



Vier minuten spreektijd Fitpark Westland

Hartelijk dank dat wij hier mogen staan om in vier minuten ons plan van het Fitpark te mogen toelichten, u te enthousiasmeren. Wij staan hier als de drie initiatiefnemers van Fitpark Westland. In april 2016 zijn wij begonnen met het burgerinitiatief voor het realiseren van een plek waar jongeren en senioren elkaar kunnen ontmoeten, in gesprek gaan en samen kunnen komen, met daarbij de mogelijkheid om te sporten en/of te bewegen.

Ons idee was geboren en dat moet gerealiseerd worden in het Westland en wel in de Heenweg.

In de huidige tijd van computers, x boxen, Playstations en niet te vergeten de mobiele telefoon is het sociale samenkomen enorm veranderd. Jongeren blijven meer binnen en zoeken elkaar op via de computers en de telefoon.

Dit heeft er toegeleid dat we er een welvaartziekte bij hebben gekregen en dat is obesitas.

*Het percentage overgewicht tot en met de leeftijd van 19 jaar is 46,8% in het Westland!* Bijlage 1

Er wordt minder gesport, natuurlijk gaan er gelukkig nog vele jongeren naar sportclubs in hun gemeente. Maar dit is een tot twee keer in de week, en ook dit lijkt af te nemen landelijk gezien. Er is afname van leden binnen de sportclubs.

Het sociaal samen zijn wordt minder, een appje is eerder gestuurd dan langs gaan.

En dan het volgende, het experimenteren van alcohol wat om de hoek komt kijken. Een probleem wat lijkt te groeien aldus de cijfers van het Trimbos instituut. Bijlage 2

### **1 op de 3 jongeren voelt zich eenzaam!**

### **1 miljoen senioren voelen zich eenzaam!**

Vereenzaming zorgt ervoor dat mensen in een sociaal isolement raken en zich niet durven te uiten naar hun omgeving.

Dit kan op langer termijn problemen veroorzaken in groeien naar volwassenheid en het opbouwen van een sociaal netwerk of werkzaamheden.

Bijlage 2

Daar willen wij als Fitpark Westland op inspringen door een plek te zijn waar jongeren en senioren elkaar kunnen gaan ontmoeten, met elkaar in gesprek raken, onder begeleiding van verschillende instanties en sportaanbieders.

Bewegen en sporten onder begeleiding of gewoon met je vrienden een avondje sporten, je niet vast zit aan vaste dagen en/of tijden.

Vanuit een maatschappelijk oogpunt een plek voor zorg, welzijn en innovatie,

Daarnaast kosten om te sporten laag houden, zodat het op deze manier voor iedereen mogelijk is en de drempel laag.

Wij zijn geen concurrentie van de huidige sportclubs die zich in het Westland bevinden. Wij gaan **geen vereniging** opbouwen binnen dit concept.

De Beweegbox een heel nieuw concept in Nederland die bij de huidige gymzalen een verandering teweegbrengt. Het is een interactieve gymzaal.

Een zaal met alle mogelijkheden van sport en spel. Voor allerlei doeleinden gebruikt kan worden en voor de school in de Heenweg als gymzaal ingezet wordt.

De Beweegbox biedt ruimte aan zowel traditionele, moderne als toekomstgerichte beweegvormen voor alle leeftijden. En dat op een slimme en aantrekkelijk manier.

Dit alles willen we realiseren in een omgeving met een gezonde horeca gelegenheid waar geen alcohol verkrijgbaar is.

Met producten vanuit ons eigen mooie Westland.

We willen mensen kansen bieden om binnen het Fitpark werkzaamheden te gaan vervullen, bv langdurig werklozen, samenwerking met vluchtelingenwerk, maatschappelijke stages en vrijwilligers. Gerealiseerd vanuit een stichting die aangestuurd wordt vanuit Fun & Fit.

Een plek waar mensen hun verhaal kunnen doen, jongeren met hun vragen bij jongerenwerkers vanuit Vitis terecht kunnen.

We zijn ons terdege bewust dat het plan wat we in het voorjaar u gepresenteerd hebben te hoog gefinancierd is.

De plaats waar het gerealiseerd zou moeten worden in de Heenweg is op de bestaande plek van het Open Huis. (Stichting Open Huis staat volledig achter ons plan van Fitpark Westland) Zij hebben aangegeven als stichting te willen stoppen en dat het pand in huidige vorm vrij komt.

Voor Fitpark Westland een ideale plek

We proberen voor het eind van het jaar het aangepaste plan van aanpak te presenteren en te overhandigen.

Wij presenteren u hier een plan dat naar ons inzien zo mooi is, in deze opzet uniek is in Nederland, waar mensen kunnen samenkomen en waar we met elkaar kunnen werken aan socialere en maatschappelijke leefomgeving.

Bedankt voor uw tijd.

*1; In 2015 is onderzoek gedaan naar de leefstijl van jongeren tussen 12 en 18 jaar in het Westland. Hieruit is gebleken dat slechts 39% dagelijks groente eet, wat aanzienlijk laag is in vergelijking met Haaglanden (50%). Daarnaast voldoet 86% niet aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen, namelijk 1 uur per dag bewegen én geeft 73% aan zijn/haar gezondheid te willen verbeteren.*

*Het percentage overgewicht tot en met de leeftijd van 19 jaar is 46,8% in het Westland. In de leeftijd van 10 t/m 19 zijn dit 5944 kinderen/jongeren.<sup>1</sup> Van deze 46,8% heeft 13% ernstig overgewicht. Die zijn in de leeftijd van 10 t/m 19 jaar 1651 kinderen/jongeren.*

Landelijk heeft 13,5% van de jongeren overgewicht  
Verslagjaar 2017 Bron Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor, CBS i.s.m. RIVM

### *2; Ter kennisgeving.*

*In 2015 werden in totaal 931 jongeren in de leeftijd van 12 tot en met 17 jaar opgenomen in een ziekenhuis wegens alcohol. Hiervan hadden 691 jongeren een alcoholvergiftiging.*

*2007: 297 waarvan 226 met een alcoholvergiftiging*

*2008: 337 waarvan 274 met een alcoholvergiftiging*

*2009: 500 waarvan 379 met een alcoholvergiftiging*

*2010: 684 waarvan 471 met een alcoholvergiftiging*

*2011: 762 waarvan 547 met een alcoholvergiftiging*

*2012: 706 waarvan 451 met een alcoholvergiftiging*

*2013: 713 waarvan 434 met een alcoholvergiftiging*

*2014: 783 waarvan 545 met een alcoholvergiftiging*

*2015: 931 waarvan 691 met een alcoholvergiftiging*

### *3; Ter kennisgeving*

*Cijfers eenzaamheid ouderen*

- Ruim 1 miljoen 55-plussers voelt zich eenzaam. Dit is 1 op de 4 ouderen.*
- 200.000 ouderen zijn extreem eenzaam. Zij hebben hooguit eens per maand een sociaal contact. Iemand die vraagt: 'Hoe gaat het met u?'.*
- Eenzaamheid neemt toe met de leeftijd. Dit geldt specifiek voor sociale eenzaamheid. Het percentage mensen dat zich emotioneel eenzaam voelt, neemt toe vanaf 75 jaar. Vanaf 50-jarige leeftijd voelt meer dan 40% van de Nederlanders zich eenzaam. Van de 75- tot 85-jarigen voelt bijna 50% zich eenzaam. Van de 85-plussers voelt bijna 60% zich eenzaam.*
- Ook extreme eenzaamheid neemt toe met de leeftijd. Van de 65- tot 75 jarigen voelt ruim 7% zich (zeer) ernstig eenzaam. Voor 75- tot 85-jarigen geldt dit voor bijna 10%. Van de 85-plussers voelt bijna 14% zich extreem eenzaam.*
- 75-plussers voelen zich sneller eenzaam door een opeenstapeling van gebeurtenissen, zoals het overlijden van een partner en andere leeftijdsgenoten en het verlies van mobiliteit en zelfstandigheid.*
- Zowel mannen als vrouwen voelen zich eenzaam. Onder eenzame 85-plussers bevinden zich relatief veel vrouwen. Waarschijnlijk komt dit doordat oudere vrouwen vaker alleenstaand zijn dan oudere mannen.*
- Van alle 65-plussers woont ongeveer 52% alleen en van alle 75-plussers ongeveer 64,6%. Het meest eenzaam zijn alleenwonende ouderen die gescheiden zijn en weinig sociale relaties hebben.*
- 85% procent van de eenzame ouderen vindt het lastig eenzaamheid bespreekbaar te maken. Zij hebben het gevoel hiermee anderen lastig te vallen.*
- Bronnen: TNS NIPO, RIVM, Sociaal Cultureel Planbureau, CBS, Nationaal Ouderenfonds, Onderzoek Professor Cacioppo, Universiteit van Chicago / The Journal of Psychology, 2012.*

---

<sup>1</sup> Westlandincijfers.nl

