



Samen Fit:
**Sportakkoord
2023-2026**



Voorwoord

Sporten en bewegen zijn goed voor de gezondheid, sociale contacten, welzijn en persoonlijke ontwikkeling. We willen dat alle inwoners met plezier kunnen sporten en bewegen. Daarvoor is het belangrijk dat de omgeving uitnodigt tot bewegen, we de jeugd al vroeg en goed leren kennis maken met bewegen en we een toegankelijk aanbod hebben voor mensen in alle leeftijden. We willen drempels wegnemen en sport en bewegen zo vanzelfsprekend mogelijk maken. We zoeken naar mogelijkheden om mensen die niet of weinig bewegen te stimuleren om meer te bewegen.

Speerpunten daarbij zijn het doorbreken van de dalende lijn in de beweegrichtlijn van jeugdigen en het handhaven of verbeteren van de stabiele lijn bij volwassenen en ouderen die voldoen aan de beweegrichtlijn.

In deze brochure leest u ons sportakkoord. Op basis van zes thema's maken we onze ambities voor komende periode kort en krachtig duidelijk.

Laten we samen in beweging komen, gewoon Samen Fit!

Team sport en bewegen

gemeente Beesel



Samen fit door sport en bewegen

06

Wij leren bewegen

08

Sport en bewegen voor iedereen

12

Ruimten voor sport en bewegen

14

Samen met verenigingen en sportaanbieders

16

Sport en evenementen

19

Cijfers

22

Beweegrichtlijn als uitgangspunt

Bewegen is goed, meer bewegen is beter

	Volwassenen en ouderen	Kinderen
 Matig of zwaar intensieve inspanning	Minimaal 150 minuten per week, verspreid over diverse dagen	minimaal 1 uur per dag
 Spier- en botversterkende activiteiten	(voor ouderen inclusief balansoefeningen) minimaal 2x per week	minimaal 3x per week
 En...	voorkom veel stilzitten	voorkom veel stilzitten

Samen fit door sport en bewegen

In Beesel willen we samen met inwoners, verenigingen en professionals werken aan een omgeving waarin het niet alleen leuker, maar ook makkelijker wordt om gezond te leven. De kracht zit in de gezamenlijke aanpak en in een eenduidige aansprekende boodschap: 'Gewoon Samen Fit'. Dit is een belangrijke kapstok waarmee we sport en bewegen verbinden met andere aspecten van een gezonde leefstijl, zoals gezonde voeding.



Cool

We blijven het Cool traject continueren. We zien dat sommige deelnemers van het Cool traject zijn na afloop nog niet zover dat ze willen of kunnen deelnemen aan verenigingsactiviteiten. Soms is het nog nodig een aangepast aanbod voor deze doelgroep te realiseren.

- **In afstemming met de leefstijlcoach en sportaanbieders bekijken we wat nodig is om deze doelgroep in beweging te houden met als uiteindelijke doel doorstromen naar regulier beweegaanbod.**

JOGG

De JOGG (-regisseur) zet zich met partners in voor de gezonde omgeving van onze inwoners in breedste zin van het woord. JOGG stelt 'team fit consulenten' beschikbaar die sportverenigingen ondersteunen bij het aanbieden van een gezondere keuze in de kantine

- **We stimuleren sportaanbieders om hier op hun eigen manier aandacht aan te besteden.**

Keigezond Limburg

Keigezond Limburg is een ketenaanpak voor kinderen met overgewicht. In een veilige en vertrouwde omgeving werken de kinderen samen met een centrale zorgverlener (jeugdverpleegkundige van de GGD) en vaak ook een kinderleefstijlcoach, stap voor stap aan een gezondere leefstijl. De centrale zorgverlener zorgt voor samenwerking tussen de verschillende domeinen waarbij er voor het gezin wel een vast aanspreekpunt is.

- **We onderzoeken de aansluiting bij dit project.**

“Ik ben blij dat ik de Cool-sessies heb gevolgd. Het is heel laagdrempelig en er wordt met ieders beperking rekening gehouden.”

JGZ preventieleerlijn

Sinds januari 2021 ontvangen alle baby's in gemeente Beesel een 'groentjehapjes in 10 stapjes' (4 mnd) pakket.

- **We werken samen met de regio aan het uitbreiden van de preventie lijn binnen het consultatiebureau, met:**
 - Waterdrinken (7 mnd)
 - Beweegbundel (11 mnd)

Samenwerking kinderopvang

De basis van een gezonde leefstijl begint op jonge leeftijd. Kinderopvang en gastouders zijn hierin belangrijke spelers.

- **We werken samen met kinderopvang aan een gezonde aanpak, o.a. door:**
 - Peutervierdaagse
 - nijntje beweegdiploma
 - Groenteboxjes

Wij leren bewegen

Jong geleerd is oud gedaan: Kwalitatief goed leren bewegen is cruciaal voor de motorische, sociale en cognitieve ontwikkeling van kinderen. Het draagt bij aan betere onderwijsresultaten en de kans op verzuim en uitval verminderen. Goed leren bewegen levert daarnaast een bijdrage aan een actieve en gezonde leefstijl van kinderen.



Vakleerkracht bewegingsonderwijs

Onderwijs en gemeente faciliteren een vakleerkracht bewegingsonderwijs (1 dag per school per week).

- Behoud van de vakleerkracht met het oog op verbreed takenpakket. O.a. motorische screening, kennismakingslessen door verenigingen en aanspreekpunt voor de JOGG-regisseur.

Motorische screening (MQ scan)

Twee keer per jaar wordt de MQ scan afgenomen op alle basisscholen. Kinderen die ondergemiddeld scoren krijgen extra beweegaanbod. Bij kinderen die onder gemiddeld scoren, speelt overgewicht vaak ook een rol.

- We zetten de MQ scan in voor vroegtijdige signalering van o.a. overgewicht en zoeken actief de samenwerking tussen ouders, school en ketenpartners.

Beweegles

Kinderen van basisschool de Triolier die onder gemiddeld scoren in de MQ scan krijgen één keer per week dertig minuten extra beweegles.

- We willen dat dit ook geregeld wordt voor kinderen van andere basisscholen. We zetten ons samen met het basisonderwijs in om dit te bereiken.

The Daily mile

Groep 5 van bs. Meander is begin 2022 gestart met de Daily Mile (2x per week). Nog voor de zomervakantie is ook groep 7 gestart.

- Met ingang van het schooljaar 2022-2023 zetten deze groepen The Daily Mile voort en breiden deze uit naar 3 dagen per week. Ook starten dan de groepen 8 en 6 met de Daily Mile. Daarnaast introduceren we The Daily Mile bij de andere drie basisscholen in de gemeente i.s.m. de vakleerkracht bewegingsonderwijs.

In beweging houden van de middelbare school jeugd en jong volwassenen

De verenigingen geven aan dat het een uitdaging is om jongeren van de middelbare school en jong volwassenen bij de vereniging betrokken te houden. Het komt regelmatig voor dat deze groep door bijbaantjes of studie stopt met sporten of kiest voor andere vormen van bewegen zoals fitness.

- ▶ **Met de sportaanbieders en onderwijs gaan we de komende periode verkennen hoe we jongeren, ook al sporten ze even niet meer bij de vereniging, toch bij de verenigingen betrokken kunnen houden. We zullen hiervoor ook in gesprek gaan met jongerenwerk en het grescollege. We gaan op zoek naar goede voorbeelden uit het land en bespreken of we deze kunnen toepassen in de gemeente Beesel.**

nijntje beweegdiploma

Het nijntje beweegdiploma is een bewezen effectief beweegprogramma voor kinderen van twee tot vijf jaar. In 2022 is Hercules 03 gestart met het beweegdiploma en hebben we scholing verzorgd voor gastouders.

- ▶ **We willen het nijntje beweegdiploma breder uitrollen binnen gemeente Beesel en meer bekendheid geven bij ouders. Bijvoorbeeld door:**
 - Gesprekken met consultatiebureaus, sportverenigingen en bibliotheken
 - Aansluiting kinderopvang
 - Aansluiting andere verenigingen

“Wij hebben de Peutervierdaagse als positief ervaren en kijken nu al uit naar een vervolg. Verder was de grote opkomst van de deelnemende (groot)ouders een pluspunt. Keileuk!”

Talententoer

De talententoer biedt basisschooljeugd in de schoolvakanties een gevarieerd aanbod aan sport, gezondheid, kunst, cultuur en muziek. Vooral kwetsbare kinderen en kinderen uit gezinnen met een kleine portemonnee maken dankbaar gebruik van de dienst.

- ▶ **De buurtsportcoach, vakleerkracht, JOGG-regisseur en cultuur- en muziekcoach verzorgen de talententoer.**



Sport en bewegen voor iedereen

Meedoen, bewegen... het is lang niet voor iedereen vanzelfsprekend. Dat kan en moet anders, vinden we. Bewegen en sport moeten toegankelijk zijn voor iedereen. Zeker ook voor mensen met een minimum inkomen en mensen met een beperking.



Iedereen kan sporten (IKS)

IKS is een Noord-Limburgs samenwerkingsverband met een duidelijke missie: mensen met een beperking aan het bewegen krijgen. IKS richt zich op sportaanbod, sportstimulering en meedoen door sport als middel. Binnen onze gemeente heeft de inzet van IKS, in samenwerking met PSW en inwoners, al geleid tot enkele leuke sportactiviteiten zoals bowlen, dansen en fitness (bij lokale fysiotherapiepraktijk). Maar IKS richt zich niet alleen op groepen en verenigingen, ook individuele burgers met een beperking kunnen bij de club aankloppen. Bijvoorbeeld als ze willen deelnemen aan een evenement of als ze op zoek zijn naar een passende beweegactiviteit

- **We blijven een bijdrage leveren aan IKS omdat deze regionale samenwerking een waardevolle impuls geeft aan sport en bewegen voor mensen met een beperking.**

Healthy Heroes

In sportregio Noord-Limburg verbinden we IKS aan een gezonde leefstijl via het project Healthy Heroes. Daarin wordt een gezonde en actieve leefstijl gestimuleerd voor kinderen op het speciaal onderwijs.

- **Wij verlenen hiervoor een bijdrage uit de landelijke preventieakkoord middelen.**

Jeugdfonds sport en stichting leergeld

Stichting leergeld biedt kinderen uit gezinnen in armoede de kans om deel te nemen aan schoolse en buitenschoolse activiteiten. De stichting is ook intermediair voor het jeugdfondssport. Het Jeugdfondssport biedt kinderen uit gezinnen met een smalle beurs de mogelijkheid om te sporten.

- **De Buurtsportcoach en vakleerkracht houden korte lijnen met stichting leergeld en het jeugdfondssport en volgen kinderen binnen het onderwijs en verenigingsleven.**

Ruimte voor sport en bewegen

Wij maken ons sterk voor ruimte die uitnodigt tot bewegen. Dat gaat verder dan voor sport aangemerkte ruimten zoals sporthallen en buitensportaccommodaties. Ook de openbare ruimte – dichtbij huis, school of het werk – moet inwoners verleiden om te bewegen.



Duurzame sportaccommodaties

Binnen het thema ruimte voor sport en bewegen stimuleren en ondersteunen we sportverenigingen bij het verduurzamen van hun accommodatie. We zijn al goed op weg. Een heel aantal sportverenigingen heeft al stappen gezet in het verduurzamen van de accommodatie.

- ▶ **We ondersteunen verenigingen door het maken van een inventarisatie van energiebesparende maatregelen, stappen naar aardgasvrij en maatregelen ten behoeve van klimaatadaptatie. Na de analyse worden de bevindingen samengevoegd in een specifieke routekaart per gebouw. Hierin wordt een vergelijking gemaakt met de meerjarenonderhoudsplanning. Voor de verduurzaming zijn onder andere middelen mogelijk via de BOSA, via de stimuleringslening duurzaamheid en via de regeling investeringsubsidies.**

“De KWIEK route is zeer toegankelijk en helemaal gratis. Ook mensen met weinig te besteden kunnen op deze manier aan hun lichaam werken.”

Multifunctioneel veld

In 2021 zijn gesprekken gestart met V.V. Reuver, Grensrunners en Play X. Doel was het realiseren van een multifunctioneel veld op sportpark Dijkhof.

- ▶ **De gesprekken hebben tijdelijk stilgelegen, maar zullen we opnieuw voortzetten.**

Spelen en bewegen in de openbare ruimte

We zetten ons in om de openbare ruimte uit te laten dagen tot bewegen. Zo ontwikkelden we de speeltuinen bij Spookkamp en Offenbekermarkt i.s.m. de JOGG-regisseur, zodat ze uitnodigen tot bewegen en ontmoeten.

- ▶ **JOGG regisseur blijft betrokken bij de inrichting van speeltuinen en andere (her) inrichtingsvraagstukken, zoals de nieuwe school.**

KWIEK beweegroute

In 2021 is de eerste KWIEK beweegroute gerealiseerd in Offenbeek. Deze route zorgt ervoor dat mensen kracht, balans en uithoudingsvermogen kunnen trainen met behulp van oefeningen. Vanaf de zomer van 2022 is de Buurtsportcoach hier actief mee aan de slag: zij loopt de route twee keer per maand met een groep mensen en maakt de route bekend bij sportverenigingen en evalueert de route met de deelnemers.

- ▶ **We bekijken, op basis van de evaluatie, of we KWIEK routes in andere kernen kunnen realiseren en hoe we het gebruik ervan kunnen stimuleren.**

School Beesel

Sportpark de Solberg is aangewezen als ontwikkellocatie voor nieuwbouw van de basisschool in de kern Beesel.

- ▶ **Een verdere uitwerking van dit medegebruik zal plaatsvinden in afstemming met de huidige hoofdgebruikers van de Solberg.**

Samen met verenigingen en sportaanbieders

Het in beweging krijgen en houden van inwoners kunnen we als gemeente niet alleen. We doen dit samen met verenigingen en sportaanbieders. Twee keer per jaar hebben we een sportakkoord avond. Hierin bespreken we samen met de sportaanbieders waar we mee aan de slag gaan en hoe de voortgang is. Verenigingen die aanlopen tegen knelpunten bieden we ondersteuning. Hiervoor zetten we ook de landelijke diensten in die beschikbaar zijn omdat we een lokaal sportakkoord hebben gesloten.

Sportakkoord avond

Samen met sportaanbieders (verenigingen en commercieel) bespreken we de voortgang van dit sportakkoord met elkaar. Zo bepalen we gezamenlijk stap voor stap waar we ons op gaan inzetten om de ambities uit het sportakkoord te halen.

- ▶ Twee keer per jaar organiseren we deze avond.

Sportsubsidies.nl

In de sportregio Noord-Limburg hebben we opdracht versterkt aan sportsubsidies.nl om periodiek informatie over subsidies en fondsen voor sport en andere verenigingen aan te leveren. Sportsubsidies.nl kan ondersteuning bieden aan verenigingen die een aanvraag willen indienen en daar hulp bij nodig hebben.

- ▶ Wij versturen de verkregen informatie via onze eigen nieuwsbrief naar verenigingen.

Naschoolse training

De sporthal is overbelast in de avonden en voor veel kinderen zijn sporttrainingen te laat op de avond.

- ▶ Onze buurtsportcoach werkt samen met lokale verenigingen aan training voor de basisschooljeugd direct na school.

Stimuleren van bewegen voor mensen waarvoor bewegen niet vanzelfsprekend is

We willen dat meer sportaanbieders laagdrempelige instaplessen aanbieden naar bijvoorbeeld evenementen toe. Voor mensen waarvoor bewegen niet vanzelfsprekend is, kunnen kleinere groepen en extra begeleiding helpen.

- ▶ We onderzoeken hoe we dit als gemeente kunnen faciliteren en of we sportaanbieders een scholing kunnen aanbieden. Ook zetten we extra in op de PR van deze activiteiten.

Samenwerking tussen verenigingen

Een aantal verenigingen verkent samen of het mogelijk is een professional aan te stellen. Met schaalvoordelen worden expertise en professionaliteit toegankelijk.

- ▶ Als gemeente faciliteren we dit proces.

“Er wordt veel gevraagd van verenigingen. De handjes en professionaliteit kunnen verbeterd worden. Hier zijn de juiste schaalvoordelen voor nodig. Het is een uitdaging om mensen met juiste expertise op de juiste plek te houden. Verenigingen zouden hierin kunnen samenwerken.”

Vrijwilligers: betrekken van de oudere doelgroep

De oudere doelgroep krijgt meer vrije tijd. Er zijn veel mensen uit deze doelgroep die zich inzetten voor verenigingen maar er liggen ook nog kansen. Hoe kunnen we hen op een passende manier betrekken bij het verenigingsleven? Enerzijds om hen in beweging te houden maar anderzijds ook voor sociale contacten en om zich in te zetten voor de verenigingen.

- ▶ Dit thema zullen we in de sportakkoord avonden samen met verenigingen verder uitwerken.

Afstemming met de kern Beesel

De verenigingen in de kern Beesel denken samen na over hun toekomst en de manier waarop zij onderling kunnen samenwerken. Het kernoverleg Stichting Beesel en haar Toekomst faciliteert dit proces.

- ▶ We zullen als gemeente, bij alle trajecten waarbij we sportverenigingen betrekken, actief afstemming zoeken met het kernoverleg in Beesel en ervoor zorgen dat initiatieven met en communicatie naar verenigingen zijn afgestemd met het traject in Beesel.

Zichtbaarheid van verenigingen

Er is behoefte aan een overzicht van het sportaanbod.

- ▶ We hebben de sociale kaart: **Samen met Beesel. Dit is een brede sociale kaart. We zullen met verenigingen bespreken of en hoe we deze kaart kunnen laten voldoen aan de behoefte. Aanvullend zijn er voor verenigingen de volgende mogelijkheden om hun zichtbaarheid te vergroten:**
 - De talenttoer is een middel voor verenigingen om bekendheid te geven over hun aanbod.
 - De basisscholen werken met clinics door verenigingen.
 - Het Grescollege heeft een gezonde school vignet en staat open voor samenwerking met verenigingen en commerciële partners.



Sport en evenementen

Top) sport inspireert. We faciliteren lokale evenementen die mensen in beweging krijgen en houden. Voorwaarde hierbij is dat deze evenementen zich verbinden met het lokale sportaanbod, dat er aandacht is voor inclusief sporten en dat de evenementen open staan voor het uitdragen van de rookvrije generatie.

Niet alleen de evenementen maar ook persoonlijke verhalen van (top) sporters kunnen inspireren. Deze mensen kunnen in de rol van Samen Fit Ambassadeur mensen inspireren en enthousiasmeren.



Sportevenement

Het LCW zal niet meer plaatsvinden in de gemeente Beesel. Maar we willen het opgebouwde enthousiasme rondom het LCW kids behouden. We willen een uniek familie evenement realiseren. Dit doen we samen met lokale scholen. We gaan ook voor aanhaking van scholen uit de regio en net over de grens. Het thema gezondheid krijgt een plek in dit evenement.

Verder zien we groeimogelijkheden als het gaat om uitbreiding van dit evenement. Zodanig dat er een week van beleven ontstaat. Een week waarin verenigingen zich kunnen presenteren en er op gebied van sport, gezondheid en cultuur van alles te beleven is.

- ▶ Als gemeente willen we deze ambities uitdragen en de ontwikkeling aanjagen, ondersteunen en faciliteren. We brengen partijen bij elkaar en verbinden. We benutten de kracht van de gemeenschap en zien daarin veel bereidheid en organisatiekracht. We doen het gewoon samen!

Peutervierdaagse

In 2022 vond de eerste editie van de Peutervierdaagse plaats. Met 225 peuters, 23 pedagogisch medewerkers, 3 gastouders en vrijwilligers van wandelverenigingen was het een geslaagd evenement. De combinatie met het nijntje beweegpleintje heeft tot extra animo voor het nijntje beweegdiploma geleid.

- ▶ We willen de Peutervierdaagse behouden en uitbouwen met partners tot een structurele zelforganiserende activiteit. We zetten in op:
 - Meer deelnemers (gastouders en kinderen die niet bij de kinderopvang aangesloten zijn)
 - Uitrol naar kleuters
 - Combinatie avondvierdaagse Beesel

Gezamenlijke evenementenkalender

- ▶ We bespreken met verenigingen of we kunnen kiezen voor één gezamenlijke evenementen-kalender waarop verenigingen en andere organisatoren evenementen kenbaar maken.

Verbinden lokale verenigingen met lokale evenementen

Als we een bijdragen leveren aan lokale evenementen doen we dat onder de voorwaarde dat zij actief de verbinding zoeken met lokale verenigingen, aandacht hebben voor inclusief sporten en openstaan voor het uitdragen van de rookvrije generatie.

- ▶ We stimuleren dat verenigingen 'Start to...' trainingen aanbieden in combinatie met deelname aan evenementen.

Commerciële evenementen vs. Verenigingsevenementen

Volgens het vergunningsbeleid mogen evenementen naast elkaar bestaan.

- ▶ Als er twee evenementen gelijktijdig plaatsvinden zorgt de gemeente voor verbinding tussen de evenementen.

Cijfers



Gezond bewegen

16%

van de jongeren uit de regio Noord-Limburg voldoet aan de beweegrichtlijn.

53%

van de volwassenen in gemeente Beesel voldoet aan de beweegrichtlijn.



Sportvereniging

76%

van de jongeren in Limburg Noord sport wekelijks bij een vereniging of andere sportaanbieder

43%

van de volwassenen uit de gemeente Beesel is lid van een sportvereniging.



Sporten

76%

van de jongeren sport minimaal 1 keer per week in clubverband. 72% van de jongeren sport/beweegt minimaal 1 keer per week buiten clubverband (fietsen, hardlopen, voetbal op straat, skeeleren, et cetera).
Cijfers: Jeugdmonitor 2021 Noord-Limburg

45%

van de volwassenen uit de gemeente Beesel sport minimaal 1 keer per week.



Iedereen Kan Sporten (IKS)

6

deelnemers aan de PSW wandelgroep (in samenwerking met WSC de Solberg) in 2022.

2

deelnemers aan de X-triathlon uit de gemeente Beesel in 2022.

4

bewegmakelaarsvragen uit de gemeente Beesel. Dit heeft onder andere geleid tot plaatsing bij scouting en rolstoeldansen in 2022.

6

aanbieders aangepast sportaanbod in 2022.



Overgewicht

13%

van de jongeren uit de regio Noord-Limburg heeft overgewicht.
Cijfers: Jeugdgezondheidszorg

53%

van de volwassenen uit de gemeente Beesel heeft te maken met overgewicht inclusief Obesitas.



Cool & Talenttoer

85

deelnemers sinds de start van Cool medio 2019.

100

deelnemers aan de Talenttoer in de zomer van 2022.



Gezonde voeding

31%

van de jongeren uit de regio Noord-Limburg voldoet aan de fruitnorm. 48% aan de groentenorm.

37%

van de volwassenen uit de gemeente Beesel voldoet aan de fruitnorm. 25% aan de groentenorm.



MQ scan Triolier

17%

van de leerlingen scoorden onder gemiddeld op 20 februari 2020.

10%

van de leerlingen scoorden onder gemiddeld op 28 maart 2022.



Beeldscherm

58%

van de jongeren uit de regio Noord-Limburg kijkt 3 uur of meer per dag naar een beeldscherm.

Op bijna alle cijfers scoren inwoners met een lager opleidingsniveau substantieel slechter dan mensen met een hoger opleidingsniveau



Peuter 4 daagse

225

peuters namen deel aan de eerste editie van de Peuter 4 daagse in 2022.

23

pedagogische medewerkers en 3 gastouders namen deel aan de eerste editie in 2022.



SAMEN SPORTEN!
Wij ROOKVRIJ!



ROOK
MAAKT



Gemeente
Beesel
Gewoon anders