

VITALITEITSAKKOORD

GEMEENTE MEIERIJSTAD

MEIERIJSTAD

INHOUD

VOORWOORD 3

INLEIDING 4

SAMEN BEWEGEN NAAR VITALITEIT 5

AANPAK: VAN GEZAMENLIJKE DOELSTELLINGEN, NAAR ACTIEPUNTEN, NAAR UITVOERING 6

OPZET VITALITEITSAKKOORD MEIERIJSTAD 6

ORGANISATIE, MONITORING EN EVALUATIE 7

1. DE GEZONDE SPORTVERENIGING 8

NAAR EEN ROOKVRIJE SPORTACCOMMODATIE 9

BEWUST OMGAAN MET ALCOHOL IN DE SPORT 10

NAAR EEN GEZONDE SPORTKANTINE 11

AANTREKKELIJK SPORTAANBOD VOOR IEDEREEN 12

2. VITALE BUURTEN 14

SPORTEN EN BEWEGEN ALS ONDERDEEL VAN EEN ACTIEVE LEEFSTIJL 14

MEER BEWEGEN IN DE OPENBARE RUIMTE 17

NAAR ROOKVRIJE SPORT- EN SPEELPLEKKEN 18

3. VITALE WERKVLOER 19

4. ONDERWIJS EN KINDEROPVANG: LEREN BEWEGEN EN BEWEGEND LEREN 22

UITVOERING 25

1STE FASE (2021) 25

2DE FASE (2022) 26

3DE FASE (2023) 26

COMMUNICATIE 27



VOORWOORD

Graag presenteer ik u het Vitaliteitsakkoord van Meierijstad. Ik ben trots op dit akkoord dat ontwikkeld is voor, als ook door een grote verscheidenheid aan inwoners en partners uit Meierijstad. Zo is er gesproken met inwoners, sportverenigingen, Sportraad Meierijstad, GGD, dorps- en wijkraden, onderwijsorganisaties, zorgprofessionals, welzijnspartijen en bedrijven. Graag spreek ik mijn waardering uit voor eenieder die mee heeft gewerkt aan de ontwikkeling van dit akkoord.

In Meierijstad geloven we in de kracht van sport en bewegen als onderdeel van een gezonde levensstijl en de bijdrage die deze kan leveren aan een gezonde levensstijl, meer cohesie in de wijk, integratie en een beter gebruik van de openbare ruimte. Daarom willen we met dit Vitaliteitsakkoord onze inwoners letterlijk en figuurlijk nog meer in beweging krijgen. Met als doel een vitale en veerkrachtige samenleving.

Inwoners geven zelf vorm aan hun leven. Wij stimuleren en ondersteunen dit door samen met verenigingen en andere organisaties sport in te zetten voor een prettiger en actiever leven.

In lijn met het Landelijk Preventieakkoord richt dit Vitaliteitsakkoord zich op het voorkomen van overgewicht, problematisch alcoholgebruik en roken. Daarnaast willen we door middel van dit akkoord het mentaal welzijn van onze inwoners stimuleren. Met daarbij sporten en bewegen als belangrijkste middel. We bouwen dan ook voort op de eerder geformuleerde sportambities van Meierijstad in de Sportnota 'Sportief in Beweging' uit 2018 en de acties die hier al uit zijn voortgekomen.

Er gebeurt namelijk al enorm veel in Meierijstad. Denk aan de vele honderden vrijwilligers die het elke week weer mogelijk maken voor nog veel meer kinderen en volwassenen om wekelijks te kunnen sporten en bewegen bij de sportvereniging. Aan de sportaccommodaties die vernieuwd of verbeterd zijn. Of aan de mogelijkheden die gecreëerd zijn voor bijvoorbeeld senioren of kinderen met een beperking om te kunnen sporten en bewegen.

Met het Vitaliteitsakkoord verbinden of versterken we deze initiatieven, en bieden we ruimte aan nieuwe. Samen gaan we in de komende jaren de schouders er onder zetten om Meierijstad nog meer 'sportief in beweging' te krijgen.

Coby van der Pas
Wethouder Sport, Onderwijs, Recreatie & Toerisme en Leefbaarheid



INLEIDING

Het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport heeft in 2018, in navolging op het Nationaal Sportakkoord, het Nationale Preventieakkoord gelanceerd. In dit akkoord hebben landelijke organisaties afspraken gemaakt om de gezondheid van alle Nederlanders te bevorderen. Het Nationaal Preventieakkoord richt zich hoofdzakelijk op het terugdringen van gezondheidsschade als gevolg van roken, alcoholgebruik en overgewicht. Gemeenten zijn uitgedaagd om ook lokaal een dergelijk akkoord te ontwikkelen. Daarbij heeft de gemeente Meierijstad voortgebouwd op de ambities zoals verwoord in de Sportnota 'Sportief in Beweging' uit 2018. Het resultaat is dit Vitaliteitsakkoord Meierijstad.

In de Sportnota 'Sportief in Beweging' uit 2018 zijn een drietal ambities benoemd:

1. Door sporten en bewegen staan nog meer inwoners gezonder, en hierdoor ook prettiger en actiever in het leven.

Sporten is niet alleen een leuke vrijetijdsbesteding, die afleiding biedt voor de dagelijkse beslommeringen. Sporten is ook een middel dat ingezet kan worden als instrument om andere sociaal- maatschappelijke doelstellingen te behalen. Sporten helpt namelijk bij het ontwikkelen van verschillende fysieke, emotionele, sociale en intellectuele waarden en kan zo bijdragen aan een gezonder levensstijl, meer cohesie in de wijk, integratie en een beter gebruik van de openbare ruimte. Via de ingang van sporten en bewegen stimuleren we een gezonde levensstijl voor inwoners, denk bijvoorbeeld aan jongeren op gezond gewicht, de gezonde sportkantine. Met dit al dragen we via sport en bewegen bij aan vitale inwoners en een vitale samenleving. Omdat we geloven in de kracht van sport willen we zoveel mogelijk inwoners stimuleren om te gaan sporten, bij een vereniging of in de openbare ruimte. Via de ingang van sporten en bewegen stimuleren we dan ook een gezonde levensstijl voor inwoners, denk aan jongeren op gezond gewicht of de gezonde sportkantine.

2. Vitale verenigingen pakken een maatschappelijke rol.

Sportverenigingen vervullen met het organiseren van trainingen, wedstrijden en toernooien een belangrijke rol in de samenleving. Vele sportvrijwilligers en andere zetten zich hiervoor in. Naast dit reguliere aanbod zetten verenigingen zich ook in voor maatschappelijke doelen, zoals activiteiten voor bijzonder doelgroepen, sporten van wijkbewoners. Dit sluit aan bij de 'open' clubgedachte. Het pakken van een maatschappelijke rol vraagt om vitale verenigingen. Andersom kan het pakken van een maatschappelijke rol ook bijdragen aan de vitaliteit van een vereniging. Onze ambitie is om verenigingen te stimuleren en faciliteren in het creëren van extra maatschappelijke meerwaarde

3. Er zijn voldoende, kwalitatief goede en betaalbare sportvoorzieningen.
Om sport aantrekkelijk en toegankelijk te houden wille we voldoende, kwalitatief goede en betaalbare sportvoorzieningen hebben waar eenieder zich uit kan leven. We hebben al een uitgebreide infrastructuur voor breedte sport, die voldoet aan de landelijke normering. Dat willen we graag zo houden. Het streven is ook om gemeentelijke voorzieningen tegen betaalbare tarieven aan te bieden zodat sporten toegankelijk blijft.

Deze ambities zijn uitgewerkt aan de hand van actielijnen. De ambities en actielijnen uit de Sportnota 'Sportief in Beweging' vormen de kapstok voor de thema's en acties uit dit Vitaliteitsakkoord. Meer daarover staat in de paragraaf Opzet vitaliteitsakkoord Meierijstad.

SAMEN BEWEGEN NAAR VITALITEIT

'Vitaliteit is de gezonde geestelijke en lichamelijke gesteldheid van iemand die leidt tot energie om te leven, waarbij beide factoren in balans zijn. Het wordt ook wel levenslust of veerkracht genoemd.'

Voor veel mensen is vitaliteit het allerbelangrijkste in hun leven. Want je vitaliteit bepaalt hoe je je leven in kunt richten. Of je leuke dingen kunt doen en of je een bijdrage kunt leveren of meedoen aan de samenleving. Maar dat vitaliteit niet vanzelfsprekend is, heeft het afgelopen jaar ons wel geleerd.

Corona en de maatregelen die genomen zijn om fysiek contact tussen mensen te verminderen hebben een negatief effect gehad op de vitaliteit van veel Nederlanders. Dit blijkt ook uit diverse onderzoeken RTL Nieuws meldde op 19 mei 2020 dat we veel minder bewegen door corona, op basis van onderzoek van het Radboud UMC. Zo stelde de Rijksuniversiteit Groningen op 3 februari 2021 dat de mentale gezondheid gedaald is tot een dieptepunt sinds het begin van de coronacrisis. En het Sociaal Cultureel Planbureau toonde aan dat de effecten van corona vooral voor kwetsbare groepen zeer ingrijpend zijn.

Ook in Meierijstad heeft corona hard toegeslagen. Met grote gevolgen voor onder andere de verzorgingstehuizen. Sportverenigingen, onderwijsinstellingen, kinderopvang en gemeenschapshuizen moesten de deuren sluiten als gevolg van de maatregelen om het coronavirus in te dammen. Maar Meierijstad was ook onderdeel van de oplossing. Zo is in Veghel het eerste vaccin toegediend aan een medewerker van een zorginstelling. Ook met dit Vitaliteitsakkoord willen we onderdeel zijn van de oplossing.

Met de acties uit het Vitaliteitsakkoord Meierijstad willen we onze inwoners letterlijk en figuurlijk nog meer in beweging krijgen met als doel bij te dragen aan een vitale en veerkrachtige samenleving. We willen inwoners, van jong tot oud, met of zonder beperking, inspireren in beweging te blijven of komen en gezond en gelukkig te leven. Dit akkoord richt zich dan ook op het voorkomen van overgewicht, problematisch alcoholgebruik, roken en psychische problemen. Met daarbij sporten en bewegen als belangrijkste middel. Het Vitaliteitsakkoord komt dan ook voort uit de Sportnota 'Sportief in Beweging' uit 2018.

Met het Vitaliteitsakkoord Meierijstad verbinden en versterken we bestaande initiatieven en voegen we nieuwe initiatieven toe. Het akkoord is geen beleidsstuk van de gemeente, het bevat doelen en acties waar we als partners gezamenlijk de schouders onder willen zetten. We dragen dus ook gezamenlijk de verantwoordelijkheid om de doelen te bereiken. Met uiteenlopende partners binnen sport, zorg, welzijn, gemeente, onderwijs en bedrijfsleven werken we aan een vitaal Meierijstad. We bundelen onze krachten en brengen Meierijstad de komende jaren letterlijk en figuurlijk nog meer in beweging.

AANPAK: VAN GEZAMENLIJKE DOELSTELLINGEN, NAAR ACTIEPUNTEN, NAAR UITVOERING

Het proces begon met een kick-off, waar om en nabij 60 belangstellenden meegedacht hebben over vitaliteit in Meierijstad. Tijdens deze kick-off, vervolgbijeenkomsten en vele andere contactmomenten hebben we in aanloop naar dit Vitaliteitsakkoord onze goede en minder goede ervaringen met elkaar gedeeld en vooral ideeën opgehaald. Deze vormen de basis voor dit akkoord en zijn vertaald naar de doelstellingen en actiepunten. Daarbij zijn we steeds uitgegaan van 'niet dromen, maar doen en beter doen'. In het kader van de continuïteit is het essentieel om aan de voorkant goed na te denken over het vasthouden van succes. Ook hebben we geleerd dat eenzelfde aanpak voor iedereen niet werkt. We moeten kijken wat de doelgroep beweegt, naar de sociale context en daarbij aansluiten. Met dit Vitaliteitsakkoord willen we het verschil maken door prikkelend te stimuleren.

Bij het formuleren van ambities en actiepunten zijn we uitgegaan van de volgende uitgangspunten:

- Dit vitaliteitsakkoord is voor en door Meierijstad.
- De aanpak richt zich op bredere maatschappelijke doelstellingen, met sporten en bewegen als uitgangspunt.
- We prikkelen, inspireren, faciliteren en stimuleren waar nodig en mogelijk.
- Inwoners zijn door middel van interactieve sessies en berichtgeving in de (lokale) media bij de totstandkoming betrokken. Door met en niet over mensen te praten sluiten we aan bij de belevingswereld van de inwoners.
- Door te doen leren we met elkaar wat werkt en wat niet. Daarin sturen we gezamenlijk actief bij.
- Er is een gedeeld eigenaarschap en er is sprake van wederkerigheid.
- Bij de start van nieuwe initiatieven wordt nagedacht over de borging bij succes.
- Gedurende het proces blijven wij nieuwe partijen van harte uitnodigen om zich hierbij aan te sluiten.

OPZET VITALITEITSAKKOORD MEIERIJSTAD

De sportambities van Meierijstad vormen de kapstok voor de thema's die in het Vitaliteitsakkoord staan. Omdat naast biologische factoren vitaliteit voor een groot deel bepaald wordt door de omstandigheden waarin je wordt geboren, opgroeit, woont en werkt hebben we een viertal thema's benoemd. Deze hebben we gekoppeld aan plekken waarvan we denken de inwoners van Meierijstad nog meer in beweging te kunnen krijgen. Daarnaast werken we in en via sporten en bewegen aan preventie van roken, overmatig alcoholgebruik en overgewicht te kunnen doen. De plekken zijn de sportvereniging, de buurten (en wijken en dorpen), de werkvloer en het onderwijs en de kinderopvang. Elk thema is uitgewerkt aan de hand van acties. Bij deze acties staat steeds vermeld aan welke ambitie, en welke actielijn uit de Sportnota de betreffende actie gekoppeld is door middel van de naastgelegen cirkel.



Bij deze thema's gaan we uit van het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale levensuitdagingen om te gaan en zoveel mogelijk eigen regie te voeren. In de visie is vitaliteit niet meer het domein van de zorgprofessionals, maar van ons allemaal.

Om de scope van het vitaliteitsakkoord goed te kunnen handelen is ervoor gekozen om concreet te beginnen met onderwerpen waarbij het mogelijk is om ook direct resultaten te boeken. We willen niet te groot, te breed beginnen waardoor we wellicht focus verliezen en beperkte resultaten boeken. Vandaar dat we in de gemeente Meierijstad gaan werken met fases waarbij we een verdeling maken in de tijdsplanning en de onderwerpen. Deze verdeling is terug te zien bij de uitwerking van de verschillende thema's en in het tijdspad aan het einde van dit akkoord.

ORGANISATIE, MONITORING EN EVALUATIE

Omdat we het belangrijk vinden dat de doelstelling en acties van het Vitaliteitsakkoord ook daadwerkelijk worden gehaald is een kopgroep benoemd waaraan het Vitaliteitsakkoord wordt overgedragen.

De kopgroep vertegenwoordigd een aantal sectoren in Meierijstad:

- Gemeente Meierijstad	Beleidsmedewerkers Sport en Gezondheid, en buurtsportcoaches
- GGD Hart van Brabant	Regiomanager
- PSV Foundation	Sportcoördinator- en coach
- Sportraad Meierijstad (SRM)	Lid bestuur
- Onderwijs/ kinderopvang	Sportcoach
- Welzijnsinstellingen	Directeur
- Bedrijfsleven	HR-medewerker

Deze kopgroep gaat aan de slag met de uitvoering van de ambities, het maken van afspraken met de partners (wie doet wat) en het toewijzen van het uitvoeringsbudget dat hier landelijk voor ter beschikking wordt gesteld gedurende de periode 2021 - 2023. Ook initieert de kopgroep de evaluatie ten aanzien van voortgang en monitoring van verschillende ambities en bijbehorende actiepunten, worden ontwikkelingen gedeeld en (waar wenselijk) nieuwe doelstellingen en acties geformuleerd in de tweede en derde fase.





1. DE GEZONDE SPORTVERENIGING

De sportvereniging is een plaats waar veel inwoners samen komen om te sporten en bewegen. De centrale vragen bij dit onderwerp zijn en 'hoe kunnen sportverenigingen een nog grotere rol spelen bij het bevorderen van vitale inwoners?' en 'hoe kunnen we gezondheidsinitiatieven stimuleren bij sportvereniging?'.

In de gemeente Meierijstad vinden we het belangrijk dat mensen sporten en bewegen, want dat maakt je fit, en dat in een gezonde sportomgeving. Een omgeving waarin het fijn is om te sporten. Waar je wat betreft eten en drinken ook gezonde keuzes kunt maken. Waar bewust wordt omgegaan met alcohol en de vereniging rookvrij is.

Door sportverenigingen en de Sportraad Meierijstad, als ook de GGD en Novadic-Kentron en andere betrokken inwoners, zijn een aantal uitdagingen benoemd. Zo hebben verenigingen voorlichting en ondersteuning nodig bij het implementeren van concepten zoals een Rookvrij Sportpark of Gezonde Sportkantine. Want een bestuur kan dat wel willen, maar hoe krijg je binnen de vereniging voldoende draagvlak daarvoor.

Verenigingen die nog niet zo actief zijn op de bovenstaande thema's willen we graag helpen en begeleiden om dat wel te worden. Daarnaast zijn er in Meierijstad ook al meerdere waardevolle sportverenigingen die al heel veel goede dingen doen met betrekking tot deze thema's. Samen met hun kunnen we hun ervaring en expertise inzetten om andere verenigingen te stimuleren (nog meer) actief te worden op deze thema's.

De deelthema's die aan bod komen bij de gezonde sportvereniging zijn: naar een rookvrije sportaccommodatie, verantwoord omgaan met alcohol, alcohol en overgewicht. Het thema overgewicht kent twee pijlers, namelijk voeding en beweging.

NAAR EEN ROOKVRIJE SPORTACCOMMODATIE

We willen dat zoveel mogelijk sportaccommodaties rookvrij zijn dan wel worden, om zo kinderen rookvrij mogelijk op te kunnen laten groeien. Dit past ook bij het doel van NOC*NSF om in 2025 rookvrije sportterreinen te hebben. Hiervoor gaan we eerst inventariseren welke sportverenigingen al een certificaat rookvrij hebben. In de werkgroep 'Gezonde Sportvereniging' zijn verschillende uitdagingen geformuleerd. Zoals de uitdaging hoe bestuur, kader en sporters en dus de vereniging als geheel het belang in gaat zien van een rookvrij sportpark.

Wat doen we al?

Momenteel zijn er al een aantal goede voorbeelden van sportverenigingen die een rookvrij sportpark hebben, in zijn geheel of op tijden dat kinderen sporten. Een aantal verenigingen heeft al een certificaat rookvrij.

In 2019 en 2020 zijn in samenwerking met Sportraad Meierijstad, GGD, Novadic-Kentron en Team:Fit al verschillende webinars en thema-avonden georganiseerd rondom dit onderwerp.

Wat gaan we doen?

Op basis van de uitdagingen die benoemd zijn in de werkgroep 'de gezonde sportvereniging' zijn we tot de volgende doelstellingen gekomen:

- Voorlichting geven en ondersteuning bieden aan ten minste 10 sportverenigingen in 2021 en 10 sportverenigingen in 2022 over het thema Rookvrije Generatie.
- Ten minste 15 buitensportlocaties geheel dan wel gedeeltelijk rookvrij maken.
- Onderzoek doen naar het implementeren van rookverboden bij entrees (buiten) van gemeentelijke binnensportaccomodaties.

Acties

1.1 Voorlichting en ondersteuning Rookvrije sportparken

Wie?	Sportverenigingen, Gemeente Meierijstad, Sportraad Meierijstad, GGD en Team:Fit.
Wat?	De GGD en Team:Fit gaan in gesprek met de sportverenigingen waarvan de accommodaties nog niet rookvrij zijn. Zij proberen draagvlak te creëren voor het invoeren van een rookvrij-beleid en samen met verenigingen antwoorden te formuleren op vragen als: op welke wijze kunnen we het rookbeleid invoeren en hoe gaan we met de naleving ervan? Hoe en waarom moet ik het nieuwe beleid voor een rookvrij terrein evalueren om uiteindelijk te komen tot een gezonde rookvrije sportomgeving? Door middel van webinars en thema-avonden doen we aan collectieve verenigingsondersteuning en wisselen we goede voorbeelden uit.
Wanneer?	2021, 2022

Ambitie 1 Stimuleren van een gezonde levensstijl

Ambitie 2 sociaal maatschappelijke rol

1.2 Onderzoek doen naar implementeren van rookverboden bij entrees (buiten) van gemeente binnensportaccommodaties

Wie?	Sportverenigingen, Gemeente Meierijstad, Sportraad Meierijstad.
Wat?	In samenwerking met de Sportraad Meierijstad en binnensportverenigingen gaan we onderzoeken of het mogelijk is om rookverboden bij entrees (buiten) van gemeentelijke binnensportaccommodaties toe te passen, dan wel te stimuleren om voor de entree niet te roken.
Wanneer?	2021



BEWUST OMGAAN MET ALCOHOL IN DE SPORT

De Rijksoverheid wil het gebruik van teveel alcohol tegengaan. Voor jongeren is alcohol extra schadelijk. Het belemmert de ontwikkeling van hun hersenen. In het Nationaal Preventieakkoord staan al maatregelen om problematisch alcoholgebruik tegen te gaan, zoals dat vanaf 2019 amateursportclubs geen nieuwe contracten met drankfabrikanten meer mogen sluiten voor alcoholreclame langs sportvelden.

Wat doen we al?

Bij het schenken van alcohol komt verantwoordelijkheid kijken. Daarom zijn er regels over het schenken ervan. Deze regels staan in de Drank- en Horecawet. De belangrijkste regels zijn dat alcohol schenken of doorgeven aan jongeren onder de 18 jaar absoluut niet mag. Maar ook dat als mensen in beschonken toestand zijn, je ze geen alcohol mag schenken. Verder is de regel dat als je alcohol wil schenken er een bestuursreglement alcohol moet liggen én dat er altijd iemand aanwezig moet zijn met bewezen kennis van de regels (diploma Sociale hygiëne of IVA-certificaat).

In 2019 en 2020 zijn in samenwerking met Sportraad Meierijstad, GGD, Novadic-Kentron en Team:Fit al verschillende webinars en thema-avonden georganiseerd rondom dit onderwerp.

Wat gaan we doen?

Op basis van de uitdagingen die benoemd zijn in de werkgroep 'de gezonde sportvereniging' zijn we tot de volgende doelstellingen gekomen:

- Alle verenigingen die alcohol schenken voldoen aan de wettelijke geldende plichten van de drank- en horecawet.
- Alle medewerkers en vrijwilligers die alcohol schenken in sportkantines zijn verplicht uiterlijk in 2025 een cursus doen. Zodat ze zich kunnen houden aan de leeftijdsgrens voor alcoholverkoop. En dat ze weten hoe om te gaan met dronken mensen.
- Alle verenigingen maken gebruik van de interventies en ondersteuning van NOC*NSF en volgen de richtlijnen van NOC*NSF over verantwoord alcohol schenken.
- Sportverenigingen stellen zelf richtlijnen op voor hun alcoholbeleid en handhaven deze ook.

Acties

1.3 Voorlichting en ondersteuning Verantwoord alcohol schenken

Wie?	Sportverenigingen, Gemeente Meierijstad, Sportraad Meierijstad, NOC*NSF, GGD, Novadic-Kentron en Team:Fit
Wat?	De GGD, Novadic-Kentron en Team:Fit gaan in gesprek met de sportverenigingen. Gezamenlijk stellen ze richtlijnen op voor het alcoholbeleid, met daarin bijvoorbeeld het niet schenken tijdens jeugdwedstrijden en geen alcoholreclame naast het veld, als ook aandacht voor handhaving. Door middel van webinars en thema-avonden doen we aan collectieve verenigingsondersteuning en wisselen we goede voorbeelden uit. Verenigingen gaan gebruik maken van bestaande interventies van NOC*NSF. Omdat nog onduidelijk is wanneer sportkantines weer in zijn geheel open mogen en we het behapbaar willen maken voor verenigingen gaan we hiermee aan de slag in 2022.
Wanneer?	2022

Ambitie 1 Stimuleren van een gezonde levensstijl

Ambitie 2 sociaal maatschappelijke rol

NAAR EEN GEZONDE SPORTKANTINE

Streven is een gezonde kantine waarin het aantrekkelijk wordt gemaakt voor iedereen om lekker en toch gezond te eten. Een gezonder aanbod wil niet zeggen dat je het gehele assortiment moet aanpassen. Belangrijk is dat het gezonde alternatief wordt aangeboden. We stimuleren sportverenigingen aan te sluiten bij de Gezonde sportkantine. Daarbij wordt ingezet op de bewustwording dat een gezond aanbod van eten en drinken past bij de sportieve en maatschappelijke functie van de club en worden sportverenigingen gestimuleerd gezonder eten en drinken aan te bieden.

Wat doen we al?

Ook op het gebied van voeding en meer specifiek het concept Gezonde Sportkantine zijn in 2019 en 2020 al thema-avonden en webinars georganiseerd. Daarnaast is onder andere de kantine van het gemeentelijke zwembad Molen Hey te Schijndel al bestempeld als Gezonde Sportkantine met maar liefst een gouden certificaat.

Wat gaan we nog doen?

Op basis van de uitdagingen die benoemd zijn in de werkgroep 'de gezonde sportvereniging' zijn we tot de volgende doelstellingen gekomen:

- Alle verenigingen en sporthallen bezoeken die nog geen gezonde sportkantine hebben door de fitcoach van Team:Fit in samenwerking met de verenigingsadviseur van de gemeente Meierijstad.
- Verbeteren van de beeldvorming van de gezonde kantine door middel van één thema-avond/webinar en het voordragen van goede voorbeelden.
- Het concept van de Gezonde Sportkantine bij ten minste vijf sportkantines realiseren.

Acties

1.4 Voorlichting en ondersteuning Gezonde Sportkantine

Wie?	Sportverenigingen, Gemeente Meierijstad, Sportraad Meierijstad en Team:Fit
Wat?	De Team:Fit coach gaat samen met de verenigingsadviseur van de gemeente Meierijstad de verenigingen ondersteunen op de club en zet zich in voor een gezondere sportomgeving. Gezamenlijk Samen gaan zij een rol spelen bij het oplossen van bestuurlijke vraagstukken, bij het creëren van draagvlak op de vereniging en het verankeren van de plannen voor een gezonde kantine in het verenigingsbeleid.
Wanneer?	2021, 2022



AANTREKKELIJK SPORTAANBOD VOOR IEDEREEN

De gemeente Meierijstad kent een rijk verenigingsleven waar enorm veel vrijwilligers het mogelijk maken voor duizenden inwoners om wekelijks in teamverband dan wel individueel te kunnen sporten en bewegen. Verenigingen vervullen met het organiseren van trainingen, wedstrijden en toernooien een belangrijke rol in de samenleving. Naast dit reguliere aanbod zijn er ook verenigingen die zich extra inzetten voor maatschappelijke doeleinden. Deze verenigingen organiseren bijvoorbeeld activiteiten in het kader van inclusief sporten, of ze stimuleren het sporten van wijkbewoners en stellen hun accommodatie daar open voor. Dat noemen we ook wel 'open verenigingen'. Om dit soort activiteiten te organiseren is het belangrijk voor een vereniging om vitaal te zijn. Tegelijkertijd versterken dit soort activiteiten de vitaliteit van een vereniging. Deze wisselwerking is dan ook één van de sportambities van de gemeente Meierijstad, namelijk 'vitale verenigingen pakken een maatschappelijke rol', uitgewerkt in de Sportnota 'Sportief in Beweging'.

In dit hoofdstuk focussen we ons op de maatschappelijke meerwaarde van verenigingen in het kader van organiseren van sport- en beweegactiviteiten voor doelgroepen die (nu) nog onvoldoende bewegen, en het zijn van een open vereniging. Sporten en bewegen is niet alleen een middel om fysieke en mentale fitheid te stimuleren, maar ook om contacten op te bouwen. Dat bevordert sociale cohesie en draagt daarmee positief bij aan leefbaarheid.

Wat doen we al?

Rondom het inzetten van sporten als middel om fysieke en mentale fitheid te stimuleren en sociale contacten op te bouwen en te onderhouden gebeurt er al enorm veel. Denk aan de vele aangepaste sportactiviteiten voor inwoners met een beperking, Walking Sports voor senioren en de vele trainers die zich elke week weer inzetten om de jeugd van Meierijstad in beweging te houden. Meer daarover staat in de Sportnota 'Sportief in Beweging' en de voortgangsnotitie daarvan. Ook is er in 2020 een actieplan 'Uniek Sporten' ontwikkeld, met daarin diverse acties om sporten en bewegen te stimuleren en faciliteren voor inwoners met een beperking, gemaakt in samenwerking met deze inwoners.

Vanuit onze sportambities wordt er ook veel aandacht besteedt aan het ontwikkelen van een positief sportklimaat, onder andere door voorlichting, thema-avonden en het inzetten van clubkadercoaches. Een positief sportklimaat helpt inwoners om zich veilig en vertrouwd te voelen bij de sportvereniging en nodigt daarom meer uit tot bewegen. Voorafgaande draagt ook bij aan het plezier in het sporten en daarmee het mentaal welbevinden van de inwoners van Meierijstad.

Wat gaan we nog doen?
Het Vitaliteitsakkoord geeft ons de kans om een deel van de veelheid aan bestaande initiatieven te versterken. Dit is dan ook de doelstelling van de acties in deze sectie.

Acties

1.5 Introduceren van fittesten bij Walking Sports

Voor wie?	55+ers die sporten bij Walking Sports trajecten
Met wie?	Sportverenigingen, Gemeente Meierijstad, PSV Foundation, fysiotherapeuten
Wat?	In de periode van 2019 tot en met 2021 zijn ruim 150 ouderen gaan sporten onder de noemer van 'Walking Sports', georganiseerd door sportverenigingen, ambassadeurs, PSV Foundation en de gemeente Meierijstad. Het additioneel invoeren van fittesten biedt een kwaliteitsslag voor dit traject.
Wanneer?	2021, 2022, 2023



1.6 BeweegBoost

Voor wie?	Inwoners met mentale problematiek
Met wie?	Sportverenigingen, Gemeente Meierijstad
Wat?	In samenwerking met sportverenigingen en leefstijlcoaches van de gemeente Meierijstad wordt BeweegBoost gestart. Dit is een beweeg- en leefstijltraject voor inwoners met mentale problematiek (burn-out, depressies).
Wanneer?	2021



Gedurende de eerste fase worden hier nog acties aan toegevoegd. Dit wordt besproken in de werkgroep 'gezonde sportvereniging'. In het



2. VITALE BUURTEN

De gemeente Meierijstad kent een grote verscheidenheid aan buurten, wijken en dorpskernen. Iedere buurt, wijk of dorpskern met zijn eigen uitdagingen op het gebied van vitaliteit en leefbaarheid. Gezondheidsverschillen tussen buurten, wijken en dorpskernen, maar ook tussen inwoners in diezelfde gebieden, zijn aanwezig. Uit de Leefbaarheidsmonitor Meierijstad (2019) blijkt dat 92% van de inwoners van Zijtaart aangeeft in een uitstekende dan wel goede lichamelijke gezondheid te zijn, waar dit in de Bloemenwijk in Veghel en het centrum van Sint-Oedenrode 75% is). Ook blijkt uit deze monitor dat op het gebied van zelfredzaamheid en geestelijke gezondheid er verschillen aan te merken zijn tussen buurten, wijken en dorpskernen

Tijdens brainstormsessies zijn verschillende uitdagingen benoemd door inwoners en vertegenwoordigers van onder andere dorps-en wijkraden, welzijnsorganisaties en de GGD. Deze gaan van het zo toegankelijk mogelijk maken van sporten en bewegen als onderdeel van een actieve leefstijl en het verbeteren van speel- en sportvoorzieningen in de openbare ruimte, tot meer mogelijkheden om te bewegen voor ouderen en chronisch zieken in de wijk.

Het thema Vitale buurten is uitgewerkt door middel van een drietal deelthema's, namelijk sporten en bewegen als onderdeel van een actieve leefstijl; bewegen in de openbare ruimte en rookvrij kunnen sporten en spelen.

SPORTEN EN BEWEGEN ALS ONDERDEEL VAN EEN ACTIEVE LEEFSTIJL

Wat doen we al?
Het inzetten van sporten en bewegen als middel ten behoeve van het versterken van de gezondheid van inwoners en de leefbaarheid van buurten gebeurt al veelvuldig door middel van een breed scala aan interventies in de buurten, wijken en dorpen van Meierijstad. Denk aan het Naschools Sporten en Bewegen, de Sportplustrajecten voor kinderen die extra aandacht nodig hebbenen het Meierijstad Vitaal project om ouderen in hun eigen huiskamer te kunnen laten sporten en bewegen.

Wat gaan we nog doen?

Op basis van ontwikkelingen en de uitdagingen die benoemd zijn in de werkgroep 'vitale buurten' zijn we tot de volgende doelstellingen gekomen:

- met sport-, beweeg- en leefstijlprofessionals aansluiten bij twee bestaande co-creatiesessies in buurten, wijken en dorpen in Meierijstad;
- het aanbieden van ten minste vijf nieuwe, gratis, vraaggerichte sport-, beweeg- en leefstijltrajecten die inspelen op de uitdagingen van, en de aandacht die, een specifieke buurt, wijk, dorpskern of doel groep behoeft.

Acties

2.1. Co-creatiesessies

Voor wie?	Bewoners van buurten, wijken en dorpen, met of zonder leefstijlproblematiek
Met wie?	Inwoners, Gemeente Meierijstad, Welzijn de Meierij, Ons Welzijn, dorps- en wijkraden, diverse andere partijen vanuit een breed perspectief
Wat?	Een goed ingericht proces met actieve betrokkenheid van belanghebbenden draagt bij aan eigenaarschap en is daarmee vele malen effectiever dan proberen iets te veranderen op basis van rationele kennis. Daarom sluiten we aan bij co-creatiesessies in wijken en buurten en proberen we een antwoord te krijgen op de vraag hoe we de inwoners in een buurt meer vitaal krijgen door middel van de kracht van sporten en bewegen als onderdeel van een gezonde leefstijl. Een budget wordt gereserveerd om concreet invulling te kunnen geven aan uitdagingen die geformuleerd worden
Wanneer?	2021, 2022

Ambitie 1 Sporten als middel in het sociaal domein

2.2 Fit in de Buurt

Voor wie?	Bewoners van buurten, wijken en dorpen, met of zonder leefstijlproblematiek
Met wie?	PSV Foundation, Welzijn de Meierij, Ons Welzijn, dorps- en wijkraden, Sportverenigingen, Gemeente Meierijstad
Wat?	Fit in de Buurt is een beweeg- en leefstijlprogramma van de PSV Foundation. Leefstijladviseurs helpen op een laagdrempelige manier met het verbeteren van de vitaliteit. Voor iedereen is er een geschikte vorm en werkwijze.
Wanneer?	2021, 2022, 2023

Ambitie 1 Sporten als middel in het sociaal domein

Ambitie 2 Open vereniging

2.3 Bewegen voor inwoners met dementie

Voor wie?	Inwoners met dementie
Met wie?	PSV Foundation, Welzijn de Meierij, Ons Welzijn, Gemeente Meierijstad
Wat?	Bewegen voor inwoners met dementie is een programma van de PSV Foundation. Dit programma poogt inwoners die kampen met de chronische ziekte dementie op een laagdrempelige manier met elkaar in contact te brengen en te laten bewegen. Hierbij kunnen we ook aansluiten bij bestaande initiatieven met betrekking tot dementie.
Wanneer?	2021, 2022,2023

Ambitie 1 Aantrekkelijk sportaanbod voor iedereen

Ambitie 1 Sporten als middel in het sociaal domein

2.4 Sport- en spel voor jongeren

Voor wie?	Jongeren tot 18 jaar
Met wie?	Jongerencentra Bizzi, de Kluis en Honk, gemeente Meierijstad
Wat?	Door middel van de initiatieven zoals 'Urban Dodgeball' en mentale weerbaarheidstraining willen we jongeren in de wijk op een verantwoorde manier in beweging krijgen. Deze initiatieven zullen uitgewerkt worden door de jongerenwerkers van de jongerencentra en buurtsportcoaches van de gemeente Meierijstad.
Wanneer?	2021

Ambitie 1 Sporten als middel in het sociaal domein

2.5 Meierijstad Vitaal 'on tour'

Voor wie?	Inwoners van verzorgingstehuizen en 65+ wijkbewoners
Met wie?	Gemeente Meierijstad, Phoenix Cultuur
Wat?	Meierijstad Vitaal is een beproefd concept ontwikkeld in tijden van corona, waarbij ouderen thuis voor de televisie konden sporten en bewegen onder begeleiding van buurtsportcoaches van de gemeente Meierijstad en danscoaches van Phoenix Cultuur. En ook voorlichting gegeven werd over bijvoorbeeld voeding. Meierijstad Vitaal 'on tour' gaat langs ouderenvoorzieningen en gemeenschapshuizen om met de inwoners te bewegen naar vermogen.
Wanneer?	2021, 2022

Ambitie 1 Aantrekkelijk sportaanbod voor iedereen

Ambitie 1 Sporten als middel in het sociaal domein

2.6 Participatietraject voor statushouders

Voor wie?	Nieuwkomers in Meierijstad
Met wie?	Gemeente Meierijstad, Vluchtelingenwerk, sportverenigingen
Wat?	Bij het welkom heten van statushouders in Meierijstad is ook voorlichting over sporten, bewegen en een gezonde levensstijl van groot belang. We sluiten daarbij aan bij bestaande projecten in het sociaal domein. Dit traject zou ook bij een sportvereniging georganiseerd kunnen worden.
Wanneer?	2022, 2023

Ambitie 1 Sporten als middel in het sociaal domein

Ambitie 2 Open vereniging

2.7 Doortrappen

Voor wie?	65+ers
Met wie?	Platform Doortrappen
Wat?	Het programma Doortrappen is een initiatief van het ministerie van Infrastructuur en Waterstaat, en wordt uitgevoerd door Twijnstra Gudde, bureau Ideate en met medewerking van partners als VVN, VeiligheidNL, BOVAG, Fietsersbond en vele anderen. (Mede) door fietsen blijven ouderen langer gezond, sociaal en zelfredzaam. Ouderen fietsen graag, en willen graag blijven fietsen, maar ze zijn ook kwetsbaar in het verkeer. Het programma Doortrappen heeft de ambitie dat ouderen zo lang mogelijk veilig blijven fietsen. Doortrappen motiveert hen zelf maatregelen te nemen om veilig te blijven fietsen. Het lokale netwerk rondom de oudere in elke gemeente helpt daarbij. We kunnen daarbij aansluiten bij bestaande initiatieven.
Wanneer?	2021, 2022

Ambitie 1 Sporten als middel in het sociaal domein

MEER BEWEGEN IN DE OPENBARE RUIMTE

Wat doen we al?

Om sporten en bewegen in de openbare ruimte te stimuleren, liggen er diverse sport- en speelplekken verspreid over Meierijstad, is er een Kwiekroute in Veghel gerealiseerd en zijn watertappunten geplaatst op diverse plekken. Ook onze buurtsportcoaches organiseren activiteiten in de wijken, zoals straatvoetbaltoernooien. En er zijn al diverse trimbanen gerealiseerd.

In de Sportnota 'Sportief in Beweging' is de actie geformuleerd om onderzoek te doen naar de toepasbaarheid van innovaties die kunnen helpen bij het faciliteren en stimuleren van sporten in de openbare ruimte. Daar sluiten we met dit Vitaliteitsakkoord op aan samen met inwoners, welzijnsinstellingen en dorps- en wijkraden.

Wat gaan we nog doen?

Op basis van de uitdagingen die benoemd zijn in de werkgroep 'vitale buurten' zijn we tot de volgende doelstellingen gekomen:

- het vergroten van de mogelijkheden om te sporten en bewegen in de openbare ruimte door middel van ten minste twee nieuwe, laagdrempelige sportvoorzieningen.

Meer onderzoek is nodig om te kijken hoe we uitwerking gaan geven aan deze doelstelling. In de eerste fase wordt verder onderzocht waar behoefte aan is wat betreft sportvoorzieningen in de openbare ruimte. Uitvoering gaat geschieden in fase 2 en 3.

Acties

2.8 Voorzieningen in de openbare ruimte

Voor wie?	Wijkbewoners
Met wie?	Gemeente Meierijstad, dorps- en wijkraden, buurtsportcoaches, leefstijlcoaches
Wat?	Samen met dorps- en wijkraden, als ook inwoners gaan we onderzoeken waar we nieuwe sport- en beweegvoorzieningen kunnen ontwikkelen op basis van de behoeften van een buurt, wijk of dorpskern. Ook spelen we in op bestaande initiatieven, zoals het initiatief voor het ontwikkelen van een trimbaan in streekpark De Kienehoef. Het daadwerkelijk ontwikkelen van deze voorzieningen vindt plaats in de tweede en derde fase van het Vitaliteitsakkoord.
Wanneer?	2021, 2022, 2023

Ambitie 3 Sporten en bewegen in de openbare ruimte

NAAR ROOKVRIJE SPORT- EN SPEELPLEKKEN

Wat doen we al?
Op het gebied van het ontwikkelen van rookvrije sport- en speelplekken zijn er al enkele borden geplaatst bij sport- en speelplaatsen en zijn er borden ontwikkeld door vormgeving van Meierijstad. Ook worden er al borden geplaatst bij dierenparken. Deze ontwikkeling versterken we door borden beschikbaar te stellen voor sport- en speelplaatsen in de openbare ruimte.

Wat gaan we nog doen?
Op basis van de uitdagingen die benoemd zijn in de werkgroep 'vitale buurten' zijn we tot de volgende doelstellingen gekomen:

- het plaatsen van ten minste tien borden om rookvrije sportplekken te stimuleren, eventueel in combinatie met stimulerende teksten in het kader van sporten en bewegen.

Acties

2.9 Plaatsen borden rookvrije sportplekken openbare ruimte

Wie?	Gemeente Meierijstad, dorps- en wijkraden
Wat?	Door middel van het plaatsen van borden willen we gebruikers van openbare sportplekken ontmoedigen om te roken bij die sportplek.
Wanneer?	2021

Ambitie 1 Stimuleren van een gezonde levensstijl



3. VITALE WERKVLOER

De gemeente Meierijstad telt 7620 bedrijven en die zorgen gezamenlijk voor 44.000 banen. Ieder bedrijf en iedere organisatie, commercieel of zorg- en maatschappelijk, heeft eigen uitdagingen op het gebied van vitaliteit voor zijn medewerkers. Ook is er vanuit de gemeente Meierijstad en haar sociaalmaatschappelijke partners aandacht voor mensen die momenteel geen werk hebben.

Uit tal van wetenschappelijke onderzoeken blijkt dat mensen die bewegen, gezond eten en voldoende slapen productiever, energieker, stressbestendiger, creatiever en gemotiveerder zijn en minder verzuimen op het werk (de Lange & van der Heijden, 2016; trendrapport De Friesland, 2019). Het is dus van belang om structureel en bewust te werken aan de vitaliteit van medewerkers. De gemeente Meierijstad wil met haar partners dan ook sport, bewegen en leefstijl inzetten als middel ten behoeve van het versterken van de vitaliteit op de werkvloer. Dit gaat verder dan alleen het verbeteren van de fysieke gezondheid van vitale werknemers. Medewerkers kampen ook met issues in de privésfeer zoals geldproblemen of sociaal-emotionele problemen in thuissituatie.

Tijdens brainstormsessies kwam naar voren dat werkgeluk en werkplezier erg belangrijk zijn bij zorg en sociaal-maatschappelijke organisaties. Er zijn verschillende uitdagingen benoemd door werknemers en managers van sociaal-maatschappelijke organisaties. Dit gaat van het gemakkelijker bespreekbaar maken van het thema, tot hoe zorgen voor meer zichtbaarheid, bewustwording en uiteindelijk succesvolle gedragsverandering van werknemers. De basis voor gezond werken is nadrukkelijk besproken. Hiermee wordt een veilige omgeving, prettige cultuur- of organisatiesfeer en balans privé-werk bedoeld als fundament. Het voeren van een dialoog hierover blijkt nodig voordat werknemers openstaan voor gedragsverandering zoals meer beweging.

Wat doen we al?
De gemeente Meierijstad is volop bezig met het ontwikkelen van mogelijkheden voor mensen met een bijstandsuitkering en die gebruik maken van een reintegratievoorziening. Zo wordt Participeren in Meierijstad (PIM) doorontwikkeld met als doel om iedereen op een bepaalde manier te activeren en niet alleen op het gebied van werk (bijvoorbeeld ook zingeving, kwaliteit van leven, gezonde leefstijl, etc.).

Commerciële bedrijven en zorg- en sociaalmaatschappelijke organisaties hebben soms zelf al programma's ter bevordering van de vitaliteit van hun medewerkers of bieden stimulerende faciliteiten aan binnen hun organisatie. Partners in de werkgroep 'Vitale Werkvloer' werken vanuit het motto "Gezond gedrag is een keuze'. Zowel voor de mentale als fysieke gezondheid van medewerkers worden een aantal keuzes aangeboden door bedrijven en zorg- en sociaalmaatschappelijke organisaties. Te denken aan digitale tools om te plannen, webinars met betrekking tot weerbaarheid, saladebar in kantine, bootcamp op terrein en aanleg van park op bedrijventerrein voor een lunchwandeling.

Wat gaan we nog doen?
Vitale Werkvloer is een thema dat zijn uitvoering vooral in fase 2 en 3 gaat krijgen. Vanuit de uitdagingen benoemd in de brainstormsessies 'vitale werkvloer' is duidelijk naar voren gekomen dat er in stappen te werk gegaan moet worden alvorens tot concrete acties te kunnen komen.

Allereerst zal er draagvlak en betrokkenheid worden gecreëerd. Daarna zal door workshops en voorlichting dieper ingegaan worden op specifieke thema's rondom vitaliteit. Tot slot wordt er aandacht besteed aan hoe het thema actueel te houden bij medewerkers in Meierijstad.

In dit stappenplan wordt er rekening gehouden met de actuele situaties in het bedrijfsleven over de manier van communiceren en de timing van communicatie. De gemeente zal kartrekker zijn in het opstellen van dit stappenplan en voert dit uit in samenwerking met het bedrijfsleven en partners. Het motto zal zijn: 'Vitaal gedrag is een keuze'. Op deze manier wordt ingegaan op de behoeften van de organisatie en haar medewerkers. Daarnaast zal er ook aandacht zijn voor inwoners in de bijstand of re-integratie.

Voor de bepaling van de specifieke thema's rondom vitaliteit wordt aangesloten bij de resultaten vanuit de behoeftepeiling 'Vitaliteit op de werkvloer' die toegestuurd is naar verschillende zorg en sociaal-maatschappelijke organisaties. Met commerciële bedrijven zal de gemeente Meierijstad in gesprek gaan bij te dragen aan en draagvlak te creëren voor vitaliteitsthema's.

Dit heeft geleid tot de volgende doelstellingen:
- Draagvlak en bewustwording creëren voor vitaliteit op de werkvloer middels een opgesteld stappenplan;
- Het organiseren van ten minste acht workshops en/of voorlichtingen over specifieke thema's;
- Het aanbieden van ten minste één specifieke beweeg- en leefstijlinterventie voor niet-werkende.

Acties

3.1 Draagvlak creëren

Voor wie?	Werknemers en werkgevers in de Gemeente Meierijstad
Met wie?	Gemeente Meierijstad en zorg/sociaalmaatschappelijk/ commerciële partners
Wat?	Daarbij hoort communicatie over het thema vitaliteit en wat dat kan betekenen op de werkvloer (awareness creëren) voor werknemer en werkgever. Daarnaast informatie verschaffen voor zowel werkgever (duurzame inzetbaarheid, minder verzuim, werkproductiviteit) als werknemer (loopbaanontwikkeling, werkgeluk). Gericht op de positieve effecten van inzet op sporten, bewegen en vitaliteit.
Wanneer?	2021

3.2. Workshops en voorlichting (bewustwording en actie)

Voor wie?	Werknemers en werkgevers in de Gemeente Meierijstad
Met wie?	Gemeente Meierijstad, leefstijlcoaches en zorg/sociaalmaatschappelijk/ commerciële partners
Wat?	Kennis laten maken met vitaliteitsthema's door middel van workshops en voorlichting om bewustwording te creëren, interesse aan te wakkeren en voordelen te laten ervaren waarom deze thema's van belang zijn om vitaal aan het werk te blijven.
Wanneer?	2022, 2023

Ambitie 1 Stimuleren van een gezonde levensstijl

Ambitie 1 Meer inwoners sporten en bewegen

3.3. Onderzoek naar vitaliteitsbus (thema actueel houden)

Voor wie?	Werknemers en werkgevers in de Gemeente Meierijstad
Met wie?	Gemeente Meierijstad, leefstijlcoaches en zorg/sociaalmaatschappelijk/ commerciële partners
Wat?	Vitaliteitsbus die langs bedrijventerrein of instanties rijdt om zo zichtbaarheid te creëren en om aandacht te houden voor het thema 'vitaliteit op de werkvloer'.
Wanneer?	2022, 2023

Ambitie 1 Stimuleren van een gezonde levensstijl

Ambitie 1 Meer inwoners sporten en bewegen

3.4. Succesvol deelnemen aan de arbeidsmarkt: PIM-Vitaal

Voor wie?	Inwoners van Gemeente Meierijstad in bijstand of re-integratie.
Met wie?	Gemeente Meierijstad, Leefgoed Meierijstad (diverse zorg- en welzijnspartijen), commerciële partners.
Wat?	PIM-vitaal: programma waarbij we investeren in de zelfredzaamheid, mentale vitaliteit en weerbaarheid van de deelnemers. Met de ondersteuning van PIM-coaches en geschikte partners wordt ingezet op een gezonde leefstijl bij de doelgroep met een bijstandsuitkering. PIM-Vitaal richt in bijzonder op leefstijlontwikkeling en positieve gezondheid (meedoen, dagelijks functioneren, lichaamsfuncties (nadruk op beweging), mentaal welbevinden, zingeving en kwaliteit van leven).
Wanneer?	2021, 2022, 2023

Ambitie 1 Stimuleren van een gezonde levensstijl

Ambitie 1 Sporten als middel in het sociaal domein



4. ONDERWIJS EN KINDEROPVANG: LEREN BEWEGEN EN BEWEGEND LEREN

Sport, een actieve leefstijl en onderwijs zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Door op jonge leeftijd aandacht te besteden aan het bevorderen van motorische- en sociale vaardigheden (bijvoorbeeld kruipen en het kunnen spelen met andere kinderen), zijn kinderen in staat hun wereld letterlijk en figuurlijk te vergroten. Hierdoor leren zij problemen op te lossen, na te denken, te redeneren en slaan dus spelenderwijs nieuwe informatie op. Er lijkt een positieve associatie te bestaan tussen bewegen en leereffecten op lange termijn. Dus betere schoolprestaties wanneer kinderen meer bewegen. Dat blijkt uit het literatuuronderzoek dat Amsterdam UMC in opdracht van Kenniscentrum Sport heeft uitgevoerd. Ook zorgt een actieve levensstijl voor minder kans op overgewicht en allerlei ziektes en draagt het bij aan het opbouwen van zelfvertrouwen.

Er is de laatste jaren veel aandacht voor de motorische ontwikkeling van kinderen. De basis motorische vaardigheden van een mens zijn: snelheid, kracht, coördinatie, lenigheid en uithoudingsvermogen. Het zijn de vijf bouwstenen van een gezonde ontwikkeling. Meerdere onderzoeken tonen aan dat de motoriek van kinderen in de afgelopen jaren achteruit gaat. Een zorgwekkende ontwikkeling. Met dit thema willen we kijken hoe we sport en bewegen nog meer in kunnen zetten in het onderwijs voor breed motorische als ook cognitieve ontwikkeling van leerlingen.

Naast het belang van leren bewegen willen we ook aandacht besteden aan bewegend leren. Hierbij is bewegen een middel om andere vakken en vaardigheden, zoals taal of rekenen, te leren. Diverse onderzoeken tonen aan dat bewegen tijdens het leren een positieve invloed heeft op de hersenactiviteiten. Hierdoor kunnen kinderen zich beter concentreren en neemt de taakgerichtheid toe. Bovendien versterkt bewegen het zelfvertrouwen van leerlingen.

Door besturen van bovenschoolse stichtingen, beweegprofessionals in het onderwijs en andere betrokkenen zijn een aantal uitdagingen benoemd rondom het thema leren bewegen en bewegend leren. Zo is de behoefte uitgesproken om een leerlijn 'leren bewegen' te ontwikkelen rondom het thema sporten en bewegen van de kinderopvang tot het middelbaar en zelfs hoger onderwijs. De kwaliteit van het bewegingsonderwijs moet omhoog en daarbij is ondersteuning voor leerkrachten gewenst. En er moet aandacht besteedt worden aan de motorische ontwikkeling van kinderen, als ook het meten daarvan. In het kader van het bevorderen van bewegend leren is de beschikbaarheid van sporthallen hiervoor aangekaart.

Wat doen we al?
In de gemeente Meierijstad zijn sportcoaches actief in het onderwijs en in de kinderopvang. Er is een naschools aanbod voor kinderen en ook voor kinderen met een motorische achterstand of kinderen die zich niet helemaal prettig voelen bij een reguliere sportvereniging. Dit in samenwerking met het primair en voortgezet onderwijs en jongerencentra. Vanuit GGD, kinderopvang, primair en voortgezet onderwijs zijn er al verschillende initiatieven om de vitaliteit van schoolgaande kinderen positief te beïnvloeden, zoals het concept 'de gezonde school' en 'de sportieve school', maar ook het introduceren van beweegvloeren en 'Kids run free'. Ook wordt het schoolzwemmen door de gemeente Meierijstad gefaciliteerd. En diverse scholen zijn met het concept bewegend leren aan de slag.

Wat gaan we nog doen?
Op basis van de uitdagingen die benoemd zijn in de werkgroep zijn we tot de volgende doelstellingen gekomen:
- het oprichten van een denk- en doetank rondom dit thema. Deze denk- en doetank gaat aan de slag met het uitvoering geven aan onderstaande doelstellingen:
- de motorische vaardigheden van zo veel mogelijk kinderen meten en gunstig beïnvloeden;
- het ontwikkelen van een leerlijn rondom sporten en bewegen van 0 tot 18 jaar en daarmee de samenwerking tussen scholen, kinderopvang en ook sportverenigingen versterken;
- het ondersteunen van leerkrachten bij het geven van bewegingsonderwijs;
- het uitvoering geven aan ten minste twee nieuwe initiatieven op het gebied van bewegend leren.

Acties

4.1 het oprichten van een denk- en doetank

Wie?	Gemeente Meierijstad, Voortgezet Onderwijs (VO), Primair Onderwijs (PO), kinderopvang, GGD, buurtsportcoaches, combinatiefuncties onderwijs
Wat?	De denk- en doetank rondom het thema leren bewegen en bewegend leren gaat aan de slag met de uitdagingen en doelstellingen die benoemd zijn. Naast verschillende acties die ontwikkeld gaan worden in het kader van leren bewegen en bewegend leren (zie hieronder) staat ook het ontwikkelen van een doorlopende lijn van 0 tot 18 jaar centraal.
Wanneer?	2021, 2022, 2023

Ambitie 1 Sporten als middel in het sociaal domein

Ambitie 1 Meer inwoners sporten en bewegen

4.2 leren bewegen: motorische vaardigheden van zo veel mogelijk kinderen meten en gunstig beïnvloeden

Voor wie?	Kinderen van 0 tot 18 jaar
Met wie?	Gemeente Meierijstad, Voortgezet Onderwijs (VO), Primair Onderwijs (PO), kinderopvang, GGD, buurtsportcoaches, combinatiefuncties onderwijs
Wat?	Vanuit de denk- en doetank worden acties ontwikkeld voor wat betreft het meten en gunstig beïnvloeden van motorische ontwikkeling van kinderen. Vanuit het sportakkoord zijn hier middelen voor gereserveerd in 2021. Ook wordt nagedacht over hoe de kwaliteit van het bewegingsonderwijs omhoog kan en leerkrachten daarbij ondersteund kunnen worden.
Wanneer?	2021, 2022, 2023

Ambitie 1 Sporten als middel in het sociaal domein

Ambitie 1 Meer inwoners sporten en bewegen

4.3 bewegend leren: uitvoering geven aan ten minste twee nieuwe initiatieven op het gebied van bewegend leren

Voor wie?	Kinderen van 0 tot 18
Met wie?	Gemeente Meierijstad, Voortgezet Onderwijs (VO), Primair Onderwijs (PO), kinderopvang, GGD, buurtsportcoaches, combinatiefuncties onderwijs
Wat?	Vanuit de denk- en doetank worden acties ontwikkeld voor wat betreft het stimuleren van bewegend leren. Een pilot wordt gestart om binnensportlocaties gelegen bij scholen meer beschikbaar te maken. Vanuit het sportakkoord zijn al middelen gereserveerd voor het toepassen van ASM Graphics in sporthallen, die bewegend leren mogelijk maken.
Wanneer?	2021, 2022, 2023

Ambitie 1 Sporten als middel in het sociaal domein

Ambitie 1 Meer inwoners sporten en bewegen

UITVOERING

Het Vitaliteitsakkoord Meierijstad wordt uitgewerkt aan de hand van een drietal fases. Zo kunnen we per fase in blijven spelen op actualiteiten. Gedurende de fases wordt het netwerken rondom het Vitaliteitsakkoord behouden en versterkt door middel van bijeenkomsten met de klankbordgroep, met het totaal aan betrokken actoren en in deelsessies rondom de verschillende thema's.

1STE FASE (2021)

In de 1ste fase (2021) focussen we ons vooral op acties vanuit de thema's 'gezonde sportvereniging' en 'vitale buurten'. Vanuit onze sportambities vinden er ook al diverse acties plaats in het kader van 'gezonde sportvereniging' 'onderwijs en kinderopvang. Sommige acties zijn in dit overzicht meegenomen.

Actie	Budget
1.1 Rookvrije Sportaccommodaties	1,5K
1.2 Onderzoek rookvrije entrees binnensport	NVT
1.3 Gezonde Sportkantine	1,5K
1.5 Fittesten Walking Sports (55+)	5K
1.6 BeweegBoost	Sport
1.7 Nader uit te werken	5K
2.1 Co-creatiesessies	5K
2.2 Fit in de Buurt	10K
2.3 Bewegen met dementie	2,5K
2.4 Sport en spel voor jongeren	2,5K
2.5 Meierijstad Vitaal 'on tour'	5K
2.6 Participatie statushouders	2K
2.7 Doortrappen	NVT
2.8 Onderzoek sporten openbare ruimte	2K
2.9 Borden rookvrije sportplekken	2,5K
3.1 Draagvlak	NVT
3.3 PIM Vitaal	2,5K
4.1 Denk- en doetank	NVT
4.2 Leren bewegen	Sport
4.3 Bewegend leren	Sport
Algemeen: behouden en versterken netwerk	3K
Totaal	**50K**

2DE FASE (2022)

In de 2de fase (2022) focussen we ons meer op acties vanuit de thema's 'vitale buurten', 'vitale werkvloer' en 'vitaliteit in het onderwijs'. Samen met partners worden prioriteiten bepaald en acties concreet ingevuld.

Actie	Budget
1.1 Rookvrije Sportaccommodaties	1,5K
1.2 Verantwoord alcohol schenken	1,5K
1.3 Gezonde Sportkantine	1,5K
1.4 Fittesten Walking Sports (55+)	2,5K
2.2 Fit in de Buurt	5K
2.3 Bewegen met dementie	1K
2.5 Meierijstad Vitaal 'on tour'	5K
2.7 Doortrappen	NVT
2.8 Sporten openbare ruimte	10K (bij benadering)
3 Vitale werkvloer	10K (bij benadering)
4 Vitaliteit in het onderwijs	10K (bij benadering)
Algemeen: behouden en versterken netwerk	2K
Totaal	**50K**

3DE FASE (2023)

In de 3de fase (2023) focussen we ons nog meer op acties vanuit de thema's 'vitale buurten', 'vitale werkvloer' en 'vitaliteit in het onderwijs'. Samen met partners worden prioriteiten bepaald en acties concreet ingevuld.

Actie	Budget
1.4 Fittesten Walking Sports (55+)	2,5K
2.2 Fit in de Buurt	5K
2.3 Bewegen met dementie	2,5K
2.7 Sporten openbare ruimte	12K (bij benadering)
3 Vitale werkvloer	12K (bij benadering)
4 Vitaliteit in het onderwijs	12K (bij benadering)
Algemeen: behouden en versterken netwerk	4K
Totaal	**50K**

COMMUNICATIE

Communicatie is een belangrijk onderdeel van het Vitaliteitsakkoord Meierijstad. We zetten actief in op het bereiken van een brede doelgroep, alle inwoners en werknemers van Meierijstad. Door een mix van on- en offline communicatie en door het organiseren van activiteiten. Hiervoor maken we een content kalender om een continue stroom aan berichtgeving te genereren via diverse kanalen. Bij gedragsverandering zit de kracht in herhaling. We zorgen dat we zichtbaar zijn en blijven op een toegankelijke manier. We delen succesverhalen om de betrokkenheid te vergroten.

OFFLINE:

- We betrekken lokale media om activiteiten onder de aandacht te brengen (promotie vooraf en verslag achteraf);
- We betrekken ondernemersverenigingen en partners om onze on-tour campagne te promoten;
- We betrekken stakeholders bij de promotie van activiteiten (posters, flyers);
- We maken gebruik van ambassadeurs en bestuurlijke werkbezoeken;
- We gaan 'on tour' om de zichtbaarheid te vergroten en om dichter bij de inwoners te komen om de be hoefte op te halen.

ONLINE:

- We maken vlogs van activiteiten en zenden deze uit op ons YouTube kanaal (gemeente Meierijstad en JOGG Meierijstad) en delen dit middels onze sociale media kanalen, nieuwsbrieven en digitaal platform;
- We maken gebruik van het communicatienetwerk van onze partners en stakeholders (welzijnsorganisaties, onderwijs, verenigingen etc.) om thema's uit het preventieakkoord onder de aandacht te brengen, onder andere door het delen van sociale media berichten, vlogs en artikelen in nieuwsbrieven.

Meierijstad zijn we samen!

MEIERIJSTAD