“SAMEN VOOR DE GEHANDICAPTENSPORT”

TERUGBLIK 2020



UNIEK SPORTEN

REGIO ARNHEM


GEMEENTE
Arnhem


gemeente
doesburg


gemeente
lingewaard


Gemeente
Duiven


gemeente
Overbetuwe


Gemeente Renkum


gemeente Rheden


GEMEENTE
ROZENDAAL


gemeente
Westervoort


GEMEENTE
ZEVENAAR

Iedereen kan sporten en bewegen in de regio Arnhem. De regio heeft daar de voetbalclubs, de fitnesscentra, turnverenigingen, basketbalclubs, wandelgroepen, zwemscholen en nog vele andere sportaanbieders voor, waar de inwoners terecht kunnen. Maar wat als je in een rolstoel zit en je kan niet door de deur van de gymzaal? Wat als je door de harde muziek in de sportzaal overprikkelt raakt? Wat als je door jouw slechte zicht niet een wandeling door het bos kan maken? Wat als je niet zomaar het zwembad in kan springen, maar daarvoor een lift nodig hebt? Wat als je een beperking hebt en je niet zomaar overal terecht kan om te sporten? Er zijn veel voorbeelden te noemen waarom het voor sommige mensen niet zo vanzelfsprekend is om te sporten en bewegen. Gewoon omdat ze net wat meer aandacht of hulpmiddelen nodig hebben in vergelijking met al die andere sporters in de regio.

De 10 gemeenten in de regio Arnhem zetten Uniek Sporten in om ook voor deze mensen sporten en bewegen mogelijk te maken. Dit doen we samen met tal organisaties vanuit het (voortgezet) speciaal onderwijs, de zorg, de sport en overige relevante en ondersteunende partijen zoals De Onderwijsspecialisten, Klimmendaal Revalidatiespecialisten, Special Heroes en NOC*NSF. We ondersteunen de sportaanbieders, creëren samenwerkingen en laten op evenementen mensen met een beperking genieten van aangepast sporten. Zodat uiteindelijk iedereen de mogelijkheden ziet in onze regio.

Samen zorgen we ervoor dat iedereen kan sporten en bewegen! Niet alleen in 2020, maar ook in 2021!

UNIEK SPORTEN



WWW.UNIEKSPORTEN.NL Download onze app!

Verkrijgbaar in de App Store

Beschikbaar in Google play

INHOUD

CENTRALE PLEK VOOR GEHANDICAPTENSPORT 6



#IKBEWEEGUNIEK 12

SAMEN PARKINSON BOXING TOEGANKELIJK MAKEN 16

NIEUWE SPORTAANBIEDERS: EEN OVERZICHT 18

21 BASISSCHOOLLEERLINGEN MAKEN KENNIS MET AANGEPAST SPORTEN



22 SPORTAKKOORDEN ZETTEN IN OP INCLUSIEF SPORTEN

24 SPORTLES VAN I AM SPORTS BIJ WOONGROEP VAN ZOZIJN



26 WHEELS2SPORT HEET VANAF NU UNIEK SPORTEN UITLEEN

32 UNIEK SPORTEN 2020 IN ÉÉN OOGOPSLAG

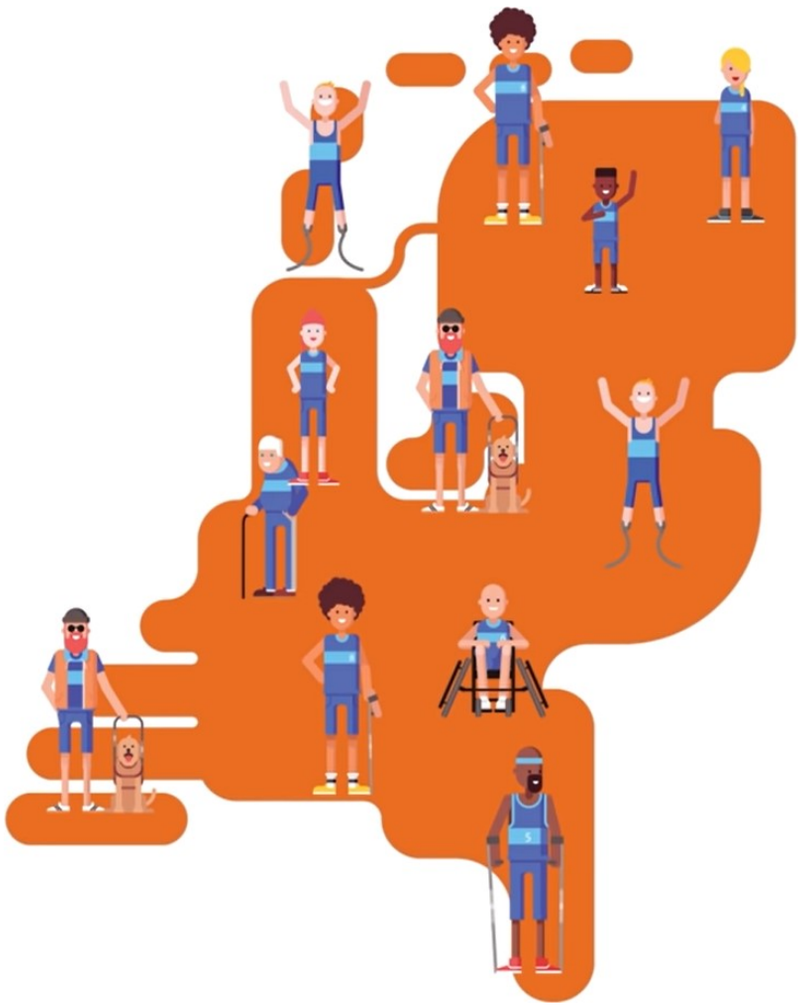
EEN CENTRALE PLEK VOOR ALLE VRAGEN OVER GEHANDICAPTENSPORT

Uniek Sporten is landelijk de '1-1-2 van de gehandicaptensport'. Met andere woorden: heb je vragen over aangepast sporten of alles wat hier mee samenhangt? Dan kun je terecht bij Uniek Sporten. In de regio Arnhem streven we ernaar dat alle inwoners met een beperking, en hun omgeving, de weg naar Uniek Sporten weten te vinden. Via de website, app of contact met de coördinatoren krijgen zij antwoord op hun sportvragen en worden drempels om te gaan – en te blijven sporten en bewegen weggenomen.

Als we het hebben over mensen met een beperking, dan hebben we het globaal over één op de tien Nederlanders. Binnen deze groep zijn er veel verschillende beperkingen en per individu zijn er altijd individuele wensen, behoeften en onmogelijkheden. Om de vragen van mensen met een beperking naar wens te kunnen beantwoorden is Uniek Sporten altijd op zoek naar maatwerk: speciaal wat speciaal moet, samen wat samen kan.

Het gaat om een relatief kleine en verspreide groep en daarom is het wenselijke de gehandicaptensport voor de breedtesport regionaal te organiseren. Anders gezegd: je kunt je afvragen of het wenselijk is dat in elke gemeente een G-voetbalvereniging zit, wetende dat de doelgroep mensen met een verstandelijke beperking relatief klein is. Daar komt bij dat er voor deze doelgroep relatief veel mogelijkheden zijn in verschillende takken van sport. Om deze redenen worden deze sporten 'gecentraliseerd' aangeboden bij 'slechts' enkele verenigingen.

Gemeenten	Lichamelijke handicap (10%)	Verstandelijke handicap (0,85%)	Aantal inwoners (2020)
Arnhem	16.135	1.371	161.348
Doesburg	1.108	94	11.077
Duiven	2.513	214	25.126
Lingewaard	4.660	396	46.601
Overbetuwe	4.791	407	47.906
Renkum	3.142	267	31.419
Rheden	4.376	372	43.761
Rozendaal	170	14	1.704
Westervoort	1.497	127	14.971
Zevenaar	4.375	372	43.750
Totaal	**42.767**	**3.634**	**427.663**



AANTAL INWONERS MET EEN BEPERKING

Uniek Sporten richt zich op alle inwoners uit de regio Arnhem met een auditieve,- chronische,- lichamelijke,- meervoudige,- motorische,- psychische,- verstandelijke,- en visuele beperking; inwoners met niet aangeboren hersenletsel, gedragsproblematiek en Autisme Spectrum Stoornis.

In Nederland hebben ruim 1,7 miljoen mensen een matige of ernstige beperking. Dit betekent ongeveer 10% van de bevolking. Daarnaast heeft ongeveer 0,85% een verstandelijke beperking (Onbeperkt Sportief, 2013). Als we kijken naar het inwonersaantal in de regio, kunnen we een indicatie maken van het aantal mensen met een beperking.

SPORTDEELNAME STUK LAGER BIJ MENSEN MET BEPERKING

Helaas is sporten en bewegen (nog) niet voor iedereen zo vanzelfsprekend als we dat we graag zouden willen. Als er wordt gekeken naar de sportdeelname bij mensen met een beperking loopt deze sterk achter in vergelijking met mensen zonder beperking.

Zo sporten en bewegen mensen met een visuele beperking minder dan mensen zonder een visuele beperking. Een derde (30%) van de mensen (12-79 jaar) met een visuele beperking sport minimaal één keer per week. Dit is beduidend minder dan mensen zonder visuele beperking, waar 57 procent wekelijks sport.
Ook tussen mensen met en zonder lichamelijke beperking zie je een duidelijk verschil in sportdeelname. Mensen met een lichamelijke beperking zijn namelijk minder vaak lid van een sportvereniging. 41 procent van de 'wekelijkse' sporters met een lichamelijke beperking is lid van een sportvereniging; dit is een stuk lager in vergelijking met de 47 procent die lid is van een sportvereniging van de 'wekelijkse' sporters zonder lichamelijke beperking (kenniscentrum sport, 2014).

Mensen met een beperking ervaren verschillende drempels om te sporten. Zo vallen mensen met een verstandelijke beperking dikwijls tussen wal en schip. Dit komt onder andere door beperkt inzicht in spelregels of door problemen in sociaal opzicht.
Mensen met een lichamelijke beperking hebben gebrek aan energie, gebrek aan mogelijkheden en faciliteiten en hebben te weinig informatie. Ook vervoer naar de activiteiten is een vaak voorkomende drempel die wordt genoemd bij de verschillende doelgroepen.

De komende jaren wordt Uniek Sporten nog verder doorontwikkeld om deze drempels weg te nemen, en om nog meer mensen met een beperking te laten genieten van sport en bewegen in de regio!

“HET JAAR VAN CORONA, MINDER SPORTEN EN MINDER BEWEGEN”

Het corona virus heeft veel impact op het dagelijks leven én op ons sport,- en beweeggedrag. Uit onderzoek blijkt dan ook dat volwassenen met en zonder beperking in maart en april 2020 minder zijn gaan sporten in vergelijking met een normaal voorjaar (van den Dool, 2020). Bepaalde coronamaatregelen hebben wellicht een grotere impact gehad op mensen met een beperking doordat er restricties waren met het vervoer, de zorg en instellingen. Daarom heeft het Mulier Instituut een online vragenlijst uitgezet onder (naasten van) mensen met een beperking of chronische aandoening. Deze vragenlijst is tevens verspreid op de social media kanalen van Uniek Sporten. Uiteindelijk waren er 447 mensen die de vragenlijst hebben ingevuld. De respondenten waren voornamelijk actieve mensen (mensen die bewegen en/of sporten). De resultaten van de vragenlijst geven dan ook een beeld van de invloed van de coronamaatregelen op de sport- en beweegdeelname van actieve mensen met een beperking.
Vanuit het onderzoek kan geconcludeerd worden dat de meerderheid van de respondenten minder is gaan sporten en bewegen door de coronamaatregelen. Zes op de tien respondenten met een lichamelijke beperking zijn minder gaan sporten. Dit geldt ook voor respondenten met een mentale beperking. Deze verandering in sportdeelname geeft vooral negatieve effecten: de conditie gaat achteruit; men ervaart krachtverlies; zijn sneller geïrriteerd; ervaren meer stress en angst; en respondenten missen de sociale contacten. Ook wordt aangegeven dat door het minder bewegen, de beperkingen weer heftiger worden.
Toch wordt er in het onderzoek ook gesproken over positieve effecten. Zo geeft de helft van de respondenten aan, dat zij een nieuwe of andere vorm van sporten of bewegen hebben uitgeprobeerd. Hierbij kan men denken aan (aangepast) wandelen, (aangepast) fietsen zoals racerunning en handbiken, en oefeningen thuis doen.

Doordat de negatieve gevolgen die men ondervind blijft het belangrijk om sport- en beweeginitiatieven door te zetten en goed onder de aandacht van de doelgroep te brengen. Daarnaast is het van belang dat beleidsmakers en professionals specifiek aandacht voor deze groep hebben en ze meenemen in de aanpassingen voor de gehele sport- en beweegsector (Mulier Instituut, 2020).





Als we terugkijken op het afgelopen jaar, zien we een bewogen jaar. Uiteraard doordat het corona virus ons dagelijks leven bepaalde en we ons moesten houden aan de vastgestelde maatregelen. Het sporten en bewegen was opeens niet meer zo vanzelfsprekend als de jaren daarvoor. Maar ook voor ons, als medewerkers van Uniek Sporten regio Arnhem, was het een bewogen jaar.

Zo begonnen we 2020 met 3 medewerkers, maar we sloten het jaar af met 2 medewerkers. Onze collega Mike Splithof, al 7 jaar verbonden aan Uniek Sporten regio Arnhem, besloot de uitdaging aan te gaan bij een andere organisatie. Hierdoor misten we plotseling een betrokken collega met een groot netwerk binnen de gehandicaptensport. Gelukkig kunnen we nog altijd bij hem terecht voor advies en vragen, of voor het interview wat op de volgende pagina te lezen is.

Uiteraard startte we 2020 vol goede moed met het inplannen van verschillende activiteiten en bijeenkomsten. Helaas konden veel van deze activiteiten uiteindelijk niet plaatsvinden door de maatregelen op dat moment (zie kader hiernaast). Dit betekende niet dat we stil hebben gezeten. We hadden hierdoor juist de tijd en ruimte om ons te richten op projecten en activiteiten achter de schermen. Zo zijn we actiever geweest op onze social media kanalen, hebben we een lessenpakket voor regulier onderwijs gerealiseerd, hebben we contact gezocht met de GGD over het doen van onderzoek, zijn we een 'commercial' aan het realiseren en hebben we samen met stagiaires onderzoek gedaan over de communicatie met sportaanbieders en zorginstellingen.

Verder stond 2020 ook in het teken van de sportakkoorden. Er werden het afgelopen jaar dan ook veel sportakkoorden ondertekend, zodat Uniek Sporten voornamelijk iets kon betekenen binnen het thema 'inclusief sporten en bewegen'. Dit betekende voor ons dan ook veel digitale sportcafés, workshoprondes en online ondertekeningen bijwonen. Uiteindelijk staan alle sportakkoorden op papier en zijn we in de meeste gemeenten ook al aan de slag gegaan met het realiseren van de opgestelde ambities, zoals te lezen is op pagina 21.

Kortom, we hebben veel nieuwe informatie en communicatiekanalen zodat we de gehandicaptensport kunnen blijven promoten. Ook in 2021 blijven we dus communiceren, informeren, inspireren en begeleiden om het voor iedereen mogelijk te maken om te sporten en bewegen!

ACTIVITEITEN EN EVENEMENTEN DIE NIET DOOR ZIJN GEGAAN IN 2020

Helaas zijn er door de coronacrisis ook veel activiteiten en projecten op het laatste moment afgelast, o.a. door de lockdown, het niet mogen samenkomen van meerdere personen of omdat binnen sporten niet meer mocht. Een greep van een aantal van deze activiteiten:

- Netwerkbijeenkomst Uniek Sporten in Velp;
- G-voetbal overleg met alle voetbalverenigingen;
- Nationale Diabetes Challenge in alle gemeenten;
- Sportdag cluster 3 leerlingen uit omgeving Arnhem;
- Deskundigheidsbevordering "Sporters met autisme" in Duiven;
- Special Kids Day in Overbetuwe;
- Sportdag cluster 4 leerlingen uit omgeving Arnhem;
- Proeflessen Yoga en Dansen voor jongeren met beperking in Renkum;
- Webinar "sporters met een visuele beperking".


VERSIDE
ning & Sports
Arnhem

Al 7 jaar werkte Mike Splithof (34 jaar) bij Uniek Sporten regio Arnhem. Een bekend gezicht voor velen, en in zijn werkzame periode had hij een groot netwerk binnen de gehandicaptensport om zich heen gecreëerd. In 2020 besloot hij te stoppen binnen deze functie. We blikken samen met hem terug op de afgelopen 7 jaren en het afsluitende, bewogen 2020.

Hoe ben je 7 jaar geleden bij Uniek Sporten regio Arnhem terecht gekomen?
"Via CIOS Arnhem, de politieacademie en vervolgens de Academie Lichamelijke Opvoeding (ALO) ben ik als vakleerkracht in het (voortgezet) speciaal onderwijs terecht gekomen. Ik was werkzaam op verschillende scholen van De Onderwijsspecialisten. Daarnaast werd ik destijds de eerste collega van de bij velen bekende Arjo Wijnhorst. Samen met hem mocht ik werken aan de groei van de gehandicaptensport en de uitrol van het loket Uniek Sporten in de regio Arnhem."
Mike vervolgt zijn verhaal met het belang het lokale loket: "Samen met de vele sportaanbieders, verenigingen en partner organisaties hebben we de gehandicaptensport laten groeien en is sterker gemaakt. Aan de blijvende toename in het aanbod en de vraag door de jaren heen was te zien dat er veel behoefte was aan sport en bewegen. Ook bleek het lang niet vanzelfsprekend voor de mensen om hun plek te vinden, ondanks de groeiende bekendheid en (landelijke) campagnes. Dit maakte de noodzaak voor een 1 loket extra duidelijk!"

"Een leerling kon voor het eerst in zijn leven lopen middels een racerunner "

Waar kijk je met trots op terug?
In algemene zin ben ik trots dat ik 7 jaar lang mocht meewerken aan de groei van de gehandicaptensport en het loket in de regio. Het was fijn om sporters, aanbieder en organisaties te helpen op de juiste plek te komen of om hun ideeën te realiseren. De samenwerking met velen, de verhalen achter de mensen en hun plezier in de sport zijn dingen die mij zeker zullen bijblijven. Als ik dan toch één ding moet uitlichten dan is dat het realiseren van RaceRunning bij AV de Liemers. Er is een geweldig aanbod gerealiseerd voor kinderen met (ernstige) lichamelijke beperkingen. Wat mij het meeste heeft geraakt is dat tijdens een sportdag voor speciaal onderwijs een leerling onder toeziend oog van zijn moeder voor het eerst in zijn leven kon lopen door de racerunner. Dit zijn heel mooie momenten en dat is waar ik het voor doe! De realisatie van dit project is voor mij een schoolvoorbeeld van samenwerking met verschillende partners als gemeenten, fondsen en bovenal een sterke vereniging. Zonder hen was dit niet mogelijk geweest en dat geldt voor de gehele gehandicaptensport waarbij Uniek Sporten de verbindende schakel is.

In jouw laatste jaar begon de coronacrisis. Hierdoor konden sportdagen niet doorgaan, terwijl dit juist de momenten brengen die jou trots maken. Hoe heb jij 2020 uiteindelijk beleefd?
Het jaar 2020 was voor de breedtesport natuurlijk een verschrikkelijk jaar. Juist voor de doelgroepen waar Uniek Sporten voor werkt is sporten en bewegen extra belangrijk. Niet alleen vanwege het fysiek aspect, maar juist ook als je kijkt naar het sociale aspect en de mentale gezondheid. Dit laatste is iets wat mijns inziens niet onderschat moet worden. Ik hoop daarom dat we zo snel mogelijk weer op een veilige manier met elkaar terug kunnen naar 'normaal' en weer samen plezier kunnen gaan beleven aan sport en bewegen.

En als we kijken naar de toekomst. Waar zie jij nog kansen liggen voor Uniek Sporten?
Waar de kansen liggen voor Uniek Sporten en de gehandicaptensport vind ik op dit moment lastig in te schatten. Zodra we naar een relatief normale situatie kunnen hoop ik dat de gehandicaptensport weer snel op het niveau komt van voor de crisis. Juist in deze tijd denk ik dat het belangrijk is dat kwaliteit gaat boven kwantiteit. De sport kan dan misschien wel meer dan ooit een belangrijke maatschappelijke functie gaan vervullen. Ik denk dat Uniek Sporten hier een belangrijke verbindende en aanjagende rol kan spelen met bijvoorbeeld persoonlijke verhalen van de sporters met een handicap.

En wat brengt de toekomst voor jou?
Mijn eigen toekomst heeft in 2020 ook een wending gekregen. Sinds afgelopen zomer volg ik de master Psychomotorische Therapie (PMT) op Windesheim te Zwolle en werk ik als jeugdhulpverlener bij Riverside Coaching in Arnhem. Hierbij zet ik sport, spel en belevende vormen in als creatief middel voor gedragsverandering. Mijn droom is om in de toekomst mijn eigen PMT-praktijk te realiseren.

Tot slot wil ik via deze weg nogmaals iedereen bedanken waarmee ik heb samen gewerkt binnen de gehandicaptensport en in het bijzonder De Onderwijsspecialisten voor de kansen die zij mij persoonlijk hebben geboden en zeker ook vanwege hun maatschappelijke betrokkenheid waar Uniek Sporten een prachtig voorbeeld van is! Blijf gezond en hopelijk treffen we elkaar snel weer op het sportveld!

INSPIREREN MIDDELS

#IKBEWEEGUNIEK

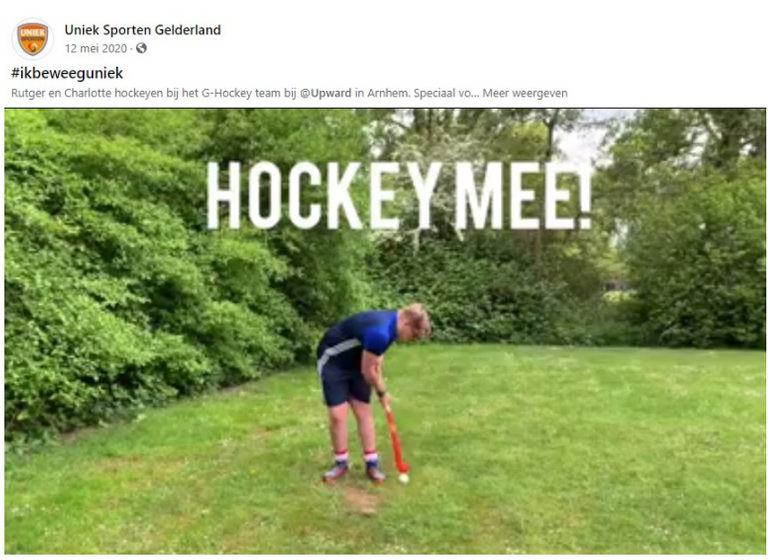
Sinds het coronavirus begin 2020 oplaaide, houdt het de hele wereld in haar greep. Ook voor de sportsector zijn er grote gevolgen. Van het sluiten van alle sportclubs en fitnesscentra op 15 maart, tot buiten sporten en in kleine groepen sporten. De sportsector heeft veel veranderingen moeten doorstaan en moest flexibel zijn in 2020. In beweging blijven kan dan lastig zijn, maar samen met partners en ambassadeurs willen we ook in deze coronaperiode iedereen inspireren om in beweging te blijven.



HOE BLIJF JE ALS ROLSTOELTENNISER IN BEWEGING?

Carlos Anker heeft voor Uniek Sporten Gelderland gefilmd hoe hij in deze periode in beweging blijft. Carlos woont in Arnhem en is internationaal rolstoeltennisser. Hij traint normaal 5 dagen in de week met als doel om zich te kwalificeren voor de Paralympische Spelen in Tokyo. Door het coronavirus gaan de trainingen niet meer door, zijn er geen wedstrijden meer en worden de Paralympische Spelen verplaatst. Wat doe je dan? In beweging blijven! Bekijk hoe Carlos in beweging blijft in deze periode.

Scan de code om het filmpje te zien



Rutger en Charlotte hockeyen bij het G-Hockey team bij @Upward in Arnhem. Speciaal voor ons laten ze zien hoe zij hun hockeyvaardigheden thuis onderhouden. Kan jij deze 3 oefeningen ook thuis uitvoeren?

EsmeeAnne zwemt al van kleins af aan en dat is niet zo vanzelfsprekend, aangezien ze epilepsie en jeugdreuma heeft. Helaas zijn nu alle zwembaden gesloten en kan ze niet zwemmen. Toch blijft EsmeeAnne wel in beweging want zoals haar ouders het zeggen: "Ze is een sportjunkie!" En EsmeeAnne zelf: "Sporten maakt mij heel erg gelukkig! Een uitdaging om nieuwe ervaringen op te doen en creatief te zijn."

POWERCHAIRHOCKEY KAN OOK PRIMA THUIS!



Maak kennis met Lucas. Lucas doet aan powerchairhockey, wat vroeger ook wel elektrisch rolstoelhockey werd genoemd. Dit doet hij bij Upward in Arnhem en bij teamNL Powerchairhockey. In deze tijden van gecancelde fysio-afspraken en trainingen door het Coronavirus is het super belangrijk om nog in beweging te blijven! En zoals Lucas het zelf al zegt: "ondanks dat ik mijn teamgenoten heel erg mis, probeer ik toch nog zoveel mogelijk te hockeyen en oefeningen van de fysio te doen!".



MAAK KENNIS MET HANDBIKEN TIJDENS DE CORONAPERIODE

Het is heerlijk weer en daar moeten we ook van genieten. We hebben al laten zien dat je veel oefeningen kan doen in de tuin of op het balkon. Je kan natuurlijk ook even de deur uit voor een wandeling óf ga net als Mariska een eindje handbiken! (Doe dit uiteraard wel op rustige momenten en in een rustige omgeving). #ikbeweeguniek

Heb je geen handbike thuis? Maar heb je dit altijd al willen proberen? Misschien is dit dan het juiste moment om contact op te nemen met Uniek Sporten Uitleen en gebruik te maken van een leen-hulpmiddel. Als jouw gemeente is aangesloten bij dit project, dan kan je 6 maanden gratis een handbike of een ander sporthulpmiddel lenen. Kijk dus snel op onze website voor meer informatie: www.unieksporten.nl/uitleen

“MARIECKE KAN PRIMA PILATES DOEN MET EEN VISUELE BEPERKING”

“Badminton, salsa, stijldansen, turnen en conditietraining”, Mariecke deed het vroeger allemaal. Een sportief persoon die veel buiten te vinden was en altijd actief was. Maar 10 jaar geleden kreeg Mariecke een visuele beperking en werd haar zicht slechter. Momenteel staat ze zelfs op de wachtlijst voor een blindengeleidehond. Maar deze beperking zorgt er niet voor dat ze stil zit. Ze is altijd op zoek naar de juiste vereniging om in beweging te blijven.

Het begon 10 jaar geleden toen Mariecke nog woonachtig was in Rotterdam. Tijdens haar revalidatietraject kwam ze via Visio in aanraking met salsa dansen. Een gezellige groep dansers met zowel zienden als slechtzienden. Mariecke benadrukt dat dit ook prima werkt: “Als er sprake is van een kleinere groep en een duidelijke uitleg, dan kan ik zo’s salsa-les prima volgen. Dan maakt het verder niet uit, of we allemaal een beperking hebben, of maar een paar mensen in de groep”.

“Er waren meer mogelijkheden in de buurt dan ik had verwacht”

Sinds 2 maanden woont ze in Doesburg. “Dan is het weer even zoeken naar de juiste sport. Er staat vaak niet op de website van een vereniging vermeld dat ze ook open staan voor mensen met een handicap. Via een zoektocht op internet kwam ik dan ook terecht bij Doesburg Beweegt. Ik heb hen een mail gestuurd met de vraag wat goede sportmogelijkheden zijn voor mij. Deze vraag is opgepakt door Uniek Sporten, zo staan op hun website veel verschillende sportaanbieders voor mensen met een beperking. Er waren meer mogelijkheden in de buurt dan ik had verwacht. Ik kon onder andere kiezen uit Thai Chi Qigong, zeilen of Pilates. Ik heb voor die laatste gekozen”. Ondertussen heeft Mariecke een proefles gedraaid bij Sportstudio S.P.A. in Doesburg. Wat is nu belangrijk voor iemand met een visuele beperking die gaat sporten? “Het is belangrijk dat ik bij binnenkomst wordt opgevangen en een rondleiding krijg. Soms overschatten mensen mijn beperking. Ik kom zelfstandig binnen lopen dus dan verwachten mensen dat ik het binnen ook allemaal wel kan vinden. Maar ik moet goed weten waar de kleedkamers zijn, waar de sportzaal is, waar zitten er op,- en afstapjes etc. Daarnaast is het prettig als ik een vaste plek heb in de zaal waar de groepslessen worden gegeven. Én mijn blindegeleidehond moet straks ook welkom zijn!”

Mariecke is blij dat ze weer in Doesburg kan sporten. “Sporten betekent heel veel voor mij! Ik leer nieuwe mensen kennen en ik ben weer lekker actief bezig. Daarnaast verbeter ik middels het sporten mijn coördinatie en balans! Ik zou dan ook graag tegen iedereen willen zeggen: ga gewoon lekker sporten! Het is gewoon mogelijk en er is altijd wel iets te vinden waar jij je prettig bij voelt!”

60 SPORTVRAGEN

Het afgelopen jaar zijn er 60 van dit soort sportvragen binnengekomen bij de coördinatoren van Uniek Sporten regio Arnhem. Dit aantal is een stuk lager in vergelijking met vorig jaar (160 sportvragen) en zal grotendeels liggen aan het stilliggen van de sport tijdens de coronapandemie.

- 34 sportvragen succesvol beantwoord;
- 23 sportvragen met resultaat onbekend;
- 2 sportvragen niet succesvol beantwoord;
- 1sportvraag loopt het advies nog.

Daarnaast geven 6 bezoekers van de website aan dat zij hun sport hebben gevonden. Dit is zonder de bemiddeling van een coördinator., maar a.d.h. van de informatie op de website.



SAMEN PARKINSON BOXING TOEGANKELIJK MAKEN

Sinds twee jaar wordt de sport Parkinson BoXing (PBX) in Zevenaar gegeven door Rob Floris van sportschool Functional Fitness. 'Het zorgt ervoor dat de mensen met Parkinson zich even geen patiënt meer voelt, maar sporter.'

Alex Hoogveldt uit Duiven heeft Parkinson en doet nu al drie jaar aan Parkinson BoXing. 'Ik begon in Ede, bij Sport & Survivalteam die training gaven conform de Rock Steady Boxing methode, maar vond dat het ook dichterbij moest kunnen. Daarom is de locatie Zevenaar opgezet. Nu heb ik samen met de stichting Rock Steady Boxing Nederland als doel om Parkinson BoXing voor iedereen met Parkinson toegankelijk te maken. We proberen dit te bereiken door boksclinics te geven bij Parkinson cafés, sportscholen en zorgverleners. Intussen zijn er al zo'n vijftien locaties in heel Nederland waar je kunt Parkinson boksen.'
De sport zelf is een non-contact sport voor mensen met Parkinson. Bokstechnieken worden in de lucht, op bokszakken of bij elkaar op de handschoenen uitgevoerd. Er worden naast het boksen ook oefeningen gedaan ter verbetering van kracht, balans, coördinatie, flexibiliteit en snelheid. Rob Floris van Functional Fitness is naar aanleiding van een workshop Parkinson BoXing in Ede, gegeven door collega Hans Louwerse, ook geïnteresseerd geraakt in het trainen van mensen met deze aandoening. 'Ik probeer niet alleen fysiek, maar ook mentaal te trainen door bijvoorbeeld steeds oefeningen toe te voegen of de oefeningen te veranderen', aldus Rob.

De sport Rock Steady Boxing komt oorspronkelijk uit Amerika, waar het succes van de sport ook volledig wetenschappelijk is onderbouwd. Het boksen zorgt voor een soortgelijk effect als het slikken van kunstmatige dopamine, een stof in de hersenen die ons gelukkig maakt, maar die bij Parkinson te weinig of niet meer wordt gemaakt. Het zorgt voor een tijdelijke verhoging van de neurotransmitters en stimuleert de neuroplasticiteit. Ook de dendrieten (zenuw-tentakels) worden langer, waardoor 'boodschappen' toch doorgegeven kunnen worden.

Alex vindt het fijn dat mensen zoals Rob zich openstellen voor Parkinson BoXing. 'PBX is een actieve sport en het is hoog intensief, maar iedereen traint op zijn of haar eigen niveau. Het is bewegen, coördineren, nadenken en het is dual tasking (twee taken tegelijkertijd uitvoeren, een veelvoorkomend probleem bij Parkinson). PBX zorgt ervoor dat de patiënt zich even geen patiënt voelt, maar sporter. Daarnaast is het gewoon heerlijk om de frustraties letterlijk van je af te slaan', aldus Alex. Ook vinden de boksers het sociale contact met elkaar heel fijn. 'We kunnen het wel over Parkinson hebben, maar meestal hebben we het over andere dingen. Het voelt als familie.'

Parkinson BoXing wordt iedere maandagmiddag (13:00-14:15 uur) en woensdagmiddag (14.00-15.15 uur) in het Juvenaat in Zevenaar (voormalige kapel) gegeven.


parkinson
boxing



30 SPORTAANBIEDERS ONDERSTEUNT

Op verschillende manieren zijn er 30 aanbieders één of meerdere keren door Uniek Sporten ondersteund bij één of meer van hun activiteiten. Bij onderstaande cijfers geldt dat één sportaanbieder op meerdere punten ondersteunt kan worden. Bijvoorbeeld na het opstarten van nieuw aanbod, wordt er ook een koppeling gemaakt met een evenement ter promotie van het nieuwe aanbod.

11 aanbieders werden bezocht voor een kennismaking i.v.m. nieuw aanbod op de website, nieuw kader of nieuwe coördinator;

22 aanbieders zijn ondersteund bij trajecten, zoals de koppeling met het (voortgezet) speciaal onderwijs, fondsenwerving, promotie etc.;

7 aanbieders zijn ondersteund bij het opstarten van aangepast sporten of dit traject loopt op dit moment nog;

4 aanbieders en/of initiatieven werden ondersteund met het aanvragen van een subsidie.

NIEUWE SPORTAANBIEDERS: EEN OVERZICHT

In 2020 zijn er weer verschillende sportaanbieders uit de regio toegevoegd op onze portal. Zo ontstaan er nog meer plekken waar mensen met een beperking welkom zijn om te sporten. Sommige van deze sportaanbieders zijn nieuw en zijn ondersteunt bij het opstarten van nieuw aanbod, andere sportaanbieders bestonden al en zijn enkel toegevoegd op de website. Hieronder vind u een overzicht:

- Boogschietclub Taxus: Boogschieten voor mensen met een (lichamelijke) beperking in Arnhem-Zuid. Training in overleg.
- Club Extra Rheden: Sport, spel en beweeglessen voor kinderen. Iedere maandag in Velp.
- FysioDynamiek: Sportgroepen voor kinderen en jongeren met verschillende beperkingen. Lessen worden aangeboden in zowel Rijkerswoerd als Schuytgraaf.
- Kinderyogapratijk 'De Verbinding': Yoga voor kinderen en jongeren in Renkum. Lessen in overleg.
- Old Stars Lingewaard: Walking Football voor senioren met een chronische aandoening. Iedere vrijdag in de gemeente Lingewaard.
- Parkinson Boxing: Boksen voor volwassenen en senioren met parkinson, NAH of een andere chronische aandoening. Iedere maandag en woensdag in Zevenaar.
- Ritmiek en Dans: Verschillende danslessen in Doorwerth voor jongeren en volwassenen. Tijden waarop kan worden getraind zijn in overleg.
- Sportcentre Westervoort: Kickboxing voor kinderen, jongeren, volwassenen en senioren in Westervoort. Trainingen zijn in overleg.

COMMUNICATIE TUSSEN UNIEK SPORTEN EN SPORTAANBIEDERS WORDT ALS POSITIEF ERVAREN

MAAR ER ZIJN OOK VERBETERPUNTEN

Eén van de taken van Uniek Sporten is het ondersteunen van sportaanbieders die gehandicaptensport aanbieden. Deze sportaanbieders zijn o.a. te vinden op de website, ontvangen een maandelijkse nieuwsbrief en worden uitgenodigd voor netwerkbijeenkomsten. Op deze manier onderhoudt Uniek Sporten de contacten. Echter, is onbekend of de sportaanbieders tevreden zijn met deze communicatie. In samenwerking met stagiaires van de HAN heeft er een onderzoek plaatsgevonden die antwoord moet geven op de vraag:

"Hoe moet Uniek Sporten regio Arnhem de communicatie tussen hen en sportaanbieders inrichten zodat de communicatie tussen beide partijen optimaal benut wordt?"

Er hebben gesprekken gevoerd met sportaanbieders uit verschillende gemeenten en sport categorieën. Er kan uit de resultaten geconcludeerd worden dat Uniek Sporten de communicatie goed onder controle heeft en dat dit dan ook als positief wordt ervaren door de verschillende sportaanbieders. De sportaanbieders waren het dan ook met elkaar eens over de positieve en negatieve momenten. Daarnaast zijn er een aantal verbeterpunten, welke gekoppeld kunnen worden aan de negatieve momenten.

Verbeterpunten

Uit de resultaten komt naar voren dat de sportaanbieders soms in een web terechtkomen, van meerdere organisaties die zich inzetten voor sport voor mensen met een beperking, waardoor de positie van Uniek Sporten niet helemaal duidelijk is. Waar bevindt in dit web Uniek Sporten zich? Eén van de aanbevelingen is dan ook om in gesprek te gaan met de andere (regionale) organisaties en dit terug te koppelen naar de verschillende sportaanbieders waar Uniek Sporten al mee samenwerkt. Hierdoor wordt in één keer duidelijk wat voor schakel Uniek Sporten is en hierdoor is ook duidelijk voor de sportaanbieders met welke vragen zij precies naar Uniek Sporten kunnen komen, waardoor er ook meer twee-richtingscommunicatie ontstaat.

Daarnaast werd er gezegd dat er soms een te groot aanbod is van activiteiten en bijeenkomsten van alle verschillende organisaties die zich inzetten voor sport voor mensen met een beperking. Hierdoor komt de communicatie over de activiteiten van Uniek Sporten op een stapel te liggen en wordt er hierdoor soms niet gereageerd of wordt er niet ingeschreven voor bijeenkomsten. Om de twee-richtingscommunicatie nog verder op gang te helpen, kan er meer worden samengewerkt met andere (regionale) organisaties. Door bijeenkomsten of activiteiten meer samen te organiseren, zullen de sportaanbieders minder uitnodigingen ontvangen en zullen zij zich ook sneller inschrijven voor een bijeenkomst of activiteit. Wanneer er minder aanbod is, is het overzichtelijker en wordt er sneller ingeschreven.

STAGIAIRES HAN

In het afgelopen jaar hebben twee studenten van de Hogeschool Arnhem en Nijmegen, stage gelopen bij Uniek Sporten regio Arnhem. Lenore Krever en Lillian van de Groep volgden beide de opleiding Sport,- en Bewegingseducatie. Vanuit hun opleiding zouden zij zowel een evenement organiseren als onderzoek uitvoeren. In verband met de coronamaatregelen kon het evenement, de sportdag voor cluster 4 leerlingen, helaas niet doorgaan. Uiteindelijk hebben zij wel een drietal onderzoeken uitgevoerd voor Uniek Sporten:

- Een onderzoek gericht op de sportdag voor cluster 4 leerlingen. De vraag hierbij was of deze sportdag effect heeft op de structurele sportparticipatie.
- Een netwerkanalyse gericht op de communicatie tussen sportaanbieders en Uniek Sporten.
- Een netwerkanalyse gericht op de communicatie tussen zorginstellingen en Uniek Sporten.



DE UNIEK SPORTEN SPORTDAG VOOR CLUSTER 4: DAGJE UIT OF MEER DAN DAT?

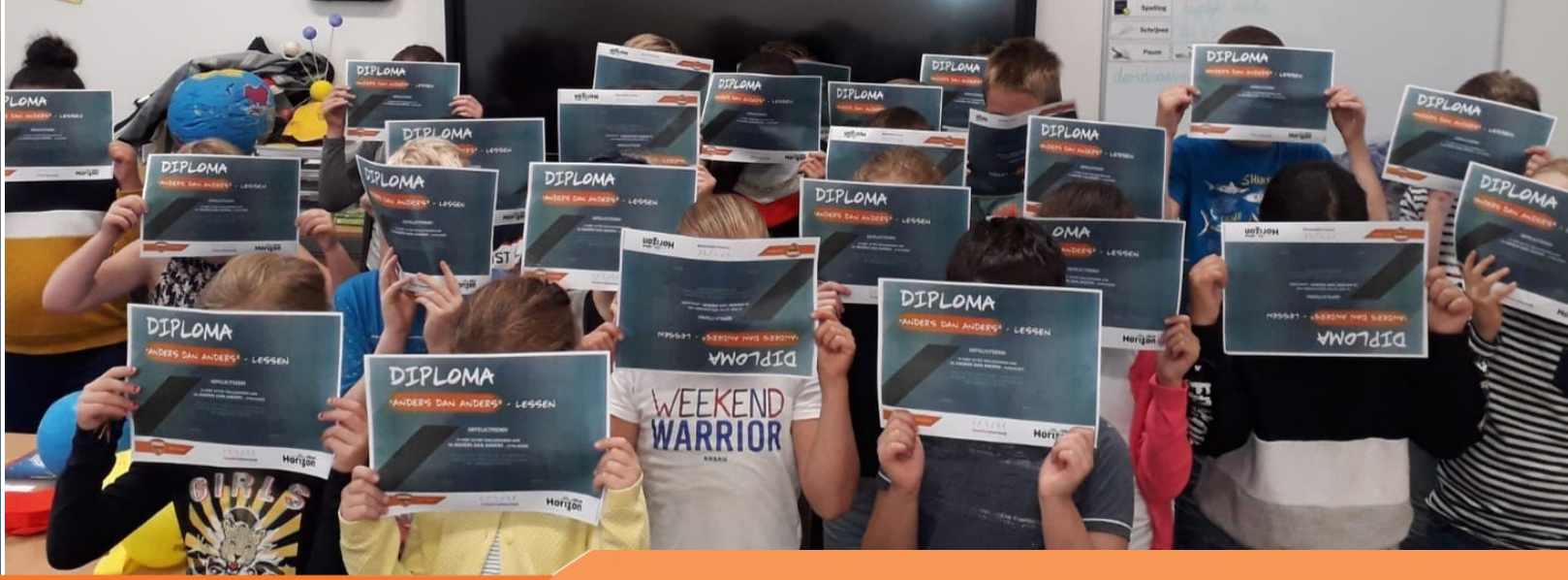
Door stagiaires van de HAN is er kwalitatief onderzoek uitgevoerd onder negen respondenten, die werkzaam zijn als vakleerkracht binnen speciaal onderwijsscholen die aangesloten zijn bij De Onderwijsspecialisten. Het onderzoek is er op gericht om een optimale inrichting van de sportdag te bepalen, met als doel dat cluster 4 leerlingen duurzaam gaan bewegen.

Uit de resultaten blijkt dat bij cluster 4 leerlingen het belangrijkste motief om te gaan bewegen, plezier en ontspanning is. De grootste drempel voor deze leerlingen om te bewegen is de ondeskundigheid van sportverenigingen op het gebied van begeleiding. Tevens kwam duidelijk naar voren dat binnen de solosporten `vechtsport` en binnen de teamsporten 'voetbal' het beste aansluiten bij deze doelgroep. Het belangrijkste aspect tijdens de begeleiding van deze activiteiten is volgens de respondenten: (emotionele) veiligheid.

Wat verder duidelijk naar voren komt is dat er veel meer aandacht besteedt moet worden aan visuele communicatie. Daarnaast gaven respondenten duidelijk aan om teamsporten te implementeren in het sportprogramma. Wat tevens opvalt is dat alle respondenten buiten de omgeving Arnhem het doel van de sportdag zien als "een leuke dag".

Vanuit het onderzoek wordt tevens aanbevolen om de sportdag op te splitsen in twee sportdagen. Deze sportdagen hebben beide verschillende doelen die aansluiten bij de wensen en de behoeften van de cluster 4 leerlingen. Sportdag één is in de vorm van de huidige sportdag en zal zich richten op het plezier en kennismaken met de verschillende sporten. De tweede sportdag zal op de locatie van de school plaatsvinden. Hierbij wordt aanbevolen om sporten aan te bieden waarmee de cluster 4 leerlingen ook al kennis hebben gemaakt tijdens de eerste sportdag. Deze sporten worden aangeboden door sportaanbieders uit de omgeving van de school. Het voornaamste doel van deze combinatie van sportdagen is het bevorderen van het duurzaam sporten van cluster 4 leerlingen bij lokale sportverenigingen.
Afsluitend wordt er geadviseerd om tijdens beide sportdagen teamsporten te implementeren, vakleerkrachten een belangrijkere rol te geven in de begeleiding en voorafgaand een promotie en/of voorlichtingsvideo te maken.

"De grootste drempel voor deze leerlingen is de ondeskundigheid van sportverenigingen"



BASISSCHOOLLEERLINGEN MAKEN KENNIS MET AANGEPAST SPORTEN

Maanden lang is eraan gewerkt! Doesburg Beweegt en Uniek Sporten zijn samen gekomen om een nieuw kennismakingspakket te ontwikkelen voor de kinderen van de groepen 5 t/m 8 op het gebied van aangepast sporten. Nieuw in Nederland en voor het eerst wordt er een pilot gedraaid in Doesburg op OBS De Horizon.
Jorien Harteman en Ivet Harperink werken al enige tijd samen onder de vleugel van Doesburg Beweegt. In het voorjaar van 2020 zijn ze begonnen met het idee om aangepast sporten onder de aandacht te brengen. Samen kwamen ze met een compleet lespakket die nu op het moment van starten staat.

Pilot van start in Doesburg
Op vrijdag 19 juni 2020 is de pilot van het lessenpakket van start gegaan bij de groepen 5,7 en 8 van de Horizon in Doesburg. Tijdens de twee daaropvolgende weken ervaren de leerlingen op een simpele manier hoe het is om te sporten als je "Anders dan Anders" bent. Er wordt aandacht besteed aan fysieke, visuele en mentale uitdagingen.

Goede ervaringen
Het pakket is door de leerkrachten van De Horizon enthousiast ontvangen en ook de leerlingen waren te spreken over de sporten die het pakket ze aanbood. Ze hebben gevoetbald met een amputatie, trefbal gespeeld met verschillende prikkels en ze hebben blind gewandeld. Over sommige lessen waren de leerlingen zo enthousiast dat ze niet wilden stoppen. Zo wilden ze de les me blind wandelen graag nog een keer herhalen, maar dan met hardlopen. Na het volgen van de sportles, werd samen met de leraar nabesproken over hoe het is om te sporten met een beperking. Het gesprek kwam hierbij goed op gang, van “wat knap dat mensen die blind zijn nog kunnen hardlopen”, tot “ik ken ook iemand met een lichamelijke beperking”. Na het volgen van alle drie de lessen werden de leerlingen verrast met een diploma.

Wat brengt de toekomst?
Het lessenpakket zal in 2021 verder worden ontwikkeld, beeldmateriaal wordt toegevoegd en met het huidige materiaal wordt een kwaliteitsslag gemaakt. Tevens wil de regio Arnhem meerdere pakketten realiseren zodat meer basisschoolleerlingen kennis kunnen maken met aangepast sporten.

SWLingewaard @SWLingewaard · 25 okt. 2019

Alleen ga je sneller, samen kom je verder! Het Lingewaards Sportakkoord is gesloten



1 4 11

Cecile de Boer @deBoerCecile · 31 jan. 2020

Vanmiddag bij de ondertekening van het Overbetuwse #sportakkoord met meer dan 83 partijen die meedoen!! @Gem_Overbetuwe #Overbetuwebeweegt @PvdAOverbetuwe



4

Aeres (V)MBO Velp @AeresVelp · 13 feb. 2020

Trots om gastheer te zijn voor eerste brede sessie sportakkoord Gemeente Rheden. Geslaagde avond vond Wethouder Marc Budel met 52 enthousiaste deelnemers, die samen veel goede en nieuwe ideeën op papier zetten tijdens de brainstormsessie. @gemeenteRheden @MarcBudel



1 8

Uniek Sporten Gelderland @UniekSportenGLD · 9 mrt. 2020

Vanavond ondertekening van het lokale sportakkoord in @GemeenteDuiven #BOSSakkoord met clinic van de rolstoelbasketballers van Pigeons unieksporten.nl/sportaanbieder...



Gemeente Zevenaar @Zevenaar · 22 jun. 2020

21 organisaties/ verenigingen (sport, zorg, onderwijs & welzijn) ondertekenden samen met wethouder @NannevanDellen het 'Lokaal Sportakkoord Zevenaar'. Samen spreken we o.a. af dat en hoe we ons inzetten om sporten en bewegen voor iedereen mogelijk te maken. #Zevenaar



3 1

Doesburg Beweegt @DoesburgBeweegt · 26 jun. 2020

Het Doesburgse Sport- en Beweegakkoord is klaar! Maar liefst 26 organisaties hebben hun handtekening onder het akkoord gezet! Ben je geïnteresseerd in het resultaat, ga naar onze website: doesburgbeweegt.nl/nieuws/doesbur... @Gem_Doesburg



1 4

Gemeente Arnhem @gemeentearnhem · 2 jul. 2020

Het lokaal sport- en beweegakkoord start in september in de wijken Presikhaaf, Rijkerswoerd en Elderveld. Verschillende partners in de stad, waaronder wethouder Sport @DellenJan, tekenden. Het doel? Zoveel mogelijk gezonde en fitte Arnhemmers. bit.ly/2VC0S1i



8 13

Gemeente Renkum @Gem_Renkum · 24 sep. 2020

Tijd voor sportieve actie! 📣 Gisterenavond tekenden 17 partijen het lokaal sportakkoord. Het doel is een veilige, gezonde sportomgeving voor iedereen. Meer informatie over het sportakkoord? Kijk op: bit.ly/3crkmwO



1 9 26

SPORTAKKOORDEN ZETTEN IN OP INCLUSIEF SPORTEN EN BEWEGEN

In alle gemeenten binnen de regio Arnhem zijn de lokale sportakkoorden ondertekend. De lokale sportakkoorden, voortkomend uit het landelijk en provinciaal sportakkoord, dragen bij aan het ontwikkelen van het lokale en regionale netwerk. Daarnaast zorgen deze akkoorden ervoor dat vraagstukken die leven bij sportaanbieders, sporters, inwoners en organisaties over aangepast/inclusief sporten daadkrachtig beantwoordt kunnen worden vanuit samenwerkingen. In veel gevallen is inclusief sporten één van de thema's, daarom is Uniek Sporten dan ook aangesloten bij alle sportakkoorden en de uitvoering hiervan.

Inclusie overal
Zo is Uniek Sporten in de gemeente Zevenaar aangesloten bij het project bewegen met een fysieke en verstandelijke beperking of gedragsproblematiek, dit is onderdeel van het thema inclusief sporten en bewegen. In de gemeente Rheden en Rozendaal wordt vooral gericht op de kwaliteit van verenigingen voor inwoner met een beperking. Dit wordt onder andere gedaan door trainingen te organiseren voor sportaanbieders en locaties. Zorgen dat de programmering in de openbare ruimte laagdrempelig en geschikt is voor verschillende doelgroepen is een van de actiepunt vanuit het sportakkoord van de Gemeente Arnhem. Het afgelopen jaar was dit onderwerp extra relevant aangezien er een deel van het jaar binnen niet gesport kon worden door het coronavirus.

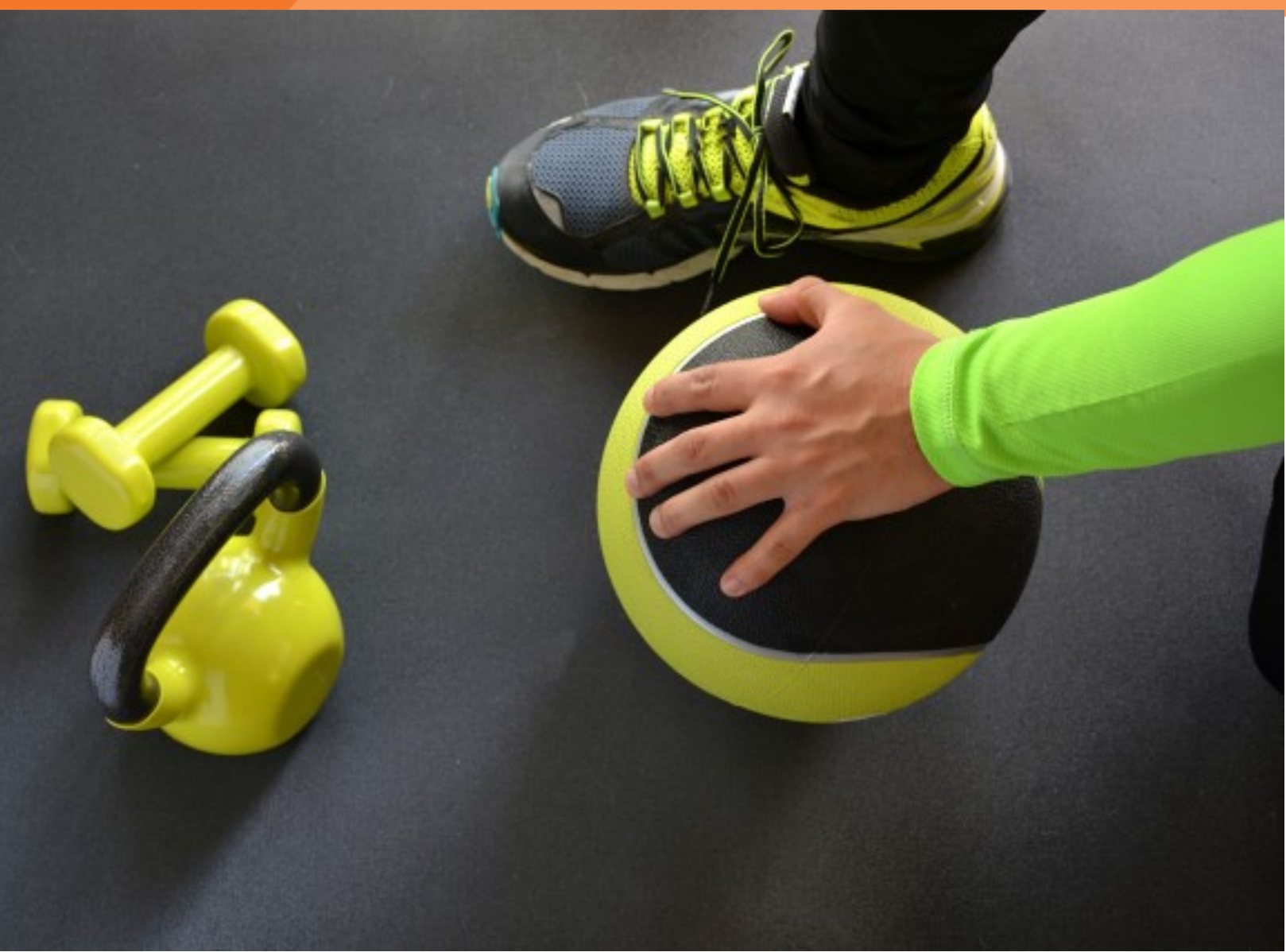
In kaart brengen
Meerdere gemeenten willen een duidelijker beeld creëren van het aangepast sporten. Zo wordt in de Gemeente Lingewaard gekeken naar de mogelijkheden om meer beweegactiviteiten bij dagbestedingen te organiseren en zijn de vervoersinitiatieven in kaart gebracht. In de gemeente Doesburg worden juist de kwetsbare doelgroepen in kaart gebracht. Middels een vragenlijst hebben 22 personen van verschillende organisaties informatie verzameld zodat sportaanbieders deze doelgrepen beter kunnen herkennen en ondersteunen. De behoefte om de doelgroep en hun wensen op het gebied van sport en bewegen in kaart te brengen is ook uitgesproken in het sportakkoord van de Gemeente Duiven.

Samenwerkingen creëren
In de Gemeente Overbetuwe is Uniek Sporten onder andere betrokken bij de werkgroep deskundigheidsbevordering, hier wordt bijvoorbeeld de mogelijkheid tot samenwerking en de inzet van zorgaanbieders voor deskundigheidsbevordering bekeken. Het verbeteren en intensiveren van de samenwerking tussen verschillende partijen binnen de gemeenten is een onderwerp wat in meerdere sportakkoorden naar voren komt, zo ook in de Gemeente Westervoort. Hier is één van de ambities om sportaanbieders gericht de samenwerking te laten aangaan met onderwijs, zorgaanbieders en welzijnsorganisaties. Ook de thema's vitaliteit en gezondheid worden vaak meegenomen binnen het inclusief sporten. Zo wordt dit thema in Renkum verder uitgewerkt in samenwerking met het speciaal onderwijs en Pluryn.

SPORTLES VAN I AM SPORTS BIJ WOONGROEP VAN ZOZIJN

Tijdens de lockdown waren de jongeren van Zozijn er wel klaar mee merkten de begeleiders. Na 8 weken "binnen" zitten waren ze toe aan verandering en een andere dagelijkse gang van zaken. De bewoners en de begeleiders hebben in deze periode extra gesport middels verschillende filmpjes, daar waren ze al enthousiast over. Maar nu het weer mogelijk is, is het natuurlijk veel leuker om face-to-face te sporten.

In het wooncentrum van Zozijn wonen 7 jongeren. Aan de buitenkant zie je misschien geen beperking, maar ze hebben allemaal een licht verstandelijke beperking, ADHD en/of autisme. Een doelgroep waar I AM Sports uit Doesburg veel ervaring mee heeft. Speciaal voor de Nationale Sportweek zijn deze twee partijen bij elkaar gekomen. Op deze manier hebben de jongeren een leuke avond én maken ze kennis met de sportmogelijkheden die er voor hen zijn binnen de gemeente. Deze dinsdagavond laat Adam van I AM Sports de jongeren dan ook goed zweten met verschillende krachtoefeningen. Niet binnen naar een filmpje kijken en sporten, maar gewoon lekker buiten, met alle 7 de inwoners en een instructeur. Sociale contacten opdoen, gezellig samen sporten, een frisse neus halen en plezier hebben in het bewegen. Want ook voor deze jongeren is dat heel erg belangrijk en gewoon mogelijk in Doesburg!



BEWONERS ZORGINSTELLINGEN EEN LEVEN LANG MET PLEZIER LATEN BEWEGEN

Uniek Sporten zet zich in voor sporters met een beperking. Een groot gedeelte van deze doelgroep is woonachtig in zorginstellingen en woongroepen. Samenwerken met deze instanties is dan ook van belang. Vanuit dit oogpunt is er door stagiaires van de HAN een netwerkanalyse opgezet. De vraagstelling van deze netwerkanalyse luidt:
"Hoe kan worden gezorgd voor een goede samenwerken tussen zorginstellingen en Uniek Sporten, waardoor beide partijen elkaar versterken?"

Methode
Om deze vraag te beantwoorden is er een vragenlijst opgesteld. Tijdens dit onderzoek zijn vier respondenten geïnterviewd. Deze respondenten zijn door de coördinatoren van Uniek Sporten aangedragen, omdat zij met deze zorginstellingen in contact zijn, of hiermee in contact willen komen. Het interview is via videobellen afgenomen. De respondenten werken allemaal bij verschillende zorginstellingen en oefenen allemaal een andere functie uit.

Resultaten
De belangrijkste resultaten en conclusies die uit de interviews zijn gekomen, is dat zichtbaarheid en samenwerking duidelijker en meer naar voren mag komen. De zorginstellingen vinden het fijn als een medewerker vanuit Uniek Sporten naar ze toe komen, zodat beide partijen elkaar kunnen zien en uitleggen welke initiatieven er al zijn en wat de mogelijkheden zijn. Hiernaast gaven de zorginstellingen aan dat zichtbaarheid niet alleen fysiek is, maar dat Uniek Sporten meer communicatief zichtbaar kan zijn. Daarnaast moet er rekening gehouden worden met de financiën die de zorginstellingen tot haar beschikking heeft.

Aanbevelingen
Er zijn een aantal aanbevelingen geformuleerd gericht op zichtbaarheid en samenwerking.

Zichtbaarheid:
1. *"Vergaderingen van zorginstellingen bijwonen, waarbij Uniek Sporten zichzelf presenteert middels een PowerPoint".* Door deze aanbeveling te integreren kent Uniek Sporten de doelgroep en de doelgroep Uniek Sporten. Zo kunnen ze samen kijken waar de sportkansen liggen voor de bewoners.
2. *"Maak een aantrekkelijker mail, poster en flyer".* Schrijf een mail die prikkelt. De mail moet kort en concreet zijn. Dit kan middels een poster of een flyer. Hierdoor is het meteen duidelijk waar de mail over gaat. In de bijlage kan de gehele informatie. Zo worden de mails van Uniek Sporten gelezen.
3. *"Contact met zorginstellingen vanuit Uniek Sporten door één persoon".* Zorginstellingen weten momenteel niet wie zij moeten benaderen. Het is voor hen ontzettend belangrijk dat de contactpersoon van Uniek Sporten zichtbaar is. Als een contactpersoon stopt bij Uniek Sporten, dan zal de collega die hem of haar overneemt zich ook zichtbaar moeten maken. Dit kan hij/zij doen door eerst contact te zoeken via de mail om vervolgens persoonlijk af te spreken.

Samenwerking:
1. *"Sportdag op maat".* De deelname van bewoners aan een sportdag zullen verhoogd worden als de sportdag op maat gecreëerd wordt. Er liggen kansen als de doelgroep en het sportteam worden meegenomen in dit proces.
2. *"Communicatie middels fysiotherapeuten en beweegagogen".* Dit zijn de personen die bij de zorginstellingen benaderd moeten worden, omdat zij het sportgedrag kennen van de bewoners. Als deze samenwerking verbeterd wordt kunnen er sportinitiatieven ontstaan en wordt het contact met zorginstellingen verbeterd.
3. "*Verbindende factor door het maandelijks delen van netwerk of het netwerk naar zorginstellingen toe brengen middels evenementen op locatie".* Hiermee worden sportverenigingen, initiatieven vanuit de gemeenten of andere sportinitiatieven bedoelt. Daarnaast hebben alle zorginstellingen sportfaciliteiten, die ze graag willen inzetten voor een evenement op locatie. Hierdoor kan je het netwerk naar de locatie toe brengen en ontmoeten ze zo veel meer mensen vanuit hun eigen doelgroep.
4. *"Financiën en subsidieregelingen duidelijk communiceren naar zorginstellingen via de mail".* Als zorginstellingen weten dat er een regeling getroffen kan worden t.a.v. budget. Dan is de kans groter dat zorginstellingen deelnemen aan een sportdag. Dit kan overzichtelijk via de mail naar de zorginstellingen gestuurd worden. Of samen opzoek gaan naar desbetreffende subsidieregelingen.

WHEELS2SPORT HEET VANAF 1 SEPTEMBER UNIEK SPORTEN UITLEEN

Wheels2Sport is sinds maart 2019 een bekende naam in de regio Arnhem. Met deze uitleenservice kunnen sportmiddelen op maat uitgeprobeerd worden via het platform Uniek Sporten. Vanaf 1 september 2020 wijzigt de naam Wheels2Sport in Uniek Sporten Uitleen. Deze service willen we in de nabije toekomst uitbreiden met meer hulpmiddelen dan alleen rollend materiaal, waar de naam Uniek Sporten Uitleen dan beter op inspeelt.

Uniek Sporten Uitleen bereikt momenteel meer dan 25% van Nederland, waaronder regio Arnhem. Met Uniek Sporten Uitleen zorgen we ervoor dat mensen met een fysieke beperking binnen de gemeenten sporthulpmiddelen kunnen uitproberen. Door de beschikbaarheid van sportvoorzieningen vanuit een uitleenpool, kun je uit het brede aanbod van sporten uiteindelijk de sport kiezen die het beste bij je past. Want, iedereen met een beperking moet kunnen sporten.

Werkwijze

Uniek Sporten Uitleen is meer dan alleen een uitleenservice, het is een mobiliteitsgarantie. De sporter krijgt advies over het sporthulpmiddel en het gebruik ervan. Het middel wordt persoonlijk gepast en afgesteld op je wensen. Ook is er tijdens de uitleenperiode technische service en onderhoud beschikbaar en wordt het product indien nodig afgeleverd op een gewenste locatie. Bovendien zijn er voor de gebruiker geen kosten verbonden aan deze dienst.

De sportrolstoel of ander hulpmiddel leen je dan minimaal een week tot maximaal zes maanden. Binnen die periode kun je namelijk een goed beeld krijgen of die sport bij jou past, zegt Monique Kalkman van Uniek Sporten Uitleen. "Ook of het fysiek bij je past. Als je wilt gaan basketballen maar je kunt die bal niet tot de hoogte gooien van de basket, dan kan ik me voorstellen dat het geen leuke sport is om te doen. Het kan dus dat het aan je fysieke gesteldheid ligt dat basketbal geen optie is. Kom je daar na twee maanden achter en je wilt bijvoorbeeld gaan rolstoelhockeyen met een andere rolstoel dan is dat geen probleem bij Uniek Sporten Uitleen. Zo kun je meerdere keren een beroep doen op deze uitleenservice om te kijken wat bij jou past."

Na de uitleenperiode kan de gebruiker een rapport krijgen met de maten van het gewenste hulpmiddel. Met dit rapport kan men vervolgens naar de gemeente voor het aanvragen van het juiste sporthulpmiddel.

Uniek Sporten Uitleen is een samenwerking met Welzorg, NOC*NSF, Sunrise Medical en Fonds Gehandicaptensport. Wilt u meer informatie over Uniek Sporten Uitleen, dan kunt u naar de website: www.unieksporten.nl/uitleen.

UITLEEN IN CIJFERS

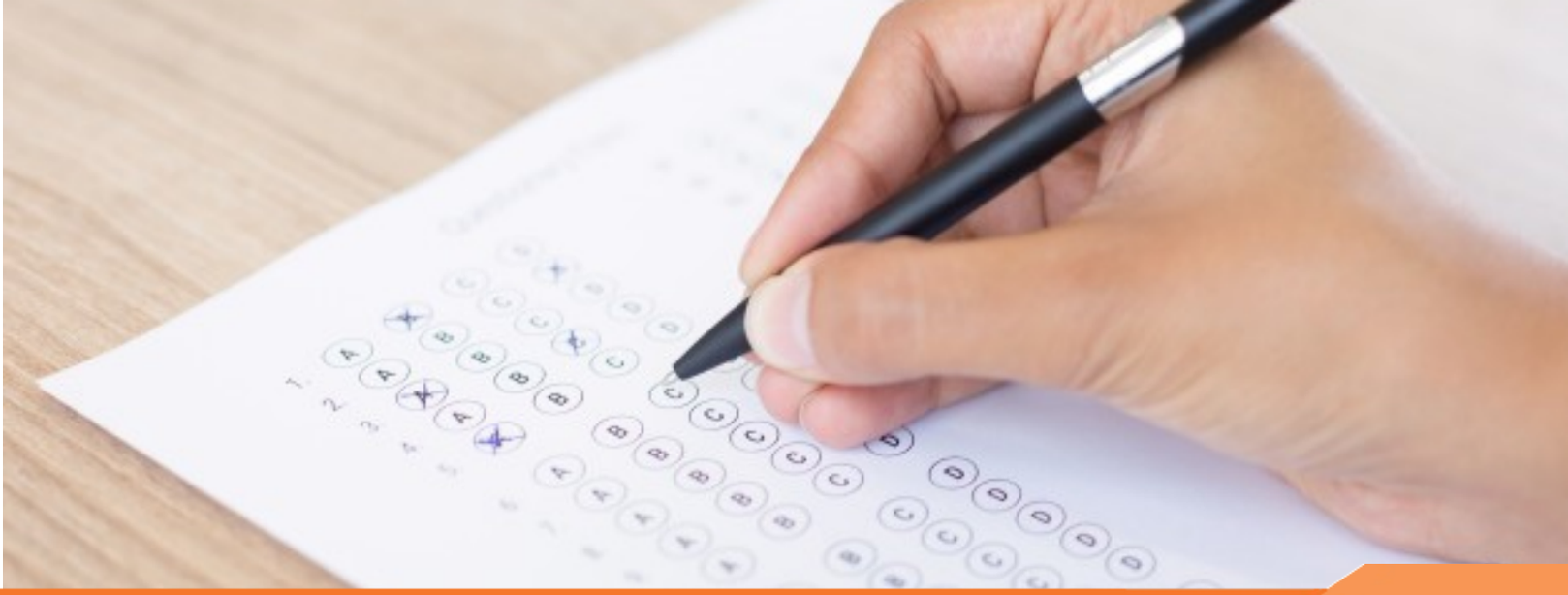
4 inwoners uit regio Arnhem hebben in 2020 gebruik gemaakt van Uniek Sporten Uitleen.

118 dagen is de gemiddelde uitleentijd, waarin inwoners gebruik maken van een leen hulpmiddel.

6 verschillende hulpmiddelen zijn momenteel te leen middels Uniek Sporten Uitleen: een elektrische sportrolstoel, aankoppelbare handbike, ligbike, racerunner, allround sportrolstoel en een court rolstoel.

ONTWIKKELINGEN

- **Events**: Vanuit een pilot blijkt dat de aanwezigheid op events lijkt bij te dragen aan de promotie van sporthulpmiddelen. Neem contact op bij interesse.
- **Instellingen**: Uniek Sporten Uitleen kan alleen door een individu worden aangevraagd. Momenteel wordt gekeken naar de mogelijkheden en het effect om uitleenmaterialen te leveren aan instellingen.
- **Producten**: Momenteel wordt er een pilot gedraaid om te kijken of het mogelijk is om het assortiment uit te breiden met sportprotheses en ortheses. We hopen in 2021 hier meer informatie over te hebben.



GEZONDHEIDSMONITOR IN SAMENWERKING MET GGD

In de afgelopen jaren in alle tien de gemeenten in de regio Arnhem een onderzoek uitgevoerd door Uniek Sporten regio Arnhem. In dit onderzoek wordt er informatie verzameld over het huidige sport,- en beweeggedrag van mensen met een beperking. Zo krijgen we inzicht in mogelijke aanknopingspunten om sporten makkelijker te maken en de drempel tot sporten te verlagen. Bij het uitvoeren van de 1-meting liepen de medewerkers van Uniek Sporten tegen een aantal veranderingen aan zoals de wijzigingen in de huidige wetgeving t.a.v. de AVG, lage respons en respondenten die niet proportioneel verdeeld waren. Er wordt nu gekeken of er in samenwerking met GGD Midden Nederland een gezondheidsmonitor kan worden opgezet voor mensen met een beperking.

Corona-monitor...

Het afgelopen jaar is er een landelijk onderzoek opgezet door het RIVM en de GGD'en naar de impact van Covid-19. GGD Midden Nederland en de Academische Werkplaats AMPHI, hebben geconstateerd dat dit onderzoek te moeilijk is voor laaggeletterden en mensen met een licht verstandelijke beperking (LVB). In samenwerking met experts en ervaringsdeskundigen is de vragenlijst herschreven waardoor deze beter aansluit op deze doelgroepen. Deze nieuwe vragenlijst wordt via het, speciaal voor de doelgroep ontwikkelde, platform Crowdience aangeboden. Hierdoor wordt het invullen van de vragenlijst voor zoveel mogelijk mensen toegankelijk gemaakt.

… als startpunt van gezondheidsmonitor...

Tijdens de corona-monitor die in 2020 is gestart willen de onderzoekers vooral ervaren hoe ze het beste onderzoek kunnen doen bij mensen met een licht verstandelijke beperking. Is het platform Crowdience goed te gebruiken? Zijn de vragen goed gesteld? Hoe is de respons? etc. Een stagiair doet vooral onderzoek over de inhoud van een gezondheidsmonitor. Zij heeft gesprekken met ervaringsdeskundigen, artsen en anderen uit het werkveld. Vanuit deze gesprekken beschrijft zij de belangrijke thema's voor in de gezondheidsmonitor. Aan de hand van de corona-monitor en stage opdracht, wordt uiteindelijk de gezondheidsmonitor opgesteld.

Binnen het thema 'sport en bewegen' zal Uniek Sporten ook betrokken worden. Zo kan er meegedacht worden over de vragen die binnen dit thema worden behandeld. Waarom wordt een vraag niet gesteld, en waarom een andere vraag wel. Uiteraard wordt hierbij rekening gehouden welke informatie belangrijk is om mee verder te werken.

...voor alle beperkingen

Bij het ontwikkelen van de gezondheidsmonitor is er vooral gekeken naar de doelgroep met een LVB. Hierdoor zal deze monitor ook makkelijk toe te passen zijn op andere doelgroepen zoals middel en zwaar verstandelijk beperkten, meervoudige beperking, NAH etc. Als de monitor gereed is kan Uniek Sporten ondersteunen bij het verspreiden van de monitor onder de doelgroep via o.a. MEE, zorginstanties en woongroepen. De GGD kan uiteindelijk de data analyseren en de uitkomsten met Uniek Sporten delen.

“2020 WAS UNIEK, IN VELE OPZICHTEN”

Het klinkt misschien naïef, maar 2020 was voor mij het jaar van hoop. 2019 was voor mij persoonlijk, vanuit mijn progressieve spierziekte bekeken, een grote domper. Slechter kon niet en 2020 moest en zou beter worden. Natuurlijk wist ik toen nog niet wat voor onheil op de deur zou kloppen. Dat is het enge en tegelijkertijd het mooie aan het leven: je kunt je nooit voorbereiden op wat komen gaat.
Net als de afgelopen drie jaar begon 2020 met de feestelijk avond van de Duivense Sportverkiezing. Het evenement wat ik samen met een aantal goede vrienden en vele lokale sponsoren jaarlijks organiseer in Duiven om sporters met en zonder beperking het podium te geven wat ze verdienen. Het was wederom een avond, met alleen maar winnaars, om niet snel te vergeten. En met de wijsheid van vandaag, was het waarschijnlijk de laatste keer dat we niet aan die 1,5 meter afstand dachten.

Tot half maart bestond mijn leven, zoals gebruikelijk, uit het bezoeken van gemeentelijke en provinciale bijeenkomsten, het strijden voor inclusie, werkzaamheden voor Zorgbelang Inclusief en het bezoeken van sporters, sportscholen en verenigingen om over de toekomst van (on)beperkt sporten te praten. Geen vuiltje aan de lucht, behalve dat er een onzichtbaar en levensgevaarlijk virus op weg was naar Nederland. Op zaterdagochtend 14 maart 2020 nam ik weloverwogen het besluit om in een “bubbel” te rijden, om mijzelf te beschermen tegen een besmetting met corona, niet wetend wanneer de deur weer op een kiertje kon.

De intelligente lockdown kwam daar vlot achteraan. Ik bedacht me vrijwel direct, dat er waarschijnlijk heel veel mensen waren die niet gewend waren om veel thuis te zitten en beperkt te zijn in hun bewegingsvrijheid. Iets wat voor mij, en voor veel mensen met een beperking of chronische ziekte helaas iets normaler is. Dus toen half Nederland naar de supermarkt rende voor toiletpapier en paracetamol, bedacht ik een manier om mensen te informeren, ondersteunen en waar mogelijk te helpen om deze bijzondere tijd door te komen. Met de hulp en expertise van twee hele goede vrienden ontstond de website DuivenOnline.nl, een platform om mensen te verbinden, maar ook om lokale ondernemers een plek te geven om hun diensten aan te bieden én nog zoveel meer.

Wat ikzelf heel opvallend vind en vond was dat meerdere mensen uit de “meest kwetsbare”-groep in Nederland met soortgelijke ideeën kwamen, maar gelukkig niet alleen vanuit deze groep mensen. Overal ontstonden ideeën om mensen op afstand te verbinden, te helpen om de afstand tot elkaar te accepteren en om alleen, maar toch ook samen, te bewegen en zelfs plezier te hebben. Het gevoel van saamhorigheid overheerste in ons land.

Zelfs in de zomer van 2020, die veel Nederlanders bestempelde met het “eindelijk weer vrij zijn”, bleef ik binnen. Veilig in mijn bubbel, want de angst om besmet te raken is sinds die zaterdagochtend in maart onafgebroken op de achtergrond aanwezig geweest. Dit gevoel werd op meerdere momenten in 2020 versterkt, toen ook ik werd geconfronteerd met het overlijden van drie vrienden aan dit afgrijselijke virus. Zolang ik niet gevaccineerd ben, zal dat angstige gevoel blijven en zelfs daarna zal het moeilijk zijn om mijn veilige bubbel meer en meer te verlaten.

Ik sta bekend om mijn onverbeterlijke optimisme. Bij mij is het glas altijd half vol. Vanuit huis, vanachter mijn tablet ligt de wereld letterlijk voor mij open. Ook al ben ik in mijn vrijheid beperkt, ik ben en blijf actief voor de samenleving, voor Uniek Sporten, voor de gemeente, de provincie en natuurlijk voor DuivenOnline.

2020 zou een jaar van hoop worden, dat werd iets anders. Maar ja, hoe kon ik weten dat er een pandemie op de hoek stond. Het leven wordt nooit meer hetzelfde, maar misschien gaat de zon in 2021 weer een heel klein beetje schijnen, kan mijn deur weer op een kier en kan ik eindelijk weer naar een rolstoelbasketbal-wedstrijd van de Pigeons on Wheels in Duiven.



Foto: Fotografie Jacques Kok

Mathieu Maanders is 44 jaar oud en zet zich veelvuldig in voor de samenleving. Hij is fractie-assistent in de gemeenteraad van Duiven en lid van de denktank Politieke Participatie voor mensen met een beperking. Hij is lid van het ROCOV (in deze rol komt hij op voor de belangen van mensen met een beperking in het OV in de Provincie Gelderland) en ambassadeur brede toegankelijkheid voor Zorgbelang Inclusief.

Mathieu verlegt zijn sportieve grenzen samen met zijn Personal Trainer van SPORTIEFV, en is ambassadeur voor Uniek Sporten.

Ondanks dat zijn progressieve spierziekte hem meer en meer belemmerd, vervuld hij deze indrukwekkende lijst met functies.

“Max, zoals ik mijn 4-wielige Permobil-vriend noem, zorgt er voor dat ik op een zo comfortabel mogelijke manier, alles kan blijven doen wat ik wil. Ik doe dit om een bijdrage te leveren om het leven van mensen met een beperking op velerlei terreinen te verbeteren.”

“COMMUNICEREN OM ZICHTBAAR EN BETROKKEN TE BLIJVEN”

Het is in deze tijden belangrijk om als organisatie te zorgen voor binding met de samenwerkingspartijen en de doelgroep. Middels verschillende communicatie kanalen zoals mail, de nieuwsbrief, websites en social media blijven we zichtbaar en houden we de lezer op de hoogte van de ontwikkelingen en de mogelijkheden.

UNIEKE SPORTERS VRAGEN OM UNIEKE AANPAK

De coronacrisis zorgt voor bizarre taferelen. Competities liggen stil en clubhuizen blijven leeg. Gelukkig ontstaan er binnen de sportwereld ook tal van geweldige initiatieven om in beweging en in contact te blijven, of anderen te helpen. Mensen met een beperking zullen in deze tijd veel om en rond huis moeten sporten en bewegen. Juist daarom is het belangrijk om deze doelgroep óók thuis te activeren. Het blijft immers een kwetsbare doelgroep voor wie sporten van groot belang is.

Ik Beweeg Uniek
Bij Uniek Sporten zagen ze hoe het internet zich vulde met challenges en sporttips om thuis uit te voeren, maar allen niet geschikt voor hun doelgroep. "Thuis sporten is voor veel mensen misschien vanzelfsprekend, maar voor mensen met een beperking is dat zeker niet altijd het geval", aldus Mike Splithof. Daarom besloot men binnen de organisatie zelf op zoek te gaan naar oplossingen. Het resultaat: Ik Beweeg Uniek. Via het initiatief probeert de organisatie mensen met een beperking te inspireren om thuis te sporten.
"Op de website en via de hashtag #ikbeweeguniek delen we video’s en tips, speciaal voor onze doelgroep. De online video’s stimuleren een actieve levensstijl, maar het maakt de uiteindelijke stap naar de vereniging straks wellicht ook kleiner voor veel nieuwe sporters. We hopen dat we op deze manier mensen met een beperking op een laagdrempelige wijze kunnen inspireren om te gaan sporten."

Uniek Sporten
Op die manier draagt het initiatief ook bij aan hetgeen waar Uniek Sporten zich dagelijks voor inzet, aldus de Graaf: "De sportparticipatie onder onze doelgroep is vele malen lager dan bij mensen zonder een beperking. Uniek Sporten heeft als doelstelling om meer mensen met een beperking aan het sporten en bewegen te krijgen en te houden. Dat doel is niet veranderd, alleen de manier waarop is dat nu even wél."

Thuis sporten met hulp van de vereniging
Ook Jacqueline van Pelt van AV de Liemers merkt dat dit een lastige periode is voor sporters met een beperking: "Op onze vereniging bieden we racerunning aan. Dit is een sport waarmee kinderen met een motorische en/of meervoudige beperking kunnen sporten en bewegen door het gebruik van een driewielig fietsframe inclusief borststeun."
Het is duidelijk dat sporten voor deze doelgroep heel belangrijk is: "Je ziet dat de spieren die ze normaal niet gebruiken sterker worden en dat de doorbloeding van hun benen beter wordt. Het doet wonderen voor hun gezondheid, maar het is vooral het plezier, de vrijheid van bewegen en het samenzijn met clubgenootjes wat hen goed doet."
Om die reden wil Van Pelt kinderen nu ook thuis laten sporten. "De kinderen missen hun dagelijkse routine, maar bewegen nu ook minder. Wij helpen onze leden graag waar het kan en daarom lenen we nu onze racerunners uit, zodat ze thuis zelf aan de slag kunnen. Het enige wat ze verder nog nodig hebben is een fietspad!"
Ook de trainers van de vereniging zetten zich in om de kinderen actief te houden: "In overleg met de ouders geven zij privéles bij de sporters thuis, zodat ze fit blijven." Dat het een moeilijke periode is geeft Van Pelt toe, maar stilzitten is geen optie. "We proberen iedereen betrokken te houden bij de sport, ook al kunnen ze nog even niet samenkomen. We denken graag in oplossingen, niet in problemen!"

1.4 miljoen bezoekers in totaal op de landelijke website van Uniek Sporten

395.000 bezoekers in 2020 op de landelijke website

30.000 mensen dagelijks op de landelijke social media pagina's



REGIO ARNHEM

Sinds 2017 wordt het platform van Uniek Sporten landelijk uitgerold. De website blijft één van de belangrijkste communicatiemiddelen, met de sport-zoek-functie als belangrijke pijler.

8418 unieke website bezoekers. Hiervan gaan 5.478 bezoekers naar het nieuws, wat duidelijk meer is dan in 2019. Deze stijging kan komen door het intensief inzetten van de social media kanalen tijdens de coronaperiode. Verder klikt 12% van de bezoekers verder naar ´sport zoeken'.

1660 abonnees ontvangen maandelijks de nieuwsbrief. Via deze digitale nieuwsbrief blijven lezers uit de regio Arnhem op de hoogte van lokaal sportaanbod, evenementen en ander nieuws.

Daarnaast was er volop aandacht voor Uniek Sporten in onder andere Sjors Sportief, diverse lokale en regionale kranten en magazines en is Uniek Sporten veel aanwezig geweest bij bijeenkomsten van o.a. de sportakkoorden.

ONLINE SPORT,- EN BEWEEG INITIATIEVEN

In 2020 zijn we lange tijd afhankelijk geweest van het binnen sporten. Dit hebben we onder andere gestimuleerd middels #ikbeweeguniek, maar er waren ook veel initiatieven van andere organisaties. Een aantal van deze video's met oefeningen zijn naar verschillende woongroepen verstuurd.

"De bewoners deden enthousiast mee met de opgestuurde filmpjes"

Zo konden de bewoners van deze woongroepen mee sporten met de Workout Wednesday van Uniek Sporten landelijk, konden ze meedoen met de oefeningen van de regionale ambassadeurs die op social media stonden van Uniek Sporten Gelderland, maar konden ze ook meedoen met bijvoorbeeld de TopFit trainingen die de Dirk Kuijt Foundation op YouTube had geplaatst. Op deze manier bleven de bewoners op de woongroepen in beweging. Een welkome afwisseling in een situatie waarin zij soms al 8 weken "binnen" zaten, en waardoor zij toe waren aan verandering. Zoals één van de begeleiders ook al aangaf: "We hebben gebruik gemaakt van de filmpjes. Wat een leuk initiatief, de bewoners waren er enthousiast mee bezig".

UNIEK SPORTEN 2020 IN ÉÉN OOGOPSLAG

Uniek Sporten is een aanpak die als doel heeft om meer mensen met een beperking in de regio Arnhem (en inmiddels in heel Nederland) structureel te laten sporten en bewegen. Sinds de start van het loket in Arnhem in 2009, de aansluiting van de laatste regio gemeenten Duiven en Lingewaard in 2014, tot en met de doorontwikkeling van het loket vandaag de dag zijn de mogelijkheden en toegankelijkheid van sporten en bewegen gegroeid. In de infographic van 2020 is deze groei in één oogopslag zien.

Één van de kerntaken van Uniek Sporten is de loketfunctie. In 2020 werden door de drie coördinatoren 60 sportvragen beantwoordt van mensen die rechtstreek contact opnamen met het loket. Daarnaast bezochten zo'n 8418 unieke bezoekers de website in 2020, waarvan de meerderheid, 5478 bezoekers, naar de nieuwsberichten gingen.

Ook het ondersteunen van het sport,- en beweegaanbod is een kerntaak waar de coördinatoren zich mee bezig houden. Dit aantal is in de laatste jaren sterk gestegen. Eind 2018 waren er 139 aanbieders voor mensen met een handicap in de regio Arnhem, in 2018 waren dat 139 sportaanbieders en in 2020 groeide dit door naar 164 sportaanbieders met 253 activiteiten, in 75 takken van sport.
Tevens zijn 30 aanbieders in de regio Arnhem ondersteund. Zij zijn onder andere geholpen bij het opstarten van aangepast sporten, werden er kennismakingsgesprekken gepland en werden sportaanbieders ondersteund bij het aanvragen van subsidies.

Dankzij de samenwerking met de verschillende partners en alle inzet van trainers/coaches, vrijwilligers en professionals wordt sporten en bewegen voor mensen met een handicap steeds meer bereikbaar en toegankelijk. Echter, dat sporten en bewegen voor mensen met een beperking nog niet altijd vanzelfsprekend is, blijft een aandachtspunt waarvoor we ons óók in 2021 moeten blijven inzetten!

CONTACT GEGEVENS



Silvia Bos
Coördinator aangepast sporten

Contactpersoon voor de gemeenten Arnhem, Duiven, Overbetuwe, Lingewaard, Westervoord en Zevenaar (groene gekleurd)

s.bos@unieksporten.nl

Jorien Harteman
Coördinator aangepast sporten

Contactpersoon voor de gemeenten Doesburg, Renkum, Rheden en Rozendaal (oranje gekleurd)

j.harteman@unieksporten.nl

VOORTGANGSRAPPORTAGE 2020

60 SPORTADVIEZEN

	SPORT AANBIEDERS	ACTIVITEITEN	TAKKEN VAN SPORT
2020	164	253	75
2019	153	252	74
2018	139	225	70
2017	135	204	69
2016	128	188	67

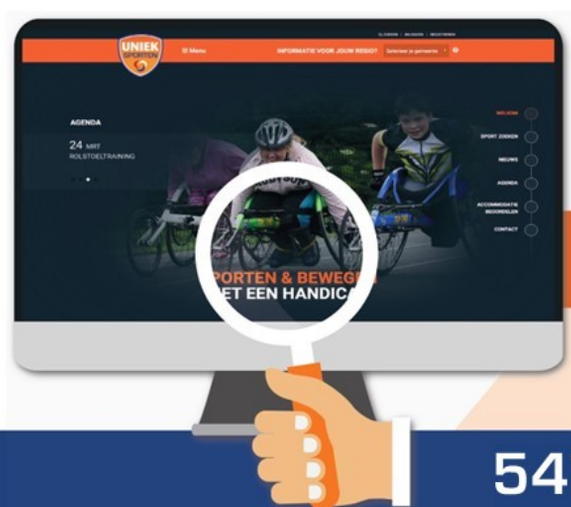
EVENTS

In de regio Arnhem ondersteunde Uniek Sporten verschillende events waaronder De Nationale Diabetes Challenge en Special Sports Event. Verschillende sport,- en beweeginitiatieven werden gedeeld met woongroepen en zorginstellingen. Tevens werden er via #ikbeweeguniek video's en tips gedeeld, speciaal voor de doelgroep.

30 AANBIEDERS ONDERSTEUND

SPORT- EN BEWEEGAANBOD

- 22 Aanbieders zijn ondersteund bij trajecten als; de koppeling met speciaal onderwijs, fondsenwerving en promotie
- 7 Aanbieders zijn ondersteund bij het opstarten van aangepast sporten
- 11 Aanbieders werden bezocht voor een kennismakingsgesprek



COMMUNICATIE

8418 unieke website bezoekers uit de regio Arnhem in de periode van januari 2020 t/m december 2020

5478 bezoekers gaan naar 'nieuws'

12% van de bezoekers, zoekt een sport

1660 abonnees op de regionale nieuwsbrief

SAMENWERKING

Structurele samenwerking met partners uit de zorg, revalidatie, (speciaal) onderwijs, overheden en ondersteunde organisaties.



UNIEK SPORTEN


HARNESS
HARNESS
TOP END

RAAK GEÏNSPIREERD

SCAN MIJ

OMDAT IEDEREEN KAN SPORTEN EN BEWEGEN,
ONGEACHT HANDICAP OF BEPERKING

© 2020 Uniek Sporten regio Arnhem
De terugblik 2020 is een uitgave van Uniek Sporten regio Arnhem. Een speciaal woord van dank aan alle samenwerkingspartners en zij die aan deze uitgave hebben meegewerkt.

Tekst en samenstelling
Silvia Bos en Jorien Harteman
(coördinatoren Uniek Sporten regio Arnhem)

Met dank aan
Mike Splithof (oud-coördinator US)
Mathieu Maanders (ambassadeur)
Lenore Krever (stagiaire)
Lillian van der Groep (stagiaire)
Uniek Sporten landelijk (omslagillustratie)

Uniek Sporten regio Arnhem
De Onderwijsspecialisten
Postbus 821
6800 AV Arnhem
E regioarnhem@unieksporten.nl