeling van een productencatalogus voor professionals, waarin NISB inzichtelijk maakt wat er allemaal gebeurt en mogelijk is op het gebied van bewegingsstimulering voor ouderen.

JAN KENNIS, 64 JAAR, TILBURG

“De hele dag thuis zitten, dat is niks voor mij. Twee keer per week ga ik zo’n anderhalf uur wandelen met een groepje mensen. Dat doe ik nu vijf jaar. In de zomer, als het mooi weer is, zoeken we een mooi natuurgebied uit; bij slecht weer houden we het dichterbij huis. Afzeggen doe ik nooit. Ik heb plezier in het contact met anderen, het doet me even mijn zorgen vergeten. Lekker mijn bol laten leeg waaien en gezellig over koetjes en kalfjes praten onderweg.”

4. BeweegKuur

Momenteel hebben bijna 4,5 miljoen mensen in Nederland overgewicht en ruim 1,3 miljoen mensen obesitas. Het hebben van overgewicht of lichamelijk inactief zijn, verhoogt de kans op diabetes. In de nieuwe BeweegKuur wordt een lokaal netwerk gebouwd om deelnemers te helpen bij het bereiken van een actievere leefstijl.

Volgens cijfers van RIVM zijn in 2003 in Nederland 600.000 mensen gediagnosticeerd met diabetes, waarvan 90% met diabetes type 2. Daarnaast zijn er ongeveer 900.000 personen van 60 jaar en ouder met een voorstadium van diabetes en weten 115.000 tot 300.000 personen niet dat ze diabetes hebben.

Sinds 2007 werkt NISB met subsidie van het ministerie van VWS aan de ontwikkeling en implementatie van de BeweegKuur, een aanpak waarmee mensen met (een hoog risico op) diabetes, overgewicht of obesitas vanuit de eerstelijns begeleiding kunnen worden naar een actievere leefstijl. Het doel is om de interventie in 2011 (gedeeltelijk) op te nemen in het verzekerde pakket van de zorgverzekering. Definitieve besluitvorming hierover vindt plaats in de loop van 2010. Voorafgaand daaraan worden berekeningen gemaakt van de zorg- en maatschappelijke kosten en worden de resultaten vanuit de pilots beoordeeld. De verwachting is dat de

BeweegKuur in zijn huidige vorm in directe gezondheidskosten over een periode van tien jaar tientallen miljoenen aan besparingen oplevert. Dat is nog exclusief de maatschappelijke besparingen, zoals het vermeden productiviteitsverlies.

De BeweegKuur bereikt overal in het land bewezen goede resultaten bij mensen met (hoog risico op) diabetes en/of met overgewicht of obesitas. Zij krijgen een recept van de huisarts voor begeleiding van bijvoorbeeld diëtisten en fysiotherapeuten naar een actievere en gezondere leefstijl.

“In 2010 zijn honderden professionals uit de eerstelijnszorg en rond de tweeduizend gemotiveerde deelnemers betrokken bij de laatste testen van de BeweegKuur voordat deze landelijk kan worden ingevoerd”, vertelt programmamanager Patrick Rijnbeek. Hij geeft aan dat het vormen van een lokaal netwerk

FRANS STOKHOF, 67 JAAR, DEELNEMER BEWEEGKUUR IN ROTTERDAM

“Zo’n twaalf jaar heb ik mijn diabetes met heel veel medicijnen onder controle weten te houden. Maar toen ik vorig jaar weer op controle kwam, zei de dokter dat ik nog twee keuzes had: insuline spuiten of de BeweegKuur van NISB doen. Ik ben onder leiding van een fysiotherapeut gaan bewegen in de sportschool. Nu heb ik geen begeleiding meer, maar breng ik zelf de discipline op. Bewegen werkt echt. Ik hoef niet te spuiten en zelfs mijn andere medicatie is verminderd.”



heel typerend is voor de BeweegKuur: “Gemeenten en eerstelijnszorg werken hierin samen. Wij stimuleren de samenwerking tussen GGD, ROS (Regionale Ondersteunings Structuur voor de eerstelijnszorg) en provinciale sportraden. Vanuit de huisartsenpraktijk werken onder andere leefstijladviseurs/ praktijkondersteuners, diëtisten en fysio-/oefentherapeuten nauw samen. Dat soort netwerken bestonden niet of nauwelijks voor de BeweegKuur in gang gezet werd. Huisartsen waren al helemaal niet op de hoogte van mogelijkheden voor aangepast sporten voor mensen die een drempel hebben te nemen om weer in beweging te komen. We zien ook dat gemeenten nu al actief bijdragen aan het welslagen van een BeweegKuur-pilot in hun stad of dorp.”

Het mes snijdt dus aan twee kanten: de BeweegKuur kan een belangrijke bijdrage leveren aan het gemeentelijk preventiebeleid en tegelijkertijd bijdragen aan de doelen van de minister van VWS op het terrein van diabetes en overgewicht.



Speerpunten

- **(Door)Ontwikkeling**
Het prototype voor doelgroep ‘overgewicht/obesitas’ wordt verder aangescherpt.
- **Implementatie en lokale coördinatie**
Het aantal locaties wordt uitgebreid van 53 naar 143. De focus ligt op netwerkontwikkeling.
- **Scholing**
Werken in de BeweegKuur moet onderdeel worden van het curriculum van zorgprofessionals in opleiding, zoals fysiotherapeuten, diëtisten, praktijkondersteuners en sport- en beweegbegeleiders.
- **Monitoring en kwaliteitsbeleid**
Volledige gestandaardiseerde procesevaluatie van alle deelnemende professionals en ROS'en.
- **Inbedding in reguliere zorg en standaarden**
Ontwikkeling van multidisciplinaire richtlijnen en afstemming met zorgstandaarden.
- **Vorbereiding adequate financiering**
Zorgverzekeraars moeten een start maken met het inkopen van zorg en het vertalen ervan naar de polisvoorwaarden. Ondersteunen van dit inkoopproces door bijvoorbeeld het omzetten van de multidisciplinaire richtlijnen in Keten-dbc's.
- **Communicatie**
De kern van de BeweegKuur is dat je zelf je leefstijl kunt aanpakken en zo gezondheid en welzijn kunt verbeteren, door een zetje in de juiste richting. In de communicatie is er extra aandacht voor ambassadeurs, rolmodellen en professionals.

5. Werk



ROLAND VAN DE VEN, 47 JAAR, AMBULANCEVERPLEEGKUNDIGE, ASSEN

“Een fit lichaam heeft een preventieve werking, maar mocht het toch misgaan dan helpt fit zijn beter en sneller te herstellen. Ik stimuleer mijn collega's meer te bewegen via het project Vitale Werknemer. Zelf probeer ik drie tot vier uur per week te sporten. Vroeger heb ik veel triatlons gedaan en vorig jaar heb ik nog de Friese Elfmerentocht gefietst. Momenteel zwem ik veel. Mijn werkgever UMCG betaalt mee aan een sportschoolabonnement en daar valt in mijn geval ook het zwembad onder. Mij hoor je niet klagen!”

Gezondheidsproblemen, vergrijzing en ontgroening zullen de komende jaren leiden tot toenemende schaarste op de arbeidsmarkt. Van HR-beleid dat beweging stimuleert, profiteert zowel de werknemer als het bedrijf.

Miljoenen Nederlanders werken. Een groot deel van hen voldoet niet aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen en heeft overgewicht. “Als we dus iets willen doen aan de gezondheid van Nederlanders, is de werkomgeving een goede setting om activiteiten te starten”, zegt Hans Arends, manager van het programma Werk.

Werknemers hebben er natuurlijk belang bij dat ze bewegen en zich gezonder voelen, maar ook bedrijven profiteren van een fit werknemersbestand. Werknemers die zich goed voelen, hebben een hogere productiviteit, verzuimen minder en zijn langduriger inzetbaar.

Beweegbeleid

Het ministerie van VWS wil dat in 2010 een kwart van de bedrijven een beweegbeleid heeft. In 2005 had veertien procent van

de bedrijven een dergelijk beleid. Ook moet in 2010 zeventig procent van de werknemers aan de combinorm voldoen, dat is vijf procent meer dan in 2009.

Met het BRAVO-kompas heeft NISB in samenwerking met andere organisaties een richtlijn ontwikkeld die niet alleen de focus legt op het belang van beweging en ontspanning, maar ook op gezonde voeding, stoppen met roken en gematigd alcoholgebruik. Met behulp van het zevenstappenplan, te vinden op www.nisb.nl/bravo, kunnen werkgevers een bij het bedrijf passend gezondheidsbeleid ontwikkelen.

Doelgroepen

In 2010 blijft NISB zich focussen op de drie branches met de grootste gezondheidsrisico's. Dat zijn de voedings- en genotmiddelenindustrie, de papierindustrie en de transport- en ver-



voersector. Daarnaast zal NISB extra aandacht besteden aan de ondersteuning van het midden- en kleinbedrijf, omdat die bedrijven vaak nauwelijks capaciteit hebben om aandacht te besteden aan dit onderwerp. Hans Arends: “Toch kunnen die bedrijven ook met iets kleins beginnen.”

Ook de gemeenteambtenaren krijgen bijzondere aandacht in 2010. “Dat komt voort uit de gedachte: practice what you preach. De gemeente is immers uitvoerder van het sport- en beweegbeleid”, aldus de programmamanager. “Bovendien zijn deze werknemers ook een risicogroep, omdat ze vaak zittend werk doen.”

Speerpunten

Door op verschillende niveaus de juiste mensen te benaderen, wil NISB werknemers in beweging krijgen.

• Beleidsniveau

Met het BRAVO-kompas heeft NISB een instrument ontwikkeld dat initiatiefnemers kan helpen nieuwe activiteiten in het personeels-, arbo- en mobiliteitsbeleid van bedrijven te verankeren.

• Het niveau van de professional

Ondersteuning richt zich op het beïnvloeden en het bevorderen van de deskundigheid van de professional die in of voor het bedrijf werkzaam is.

• Het niveau van organisaties en netwerken

Organisaties als werkgevers- en werknemersorganisatie, arbo-diensten en brancheorganisaties kunnen bijvoorbeeld samenwerken bij innovatie en kennisontwikkeling. In de directe (werk)omgeving van de werknemer is samenwerking tussen professionals (bedrijfsarts, leefstijladviseur, P&O-adviseur) van belang om een sociale omgeving te creëren waarin medewerkers beïnvloed en ondersteund worden.

6. Mensen met chronische ziekte of overgewicht



De helft van de Nederlanders heeft een of meerdere chronische aandoeningen en bijna de helft heeft te kampen met overgewicht. Beide groepen zijn vaker inactief en bewegen gemiddeld minder dan mensen zonder chronische aandoening of overgewicht, terwijl juist deze groepen belang hebben bij voldoende beweging.

Het ministerie van VWS wil dat in 2010 minimaal 58 procent van de chronisch zieken aan de combinorm voldoet. Ook in de preventie van overgewicht wil VWS een rol spelen. Door beweging kan de kwaliteit van leven van deze twee groepen mensen namelijk sterk verbeterd worden. “Chronisch zieken die regelmatig bewegen, hebben minder last van hun klachten, ze blijven zelfstandiger en kunnen blijven meedoen aan de maatschappij”, verklaart adviseur Ellen Mulder van het programma Chronisch zieken en Overgewicht.

Naast dit persoonlijke belang, heeft ook de maatschappij er baat bij als chronisch zieken en mensen met overgewicht in beweging komen. Dankzij de preventieve werking die er vanuit gaat, worden namelijk ook de zorgkosten lager.

Samenwerking tussen wijk en zorg

NISB wil met dit programma realiseren dat chronisch zieken en mensen met overgewicht deelnemen aan het bestaande beweeg- en sportaanbod en dit blijven doen als ze niet meer onder behandeling zijn. De ketenaanpak, waarbij zorgprofessionals en professionals uit de wijk samenwerken, staat in 2010 centraal. “Wij willen ervoor zorgen dat alle professionals in een wijk elkaar kennen. Het is belangrijk dat de huisarts weet wat het beweeg- en sportaanbod is in zijn wijk, wat er gebeurt in de buurthuizen en dat de fysiotherapeut weet dat er een park in de buurt is waar zijn cliënt een wandeling kan maken”, aldus Ellen Mulder. NISB biedt

ondersteuning bij het bouwen van netwerken en het veranderen van denkpatronen: de essentiële randvoorwaarden om een verbinding tussen zorg en wijk te realiseren.

In dit programma ligt de focus op mensen met astma/COPD, mensen met depressieve klachten en mensen met reuma. NISB wil voor deze aandoeningen interventies ontwikkelen zoals de BeweegKuur, een ketenaanpak die voor mensen met (een verhoogde kans op) diabetes type 2 en overgewicht goed blijkt te werken (zie hoofdstuk 4).

NISB ondersteunt gemeenten ook bij de inrichting van interventieprogramma's voor mensen met overgewicht. Nu zijn er nog te weinig aanpakken bekend waar lokaal vanuit zowel gezondheid, sport, onderwijs, WMO en fysieke omgeving aandacht wordt besteed aan de bestrijding van overgewicht, terwijl dat wel uiterst effectief kan zijn.

Speerpunten

- Een gezonde en actieve leefstijl bij mensen met een (verhoogd risico op een) chronische aandoening stimuleren.
- Samenhang versterken - tussen professionals werkzaam in de wijk en de eerstelijnsgezondheidszorg - in gezamenlijke aanpakken gericht op het duurzaam in beweging krijgen en houden van mensen met een chronische aandoening.
- Sport- en beweegaanbod beter en toegankelijker maken.

7. NASB

Met het Nationaal Actieplan Sport en Bewegen (NASB) wil de overheid te-weinig-actieven in beweging krijgen. Daarvoor worden bestaande, succesvol gebleken interventies ingezet in de wijk, de zorg, de sport, op school en op het werk.

Het NASB is in 2005 aangekondigd in de nota Tijd voor sport door Clémence Ross, in haar toenmalige functie van staatssecretaris sport. Als onderdeel hiervan loopt van 2008 tot 2014 de Impuls NASB, waardoor gemeenten geld krijgen om met lokale partners interventies te starten.

Scherpe doelstellingen

In 42 gemeenten met een relatief grote gezondheidsachterstand bij inwoners, wordt nu met het NASB gewerkt. In 2010 komen daar nog eens ongeveer zestig gemeenten bij. NISB dient als vraagbaak voor alle deelnemende gemeenten, maar ook niet-deelnemende gemeenten kunnen met hun ondersteuningsvragen op het gebied van sport, bewegen en gezondheid bij NISB terecht.

“De eerste stappen zijn dus gezet, nu is het zaak om dat voort te zetten. Het is aan de gemeenten, de eigenaren van de beweeginterventies, de sportbonden, NASB-adviseurs en NISB om de projecten succesvol te maken, zodat we de te-weinig-actieven daadwerkelijk meer in beweging krijgen”, zegt programmamanager Hans Arends over de voortgang van het NASB.

Want de doelen van het actieplan zijn niet mis te verstaan: in 2012 moet minimaal 70 procent van de volwassenen en 50 procent van de jeugdigen aan de beweegnorm voldoen, tegenover respectievelijk 63 en 40 procent in 2005. Ook is het doel dat nog maar maximaal 5 procent van de Nederlanders inactief is; in 2005 was 6 procent van de bevolking nog inactief.

Kansrijk en effectief

Het NIVEL onderzoekt in opdracht van NISB kansrijke interventies om te-weinig-actieven in beweging te krijgen. De als meest kansrijke en effectief beoordeelde interventies zijn opgenomen in het NASB interventieoverzicht. Het overzicht kan gebruikt worden door gemeenten, Provinciale Sportraden en GGD'en om inspiratie op te doen en een keus te maken voor verschillende sport- en beweeginterventies.



SELMA KUTLAR-EROGLU, AMBTENAAR SPORT EN BEWEGEN, 46 JAAR, ENSCHEDE

“Wij zijn al in 2006 gestart met ons eerste ‘Bewegen valt goed!’-project in Enschede. Met dat project stimuleren we ouderen om meer te bewegen. Daardoor lopen ze veel minder kans op een valongeluk én voelen ze zich gezonder en gelukkiger. We zien dat het werkt: de vrouwen willen ook na zo’n project doorgaan met bewegen. Bewegen valt goed! is een koploper in het Nationaal Actieplan Sport en Bewegen. Door onze ervaringen in Enschede steeds weer te vertellen op bijeenkomsten, zijn nu al twintig gemeenten ermee bezig. Verder hebben we ook veel succes met weerbaarheidstrainingen voor allochtone meisjes. We stimuleren allochtone vrouwen ook om zelf sportbegeleider te worden. We zitten dus niet stil!”

Beweegvriendelijke omgeving

“Via het NASB brengen we ook het belang van een beweegvriendelijke omgeving onder de aandacht”, zegt Hans Arends. Dit onderdeel sluit aan bij het NISB-programma Fysieke Omgeving. “Veilige en goed bereikbare loop-, fiets- en wandelroutes, maar ook de Cruyff Courts en Krajicek Playgrounds maken de omgeving beweegvriendelijker.”

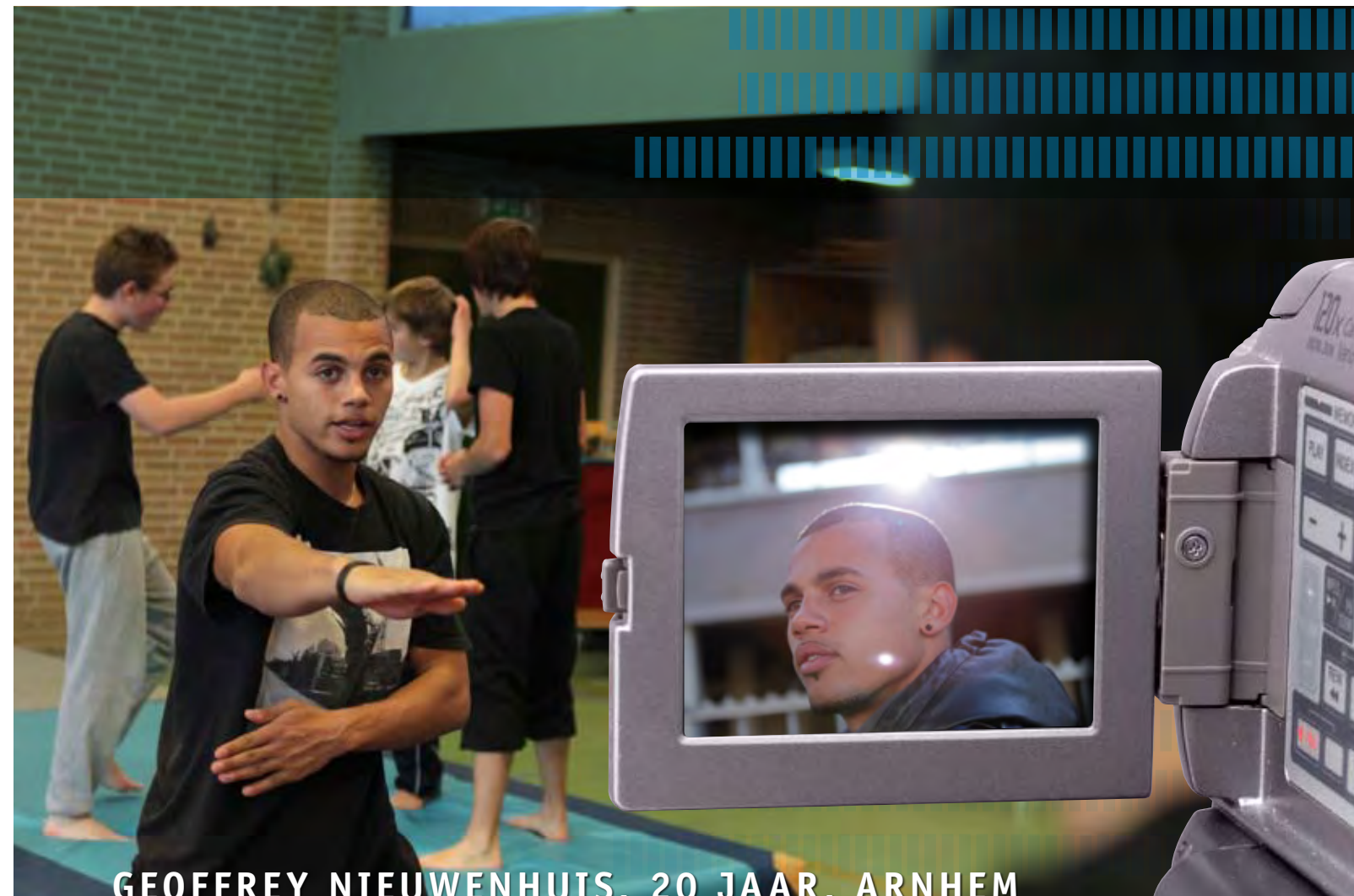
Speerpunten

- **Ondersteuning aan 100 NASB-gemeenten**
Gemeenten met een relatief grote gezondheidsachterstand komen in aanmerking voor de Impuls NASB van VWS. NASB-adviseurs geven hen advies op maat. De bedoeling is dat gemeenten structureel aandacht gaan besteden aan bewegen en gezondheid.



- **Ondersteuning aan alle Nederlandse gemeenten**
De ondersteuning aan alle gemeenten richt zich op alle beleidsmedewerkers sport, gezondheid, welzijn en onderwijs van gemeenten en op de betrokken lokale organisaties en professionals. Zij moeten een kwalitatief hoogstaand sport- en beweegaanbod kunnen ontwikkelen, waardoor het aantal te-weinig-actieven binnen de gemeente daalt. Het gaat hier om deskundigheidsbevordering, ondersteuning bij de implementatie van interventies en het beschikbaar stellen van methoden, materialen, informatie, kennis en communicatiematerialen via www.nasb.nl.

8. Meedoen Alle Jeugd door Sport



GEOFFREY NIEUWENHUIS, 20 JAAR, ARNHEM

“In mijn vrije tijd ben ik vooral met Trickz bezig. Trickz is een mix van martial arts en acrobatiek. Het is de bedoeling je moves zo extreem mogelijk te presenteren en zo je eigen stijl te creëren. Samen met Gijs Jansen zet ik Trickz op in Nederland. Iedereen kan meedoen, maar we richten ons in eerste instantie op de jeugd tussen de 12 en 16 jaar. Deze groep vindt sporten vaak ineens niet meer zo stoer en hangt liever op straat rond. Tijdens de lessen ervaren de leerlingen dat je met Trickz respect en zelfvertrouwen opbouwt.”

Meedoen Alle Jeugd door Sport

In achterstandswijken in de grote steden is het sportaanbod kwetsbaar. De grotendeels allochtone jeugd in deze wijken doet beduidend minder aan sport dan gemiddeld, maar dankzij het programma Meedoen Alle Jeugd door Sport is het aantal actieve jongeren groeiende.



In 2006 ondertekenden negen sportbonden en elf grote steden een convenant 'Meedoen' om de jeugd uit achterstandswijken meer bij sportverenigingen te betrekken. Vorig jaar bleek dat de ruim vijfhonderd Meedoen-verenigingen een ledengroei hadden van 12.000 jeugdigen, waarvan de helft allochtone komaf. En begin 2010 werd duidelijk dat de teller inmiddels op zo'n 20.000 jeugleden staat.

"In het kader van de integratie, van opvoeding en zorg is het belangrijk dat je juist de kinderen in de kanswijken van de grote stad bereikt", zegt programmamanager Eric Lagendijk. "Het sportaanbod van verenigingen kan veel voor hen betekenen, misschien nog wel meer dan bij kinderen uit de middenklasse." Kwetsbare jeugd leert zich bij een sportvereniging bijvoorbeeld aan regels te houden en oefent zijn sociale vaardigheden, wat kan helpen bij het voorkomen van probleemgedrag en overlast.

Dankzij de inzet van de sportbonden en gemeenten, hebben de Meedoen-verenigingen niet alleen maar leden gekregen, maar zijn ze ook sterker geworden, volgens de programmamanager. "Deze clubs beschikken inmiddels over meer technisch, uitvoerend en ondersteunend kader, en slagen erin om structureel samen te werken met het onderwijs."

Structuur als leerschool

Door deelname aan een sportvereniging, komt de jeugd met leeftijdsgenoten in aanraking, wat goed is voor de ontwikkeling van sociale vaardigheden. Ook de structuur rondom zo'n vereniging is een leerschool, voor zowel ouders als kinderen.

"Allochtone meiden zijn nog ondervertegenwoordigd", zegt Lagendijk. "En het blijkt niet zo eenvoudig om hen bij de clubs te betrekken, dus daar is nog een wereld te winnen." NISB blijft

zich in 2010 dus ook focussen op het meedoen van deze groep. In Amsterdam is hiervoor bijvoorbeeld door de KNVB en de gemeente een speciale consultant aangesteld.

Verankering

In 2010 zal Meedoen zich ook richten op verankering. "Wij willen dat deze jongeren – ook als het programma in 2011 afloopt – blijven sporten", zegt Lagendijk. De hoopgevende resultaten van Meedoen, dat ook goed aansluit bij het Olympisch Plan, zijn aanleiding om in 2010 een plan uit te werken om de structuur van Meedoen breder te gaan inzetten. NISB zal zich in 2010 dan ook gaan bezighouden met de verspreiding (meer deelnemende gemeenten) en verbreding (meer sportbonden) van het programma.

Speerpunten

- NISB blijft gemeenten en sportbonden ondersteuning op maat bieden bij de uitvoering van Meedoen. Zo helpt NISB bijvoorbeeld sportverenigingen om in contact te komen met allochtone ouders.
- Het programma Meedoen verder verankeren, verspreiden onder andere verenigingen en verspreiden in andere gemeenten met kinderen in een achterstandspositie.
- Focus ligt op inactieve allochtone meisjes.





9. Publieksgerichte campagnes

NISB richt zich met campagnes steeds meer rechtstreeks tot het grote publiek. Het jaar 2010 is goed gestart met tv-spotjes die Nederlanders aanspreken op hun 'Dagelijkse dosis 30'.

De campagne 30minutenbewegen is inmiddels stevig verankerd in de maatschappij. Ruim 90 procent van de Nederlanders weet inmiddels dat 30 minuten of meer lichaamsbeweging per dag nodig is voor een goede gezondheid. Dat is voor professionals een goed uitgangspunt om te werken aan structurele plannen voor gedragsverandering. Het doel van deze en de andere publiekscampagnes van NISB is om mensen te laten zien en ervaren dat bewegen leuk is.

“De publiekscampagnes worden als gevolg van het succes van 30minutenbewegen, steeds meer een werkvorm van NISB”, zegt coördinator campagnes Juul van Rijn. “De combinatie van massamedia, samenwerking met een uitgebreid netwerk van organisaties en daadwerkelijke ‘beweegbelevissen’ in de buurt maakt dat het belang van bewegen steeds duidelijker wordt.”

Sinds eind 2009 worden op televisie spotjes uitgezonden waarin de vraag wordt gesteld: ‘Kom jij aan je Dagelijkse dosis 30?’ Op de website www.30minutenbewegen.nl kan iedereen een beweegtest invullen en er staan tips om aan die Dagelijkse dosis te komen. Voor kinderen onder de twaalf werkt NISB samen met de Stichting KidsVitaal, met onder meer een reclamespotje dat kinderen oproept zestig minuten per dag te bewegen (Dubbel30).

Juul van Rijn: “De nadruk bij campagnes van NISB ligt op inspiratie, coaching en concrete acties.” Een voorbeeld van zo’n

concrete actie is de recordpoging voor ‘Heel Nederland Fietst’ die op 31 maart 2010 heeft plaatsgevonden. Van Rijn: “Samen met de Fietzersbond zetten we in deze fietscampagne zoveel mogelijk bestaande en nieuwe fietsevenementen op de agenda, met de recordpoging als publicitair hoogtepunt.”

NISB gaat in 2010 – in samenwerking met andere organisaties – meer campagnes ontwikkelen die aansluiten bij NISB-programma’s. Er komt een herhaling van de Traploopweek voor werknemers en de vmbo-jeugd komt aan bod met de Energy Tour die langs verschillende scholen gaat. Daar moeten clinics en optredens van onder meer Ali B de jeugd de leuke kanten van bewegen laten ervaren.

Speerpunten

- Het verder uitbouwen van de publieksgerichte campagne als werkvorm van NISB, waarbij de combinatie van massamedia, samenwerking met een uitgebreid netwerk en daadwerkelijke beweegbelevissen centraal staat.
- Het doorontwikkelen van de campagne 30minutenbewegen.
- Recordpoging ‘Heel Nederland Fietst’ op 31 maart 2010.

MIEKE GOEDMAKERS, 53 JAAR, CONSULENT SPORTONTWIKKELING, TILBURG

“Ik heb er echt mijn missie van gemaakt om mensen méér te laten bewegen. De campagne 30minutenbewegen helpt daarbij goed, bijvoorbeeld bij evenementen. Eén uurtje per week is gewoon niet voldoende. ‘Wandelen in de wijk’ is ons stokpaardje in Tilburg. Dat is heel laagdrempelig en je kijkt ook eens buiten je eigen wijk. We hebben een stempelkaart gemaakt en je meldt je aan en af bij wijkcentra. Ouderen vinden dat geweldig. We hebben ook aangehaakt bij ‘Bewegen valt goed’ van NISB: zo brengen we ook allochtone vrouwen en ouderen bij elkaar. Het resultaat is nu heel gemengde groepen. Mijn aanpak? ‘Niet l..., maar poetsen.’”



10. Fysieke omgeving

De inrichting van de openbare ruimte kan een gezonde en actieve leefstijl stimuleren. NISB wil vanaf 2010 met het programma Fysieke omgeving een bijdrage leveren aan de beweegvriendelijke wijk en de manier waarop mensen daar gebruik van maken.

Speelveldjes, goede looproutes tussen wijk en winkelcentra, veilige fietsroutes naar school, multifunctionele sportaccommodaties en voldoende groen in de buurt dagen volwassenen en kinderen uit om meer te bewegen.

Toolbox en factsheets

NISB ontwikkelt de komende jaren onder de vlag van het programma Fysieke Omgeving een visie op de beweegvriendelijke wijk en de belangrijkste elementen daarin. Ook komen er factsheets en een toolbox voor beleidsmakers die beslissen over de openbare ruimte. Daarnaast worden projectontwikkelaars en andere uitvoerders van de plannen bij dit programma betrokken.

“In de toolbox komen ‘tips & tricks’ voor de beweegvriendelijke wijk”, zegt programmamanager Peter Barendse. “Op basis van onderzoek geven wij antwoord op vragen als ‘wat zijn de succesvolle elementen van zo’n wijk’ en ‘hoe betrek je bewoners bij de inrichting van hun omgeving’.”

NISB zal de komende jaren ook de relatie tussen fysieke en sociale interventies onderzoeken. Peter Barendse: “De vraag daarbij is: als die goede fietsroutes er eenmaal zijn, hoe krijg je de mensen dan aan het fietsen?”

Olympisch Plan

Het programma sluit goed aan bij een van de belangrijkste pijlers van het Olympisch Plan: de inrichting van Nederland moet klaar

zijn voor de toekomst. Sporten en bewegen moet voor iedereen makkelijker worden gemaakt.

Over de inrichting van de openbare ruimte wordt niet van de ene op de andere dag een beslissing genomen. Dit programma richt zich dan ook op de lange termijn.

Speerpunten

- **Een beweegvriendelijke omgeving**
Nederlanders kunnen in hun omgeving op een laagdrempelige manier sporten en bewegen en er is daarvoor voldoende aanbod.
- **Groene ruimte**
Van deze ruimtes wordt meer en beter gebruik gemaakt, met behulp van bijvoorbeeld georganiseerde activiteiten op de beweeglocaties
- **Mobiliteit en transport, duurzaamheid**
Er komen meer, betere en veiligere wandel-, loop- en fietsroutes en gebruik hiervan wordt gestimuleerd.



NICKY NILESEN, MOEDER VAN ISRA WORST (4), ARNHEM

“Mam, mag ik vandaag weer op de fiets?”, vraagt Isra me vaak. In principe gaan we altijd wel naar buiten als ik vrij ben. En binnen mogen ze wat mij betreft lekker van de bank springen. Op de kinderopvang krijgt Isra gelukkig ook alle kans voor beweging. Dankzij het project Beweegkriebels doen ze daar allerlei leuke beweegspelletjes. Wel jammer is dat onze nieuwbouwwijk zo krap is opgezet: er is geen voetpad om te spelen en de speeltuintjes liggen vol hondenpoep.

11. Internationaal kennisinstituut

De ambities van NISB blijven niet beperkt tot binnen onze landsgrenzen. NISB wil zich ook internationaal profileren als kennisinstituut op het gebied van bewegen, door te werken aan de uitwisseling van kennis en ervaring die er wereldwijd bestaat.

Alleen al binnen Europa zijn de verschillen in het beweegbeleid groot. "In Finland staat bewegen bijvoorbeeld net als in Nederland hoog op de agenda", zegt Peter Barendse die zich namens NISB bezighoudt met de internationale ontwikkelingen. "En in sommige landen wordt er eigenlijk nauwelijks geld vrijgemaakt voor bewegingsstimulering, maar gebeurt er op lokaal niveau weer heel veel."

International Learning Centre

Wat de achtergrond ook is: succesvolle interventies kunnen ook in andere landen werken. NISB wil het voortouw nemen bij het verspreiden van goede voorbeelden uit Nederland, en is bezig om hiervoor een International Learning Centre op te richten.

Binnen de verschillende programma's wordt er al veel samengewerkt met internationale organisaties en netwerken op het gebied van sport en gezondheid, zoals de WHO, Hepa, Paseo, Eunaapa en Tafisa.

Daarnaast is het actietraject Fit for Life, binnen het programma Ouderen, geënt op een Finse interventie voor ouderen. In 2010 is NISB voorzitter van een Europese werkgroep die nationale strategieën voor bewegestimulering vergelijkt. Op het gebied van jeugd is NISB trekker van het Keyplayers-netwerk waaraan tien landen meedoen en waarbinnen kennis wordt gedeeld over jongerenparticipatie in sport en beweging.

Ook de verdere ontwikkeling van het programma Fysieke Omgeving heeft veel baat bij de uitwisseling van internationale kennis.

Nederland sportland

De komende jaren zal NISB een belangrijke rol spelen bij de organisatie van bijeenkomsten op het gebied van bewegen. Zo zal in 2013 NISB het wereldcongres van Tafisa in Nederland organiseren. Dat zal er ook aan bijdragen dat Nederland nog meer als sportland op de kaart wordt gezet.

Speerpunten

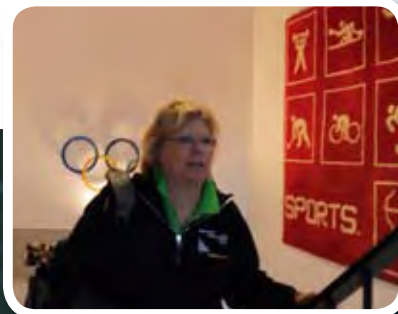
- Organisatie van een aantal internationale bijeenkomsten rondom jeugd, ouderen en nationale strategieën.
- Verder werken aan de opbouw van het International Learning Centre.
- Een bijdrage leveren aan de ontwikkelingen die zich de komende jaren in het Europese sport- en beweegbeleid afspelen.



YRSA WAGEMAKER, ADVISEUR NISB, 39 JAAR, ARNHEM

"Bij NISB ben ik samen met mijn collega Monique Hampsink de specialist op het gebied van Bewegiekriebels en Beweegplezier vanaf 4. We hebben jarenlang trainers opgeleid in deze methode om jonge kinderen in beweging te brengen. Je ziet nog veel te vaak leidsters en kinderen gezellig spelletjes aan tafel doen, terwijl leidsters ook heel eenvoudig ervoor kunnen zorgen dat kinderen even staan of bewegen. Zitten doen we toch al genoeg? We hebben nu al meer dan tweehonderd gecertificeerde trainers die in kinderdagverblijven en op peuterspeelzalen de kennis overdragen. En ook overzee is er flink belangstelling: we zijn al een paar keer naar de Nederlandse Antillen geweest om trainingen te geven."





12. NISB Consult

Sport en bewegen heeft een positieve invloed op de conditie. Maar fysieke inspanning zorgt ook voor maatschappelijke winst. NISB Consult zet sport en bewegen daarom succesvol in als bindmiddel.

Het versterkt de leefbaarheid in de directe omgeving en vergroot de participatie onder inwoners van buurt of wijk. NISB Consult levert advies op maat en laat zien dat door een actieve leefstijl iedereen kan meedoen én gezond kan blijven. De werkzaamheden van NISB Consult (een BV) ondersteunen de missie van NISB.

Lokaal beleid

NISB Consult ondersteunt en adviseert gemeenten bij het concreet en praktisch toepasbaar maken van lokaal sport-, beweeg- en gezondheidsbeleid. De aandacht richt zich op de diversiteit en stimulering van achterstandsgroepen door de inzet van onze specialisten en praktijkgerichte methodieken. “We brengen lijn in het sport- en beweegbeleid van gemeenten én de betrokken lokale organisaties”, aldus manager NISB Consult René Lamers.

Uitgangspunt is het samenbrengen van financiële stromen uit sport, zorg, welzijn en onderwijs en een bundeling van krachten te creëren van de maatschappelijke organisaties. Die bundeling maakt het mogelijk de effectiviteit van het sportbeleid sterk te vergroten. Het resultaat: inwoners van gemeenten voelen zich vitaal, betrokken en gezond.

Training voor professionals

Nederland beweegt steeds meer. Daardoor is er ook meer behoefte aan professionals op het gebied van sport en bewegen. NISB Consult leidt professionals op voor beweegprogramma's

die gericht zijn op een actieve leefstijl voor diverse doelgroepen. Verder verzorgt NISB Consult specifieke bijscholing om de kwaliteit in de uitvoering van beweegprogramma's te waarborgen.

BRAVO-aanpak

Werkgevers en werknemers juichen, daar waar BRAVO is ingevoerd. Het belang van de BRAVO-aanpak (die staat voor: bewegen-roken-alcohol-voeding-ontspanning) is duidelijk, volgens René Lamers. “Werknemers winnen en binden, optimale inzetbaarheid van het grootste bedrijfskapitaal en profiteren van een optimale productiviteit. Dat is 1-op-1 winst voor werknemers én hun organisatie.”

NISB Consult ondersteunt bedrijven bij het ontwikkelen van een beleid op het gebied van een actieve leefstijl voor werknemers. Binnen BRAVO is bewegen de kapstok om dit beleid te implementeren. De adviseurs begeleiden organisaties op professionele wijze bij de introductie van de BRAVO-aanpak met behulp van concrete interventies en hulpmiddelen. Variërend van lunchwandelen tot beweegweken. Dit leidt niet alleen tot een daling van het ziekteverzuim, het vergroot ook de sociale binding met het bedrijf. Indien gewenst, begeleiden de adviseurs het bedrijf via een gefaseerde aanpak naar een totaal vitale organisatie.

13. Netwerk NISB

Vanuit zijn netwerkaanpak vindt NISB samenwerking met andere organisaties onontbeerlijk. Hieronder een (niet uitputtend) overzicht om een indruk te geven.

INTERNATIONAAL
ASKÖ, Oostenrijk
European Network for Action on Ageing and Physical Activity (EUNAAPA)
European network for the promotion of Health-Enhancing Physical Activity (HEPA)
European Network for Workplace Heath Promotion (ENWHP)
European Non-Governmental Sport Organization (ENGSO)
Fundacion Pa Nos Muchanan Aruba (FPNMA)
Improving Infrastructures for Leisure-Time Physical Activity in the Local Arena (IMPALA)
Instituto Pedagógico Arubano (IPA)
Instituto pa Deporte, Educacion Fisico y Recreacion, Aruba (IDE-FRE)
International Community for Aging and Physical Activity (ICAPA)
NIF/NOK, Noorwegen
Physical Activity among Sedentary Older People (PASEO)
The Association for International Sport for All (TAFISA)
World Health Organization (WHO)

WELZIJN EN GEZONDHEID
Ministeries van VWS, OCW, VROM, SZW en LNV

Astmafondsen/Longfondsen
Bureaus Jeugdzorg en Halt
Catalpa Kinderopvang

Centrum Gezond Leven
Centrum Media & Gezondheid, CITO
Consument en Veiligheid
Convenant Overgewicht
Diabetes Fonds
Diabetesvereniging Nederland
Fit for Life
Fonds Gehandicaptensport
Fysio Fitness
Gezonde NET
GGD Nederland
GGD'en
GGZ
Hart in Beweging
Hersenstichting
Jeugd Gezondheid Zorg
Koninklijk Genootschap voor Fysiotherapeuten
Korein
KWF Kankerbestrijding
Landelijk Contact Gemeentelijk Welzijnsbeleid
Landelijk Netwerk Vrouwen in de Sport
Landelijke Huisartsen Vereniging
Landelijke Vereniging Georganiseerde eerste lijn
Mee Nederland
MO groep
Movisie
Nationale Jeugdraad
Nederlands Huisartsen Genootschap
Nederlands Jeugdinstituut
Nederlandse Diabetes Federatie
Nederlandse Hartstichting
Nederlandse Vereniging van Diëtisten
Nederlandse Vereniging van Doktersassistenten
Nederlandse Vereniging van Sportgeneeskunde
Nederlandse Zorg Autoriteit

NIGZ
Partnership Huisartsenzorg in Beweging
Partou
Pharos
Provinciale Centra voor Maatschappelijke Ontwikkeling
Provincies
Regionale huisartsenondersteuning
Regionale MEE-organisaties
Regionale OndersteuningsStructuren
Reumafonds
Reumapatiëntenbond
Rutgers Nisso Groep
Schorer Stichting
SKAR
SKE Kinderopvang
SKON
Soa Aids Nederland
Stichting Doen
Stichting Hart in Beweging
Stichting Ik Kies Bewust
Stichting KidsVitaal
Stichting Welzijn Ouderen
STIVORO
Trimbos Instituut
Triodus Kinderopvang
Voedingscentrum Nederland
VSBfonds
Week van de Chronisch Zieken
ZonMw

ONDERZOEKS- EN KENNISINSTITUTEN
Alterra/Wageningen Universiteit en Research Centrum
Baart & Raaijmakers
BMC
Calibris
De Beuk
Grontmij/Marktplan
Kenniscentrum Beroepsonderwijs Arbeidsmarkt (Nijmegen)

Kenniscentrum Overgewicht VU
Kenniscentrum Stedelijke Vernieuwing (KEI)
Kennispplatform Spelen (i.o.)
Kennisprijktijk Steenberg
Lectoraten van Hanze Hogeschool
Lectoraten van De Haagse Hogeschool
Lectoraten van Leisure Studies UT
Lectoraten van Windesheim
NIVEL
Rescon
RIVM
SGB0
Sociaal en Cultureel Planbureau
Stichting Leerplan Ontwikkeling
TNO Arbeid
TNO Kwaliteit van Leven
W.J.H. Mulier Instituut

UNIVERSITEITEN, HOGESCHOLEN EN MBO-OPLEIDINGEN
HBO Raad
MBO Raad
PO Raad
VO Raad

Achterbanberaad sport en bewegen van MBO-raad
Directeurenoverleg Academisch Lichamelijke Opvoeding
Vereniging Bijzondere Scholen

Rijksuniversiteit Groningen
Universiteit van Maastricht
Universiteit van Tilburg
Universiteit van Utrecht
VU Medisch Centrum
Wageningen Universiteit en Researchcentrum

Fontys Sporthogeschool
Hanze Instituut voor Sportstudies

Hogeschool van Arnhem en Nijmegen
Hogeschool Inholland
Hogeschool van Amsterdam
Hogeschool Utrecht
Hogeschool voor Toerisme en Vrijetijdsbesteding
Hogeschool Windesheim
Nederlands Paramedisch Instituut

Alpha College
Amarantis groep
CIOS Goes
CIOS Heerenveen
CIOS Rijn IJssel
CIOS Sittard
Deltion College
Graagland College
Koning Willem I College
Mondriaan Groep
ROC van Twente
ROC Midden Nederland
ROC Midden-Brabant
ROC Eindhoven
ROC Landstede
ROC A12
ROC Flevoland
Scholingsboulevard Enschede

Mythylscholen
Praktijkonderwijs
Speciaal basisonderwijs

SPORT EN BEWEGEN
2basics
Arko Sports Media
Bas van de Goor Foundation
Bewegen Werkt! (holding Fitform, Ergo Control, PreventNed)
EFAA
EMGO
Fietzersbond
Fit!Vak

Gehandicaptensport Nederland
Grootstedelijke sportservicepunten
Intenz
JBN
Jeugdsportfonds
Johan Cruyff Foundation
KNBSB
KNGU
KNKF
KNKV
KNZB
Koninklijke Nederlandse Atletiek Unie
Koninklijke Nederlandse Voetbal Bond
Koninklijke Vereniging van Leraren Lichamelijke Opvoeding
LERF
Nationale Fietsprojecten
NBB
Nederlandse Christelijke Sport Unie (NCSU)
Nederlandse Culturele Sportbond (NCS)
Nederlandse Katholieke Sportfederatie (NKS)
Nederlandse Sport Alliantie (NSA)
NICIS
NOC*NSF
Provinciale sportraden
Regionale sportservicepunten.
Richard Krajicek Foundation
Sportbonden
Stichting Meer dan Voetbal
Stichting Recreatie
Taskforce Sport en Bewegen 50+
Vereniging Sport en Gemeenten

OVERIGE PARTNERS
ABVAKABO FNV
Achmea/ Zilveren Kruis
Aedes
ANBO

ANWB
BAM
BGZ Wegvervoer
Boaborea
Business Yoga
Buurtalliantie
Centrum voor Reuma en Revalidatie Rotterdam
CNV
Consumentenbond
COS
CVZ
CZ Zorgverzekeringen
FNLi
FNV Sport
Fonds psychische gezondheid
FORUM
Gemeenten Duurzame Ontwikkeling
Groenservice Zuid-Holland
Indigo
Interprovinciaal Overleg
IZA
Jantje Beton
Katholieke ouderenbond
Koepel van ouderenbonden (CSO)
Kunstfactor-dans
Lifeguard
MKB Nederland
Nationale Sportweek
Nederlands Bureau voor Toerisme en Congressen
Nuffic
NUSO
Overlegorgaan Caribische Nederlanders (OCaN)
Planbureau voor de leefomgeving (Plattelands)vrouwenorganisaties
Plus Nederland
Scouting NL
sponsors campagne 30minutenbewegen
Sport en Zaken
Sportlets

Staatsbosbeheer
Stichting Koninkrijksspelen
UnieKBO
Vereniging Nederlandse Gemeenten
VNO/NCW
Week van de Vooruitgang
Werkgevers in de Sport (WOS)
Woonzorg Nederland

LOKAAL
Gemeenten

Arbodiensten
Basisscholen
Buitenschoolse opvang
Consultatiebureaus
Consultatiebureaus Ouderen
Diëtisten
Doktersassistenten
Fitnesscentra
Fysiotherapiepraktijken
Gezondheidscentra
Huisartsen
Kinderopvangorganisaties
Lokale sportbundelingen
Opbouwwerk
Praktijkondersteuners huisartsen (verpleegkundigen)
Sportbuurtwerk
Sportservicepunten
Sportverenigingen
Stichtingen welzijn ouderen
Verzekeraars
Vmbo-scholen
Vrijwilligerscentrales
Welzijnsorganisaties
Werkgeversorganisaties
Woonzorgcentra
Zelforganisaties

Afkortingen

COPD	Chronic Obstructive Pulmonary Disease
EUNAAPA	European Network for Action on Ageing and Physical Activity
GALM	Groninger Actief Leven Model
GGD	Gemeente Gezondheids Dienst
HEPA	European network for the promotion of Health-Enhancing Physical Activity
ICAPA	International Community for Aging and Physical Activity
IMPALA	Improving Infrastructures for Leisure-Time Physical Activity in the Local Arena
KNVB	Koninklijke Nederlandse Voetbal Bond
MBO	Middelbaar Beroeps Onderwijs
Meedoen	Meedoen Alle Jeugd door Sport
NASB	Nationaal Actieplan Sport en Bewegen
NNGB	Nederlandse Norm Gezond Bewegen
PASEO	Physical Activity among Sedentary Older People
PO	Primair Onderwijs
RIVM	Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieuhygiëne
ROS	Regionale Ondersteunings Structuur
SES	Sociaal-economische status
Tafisa	The Association for International Sport for All
TNO	Nederlandse Organisatie voor toegepast Natuurwetenschappelijk Onderzoek
UMCG	Universitair Medisch Centrum Groningen
VMBO	Voortgezet Middelbaar Beroeps Onderwijs
VWS	Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport
WHO	World Health Organization
WMO	Wet Maatschappelijke Ondersteuning

Colofon

Elk jaar geeft het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB) de ‘Agenda’ uit. Daarin lezen partners, opdrachtgevers, klanten en stakeholders waar NISB dat jaar de prioriteiten legt in de programma’s en campagnes.

Redactieadres

Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen
Horapark4, 6717 LZ Ede
Postbus 643, 6710 BP Ede
T (0318) 49 09 00
F (0318) 49 09 95
E info@nisb.nl
W www.nisb.nl

Tekstbijdragen

Chienette Bolt, Mirjam Streefkerk

Eindredactie

Jacqueline Kronenburg

Fotografie

Marco Vellinga, Renkum
Stetz, Amsterdam
Duco de Vries, Wieringerwerf

Vormgeving en productie

VUURWERK communicatie en vormgeving, Arnhem

Drukwerk

Drukmotief, Apeldoorn

Negen mensen 'in beweging'

Negen personen. Negen verhalen. Negen verschillende portretten die gezamenlijk en afzonderlijk blijken te geven van de reikwijdte van de vele verschillende activiteiten die het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB) initieert en organiseert. De hoofdpersonen uit de film die NISB voor zijn tienjarig jubileum heeft laten maken, komen in deze beleidsagenda in woord en beeld terug.

Maak kennis met Nina Andriol, Mieke Goedmakers, Selma Kutlar, Geoffrey Nieuwenhuis, Yrsa Wagemaker, Frans Stokhof, Isra Worst, Jan Kennis en Roland van de Ven. Op www.nisb.nl/film kunt u hen gedurende een dag volgen en ervaren hoe ieder op zijn of haar eigen manier mede door NISB in beweging is gebracht.



NISB is het Nederlands kennis- en innovatie-instituut dat aanzet tot sport en bewegen om participatie, leefbaarheid en gezondheid te bevorderen
Horapark 4, 6717 LZ Ede **P** Postbus 643, 6710 BP Ede **T** (0318) 49 09 00 **F** (0318) 49 09 95 **E** info@nisb.nl **W** www.nisb.nl