

Inspiratielijst Voorschoten in Beweging 2020-2023 – datum 19 oktober 2020

Voor de concrete uitvoering van *Voorschoten in beweging* worden halfjaarlijkse actieplannen opgesteld. Om ambities te kunnen realiseren is een uitgebreide lijst met ideeën voor activiteiten opgesteld. Dat is deze **Inspiratielijst**. De Kerngroep gebruikt de lijst als inspiratiebron bij het opstellen van de halfjaarlijkse actieplannen. De acties sluiten aan op de zes deelakkoorden uit het Nationaal Sportakkoord en op de drie thema's uit het Nationaal Preventieakkoord. Ze zijn hieronder ook als zodanig gerubriceerd. De inspiratielijst is flexibel en kan gedurende de looptijd van *Voorschoten in beweging* worden gewijzigd (aanvullen, samenvoegen of schrappen van activiteiten). Het is niet de opzet dat alle opgenomen activiteiten uitgevoerd **moeten** worden, de lijst dient ter inspiratie.

Opmerking 1: Met Coördinator in de kolom Initiatiefnemer wordt Voorschoten voor Elkaar (VvE) bedoeld. Deze organisatie krijgt de opdracht voor coördinatie van Voorschoten in Beweging en neemt daarvoor iemand in dienst.

Opmerking 2: met sport- en beweegaanbieders worden alle organisaties bedoeld die sport- en/of beweegactiviteiten aanbieden (zoals sportverenigingen, sportscholen, welzijnswerk, (bewegings)onderwijs etc).

Opmerking 3: in de lijst staan soms organisaties met een afkorting genoemd. Dit is de betekenis:

GGD = Gemeenschappelijke Gezondheidsdienst

VvE = Voorschoten voor Elkaar

STGV = Schaats Trainings Groep Voorschoten (IJsclub)

Opmerking 4: De activiteiten kunnen soms onder meerdere landelijke deelakkoorden en thema's geplaatst worden. In zulke gevallen is gekozen voor het onderbrengen bij het deelakkoord/thema waar de grootste relatie mee gelegd wordt.

Thema Inclusief sporten en bewegen

Initiatiefnemer (vet) (Beoogde) partners	Actie	Doel	(Extra) Kosten
Sportfondsen Voorschoten Voorschoten voor elkaar Sport- en beweegaanbieders Cirkelbus Fysiotherapeut(en)	Instuif voor senioren in sporthal De Vliethorst	Doelgroep in beweging krijgen en tegelijk een sociaal contactmoment bieden (fysieke en mentale vitaliteit)	Geen
Adviseur lokale sport Voorschoten voor Elkaar (jeugd/jongerenwerk) Onderwijs Sport- en beweegaanbieders	Pilot met introductie e-gaming	Aansluiten op belevingswereld jeugd en jongeren. Productverbreding sport- en beweegaanbieders.	Nog te bepalen
Voorschoten voor Elkaar Sport- en beweegaanbieders Speel-o-theek Buurthuis van de toekomst	Sportkledingbank , gerund door (gepensioneerde) vrijwilligers.	1. Voor minima sportmiddelen beschikbaar stellen 2. Voorkomen van (eventuele) eenzaamheid bij de beoogde vrijwilligers	Geen
Coördinator Studenten hogeschool (3 ^e of 4 ^e jaars)	Website sporteninvorschoten ,	Verzamelwebsite waarmee in één overzicht duidelijk wordt welke activiteiten en aanbieders er in Voorschoten zijn. Inspiratie kan zijn de website meedoeninvorschoten.nl	Nog te bepalen
Coördinator Kerngroep	Campagne 'Iedereen doet mee' , bundeling van informatie over instanties die kunnen ondersteunen (zoals Jeugdfonds Sport en Cultuur, Stichting Leergeld, Volwassenenfonds Sport en Cultuur)	Actief bekendheid geven aan inwoners met lage SES (sociaal economische status) van mogelijke financiële bijdragen voor deelname aan sport- en beweegactiviteiten	Nog te bepalen

TeamSportservice Voorschoten voor Elkaar Sport en beweegaanbieders	Stimuleren deelname aan sport- en beweegactiviteiten door mensen met een beperking .	1. Inventarisatie bestaand aanbod 2. Inventarisatie vraag/behoefte 3. Afstemming vraag/aanbod 4. Uitbouwen en vernieuwen aanbod	Nog te bepalen
Voorschoten voor Elkaar Sport en beweegaanbieders Buurt/wijken	Stimuleren deelname aan sport- en beweegactiviteiten door senioren	1. Inventarisatie bestaand aanbod 2. Inventarisatie vraag/behoefte 3. Afstemming vraag/aanbod 4. Uitbouwen en vernieuwen	Nog te bepalen

Thema Vitale Sport- en Beweegaanbieders/Positief sportklimaat

Initiatiefnemer (vet) (Beoogde) partners	Actie	Doel	Kosten
Gemeente Voorschoten	Vitaliteitsonderzoek sport- en beweegaanbieders	Inzicht in sterkte/zwakte van sport- en beweegaanbieders, mate van maatschappelijke betrokkenheid.	Nog te bepalen
MHC Forescate tv Forescate Voorschoten'97 Sport- en beweegaanbieders Adviseur lokale sport	Voorschotens Kwartet 1. Sporttafel 2. Dashboard 3. Sportkoepel 4. Beursvloer	<p>1. Sporttafel Voor kennismaken, kennis delen, informeren, inspireren, verbinden. Voorbeeld Haagse Sporttafel. Dit onderdeel staat in actieplan november 2020 t/m januari 2021. <i>Aantal keer per jaar.</i></p> <p>2. Dashboard Voor inzicht in huidige situatie (organisaties, activiteiten, accommodaties, begeleiders, financiën) en toekomstperspectief (wensen, ontwikkelingen, initiatieven) <i>Eenmaal per jaar.</i></p> <p>3. Sportkoepel Initiëren lokale vertegenwoordiging sport en beweegaanbieders. Dit onderdeel start in actieplan november 2020 t/m januari 2021. <i>Eenmalig, met perspectief op doorontwikkeling b.v. richting sociaal platform.</i></p> <p>4. Beursvloer Moment voor afstemming tussen vraag en aanbod (in kaart gebracht via het Dashboard). <i>Eenmaal per jaar, aansluitend op Dashboard.</i></p>	Nog te bepalen
HSV Adegeest Binnensportverenigingen	Ruimte voor binnensporten in de open lucht	Beschikbaar stellen van sportvelden voor gebruik door binnensporters. B.v. voor gymnastiek, zelfverdediging (voorbeelden in coronatijd!)	Geen
STGV Sport- en beweegaanbieders	Online-aanbod van trainingsmodulen , inclusief chaturen met trainers	Voor leden van sportverenigingen, of tegen betaling door ongeorganiseerde sporters	Nog te bepalen

STGV Sport- en beweegaanbieders	Sportcarrousel , gecombineerd sport- en beweegaanbod met een aantal achtereenvolgende clinics. B.v. een paar hardloopclinics bij voetbalvereniging, gevolgd door fietstrainingen bij STGV, tennistrainingen voorjaar bij STGV en najaar bij Forescate.	Brede sportbeleving van de inwoners.	Nog te bepalen
Coördinator Sport- en beweegaanbieders	Vakantieprogramma bij en met sport/beweegaanbieders	Doorlopende gelegenheid voor sport en bewegen. Gebruik accommodaties in 'stille' periode.	Nog te bepalen
Adviseur lokale sport Sport- en beweegaanbieders	Vaardigheden van trainers/coaches versterken voor brede inzetbaarheid.	Vaardigheden verwerven en gebruiken om iedereen op zijn/haar nivo met plezier te laten sporten en bewegen	Nog te bepalen
Coördinator Muziekschool of musicalschool	Combinatie sport/cultuur voor jongeren: sportinstuif i.c.m. muziek/dj	Jongeren in beweging krijgen	Nog te bepalen
Adviseur lokale sport Sport- en beweegaanbieders	Voorschoten brede ledenadministratie voor alle sport- en beweegaanbieders	Efficiency Kostenbesparend Mogelijkheid voor introductie flexibele lidmaatschappen	Nog te bepalen
Smallsteps kinderopvang Andere kinderopvangorganisaties	Integratie beweegaanbod kinderen 0-4 jaar en BSO	Jonge kinderen het plezier en nut van bewegen laten ervaren	Geen
Vakgroep Bewegingsonderwijs Onderwijs Sport- en beweegaanbieders Gemeente	Jaarlijks Konings spelen organiseren voor alle basisschoolleerlingen.	Verbinding maken tussen bewegen op school en bewegen bij de sport- en beweegaanbieders.	Nog te bepalen
Vakgroep Bewegingsonderwijs Sport- en beweegaanbieders	Versterken bewegingsopvoeding bij sport- en beweegaanbieders. Kernwaarden vanuit het bewegingsonderwijs doortrekken naar sport/beweegaanbieders.	Positief sportklimaat bij sport- en beweegaanbieders bevorderen.	Nog te bepalen

Thema Vaardig in bewegen

Initiatiefnemer (vet) (Beoogde) partners	Actie	Doel	(Extra) Kosten
Coördinator Kinderopvang Scholen Jongerenwerk Wijkorganisaties Sport- en beweegaanbieders	Sport/beweegactiviteiten in wijken voor jeugd en jongeren	Stimuleren beter bewegen door meer buiten spelen.	Nog te bepalen
Norlandia Sport- en beweegaanbieders	Uitbreiding van Peutergymlessen (3+)	Begin van een actieve leefstijl. Plezier en beweging staan voorop. Bijvoorbeeld: Nijntje Beweegdiploma https://dutchgymnastics.nl/beweegdiploma/ van Norlandia en gymnastiekvereniging Slank en Kwiek	bijNog te bepalen
Coördinator Sport- en beweegaanbieders	Kennismakingspakket sport en bewegen voor scholen	Meer en beter bewegen van schooljeugd Grottere keuzemogelijkheid voor sportbeoefening	Nog te bepalen

Vakgroep Bewegingsonderwijs Onderwijs Sport- en beweegaanbieders	Onderzoek naar geschikte motorische vaardigheidstest voor leerlingen in het basisonderwijs, gevolgd door pilot op een school	Inzicht in beweegvaardigheden ondersteunt de mate en aard het bewegingsonderwijs en de inhoud van trainingen bij sportverenigingen.	Geen
Basisonderwijs Vakgroep bewegingsonderwijs Sport- en beweegaanbieders	Sportclinics van sport- en beweegaanbieders tijdens de les bewegingsonderwijs in de gymzaal of bij de vereniging.	Verbinding maken tussen bewegen op school en bewegen bij/ met de trainer van de sportvereniging.	Nog te bepalen
Coördinator Sport- en beweegaanbieders Basisonderwijs Vakgroep bewegingsonderwijs	Jaarlijks Schoolsportprogramma ontwikkelen , met toernooien van zoveel mogelijk sporten, sportdagen, avondvierdaagse e.d.	Verbinding maken tussen bewegen op school en bewegen bij de sportvereniging. Kennismaking met meerdere vormen van sporten en bewegen. Voor de verenigingen ledenwerving.	Nog te bepalen

Thema Duurzame sportinfrastructuur

Initiatiefnemer (vet) (Beoogde) partners	Actie	Doel	(Extra) Kosten
Gemeente Vakleerkrachten bewegingsonderwijs Sport- en beweegaanbieders	Open/beweegvriendelijke schoolpleinen	Schoolpleinen gebruiken als speelplekken voor jeugd 4-12 jaar	Nog te bepalen
Gemeente Sport- en beweegaanbieders STjJMh	Open sportparken	Sportparken kunnen ook buiten verenigingsuren gebruikt worden voor spelen en bewegen. Voorwaarde is dat er toezicht/begeleiding is	Nog te bepalen
Gemeente Wijk/buurtorganisaties Vakleerkrachten Bewegingsonderwijs	Werkgroep Sport en bewegen in de openbare ruimte	Opdracht: - Overzicht van (mogelijke) sport- en beweegplekken maken - In kaart brengen vraag naar sport- en beweegactiviteiten - Inrichting aanpassen (speelplekken, trapveldjes, routes) - Introduceren Vitality Club, zie: https://www.vitality-club.nl/	Geen
Coördinator Kerngroep	Werkgroep Financiën , gevormd door vertegenwoordigers van organisaties in de kerngroep	Vergroten van de financiële mogelijkheden om acties uit het lokaal sportakkoord te ondersteunen. Bedrijfsleven erbij betrekken.	Geen
STGV Sport en beweegaanbieders Kinderopvang Welzijns- en zorgorganisaties	Sportalliantie voor intensief gebruik IJsbaanterrein	Samenwerking van maatschappelijke organisaties om tot multifunctioneel aanbod en accommodatie te komen.	Geen
Coördinator Buurt/wijk(werk) Sport- en beweegaanbieders	Organiseren van een sponsorloop voor een lokale sport/beweegvoorziening . Bv. nieuwe atletiekbaan, nieuw speeltuintje/skatepark in een bepaalde wijk.	Op een sportieve manier geld inzamelen voor een sportief doel.	Nog te bepalen
Coördinator Kerngroep	Ontwikkelen regionaal sportakkoord op gezamenlijke thema's	Krachten bundelen Collectieve voordelen (financieel, bovenlokale accommodaties, personele inzet, evenementen)	Geen

Gemeente Voorschoten Sportkoepel i.o. Voorschoten voor elkaar	Maken Sportkaart Voorschoten	Instrument om samenwerking tussen sport- en beweegaanbieders te stimuleren en accommodaties efficiënter en veelzijdiger te gaan gebruiken.	Nog te bepalen
--	-------------------------------------	--	----------------

Thema Topsport die inspireert

Initiatiefnemer (vet) (Beoogde) partners	Actie	Doel	(Extra) Kosten
Kerngroep	Bekende sporters (mogelijk samen met andere gemeenten) zoeken, bekend maken met de achtergrond van het sportakkoord en ondersteunen om als ambassadeur voor gezonde leefstijl op te treden.	Stimuleren van gezonde leefstijl bij inwoners.	Geen

Thema Preventie (roken, overgewicht, alcohol)

Initiatiefnemer (vet) (Beoogde) partners	Actie	Doel	(Extra) Kosten
Gemeente GGD Sport- en beweegaanbieders Brijder VvE	Campagne IkPas , 30dagen zonder alcohol in januari, Dry January	Kick-off campagne IkPas met betrekken van sport- en beweegorganisaties. Aan te vullen met voorlichting over alcohol beleid (na jeugdtrainingen, vanaf bepaald tijdstip; meer 0.0% op de tap etc) en veratnwoord schenken in kantines.	Geen
Sport- en beweegaanbieders TeamFit Scholen Bedrijfsleven	Gezonde kantine , aanbod van gezonde producten in kantines.	Bijdrage leveren aan ontwikkelen en behouden van een gezonde leefstijl	Nog te bepalen
Sport- en beweegaanbieders Hartstichting KWF Longfonds	Rookvrije sportclubs ikv Rookvrije Generatie: Teamfit adviseert ook in rookvrij maken van sportclubs: ingang en terrein	Bijdrage leveren aan ontwikkelen en behouden van een gezonde leefstijl	Nog te bepalen
Coördinator Onderwijs Sportfondsen Sport- en beweegaanbieders Kinderopvang Wijkorganisaties	Tijdens de nationale sportweek gratis beweegactiviteiten voor kinderen. Trainen bij een sportvereniging, sportfondsen activiteiten in het zwembad, in de wijk/buurt activiteiten. Tijdens lessen bewegingsonderwijs aandacht voor deze week.	Verbinding maken tussen bewegen op school en bewegen buiten school, zoals bij de sportvereniging en de kinderopvang. En verbinding maken met de wijk/ buurt om samen te spelen en bewegen. Met een overkoepelend thema als bijvoorbeeld "bewegen en gezondheid".	Nog te bepalen
Vakgroep Bewegingsonderwijs Onderwijs (scholen met elkaar verbinding laten maken) Sport- en beweegaanbieders VvE	Een dynamische schooldag opzetten. Kinderen zitten te veel en kunnen niet uren achter elkaar werken, die moeten geactiveerd worden. Beweging speelt daarbij een belangrijke rol (b.v. actief buitenspelen, bewegend leren, daily mile).	Bewegen hoort in de dagelijkse routine komt van kinderen, ipv dat ze veel stilzitten op school tijdens de lessen. Kinderen brengen gemiddeld 65% van hun schooldag zittend door, terwijl er mogelijkheden zijn om de schooldag een stuk dynamischer te maken.	Nog te bepalen
Gemeente GGD Sport- en beweegaanbieders	Campagne Stoptober , 28 dagen niet roken	Kick-off van de lokale campagne Stoptober met aandacht binnen sport- en beweegorganisaties op rookvrije generatie.	Geen

<p>Coördinator Onderwijs Sport- en beweegaanbieders Kinderopvang Ouders Zorg (huisarts, diëtist, fysiotherapeut, GGD) Welzijn (buurt/wijkwerk)</p>	<p>Initiëren van samenwerking in de zorg voor "het bewegende en opgroeiende kind" van 4-12 jaar.</p>	<p>Een doorgaande lijn tussen alle partijen voor samenhang tussen de verschillende (beweeg) contexten. Op de thema's als: - Leren Bewegen - Samen Bewegen - Beweegcontexten verbinden - Gezond Bewegen - Bewegen betekenis geven (beweegidentiteit) - Bewegen regelen</p>	<p>Nog te bepalen</p>
<p>Adviseur lokale sport Onderwijs en kinderysio/ psycholoog/ GGD Sport- en beweegaanbieders</p>	<p>Opzetten van (Psycho) motorische remedial teaching voor kinderen die daar behoefte aan hebben.</p>	<p>Ook kinderen die moeite hebben met aansluiten middels deze training het juiste duwtje in de rug kunnen geven, zowel fysiek als mentaal.</p>	<p>Nog te bepalen</p>
<p>Coördinator</p>	<p>Maken en onderhouden van een website of sport/beweegapp met een overzicht van: - Sport/beweegaanbod - Activiteiten en evenementen Preventieve en curatieve hulp en ondersteuning</p>	<p>Bevorderen (blijvende) deelname aan sport en bewegen Bevorderen en ondersteunen van (blijvende) gezonde leefstijl</p>	<p>Nog te bepalen</p>