



EVALUATIEVERSLAG
DOESBURG BEWEEGT

2023



AUTEUR: Ward Terpstra, coördinerend Buurtsportcoach Doesburg

Inhoud

Organisatie	4
Resultaten 2023.....	6
Buurtsportcoach coördinatie (Kia Ora)	6
Coördinatie Buurtsportcoaches Doesburg	6
Coördinatie en uitvoering van jaarlijks terugkerende activiteiten/projecten	7
Verenigingen ondersteunen.....	9
Doesburg Beweegt als leerbedrijf voor stagiaires.....	10
Coördinatie van projecten voor kinderen met een gezondheids-, motorische-, en/of financiële achterstand.....	10
Communicatie en Zichtbaarheid	11
Cofinancieringsmogelijkheden Buurtsportcoaches Doesburg 2023 en verder onderzoeken in samenwerking met beleidsadviseur Sport van de gemeente Doesburg.....	11
Fungeren als informatiepunt wat betreft sport en bewegen in de gemeente voor inwoners van Doesburg en aanbieders uit Doesburg.....	11
Doesburg Vitaal	11
Belangrijke aandachtspunten voor 2024	12
Buurtsportcoach Sport en Zorg (PlusFit)	13
Samenwerkingsafspraken	13
Begeleiding- en coaching-traject naar een actievere leefstijl	13
Laagdrempelig Bewegen	15
Doesburg Blijft Bewegen 2023	15
Planning voor 2024.....	16
Buurtsportcoach Sport en Ouderen (Fysiotherapie Ruesink)	16
Samenwerkingsafspraken	16
Het Biesemhuis ondersteunen bij het organiseren van voldoende en op de juiste manier van sport- en beweegactiviteiten voor ouderen met beginnende dementie	17
Bijdragen aan gedragsverandering, bevorderen van de gezondheid en verminderen van eenzaamheid bij ouderen.....	17
Verminderen van medicijn gebruik.....	17
Fitheidstest 55-plussers door ontwikkelen en er uitvoering aangeven in Doesburg.....	17
Beweeggroep.....	18
In 2024.....	19
Buurtsportcoach Sport en Jongeren.....	19



Samenwerkingsafspraken	20
Verbinding maken met kwetsbare jongeren doormiddel van sport en spel	20
Activiteiten organiseren op het Rhedens De Tender	21
Beweegactiviteiten tijdens de schoolvakanties	21
Voorlichting gezonde levensstijl.....	22
Lokaal Aanspreekpunt Jeugdfond Sport & Cultuur	22
Leren fietsen	22
Planning voor 2024.....	23
Buurtsportcoach Sport en Onderwijs.....	24
Stagiaires	24
Peuters in beweging	24
B-Fit	25
Het Bewegend kind	26
Buitenbende	26
0313 Beweegt.....	26
MQ scan.....	27
Nationale Buitenspeeldag	27
Voorlichting voeding	27
Verenigingen binnen het bewegingsonderwijs.....	28
LijV	28
Anders dan Anders	29
Koningsspelen.....	29
Scholen Ondersteunen	29
Planning voor schooljaar 2024-2025.....	29
Buurtsportcoach Aangepast Sporten	30
Financiën	31



Organisatie



Doesburg beweegt is een samenwerkingsverband dat bestaat uit 6 buurtsportcoaches. Onze samenwerkingspartners zijn 0313 Doesburg, de Gelderse Sport Federatie, Uniek Sporten, Fysiotherapie Ruesink, PlusFit en Kia Ora. Elke organisatie levert een Buurtsportcoach om gezamenlijk, in opdracht van de gemeente Doesburg, uitvoering te geven aan een deel van de lokale gezondheidsnota, het Doesburgse Vitaliteitsakkoord (voorheen Sport- en Leefstijlakkkoord).

De buurtsportcoach is een professional die zich richt op het stimuleren van een gezonde en actieve leefstijl voor alle bewoners in Doesburg. De buurtsportcoach zet in op het aanbieden van laagdrempelige activiteiten die passen bij de doelgroep.

Belangrijke speerpunten voor ons zijn, bewegen, het gezonde alternatief, participatie en preventie. Deze speerpunten komen in onze activiteiten en projecten naar boven.

Hieronder kun je ons team van buurtsportcoaches vinden:



Mijn naam is **Ivet Harperink** en ik ben de **Buurtsportcoach Onderwijs** binnen de gemeente Doesburg. Ik ben verantwoordelijk voor het implementeren van het B-fit en 'Het Bewegend Kind' programma binnen het primair onderwijs. Verder verzorg ik de algemene begeleiding van de verschillende stagiaires in het bewegingsonderwijs, en help ik verenigingen om hun sport uit te dragen binnen de gymlessen.



Mijn naam is **Joost van der Kooij** en ik ben werkzaam als (geriatrie)fysiotherapeut en **Buurtsportcoach Ouderen** bij Fysiotherapie Ruesink. Als buurtsportcoach begeleid ik de deelnemers die vanwege een chronische aandoening, pijn bij bewegen en/of overgewicht liever niet zelfstandig willen starten met sporten. Die begeleiding is erop gericht dat je voldoende conditie opbouwt en weet waar je grenzen liggen, met als doel actiever en gezonder te kunnen leven.



Mijn naam is **Daan Eulink**, binnen de gemeente Doesburg ben ik **Buurtsportcoach Jongeren** bij Jongerencentrum 0313. Als buurtsportcoach hou ik me bezig met het organiseren van verschillende sportieve activiteiten op het jongerencentrum 0313. Daarnaast ben ik wekelijks actief met verschillende kwetsbare jongeren en gebruik ik sport als middel om een leefstijlverandering plaats te laten vinden. Naast actief bezig zijn geef ik ook voorlichting op het gebied van een gezonde levensstijl.





Ik ben **Kristel Beijer**, werkzaam als fysiotherapeut bij PlusFit fysiotherapie en **Buurtsportcoach Zorg**. Binnen Doesburg Beweegt help ik voornamelijk mensen met chronische klachten om een gewenst en/of gezond beweegpatroon te ontwikkelen. Als je geen lichamelijke klachten hebt dan is bewegen vanzelfsprekend. Dit is anders als je lichamelijke klachten hebt, zoals pijn of een chronische aandoening. Hoe kun je dan toch in beweging blijven en zoveel mogelijk zelfstandig je leven leiden? Bewegen kan altijd, binnen je eigen mogelijkheden.



Mijn naam is **Jorien Harteman** en ik ben de **Buurtsportcoach aangepast sporten** binnen de gemeente Doesburg. Uniek Sporten, het sportloket voor aangepast sporten, wordt door de gemeente ingehuurd om aangepast sporten vorm te geven in Doesburg en de regio. Ik help mensen met een beperking een geschikte vorm van sport of bewegen te vinden en bij vragen over financiële ondersteuning of over hulpmiddelen. Aan de andere kant begeleid en ondersteun ik sportaanbieders die een aangepast sportaanbod hebben of hiermee willen starten.



Mijn naam is **Ward Terpstra** en ik ben de **coördinator van de Buurtsportcoaches** binnen de gemeente Doesburg. Ik word door de gemeente Doesburg ingehuurd om het team te coördineren en de kwaliteit te bewaken van de projecten die wij gezamenlijk realiseren. Daarnaast ben ik de schakel tussen de uitvoering en beleid. Welke vraagstukken liggen er binnen het werkveld en hoe kan de gemeente hier op inspelen. Tevens richt ik me ook op de realisatie van verschillende projecten zoals de Fitheidstest voor 55+ en het kennismakingsproject Sjors Sportief en Creatief.

Resultaten 2023

Buurtsportcoach coördinatie (Kia Ora)

- Coördinator Buurtsportcoaches Doesburg;
- Coördinatie en uitvoering van jaarlijks terugkerende activiteiten/projecten;
- Verenigingen ondersteunen;
- Doesburg Beweegt als leerbedrijf voor stagiaires;
- Coördinatie van projecten voor kinderen met een gezondheids-, motorische-, en/of financiële achterstand;
- Communicatie en Zichtbaarheid;
- Cofinancieringsmogelijkheden Buurtsportcoaches Doesburg 2023 en verder onderzoeken in samenwerking met de gemeente Doesburg;
- Fungeren als informatiepunt wat betreft sport en bewegen in de gemeente voor inwoners van Doesburg en aanbieders uit Doesburg.

Coördinatie Buurtsportcoaches Doesburg

Als coördinator buurtsportcoaches heb ik een belangrijke leidinggevende, coördinerende en verbindende rol en moet ik vooral de samenhang tussen de verschillende programma's, activiteiten en mensen bewaken. Ik bewaak en stel het projectplan bij en ben hierbij gericht op zowel de interne alsook externe processen. Ik werk nauw samen met de beleidsadviseur Sport van de gemeente Doesburg en heb een stimulerende en coachende rol richting alle buurtsportcoaches.

- Elke 6 weken heeft er een gezamenlijk Buurtsportcoachoverleg plaatsgevonden. Tijdens dit overleg delen we onze vragen, ervaringen en plannen met elkaar. Daarnaast zijn deze overleggen van belang om ervoor te zorgen dat we onszelf toch als team zien. We hebben namelijk allemaal een andere werkgever, maar wel een gezamenlijk doel;
- Met de Buurtsportcoaches zijn er individuele voortgangsoverleggen geweest om gezamenlijk naar het proces en de kansen te kijken;
- Elke 6 weken heeft er een overleg plaatsgevonden tussen de coördinator en de beleidsadviseur. Het is de taak van de coördinator om de praktijk met het beleid te verbinden en beleid binnen de praktijk te realiseren;
- De coördinator heeft samen met beleid en de Buurtsportcoaches bepaald wat de speerpunten zijn;
- Vraag en aanbod is bij elkaar gebracht in een jaarplanning;
- Elke 3 maanden een regio overleg gevoerd met coördinatoren uit de regio. Leren van elkaar, dingen delen en netwerken. Zeer waardevol.



Coördinatie en uitvoering van jaarlijks terugkerende activiteiten/projecten

- In februari 2023 hebben we de Fitheidstest voor 55-plussers weer kunnen organiseren in de gemeente Doesburg. Inwoners tussen de 55 en 80 jaar uit de gemeente hebben een uitnodiging ontvangen van de gemeente. 131 van 140 beschikbare plekken zijn ingevuld. Net als voorgaande jaren is het een zeer waardevolle dag geweest, waarbij de sfeer als zeer prettig ervaren is, bij de 32 vrijwilligers en de deelnemers.

Waarom organiseren we de Fitheidstest:

- **Gezondheidsbevordering:** Fitheidstesten bieden 55-plussers de mogelijkheid om hun fysieke conditie te evalueren en bewustwording te creëren over hun gezondheid. Door vroegtijdige detectie van gezondheidsrisico's kunnen deelnemers proactief werken aan het verbeteren van hun welzijn en het voorkomen van gezondheidsproblemen;
- **Preventie van gezondheidsproblemen:** Oudere volwassenen hebben vaak te maken met specifieke gezondheidsuitdagingen, zoals verminderde mobiliteit, spierzwakte en cardiovasculaire problemen. Door fitheidstesten kunnen potentiële risico's worden geïdentificeerd en kunnen deelnemers worden voorzien van advies en ondersteuning om deze problemen te voorkomen of te verminderen;
- **Zelfredzaamheid:** Het deelnemen aan een fitheidstest geeft 55-plussers een gevoel van controle over hun eigen gezondheid. Het biedt hen de kans om actief te werken aan hun fitheid en welzijn, waardoor ze zich sterker en zelfverzekerder voelen in hun dagelijks leven;
- **Gemeenschapsbetrokkenheid:** Fitheidstesten brengen mensen samen en creëren een gevoel van gemeenschap. Door deel te nemen aan gezamenlijke activiteiten kunnen 55-plussers nieuwe mensen ontmoeten, ervaringen delen en een gevoel van verbondenheid ervaren;
- **Bijdrage aan een gezonde en actieve levensstijl:** Door fitheidstesten te organiseren, stimuleren gemeenten een cultuur van gezondheid en welzijn binnen de gemeenschap. Het moedigt 55-plussers aan om actief te blijven en een gezonde levensstijl na te streven, wat op lange termijn de algemene gezondheid en het welzijn van de gemeenschap ten goede komt.

Kortom, het organiseren van fitheidstesten voor 55-plussers in gemeenten is een waardevol initiatief dat bijdraagt aan de gezondheid, welzijn en sociale verbondenheid van oudere volwassenen en de gemeenschap als geheel.



- De Nationale Diabetes Challenge werd ook dit jaar weer in veel gemeenten in Nederland georganiseerd. In Doesburg noemen we deze Challenge sinds een aantal jaar de Wandel Challenge. Bewegen is namelijk voor iedereen gezond; diabetes, COPD, overgewicht of eenzaamheid, iedereen is van harte welkom om mee te wandelen. Ongeveer 20 deelnemers zijn op woensdag 19 april gestart met wandelen. Wekelijks hebben zij samen met een wandelcoach Krijn van PlusFit gewandeld om zo hun conditie en gezondheid op te bouwen.



Tijdens de wandeling kregen de deelnemers bezoek van verschillende samenwerkingspartners, zoals Doesburg Vitaal, coöperatie IJsselstromen en de beleidsadviseur van de gemeente Doesburg. Zij genoten van de leuke wandeling en de verscheidenheid aan mensen. De verschillende achterliggende redenen voor het meedoen aan de

Wandelchallenge werden besproken, op kantoor hoor je deze verhalen niet, dit soort initiatieven zijn juist mooie manieren om input te krijgen van inwoners uit Doesburg.

Ook organisator PlusFit kijkt tevreden terug op de Wandelchallenge van 2023: “Het waren 20 mooie weken waarin veel deelnemers vooruit zijn gegaan met hun conditie. Het was ook weer een feestje om de Challenge af te sluiten tijdens de landelijke dag op 16 september, op de Ireen Wust Schaatsbaan in Tilburg. Het allermooiste is natuurlijk dat de huidige wandelaars ondertussen doorwandelen met een “door-wandel-groep

- Doesburg Beweegt wil op zo veel mogelijk manieren de Avond-vierdaagse Doesburg ondersteunen. We hebben de deelnemers van Doesburg Vitaal gemotiveerd om mee te lopen en hebben we de Avond4daagse op verschillende manieren gepromoot. De Anne Frank loopt jaarlijks mee en dit jaar de Horizon ook. De Wetelaar loopt niet als school, maar veel kinderen lopen wel. We hebben tijdens de eerste dag met de Waterfiets bidons uitgedeeld voor de deelnemers;



- Ook in 2023 hebben we weer het kennismakingsproject Sjors Sportief en Sjors Creatief gerealiseerd. Er zijn maar liefst 251 kennismakingsactiviteiten aangeboden door de lokale en regionale sport en creatieve aanbieders. In totaal zijn er 708 inschrijvingen geweest. In 2022 hebben we een mooie promotiefilm gemaakt van Sjors. Een film waar Sjors verschillende aanbieders langsgaat om te sporten. Een mooi middel om sportend Doesburg in beeld te krijgen. Bekijk het filmpje op https://youtu.be/L_DAFU94j40;

- We hebben in samenwerking met 0313 Doesburg, alle jongerenwerkers en buurtsportcoaches, 0313 Beweegt georganiseerd. De scholen komen met de groepen 6 t/m 8 naar 0313 voor een sportieve, educatieve en creatieve activiteit. Deze keer stond het in het teken van 'Samen'. Tijdens de sportieve activiteit hebben we ons gericht op teambuilding. Het stukje educatief ging over hoe je om kunt gaan met sociale media. En bij het creatieve station vond een drama les plaats. Deze drama les stond in het teken van samenwerken.



Verenigingen ondersteunen

- Er is een duidelijk overzicht van het beweegaanbod in de gemeente gemaakt op de website www.actiefindoesburg.nl;
- In samenwerking met de regiegroep van het sport- en beweegakkoord is er een sportcafé georganiseerd. 22 sport- en beweegaanbieders hebben we kunnen verwelkomen in de kantine van Tennis & Padel Doesburg. We hebben met de organisaties gesproken over het vernieuwde sportakkoord, het Vitaliteitsakkoord Doesburg. Met het Vitaliteitsakkoord willen we de toekomstbestendigheid van sport vergroten, de krachten bundelen en de slagkracht vergroten. Daarnaast hebben we het gehad over het uitvoeringsbudget en de mogelijkheid om gebruik te maken van verschillende services van NOC*NSF. Een zeer geslaagde avond met elkaar, waarbij we nieuwe, positieve, energie hebben gevoeld in de samenwerking en de kans binnen het Vitaliteitsakkoord Doesburg.
- In Maart is het tennismaand. De lessen op de scholen verliepen heel goed. Zowel de scholen als de vereniging Tennis en Padel Doesburg is enthousiast over het verloop. De lessen op de club waren voor de kinderen weer een hele beleving. De omvang was groter dan vorig jaar omdat dit jaar de groepen 7-8 ook waren uitgenodigd. De club heeft begin april een gratis tennisfeest georganiseerd voor de kinderen die lessen hebben gehad binnen het bewegingsonderwijs.
- Samen met Sportclub Doesburg is er een schoolvoetbaltoernooi georganiseerd op Sportpark Doesburg. Met 14 teams in 3 verschillende leeftijdscategorieën van 4 verschillende scholen, is het een succes geweest.



Doesburg Beweegt als leerbedrijf voor stagiaires

- Er is een intensieve samenwerking met de Hogeschool Arnhem Nijmegen. Jaarlijks doen studenten van de opleiding ALO lesgeef ervaring op binnen het bewegingsonderwijs in Doesburg;
- Er is een intensieve samenwerking met het Graafschap College Sport en Bewegen. Jaarlijks doen studenten ervaring op binnen de gemeente Doesburg;
- We zijn een samenwerking gestart met het CIOS Arnhem. We hopen jaarlijks studenten in te kunnen zetten bij Doesburg Beweegt;
- Studenten die actief zijn binnen Doesburg verzorgen minimaal 1 dag in de week voor één van de basisscholen de lessen bewegingsonderwijs. Zo heeft elke school minimaal 1 dag studenten;
- Studenten verzorgen het naschoolse sportaanbod, de Sjors Buitenbende, op de schoolpleinen van de 3 basisscholen;
- In 2023 zijn er in totaal 6 studenten actief geweest binnen de gemeente Doesburg.

Coördinatie van projecten voor kinderen met een gezondheids-, motorische-, en/of financiële achterstand

- In 2023 is er een lastige samenwerking geweest met Stichting Leergeld. Door omstandigheden bij Stichting Leergeld is de samenwerking opgezegd en is het besluit genomen om geen aanvragen meer af te handelen voor het Jeugdfonds Sport & Cultuur. Hierdoor zijn er veel aanvragen blijven liggen. Ik als lokaal aanspreekpunt voor het Jeugdfonds Sport & Cultuur heb me intensief ingezet om zoveel mogelijk aanvragen toch af te kunnen handelen. Dit is zo goed als het kon gelukt;
- De gemeente Doesburg heeft besloten om te stoppen met het Jeugdfonds Sport & Cultuur en alle aanvragen die met sport en cultuur te maken hebben bij stichting Leergeld neer te leggen. Helaas stond Leergeld niet open voor een samenwerking en heeft de gemeente een keuze moeten maken om ervoor te zorgen dat de doelgroep geholpen zou worden;
- In 2023 zijn we gestart met een pilot voor het Volwassenfonds Sport in de gemeente Doesburg. Er is een intermediair netwerk opgebouwd en via dit netwerk zijn inwoners bereikt. Er is bewust gekozen om het nog niet groots te promoten, dit omdat we nog in een pilot fase zaten en er geen onbeperkt budget beschikbaar is. In 2023 zijn er 26 aanvragen goedgekeurd, 70% van het beschikbare budget is ingezet. De pilot loopt nog tot 31 maart 2024;
- In samenwerking met Coöperatie IJsselstromen en het Kinderteam Doesburg hebben we het gezondheidsproject LijV voortgezet. LijV is een leefstijlprogramma dat zich richt op kinderen van 6 t/m 12 jaar die niet lekker in hun vel zitten. Bijvoorbeeld omdat ze weinig vertrouwen hebben in hun eigen lijf, onvoldoende aansluiting vinden bij klasgenoten, er thuis problemen zijn, of niet weten wat het is om gezond te eten. In een multidisciplinair samengesteld team werken we aan hun motorische en sociale vaardigheden, mentaal welbevinden en een gezond voedingspatroon. Daarnaast bieden we hulp en ondersteuning aan hun ouders/verzorgers. Bijvoorbeeld als zij vragen hebben over gezond eten, het slaappatroon van hun kind, of als er problemen zijn bij het opvoeden. Er nemen 12 kinderen deel aan dit project.



Communicatie en Zichtbaarheid

- Communicatieplan maken en bewaken voor het team van Buurtsportcoaches;
- Verzorgen van alle interne communicatie;
- Website www.actiefindoesburg.nl up-to-date houden;
- Kanalen sociale media beheren;
- Persberichten schrijven voor activiteiten/projecten;
- Bijhouden en vergroten van netwerken;
- Onderzoeken welke evenementen/bijeenkomsten interessant zijn om onze zichtbaarheid te vergroten.

Cofinancieringsmogelijkheden Buurtsportcoaches Doesburg 2023 en verder onderzoeken in samenwerking met beleidsadviseur Sport van de gemeente Doesburg

- In gesprek blijven met verschillende beleidsterreinen binnen de gemeente Doesburg om te kijken of er middelen zijn om de buurtsportcoaches financieel te ondersteunen;
- Onderzoeken waar de kansen liggen voor de Buurtsportcoaches bij de GALA en SPUK.

Fungeren als informatiepunt wat betreft sport en bewegen in de gemeente voor inwoners van Doesburg en aanbieders uit Doesburg

Er zijn steeds meer organisaties die met ons contact zoeken om inwoners te helpen met het vinden van een passend beweegaanbod. Vaak gaat het om inwoners die moeten bewegen maar niet zo goed weten hoe. Wij kunnen met onze Buurtsportcoaches ervoor zorgen dat de inwoner op de juiste plek terecht komt.

Doesburg Vitaal

In 2021 zijn we gestart met het project Doesburg Vitaal. Samen de vitaliteit van de mensen verhogen en daarmee tegelijkertijd impact te maken in de maatschappij. Dat is het doel van VierVitaal en Doesburg Beweegt. Samen zijn we het initiatief 'Doesburg Vitaal' gestart waarmee we inwoners in beweging brengen, werkgevers ondersteunen om hun bedrijf vitaler te maken, mensen met financiële zorgen zich vitaler te laten voelen en samen met lokale bedrijven en experts de regio vitaler te maken.

Dit project hebben we in 2023 voortgezet en hebben we bijna 150 mensen met een "kleine" of "gezonde" portemonnee in beweging gebracht. Een erg mooie manier om mensen in beweging te krijgen. Daarnaast heeft Ubbink in 2023 met 110 werknemers deelgenomen aan Doesburg Vitaal.



Belangrijke aandachtspunten voor 2024

- De werkzaamheden zoals in 2023 ingevuld blijven ook in 2024 onze speerpunten;
- We blijven met de andere Buurtsportcoaches kritisch kijken naar de werkzaamheden en samenwerking. Door te luisteren naar de behoefte van het werkveld en het beleid binnen de gemeente Doesburg passen we waar nodig onze werkzaamheden aan;
- Zichtbaar zijn en blijven blijft een aandachtspunt. In 2023 hebben we ervoor gekozen om met één website te gaan werken. We hadden een informatieve website en een website waar bijvoorbeeld de inschrijvingen van Sjors Sportief plaats konden vinden. Alles is nu samengevoegd op www.actiefindoesburg.nl. Deze website zullen we in 2024 een nieuwe uitstraling geven. Daarnaast willen we met samenwerkingspartners in gesprek om te onderzoeken of ze ook gebruik kunnen maken van deze website. Voorbeelden hiervan zijn het jongerencentrum en de Buurtacademie;
- In 2023 ben ik Coördinator Sport en Preventie geworden voor de gemeente Doesburg. In 2024 zijn de taken hiervoor helder en zullen worden uitgevoerd:
 - Organisatie Kick-off Vitaliteitsakkoord, voorstelling “Kom op nou jongens!” in de Gasthuiskerk Doesburg;
 - Organisatie van minimaal 1 sportcafé voor alle betrokken partners binnen het Vitaliteitsakkoord Doesburg;
 - In samenwerking met de beleidsadviseur Sport de kartrekker zijn van het kernteam Vitaliteitsakkoord Doesburg;
 - Zorgen voor verbinding tussen thema’s en onderdelen binnen de Brede SPUK gezondheid, sport en bewegen en sociale basis;
 - Aanvragen Services vanuit het Vitaliteitsakkoord;
- In 2024 hebben we als doel om meer aan te sluiten bij regionale bijeenkomsten om onze kennis te vergroten die van meerwaarde kan zijn voor de projecten en taken die we binnen Doesburg hebben;
- In 2024 willen we een aantal onderzoeken verrichten:
 - JOGG onderzoeken en plan schrijven. Een gezonde jeugd begint bij een gezonde omgeving. JOGG richt zich op de leefomgeving waar kinderen en jongeren veel komen: thuis, buurt, school, sport, vrije tijd, werk en (online) media. De programma’s en projecten in deze omgevingen stimuleren een gezonder aanbod van eten en drinken, meer bewegen, voldoende ontspanning en slaap. JOGG ondersteunt, adviseert en biedt inspiratie, kennis en samenwerking. Meer informatie kun je vinden op www.jogg.nl
 - In samenwerking met de Gelderse Sport Federatie onderzoeken of er binnen de gemeente Doesburg behoefte is aan een verenigingsondersteuner. Mocht deze behoefte aanwezig zijn ga ik met de gemeente onderzoeken hoe we deze kunnen realiseren;
 - Mogelijkheden andere of extra inzet fte’s Buurtsportcoaches Onderzoeken;
 - Onderzoeken wat de mogelijkheden zijn om te starten met het project Beweegmakelaar in de gemeente Doesburg.



- Op de scholen willen we ons in 2024 blijven richten op het verbeteren van de motorische vaardigheden;
- In 2024 ondersteun ik bij de realisatie van een nieuw sportplein/skatebaan bij het jongeren-centrum 0313;
- Doesburg Vitaal blijven we onder de aandacht brengen en we hopen dat we samen nog meer deelnemers met een kleine portemonnee kunnen helpen;
- Ik sluit aan bij het Armoedenetwerk van de gemeente Doesburg om het Volwassenfonds en andere projecten onder de aandacht te brengen;
- Een aandachtspunt is het draagvlak bij het College van de gemeente Doesburg. We blijven aandacht vragen voor sport, bewegen en gezondheid als mooi preventief en curatief middel. We hopen dat het College deze meerwaarde blijft zien en samen met ons de kansen benut die aanwezig zijn.

Buurtsportcoach Sport en Zorg (PlusFit)

De Buurtsportcoach Sport en Zorg van Doesburg Beweegt wordt ingevuld door onze samenwerkingspartner PlusFit Fitness & Fysiotherapie. Kristel Beijer vult de 0,15 fte in met onderstaande afspraken. De inhoud van dit verslag komt uit het evaluatieverslag 2023 van de Buurtsportcoach Sport en Zorg en uit de evaluatiegesprekken met de coördinator.

Samenwerkingsafspraken

- Afnemen van een 0-meting, tussenmeting na 3 maanden en eindmeting bij verzekerde én 12 onverzekerde patiënten die zijn doorverwezen via huisarts of praktijkondersteuner en/of binnen zijn gekomen via eigen promotie;
- 3 maanden begeleiden van verzekerde én 12 onverzekerde patiënten, waarbij de doelstelling is om de patiënten te coachen naar een actieve levensstijl;
- Bijdragen aan gedragsverandering en de doelen in het persoonlijk behandelplan dichterbij brengen;
- Ondersteuning bieden bij de uitvoering van de Fitheidstest voor 55-plussers 2023;
- Laagdrempelig beweegaanbod creëren en aanbieden voor de doelgroep;
- In samenwerking met de Buurtsportcoach Ouderen onderzoeken of er doelen te realiseren zijn in samenwerking met de 1e lijn zorg wat betreft het verminderen van medicijn gebruik. Minder medicijnen, meer gezonde levensstijl;
- Zes wekelijks aansluiten bij het teamoverleg Buurtsportcoaches Doesburg.

Begeleiding- en coaching-traject naar een actievere leefstijl

Het in beweging krijgen van mensen met chronische ziekten of aandoeningen is een speerpunt en tevens kracht van PlusFit Fitness & Fysiotherapie. Doesburg Beweegt maakt het mede mogelijk voor mensen die niet (voldoende) verzekerd zijn om de eerste stap in gezond en verantwoord bewegen te zetten. Bij PlusFit lukt het om mensen over de drempel te krijgen om te starten met bewegen en bij een groot aantal ook om dit zelfstandig of onder begeleiding voort te zetten.



Hieronder zijn in een tabel de cijfers vergeleken met de cijfers vanaf 2019 om de trend te gaan zien:

	2019	2020	2021	2022	2023
Aantal deelnemers	23	15	23	32	31
Man/Vrouw	6/17	5/10	8/15	8/24	8/23
Leeftijd	25 tot 69	37 tot 69	34 tot 75	20 tot 93	29 tot 76
Niet aanvullend verzekerd	13	10	11	15	18
Voldoende aanvullend	6	3	2	1	1
Onvoldoende aanvullend verzekerd	4	2	10	16	12



In 2023 waren er 31 aanmeldingen voor Doesburg Beweegt. De aanmeldingspiek ligt in het tweede helft van 2023. Ten opzicht van vorig jaar is het opvallend dat meer mensen via verschillende wegen bij PlusFit terecht zijn gekomen. Zo zijn er verwijzingen via kennissen of familie, ambulante begeleiders, bedrijfsmaatschappelijk werk en consulent werk en inkomen van Gemeente Doesburg. Heel positief dat Doesburg Beweegt steeds meer in beeld is bij verschillende partijen. Er zijn diverse verwijzingen van huisartsen en praktijkondersteuners geweest, maar de meeste verwijzingen waren niet specifiek voor Doesburg Beweegt. Binnen PlusFit is gekeken wat voor de aangemelde persoon het beste paste en is er dan meerdere keren gekozen voor Doesburg Beweegt.

Doelstellingen van de deelnemers liggen in de lijn van de doelstellingen die in 2022 werden gesteld: weer kunnen fietsen op e-bike, trap kunnen lopen, 30 tot 60 minuten kunnen wandelen, huishouden makkelijker kunnen doen, gewichtsverlies en in bewegen combineren met weer onder de mensen komen en in een ritme komen.

In 2022 viel op dat deelnemers meer problemen ervoeren op verschillende vlakken: lichamelijk, psychosociaal en financieel. Ook in 2023 is dit het geval, complexe problematiek neemt verder toe. Het sociaal isolement wat door enkelen ervaren wordt is opnieuw een belangrijk aandachtspunt. Angst is hierin een belangrijke factor. Weer veilig onder de mensen komen, op een positieve manier aan de eigen gezondheid werken en merken dat je je weer beter gaat voelen op meerdere vlakken door in beweging te komen. Het contact maken met andere mensen, het ervaren dat je erbij hoort en er mag zijn. Meerdere deelnemers hebben dit zo ervaren. Er is veel verbinding tussen deelnemers en ook andere fitnessleden en patiënten bij PlusFit. Eerst in beweging komen en trainen, daarna even napraten met een glaasje water of een kopje koffie. Een waardevolle combinatie.

Zes deelnemers hebben hun traject nog niet geheel voltooid. Van de overige 25 deelnemers hebben acht deelnemers hun doel niet behaald. Redenen hiervoor waren toename lichamelijke klachten, waarvoor opnieuw medisch traject. Verder waren er drie deelnemers zeer weinig aanwezig op de afspraken. Na herhaaldelijk telefonisch contact zoeken en inschakelen ambulante begeleiding, werden afspraken niet nagekomen. Trajecten zijn vroegtijdig gestopt.

Er is een deelnemer die een regulier fitnessabonnement heeft afgesloten. Verder zijn er vier deelnemers gestart met abonnement Doesburg Blijft Bewegen. In januari 2024 zullen er nog drie deelnemers starten met abonnement Doesburg Blijft Bewegen. Overige deelnemers hebben zich aangesloten bij de wandelgroepen, PlusFit in het water en/of bewegen thuis/buiten zelfstandig of met een familielid of kennis samen.

Laagdrempelig Bewegen

Wandelen

De bestaande wandelgroepen hebben gedurende geheel 2023 twee keer per week gewandeld. Er zijn ook enkele nieuwe deelnemers aangesloten bij de groepen.

Diabetes Challenge / Wandel Challenge

Ook in 2023 heeft PlusFit opnieuw actief deelgenomen aan de Wandel Challenge. Dit was opnieuw een succes onder de enthousiaste begeleiding van Krijn Tiecken. De afsluitende wandeling in september 2023 in Tilburg, waar veel Doesburgers aan mee hebben gedaan, was zeer geslaagd.

PlusFit in het water

De lessen PlusFit in het water in Zwembad Den Helder is in een deel van dit jaar aangeboden. Vanaf september 2023 zijn de lessen verzorgd door Luna Bonte, fysiotherapeut bij PlusFit met veel affiniteit met bewegen in het water. Er is sindsdien een duidelijke toename van het aantal deelnemers zichtbaar: per les zijn er acht tot 14 deelnemers.



Ouderengym Maartenshof

De ouderengym op Maartenshof is naar een lesuur gegaan in plaats van twee lesuren op verschillende dagen. De reden hiervoor was de te kleine groepen. De les op vrijdagochtend heeft gedurende het gehele jaar (m.u.v. enkele weken vakantie van betreffende collega), plaatsgevonden. Er zijn gemiddeld tien deelnemers aanwezig per les, welke wordt gegeven door fysiotherapeut Luna Bonte.

De ouderengym op Grotenhuys is dit jaar gestopt in verband met weinig deelnemers. Er bleef een deelnemer over, wat het niet rendabel maakte om door te gaan.

Planning voor 2024

PlusFit heeft het lokaal sportakkoord ondertekend en in 2021 het Preventieakkoord. Uiteraard gaat PlusFit hier in 2024 mee verder om het Lokaal Sport- en Preventieakkoord Doesburg met de andere partners tot een succes te maken. Daarnaast zijn onderstaande afspraken met de Buurtsportcoach Coördinatie en de gemeente Doesburg gemaakt voor 2024.

- Afnemen van een 0-meting, tussenmeting na 3 maanden en eindmeting bij verzekerde én 12 onverzekerde patiënten die zijn doorverwezen via huisarts of praktijkondersteuner en/of binnen zijn gekomen via eigen promotie;
- 3 maanden begeleiden van verzekerde én 12 onverzekerde patiënten, waarbij de doelstelling is om de patiënten te coachen naar een actieve levensstijl;
- Bijdragen aan gedragsverandering en de doelen in het persoonlijk behandelplan dichterbij brengen;
- Ondersteuning bieden bij de uitvoering van de Fitheidstest voor 55-plussers 2024;
- Laagdrempelig beweegaanbod creëren en aanbieden voor de doelgroep;
- In overleg met de gemeente, coördinator Buurtsportcoaches en praktijk eigenaar PlusFit, gaan we onderzoeken hoe we in 2025 de Buurtsportcoaches Zorg in willen gaan zetten. Hierbij komt de focus te liggen op de Beweegbus, kansen vanuit PlusFit en het ondersteunen van de meest kwetsbare doelgroep;

Buurtsportcoach Sport en Ouderen (Fysiotherapie Ruesink)

De Buurtsportcoach Sport en Ouderen van Doesburg Beweegt wordt ingevuld door onze samenwerkingspartner Fysiotherapie Ruesink. Joost van de Kooij vult de 0,15 fte in met onderstaande afspraken. De inhoud van dit verslag komt uit het evaluatieverslag 2023 van de Buurtsportcoach Sport en Ouderen en de evaluatiegesprekken met de Buurtsportcoach Coördinatie.

Samenwerkingsafspraken

- Het Biezemhuis ondersteunen bij het organiseren van voldoende en op de juiste manier van sport- en beweegactiviteiten voor ouderen met beginnende dementie;
- Bijdragen aan gedragsverandering, bevorderen van de gezondheid en verminderen van eenzaamheid bij ouderen;
- In samenwerking met de Buurtsportcoach Zorg onderzoeken of er doelen te realiseren zijn in samenwerking met de 1e lijn zorg wat betreft het verminderen van medicijn gebruik. Minder medicijnen, meer gezonde levensstijl;
- Fitheidstest 55-plussers door ontwikkelen en er uitvoering aangeven in Doesburg;

- Organiseren, werven en uitvoering geven aan een beweeggroep voor kwetsbare 55-plussers. Deze beweeggroep zal 1x per week onder begeleiding van de fysiotherapeut/buurtsportcoach op een laagdrempelige manier gaan bewegen. Hierbij staan plezier, succesbeleving en bewegen centraal;
- Organiseren, werven en uitvoering geven aan een valpreventiegroep binnen de gemeente Doesburg. Dit doe je in samenwerking met organisaties binnen je netwerk, zoals PlusFit. Deze groep start in 2e kwartaal 2023;
- Zes wekelijks aansluiten bij het teamoverleg Buurtsportcoaches Doesburg.

Het Biesemhuis ondersteunen bij het organiseren van voldoende en op de juiste manier van sport- en beweegactiviteiten voor ouderen met beginnende dementie

De begeleiding van het beweegmoment bij het Biesemhuis is niet hervat. Op dit moment is er geen directe behoefte vanuit het Biesemhuis voor de invulling van de begeleiding van het beweegmoment.

Bijdragen aan gedragsverandering, bevorderen van de gezondheid en verminderen van eenzaamheid bij ouderen

Dit aspect komt vooral naar voren in zowel de beweeggroep als bij de fitheidstest. In de beweeggroep wordt niet alleen het sociale aspect benadrukt, maar ook de mogelijkheid om het sportaanbod voor ouderen uit te breiden. Bij de fitheidstest ligt de nadruk op het bevorderen van gedragsverandering en het verbeteren van de gezondheid. Tijdens de fitheidstest wordt tevens veel aandacht besteed aan het promoten van ander beweegaanbod in de gemeente Doesburg.

Verminderen van medicijn gebruik

In samenwerking met de Buurtsportcoach Zorg werd onderzocht of er doelen kunnen worden gerealiseerd in samenwerking met de eerstelijnszorg om het medicijngebruik te verminderen. Het streven is om minder medicijnen te gebruiken en een gezondere levensstijl te bevorderen. Hiervoor is contact opgenomen met de coöperatie IJsselstromen, die een groep zorgverleners heeft samengesteld om het onderwerp te bespreken. Eind 2022 is een zorgcoördinator aangesteld om samen met de groep zorgverleners te onderzoeken hoe dit onderwerp verder geïmplementeerd kan worden.

In 2023 is er verder gewerkt aan dit initiatief. Echter, bleek er onvoldoende gedeelde visie tussen de verschillende zorgverleners, waardoor een concrete aanpak niet kon worden gerealiseerd.

Fitheidstest 55-plussers door ontwikkelen en er uitvoering aangeven in Doesburg

De Fitheidstest vond plaats in februari in zijn gebruikelijke vorm. In totaal hebben 131 deelnemers zich laten testen, waarvan 4 mensen later persoonlijk op de praktijk van de buurtsportcoach zijn getest. Bijna alle beschikbare plekken waren bezet, waardoor de dag efficiënt verliep en er meer aanmeldingen waren dan het voorgaande jaar.



Dit was de derde keer dat de test op onze eigen manier werd uitgevoerd. De tests waren al aangepast door de buurtsportcoach ouderen, waardoor alleen relevante en logische tests voor de doelgroep werden uitgevoerd. Hierdoor konden we echt iets zeggen over de fitheid van de deelnemers. De protocollen en draaiboeken waren al voorbereid van de vorige editie, waardoor de testen soepel konden verlopen.

De deelnemers waren erg tevreden over de testen en de manier waarop ze werden uitgevoerd. Er waren voldoende fysiotherapeuten aanwezig om de resultaten te interpreteren en adviesgesprekken te voeren. De buurtsportcoach ouderen leidde de uitvoering van de testen, waardoor iedereen op de juiste manier kon deelnemen.



Beweeggroep

Deze beweeggroep komt wekelijks bijeen onder begeleiding van de fysiotherapeut/buurtsportcoach, waarbij de nadruk ligt op een laagdrempelige aanpak met plezier, succeservaringen en beweging als kernwaarden. In 2023 heeft de groep weer succesvol kunnen functioneren. Aan het einde van het jaar waren er gemiddeld 10 deelnemers per week aanwezig voor hun beweegmoment. De groep bestaat uit een mix van mensen met verschillende fitheidsniveaus die onderling ook sociaal goed met elkaar klikken.



In 2024

In 2024 zullen de eerdergenoemde initiatieven verder worden uitgewerkt door de buurtsportcoach ouderen. Een belangrijk focuspunt is de oprichting, werving en uitvoering van een valpreventiegroep binnen de gemeente Doesburg. Dit initiatief wordt in samenwerking met organisaties binnen het netwerk van de buurtsportcoach ouderen, zoals PlusFit, gerealiseerd en zal van start gaan in het eerste kwartaal van 2024. Het doel van deze valpreventiegroep is het verminderen van het aantal valongevallen onder ouderen, waarbij wordt voortgebouwd op wetenschappelijk bewijs en bestaande effectieve interventies.

Tevens zal de buurtsportcoach ouderen zich inzetten voor het bestrijden van eenzaamheid onder ouderen in de gemeente Doesburg. Er wordt samengewerkt met de coördinator van Caleidoz om gezamenlijk oplossingen te bedenken, waarbij vrijwilligers of ouderen zelf aan elkaar worden gekoppeld om samen deel te nemen aan beweegmomenten. Dit kan bijvoorbeeld worden gerealiseerd door activiteiten zoals een duo-fietsrit of gezamenlijke wandelingen.

Daarnaast zal de buurtsportcoach ouderen zich inzetten om de rollatorcheck opnieuw te organiseren in de gemeente Doesburg. Dit initiatief werd eerder al enkele jaren geleden uitgevoerd en kan met behulp van een plan van de ANWB eenvoudig weer worden opgezet. De rollatorcheck zal naar verwachting plaatsvinden in de tweede helft van 2024.

Buurtsportcoach Sport en Jongeren

De Buurtsportcoach Sport en Jongeren van Doesburg Beweegt wordt ingevuld door onze samenwerkingspartner 0313 Doesburg. Peter Jansen vult deze functie normaal gesproken in, maar door ziekte is hij afwezig. In het begin van 2023 heeft de coördinator van de Buurtsportcoaches een aantal uren opgevangen, daarna is Daan Eulink in juni 2023 gestart om 8 uur te vervangen voor Peter. De andere 8 uur zijn niet vervangen. De Buurtsportcoach Sport en Jongeren vult 0,4 fte, 16 uur per week, in met onderstaande afspraken.

De inhoud van dit verslag komt uit de informatie van de evaluatiegesprekken en het evaluatieverslag 2023 van de Buurtsportcoach Sport en Jongeren.



Samenwerkingsafspraken

- Voor kwetsbare jeugd kan sport een positieve invloed hebben. Er is gedragsverbetering zichtbaar op de volgende vlakken: zelfbeeld en zelfvertrouwen, zelfdiscipline en doorzettingsvermogen, sociale vaardigheden (samenwerking en omgaan met regels en afspraken) en agressieregulatie en weerbaarheid. De taak van de Buurtsportcoach Sport en Jongeren is om maximaal zes kwetsbare jongeren te verbinden met sport om zo de bovenstaande positieve invloeden te kunnen bereiken. Dit doet de Buurtsportcoach in samenwerking met het Jeugdteam, Jongerenwerk en de politie. Het betreft onder meer jongeren met een lichte verstandelijke beperking, risicojongeren, dak- en thuisloze jongeren, thuiszitters en voortijdige schoolverlaters;
- In samenwerking met het Jeugdteam, de coördinator van de buurtsportcoaches en de buurtsportcoach jongeren wordt er onderzocht op welke wijze er afstemming kan zijn tussen de buurtsportcoach jongeren en de verantwoordelijke binnen het Jeugdteam over de jeugd die voor bovenstaand doel bij de buurtsportcoach jongeren actief is. Er wordt gezocht naar een structurele manier van overdracht en afstemming;
- In samenwerking met het Rhedens De Tender een activiteit organiseren op het gebied van gezondheid en bewegen. Deze activiteit vindt plaats bij het jongerencentrum 0313;
- Het team van 0313 ondersteunen bij het organiseren en uitvoeren van sport- en beweegactiviteiten voor de doelgroep;
- Verzorgen van informatie aan jongeren en/of hun opvoeders over een gezonde leefstijl, zoals roken, gebruik van drugs, voeding, bewegen en alcohol. Dit kan tijdens 0313 Beweegt! en in samenwerking met het jongerenwerk voor ouders (van kinderen uit groep 8 van het basisonderwijs). Bij de activiteit ligt de focus op jongeren, maar ook op de ouders. Het is belangrijk dat hierin een lijn is met hulpverlening en onderwijs;
- Lokaal aanspreekpunt Jeugdfonds Sport & Cultuur. Elke gemeente die bij het Jeugdfonds is aangesloten heeft een lokaal aanspreekpunt. Die is het eerste aanspreekpunt voor ouders, intermediairs, sportverenigingen, cultuuraanbieders en de gemeente;
- Ondersteuning bieden bij de uitvoering van de Fitheidstest voor 55 plussers in Doesburg.

Vanuit iedere Buurtsportcoach wordt verwacht dat hij of zij bewegen stimuleert bij de doelgroep waar hij/zij op gericht is. Voor de Buurtsportcoach Jongeren betekent dit dat hij jongeren bij 0313 stimuleert om te gaan bewegen en daarbij enthousiasmeert om ook op andere momenten bij 0313 te komen. Dit doet hij door met jongeren in gesprek te gaan en te stimuleren om mee te doen met sportieve activiteiten. De Buurtsportcoach Jongeren maakt jongeren enthousiast om initiatief te nemen om een sportieve activiteit te organiseren waarbij de Buurtsportcoach ondersteunt en faciliteert.

Verbinding maken met kwetsbare jongeren doormiddel van sport en spel

Wekelijks wordt er met verschillende jongeren een vorm van sport- / beweegactiviteit gerealiseerd. Via het jeugdteam komt de Buurtsportcoach Jongeren in contact met de doelgroep. Het is belangrijk dat jongeren even uit de thuissituatie zijn, structuur hebben en in beweging komen.



In de afwezigheid van Peter is dit deels opgepakt door andere jongerenwerkers. Dit is goed opgepakt en vanaf het moment dat Daan is gestart heeft hij hier weer acties op ondernomen. De 6 jongeren zijn hierin bereikt. We hopen dat we met een vast persoon hier weer meer structuur in kunnen brengen.

Vanuit evaluatiegesprekken is naar voren gekomen dat het soms voor de Buurtsportcoach Jongeren lastig kan zijn om de balans te vinden tussen laagdrempelige, haalbare doelen afspreken met de jongeren en het gesprek aangaan over diepere zaken. Het is belangrijk dat de Buurtsportcoach geen coach of therapeut is en dat hij of zij een korte lijn heeft met het Jeugdteam om af te kunnen stemmen en door te kunnen verwijzen. Deze afspraken krijgen in 2024 meer vorm.

Activiteiten organiseren op het Rhedens De Tender

Het contact met de Tender is er nog steeds, alleen is het dit schooljaar niet tot activiteiten gekomen. De lijntjes zijn kort en mocht de behoefte bestaan om gezamenlijk iets te organiseren weten de partijen elkaar te vinden.

Beweegactiviteiten tijdens de schoolvakanties

Het jongerenwerk organiseert elke schoolvakantie verschillende activiteiten. Vanwege de afwezigheid van de Buurtsportcoach Jongeren en later de minimale inzet, hebben jongerenwerkers hier een rol in gespeeld. Ze hebben elke vakantie ook aandacht besteed aan sport en spel. Voorbeelden hiervan zijn:

- Voetbaltoernooi
- Bootcamp
- Stepworkshop
- Waterfestijn
- Zomerfeest

Deze samenwerking en het creëren van een sportief aanbod tijdens de schoolvakanties is een succes. Kinderen/jongeren weten dat er elke vakantie verschillende activiteiten te doen zijn en we hebben dan ook altijd een grote groep deelnemers.

Vanaf het moment dat Daan is gestart met de vervanging van een deel van de uren van Peter hebben we de keuze gemaakt om de wijken in te gaan. Daan heeft 4 wijkactiviteiten Basketbal georganiseerd. Doordat de wijkactiviteiten zijn georganiseerd en deze ook in de wijken zelf plaats hebben gevonden is dit doel behaald. Er zijn veel positieve reacties van wijkbewoners geweest, ze vonden het erg leuk dat er weer wat te doen was in de wijk en bewoners hoopte dat dit vaker zou gebeuren. Het aantal kinderen dat heeft deelgenomen is 18.



Voorlichting gezonde levensstijl

In samenwerking met Politie, Iris zorg, gemeente, ouders en kinderen uit groep 8 voorlichting geven met als doel ouders en kinderen voor te bereiden op de volgende stap na groep 8.

Door de afwezigheid van Peter is dit niet opgepakt in 2023. De plannen zijn gemaakt om dit in het voorjaar van 2024 weer op te pakken.

Lokaal Aanspreekpunt Jeugdfonds Sport & Cultuur

Door de afwezigheid van de Buurtsportcoach Jongeren is dit opgepakt door de coördinator van de Buurtsportcoaches. Het is een ingewikkeld jaar geweest voor het Jeugdfonds. De samenwerking met Leergeld kwam in 1x te vervallen en hierdoor werden aanvragen niet verlengt en nieuwe aanvragen niet ingediend bij het Jeugdfonds door Leergeld. De coördinator heeft dit zo goed als mogelijk op proberen te pakken en dit heeft veel tijd en energie gekost.

Er zijn intensieve gesprekken geweest met Stichting Leergeld, het Jeugdfonds Sport & Cultuur en de gemeente Doesburg. Ondanks de wil van het Jeugdfonds is het helaas niet gelukt om een nieuwe samenwerking op te kunnen starten met Stichting Leergeld. De gemeente heeft daarom moeten besluiten om te stoppen met het Jeugdfonds, met als doel om ervoor te zorgen dat gezinnen niet langer de dupe zouden zijn van deze situatie. We hopen dat de gezinnen op deze wijze kunnen meedoen op het gebied van sport en cultuur.

Leren fietsen

Vanuit de Buurtacademie, het taalcafé, zijn we in 2021 gestart met een fietscursus voor inwoners die nog niet kunnen fietsen. Dit gaat voornamelijk om vrouwen uit verschillende culturen.

Door de omstandigheden met de afwezigheid van de Buurtsportcoach Jongeren hebben we hier pas net voor de zomervakantie een nieuwe start in kunnen maken. Vanaf dit moment is er wekelijks in de praktijk ervaring opgedaan en geoefend met de theorie.

Je kunt het resultaat zien en vooral de trotse gezichten van de deelnemers. De groep blijft groeien in deelnemers als in vrijwilligers.



Planning voor 2024

Voor kwetsbare jeugd kan sport een positieve invloed hebben. Er is gedragsverbetering zichtbaar op de volgende vlakken: zelfbeeld en zelfvertrouwen, zelfdiscipline en doorzettingsvermogen, sociale vaardigheden (samenwerking en omgaan met regels en afspraken) en agressieregulatie en weerbaarheid. De Buurtsportcoach Sport en Jongeren gaat in 2024 proberen om nog meer jongeren te verbinden met sport om zo de bovenstaande positieve invloeden te kunnen bereiken. Dit doet hij in samenwerking met het Jeugdteam, Jongerenwerk en de politie. Een aandachtspunt is dat er meer een samenwerking moet ontstaan met het Jeugdteam. Wij willen graag dat het een gezamenlijke verantwoordelijkheid wordt en de Buurtsportcoach meer ondersteuning kan krijgen in de casussen vanuit het Jeugdteam.

Daarnaast zullen we onderstaande taken op gaan pakken in 2024:

- Er zorg voor dragen dat de lijnen met het Rhedens kort zijn, professionals binnen deze organisatie op de hoogte zijn van de mogelijkheden en dat er laagdrempelig ingesprongen kan worden op de behoeftes vanuit de doelgroep;
- Op de woensdagmiddag, van 14.00 uur tot 17.30 uur, verzorgt de buurtsportcoach jongeren de inloop bij het Jongerencentrum 0313. Tijdens deze inloop zet de buurtsportcoach sport en spel in om de doelgroep in beweging te krijgen. Tijdens schoolvakanties worden er grotere activiteiten georganiseerd;
- Verzorgen van informatie aan jongeren en/of hun opvoeders over een gezonde leefstijl, zoals roken, gebruik van drugs, voeding, bewegen en alcohol;
- Er worden minimaal 2 wijkgerichte sportieve- en/of beweegprojecten georganiseerd per jaar. Bij elk project wordt er in elke wijk van de gemeente Doesburg een activiteit georganiseerd;
- 1x per jaar, voor minimaal 3 scholen, 0313 Beweegt organiseren. Dit doet de buurtsportcoach jongeren in samenwerking met de coördinator van de Buurtsportcoaches. Waarin de buurtsportcoach jongeren voornamelijk de uitvoerende rol op zich neemt;
- Maken van plan van aanpak voor de fietslessen. Met dit plan moet er meer structuur aangebracht worden in de lessen. Daarnaast voert de buurtsportcoach Jongeren deze fietslessen uit;
- We gaan gezamenlijk onderzoeken wat de mogelijkheden zijn om de projecten JOGG en de Beweegbus in te zetten binnen de taken van de buurtsportcoach jongeren;
- Ondersteuning bieden bij de uitvoering van de Fitheidstest voor 55 plussers in Doesburg.

Vanuit iedere buurtsportcoach wordt verwacht dat hij of zij bewegen stimuleert bij de doelgroep waar hij/zij op gericht is. Voor de buurtsportcoach jongeren betekent dit dat hij jongeren bij 0313 stimuleert om te gaan bewegen en daarbij enthousiasmeert om ook op andere momenten bij 0313 te komen. Dit doet hij door met jongeren in gesprek te gaan en te stimuleren om mee te doen met sportieve activiteiten. De buurtsportcoach jongeren maakt jongeren enthousiast om initiatief te nemen om een sportieve activiteit te organiseren waarbij de buurtsportcoach ondersteunt en faciliteert



Buurtsportcoach Sport en Onderwijs

De Buurtsportcoach Sport en Onderwijs wordt ingevuld door Ivet Harperink van onze samenwerkingspartner de Gelderse Sport Federatie. Deze Buurtsportcoach vult haar 0,4 fte in met onderstaande thema's en projecten. Haar functie wordt deels vergoed door de scholen.

- Stagiaires
- Peuters in beweging
- B-Fit
- Het Bewegend Kind
- Buitenbende
- 0313 Beweegt
- MQ Scan
- Nationale Buitenspeeldag
- Verenigingen
- LijV
- Anders dan Anders

De inhoud van dit verslag komt uit de informatie van de evaluatiegesprekken en het evaluatieverslag 2023 van de Buurtsportcoach Sport en Onderwijs.

Stagiaires

In 2023 waren er 6 stagiaires actief in Doesburg.

- Imme heeft in 2023 zijn stage voor de meivakantie op niveau 3 afgerond i.p.v. niveau 4. Dit is in wederzijdse instemming overeengekomen;
- Youri heeft zijn stage op niveau 4 afgerond voor de zomervakantie van 2023;
- Bram heeft zijn 1^e jaar op niveau 4 afgerond voor de zomervakantie van 2023;
- Maarten is bezig met 3^{de} jaar stage van het CIOS en loopt stage op de donderdag en vrijdag. Dit is gestart na de zomervakantie;
- In november is Tijs gestart met zijn 1^e jaar stage sportkunde op de vrijdag bij de Anne Frank school;
- Maaike is gestart met haar 1^e jaar stage sport en dienstverlening. Ze loopt in eerste instantie stage op de vrijdag bij de Horizon.

Peuters in beweging

Hummelhuus:

Bij het hummelhuus waren vooral de lessen bewegingsonderwijs dit jaar een rode draad. Dit is ook samen met de kleuters van de Wetelaar opgepakt. Er zijn mooie momenten geweest met verschillende thema's omtrent bewegend leren, en we kijken nu naar de toekomst omtrent ouderparticipatie en voorlichting.



Puck en Co:

Dit jaar hebben we bewegend leren omtrent de seizoenen verder opgepakt. De oudere peuters mochten meedraaien in de gymlessen samen met de kleuters van de Anne Frank. Er zijn mooie stappen gezet om nieuwe motorische uitdagingen op het pleintje te realiseren.

Verder zijn we nog steeds druk bezig met de nieuwe speelplek. Het gaat allemaal niet zo snel vanwege de interne communicatie bij Puck en Co. Er zal in januari een ouder avond georganiseerd worden omtrent voeding. Er is enige onduidelijkheid betreffende het aanspreekpunt bij Puck en Co omdat Arlet die momenteel het contactpersoon na januari een andere functie zal hebben. Er is contact gezocht met de Gestichte van Doesburg omtrent financiering.

IKC De Horizon:

Voor kom pas kijken word er goed gekeken naar de mogelijkheden wanneer aan te sluiten met de peutergymnastiek. In oktober is er een ochtend voor ouders / verzorgers georganiseerd omtrent peuters en bewegen. De planning is om dit in maart omtrent voeding ook te organiseren.

Bij de Horizon is er gebruik gemaakt van de lessen gymnastiek. We hebben op 25 en 26 oktober een ouder workshop gegeven omtrent beweging. Deze is heel positief ontvangen door begeleiders en ouders. In maart zal er een ouderworkshop omtrent voeding worden georganiseerd.



B-Fit

Horizon:

Bij De Horizon is er elke week op de woensdag buitenbende. Het is een stabiel groepje. Soms hebben we ook een aantal kinderen vanuit buiten de school die eropaf komen wat een mooi signaal is.

Er zijn pleinspelen gegeven en de kleuters hebben mogen genieten van een blok kleutergymnastiek. Verder word er ondersteund in de communicatie met verenigingen, studenten en is er informatie overdracht omtrent bewegingsonderwijs

Anne Frank:

Bij De Anne Frank zijn er meerdere pleinspelen verzorgt. Is er een blok kleutergymnastiek afgerond en hebben de boven en middenbouw kinderen mogen genieten van smaaklessen, waarin wij de boodschappen voorzien. Ook word er elke vrijdag de buitenbende georganiseerd met wisselde cijfers maar wel een stabiel groepje. Het is zeer weersafhankelijk omdat de mogelijkheid om naar binnen te gaan beperkt is.

Wetelaar:

Bij de Wetelaar word er gebruik gemaakt van pauze spellen. Er staan meerdere spellen in de pauze klaar waar de kinderen mee kunnen spelen. Er word elke donderdag middag een uur buitenbende georganiseerd vanaf na de zomervakantie. Verder word er gymles ondersteuning verzorgd wanneer dit nodig is. In december is er gestart met kleutergym, verzoek voor deze periode kwam vanuit de leerkrachten zodat er voldoende beweging is voor de kinderen wanneer er soms wat minder buiten gespeeld kan worden.

Het Bewegend kind

In het voorjaar van 2023 heeft een evaluatie omtrent het Bewegend Kind plaatsgevonden met de scholen en met de organisatie zelf. Vanuit het startpunt is er al van alles omtrent het draagvlak misgegaan en dit is ondanks de grote inzet van de buurtsportcoach niet omgezet naar een intrinsieke motivatie bij leerkrachten om hier zelfstandig mee aan de slag te gaan. We hebben besloten in het nieuwe schooljaar hier niet meer op in te zetten.

Buitenbende

In de winter van begin 2023 hebben we nog gebruik gemaakt van de sporthal Beumerskamp, hier kwamen elke week dezelfde kinderen langs. In het voorjaar hebben we de buitenbende op pad georganiseerd, elke 3 weken naar een andere school voor de buitenbende. Dit hebben we door posters en interne communicatie op school kenbaar gemaakt.

Na de zomervakantie zijn vaste momenten ingepland zodat er wekelijks bij alle scholen een buitenbende word georganiseerd. Woensdags op de Horizon, Donderdags op de Wetelaar en op de Vrijdag op het plein van de Anne Frank.

0313 Beweegt

Een dag voor de kinderen van de bovenbouw die wordt georganiseerd door een samenwerking tussen Doesburg beweegt en Jongerencentrum 0313. Hierin worden de drie activiteiten gerealiseerd met de thema's sportief, creativiteit en educatief.

Voor 0313 beweegt is er dit jaar gekozen voor creatieve communicatie in de vorm van improvisatie theater. Hier heeft de buurtsportcoach een actieve rol in gehad i.v.m. ervaring hiermee in het verleden. Ook hebben we hier een bewegingsvorm aan gekoppeld. Er was positieve feedback



MQ scan

De MQ Scan meet de motorische ontwikkeling van een kind. MQ staat voor motorische quotiënt, zoals de IQ voor intelligentie quotiënt staat en de EQ voor de emotionele quotiënt / ontwikkeling.

De MQ Scan bestaat uit een compacte beweegbaan, volgens specifieke instructies opgebouwd met standaard materialen uit een gymzaal. De tijd die een kind erover doet om de baan af te leggen geeft aan of een kind gemiddeld, boven- of onder gemiddeld motorische vaardigheid heeft voor zijn leeftijd.

De groepsleerkracht, LO-docent of buurtsportcoach kan ca. 30 kinderen in een uur scannen met de mobiele app. Kinderen vinden de beweegbaan leuk om te doen en worden idealiter 2 keer per jaar gescand om de ontwikkeling van de motorische vaardigheden te monitoren.

In juni 2023 is er bij de scholen in Doesburg de MQ scan afgenomen binnen de lessen bewegingsonderwijs. We voeren de MQ scan uit om kijk te houden op de motorische vaardigheden van de kinderen van groep 3-8 jaar. Vanaf de start zien we jaarlijks een positief resultaat, onder gemiddeld wordt minder, gemiddeld blijft stabiel en boven gemiddeld groeit. Al onze inzet om de motorische vaardigheden van kinderen te verbeteren lijkt zijn vruchten af te werpen.

Niveau	Landelijk	Lokaal 2021	Lokaal 2022	Lokaal 2023
Ruim onder gemiddeld	11 %	11 %	10 %	2 %
Onder gemiddeld	15 %	16 %	12,5 %	12%
Gemiddeld	51 %	55 %	54 %	55,5 %
Boven gemiddeld	15 %	13 %	13,5 %	20 %
Ruim boven gemiddeld	8 %	4 %	10 %	10,5 %

Nationale Buitenspeeldag

In samenwerking met de speeltuinvereniging is er tijdens nationale buitenspeeldag een actieve middag georganiseerd. Met leuke spelletjes, gezonde voeding en een clinic van Taco (Free running). We hebben ook de voorpagina van de krant gehaald.

Voorlichting voeding

Op de Anne Frank school zijn er dit jaar weer Smaaklessen gegeven, de lessen worden enthousiast ontvangen door de leerkrachten. De benodigdheden worden door de Buurtsportcoach ingekocht en bezorgt bij school.



Verenigingen binnen het bewegingsonderwijs

In maart is het tennismaand. Hiervoor zijn er veel voorbereidingen getroffen en een goede samenwerking geweest met de TP Doesburg. De lessen op de scholen verliepen heel goed. Zowel de scholen als de vereniging is enthousiast over het verloop. De lessen op de club waren voor de kinderen weer een hele beleving. De omvang was groter dan vorig jaar omdat dit jaar de groepen 7-8 ook waren uitgenodigd.

Op 7 april heeft de vereniging een gratis tennisfeest voor de kinderen georganiseerd. Het tennisfeest was een succes, ondanks het slechte weer waren er toch 50 deelnemers. Er zijn niet veel leden aan overgehouden, maar de zichtbaarheid van de vereniging is voorbeeld voor veel verenigingen. In de evaluatie is benoemd dat het veel energie kost en dat we volgende keer gaan kijken hoe het makkelijker in te delen is.



DWV heeft in juni / juli een scholenproject georganiseerd. In eerste instantie voor de hoogste groepen van alle scholen. Helaas hebben 2 van de 3 scholen gezegd het leuk te vinden maar er de tijd niet voor te hebben. Hierdoor heeft de Horizon deze dag voor de groepen 5-8 een natte gymles. Zwembad Den Helder heeft het badwater kosteloos ter beschikking gesteld voor dit project.

Op 23 en 30 juni hebben er open trainingen plaats gevonden en op 7 juli het scholentoernooi.

Naast DWV hebben ook de Rivalen contact gezocht met Doesburg Beweegt omtrent een scholenproject. Er zijn twee lessen op het veld / zaal georganiseerd. Daarna is er een feestelijke spelochtend voor alle groepen op het veld georganiseerd.

LijV

LijV is een leefstijlprogramma dat zich richt op kinderen van 6 t/m 12 jaar die niet lekker in hun vel zitten. Bijvoorbeeld omdat ze weinig vertrouwen hebben in hun eigen lijf, onvoldoende aansluiting vinden bij klasgenoten, er thuis problemen zijn, of niet weten wat het is om gezond te eten. In een multidisciplinair samengesteld team werken we aan hun motorische en sociale vaardigheden, mentaal welbevinden en een gezond voedingspatroon. Daarnaast bieden we hulp en ondersteuning aan hun ouders/verzorgers. Bijvoorbeeld als zij vragen hebben over gezond eten, het slaappatroon van hun kind, of als er problemen zijn bij het opvoeden.



We hebben een stabiel enthousiast groepje. Waarbij er een aantal kinderen omheen zweven die vaak afzeggen waarbij de oorzaak moeilijk te herleiden is. Kristel is nu terug en zal samen met Feline wat meer gesprekken aangaan. Er zijn een aantal kinderen die nu overwegen om bij LIJV te starten. Er is een nieuwe folder gemaakt die in het nieuwe jaar verspreid zal worden over de scholen.

Anders dan Anders

Gehandicaptensport moet niet alleen bekend zijn bij de doelgroep, maar iedereen moet bekend zijn met gehandicaptensport! Dat is het idee achter dit lessenpakket. Want alleen zo kunnen we elkaar begrijpen én helpen. Want misschien dan vertelt de buurvrouw aan haar nieuwe buurman dat er rolstoeltennis in het dorp is en geven klasgenootjes aan de jongen met autisme door dat er ook een G-team bij hun club zit. Daarnaast hopen we middels dit pakket meer begrip te creëren voor mensen met een beperking. In de klas, maar ook daarbuiten. Kortom, dat iedereen weet dat je met een beperking ook prima kan sporten, maar misschien net iets anders-dan-anders!

Het samenwerkingsproject van Jorien en Ivett is gepubliceerd in het vakblad van KVLO wat in december 2023 is uitgekomen. Het Graafschap College heeft aangegeven graag ons op bezoek te willen hebben om het project te geven aan studenten.

Koningsspelen

Alle scholen hebben actief een programma ontwikkeld voor de koningsspelen. Bij de Wetelaar was dit in en rondom de school met de nodige sfeermakers. De Horizon ging naar de sportvelden van SC Doesburg en de Anne Frank ging naar de velden van de Rivalen. Wij van Doesburg Beweegt hebben hier bij ondersteund waar nodig.

In 2022 is er een leuk filmpje gemaakt van de Koningsspelen in Doesburg.

<https://youtu.be/L-qULPC5S9A>.

Scholen Ondersteunen

De scholen worden ondersteund in alles wat met sport, bewegen en gezondheid te maken heeft. Bijvoorbeeld aanschaffen materialen, contact met externe organisaties of vragen over het schoolplein. Zo bevorderen we een aantrekkelijke omgeving om te gaan bewegen en te blijven bewegen.

Planning voor schooljaar 2024-2025

Onderzoek naar mogelijke inzet JOGG

Een gezonde jeugd begint bij een gezonde omgeving. JOGG richt zich op de leefomgeving waar kinderen en jongeren veel komen: thuis, buurt, school, sport, vrije tijd, werk en (online) media.

De programma's en projecten in deze omgevingen stimuleren een gezonder aanbod van eten en drinken, meer bewegen, voldoende ontspanning en slaap. JOGG ondersteunt, adviseert en biedt inspiratie, kennis en samenwerking. Meer informatie kun je vinden op www.jogg.nl



Verbeteren motorische vaardigheden

We blijven onze aandacht richten op het verbeteren van de motorische vaardigheden bij kinderen, vanaf de jongste leeftijd. Als bewegen makkelijker gaat en je dus meer succes beleeft, beleef je er meer plezier aan en is de kans veel groter dat je blijft bewegen, ook op latere leeftijd.

Beleidsplannen scholen (Gezonde School)

Kunnen we met de scholen aan de slag met de Gezonde School aanpak? Met Gezonde School verbeter je de gezondheid van leerlingen effectief én blijvend. Het programma heeft zich in de praktijk bewezen.

Gezonde School-aanpak:

- Je krijgt inzicht hoe het staat met de gezondheid van jouw leerlingen of studenten en wat je kunt doen om hun leefstijl te verbeteren.
- Je kiest Gezonde School-activiteiten die passen bij jouw school. Van deze activiteiten is de kwaliteit beoordeeld.
- Je kunt aan diverse gezondheidsthema's werken, zoals Voeding, Mediawijsheid en Milieu en natuur.
- Je werkt structureel, zodat je inzet ook op lange termijn loont. Een stappenplan helpt je hierbij.
- Je doet het samen met leerlingen of studenten, leraren en andere schoolmedewerkers, ouders en verzorgers.

Project rondom verenigingen binnen het bewegingsonderwijs

We blijven ons inzetten om het verenigingsleven binnen het bewegingsonderwijs zichtbaar te maken. We merken dat alle projecten die we tot nu toe hebben gerealiseerd zeer positief worden ontvangen. Voor de kinderen is dit een hele mooie manier om kennis te maken met het aanbod binnen de gemeente Doesburg.

De Beweegbus

Hoe willen we volgend schooljaar maximaal gebruik maken van de Beweegbus? Hoe gaan we zo wijkgericht mogelijk werken, welke partners kunnen we een lift geven en wat gaaf om de bus in te zetten bij de Buitenbende. Veel kansen en een heel mooi middel om de doelgroep te bereiken.

Studenten

We willen een Beweegteam van studenten op gaan zetten. Dit doen we in samenwerking met de verschillende opleidingen zoals de HAN, Graafschap College en het CIOS. Studenten moeten een scala aan ontwikkelingskansen krijgen als ze bij Doesburg Beweegt komen stage lopen. We willen hier een plan voor gaan schrijven in samenwerking met onze partners.

Buurtsportcoach Aangepast Sporten

Uniek Sporten is als onderdeel van Doesburg Beweegt en actief in de gemeente als Buurtsportcoach Aangepast Sporten. Hierin treedt de Buurtsportcoach aangepast sporten op als verbinder/netwerker, matchmaker tussen vraag en aanbod en als verenigingsondersteuner voor sport- en beweegaanbieders die een aanbod hebben voor mensen met een beperking. Het doel van Uniek Sporten is om zoveel mogelijk mensen met een beperking structureel aan het sporten en bewegen te krijgen.

Uniek Sporten heeft een evaluatie geschreven. Deze is te vinden in de bijlagen.



Financiën

Rond de € 128.000,- is besteed aan loon voor de Buurtsportcoaches en ongeveer € 12.000,- aan activiteitengeld. Dit bedrag is in 2023 tot stand gekomen door middelen vanuit het ministerie van VWS, de SPUK-middelen, bijdragen van de scholen en cofinanciering. Ongeveer € 57.500,- bekostigd de gemeente zelf uit de eigen begroting aan het project Doesburg Beweegt.

