



SPORT- EN PREVENTIEAKKOORD

2023-2026



**Samen werken
aan een sportief
en gezond leven in
Elspeet, Hulshorst,
Nunspeet en
Vierhouten!**



Voorwoord

Enthousiast!

Lichamelijk en ook geestelijk gezond zijn is heel belangrijk. Met het sport- en preventieakkoord werken we samen enthousiast aan onze gezondheid. In de gemeente Nunspeet vinden we het belangrijk dat iedereen mee kan doen en zich kan ontwikkelen. Meedoen begint vaak met gezondheid. Wanneer we beter in ons vel zitten, hebben we meer zin om mee te doen, ons te ontwikkelen en ons te verbinden met anderen.

In onze gemeente zijn er heel veel mogelijkheden om actief te werken aan een gezonde leefstijl. We hebben gezien dat er veel creatieve ideeën zijn ontstaan de afgelopen jaren. Het is goed de ruimte te geven aan activiteiten en ideeën van iedereen. Het sport- en preventieakkoord is van ons allemaal.

Iedereen mag zelf bepalen, kiezen en ontdekken wat een gezonde leefstijl is. Zodoende kunnen van elkaar leren en anderen weer stimuleren. Een goed idee is vaak het begin van iets moois. Helemaal als het vervolgens samen verder uitgewerkt wordt. Want met elkaar aan een betere gezondheid werken helpt. Kijk maar eens naar de enthousiastelingen die al bezig zijn met sport en preventie. Velen hebben het sport- en preventieakkoord al omarmt.

Ons hart gaat alvast sneller kloppen van enthousiasme. Want het sport- en preventieakkoord brengt verandering in beweging. Het stimuleert de kracht van de samenleving, zodat steeds meer mensen mee kunnen doen en zich kunnen ontwikkelen.

Mark van de Bunte, wethouder sport en bewegen
Jennifer Elskamp, wethouder sociaal domein en onderwijs

Colofon

Uitgave

Dit akkoord is tot stand gekomen dankzij de actieve bijdragen van tientallen inwoners, ondernemers en organisaties uit sport, welzijn, gezondheid, zorg, politiek, gemeente, onderwijs en kinderopvang.

Procesbegeleider

Opstellen W.H.A. Huisman,
De Verbindelaar

Coördinator Sport en
Preventie, Gemeente Nunspeet,
Beleidsmedewerksport,
Eline Nagelholt
(e.nagelholt@nunspeet.nl)

Vormgeving

Door Suus
info@doorsuus.nl

Meer weten?

Voor ondersteuning bij of vragen over het Sport- en Preventieakkoord kunt u terecht bij de kerngroep via info@nunspeetsportiefengezond.nl

Met dank aan iedereen die een bijdrage heeft geleverd aan de totstandkoming van dit akkoord.
© Nunspeet, juni 2023

Alle informatie over het akkoord staat op:
www.nunspeetsportiefengezond.nl

03 Inleiding

04 Aanleiding

05 Teamwork

Kerngroep
Adviseur lokale sport
Coördinator Sport en Preventie
Levend akkoord

07 Uitwerking per thema

1. Gezonde leefstijl
2. Terugdringen middelengebruik
3. Mentale gezondheid (Lekker in je vel)
4. Meedoen in sport en samenleving
5. Jeugd vaardig in beweging
6. Toekomstbestendige sportaanbieders
7. Ruimte voor sport en bewegen

16 Uitvoering

Vernieuwd akkoord
Communicatie
Monitoring en evaluatie

17 Partners en ambassadeurs

Bijlage 1

Samen aan de slag



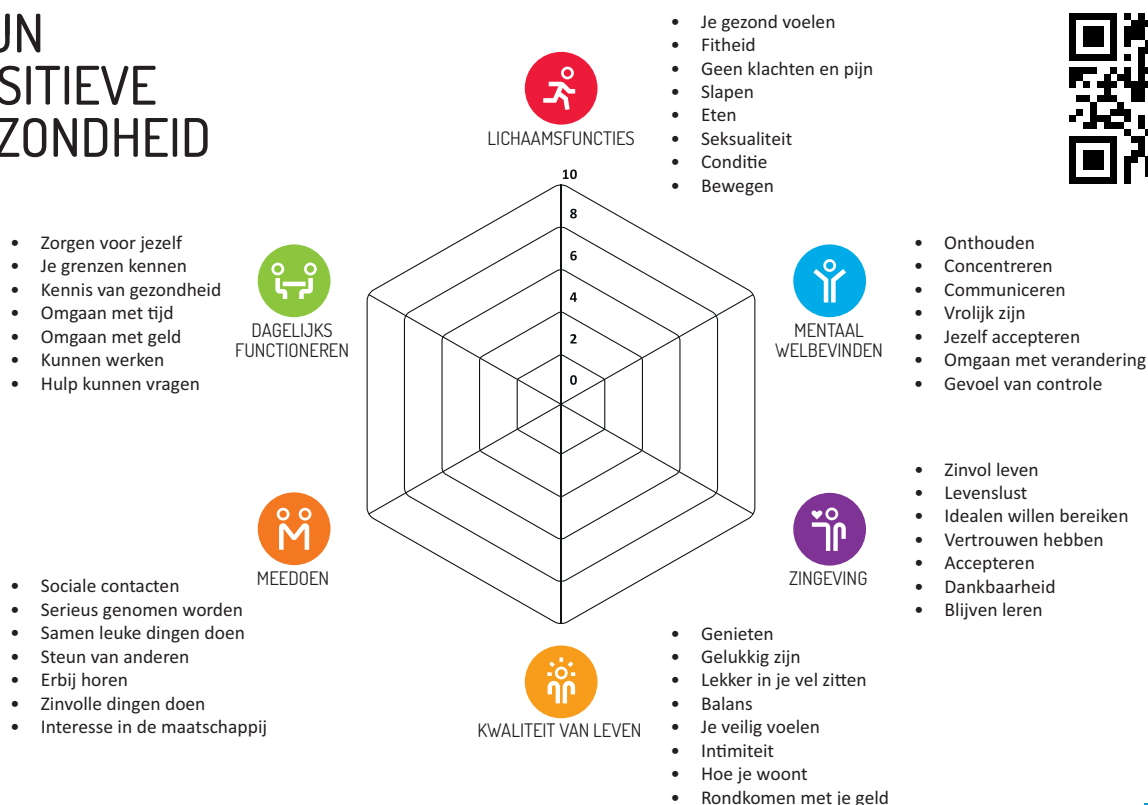
Inleiding

In de gemeente Nunspeet is in 2020 een lokaal Sport- en Preventieakkoord afgesloten. Nunspeet was één van de eerste gemeente die het sportakkoord al combineerde met het preventieakkoord. Een logische stap: sport en beweging graat onlosmakelijk bij aan gezondheidswinst en helpt bij persoonlijke ontwikkeling. Door sport en beweging zit je lekkerder in je vel, versterk je weerbaarheid, groeit je zelfvertrouwen en daarmee nemen je kansen in de samenleving toe. Het akkoord is ondertekend door partners uit o.a. sport, welzijn, zorg, onderwijs en ondernemers. Met het lokale Sport- en Preventieakkoord wordt tot en met 2026 verder ingezet op een sportiever en gezonder leven in de Gemeente Nunspeet.

Positieve gezondheid

In de gemeente Nunspeet kijken we naar preventie vanuit positieve gezondheid, een begrip van onderzoeker en voormalig huisarts Machteld Huber. Positieve gezondheid gaat over het vermogen van een patiënt zich aan te passen en eigen regie te voeren in het licht van de sociale, fysieke en emotionele uitdagingen van het leven. Gezondheid kun je zien als een samenspel van zes pijlers: fysiek functioneren, mentaal welbevinden, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen en dagelijks functioneren.

MIJN POSITIEVE GEZONDHEID



Aanleiding

In 2022 is een nieuw landelijk Sportakkoord opgesteld door het ministerie van VWS, VSG/VNG, NOC*NSF en nieuwkomer POS (Platform Ondernemende Sportaanbieders) onder de naam 'Sport versterkt'. Dit akkoord is gesloten voor de periode 2023 tot en met 2026. De zes ambities uit het Nationale Sportakkoord II kunnen vertaald worden naar de lokale situatie in de gemeente Nunspeet. Vanuit het landelijke nieuwe sportakkoord is er een vertaalslag gemaakt naar dit nieuwe gecombineerde sport- en preventieakkoord.

Om te komen tot het herijkte sport- en preventieakkoord is gekozen om samen met de kerngroep lokaal sport- en preventieakkoord twee brede bijeenkomsten te organiseren.

Op 30 mei en 8 juni 2023 hebben 34 deelnemers van o.a. sport- en beweegaanbieders en maatschappelijk organisaties uit o.a. zorg, onderwijs en welzijn deelgenomen aan de werkbijeenkomsten.

Tijdens de twee bijeenkomsten is de volgende werkwijze gehanteerd:

- als eerste zijn de deelnemers meegenomen in doelen en ambities herijking Sportakkoord II;
- vervolgens zijn thema's en acties uit het sport- en preventieakkoord 2020-2023 in beeld gebracht;
- daarna konden deelnemers aangeven welke thema's en acties uit het huidige sport- en preventieakkoord een vervolg dienen te krijgen;
- ten slotte zijn gewenste nieuwe thema's en acties voor het herijkte sport- en preventieakkoord opgehaald.



Met de uitkomsten van de twee bijeenkomsten is dit herijkte sport- en preventieakkoord tot stand gekomen.

Toekomstvisie: Gemeente Nunspeet Sportief en Gezond

Met de uitvoering van de plannen uit dit akkoord houden we een beweging in Elspeet, Hulshorst, Nunspeet en Vierhouten op gang en bouwen we een netwerk waarin maatschappelijke organisaties, sportaanbieders, onderwijs en bedrijfsleven zich samen sterk maken voor gezondheidswinst van alle inwoners van de gemeente Nunspeet.

Teamwork

Kerngroep

De kerngroep lokaal sport- en preventieakkoord bestaat naast ambassadeurs per thema uit professionals vanuit Stichting Welzijn Nunspeet, Sportbedrijf Nunspeet, het onderwijs en gemeente Nunspeet. Huisartsencoöperatie Medicamus en GGD Noord- en Oost-Gelderland maken ook onderdeel uit van deze kerngroep, maar vervullen een adviserende en verbindende rol.

De kerngroep is verantwoordelijk voor een goede uitvoering binnen de thema's van het sport- en preventieakkoord. Deze groep helpt en adviseert de initiatiefnemers bij het opstellen van een plan en eventueel bij de uitvoering en het vinden van een co-financiering of subsidie. Besluitvorming over verdeling van de middelen ligt eveneens bij de kerngroep. Meer hierover lees je op de website www.nunspeet.nl/sportiefengezond.

De kerngroep zal initiatiefnemers vragen om hun idee zoals genoemd in dit akkoord verder uit te werken in een concreet plan met begroting, waarna de kerngroep de definitieve verdeling van middelen maakt. Idee-eigenaren of initiatiefnemers kunnen uiteraard nog meer mensen en partijen betrekken bij hun plan.

Adviseur lokale sport

De adviseur lokale sport wordt vanuit het Sportakkoord II nog meer een sparringpartner en verbindende schakel binnen het lokale sportnetwerk. In samenwerking met de kerngroep en coördinator Sport en Preventie worden de ambities uit het sportakkoord II vormgegeven.



Coördinator Sport en Preventie

Tijdens de uitvoering van de acties uit het herijkte sport- en preventieakkoord wordt ook de verbinding gemaakt met het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA). Een belangrijke rol om deze verbindingen te leggen, is de inzet van de coördinator Sport en Preventie binnen de gemeente Nunspeet. Deze rol wordt vanuit de gemeente Nunspeet ingevuld. Contactgegevens van de coördinator Sport en Preventie staan op pagina 1 onder het colofon.

Levend akkoord

Dit akkoord bevat ideeën die de eerste stappen zijn naar een meer gezonde en actieve leefstijl voor inwoners in de gemeente Nunspeet. Het kan zijn dat bepaalde ideeën uit dit akkoord om welke reden dan ook niet van de grond komen of dat er over enige tijd nieuwe initiatieven zich aandienen die ondersteuning verdienen. Dit akkoord is een leidraad voor de kerngroep, maar ook een levend document om te kunnen inspelen op nieuwe ontwikkelingen. We staan ook open voor nieuwe ideeën die aansluiten bij de thema's uit dit akkoord.



Uitwerking per thema

Binnen het sport- en preventieakkoord van de gemeente Nunspeet staan zeven thema's centraal. Deze thema's zijn samen met sport- en beweegaanbieders en maatschappelijke organisaties verder uitgewerkt tot acties. De zeven centrale thema's zijn:

1. Gezonde leefstijl
2. Terugdringen middelengebruik
3. Mentale (lekker in je vel)
4. Meedoen in sport en samenleving
5. Jeugd vaardig in beweging
6. Toekomstbestendige sportaanbieders
7. Ruimte voor sport en bewegen



1. Gezonde leefstijl

Gezond leven doen mensen op de plek waar ze wonen, werken, sporten, spelen, recreëren en leren. Sport en beweging draagt voor een groot deel bij aan een gezonde leefstijl. Gezondheid kun je breed opvatten: het gaat over persoonlijk welbevinden op alle facetten: fysiek, emotioneel en mentaal en op het niveau van zingeving (positieve gezondheid).

Gezond leven wordt eenvoudiger wanneer we het maken van gezonde keuzes makkelijker maken en vaardigheden die daarvoor nodig zijn ontwikkelen en versterken. Mensen met een gezond gewicht hebben minder risico op onder meer diabetes, hart- en vaatziekten, aandoeningen van het bewegingsstelsel, verminderde vruchtbaarheid en psychische problemen.

Waar zetten wij op in met het Sport- en Preventieakkoord?

'Simpele' beweging aanbieden

Het opstarten van wandelgroepen in de kernen. Probeer duurzame verbindingen te maken. Activiteiten opstarten in samenspraak met huidige sport- en beweegaanbieders of sluit aan bij bestaande initiatieven zoals de Nationale Diabetes Challenge.

Deze partijen zijn al enthousiast over het idee:

- Ellen Drost (Powerwalkingclub Nunspeet)
- Fysiotherapie & ergotherapie Louwen/Muilwijk
- Hart in beweging
- Zorgplein De Enk / Medicamus
- Sportbedrijf Nunspeet - Team Nunspeet Beweegt
- Patrick Compter (Special Heroes Nederland)

Blijven sporten na Gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI)

Huisartsen geven mensen met overgewicht de gelegenheid om onder deskundige begeleiding in groepsverband een leefstijlprogramma te volgen waarin de focus ligt op een duurzame gedragsverandering. Hierbij is veel aandacht voor gezonde voeding en voldoende bewegen (gecombineerde leefstijlinterventie). Dit is landelijk beleid en wordt gefinancierd vanuit de zorgverzekering.

We willen eraan werken dat meer mensen die een GLI-traject hebben gevolgd lid worden van een sportvereniging.. Nunspeet Beweegt helpt verbinden, maar ziet kansen in het stimuleren en enthousiasmeren van mensen om het tweejarige GLI-traject te volgen. Op die manier kunnen we een grote groep in beweging krijgen. Daar is eerst bekendheid, bewustwording en motivatie voor nodig.

Deze partijen zijn al enthousiast over het idee!

- Ellen Drost (BE-leefstijl)
- Fysiotherapie & ergotherapie Louwen/Muilwijk
- Stefan de Weerd (Sportbedrijf Nunspeet)
- Engelen Bosman (Medicamus)

Verkenning Gecombineerde Leefstijlinterventie voor kinderen

De Gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI) is een programma voor de behandeling van overgewicht bij volwassenen. Deelnemers werken aan hun leefstijl, gezondere eetgewoonten en duurzame gedragsverandering. Het doel is overgewicht te verminderen. Het idee is om een dergelijk programma aan te bieden voor kinderen met overgewicht.

Maak hier ook de verbinding met het Gezond actief leven akkoord (GALA). Er bestaan verschillende interventies, zoals Cool2Bfit 8-13 jaar en B-fit. Goed om ook het CJG hierin te betrekken. Voor een overzicht van interventies: <https://interventies.loketgezondleven.nl/interventieoverzicht2/Overgewicht>.

Deze partijen zijn al enthousiast over het idee:

- Stefan de Weerd (Sportbedrijf Nunspeet)
- GGD Noord- en Oost-Gelderland (advies en ondersteuning mogelijk)
- Engelen Bosman (Medicamus)
- Patrick Compter (Special Heroes Nederland)
- Gemeente Nunspeet

Het verzorgen van voorlichting over gezonde voeding en leefstijl

Zorgen voor onze gezondheid begint bij onszelf. Voorlichting kan helpen om goed met onze gezondheid om te gaan. Wanneer we ouder worden, verandert er veel in het leven en ontstaan nieuwe vragen over gezondheid. Maak voor senioren ook een koppeling met bewegen en ontmoeten. Bijvoorbeeld vanuit het thema valpreventie en balans-training. Maak hier ook de verbinding met het Gezond actief leven akkoord (GALA).

Maatwerk

Vanuit dagbestedingstrajecten kan een koppeling gemaakt worden met voorlichting over voeding en bewegen. Bied voorlichting op maat aan, bijvoorbeeld voor mensen met een verstandelijke beperking, woongroepen, statushouders en voor het speciaal onderwijs.

Deze partijen zijn al enthousiast over het idee:

- Sportbedrijf Nunspeet - Team Nunspeet Beweegt
- GGD Noord- en Oost-Gelderland (advies en ondersteuning mogelijk)
- Stichting Welzijn Nunspeet
- Patrick Compter (Special Heroes Nederland)

2. Terugdringen middelengebruik

Middelengebruik begint meestal met experimenteel gebruik van bijvoorbeeld alcohol, tabak of cannabis. Experimenteel gebruik kan overgaan in geregeld gebruik waarbij het middel wordt gebruikt om bijvoorbeeld met stress om te gaan. Wanneer de gewenste effecten bereikt worden, kan dit leiden tot herhaald gebruik en verslaving.

Bij de uitvoering van de acties binnen dit thema sluit de Opgroeien in een Kansrijke Omgeving (OKO) aanpak goed aan. Deze aanpak helpt gemeenten om op basis van cijfers over de lokale jeugd te werken aan gezonde en gelukkige jongeren en om te voorkomen dat zij alcohol of drugs gebruiken of roken. De aanpak wordt door de gemeente uitgevoerd, samen met partners uit de gemeente die betrokken zijn bij opgroeiende jeugd.

Roken

We willen stimuleren dat inwoners van de gemeente Nunspeet stoppen met roken en voorkomen dat jongeren er aan beginnen. Onderzoek wijst uit dat succesvolle ontmoediging bestaat uit een combinatie van maatregelen: prijsverhoging, een rookvrije omgeving, ondersteuning bij het stoppen met roken en campagnes. Roken is de belangrijkste risicofactor voor gezondheidsproblemen in Nederland. Roken verhoogt de kans op verschillende soorten kanker, COPD en hart- en vaatziekten. Het inademen van tabaksrook uit de omgeving (passief roken of meeroken) veroorzaakt ook gezondheidsschade.

Alcohol

Het nuttigen van alcohol is nog steeds breed geaccepteerd, maar de scheidslijn tussen een gezellig drankje en problematisch drinken is dun. Te vaak en te veel alcohol drinken hangt nauw samen met de drinkcultuur, sociale norm en persoonlijke situatie (zoals eenzaamheid, verlies van een dierbare en stress). Er moet een trend komen waarbij de keuze om alcohol te drinken een meer bewuste keuze is en waarbij mensen weten wat de gezondheidseffecten zijn.

Drugsgebruik

Bekende vormen van drugs zijn cannabis en xtc. Er zijn tegenwoordig allerlei nieuwe drugs die nog onbekend zijn zoals lachgas of 3mmc. Nog niet iedereen kent voldoende de schadelijke werking van deze populaire drugs.



Waar zetten wij op in met het Sport- en Preventieakkoord?

Lokale activiteiten bij landelijke campagnes Ik Pas, NIX18 en Stoptober

Gemeente Nunspeet neemt deel aan diverse landelijke campagnes. Het zou goed en slim zijn om de landelijke campagnes meer te koppelen aan lokale acties. Bijvoorbeeld de NIX18 brief die ouders krijgen als hun kind 18 wordt, kun je aanpassen met lokale acties en partijen (samen met bijv. Straathoekwerk).

Deze partijen zijn al enthousiast over het idee:

- GGD Noord- en Oost-Gelderland (advies en ondersteuning mogelijk)
- Gemeente Nunspeet
- Arjan van Roon (Tactus)
- SPCJ-Radix

Openbare plekken rookvrij maken

In navolging van de landelijke campagne 'Rookvrije Generatie' willen we in de gemeente Nunspeet steeds meer openbare plekken rookvrij maken. We gaan verkennen welke mogelijkheden er zijn.

Deze partijen zijn al enthousiast over het idee:

- Gemeente Nunspeet
- GGD Noord- en Oost-Gelderland (advies en ondersteuning mogelijk)



3. Mentale gezondheid (Lekker in je vel)

Mentale gezondheid is gezondheid van je geest. Als je aan gezondheid denkt, denk je al snel aan je lijf, aan je conditie, je fysieke gesteldheid. Als je fitter wil zijn ga je meer bewegen, vroeger naar bed, stoppen met roken en gezonder eten. Maar de verzorging van je geest is net zo belangrijk. Als je niet alleen lekker in je vel, maar ook lekker in je hoofd zit, functioneer je beter, sta je positiever in het leven, heb je minder last van stress en ben je problemen beter de baas.

Een aantal dingen helpt om mentaal gezond te blijven: zin geven aan je leven, doelen stellen, positief denken, vriendschappen onderhouden, plezier maken en niet piekeren, problemen aanpakken en gezond eten en voldoende (water) drinken. Meer kun je hierover lezen op mentaalvitaal.nl.

Waar zetten wij op in met het Sport- en Preventieakkoord?

Maatjesproject uitbreiden

Uitbreiding van het huidige Maatjesproject (Stichting Welzijn Nunspeet en Het Venster). Het is belangrijk om dit meer te richten op jongeren (leeftijden met elkaar verbinden), om van het huidige imago (voor ouderen en mensen met een beperking) af te komen. Dus vlotter, hipper en aansprekender. En het mag ook aantrekkelijk gepresenteerd worden voor mensen met diverse achtergronden en culturen, man en vrouw, individuen of gezinnen (steungezinnen). Het maatjesproject is ook uit te breiden naar andere sectoren, door samenwerking met sport, cultuur en onderwijs. Het maatjesproject kan gekoppeld worden aan steungezinnen, burenhulp en beweegmaatjes. Zoek hierbij ook de verbinding met het 'Financieel Trefpunt Nunspeet', mentale gezondheid heeft ook te maken met de financiële situatie van mensen.

Deze partijen zijn al enthousiast over het idee:

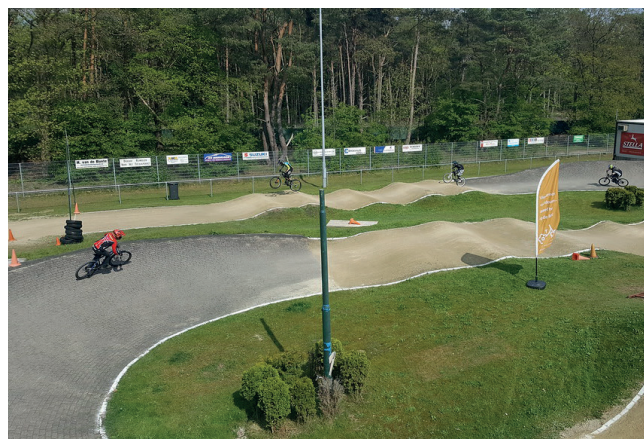
- Noah Koning (Stichting Welzijn Nunspeet)
- Stichting Buiten Sociaal
- Willyjanne Beelen (Het Venster)
- SPCJ-Radix

Sport en bewegen strippenkaart

Verkennen of er behoefte is aan een 'vakantiespelen strippenkaart' die zowel individueel als in groepsverband gebruikt kan worden om te sporten en te bewegen. Denk hierbij aan een vast vakantiespelen sportprogramma maar ook kenningsmakingslessen bij (commerciële) sport- en beweegaanbieders.

Deze partijen zijn al enthousiast over het idee:

- Patrick Compter (Special Heroes Nederland)



4. Meedoen in sport en samenleving

Iedereen in de gemeente Nunspeet zou een leven lang plezier aan sporten mogen beleven. Ongeacht leeftijd, lichamelijke of geestelijke gezondheid, etnische achtergrond (denk ook aan statushouders), seksuele geaardheid, sociale positie of financiële situatie.

Door sport en beweging kunnen mensen hun zelfvertrouwen ontwikkelen of hervinden, hun talenten ontdekken en zichzelf op allerlei vlakken ontwikkelen. Het bevordert sociale binding en contacten, vergroot het welbevinden en is soms zelfs een bron van zingeving: allemaal aspecten van positieve gezondheid. Er gebeurt al behoorlijk wat op dit gebied. De plannen in dit akkoord zijn een mooie aanvulling en uitbreiding, waarbij er vooral veel enthousiasme is ontstaan om Better2gether naar Nunspeet te halen.

Waar zetten wij op in met het Sport- en Preventieakkoord?

Training omgaan kwetsbare groepen

Het is belangrijk dat iedereen kan meedoen in sport en samenleving. Daarom is het van belang om te leren hoe om te gaan met kwetsbare groepen, maar ook om de doelgroepen betrokken en enthousiast te houden. Dit kan bijvoorbeeld door het trainen van trainers, coaches en vrijwilligers. Voorbeelden zijn trainingen over de omgang met mensen met een verstandelijke of lichamelijke beperking, dementie of gedragsproblemen.

Deze partijen zijn al enthousiast over het idee:

- Sportbedrijf Nunspeet-Team Nunspeet Beweegt
- Adviseur lokale sport
- Servicepunt Vrijwilligers Nunspeet
- Patrick Compter (Special Heroes Nederland)

Vacaturebank sportbegeleiders

Het verkennen van een vacaturebank voor sportbegeleiders die met kwetsbare doelgroepen kunnen werken, o.a. mensen met een verstandelijke of lichamelijke beperking, dementie of gedragsproblemen. Dit kan een 1 op 1 begeleiding zijn of in groepsverband. Hierbij wordt vraag en aanbod bij elkaar gebracht. Maak hierbij de verbinding met het Servicepunt Vrijwilligers Nunspeet.

Deze partijen zijn al enthousiast over het idee:

- Servicepunt Vrijwilligers Nunspeet
- Sportbedrijf Nunspeet
- Stichting Buiten Sociaal

Toeleiden en verleiden naar sport- en beweegaanbieders

1. Samenwerking zoeken met de eerstelijnszorg partijen om inwoners toe te leiden naar sport- en beweegaanbieders.
2. Jongeren verleiden naar sport- en beweegaanbieders. Voorbeeld project is ShuffleSports: (Met het nieuwe concept ShuffleSports willen scholen, sportbonden, gemeenten en NOC*NSF inactieve vmbo-jongeren in beweging krijgen. Trampoline-fitness of obstacle-voetbal: door twee sporten met elkaar te combineren wordt tegemoet gekomen aan de sportbehoefte van deze doelgroep, die afwisseling en samen sporten belangrijker vindt dan de allerbeste willen zijn.
3. In samenwerking met het speciaal onderwijs leerlingen toeleiden naar verenigingen via kennismakingstrajecten. Zowel naar sportverenigingen als cultuurorganisaties.

Deze partijen zijn al enthousiast over het idee:

- Patrick Compter (Special Heroes Nederland)
- Sportbedrijf Nunspeet-Team Nunspeet Beweegt
- Engelen Bosman (Medicamus)
- Gemeente Nunspeet
- Stichting Buiten Sociaal

5. Jeugd vaardig in beweging

Spelen en bewegen is minder vanzelfsprekend geworden in het dagelijkse leven van kinderen. Onderzoekers stelden in 2016 vast dat de meeste kinderen van 4 tot 11 jaar maar drie tot zeven uur per week buiten spelen en dat de bewegingsvaardigheid van kinderen minder is dan in 2006. De oorzaken daarvan zijn verschillend: digitalisering, verstedelijking, minder bewegingsonderwijs en te weinig veilige speelplekken. Ook terughoudendheid en een voorzichtige houding van veel ouders en verzorgers bij het buitenspelen speelt een rol.

Kinderen en volwassenen zijn minder motorisch vaardig en minder fit. Door technologische ontwikkelingen als mobiele telefoons, spelcomputers en digitale media groeien kinderen op in een andere beweegcultuur, waarin het buiten spelen geen hoofdrol meer speelt. Kinderen sporten minder en zitten vaker. Zij missen het plezier in bewegen. Kinderen stoppen eerder met sport en zijn ook op latere leeftijd minder gemotiveerd om te bewegen.

Veelzijdig bewegen

Voor een gezonde en kwalitatieve ontwikkeling is het goed om zo veel mogelijk verschillende basisvaardigheden binnen sporten, spelvormen, oefenvormen en activiteiten te doen. Dit zorgt voor betere prestaties, minder blessures, meer creativiteit en meer plezier in sport en bewegen.



Waar zetten wij op in met het Sport- en Preventieakkoord?

Verenigingen meer op school actief

Verenigingen geven op scholen clinics en gastlessen tijdens de gymnastieklessen. Programmering goed afstemmen op gymnastiekrooster van de scholen.

Deze partijen zijn al enthousiast over het idee:

- Martijn Termaat (Sportbedrijf Nunspeet)

- Martijn van de Weerd (CNS Nunspeet)

Meer bewegen tussen- en naschools aanbod

Basisscholen stimuleren om in te zetten op een extra beweegmoment per dag. Bijvoorbeeld door middel van pauze-sport 15 minuten tussen de middag bewegen onder begeleiding van een (gym)docent. Een andere variant hierop is direct na schooltijd aanbieden van een extra beweegmoment via een (gym)docent.

Deze partijen zijn al enthousiast over het idee:

- CNS Nunspeet

Motorische screening leerlingen groep 2

Om het motorisch niveau en de eventuele achterstanden van kleuters te bepalen zijn er door middel van (wetenschappelijke) onderzoeken een aantal beweegnormen vastgesteld. Uiteraard is er bij normen altijd een grijs gebied en kan er van normen worden afgeweken, maar het is wel fijn een algemeen beeld te hebben van de 'gemiddelde' ontwikkeling van kleuters. De testen zelf dienen altijd te worden afgenomen door een deskundige.

Deze partijen zijn al enthousiast over het idee!

- CNS Nunspeet

6. Toekomstbestendige sportaanbieders

De bedoeling is dat verenigingen en andere aanbieders hun waardevolle taak kunnen blijven vervullen om zoveel mogelijk mensen met plezier te laten sporten en bewegen. Daarvoor is een eerste vereiste dat aanbieders hun financiële en organisatorische basis op orde hebben. Van daaruit kunnen ze zich richten op aanbod passend bij de hedendaagse sporter.

We willen aanbieders van sport en bewegen toekomstbestendig maken zodat sport en bewegen voor iedereen toegankelijk en bereikbaar blijft. Niet iedere sportaanbieder weet nu in te spelen op ontwikkelingen als vergrijzing, individualisering en digitalisering. Niet verrassend wat dat betreft dat sportverenigingen opperden om meer samen te werken en van elkaar te leren. In de gemeente Nunspeet bestaat nog geen sportplatform of netwerk, maar mogelijk is daar wel behoefte aan. We gaan onderzoeken of dit breed gedeeld wordt.

Binnen de regio Noord-Veluwe gaan we aan de slag met een clubadviesplatform voor de clubadviseurs van gemeenten, bonden, Platform Ondernemende Sport (POS) en bijvoorbeeld Rabo Clubsupport. Tijdens de bijeenkomsten van dit platform kunnen zij elkaar ontmoeten, kennis uitwisselen en waar mogelijk samenwerken. Onder leiding van onze adviseur lokale sport wordt dit platform opgezet gedurende de looptijd van Sportakkoord II. De focus zal hierbij liggen op de samenwerking van gemeentelijke clubadviseurs onderling, en met die van de bonden en POS. Aan de 'één loket gedachte' wordt invulling gegeven door binnen elke gemeente een clubadviseur aan te wijzen (voor zover die er nog niet is) die als eerste aanspreekpunt voor clubs fungeert. Waar nodig stemt deze af met de bonden en POS. Hierbij houden we ook ruimte voor clubs om één-op-één met hun bond of de POS af te stemmen. Het streven is wel dat de gemeente hiervan altijd op de hoogte wordt gehouden. En visa versa.

Waar zetten wij op in met het Sport- en Preventieakkoord?

Lokaal sportplatform voor sportaanbieders

Een netwerk om kennis en ervaring uit te wisselen en meer samen te werken. Samenbrengen van bestaand sport-beweegaanbod, één aanspreekpunt voor en met de gemeente, en belangenbehartiging.

Deze partijen zijn al enthousiast over het idee:

- Stefan de Weerdt (Sportbedrijf Nunspeet)
- Annemarie van Deelen (Sportbedrijf Nunspeet)
- Gemeente Nunspeet
- Adviseur lokale sport (namens de gezamenlijke sportbonden, NOC*NSF en NL Actief)

Sociaal veilige sport

Wij willen dat iedereen veilig en met plezier kan sporten. Hiermee wordt het fundament van de sport verstevigd. Samen met sport- en beweegaanbieders inventariseren we welke ondersteuningsbehoefte er is in Nunspeet. Onderwerpen die tijdens de bijeenkomsten zijn besproken waren; verklaring omtrent gedrag (VOG), clubkadercoach (inzet sportprofessional), Positief Coachen en vertrouwenscontactpersoon.

Deze partijen zijn al enthousiast over het idee:

- Sportbedrijf Nunspeet-Team Nunspeet Beweegt
- Gemeente Nunspeet
- Adviseur lokale sport (namens de gezamenlijke sportbonden, NOC*NSF en NL Actief)

7. Ruimte voor sport en bewegen

Van de verschillende typen sportaccommodaties is de openbare ruimte het meest populair en het snelst groeiend in gebruik. Om nog meer mensen de gelegenheid te geven actief naar buiten te gaan om te bewegen en te sporten is het belangrijk om de openbare ruimte beweegvriendelijk en veilig in te richten. Denk daarbij aan fiets-, mountainbike en wandelroutes, buitenfitness, maar ook trapveldjes of een skatebaan.



Waar zetten wij op in met het Sport- en Preventieakkoord?

Educatie Wandelpad

1. Wandelknooppuntennetwerk met o.a. startplekken vanuit de kernen met onderweg bankjes.
2. Routes met fitnessapparaten, watertappunten, wifi-punten + spelvorm met QR codes met instructies (digitaal) en sanitaire voorzieningen.
3. Startplekken voor laagdrempelige activiteiten (wandelen, fietsen). Ook transferium kan een startplek zijn. Eventueel wandelroutes met bankjes (voor ouderen).
4. Onderzoeken of er mogelijkheden zijn voor opslag van sport- en spelmaterialen van sport- en beweegaanbieders (zoals: Running Nunspeet, bootcamp, powerwalking etc.) op het transferium.

Deze partijen zijn al enthousiast over het idee:

- Hendrik Jan Borsboom (Outdoorcentrum)
- Ellen Drost (Powerwalkingclub Nunspeet)
- Alieke Beukers (MHC Nunspeet)
- Stichting Buiten Sociaal
- Running Nunspeet
- Gemeente Nunspeet

Beweegpark en Beweegroute

Bij het nieuwe sportcomplex op sportpark De Wilsangh komt een ontmoetingsplein. Vanuit het sportpark is het idee om een beweegroute naar de wijk/door het dorp te maken. Zo kan jong en oud laagdrempelig, gratis sporten en bewegen. Ook beweeg- en wandelgroepen kunnen de route gebruiken.

Deze partijen zijn al enthousiast over het idee:

- Annemarie van Deelen (Sportbedrijf Nunspeet)
- Jessica Mons (Maatschappelijk werker Stimenz)
- Gemeente Nunspeet
- Woutje Mulder (Stichting Mozaïek)
- Stichting Welzijn Nunspeet
- Stichting Buiten Sociaal

Activeren van inwoners om te bewegen in de openbare ruimte

Op een laagdrempelige manier inwoners verleiden om via startersgroepjes in beweging te komen in de openbare ruimte. Running Nunspeet heeft hier goede ervaringen mee. Mensen vinden het fijn om met gelijkgestemden te bewegen en daarnaast nieuwe mensen te ontmoeten.

Deze partijen zijn al enthousiast over het idee:

- Running Nunspeet
- Stichting Buiten Sociaal
- Ellen Drost (Powerwalkingclub Nunspeet)

Uitvoering

Vernieuwd akkoord

De herijking van het sport- en preventieakkoord Nunspeet is een mooi moment om nieuwe energie toe te voegen aan de gezamenlijke beweging die in 2020, 2021 en 2022 is gestart. Dit lokaal sport- en preventieakkoord geeft een extra impuls aan sporten, bewegen en een gezonde leefstijl in de gemeente Nunspeet. Met de betrokken partners gaan we per thema aan de slag om vervolg te geven aan de gemaakte afspraken. De partners die enthousiast zijn over het idee zijn gezamenlijk verantwoordelijk voor de uitvoering

Communicatie

De werkgroep neemt het voortouw om kleine en grote successen te delen via social media, via het organiseren van bijeenkomsten en via de website <https://www.nunspeet.nl/sportiefengezond>.

Monitoring en evaluatie

Van belang is om de betrokkenheid en het eigenaarschap bij partners hoog te houden. Iedereen is zelf verantwoordelijk voor zijn of haar actie. Jaarlijks houden we minimaal twee bijeenkomsten (thema voor het lokaal sportplatform) die in het teken staan van het lokaal sport- en preventieakkoord. Hierbij blikken we terug en kijken we vooruit. We bepalen gezamenlijk nieuwe focusgebieden en speerpunten. Regelmatig worden partners bijgepraat over relevante ontwikkelingen en resultaten van het lokaal sport- en preventieakkoord.



Partners en ambassadeurs

Het lokale Sport- en Preventieakkoord wordt gesteund door twee groepen: partners en ambassadeurs. Partners zijn lokale sportclubs, zorg- en welzijnsorganisaties en individuen die het akkoord hebben ondertekend. Zij hebben zich verbonden aan de doelen en thema's in het akkoord en laten hiermee hun steun zien. Nieuwsgierig wie dit allemaal zijn? Dit is terug te lezen op onze website. Wie dit akkoord tekent, zegt actief en naar vermogen bij te dragen aan het verwezenlijken van de ideeën. De een doet dit met de uitvoering van een activiteit, de ander door mee te denken in het proces. Alle bijdragen, groot en klein in de vorm van persoonlijke inzet, beschikbaar stellen van faciliteiten, advies, materialen en middelen, zijn welkom.

De ambassadeurs van het sport- en preventieakkoord zijn professionals en inwoners die zich verbonden hebben aan een thema binnen het akkoord. Ambassadeurs delen hun kennis en ervaring en maken het akkoord bekend in hun netwerk. Daarnaast beoordelen zij de binnen gekomen aanvragen en nemen ze een aantal keren per jaar deel aan de kerngroep vergaderingen van Nunspeet Sportief en Gezond.

Enthousiast geworden en ook aansluiten?

Enthousiast geworden en ook aansluiten? Nieuwe partners en ambassadeurs zijn altijd welkom. U kunt aanhaken door het leveren van een concrete bijdrage, in welke vorm dan ook. Interesse? Neem dan contact op via info@nunspeetsportiefengezond.nl

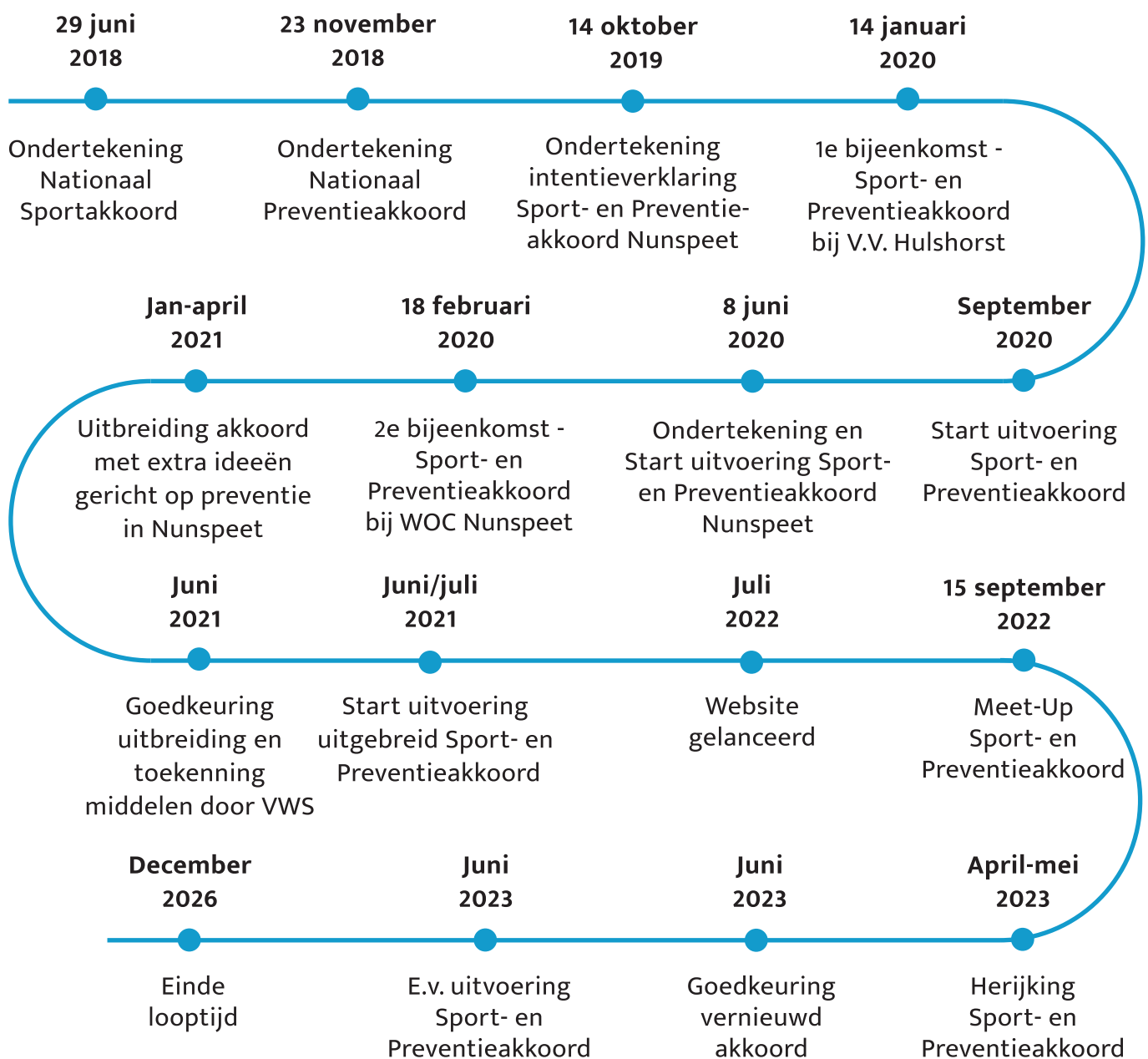


Bijlage 1

Samen aan de slag

De uitvoering van het Sport- en Preventieakkoord is gestart in juni 2020 met de thema's gezonde en actieve leefstijl, meedoen in sport en samenleving, fit en vitaal ouder worden, jeugdvaardig in beweging, toekomstbestedige sportaanbieders en sportief gebruik van de openbare ruimte. In juni 2021 is het akkoord verder uitgebreid en zijn hier de thema's gezonde voeding en gezond gewicht, roken en alcohol en mentale gezondheid aan toegevoegd. Inmiddels is er een nieuw landelijke Sportakkoord opgesteld en kan Nunspeet Sportief en Gezond doorgaan tot eind 2026.

Onderstaande tijdlijn laat het proces van het Sport- en Preventieakkoord zien:



Met een financiële bijdrage uit het Sport- en Preventieakkoord zijn al veel mooie plannen werkelijkheid geworden.

De volgende plannen zijn hierdoor al tot uitvoering gebracht:

<https://nunspeetsportiefengezond.nl/resultaten/>

2020

- Powerwalking Nunspeet
- Welzijn op recept
- Doorverwijzing zuigelingen
- Aanleg hockeypanna-sportveld
- Wandelweken in Nunspeet
- Plaatsen tillift in zwembad de Brake

2021

- Mindful Run & Walk
- Bijdrage aanschaf (elektrische) tandemfiets voor nieuw Nederlands
- Bijdrage ASM vloer gymzaal Elspeet
- Leefstijl strippenkaart
- Trainersopleiding zwem- en poloclub Nunspeet
- Clinics en materialen voor het basisonderwijs
- Kies je sport, voel je fit
- Social Media training maatjesproject
- Aanschaf kickboks materialen speciaal onderwijs
- Bijdrage opstart leefstijlloket
- Bijdrage project burenhulp
- Bijdrage ASM-opleiding Taekwon-Do School Martowirono (via Stichting Wiel Elburg)

2022

- Bijdrage aanschaf trainingsmaterialen Taekwon-Do School Martowirono
- Adoptie Free Run Parcours door Oranjarahof Elspeet
- Bijdrage aan het project 'Jongeren met elkaar verbinden via sport'
- Bijdrage LEEF Marathon
- Bijdrage voor de realisatie van buurtkasten
- Bijdrage voor aanschaf kookboeken in kerstpakket
- Bijdrage aanschaf elektrische DUO fiets
- Opzetten sportgroep Grip op je Leven
- Opzetten Bettter2Gether Nunspeet
- Aanbieden kennismakingscursussen bridge
- Realisatie schaduwdoek bij Jeu de Boulesbaan in Elspeet
- Bijdrage materiaal koersbal
- Bijdrage aanschaf sport- en spelmaterialen Profilazorg

2023 (januari – juli)

- Bijdrage Nunspeetse Keiler (vrijwilligers)
- Running Nunspeet
- Bijdrage aanschaf Speelkist aan de Bak
- Team: Fit Gezonde(re) kantine
- Bijdrage Spot On Elspeet
- Bijdrage Sportspullenbank
- Bijdrage BuitenSociaal
- Bijdrage aan renovatie Startschip van Watersportvereniging Veluwemeer

**Heb jij ook een idee om Nunspeet sportiever en gezonder te maken?
Plannen kunnen worden ingediend via de website!**