Drentse Beweegbuurten, op naar 2028!

Een tussenstand







Sport Drenthe
zet mensen in beweging!

Drenthe 2028

Drenthe 2028









Inhoud

Voorwoord 4

Leeswijzer 5

Beweegbuurten in perspectief

1. Olympische ambitie Drenthe 2028 stimuleert Beweegbuurten 6
   Interview: 'Activerend sportbeleid is een kans voor gemeenten' 8
2. Een Beweegbuurt? Een kans! 9

De praktijk

3. Beweegbuurten Emmen - accent ouderen 12
   Interview: 'Persoonlijk contact stimuleert ouderen om in beweging te komen' 15
4. Beweegbuurt Tynaarlo - accent platteland 16
   Interview: 'Het hoeft niet altijd extra geld te kosten' 19
5. Beweegbuurten Borger-Odoorn - accent platteland 20
   Interview: 'Overgewicht te lijf gaan in een netwerk' 23
6. Beweegbuurt Haveltermade - accent jeugd 24
   Interview: 'Onze bemoeienis is relatief klein en daar ben ik blij mee' 27
7. Beweegbuurt Grolloo - accent 75% beweegnorm 28
   Interview: 'Ga het niet alleen doen' 31

De aanpak

8. Stappenplan Beweegbuurt 32
9. Hulpbronnen en ontwikkelingen 38
10. Tips en adviezen uit de praktijk 41
11. Certificering Olympische Beweegbuurt 44

Voorwoord

‘Drenthe durft te dromen’ werd gezegd bij de presentatie van het Drents Olympisch Plan. Drenthe 2028: een nieuwe horizon, een gezamenlijke ambitie om met sport de Drentse samenleving op Olympisch niveau te brengen. Nu, bijna twee jaar later, blijkt dat er op verschillende plaatsen in Drenthe hard en met enthousiasme gewerkt wordt aan het realiseren van die droom. Deze tussenrapportage over de Drentse Beweegbuurten, een van de peilers van Drenthe 2028, geeft daarvan sprekende voorbeelden.

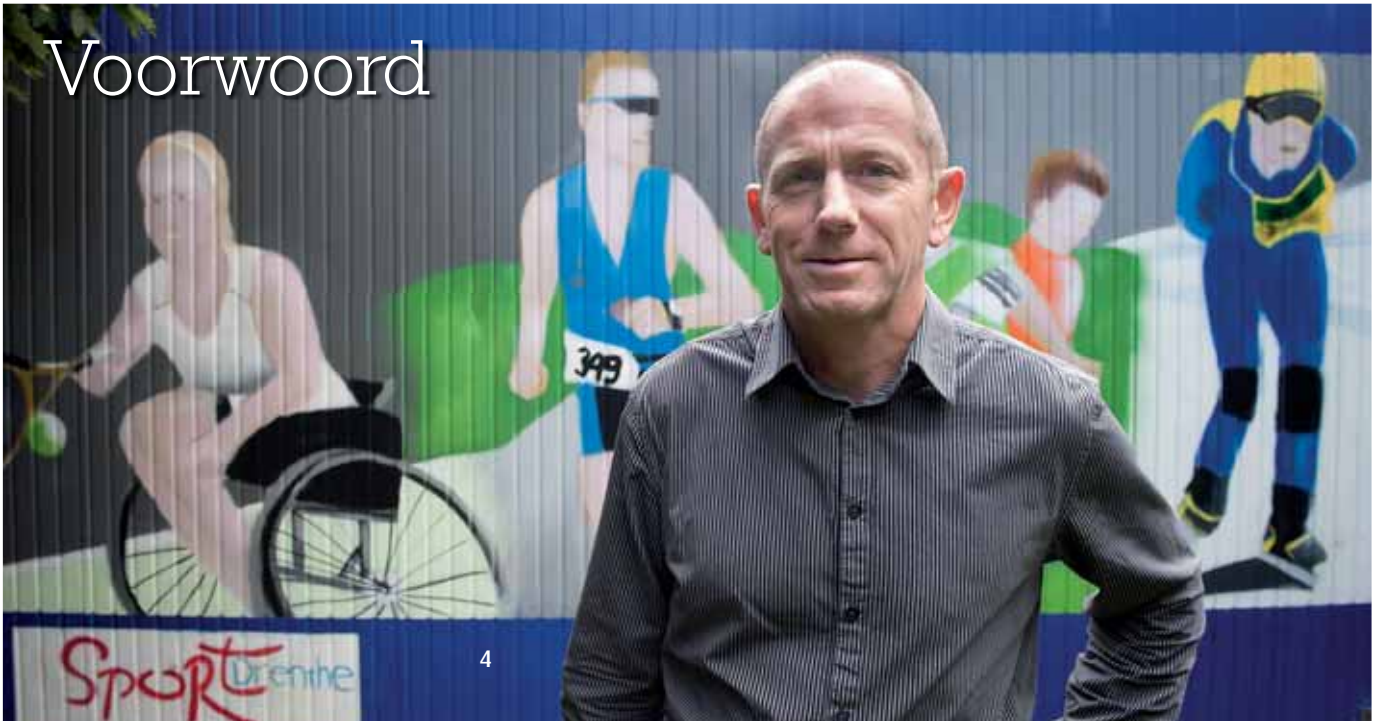
Sinds 2010 zijn er in Drenthe diverse Beweegbuurten ontwikkeld. Dit zijn buurten, wijken en dorpen waarin met elkaar geprobeerd wordt sport en bewegen zo dicht mogelijk bij de inwoners te brengen en daardoor bij te dragen aan de vitaliteit en leefbaarheid van de buurt. Deze publicatie beschrijft de karakteristieken, ontwikkelingen en resultaten in de Beweegbuurten tot nu toe. Het blijkt dat elke buurt en daarmee ook de aanpak om tot een Beweegbuurt te komen, steeds weer anders is en moet passen bij de plaatselijke situatie en gewoonten.

Met deze publicatie is geprobeerd de gemeenschappelijke deler te vinden in deze diversiteit. Als handreiking voor hen, die van hun leefomgeving ook een beweegbuurt willen maken. Daarom vindt u in deze rapportage ook een stappenplan en diverse praktische tips en trucs om uw buurt uit te bouwen tot een Beweegbuurt.

Ik ben trots op onze Drentse Beweegbuurten die in deze publicatie zijn beschreven. Door de inzet van velen dragen deze Drentse Beweegbuurten, allen op eigen wijze, bij aan de samenhang en leefbaarheid van de buurt, wijk of het eigen dorp: de nieuwe horizon van Drenthe 2028.

Dat er nog maar vele Beweegbuurten mogen volgen!
Ik wens u veel inspiratie.

Hans de Lang
Directeurbestuurder SportDrenthe



Leeswijzer



Dit boekje geeft een overzicht van de Beweegbuurten in Drenthe, die in het kader van het Drents Olympisch Plan, Drenthe 2028, zijn ontwikkeld. Na een korte inleiding over Drenthe 2028 in hoofdstuk 1 en uitleg van wat een Beweegbuurt nu eigenlijk is in hoofdstuk 2, beschrijven de volgende hoofdstukken (3 tot en met 7) de vijf verschillende typen Beweegbuurten. Het gaat om Emmen, drie stadsbuurten met het accent op ouderen, Meppel, een stadsbuurt met het accent op jeugd, Borger-Odoorn, een plattelandsbuurt, Tynaarlo, een plattelandsbuurt en Grolloo Olympisch Dorp 2011, een plattelandsbuurt met het accent op de 75% beweegnorm.

De ervaringen die met Beweegbuurten zijn opgedaan vormen de basis voor een algemeen, praktisch stappenplan voor Beweegbuurten (hoofdstuk 8). Om te voorkomen dat opnieuw het wiel moet worden uitgevonden, kunnen geïnteresseerde gemeenten, dorpen of buurten het stappenplan volgen bij het opbouwen van hun eigen Beweegbuurt. Andere hulpbronnen en bruikbare nieuwe ontwikkelingen worden aangestipt in hoofdstuk 9. Handige tips van betrokkenen uit de praktijk, die van waarde kunnen zijn bij het opbouwen van een Beweegbuurt in uw gemeente staan vermeld in hoofdstuk 10. Ten slotte biedt hoofdstuk 11 handvaten om tot een Olympische Beweegbuurt te komen en wordt een aanzet gegeven voor de officiële certificering daarvan.

N.B. Overal waar gesproken wordt over buurt, kan ook wijk of dorp worden gelezen.



Beweegbuurten in perspectief

1. Olympische ambitie Drenthe 2028 stimuleert Beweegbuurten

'In 2028 is sport voor iedereen in Drenthe toegankelijk en doen steeds meer mensen door sport mee aan de samenleving.' De Drentse Beweegbuurten dragen bij aan deze Olympische ambitie en vormen een belangrijke peiler voor de Olympische plannen van Drenthe. Een korte schets[1] van het Drents Olympisch Plan, beter bekend als Drenthe 2028.

Positief voor de Drentse samenleving

Het Nationaal Olympisch Plan, de wens om in 2028 de Olympische Spelen naar Nederland te halen, heeft Drenthe geïnspireerd tot een langetermijnvisie voor de Drentse samenleving. Een visie, waarbij de Drentse samenleving in breed opzicht kan profiteren van de energie, betrokkenheid en ontwikkelingen om te komen tot een Olympische kandidatuur. Drenthe 2028 is een plan geworden waarvan de hele samenleving kan profiteren: in economisch, sociaal en ruimtelijk opzicht. Zelfs als de Spelen niet naar Drenthe of Nederland zouden komen.

Inspiratie, ontmoeting en plezier

De visie van Drenthe 2028 is dat sport de kracht heeft om processen op gang te brengen op sociaal-maatschappelijk, economisch, ruimtelijk, welzijns- en gezondheidsgebied. Sport werkt als een inspiratiebron, het zorgt voor ontmoeting en bindt mensen. Sport staat voor inzet en innovatie en een hoge arbeidsvreugde. Sport maakt mensen vitaal en de provincie gezond. Sport geeft een impuls aan het toerisme, aan de media-industrie. Maar sport is vooral heel erg leuk om te doen.

[1] Deze tekst is grotendeels overgenomen uit 'Drenthe maakt dromen waar. Drents Olympisch Plan 2028, contouren, inhoud en organisatie', provincie Drenthe, 2010.

Drenthe naar Olympisch niveau

De missie van Drenthe 2028 is om met sport in de volle breedte heel Drenthe in 2016 naar Olympisch niveau te brengen. Olympisch niveau staat in Drenthe voor:

- Iedereen doet mee
- Drenthe is vitaal
- Drenthe is leefbaar
- Drenthe is kansrijk

En daar heeft iedereen profijt van, nu en in de toekomst, op sociaal-maatschappelijk, economisch, ruimtelijk, welzijns- en gezondheidsgebied.



Levende buurten

Een van de vijf ambities van Drenthe 2028 is dat sport voor iedereen toegankelijk is en dat, door sport, steeds meer mensen meedoen aan de samenleving. De buurt staat centraal in de samenleving en sport brengt mensen samen. Op deze manier kan er een sociaal klimaat ontstaan waar mensen met plezier leven, trots zijn op hun buurt en graag iets bijdragen aan de maatschappij. De Beweegbuurten van Drenthe zijn een middel om te komen tot echte, levende buurten waar iedereen meedoet aan de samenleving en sport een bindmiddel is tussen mensen en partijen uit de buurt.



Eric van Oosterhout, burgemeester van Aa en Hunze en voorzitter Vereniging Sport en Gemeenten (VSG)-afdeling Noord:

‘Activerend sportbeleid is een kans voor gemeenten’

Het ‘wenkende perspectief’ van Drenthe 2028 spreekt Eric van Oosterhout, voorzitter van de VSG-afdeling Noord enorm aan. Het plan, gedragen door de provincie en Drentse gemeenten, is voor velen een bron van inspiratie. ‘Het Olympische is een sterk merk. Het inspireert en stimuleert.’

Drenthe is volop bezig de Olympische belofte ook daadwerkelijk in te lossen, volgens van Oosterhout: ‘Het moet landen in projecten, Olympische activiteiten en in sportbeleid. Dat gebeurt hier in Drenthe overal. Grolloo is daarvan een mooi voorbeeld.’ De enthousiaste voorzitter van de VSG-afdeling Noord is er trots op: ‘Elke gemeente in Drenthe heeft nu al een sportbeleid dat met een hoofdletter geschreven wordt, terwijl gemeenten juist op de rem moeten. Wat dat betreft hebben we nu echt wel de beroerdste tijd.’

Eric van Oosterhout vervolgt: ‘Gemeenten zouden moeten kiezen voor activerend sportbeleid. Dat kan op verschillende manieren, bijvoorbeeld door het ontwikkelen van Beweegbuurten. Dit is een voortreffelijk concept om mensen in beweging te krijgen. De clustering van voorwaarden en het samenbrengen van alle partijen zijn de sterke punten.’ Hier ligt een taak voor de gemeente. ‘De rol van gemeenten bij de implementatie van Beweegbuurten is enorm belangrijk’, zegt Van Oosterhout onomwonden. ‘We hebben belang bij inspirerende sportbestuurders. Beweegbuurten kunnen een mooie impuls betekenen voor Noord-Oost Nederland.’

Van Oosterhout is vol vertrouwen dat de Drentse gemeenten de initiatieven voor activerend sportbeleid oppakken. ‘We zijn in Drenthe verwend met een grote verzameling bevlogen sportbestuurders die de zaken bescheiden, maar gedegen oppakken. Kijk maar naar de Vuelta.’ Hij besluit optimistisch: ‘Over vier jaar staan we er in Drenthe nog beter voor. Met een goede infrastructuur en sportbeleid dat klinkt als een klok!’





Beweegbuurten in perspectief

2. Een Beweegbuurt? Een kans!

Drenthe 2028 streeft naar een vitale Drentse samenleving waar samen sporten en bewegen vanzelfsprekend is en bijdraagt aan de gezondheid en de leefbaarheid van de gemeenschap. Dit heeft verschillende gemeenten in Drenthe geïnspireerd om de kansen van het concept Beweegbuurten te verkennen, een manier om zo'n vitale samenleving te realiseren. Ondersteund door SportDrenthe zijn er in 2010 op verschillende plaatsen in Drenthe pilots gestart met het ontwikkelen van Beweegbuurten.

Wat is een Beweegbuurt?

Een Beweegbuurt is een wijk, buurt of dorp waar wordt samengewerkt om zo veel mogelijk mensen in beweging te krijgen en te houden. In een Beweegbuurt is van alles te doen op het gebied van sport en bewegen, voor iedere inwoner en passend bij de individuele mogelijkheden en wensen.

Omdat geen enkele wijk, dorp of buurt hetzelfde is, zijn ook Beweegbuurten heel verschillend qua opzet, structuur en activiteiten. Iedere Beweegbuurt is dus uniek, maar er zijn verschillende karakteristieke eigenschappen die voor alle Beweegbuurten in meer of mindere mate gelden.

Achterliggende motieven

Verbetering van de gezondheid van de inwoners en het vergroten van de leefbaarheid in de buurt zijn vaak achterliggende motieven om te starten met een Beweegbuurt.

Planmatige aanpak

Een Beweegbuurt wordt in principe systematisch en planmatig opgebouwd, met aandacht voor structuur en continuïteit. Zorgvuldig onderzoek naar de inrichting van de buurt in sociaal en fysiek opzicht, een doelgroepanalyse en netwerkoriëntatie zijn hierin herkenbare stappen.

Professionele inzet

Een Beweegbuurt wordt vrijwel altijd getrokken door een professional of team van professionals. Vaak zijn dit betaalde krachten met een sportopleiding, zoals een combinatiefunctionaris of een medewerker seniorensport. Maar het kan ook een bevlogen inwoner of groep van creatieve sporters zijn, of een ambtenaar binnen het gemeentehuis. Het is iemand

met een visie, die er serieus zijn of haar schouders onder wil zetten en die op een professionele manier de samenwerking zoekt en aan de slag gaat.

Samenwerking op buurtniveau

In Beweegbuurten wordt daadwerkelijk samengewerkt. De organisaties in de buurt zijn partners. Ze kennen elkaar, trekken samen op en maken gebruik van elkaars netwerk. Samenwerkingspartners zijn bijvoorbeeld schooldirecteuren of vakleerkrachten bewegingsonderwijs, plaatselijke sportverenigingen, maar ook artsen, fysiotherapeuten en diëtisten, het welzijnswerk, de cultuursector, de lokale middenstand en natuurlijk de inwoners zelf. Vaak wordt de samenwerking georganiseerd via een werkgroep.

Betrokkenheid inwoners

Kenmerkend voor een Beweegbuurt is het draagvlak voor het initiatief bij de inwoners. Ze vinden het leuk, zijn betrokken en doen mee. Vaak heeft het tijd nodig voordat mensen zelf met ideeën en initiatieven komen. Het aanstellen van ambassadeurs voor het project, of werkgroepen met vertegenwoordigers uit lokale organisaties en de doelgroep zelf, kan daarbij stimulerend werken.

Veilige en vertrouwde omgeving

Een Beweegbuurt is een vertrouwde omgeving, waar respect is voor elkaar en elkaars prestatie. Niemand hoeft bang te zijn voor uitsluiting of pesten en iedereen mag meedoen. Dit is niet altijd vanzelfsprekend, dus daar waar nodig wordt er in een Beweegbuurt aandacht besteed aan het





leren samen te spelen, het leren afspraken te maken en zich daaraan te houden en vooral op een leuke en prettige manier met elkaar om te gaan.

Optimaal gebruik van buurtvoorzieningen

In een Beweegbuurt wordt optimaal gebruikgemaakt van de sportvoorzieningen en mogelijkheden in de directe omgeving. Mensen uitnodigen actief te worden in hun eigen buurt werkt immers drempelverlagend. Het gaat hier bijvoorbeeld om gymzalen en dorpshuizen, sportveldjes en playgrounds, maar ook om wandel- en fietsroutes in de buurt, de jeu de boulesbanen, tennisvelden of het openluchtzwembad.

Laagdrempelig

De sport- en beweegactiviteiten in een Beweegbuurt zijn laagdrempelig en goed toegankelijk. Een eenvoudig aanbod voldoet vaak: een wandeling door de wijk, een fietstocht vanaf het dorpsplein of een partijtje voetbal in het park. Het hoeft niet ingewikkeld te zijn, als het maar aansluit bij de wensen van de inwoners. Aanhaken bij bestaande activiteiten of plaatselijke feestdagen, zoals een jaarmarkt, kan de drempel voor deelname ook verlagen.

Een Beweegbuurt, wat is nieuw?

De bovengenoemde kenmerken van een Beweegbuurt zijn op zich niet verrassend. Alle elementen zijn in verschillende mate terug te vinden in de diverse sportstimuleringsprojecten die zich de afgelopen jaren hebben ontwikkeld.

Het bijzondere aan Beweegbuurten is dat er echt planmatig en stapsgewijs gebouwd wordt om een sportieve infrastructuur neer te zetten. Alles in de wijk komt nu in beeld en wordt met elkaar in verband gebracht. Samen aan de slag, samen bouwen, met een duidelijk oog voor structuur en continuïteit. En dat was in het verleden vaak anders.

Beweegbuurten in Drenthe

In 2010 zijn de eerste Beweegbuurten gestart in vijf Drentse gemeenten. Elk project is opgezet vanuit een eigen achtergrond en geschiedenis, met eigen lokale doelen en kansen. Zo zijn er Beweegbuurten gestart in een stedelijke omgeving: Meppel en Emmen. Maar ook in dorpen en plattelandssituaties: Grolloo, de gemeente Borger-Odoorn en de gemeente Tynaarlo. SportDrenthe is in alle gevallen betrokken en heeft meegekeken in het proces, gemonitord wat er gebeurt en advies en ondersteuning gegeven bij de ontwikkeling van de Beweegbuurten.
In sommige gevallen ligt het accent van de pilots op een doelgroep. Dit geldt voor Emmen, waar in drie stadsvernieuwingswijken een Beweegbuurt is opgezet die zich vooral richt op inwoners van 65 jaar en ouder. In Meppel ligt het accent van Beweegbuurt Haveltermade, een sociale vernieuwingswijk, op kinderen. De Beweegbuurten op het platteland leggen het accent op de beweegnorm (Grolloo), interne organisatie (Tynaarlo) of externe organisatie (de dorpen Valthermond en Borger).

Resultaten en stappenplan

De opzet, aanpak en resultaten van de eerste pilots Beweegbuurten worden beschreven in de volgende hoofdstukken. Gezamenlijke elementen uit de aanpak zijn in hoofdstuk 8 samengevat in een praktisch stappenplan. Dit stappenplan is bedoeld als handvat voor gemeenten, dorpen of buurten die ook aan de slag willen met Beweegbuurten.





De praktijk

3. Beweegbuurten Emmen

De gemeente Emmen bestaat uit de stad Emmen en verschillende omringende dorpen. Het is een grote gemeente met in totaal ruim 109.000 inwoners en een oppervlakte van 35.000 hectare. In de Beweegbuurten van de gemeente Emmen (Emmermeer, Angelslo en Barger-Compascuum) wonen relatief veel ouderen.

Emmermeer (ruim 6.100 inwoners) is een oude stadswijk, met veel wijkvernieuwing. Er zijn verschillende buurten, zoals een redelijk welgestelde buurt, een buurt met veel inwoners uit de lagere sociale milieus en een woonwagenkamp. In het buurtcentrum worden alleen activiteiten voor ouderen georganiseerd.
In stadsvernieuwingswijk Angelslo (ruim 8.000 inwoners) wonen veel allochtonen en mensen uit een laag sociaal milieu. Barger-Compascuum (ruim 2.000 inwoners) is een oude veenkolonie, een kleine plattelandsgemeenschap waar 'noaberschap' en sterke familiebanden belangrijk zijn. De mensen zijn afwachtend en kijken de kat uit de boom. Maar is er eenmaal goed contact, dan is het vertrouwen groot. Veel mensen zijn hier inactief, hebben overgewicht en er is een relatief groot drankprobleem bij ouderen en jeugd.

Achtergrond

Per 1 september 2010 zijn in drie wijken van Emmen medewerkers seniorensport aangesteld. Daarmee is een eerste stap gezet om van Emmermeer, Angelslo en Barger-Compascuum en Beweegbuurten te maken.

Doel

Doel van de Beweegbuurten in Emmen is om zo veel mogelijk 65-plussers in beweging te zetten en te houden, door middel van het organiseren van activiteiten, opzetten van netwerken en het vergroten van sociale contacten tussen de inwoners van de wijk.

Opzet

De seniorensportmedewerkers hebben geïnventariseerd wat er leeft in de wijken en zich ingespannen om de wijken en de inwoners goed te leren kennen. Ze hebben de organisaties en netwerken in de wijken opgezocht, veel gepraat met inwoners, de sfeer geproefd en zodoende uitgevonden wat de wensen van de ouderen zijn. Door in te spelen op de vragen van ouderen, ook als deze niet direct een beweegactiviteit betreffen, wordt een vertrouwensband



opgebouwd. Zo organiseerde een van de seniorensportmedewerkers een verkeerscursus omdat daar behoefte aan was, maar hieraan werd ook direct een beweegactiviteit gekoppeld. Verder worden laagdrempelige activiteiten, zoals wandelen en fietsen, gebruikt om de inwoners te leren kennen en te stimuleren tot bewegen. Ten slotte wordt veel samengewerkt met verschillende organisaties in de buurt en aangehaakt bij bestaande activiteiten om zo veel mogelijk ouderen aan het bewegen te krijgen en te houden.

Resultaten

Beweegbuurt Emmermeer:
- Wii groep (sporten elke week, gemiddeld 10 deelnemers).
- Fietsgroep (fietsen elke week, gemiddeld 6 deelnemers).
- Rollatorcursus (samen met Barger-Compascuum, in totaal 10 deelnemers).
- Informatieboekje 'beweegaanbod 65+' uitgebracht (verstuurd aan alle 1150 65-plussers in Emmermeer).
- Wandelgroep (wandelen elke week, gemiddeld 10 deelnemers).
- Nordic Walkingcursus (3 cursussen, in totaal 36 deelnemers).
- Voorlichtingsactiviteit 'bewegen in de pauze' (2 groepen met in totaal 40 deelnemers).
- Wandelweek (dagelijks gemiddeld 6 deelnemers).

Beweegbuurt Angelslo:
- Voorlichting valpreventie (2 voorlichtingen, in totaal 30 deelnemers).
- Cursus 'In Balans' (2 cursussen van 4 bijeenkomsten, in totaal 15 deelnemers).
- Informatieboekje 'beweegaanbod 65+' uitgebracht (verstuurd aan alle 1300 65-plussers in Angelslo).
- Project 'Gezond en fit ouder worden' (4 groepen, 10 weken, in totaal 60 deelnemers).
- Buitenfitness (2 groepen, in totaal 18 deelnemers).
- Zomeractiviteitenkalender (informatiegids met zomeractiviteiten voor ouderen, zoals wandel- en fietsactiviteiten, jeu de boules-wedstrijden, et cetera).

Beweegbuurt Barger-Compascuum:
- Wandelgroep (wandelen elke week, gemiddeld 13 deelnemers).
- Open dag (eenmalig, 75 bezoekers).
- Verkeers- en beweegcursus (2 cursussen, in totaal 42 deelnemers).
- Voorlichting valpreventie (25 deelnemers).
- Zitgymnastiekgroep (elke week, gemiddeld 9 deelnemers).
- Nordic Walkingcursus (10 deelnemers).
- Nordic Walkinggroep (wandelen elke week, gemiddeld 8 deelnemers).
- Rollatorcursus (samen met Emmermeer, 2 deelnemers uit Barger-Compascuum).
- Fietsgroep (fietsen elke week, gemiddeld 10 deelnemers).
- Jeu de boulesgroep (elke week, gemiddeld 8 deelnemers).

Ook zijn 55 ouderen uit de drie Beweegbuurten Emmen samen een sportief dagje uit geweest.

Naast bovenstaande resultaten hebben de Beweegbuurten Emmen ook resultaten geboekt die minder gemakkelijk meetbaar zijn. Dankzij de Beweegbuurten zijn er meer ouderen in Emmen die lekkerder in hun vel zitten. Ze zijn meer gaan bewegen en hebben een actievere leefstijl aangenomen, nieuwe vrienden en kennissen gekregen en ze voelen zich fitter.

De kracht van Beweegbuurten Emmen

- De sportprofessionals zitten midden in de wijk, ze hebben hun werkplek tussen de mensen. De persoonlijke benadering naar de deelnemers toe en de vertrouwensband die ze daarbij opbouwen, zijn van grote waarde om mensen te stimuleren meer te bewegen. Bovendien leveren de sportprofessionals maatwerk.

- De gemeente Emmen werkt actief mee door het beschikbaar stellen van adresgegevens van senioren voor incidentele mailings en informatieverstrekking. Daardoor worden alle mensen die tot de doelgroep behoren, bereikt. Hier wordt overigens zeer zorgvuldig mee om gegaan in verband met bescherming van de privacy van haar inwoners.

- De samenwerking tussen de seniorensportmedewerkers onderling heeft een grote meerwaarde. Ze hebben allemaal een andere opleiding en achtergrond, maar ook de invalshoeken en benadering zijn anders, mede omdat de Beweegbuurten onderling veel verschillen. Door samen te werken, versterken ze elkaar en vullen ze elkaar aan.

Toekomstperspectief

- De seniorensportmedewerkers zijn in principe tot 1 september 2012 aangesteld. Hoe het dan verder gaat met de Beweegbuurten is nog niet bekend. Voorlopig proberen de seniorensportmedewerkers de opgezette activiteiten zo goed mogelijk in te bedden door bijvoorbeeld sturend te werken en mensen met leidinggevende capaciteiten verantwoordelijkheid te laten nemen in bijvoorbeeld een fiets- of wandelgroep.

- Het structureel aanstellen van een seniorensportmedewerker voor de Beweegbuurten zou een uitkomst zijn voor de ouderen in de wijk. Dit borgt immers de kwaliteit en continuïteit van het aanbod en de signalering van vragen en behoeften van de doelgroep.



Petra Kuilman, Eefke Hooijer en Hilde van Slochteren, combinatiefunctionarissen seniorensport in Emmen:

‘Persoonlijk contact stimuleert ouderen om in beweging te komen’

Een experiment met combinatiefuncties voor seniorensport, om een Beweegbuurt te realiseren in ‘grijze’ wijken. Dat gebeurt in Emmen. In drie totaal verschillende buurten werken Petra Kuilman, Eefke Hooijer en Hilde van Slochteren als combinatiefunctionaris seniorensport. Hun doel is om zo veel mogelijk ouderen in beweging te krijgen en te houden door het neerzetten van activiteiten, opzetten van netwerken en het sociale contact tussen de inwoners van de wijk te vergroten. Dat elke wijk er weer anders uitziet, is daarbij geen barrière: ‘Wij leveren immers maatwerk.’

Petra, Eefke en Hilde zijn enthousiast over hun werk als combinatiefunctionaris seniorensport. ‘De eerste kennismaking met de wijk is belangrijk’, zegt Petra. ‘Daarom was de eerste activiteit die ik organiseerde laagdrempelig, we gingen wandelen in de wijk. Zo leerde ik de mensen kennen en kreeg ik inzicht in wat welke mensen leuk vinden.’ Eefke vult aan: ‘De inwoners van mijn dorp hadden vooral behoefte aan een verkeerscursus, omdat de verkeerssituatie in hun dorp was veranderd. We zijn toen gestart met een verkeerscursus en daaraan gekoppeld een bewegingsprogramma.’ Inmiddels zijn de drie functionarissen goed bekend in hun buurten. Petra: ‘Ik werk veel samen met andere organisaties en ouderen uit de wijk. Ik krijg daardoor een steeds groter netwerk van mensen die samen met mij activiteiten willen organiseren of die willen assisteren.’ Eefke voegt toe: ‘Ik heb echt contact met de mensen in het dorp. Zij weten nu dat ik hun ideeën probeer te realiseren en dan komen ze ook bij mij met vragen over sport en bewegen.’

De werkplek in de wijk ervaren de dames als groot voordeel. Eefke: ‘Doordat je als medewerker in de wijk een gezicht bent, weet iedereen je steeds meer te vinden. Je kunt als professional samenwerken met verschillende organisaties en effectief doorverwijzen.’ Hilde beaamt dit. ‘Het signaleren van knelpunten en een snelle oplossing vinden gaat zo heel makkelijk.’

De drie dames zijn ervan overtuigd dat het experiment ‘combinatiefunctionaris seniorensport’ een succesformule is. Hilde meent: ‘Een structurele medewerker seniorensport zou een uitkomst zijn in de wijk. Dan bewaak je inhoud, kwaliteit, innovaties, signalering enzovoort. Wanneer je dit koppelt aan een medewerker jeugd en jongeren heb je een netwerk waarin bewegen een middel wordt voor sociale contacten, welzijn en leefbaarheid in de wijk!’





De praktijk

4. Beweegbuurt Tynaarlo

Tynaarlo is een uitgestrekte, landelijke gemeente in Noord-Drenthe met een grote diversiteit aan landschapstypen. De gemeente telt meer dan 32.000 inwoners, verdeeld over 18 dorpen die op een natuurlijke manier in het landschap passen. Eelde, Vries en Zuidlaren zijn de hoofdkernen. Het landschap is gevarieerd: natuur, bos, platteland, mooie dorpen en dorpjes, meren, cultuurhistorisch landschap en een Nationaal Park (de Drentsche Aa). Er zijn veel sportvoorzieningen en de meeste dorpen kennen een zeer actief verenigingsleven.

Achtergrond

Een samenloop van verschillende ontwikkelingen heeft de gemeente Tynaarlo in 2010 aangezet tot het ontwikkelen van Beweegbuurt Tynaarlo. De komst van combinatiefunctionarissen in de gemeente, de methodiek van Jongeren op Gezond Gewicht (JOGG) en de presentatie van Drenthe 2028 ziet de gemeente Tynaarlo als waardevolle, afzonderlijke kansen. Door een koppeling van deze kansen hoopt Tynaarlo met dezelfde middelen meer effect te bereiken.

Doel

Doel van Beweegbuurt Tynaarlo is om binnen de gemeentelijke organisatie activiteiten en projecten af te stemmen en waar mogelijk samen te werken om gezond leven gemakkelijker te maken voor de inwoners van de gemeente Tynaarlo en daarmee de overgewichtproblematiek gericht aan te pakken.

Opzet

Er is een interne, gemeentelijke werkgroep gevormd om meer integraal te kunnen werken en tot betere afstemming te komen. In deze werkgroep zijn verschillende beleidsterreinen vertegenwoordigd, onder meer sport, gezondheid, jeugd en duurzaamheid. Ook de arbo- en preventiemedewerker van de gemeente maakt deel uit van de werkgroep en is SportDrenthe als externe partij vertegenwoordigd.

De werkgroep focust zich op het uitdragen van een gezonde leefstijl en het verkrijgen van draagvlak daarvoor bij gemeentelijke werknemers. De gemeente heeft immers een voorbeeldfunctie, vindt Tynaarlo. Anderzijds grijpt de werkgroep lokale en landelijke activiteiten aan om een



gezonde leefstijl extra onder de aandacht te brengen bij haar inwoners. Voorbeelden hiervan zijn de Nationale Sportweek, de Avondvierdaagse, de Week van de Smaak, de opening van de buitenzwembaden in het voorjaar, de week van de mobiliteit, et cetera. De werkgroep zoekt bij deze activiteiten samenwerking met externe partijen die, op dat moment en voor die activiteit, geschikt zijn om mee samen te werken.
Er zijn geen extra middelen beschikbaar, de medewerkers zijn lid van de werkgroep naast de dagelijkse werkzaamheden.



Dit stimuleert de medewerkers tot het vinden van creatieve oplossingen en het aangaan van samenwerkingsverbanden. De werkgroep komt vier keer per jaar bij elkaar en heeft een plan van aanpak dat jaarlijks wordt aangevuld met een planning.

Resultaten

Binnen de gemeentelijke organisatie:
- Het interne draagvlak voor een gezonde leefstijl is groot.
- Er is betrokkenheid van veel afdelingen.
- Er wordt vaker gezond getrakteerd.
- Er is een hardloopgroep gestart.
- Er is een cursus 'Gezond Gewicht' georganiseerd.
- Er is een begeleidingsgroep gezondheid opgestart.

Overige:
- Extra publiciteit voor een gezonde leefstijl in samenwerking met het onderwijs en het bedrijfsleven in het kader van de Avondvierdaagse in Tynaarlo: Ouders hebben een folder ontvangen over gezond snoepen, de sponsors hebben voor gezonde traktaties voor de deelnemers gezorgd.
- De gemeente is officieel een JOGG-gemeente geworden.

De kracht van Beweegbuurt Tynaarlo

- Deze aanpak laat zien dat er zonder extra geld toch heel veel kan. Door een goede interne afstemming en het vinden van passende, externe partners die zich op cruciale momenten willen inzetten, kan veel bereikt worden.

- De interne samenwerking, in de gemeentelijke organisatie, heeft een impuls gekregen. De mensen en daarmee de beleidsterreinen vinden elkaar sneller, ook als het om andere dingen dan een gezonde leefstijl gaat.
- Er wordt aangehaakt bij bestaande activiteiten. Deze worden versterkt in plaats van dat er nieuwe projecten worden opgezet.

Toekomstperspectief

- Speerpunt is het opzetten en vergroten van het interne, politieke en externe draagvlak. Goede communicatie over de resultaten is hierbij een belangrijk hulpmiddel.

- Momenteel wordt gekeken welke externe partijen betrokken kunnen worden bij de werkgroep, om een interventieplan op te stellen waarbij alle partijen samenwerken om het gezamenlijke doel te bereiken: gezond leven makkelijker maken voor de inwoners van de gemeente Tynaarlo. Partijen zijn bijvoorbeeld de GGD Drenthe, welzijnsorganisaties, gezondheidszorg, onderwijs, horeca, sportorganisaties, sportverenigingen, eerstelijns zorg, et cetera.

- De succesvolle samenwerking bij verschillende activiteiten wordt voortgezet. Er zijn alweer nieuwe activiteiten aangewezen voor het komende seizoen.



Mieke Schoonhoven, beleidsmedewerker Tynaarlo:

‘Het hoeft niet altijd extra geld te kosten’

Een gezonde leefstijl vindt de gemeente Tynaarlo belangrijk voor haar inwoners. Door regelmatig te sporten, veel te bewegen en gezond te eten gaan mensen zich ook beter voelen. Een gezonde leefomgeving helpt mensen om dit te bereiken. Maar Tynaarlo heeft, net als veel andere gemeenten, geen extra geld om een nieuw project rondom gezonde leefstijl op te starten. Toch is de gemeente gestart als Beweegbuurt om het op deze manier makkelijker te maken voor haar inwoners om gezond te leven.

‘Alle lijntjes kwamen heel mooi bij elkaar’, zegt Mieke Schoonhoven, beleidsmedewerker en projectleider Jongeren op Gezond Gewicht (JOGG) en Beweegbuurt Tynaarlo. ‘De methodiek van JOGG sprak ons erg aan. Het BOS-project, de combinatiefuncties en ambities van Drenthe 2028, het paste allemaal naadloos in elkaar.’ De bundeling van bestaande activiteiten vormde de basis voor de werkwijze rond Beweegbuurt Tynaarlo.

Het klinkt allemaal heel indrukwekkend, groots en onbereikbaar: Drenthe 2028 bijvoorbeeld, of de aanpak JOGG. Maar het bleek in de praktijk allemaal heel goed toe te passen. Mieke: ‘Je hoeft niet direct iets heel groots op te tuigen, je kunt ook klein beginnen. Hier in Tynaarlo krijgen we steeds meer de handen op elkaar om dingen rondom gezonde leefstijl af te stemmen en slimmer te ordenen. Dat alles gecombineerd met een betere communicatie vormt de kracht van deze aanpak. Zelfs zonder dat het extra tijd en geld kost.’

Tynaarlo heeft de Beweegbuurt opgebouwd vanuit een gemeentelijke organisatie die zelf, vanuit verschillende beleidsterreinen, aandacht heeft voor een gezonde leefstijl. ‘Als gemeente moet je immers het goede voorbeeld geven.’ Het lukte Mieke en haar collega’s om het enthousiasme over te dragen: ‘Ook anderen willen ermee aan de slag binnen de gemeente. En als je zelf overtuigd bent van het belang van een gezonde leefstijl, dan draag je dat ook makkelijker uit. Ook vanuit minder voor de hand liggende beleidsterreinen als ruimtelijke ordening of economisch beleid.’





De praktijk

5. Beweegbuurten Borger-Odoorn

De dorpen Valthermond en Borger liggen op de veen- en zandgronden van de Drentse gemeente Borger-Odoorn. Van oudsher zijn inwoners van het zand (Borger, ruim 4.700 inwoners) welvarender dan de inwoners van het veen (Valthermond, rond de 3.500 inwoners). Dit leidt tot verschillen in opleidingsniveau, inkomen, leefstijl en sociale verbanden. Omdat inwoners van het veen van oudsher hun bestaan onder zware omstandigheden moeten opbouwen, zijn de onderlinge sociale banden erg sterk. Daarom wordt wat 'van buiten' komt niet zomaar aanvaard.

Achtergrond

De gemeente Borger-Odoorn vindt het belangrijk om een gezonde leefstijl onder haar inwoners te stimuleren. De cijfers tonen aan dat actie nodig is. Overgewicht en te weinig bewegen is in de gemeente een groot probleem. Hart- en vaatziekten en diabetes mellitus (suikerziekte die ontstaat als gevolg van overgewicht) komen in de gemeente vaker voor dan gemiddeld in Nederland. De gemeente heeft vanaf 2010 subsidie gekregen van het programma 'Gezonde Slagkracht' van ZonMw, om met een integrale en interactieve aanpak overgewicht te voorkomen en te bestrijden in Valthermond. De gemeente heeft daarnaast besloten middelen van het Nationaal Actieplan Sport en Bewegen (NASB) in te zetten om een tweede pilotproject te starten in Borger, dat zich vooral richt op bewegingsstimulering.

Doel

De Beweegbuurten Valthermond en Borger zijn ieder uniek. De mensen die er wonen zijn anders opgegroeid, met verschillende achtergronden, netwerken en gewoonten. Daarom zijn de Beweegbuurten ook vanuit een eigen perspectief opgestart.

Doel Beweegbuurt Valthermond: Bestrijden van overgewicht (voeding en gezonde leefstijl, gezonde slagkracht, vooral JOGG).

Doel Beweegbuurt Borger: Bestrijden van bewegingsarmoede (NASB).

Opzet

Beide Beweegbuurten zijn gestart onder de vlag 'Gezonde Leefstijl' en zijn gericht op





een gezonde leefstijl, voeding en bewegen (Valthermond) en bewegingsstimulering (Borger). Het is belangrijk dat de inwoners van de dorpen positief staan tegenover de activiteiten, dat deze aansluiten bij hun wensen en gewoonten. Daarom is vanaf het begin veel aandacht besteed aan het betrekken van inwoners van de dorpen (jong en oud), verenigingen, onderwijs, ondernemers en geïnteresseerden om mee te doen en te denken. Hiervoor is een eerste startbijeenkomst georganiseerd in juni 2010. Daaruit zijn twee lokale werkgroepen ontstaan met brede samenstelling, die meedenken aan een plan van aanpak en activiteiten uitwerken voor de Beweegbuurten. Ook is er een overkoepelende, interne werkgroep binnen de gemeente opgezet, die de werkgroepen aanstuurt. In deze overkoepelende project-groep zijn de gemeentelijke afdelingen sport, jeugd, gezondheid en welzijn en externe partners als Icare, de GGD, STAMM CMO Drenthe en SportDrenthe vertegenwoordigd.

Resultaten

De Beweegbuurten in Borger-Odoorn hebben inmiddels de volgende resultaten geboekt:

- De gemeente Borger-Odoorn is officieel een JOGG-gemeente geworden. Dit gebeurde tijdens een feestelijke en sportieve bijeenkomst in Valthermond op 1 februari 2011, waar ook Prinses Máxima bij aanwezig was.
- In beide Beweegbuurten zijn brede werkgroepen opgericht, met inwoners

Gezonde Leefstijl
Borger-Odoorn

en professionals uit de sport, het onderwijs, welzijn, cultuur en gezondheid en lokale ondernemers.

- In maart 2011 is gestart met de aanleg van een schoolmoestuin in Valthermond, die op 15 juni 2011 feestelijk is geopend door wethouder Frits Alberts. De naam van de schoolmoestuin is door de kinderen zelf bedacht: 'het Valthermoesje'. Aanleg, onderhoud en begeleiding van schoolkinderen in de moestuin gebeurt door vrijwilligers uit het dorp.
- Vanaf 1 december 2010 zijn er in de gemeente Borger-Odoorn drie combinatiefunctionarissen onderwijs en sport, ook wel Combi Coaches genoemd, actief. De Combi Coach versterkt de verbinding en samenwerking tussen het onderwijs en de sport. De coaches verzorgen gymnastiek op de basisscholen, organiseren en verzorgen tussen- en naschoolse activiteiten en ondersteunen sportverenigingen. Daarbij zijn ze actief voor het project 'Gezonde Leefstijl'.

De kracht van Beweegbuurt Borger-Odoorn

- Bestaande thema's en activiteiten bundelen en kijken wat de bevolking zelf kan bijdragen.

- Zoeken naar breed draagvlak en vertrouwen binnen de dorpen:

zo veel mogelijk mensen en partijen, zoals middenstand, onderwijs, sportverenigingen, dorpsraad, jeugdclubs en diëtisten betrekken bij het project.

- Actief werven om sleutelfiguren in de plaatselijke werkgroepen te krijgen, zoals een schooldirecteur, voorzitter van een sportvereniging, een huisarts, een wijkagent, et cetera.

- Inspelen op karakteristieken, interesses en gewoonten van de inwoners.

Toekomstperspectief

- De subsidies voor zowel Valthermond als Borger zijn voor 4 jaar beschikbaar, dus tot en met 2013. In deze tijd wordt geprobeerd samen met de inwoners, middenstand en organisaties in het dorp plannen te maken, initiatieven te nemen en in te bedden die een positieve verandering in leefstijl ondersteunen en stimuleren, zodat er een duurzame verandering optreedt.

- De projecten in Valthermond en Borger ziet de gemeente als pilotprojecten, wat impliceert dat de gemeente in principe de succesvolle elementen uit de aanpak wil vasthouden en wellicht uitbreiden in andere kernen van de gemeente. De besluitvorming hierover is echter pas aan de orde als de projecten in de eindfase verkeren en er voldoende resultaten beschikbaar zijn om besluitvorming op te kunnen baseren.



Jan Scherpenisse, huisarts in Valthermond:

‘Overgewicht te lijf gaan in een netwerk’

Vier op de tien inwoners van de Drentse gemeente Borger-Odoorn is te dik en binnen de gemeente komt drie keer zoveel suikerziekte voor als gemiddeld in Nederland. Dit vormt al jaren een bron van zorg voor diverse zorgverleners en inmiddels ook voor de gemeente. Jan Scherpenisse, huisarts in het Drentse dorp Valthermond, ziet dat losse diëten en therapieën niet helpen: ‘Samenwerking met lokale partners is essentieel voor een goede aanpak.’

‘Overgewicht is voor veel mensen een onoplosbaar probleem’, stelt dokter Scherpenisse. ‘De meeste pogingen om af te vallen mislukken, omdat de patiënt de omvang van het probleem niet goed kent. Hierbij kunnen meerdere factoren een rol spelen, zoals schaamte of schuldgevoel, stress en soms ook financiële problemen.’

De huisarts pleit voor een nauwe samenwerking tussen artsen, fysio- en psychotherapeuten, diëtisten, de thuiszorg en de jeugdgezondheidszorg, zoals de schoolartsen en het consultatiebureau. In dit netwerk van integrale eerstelijnszorg heeft de huisarts een centrale rol. Maar ook sportverenigingen en de middenstand, bijvoorbeeld de sportschoolhouder en de fietsenmaker, kunnen een aandeel hebben in de bestrijding en het voorkomen van overgewicht. ‘We hebben behoefte aan een goed georganiseerd netwerk om mensen met overgewicht optimaal te begeleiden’, zegt Scherpenisse.

De organisatie van de eerstelijnszorg in het praktijkgebied van dokter Scherpenisse is onlangs flink aangepast, zodat er een zorgnetwerk is ontstaan. Binnen dit zorgnetwerk, Medisch Centrum de Monden, werken huisartsen, fysiotherapeuten, Icare en de geestelijke gezondheidszorg nauw samen. Jan Scherpenisse geeft aan dat het belangrijk is om nu met de gemeenten, provincie en zelfs landelijke overheden te komen tot concrete afspraken over de aanpak van overgewicht. ‘Er zijn veel ideeën binnen de zorg en op lokaal niveau, in de dorpen. De animo is groot. Via het netwerk dat er moet komen, kunnen we inzetten op bewustwording en ook op preventie. Voorkomen is immers altijd beter dan genezen.’





De praktijk

6. Beweegbuurt Haveltermade

Haveltermade is een van de grootste wijken in de Drentse stad Meppel. Er wonen rond de 4.170 inwoners, veelal van allochtone, niet westerse afkomst. De wijk is omringd door het Noorderpark, waardoor er veel groen te vinden is. Een groot deel van de wijk is door een groot herstructurerings¬project enorm opgeknapt qua inrichting en huisvesting.

Achtergrond

In 2010 is Meppel gestart met Beweegbuurt Haveltermade. Daarvoor is een sportprofessional (combinatiefunctionaris) aangesteld die de brug vormt tussen school en sport en de kinderen een sportief naschools sportarrangement aanbiedt. De combinatiefunctionaris is onderdeel van het team 'Meppel Actief' en heeft voorafgaand aan zijn werkzaamheden de situatie in Haveltermade planmatig geïnventariseerd en geanalyseerd. Op deze wijze heeft hij een praktische, kansrijke strategie bepaald om Beweegbuurt Haveltermade te realiseren.

Doel

Beweegbuurt Haveltermade heeft de volgende doelen:

- Het planmatig ontwikkelen van de wijk Haveltermade tot een Beweegbuurt waar kinderen van 4 tot 18 jaar in beweging worden gebracht door het opzetten van sportieve activiteiten aansluitend aan school (dagarrangementen), waarbij:
- Er optimaal gebruikgemaakt wordt van de sportieve infrastructuur;
- Er een optimale samenwerking is tussen verschillende sectoren, zoals onderwijs, sportaanbieders, welzijn en cultuur;
- De Olympische gedachte (meedoen is belangrijker dan winnen) wordt overgebracht aan de inwoners van de wijk;
- Er een sportprojectbureau voor de wijk wordt ontwikkeld.

Opzet

Na een eerste analyse van de opbouw en inrichting van de wijk en van de partijen en organisaties die in de buurt aanwezig zijn, is een combinatiefunctionaris gestart om samenwerking te zoeken met het basisonderwijs en de sportverenigingen. Hij biedt tweewekelijkse sportactiviteiten aan voor kinderen. Deze worden goed bezocht. Tegelijkertijd werkt de combinatiefunctionaris achter de schermen aan het contact met gemeente en andere instellingen in de wijk





om meer sport- en beweegmogelijkheden in de wijk te realiseren en om een goede afstemming en organisatie rond sport en bewegen in de wijk te realiseren (sportbureau). Vervolgens is het de bedoeling om met dit sportbureau, de organisaties in de wijk en de inwoners de stap te maken naar een Olympische Beweegbuurt, waarbij de Olympische gedachte en het Olympische gevoel voorop staan. Meedoen is belangrijker dan winnen. Een samenwerking met alle partijen in de buurt kan helpen deze Olympische gedachte te realiseren, door samen een vraaggericht sportaanbod voor alle doelgroepen op te zetten.

Resultaten

Met de komst van de combinatiefunctionaris in september 2010 voor dit project zijn sindsdien:

- Twee keer per week naschoolse sportactiviteiten voor kinderen van 4 tot 12 jaar georganiseerd in de wijk. Deze activiteiten worden goed bezocht. Het gemiddelde aantal deelnemende kinderen is gestegen naar ongeveer 23 deelnemers per activiteit. Circa de helft van de deelnemers is geen lid van een sportvereniging.
- Een eerste samenwerking tussen sportverenigingen, basisscholen en de combinatiefunctionaris opgezet waarbij verschillende sportverenigingen de invulling van de sportieve activiteiten op zich willen nemen in samenwerking met de combinatiefunctionaris.
- Initiatieven genomen om samen met de gemeente, Welzijn Meppel Westerveld (WMW) en andere wijkorganisaties te werken aan een betere sportinfra-

structuur. Daarbij zijn wensen voor de realisatie van een Cruijff Court in de wijk en de opzet van een sportprojectbureau, van waaruit sportactiviteiten in de wijk nog beter en meer afgestemd kunnen worden, georganiseerd.

De kracht van Beweegbuurt Haveltermade

- De uitvoering van een planmatig en gestructureerde analyse van de wijk, de inwoners, organisaties en het sportaanbod voorafgaande aan de start van het project, zodat helder is waar de kansen, mogelijkheden en mogelijke bedreigingen liggen.

- Goede contacten met organisaties die met de doelgroep (kinderen) werken, zoals de basisscholen, vakleerkrachten bewegingsonderwijs, sportverenigingen en de welzijnsorganisatie.

Toekomstperspectief

- De samenwerking tussen sportverenigingen, onderwijs en combinatiefunctionarissen kan nog verder worden ontwikkeld.

- De opzet van een sportprojectbureau om sport in de Beweegbuurt Haveltermade voor alle doelgroepen op maat te organiseren.



Liesbeth van Schaik-van Daalen, directeur Koningin Beatrixschool in Meppel:

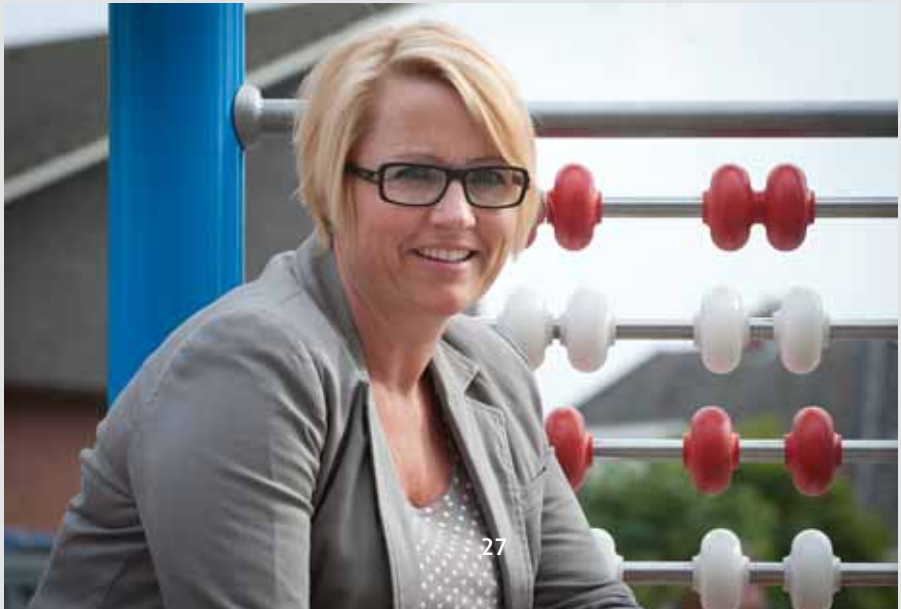
‘Onze bemoeienis is relatief klein en daar ben ik blij mee’

Je kunt er niet omheen, de fel oranje trainingspakken van sportteam ‘Meppel Actief’. Ze vallen op en dat is ook de bedoeling. Herkenbaarheid en laagdrempeligheid zijn essentieel om de kinderen uit Beweegbuurt Haveltermade in Meppel in beweging te krijgen. Samenwerking met de basisschool is hierbij een groot voordeel: ‘Meester, ik doe mee met het voetbaltoernooi hoor’, klinkt het in de gang op school.

Directeur Liesbeth van Schaik-van Daalen van de Koningin Beatrixschool in Haveltermade is enthousiast. ‘Vooral de naschoolse activiteiten van Meppel Actief zijn een groot succes’, zegt ze. ‘Van panna tot volleybal of softbal, het is laagdrempelig! Je hoeft geen trainingskleding aan en het is vlakbij.’ Veel kinderen van de school doen mee. Van Schaik: ‘Juist deze kinderen hebben het nodig. Ze zijn vaak geen lid van een vereniging en hebben na schooltijd nog genoeg energie.’

De deelname aan Meppel Actief bevalt de school goed. Liesbeth: ‘We bieden de jongens en meisjes van het sportteam tijd en ruimte om in de school te komen en de kinderen te leren kennen. Ze hangen posters op en motiveren de kinderen om deel te nemen. We hoeven verder niets te doen en dat is prettig.’ Wel laten de leerkrachten af en toe hun gezicht zien bij de activiteiten. ‘Dan weten de kinderen ook dat de weg naar school kort is’, zegt de directeur.

Meppel Actief is een aanwinst voor Haveltermade en moet een vervolg krijgen, vindt van Schaik. ‘Je moet de kinderen eens bezig zien, dat is veelzeggend. Ze lopen met zijn allen achter een bal aan, terwijl je weet wat ze anders zouden doen: verveeld rondhangen, klieren en uiteindelijk erger.’ Ze besluit: ‘Het is zinvol voor een grote groep kinderen die niet aan sport en bewegen toekomt. Zodra het gaat om samenwerking, regels en afspraken hebben juist deze kinderen begeleiding nodig. Wij doen dit binnenschools en Meppel Actief in de naschoolse tijd.’



Accent
75% beweegnorm



De praktijk

7. Beweegbuurt Grolloo

Grolloo ligt op de Drentse zandgronden in de gemeente Aa en Hunze. Het dorp telt ongeveer 800 inwoners. Grolloo heeft relatief veel verenigingen, waaronder een actieve vereniging voor dorpsbelangen en de grote omni-sportvereniging 'Sportvereniging Grolloo en Omstreken' (SGO), die voetbal, volleybal, gymnastiek en hardlopen aanbiedt. De sociale cohesie in het kleine esdorp is redelijk groot.

Achtergrond

Een 20-jarig jubileum van de loopgroep van SGO was de aanleiding voor het initiatief Beweegbuurt Grolloo: Grolloo Olympisch Dorp 2011. Sport levert veel plezier en ontspanning en is een bindend element in de samenleving. Daarom wilde de loopgroep in het kader van het jubileum het dorp in beweging krijgen.

Geïnspireerd door Drenthe 2028 besloot men te gaan voor een Olympisch jaar in Grolloo. Op 2 januari 2011 werd het Olympisch jaar gestart door het ontsteken van het Olympisch vuur in Grolloo, dat via een estafettetocht door lopers van SGO, prominenten en buurtgenoten het dorp werd binnengebracht.

Doel

Doel van Beweegbuurt Grolloo, Grolloo Olympisch Dorp 2011, is om als voorloper op Drenthe 2028 al in 2011 75% van alle inwoners van Grolloo aan het sporten en/of bewegen te krijgen. Het getal 28 (afgeleid van 2028) is het doel. Dat wil zeggen: in 2011 nemen de inwoners van Grolloo minimaal 28 keer deel aan een bewegingsactiviteit, in groepsverband of individueel.

Opzet

Alle inwoners van Grolloo en omgeving hebben een persoonlijk bewegingspaspoort gekregen, waarin ze kunnen aangeven dat ze 30 minuten of langer aaneengesloten actief hebben bewogen. Aan het einde van het jaar worden deze paspoorten weer ingenomen. Bij 28 keer of meer deelname is de betreffende persoon 'Olympia-proof' en ontvangt hij of zij een leuke attentie. Centraal staat dat er zo veel mogelijk aangehaakt wordt bij al bestaande faciliteiten, zoals het huidige sportaanbod van de verenigingen in Grolloo en wandelingen via de bestaande wandelroutes van de dorpsvereniging. Incidenteel worden ook evenementen georganiseerd om het bewegingsjaar onder de aandacht te houden.

Via een bidboek waarin de Olympische plannen waren beschreven, werd vooraf onder andere bij de provincie Drenthe, de gemeente Aa en Hunze, de vereniging SGO en andere sponsoren geld verkregen om activiteiten en pr te bekostigen. Ook zijn alle verenigingen van te voren via een informatiebijeenkomst geïnformeerd en betrokken bij dit initiatief. Daarnaast is er in elke straat een ambassadeur aangesteld, die in zijn of haar straat de paspoorten heeft uitgereikt en de inwoners stimuleert in beweging te komen en het bewegingspaspoort in te vullen.

Resultaten

Grolloo Olympisch Dorp 2011 heeft geleid tot:

- Een feestelijke en sportieve estafette fakkeltocht naar het dorp en de ontsteking van het Olympisch vuur door de oudste en de jongste inwoner van Grolloo, met aansluitend de 'Snertloop' (130 wandelaars en 30 hardlopers) op 2 januari 2011.
- Het uitdelen van Olympische paspoorten aan alle inwoners van Grolloo, het plaatsen van borden 'Grolloo Olympisch dorp 2011' bij de ingang van het dorp, het ontsteken en branden van de Olympische vlam bij speciale evenementen en de thermometer met het huidige percentage inwoners dat 'Olympia-proof' is.
- De oprichting van een wandelgroepje, gestart vanuit de kapsalon in het dorp (nu 15 tot 20 deelnemers).
- Een sportinstuif, met koffie vooraf, vervolgens 1,5 uur fietsen, Nordic Walking, hardlopen of skeeleren en koffie achteraf (70 tot 80 deelnemers) in het voorjaar van 2011.
- Een Olympische zeilclinic voor de jeugd op het Paterswoldsemeer.
- Activiteiten vanuit het dorp zelf: 2 activiteiten van MV Moves.
- Olympisch klootschieten (parcours 5 tot 10 kilometer en koffie achteraf) in september 2011.
- De triolhon: hardlopen, boogschieten en mountainbiken in maart en oktober 2011.
- Een sportinstuif in het najaar van 2011.
- De 'Oudejaarsloop SGO', voorafgegaan door een beweegestafette van 2028 minuten (2 dagen en 1 nacht) als afsluiting van het Olympisch jaar.



Of het Beweegbuurt Grolloo lukt om op 31 december 2011 75% van de inwoners minimaal 28 keer te laten bewegen, bleef tot het eind spannend. Niet iedereen hield namelijk trouw het paspoort bij. Eind 2011 blijkt dat Grolloo het doel heeft gehaald. Ruim 77% van de inwoners heeft in 2011 minstens 28 keer een half uur bewogen.

Los van de cijfers in het beweegpaspoort, heeft dit project grote waarde voor het dorp Grolloo en haar inwoners. Er zijn veel mensen in beweging gekomen door deelname aan (soms nieuwe) sportgroepen, maar ook door bewustwording en aanpassing van het dagelijks beweeggedrag. Dit wordt binnen het project niet gemeten. Ook heeft het initiatief creativiteit in mensen losgemaakt en nieuwe interessante ideeën opgeleverd. Grolloo Olympisch Dorp 2011 heeft positief bijgedragen aan de sociale cohesie in het dorp en de trots en samenhang die de mensen in Grolloo met elkaar delen en ervaren.

De kracht van Beweegbuurt Grolloo

- Kleinschalig, versterkt door het aanstellen van ambassadeurs per straat.
- Alle partijen in het dorp zijn er bij betrokken.
- De activiteiten zijn laagdrempelig.
- Er wordt aangehaakt bij bestaande sportactiviteiten.
- Iedereen telt mee binnen zijn of haar eigen vermogen. Dit wordt gewaardeerd en gestimuleerd, waardoor iedereen trots kan zijn, op zichzelf, op het dorp en op elkaar.

- Goed gebruik van publiciteit, onder andere door elke week een stukje in het sportblad van sportvereniging SGO over Grolloo Olympisch Dorp 2011 te schrijven.

Toekomstperspectief

- Op 31 december 2011 is Grolloo Olympisch Dorp 2011 feestelijk en sportief afgesloten. Maar het initiatief gaat zich verspreiden door het land. Het dorp Norg neemt letterlijk de fakkel van Grolloo over en organiseert in 2012 een Olympisch jaar, terwijl de gemeente Aa en Hunze zich in 2012 als een Olympische gemeente presenteert. Ook elders in het land is er belangstelling voor de aanpak van Grolloo.

- Of de inwoners van Grolloo in 2012 ook zullen blijven bewegen, is nu nog niet te zeggen. Wel is duidelijk dat Grolloo Olympisch Dorp 2011 heeft gezorgd voor veel gezelligheid en plezier, veel beweging en bewustwording van het eigen beweeggedrag onder alle inwoners van Grolloo, enkele nieuwe sportgroepen en dat de inwoners trots zijn op het dorp. Grolloo, een echte Beweegbuurt die dat in de toekomst hopelijk ook blijft. De tijd zal het leren.





Annemieke Weijling, lid Grolloo's Olympisch Comité (GOC):

'Ga het niet alleen doen'

Het eerste Olympische dorp van Nederland is het Drentse Grolloo. Na het aanbieden van een bid-book krijgt Beweegbuurt Grolloo officieel erkenning van de provincie Drenthe als 'Olympisch dorp 2011'. Dit opmerkelijke initiatief wordt inmiddels breed gedragen in de gemeenschap en krijgt al veel inwoners van Grolloo in beweging.

Op 2 januari 2011 brengen leden van sportvereniging SGO de Olympische fakkel naar Grolloo. Vol trots wordt daar het Olympisch vuur ontstoken. De start van een sportief jaar in het dorp, waarbij het streven is om 75% van de inwoners aan het bewegen te krijgen. Annemieke Weijling, een van de initiatiefnemers: 'Na een jaar met feestelijke activiteiten vanwege het 20-jarig bestaan van de loopgroep van SGO, wilden we ook iets terugdoen voor het dorp.' Geïnspireerd door Drenthe 2028 en het Nationaal Olympisch Plan ontstond bij Annemieke en medelopers Aad Verheul, Roelof Dilling en Zeger Zeilemaker het idee voor een Olympisch jaar in Grolloo.

'Eigenlijk wilden we allerlei extra activiteiten organiseren, maar dat is niet echt nodig. Er is al heel veel', aldus Annemieke. 'Vanuit de kapsalon bijvoorbeeld is een wandelgroep ontstaan die elke woensdagavond loopt. En vanuit het dorp kwam het initiatief voor Olympische zeillessen voor de jeugd op het Zuidlaardermeer.' Met een grote thermometer in het dorp wordt de beweegactiviteit van de inwoners bijgehouden. 'We merken dat het leeft', zegt Annemieke. 'En dat bevordert ook de samenhang in het dorp.'

Er is inmiddels landelijke belangstelling voor de aanpak van Grolloo. Weijling vindt dat prima. 'Maar ga het niet alleen doen', waarschuwt ze. 'Voordat wij begonnen, hebben we een avond georganiseerd met alle verenigingen in het dorp, van koersbal- tot zangvereniging. We hebben ze warm gekregen voor het plan en ze staan er allemaal achter. Ook heeft elke straat van Grolloo een ambassadeur, die mensen aanspreekt, enthousiast maakt en bijhoudt hoeveel er wordt bewogen. Die kleinschaligheid en het betrekken van alle partijen in het dorp, dat is de kracht van ons succes!'





De aanpak

8. Stappenplan Beweegbuurt

Elke Beweegbuurt is uniek, het is al gezegd. Net zoals wijken, steden en dorpen kunnen verschillen van elkaar, zo geldt dat ook voor Beweegbuurten. Er is daarom geen eenduidige blauwdruk voor een Beweegbuurt. Wel zijn enkele duidelijk herkenbare stappen te nemen in de ontwikkeling naar een succesvolle Beweegbuurt.

Kenmerkend voor een Beweegbuurt is de planmatige en gestructureerde aanpak om tot een Beweegbuurt te komen. Deze aanpak is samengevat in een aantal stappen en is gebaseerd op praktische ervaringen met de eerder beschreven Beweegbuurten.

De volgorde van de stappen hangt af van de situatie in de betreffende buurt en de manier van werken van de persoon die ermee aan de slag gaat. Wat voor de ene Beweegbuurt een goede eerste stap is, kan voor de andere Beweegbuurt beter in een later stadium aan de orde komen. Wanneer je aan de slag gaat, ontdek je vanzelf wat passend is in jouw Beweegbuurt. Probeer wel alle stappen te doorlopen, pas dan is de voorbereiding optimaal.

Stap 1
Heldere doelstelling

Voor de start moet duidelijk zijn wat de doelstelling van de acties is. Moeten alle inwoners van de buurt in beweging komen? Of ligt de nadruk juist op bijvoorbeeld kinderen, ouderen of jongeren op een bepaalde hangplek? Waar moet de Beweegbuurt precies toe leiden?

Ook moet het kader duidelijk zijn. Waar liggen de grenzen van de opdracht, tot hoever mag je gaan? Gaat het om leefstijlactiviteiten, dus ook gezonde voeding, of beperkt de Beweegbuurt zich tot bewegen? En waarom is daarvoor gekozen?

Conclusie

➜ **Een duidelijke doelstelling geeft richting aan het proces en voorkomt dat energie (en tijd) verloren gaat aan dingen die eigenlijk niet bijdragen aan het doel.**

Hoe?

De doelstelling is over het algemeen vooraf al vastgesteld door de gemeente. Zorg ervoor dat jij en de partners op de hoogte zijn van deze doelstelling. Is de

doelstelling vooraf niet bekend? Zorg dan dat je zo snel mogelijk een duidelijk kader en heldere doelstelling formuleert, die het uitgangspunt vormen voor alle inspanningen. Dit kan het beste in een vroeg stadium, door samen met de partners en de inwoners te bepalen welk probleem moet worden opgelost. Zorg wel dat de gemeente hierover geïnformeerd wordt.



Stappenplan Beweegbuurt

Stap 1
Heldere doelstelling

↓

Stap 2
Verkenning sociale en fysieke infrastructuur
Leer de buurt kennen

↓

Stap 3
Doelgroepanalyse
Leer de doelgroep kennen

↓

Stap 4
Netwerkoriëntatie
Ontdek het netwerk

↓

Stap 5
Analyseer kansen en bedreigingen

↓

Stap 6
Informeer en activeer de doelgroep

Stap 2
Leer de buurt kennen

De volgende stap is het goed leren kennen van de buurt, de wijk of het dorp. Kijk daarbij naar de sociale infrastructuur (wie wonen er in deze buurt en wat is hun achtergrond, opleiding en gezinssituatie?), maar ook naar de fysieke infrastructuur (hoe ziet de buurt er uit qua natuur en bebouwing?). De ruimtelijke opbouw van een buurt is immers bepalend voor het gedrag en de speel- en beweegmogelijkheden van de kinderen en volwassenen die er wonen. Zijn er flatgebouwen en een stedelijke omgeving, of zijn er parkjes en groen in de buurt? Nodigt de omgeving uit tot bewegen, zijn er veilige fietspaden en hoe druk is het verkeer op straat? Inventariseer de voorzieningen (winkels, scholen, zorginstellingen), sportaccommodaties, pleintjes, sportverenigingen, skatebanen, voor een goed overzicht.

Conclusie

➜ **Leer de buurt goed kennen zodat je weet met wie je te maken krijgt, welke voorzieningen bruikbaar zijn om het dagelijks bewegen te stimuleren en waar er sportactiviteiten kunnen plaatsvinden.**

Hoe?

De buurt leren kennen kan op verschillende manieren. Je kunt er doorheen lopen, met eigen ogen zien en registreren hoe



de wijk is opgebouwd, welke voorzieningen er zijn en wat voor soort mensen er wonen.

Je kunt het ook achterhalen via deskresearch, achter het bureau. Er is veel bekend over de sociale infrastructuur van vrijwel iedere buurt in Nederland. Vaak kan de afdeling statistiek van de gemeente verschillende demografische gegevens over de buurt aanleveren: verdeling aantal mannen en vrouwen, de leeftijdsverdeling, gezinssituatie, opleiding- en inkomensgegevens, etnische achtergrond e.d. Hetzelfde geldt voor de voorzieningen, sportaccommodaties, gymzalen, pleintjes e.d. Via de gemeente is veel informatie te achterhalen. Om erachter te komen hoe beweegvriendelijk de omgeving is kan gebruikgemaakt worden van de 'BeweegVriendelijkeWijkscan' van het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB), die via het internet te downloaden is. Meer hierover in hoofdstuk 9.

Het verstandigst is het om beide invalshoeken te combineren, dus deskresearch en zelf op verkenning gaan in de buurt.

Stap 3
Leer de doelgroep kennen

Wie is de doelgroep precies, waar kun je ze vinden en wat wil de doelgroep? Een goede doelgroepanalyse kan helpen om helder te krijgen hoe de doelgroep te bereiken is en welke middelen je moet inzetten om de doelgroep in beweging te krijgen. Een doelgroepanalyse beschrijft de belangrijkste kenmerken van de doelgroep. Ook achterhaal je hier welke activiteiten de doelgroep aanspreken en welke (sport- en beweeg) activiteiten al in de buurt georganiseerd worden.

Conclusie

➜ **Wanneer je de doelgroep goed kent, is het makkelijker om deze te bereiken en in te spelen op de wensen en behoeften.**

Hoe?

Bijvoorbeeld door de buurt in te gaan en een praatje te maken met inwoners. Leg contacten en praat met mensen die de doelgroep goed kennen. Zo kun je bijvoorbeeld leerkrachten van school benaderen, als het gaat om kinderen, of een ouderenwerker of voorzitter van de plaatselijke ouderenbond, als het gaat om senioren. Bezoek een activiteit en praat met de deelnemers en organisatie om meer te weten te komen over de doelgroep en haar wensen.

Stap 4
Ontdek het netwerk

Bij deze stap, netwerkoriëntatie, gaat het erom te achterhalen welke organisaties er in de buurt zijn op het gebied van bijvoorbeeld welzijn, zorg, sport en onderwijs. Misschien is er een dorpsvereniging, een wijkwerkgroep of een jeugdraad? Het is zinvol de organisaties te leren kennen. Wellicht is er overlap in doelen en hebben deze organisaties contact met de doelgroep. Welke overleggen en netwerken zijn er in de buurt en wie zitten er in het netwerk? Als eenmaal bekend is welke netwerken en organisaties er zijn, dan kun je bepalen of deze netwerken en organisaties kunnen helpen bij het bereiken van het doel en de doelgroep.

Conclusie

➜ **Netwerkoriëntatie is een belangrijke stap in het proces omdat het zinvol is te weten wie de partners zijn en hoe je van elkaars krachten gebruik kunt maken.**

Hoe?

Ook deze stap kan op verschillende manieren uitgevoerd worden. Ga bijvoorbeeld praten met organisaties uit de buurt, leer de mensen kennen en ga kijken bij activiteiten. Nodig de organisaties uit voor een informatie- of uitwisselingsbijeenkomst en/of betrek ze bij het project, bijvoorbeeld door het opzetten van een werkgroep. Daardoor blijven de organisaties op de hoogte en ontstaat betrokkenheid en draagvlak voor het project. Wanneer de werkgroep het uitvoeringsplan maakt, deel je de verantwoordelijkheid met de partners en creëer je zelf een eigen netwerk.

Stap 5
Analyseer kansen en bedreigingen

Wanneer je de buurt goed hebt leren kennen en een netwerkoriëntatie hebt uitgevoerd, dan is er voldoende informatie beschikbaar om de sterke punten in een buurt te benoemen. Wanneer deze sterke punten met elkaar gecombineerd worden, kunnen mogelijke kansen voor de buurt herkend worden. Hetzelfde geldt voor de zwakke punten van de buurt. In combinatie vormen ze soms een bedreiging. Wanneer je van te voren op de hoogte bent van de kansen en bedreigingen van de buurt, kun je daar op inspelen.

Conclusie

➜ **Door kansen en bedreigingen expliciet te maken, kun je bewust kiezen voor een kansrijke strategie en tegelijk ook benoemen waarvoor je op je hoede moet zijn.**

Hoe?

Deze stap is op verschillende manieren uit te voeren. Sommige mensen maken de analyse in hun hoofd, ze weten intuïtief wat een kansrijke strategie is en waarvoor ze moeten opletten. Anderen zijn beter af met een expliciete methode om kansen en bedreigingen te achterhalen, zoals het bespreken van de kansen en bedreigingen in de werkgroep, of het uitvoeren van een SWOT-analyse. Deze bekende methode om sterke punten (strengths), zwakke punten (weaknesses), kansen (opportunities) en bedreigingen (threats) in beeld te krijgen, is uiterst effectief.

Stap 6
Informeer en activeer de doelgroep

Als alle bovenstaande stappen zijn afgewerkt, wordt het tijd om de doelgroep te informeren en in beweging te krijgen. Informeren is belangrijk, de mensen moeten immers weten wat er gaat gebeuren en waar ze moeten zijn om deel te nemen. Activeren is belangrijk, omdat de doelgroep het uit zichzelf vaak niet oppakt.

Conclusie

➜ **Informeren en activeren van de doelgroep is eigenlijk de start van het project in de praktijk. Ondertussen is er al heel wat voorwerk achter de schermen verricht.**

Hoe?

Ook deze stap kan weer op verschillende manieren worden uitgevoerd. Al werkende zul je ontdekken welke aanpak het beste past bij de wijk. Zo kun je starten met een knallende kick-off, een feestelijke activiteit zodat iedereen direct weet dat er een start gemaakt is met het project of de activiteiten. Een andere manier is het uitbrengen van een informatieboekje met daarin gebundeld het bestaande aanbod aan (sport) activiteiten. Weer een andere strategie is het organiseren van een laagdrempelige activiteit, zoals een wandeltocht door de wijk of een fietstocht. Daarmee verleid je de doelgroep om mee te doen, waardoor je ook weer de mensen leert kennen en vertrouwen kunt opbouwen.

Daarnaast kunnen sleutelfiguren en ambassadeurs worden ingezet om de doelgroep te informeren en te stimuleren om deel te nemen aan een activiteit. Bijvoorbeeld een huisarts (sleutelfiguur) of lokaal bekend persoon (ambassadeur) kan informeren en oproepen tot deelname aan een beweegactiviteit.

Door deze stappen te volgen, dan ben je aardig op weg om van jouw buurt een Beweegbuurt te maken. Let wel, investeer voldoende tijd en energie in bovenstaande stappen. Het proces om te ontwikkelen naar een Beweegbuurt kost nu eenmaal veel tijd. Gun je Beweegbuurt deze tijd.





De aanpak

9. Hulpbronnen en ontwikkelingen

'Bewegen in de directe omgeving' en 'sport in de wijk' zijn waardevolle uitgangspunten voor lokaal beleid en voor Beweegbuurten. Verschillende organisaties zijn bezig deze uitgangspunten uit te werken om initiatieven zoals Beweegbuurten te ondersteunen en stimuleren. Dit hoofdstuk gaat in op twee nieuwe ontwikkelingen die voor Beweegbuurten van grote waarde kunnen zijn: de BeweegVriendelijkeWijk-scan van het NISB en het vervolg op de rijksregeling Combinatiefuncties, officieel de impuls Brede School, Sport en Cultuur.

BeweegVriendelijkeWijk-scan

Om mensen echt te stimuleren om te sporten en te bewegen, moeten ze dichtbij huis, in hun eigen leefomgeving, actief kunnen zijn. Een inventarisatie van sportmogelijkheden in de buurt is daarom onmisbaar bij het ontwikkelen van een Beweegbuurt. Maar, hoe zit het met de mogelijkheden voor bewegen? Hoe beweegvriendelijk is de buurt eigenlijk, en valt daar nog iets aan te verbeteren? Om deze vraag systematisch te verkennen, heeft het NISB in samenwerking met DSP-groep, binnen het programma Beweegruimte, een praktische scan ontwikkeld. Deze nieuwe methode past uitstekend in het stappenplan voor een Beweegbuurt en daarom volgt hier een korte toelichting.

De BeweegVriendelijkeWijk-scan is bedoeld om snel en eenvoudig inzicht te krijgen in de beweegvriendelijkheid van een buurt, wijk of dorp. De scan signaleert of de directe leefomgeving mensen voldoende uitdaagt tot bewegen en waar verbetering mogelijk of nodig is. Aan de hand van stellingen kunnen beleidsmakers, professionals in de wijk en anderen de beweegvriendelijkheid van de wijk waarderen. De stellingen gaan onder andere over sportvoorzieningen, schoolpleinen en playgrounds, het activiteitenaanbod, maar ook de bereikbaarheid van bijvoorbeeld werk, school en winkels per fiets en te voet. Daarmee komt informatie boven water over zowel sportief en recreatief bewegen, als het dagelijkse functioneel bewegen. Juist op het gebied van het dagelijks functioneel bewegen biedt de scan een enorme meerwaarde voor de Beweegbuur-



ten, omdat de stimulering van het dagelijkse bewegen binnen de huidige Beweegbuurten nog geen vanzelfsprekendheid is.

Daarnaast is de BeweegVriendelijkeWijk-scan een middel om visievorming, beleid en samenwerking binnen een gemeente te stimuleren. Vooral de samenwerking tussen de ruimtelijke (harde) sectoren zoals verkeer, ruimtelijke ordening, groen en de sociale (zachte) sectoren waaronder sport en gezondheid, is vaak lastig. De scan kan ervoor zorgen dat beleidsmakers en politici zich meer bewust worden van het feit dat het ruimtelijke beleid invloed heeft op het beweeggedrag van de inwoners.

De BeweegVriendelijkeWijk-scan is volop in ontwikkeling. Meer informatie over de scan is verkrijgbaar bij het Programma Beweegruimte van het NISB. De scan komt binnenkort digitaal beschikbaar op de nieuwe website over de beweegvriendelijke buurt. Informatie hierover is via de website www.nisb.nl/buurt op te vragen.

Vervolg op de regeling Combinatiefuncties

'Sport en bewegen in de buurt' is een van de drie prioriteiten van het nieuwe landelijke sportbeleid. De Rijksoverheid ontwikkelt een programma rond sport en bewegen in de buurt, waarbij er vraaggericht sport- en beweegaanbod in de buurt wordt opgezet, samen met publieke en private partners. Verder wil de Rijksoverheid het aantal mensen met een combinatiefunctie uitbreiden en de functie inhoudelijk verbreden. Dit biedt kansen voor Beweegbuurten!





10. Tips en adviezen uit de praktijk

Tips van Tynaarlo

- Zet naast de interne werkgroep (binnen de gemeentelijke organisatie) ook een externe werkgroep op, om de organisaties en inwoners van de gemeente mee te krijgen.
- Zorg voor korte communicatielijnen naar de betrokken organisaties.
- Laat je successen zien. Maak bijvoorbeeld een persbericht, gebruik nieuwsbrieven van de eigen organisatie en die van partnerorganisaties, schrijf wijkkranten aan, benut schoolbulletins, buurtwebsites en verenigingsblaadjes of stuur een twitterbericht de wereld in.
- Blijf de werkgroep inspireren en binden.

Tips van Grolloo

- Houd de activiteiten eenvoudig, een wandeling door de wijk is al leuk.
- Koppel een uitvoeringsplan aan de ambities, maar stel dit in nauwe samenwerking met de partners op.
- Maak van tevoren een plan voor de communicatie: wie wil je informeren, op welke momenten en hoe?
- Leg de nadruk op gezelligheid: maak ruimte voor een kopje koffie na afloop.
- Respecteer de prestaties op elk niveau. Werk bijvoorbeeld met verschillende afstanden en gun de mindere presteerders ook aandacht. Dit kan eenvoudig bij activiteiten zoals een opening of startmoment.

Tips van Borger-Odoorn

- Houd de mensen op de hoogte en prikkel ze door direct zichtbaar te maken waar het over gaat. Zo heeft Borger-Odoorn bij uitnodigingen aan inwoners en werkgroepen een ludieke link naar een sportieve leefstijl meegestuurd: een kaart met een wandelroute in de buurt of een blarenpleister, een stappenteller of een gezond en gemakkelijk recept. Tijdens de startbijeenkomst werd bij binnenkomst direct een appel aangeboden en was er vers fruit beschikbaar.
- Maak vooraf helder wat van de inwoners verwacht wordt en welke doelen je wilt bereiken, voordat je start met het betrekken van de inwoners bij het initiatief.



Tips van Emmen

- Probeer in te gaan op de wensen die de doelgroep heeft, ook als het niet direct gaat om een beweegactiviteit. En probeer een beweegactiviteit te koppelen aan de wensen, om de mensen tot bewegen te verleiden. Vaak stimuleert de beweegactiviteit ook het groepsgevoel en de gezelligheid, waardoor mensen zich veilig voelen en meer open staan om over hun leefstijl na te denken.

- Investeer tijd en energie om de doelgroep in de buurt te leren kennen. Laat je gezicht zien bij (bestaande) activiteiten, ga met mensen praten. Als er eenmaal vertrouwen is van de mensen in de buurt, komen ze ook langs met eigen initiatieven of vragen.

- Organiseer een werkgroep en zorg dat de doelgroep daarin ook vertegenwoordigd is. Daardoor deel je de verantwoordelijkheid en ontstaat er draagvlak voor de activiteiten.

Tips van Haveltermade

- Als je iets wilt doen met de Olympische gedachte, zoek dan aansluiting met de provinciale, regionale of zelfs landelijke Olympische beweging. Samen sta je immers sterker. Voor de provincies Groningen, Drenthe en Friesland is de regionale organisatie 'Noorder Vuur' een aanspreekpunt voor Olympische initiatieven.

- Door vooraf contact te leggen met sleutelfiguren kun je veel bereiken. Zo is in Haveltermade vooraf informeel contact gelegd met de voorzitter van de Moskee. Dit leverde veel goodwill op.

Tip van het NISB

- Een eenvoudige en doeltreffende manier om functioneel bewegen te stimuleren is de organisatie van een 'loopbus'. De loopbus is een veilige, leuke en vooral gezonde manier voor kinderen om naar school te gaan. De loopbus bestaat uit een groep kinderen die onder begeleiding van ten minste twee getrainde ouders of vrijwilligers naar school loopt. De bus loopt een vaste route en pikt langs de route kinderen op die bij een 'bushalte' staan te wachten op de loopbus.





De aanpak

11. Certificering Olympische Beweegbuurt

De ontwikkeling van Beweegbuurten is opgezet vanuit de visie van Drenthe 2028 om heel Drenthe op Olympisch niveau te brengen. Maar, wat is dat Olympische niveau eigenlijk? En draagt elke Beweegbuurt evenveel bij aan het bereiken van dat Olympische niveau? In dit hoofdstuk een eerste poging om kwaliteitscriteria voor Beweegbuurten te formuleren, waarbij het streven is om uiteindelijk tot een certificering van de Olympische Beweegbuurt te komen.

De ene Beweegbuurt is de andere niet

Dit boekje beschrijft vijf praktijkvoorbeelden van het bouwen aan Beweegbuurten. Deze Beweegbuurten zijn uniek. Uniek in opzet en resultaten, maar ook in ontwikkelingsfase. Terwijl de ene buurt nog volop bouwt aan de Beweegbuurt loopt het in de andere buurt al heel soepel en gemakkelijk. Vanuit het perspectief van Drenthe 2028 bekeken, roept dit de vraag op wanneer een Beweegbuurt tot volle bloei gekomen is en optimaal bijdraagt aan het doel om Drenthe op Olympisch niveau te krijgen. Aan het begin van het traject immers, zal de Beweegbuurt nog weinig kunnen bijdragen. Er is tijd, energie en enthousiasme nodig om uit te groeien tot een echte, kwalitatief goede Beweegbuurt.

Kwaliteitscriteria voor Beweegbuurten

Een buurt, wijk of dorp is een volwaardige Beweegbuurt als het voldoet aan de kenmerken van Beweegbuurten en als er planmatig is gewerkt aan de opbouw ervan. De kwaliteit van een Beweegbuurt is af te meten aan de volgende criteria:

- Er wordt gewerkt vanuit een heldere, toetsbare doelstelling.
- De sociale en fysieke infrastructuur zijn verkend.
- Er is een doelgroepanalyse gemaakt en er is draagvlak onder de doelgroep.
- Er is een netwerkoriëntatie uitgevoerd en de samenwerking op buurtniveau is geregeld, bijvoorbeeld via een werkgroep of vaste overlegmomenten met belangrijke partners.
- De kansen en bedreigingen zijn in beeld gebracht.
- De doelgroep wordt geïnformeerd en geactiveerd.
- Er is een veilige, vertrouwde omgeving.
- De voorzieningen in de buurt worden optimaal gebruikt.
- Het aanbod is laagdrempelig.

Aanzet voor Olympische certificering

De Olympische certificering van Beweegbuurten is momenteel volop in ontwikkeling. Doel is om kwalitatief heel goede Beweegbuurten te belonen met een kwaliteitskeurmerk, zodat zij zich Olympische Beweegbuurt mogen noemen. Een Olympische Beweegbuurt draagt optimaal bij aan het op Olympisch niveau brengen van de buurt, het dorp of de wijk.

De criteria om tot Olympische Beweegbuurt te worden benoemd hangen samen met de kenmerken en werkwijze van Beweegbuurten (zie bovenstaande kwaliteitscriteria), maar ook met de effectieve bijdrage van de activiteiten aan het gewenste Olympische niveau. Voor Drenthe is dit Olympische niveau geformuleerd in vier krachtige statements: iedereen doet mee, Drenthe is vitaal, Drenthe is leefbaar, Drenthe is kansrijk. Alleen het eerste statement, iedereen doet mee, is vertaald naar meetbare doelen: In 2016 doet 65% van de Drentse bevolking regelmatig aan sport en in 2028 voldoet 80% van de Drentse bevolking aan de Nederlandse Norm voor Gezond Bewegen (NNGB: een half uur matig intensieve lichamelijke activiteit op tenminste vijf, maar bij voorkeur alle, dagen van de week).

Voor de overige statements moeten nog meetbare doelen en criteria worden opgesteld.

Voor de ontwikkeling van een Olympische certificering die ook buiten Drenthe toepasbaar is, wordt samenwerking gezocht met landelijke partners, het Olympisch Vuur 2028 en het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS).



Drenthe 2028

Colofon

Teksten
Christa Hoeksema, Dynamiek, sportadvies en beleid

Redactie
Christa Hoeksema, Dynamiek, sportadvies en beleid
Hans de Lang, Karlijn Meijerink, Alida Pasveer, Patricia Schouwink, Esther Witte, SportDrenthe

Foto's
Fotopersbureau Jan Anninga, gemeente Emmen, gemeente Tynaarlo, gemeente Borger-Odoorn, Grolloo's Olympisch Comité, Drenthe 2028

Vormgeving en drukwerk
Van Liere Media, Meppel

Uitgave
SportDrenthe
Postbus 84
7900 AB Hoogeveen
www.sportdrenthe.nl

Hoogeveen, januari 2012
In opdracht van de provincie Drenthe en Drenthe 2028

Auteursrechten voorbehouden
© Copyright 2012, SportDrenthe

Het auteursrecht van deze publicatie berust bij SportDrenthe. Gehele of gedeeltelijke overname van teksten is toegestaan, mits daarbij de bron wordt vermeld. Vermenigvuldiging en/of publicatie in een andere vorm dan deze uitgave is slechts toegestaan na schriftelijke toestemming van SportDrenthe.



Vanuit het inspirerende perspectief van Drenthe 2028, het Drents Olympisch Plan, is het concept Beweegbuurten ontstaan. Op verschillende plaatsen in Drenthe is dit opgepakt en wordt zowel in stadswijken als op het platteland, hard gewerkt om Beweegbuurten te ontwikkelen. Deze publicatie beschrijft de vijf verschillende typen Beweegbuurten die vanaf 2010 zijn gestart en hun resultaten tot nu toe.

De ervaringen die met de Drentse Beweegbuurten zijn opgedaan vormen de basis voor een algemeen, praktisch stappenplan voor Beweegbuurten. Om te voorkomen dat iedereen opnieuw het wiel moet uitvinden, kunnen geïnteresseerde gemeenten, dorpen of buurten deze stappen volgen bij het opbouwen van een eigen Beweegbuurt. Daarnaast geeft dit boekje handige tips uit de praktijk, die van waarde kunnen zijn bij het opbouwen van een Beweegbuurt in de eigen omgeving.

Sport Drenthe
zet mensen in beweging!

provincie Drenthe