



Jaarverslag 2024

1. Algemeen

Stichting Kwiek, Boekel in beweging stelt zich ten doel om alle inwoners van de gemeente Boekel te faciliteren om een leven lang gezond te sporten en bewegen. 2024 was daarbij het eerste volledige jaar.

Stichting Kwiek, Boekel in beweging probeert dit doel onder meer te bereiken door samen te werken met een groot aantal samenwerkingspartners (o.a. gemeente, het dorpssteam, de GGD, de verschillende kindcentra, verenigingen, KBO, Bibliotheek, huisartsen).

Door aan te sluiten bij het lokaal sportakkoord van de gemeente Boekel richt Stichting Kwiek, Boekel in beweging (hierna te noemen Kwiek) zich op de volgende pijlers:

1. Vitaal (sport- en beweeg) aanbod

Doelstelling: Sport en beweegaanbieders en maatschappelijke partners (hierna te noemen: samenwerkingspartijen) spelen een cruciale rol in de organisatie van en rondom sport & bewegen. We willen graag een breed aanbod bieden aan sport- en beweegactiviteiten in de gemeente Boekel. Om maatschappelijke meerwaarde te kunnen creëren is het van belang dat een vereniging vitaal (toekomstbestendig) is en blijft.

2. Sporten en bewegen voor IEDEREEN (Inclusief sporten en bewegen)

Doelstelling: Geen uitsluiting meer van individuen of groepen. Iedereen zoveel mogelijk (inclusief) regulier laten deelnemen. Mocht dit niet lukken dan pas verbijzonderen naar specifieke doelgroepen.

3. Positieve sportcultuur

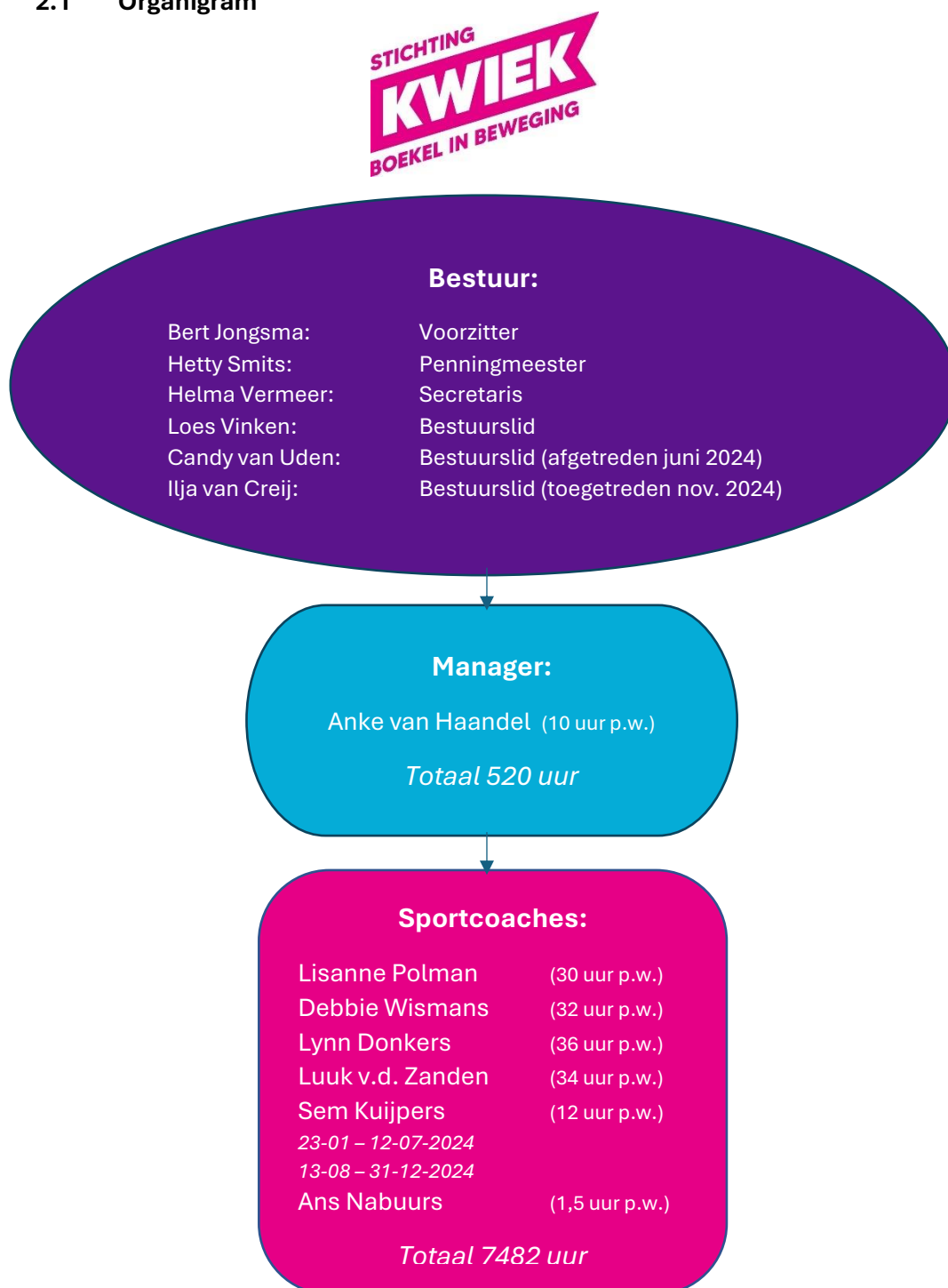
Doelstelling: Iedereen ervaart sport en bewegen overal als plezierig in een voor hem of haar veilige omgeving waar zorgeloos en met respect met iedereen wordt omgegaan.

4. Jeugd 12- 18 jaar

Doelstelling: Jeugd blijvend laten sporten en bewegen.

2. Organisatie

2.1 Organigram



2.2 Personeel

In 2024 is er een nieuwe (parttime) sport-/beweegcoach in de persoon van Sem Kuijpers aan het team van Kwiek toegevoegd. Hij is aangenomen om het zwangerschapsverlof van Lisanne Polman (gedeeltelijk) op te vangen. Later in het jaar 2024 is zijn contract verlengd om ook het zwangerschapsverlof van Debbie Wismans (gedeeltelijk) op te vangen.

Februari t/m Mei 2024:	Zwangerschapsverlof Lisanne Polman
Augustus t/m December 2024:	Zwangerschapsverlof Debbie Wismans
Oktober t/m December 2024:	Uitval Lisanne Polman

3. Activiteiten

3.1 Continueren bestaande activiteiten

In 2024 heeft Kwiek zich vooral ingezet om de bestaande sport- en beweegactiviteiten voort te zetten en/of uit te breiden.

Onderstaand een overzicht van deze activiteiten voor de verschillende leeftijdsdoelgroepen:

Peuters/Kleuters	Basisschooljeugd	Jongeren	Volwassenen	Senioren
• Vakleerkracht gymlessen • Peuter/kleutergym • Kidsgym • Beweegactiviteiten schoolvakanties • Avond4daagse	• Vakleerkracht gymlessen • Naschools sportaanbod BSO • SportBoeVen • Sportactiviteiten schoolvakanties • Coördineren gastlessen verenigingen • Freerun lessen • Trainingen verzorgen • Avond4daagse • Kwiek Sport & Spel	• Sportsnow • Avond4daagse	• Diverse work-outs • Avond4daagse • Kwiekuurtje • Powerwalk • Wandelgroepen	• Diverse Sportlessen voor 55+ • Avond4daagse • Kwiekuurtje • Valpreventie • Wandelgroepen

In bijlage 1 vind je een overzicht van het aantal lessen per week waarvoor de sportcoaches in 2024 zijn ingezet.

3.2 Nieuwe activiteiten Kwiek

Na de lancering van Kwiek in september 2023 zijn er ook in 2024 een aantal mooie nieuwe initiatieven gestart.

Powerwalk

Powerwalk is een sportieve activiteit die voortgekomen is uit het Kwiekuurtje. Daar ontstond de behoefte/vraag voor een wekelijkse les Powerwalk in Boekel. In de persoon van Ans Nabuurs vonden we een wandeltrainster die wekelijks enthousiast aan de wandel gaat met een fanatieke groep. Er wordt bij de Powerwalk stevig doorgestapt met afwisselende tempo's. Met onderweg evenwichtsoefeningen en lichte krachttrainingen die alle spiergroepen aanspreken.



Wandelgroep Boekel & Wandelgroep Venhorst

Het doel van Kwiek is om zoveel mogelijk mensen, jong en oud uit de gemeente in beweging te krijgen. Kwiek organiseert zelf sport- en beweegactiviteiten, maar ondersteund ook organisaties en initiatieven om mensen in beweging te krijgen.

Zo is vanuit een inwoner van de gemeente Boekel het initiatief ontstaan om op een laagdrempelige manier mensen in beweging te krijgen, middels het starten van een wandelgroep.

Iedere dinsdagavond in Venhorst en op woensdagavond in Boekel wordt er in 2 groepen gewandeld. Enerzijds om fit te blijven en in beweging te komen, anderzijds bevordert het de sociale contacten. Wandelen is goed voor zowel lichaam als geest.

Twee vrijwilligers bepalen iedere week de route en lopen met de groep mee. Er is een keuze tussen een korte route (2,5-3 km) en een langere route (4,5-5 km).

Samenwerking Bibliotheek de Lage Beemden: Combinatie lezen-sporten

In 2024 is er met Bibliotheek de Lage Beemden een nieuwe samenwerkingspartner gevonden waarmee we een mooi nieuw initiatief hebben op gezet voor peuters in de vorm van een leesactiviteit in combinatie met bewegen.

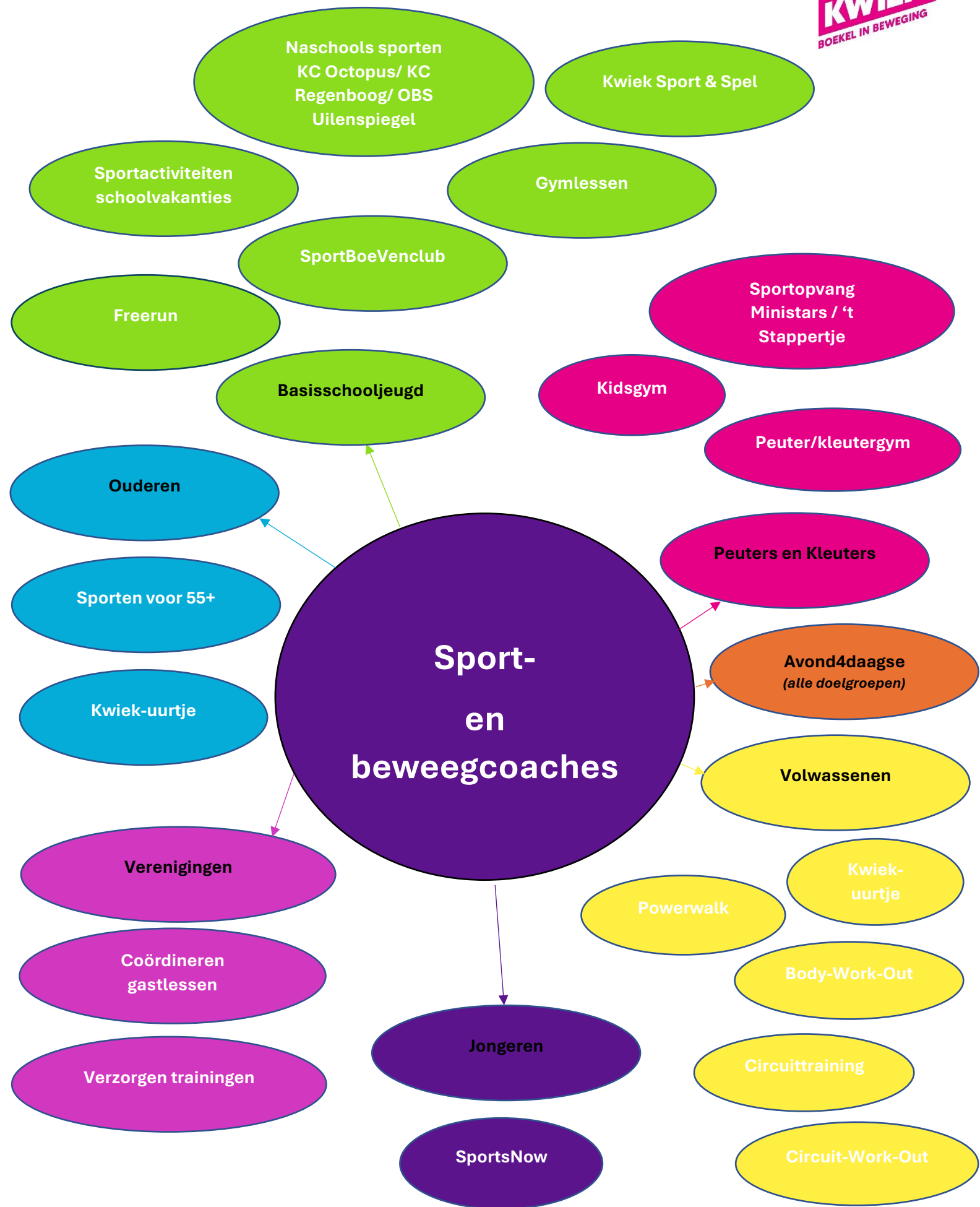
Nadat er door een medewerker van Bibliotheek de Lage Beemden een mooi boek, waarin bewegen centraal staat, wordt voorgelezen aan de aanwezige (groot)ouders met hun (klein)kinderen gaan ze daarna, onder begeleiding van een sportcoach, lekker samen bewegen in de gymzaal.

Beweegpaden Boekel-Venhorst

In 2024 zijn de eerste beweegpaden aangelegd in Boekel en Venhorst.



Uit het project meer bewegen voor, tijdens en na schooltijd zijn o.a. de beweegpaden ontstaan. Zo zijn de eerste beweegpaden aangelegd rondom de scholen. Bijvoorbeeld op weg naar de gymlessen zien we hierdoor veel springende en huppelende kinderen. Dit project wordt in 2025 voortgezet.



Overzicht activiteiten ingedeeld naar doelgroep.

3.3 Projecten Kwiek i.s.m. andere partijen

3.3.1 *Goed, beter Boekel*

Kwiek is ook in 2024 als gesprekspartner aangesloten bij het initiatief Goed, beter Boekel. In deze werkgroep wordt er met een zo breed mogelijke groep van maatschappelijke partners gesproken over de preventievisie van de gemeente Boekel. Vele thema's komen hierbij aan bod. Uit deze werkgroep ontstaan weer mooie (sub)initiatieven.

3.3.2 *Valpreventie*

Ook in 2024 was Kwiek, i.s.m. de gemeente, de kartrekker van de werkgroep Valpreventie. De werkgroep, bestaande uit de fysiotherapeuten, de ergotherapeut en de cesartherapeut, heeft samen met andere betrokken samenwerkingspartners (o.a. KBO's) in 2024 een aantal testdagen georganiseerd. In 2025 wordt er een plan gemaakt om n.a.v. deze testresultaten acties uit te zetten en wordt hier mee aan de slag gegaan.

3.3.3 *Sportloket*

In 2024 profileerde Kwiek zich als het sportloket van de gemeente Boekel. Inwoners van de gemeente Boekel die graag (meer) willen sporten/bewegen, maar die het lastig vinden om een keuze te maken uit alle mogelijkheden die er binnen de gemeente Boekel zijn, worden door een sportcoach begeleid in deze zoektocht.

Ook met nieuwe sport- en beweeg ideeën kunnen inwoners bij het sportloket terecht. Kwiek bekijkt de mogelijkheden om deze ideeën i.s.m. bestaande sport-/beweegaanbieders te initiëren.

Op de pagina www.actief.inboekel.nl is een totaaloverzicht van de sport- en beweegaanbieders in onze gemeente. Het is een continue proces om dit overzicht actueel te houden.

In 2025 wordt er, i.s.m. de gemeente, een avond georganiseerd voor verenigingen. Tijdens deze avond zal Kwiek zich presenteren aan de verenigingen om zodoende een grotere bekendheid te krijgen binnen onze gemeente.

3.3.4 *Motorische screening*

Aan het einde van schooljaar 2023-2024 is de helft van de basisschoolkinderen getest d.m.v. een motorische screening. Eind 2024 (met uitloop naar begin 2025) zijn/wordt de andere helft van de kinderen (groep 2 t/m 6) getest. In 2025 worden de resultaten verwerkt en wordt een verslag van de resultaten verwacht.

Naar aanleiding van de uitslag van deze screening gaat het team van Kwiek verder met het project om een continue preventief proces te creëren waarmee bewegingsarmoede en motorische achterstanden eerder gesignaleerd en aangepakt kunnen worden.

3.3.5 Subsidie Levendig Brabant

In 2024 heeft Kwiek een provinciale subsidie “levendig Brabant (stimulans voor bewegen)” toegekend gekregen. Deze subsidie is er voor initiatieven die ervoor zorgen dat (meer) Brabanders meer gaan bewegen en zodoende voldoen aan de beweegnorm (voor de beweegrichtlijnen zie bijlage 2).

M.b.v. deze subsidie heeft Kwiek het project “meer bewegen voor, tijdens en na schooltijd” vorm kunnen geven. Dit project wordt vervolgd in 2025. (Voor het projectplan zie bijlage 3).

3.4 Samenwerkingspartners

Zoals in eerdere paragrafen van dit jaarverslag al naar voren komt werkt Kwiek nauw samen met diverse organisaties en instellingen. Om onze ambities en doelen te kunnen behalen zijn goede samenwerkingen van essentieel belang.

Onze lokale samenwerkingspartners zijn:

- ✓ Gemeente Boekel
- ✓ St.GOO-opvang & onderwijs
- ✓ Saam/OBS Uilenspiegel
- ✓ KDV Ministars
- ✓ XXS Kinderopvang
- ✓ Dorpsteam
- ✓ GGD
- ✓ KBO Boekel/ KBO Venhorst
- ✓ Werkgroep Valpreventie (fysiotherapeuten/ergotherapeut/cesartherapeut)
- ✓ zorgburo Memo
- ✓ de Kinderburgt
- ✓ vele sportverenigingen/sportaanbieders
- ✓ Bibliotheek de Lage Beemden

Onze landelijke/regionale samenwerkings-/sparringpartners zijn:

- ✓ Werkgevers in de sport (WOS)
- ✓ Provincie Noord-Brabant
- ✓ NOC*NSF

Ook in 2025 zullen we de bestaande samenwerkingsverbanden blijvend versterken en daar waar mogelijk uitbreiden en indien zinvol en praktisch haalbaar, zeker nieuwe samenwerkingsverbanden aangaan.

4. Financieel

Zoals uit de jaarrekening blijkt hebben we, zoals ook in de begroting voorspelt, het jaar 2024 afgesloten met een verlies. Door extra inkomsten uit de georganiseerde sportactiviteiten hebben we het verlies in 2024 kunnen beperken tot € 10.511,- (Begroot verlies was € 20.030,-).

Cao-sport

De negatieve cijfers komen voort uit de CAO-indexering in 2024.

In 2024 (en ook 2025) kwamen we door de CAO-sport voor een enorme (onverwachte) uitdaging te staan. In de begrotingen van Kwiek was geen rekening gehouden met de flinke salarisverhogingen (1 januari 2024 +6%, 1 oktober 2024 + 2% en 1 april 2025 + 5%). Voor 2026 e.v. is de situatie nog niet te voorspellen. In 2025 wordt er gewerkt aan een nieuwe CAO-sport. De uitkomst hiervan wordt pas eind 2025 verwacht.

Hierdoor wacht ons een enorme uitdaging om de begroting voor de komende jaren rond te krijgen. Uiteraard gaan we daar waar mogelijk op zoek naar inkomstenbronnen uit bijvoorbeeld extra activiteiten en/of subsidiemogelijkheden. Ook gaan we hier graag over in gesprek met de gemeente. Graag denken we hierbij in kansen en mogelijkheden! (Voor de CAO-sport zie bijlage 4),

5. Korte vooruitblik 2025

In 2025 worden de bestaande activiteiten voortgezet, proberen we nieuwe activiteiten op basis van vraag en haalbaarheid op te zetten en zullen we verder werken binnen de projecten zoals eerder in dit jaarverslag omschreven. Een eerste nieuwe activiteit die in 2025 op de planning staat is een gezamenlijke activiteit met Bibliotheek de Lage Beemden. In januari 2025 organiseren we gezamenlijk een lees/beweegactiviteit voor peuters.

Tevens blijven we in 2025 op zoek naar nieuwe samenwerkingen en proberen we nieuwe (vergeten/latente) doelgroepen te bereiken. We denken hierbij bijvoorbeeld aan statushouders en/of mensen met een lichamelijke of fysieke bijzonderheid, waar wij als team speciale aandacht aan willen schenken.

Bijlage 1: Overzicht lessen inzet sportcoaches 2024

	# lessen p/w	# deelnemers	Coöfinanciering
Scholen groep 3 t/m 8			St. Goo/Saam
- toestelles			
Cornelius	5		
Uilenspiegel	8		
Regenboog	5		
Octopus	10		
- spelles (ivm bevoegdheid)			
Cornelius	1		
Uilenspiegel	5		
Regenboog	2		
Octopus	1		
Scholen groep 1 + 2 (kleuters)			St. Goo/Saam
Cornelius	1		
Uilenspiegel	2		
Regenboog	2		
Octopus	2		
Kinder Opvang (0-4)	4	varierend	t Stappertje / Ministars
BSO (4-12)	2-3	varierend	St. Goo
Verenigingen	8-12	varierend	Verenigingen
Sportgroepen			
Peuter/Kleuter (2,5-4 jaar)	2	36	Deelnemers
Freerun (7-16 jaar)	2	25	Deelnemers
Circuittraining (18+)	1	20	Deelnemers
CWO (18+)	1	8	Deelnemers
Sporten 55+	3	45-50	Deelnemers
Powerwalk	1	10-15	Deelnemers
SportBoeven (4-12 jaar)	1	varierend	Deelnemers
Kwiek, sport en spel	3	varierend	Subsidie
Kwiekuurtje	1	varierend	Subsidie/samenwerkingspartners

Bijlage 2: Beweegrichtlijnen

De beweegrichtlijnen geven advies over de hoeveelheid lichaamsbeweging die nodig is voor een goede gezondheid. Op verzoek van het ministerie van VWS heeft de Commissie Beweegrichtlijnen van de Gezondheidsraad in 2017 een update gedaan op basis van nieuwe wetenschappelijke inzichten. De Nederlandse beweegrichtlijnen zijn in lijn met de internationale beweegrichtlijnen van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO). De beweegrichtlijnen zijn er voor kinderen vanaf 4 jaar, volwassenen en ouderen. Voor kinderen van 0-4 jaar kent Nederland een beweegadvies.

Jeugd
4 tot 18 jaar

**Hoeveel kan ik bewegen
om gezond te blijven?**

*Volwassenen
en ouderen*



1 uur per dag
matig intensief bewegen

Matig intensief is als je ademhaling sneller wordt.



3x per week
spier- en botversterkende activiteiten

Zoals volleybal, dansen, buiten spelen en fietsen.



2,5 uur per week
matig intensief bewegen

Verspreid het bewegen over meerdere dagen.



2x per week
spier- en botversterkende activiteiten

Voor ouderen in combinatie met balansoefeningen.

Beweegadvies voor kinderen van 0-4 jaar

- Veel en gevarieerd bewegen
- Stilzitten beperken



De Gezondheidsraad adviseert het volgende:

Leeftijd	Bewegen	Zitgedrag
Beweegadvies voor kinderen onder de 1 jaar: 	Meerdere keren per dag op verschillende manieren lichamelijke activiteit, bijvoorbeeld door met het kind op de grond te spelen. Als het kind nog niet mobiel is, breng het dan tijdens de activiteiten in buikligging, in totaal ten minste 30 minuten.* * Deze WHO-richtlijn kan volgens de consensus voor heel jonge kinderen (jonger dan 6 maanden) minder goed uitvoerbaar zijn.	Geen lange periodes laten stilzitten, niet langer dan 60 minuten per keer in hun bewegingsvrijheid beperken, bijvoorbeeld door 'vastzetten' (in een stoeltje). Beeldschermtijd wordt afgeraden.
Beweegadvies voor kinderen van 1 jaar: 	Elke dag 180 minuten lichamelijke activiteit, inclusief matig of zwaar intensieve inspanning. Dit kan met verschillende activiteiten verspreid over de dag, waarbij meer beweging beter is.	Geen lange periodes laten stilzitten, niet langer dan 60 minuten per keer in hun bewegingsvrijheid beperken, bijvoorbeeld door 'vastzetten' (in een stoeltje). Beeldschermtijd wordt afgeraden.
Beweegadvies voor kinderen van 2 jaar: 	Elke dag 180 minuten lichamelijke activiteit, inclusief matig of zwaar intensieve inspanning. Dit kan met verschillende activiteiten verspreid over de dag, waarbij meer beweging beter is.	Geen lange periodes laten stilzitten, niet langer dan 60 minuten per keer in hun bewegingsvrijheid beperken, bijvoorbeeld door 'vastzetten' (in een stoeltje). Beeldschermtijd beperken tot één uur per dag, waarbij geldt: hoe minder, hoe beter.
Beweegadvies voor kinderen van 3 jaar: 	Elke dag 180 minuten lichamelijke activiteit, waarvan minstens 60 minuten matig tot zwaar intensief. Dit kan met verschillende activiteiten verspreid over de dag, waarbij meer beweging beter is.	Geen lange periodes laten stilzitten, niet langer dan 60 minuten per keer in hun bewegingsvrijheid beperken, bijvoorbeeld door 'vastzetten' (in een stoeltje). Beeldschermtijd beperken tot één uur per dag, waarbij geldt: hoe minder, hoe beter.



Meer weten over het beweegadvies voor kinderen van 0 tot 4 jaar? Kijk op www.kenniscentrumsportenbewegen.nl/beweegadvies

Bijlage 3: Meer bewegen voor, tijdens en na schooltijd

Projectplan:

Meer bewegen voor basisschooljeugd voor-tijdens-na schooltijd in de Gemeente Boekel.

Het project bestaat uit verschillende onderdelen om de basisschoolkinderen voor-tijdens-na schooltijd vaker en beter te laten bewegen. I.s.m. met de scholen, de kinderen, de ouders en de Gemeente Boekel willen we zo veel mogelijk kinderen meer laten bewegen en meer plezier laten beleven aan bewegen.

Voor schooltijd:

1. Project bewegend naar school: Het stimuleren van te voet of met de fiets naar school gaan i.p.v. met de auto. Hoe kunnen we ouders en ook de kinderen motiveren om de keuze te maken om in de ochtend de kinderen te voet of met de fiets af te zetten.

Onder schooltijd:

2. Het aanbieden van pauzesport op 4 scholen in de Gemeente Boekel. Hieronder valt met maken van de spellen, het aanbieden daarvan in de gymlessen aan de kinderen en het overdragen aan de pleincoach op het schoolplein
3. Bewegend leren aanbieden op de schoolpleinen, grasvelden en de sporthal (Sporthal de Burcht/Sportzaal de Horst). Er wordt een werkgroep gemaakt van leerkrachten en vakleerkrachten die samen een pakket aan spellen en opdrachten gaan maken met betrekking tot het bewegend leren voor de verschillende niveaus op school.
4. Energizers: Extra (korte) beweegmomenten creëren in de klas.
5. Het aanpassen van de gymlessen, t.b.v. het verbeteren van de motorische ontwikkeling.

Na schooltijd:

6. Kwiek Sport&Spel: na schooltijd ligt er ook nog een grote kans om kinderen meer in beweging te krijgen. De vakleerkrachten gaan daarom iedere week (1x in Boekel en 1x in Venhorst) gratis sportaanbod na schooltijd aanbieden voor alle kinderen van de 4 de basisscholen. Ook kinderen die uit onze gemeente komen maar niet meer in onze gemeente op school zitten (i.v.m. speciaal onderwijs) zijn van harte welkom.

Voor-onder-na schooltijd:

7. Beweegparcoursen aanleggen in de Gemeente Boekel: om kinderen te stimuleren en uit te dagen om meer te bewegen voor- en na schooltijd, willen we beweegparcoursen in verschillende wijken, buurten en het centrum aanleggen. Ook rondom de scholen komen beweegparcoursen te liggen zodat het voor leerkrachten makkelijker is om een beweegmoment in te lassen en een beweegparcours te pakken.

Bijlage 4: CAO sport 2024-2025

Zie aparte bijlage (CAO-sport 2024-2025)