

Factsheet Q1 en Q2

SportSupport / Hillegom in Beweging

VOORWOORD

We begonnen het nieuwe jaar met de komst van onze nieuwe collega Simon van den Berg, waardoor het team na het vertrek van Sandra Boonstra weer op sterkte was. Onze collega Leonie Verstegen staat (nog) niet op de foto, maar vindt u zeker terug in het verslag als aanspreekpunt van de NDC, gezonde sportvereniging, JOGG en de BoR.

In deze factsheets krijgt u een overzicht van alle onderwerpen, activiteiten en samenwerkingen, waar wij als team Hillegom in Beweging / SportSupport het eerste halfjaar van 2023 mee bezig zijn geweest.

De factsheets zijn ingedeeld op de thema's van de Maatschappelijke Agenda (MAG):

- * Vitaliteit
- * Talentontwikkeling
- * Zorg voor elkaar
- * Werk en inkomen
- * Opgroeien en opvoeden
- * Thuis wonen
- * Hulp bij meedoen

Alle activiteiten van Hillegom in Beweging vallen onder de opgave 'Vitaliteit' maar dragen veelal ook bij aan de andere opgaven.

Door de nauwe samenwerking met de partners van Healthy Hillegom (Pando Network, Welzijnskompas, Welzijnskwartier en Wijsamenwerkingsverband) kunnen we een waardevolle bijdrage leveren binnen iedere opgave.

Als kernpartner van Healthy Hillegom, is het werkprogramma van team HIB onderdeel van de gezondheidsbeweging Healthy Hillegom.

Team Hillegom in Beweging / Sportsupport wenst u veel leesplezier!



Factsheet Q1 en Q2

SportSupport / Hillegom in Beweging

Opgave 1 – Vitaliteit

Toelichting op de integraliteit van de onze activiteiten.

Het programma van Hillegom in Beweging/SportSupport verantwoorden wij primair vanuit de ambities en doelstellingen van de Maatschappelijke Agenda Hillegom (MAG) vallend onder pijler 1: Vitaliteit. Daarbinnen dragen onze HIB-activiteiten ook bij aan ander MAG doelstellingen en hebben verbinding met de andere pijlers van de MAG. Om dit goed zichtbaar te maken hebben wij de factsheet hierop ingedeeld. Per kopje ziet u hoe onze bijdrage vanuit de opgave 'Vitaliteit' bijdraagt aan de ander pijlers en hoe wij hierin samenwerken met onze (Healty Hillegom) partners.

Onderstaande activiteiten dragen in samenwerking met onze (Healty Hillegom) partners bij aan **Opgave 2 - Talentontwikkeling**

Activiteit

Jeugd en Jongeren

- Alleskunner
- Koningsspelen

- Sport op Straat

Beweegvisie Volwassenen

- Samen Gezond
- Bewegen bij ontmoetingscentrum de Bollenstroom
- Sportroute

Inclusief Sporten en Bewegen

- Nationale Diabetes Challenge (NDC)
- Sportroute aangepast sporten
- Plan van aanpak Inclusief sporten

Advisering Sportaanbieder

- Gezondere kantines sportclubs
- Clubkadercoaching
- De HLT avondetappe

Partner(s)

- Pando Network en de Vosse
- CIOS Haarlem, de 7 Hillegomse basisscholen, Ukemi, SV Hillegom handbal/voetbal, BHC, Padellhill, SDO korfbal, Train 2 Inspire, Hawks rugby en Tjarda.
- De Vosse
- WelzijnsKompas en Sportfondsen Hillegom en Volwassenfondsen Sport en Cultuur.
- Bollenstroom, BS de Toermalijn
- Healthy Hillegom en ASM
- Healthy Hillegom, Zorg en Zekerheid, Welzijnskompas, Fit4Lady
- Pando Network, Sportservice Zuid Holland
- Regisseur Aangepast Sporten
- Pando Network en TeamFit
- SV Hillegom
- Pando Network, Combibrug, Lisse actief



Gemeente
Hillegom



Factsheet Q1 en Q2

SportSupport / Hillegom in Beweging

Jeugd en Jongeren

➤ Alleskunner

Op vrijdag 3 maart organiseerde Hillegom in Beweging 'De Alleskunner' waarbij kinderen de strijd aan om de Alleskunner van Hillegom te worden. Om Alleskunner te worden moesten de kids van alle markten thuis zijn. Ze werden getest op sportiviteit, handigheid, inschattingsvermogen en motorische vaardigheden. Uiteindelijk is Len Alleskunner van Hillegom geworden!



Ben je benieuwd hoe het er vrijdag aan toe ging? Healthy Hillegom heeft de sfeer geproefd én in beeld gebracht!

<https://www.facebook.com/HealthyHillegom/videos/1273429033242783>

➤ Koningsspelen

De Koningsspelen vonden dit jaar voor het eerst sinds de Coronajaren plaats op de manier waarvan het organisatie het voor ogen had. Alle scholen tezamen maar door elkaar heen op sportpark de Zanderij. Eén grote sportochtend voor alle leerlingen uit groep 3 t/m 8 van de 7 Hillegomse basisscholen. De Koningsspelen zijn bedoeld om kinderen kennis te laten maken met verschillende sportaanbieders uit de regio. Dit doel is ruimschoots behaald. In totaal zijn 9 sportaanbieders aangesloten bij de 2023 editie (Ukemi, SV Hillegom handbal/voetbal, BHC, Padellhill, SDO korfbal, Train 2 Inspire, Hawks rugby en Tjarda). De organisatie was in handen van HIB in samenwerking met de vakleerkrachten bewegingsonderwijs en CIOS Haarlem.

➤ Sport op straat – De Vosse



Ook iedere woensdagmiddag sport en waterspelen bij Play2ground/zwembad de Vosse in samenwerking met Sportfondsen Hillegom. Bij de activiteiten op de play2ground van de Vosse waren er gemiddeld 16 deelnemers

Factsheet Q1 en Q2

SportSupport / Hillegom in Beweging

Beweegvisie Volwassenen

➤ Samen Gezond

Op maandag 20 maart is de 1^e reeks gestart van Samen Gezond in 2023. Tijdens 8 bijeenkomsten kwamen deelnemers naar de gymzaal aan de Mesdaglaan om een uur te sporten en bewegen onder leiding van de buurtsportcoach van Hillegom in Beweging. De deelnemers waren allemaal vrouwen en deden al meerdere reeksen mee aan Samen Gezond. Er hadden zich 14 deelnemers hiervoor opgegeven, waarvan er 12 ook daadwerkelijk met het sporten mee deden. Na het sporten gingen ze naar Plein28, waar ze een lunch verzorgd kregen en een workshop volgden. De 2^e reeks van 8 weken start medio augustus en de 3^e reeks start halverwege oktober. Dit jaar zijn er 3 reeksen.



Zie ook het filmpje:

<https://www.facebook.com/HealthyHillegom/videos/903791247525416>

➤ Bewegen bij ontmoetingscentrum de Bollenstroom



Elke donderdag kwam er een groep ouderen vanuit de Bollenstroom samen met de begeleiding naar de gymzaal aan de Mesdaglaan om een uurtje te sporten. De sportklas bestond elke week uit ongeveer 6 tot 9 ouderen met dementie. Tijdens dit uurtje waren de ouderen bezig met verschillende spellen en bewegingsonderdelen. Na afloop werd er koffie/thee gedronken met de ouderen en begeleiding. Vanaf medio april 2023 kwamen er ook elke week 6 leerlingen uit groep 7/8 van de Toermalijn samen met de ouderen sporten. In maart is contact opgenomen met de Toermalijn of zij interesse hadden om hieraan deel te nemen. Hier werd erg positief op gereageerd. Er is door de buurtsportcoach een voorlichting gegeven in de klas. Door personele problemen bij de Bollenstroom of door gebrek aan vervoer, lukt het de Bollenstroom sinds mei niet elke week meer om naar de gymzaal te komen.

Daarom kwamen wij vaak naar de Bollenstroom om daar op locatie iets te organiseren.

➤ Sportroute

HIB heeft de eerste parken van de Hillegomse Sportroute nagelopen om te kijken of dit voor alle doelgroepen te gebruiken is. Dat is op dit moment niet het geval. In het Julianapark staan op dit moment toestellen die moeilijk te bereiken zijn voor mensen in een rolstoel. Daarnaast zijn een aantal van de neergezette apparaten alleen te gebruiken voor zeer vaardige bewegers. De QR codes die op de apparaten gemonteerd zijn een goed idee, maar dit zou uitgebreid kunnen worden met meerdere oefeningen voor het desbetreffende apparaat. Tevens zou een fysiek bord met verschillende oefeningen een goede toevoeging zijn voor diegene die minder goed met een telefoon overweg kunnen. Voor het Van Nispenpark geldt nagenoeg hetzelfde, alleen zijn deze apparaten wel goed te benaderen voor mensen die slecht te been zijn. HIB heeft onderzoek gedaan naar voorbeelden hoe parken tot een beweeguitdagend terrein omgebouwd kunnen worden. Het ASM (Athletic Skills Model) geeft een hoop inspiratie.

Factsheet Q1 en Q2

SportSupport / Hillegom in Beweging

Inclusief Sporten en Bewegen

➤ Nationale Diabetes Challenge

Het afgelopen jaar hebben Henny, Angelique en Femke Winkelaar mee gewandeld met de Nationale Diabetes Challenge. 3 generaties die met elkaar 20 wekenlang hebben gewandeld voor meer gezondheid. Kleindochter Femke vertelde: "Het lopen was leuk en je leert een stukje van Hillegom kennen"

Kijk hier naar hun verhaal:

<https://www.facebook.com/HealthyHillegom/videos/610823927753930/>

In aanloop naar de NDC is er een coach- en calamiteitentraining gegeven aan de 6 begeleiders.

Vanaf mei is de NDC weer van start gegaan : met ruim 35 aanmeldingen en 5 partners gaan deelnemers met een verhoogd risico ervaren hoe fijn wandelen is. Stap voor stap onder begeleiding van enthousiaste professionals zoals Healty Hillegom, FyioExpert, Fit4Lady, MarjoleinHealthCoaching, Saaf en vanderKaaden. De NDC is een beweegprogramma van de Bas van de Goor Foundation, 20 weken wandelen in je eigen buurt. Deelnemers gaan zich fitter voelen en het is ook nog gezellig.



Factsheet Q1 en Q2

SportSupport / Hillegom in Beweging

Inclusief Sporten en Bewegen

➤ Sportroute Aangepast Sporten

Binnen de gemeente Hillegom wordt er de komende 2 jaar gewerkt aan een sportroute. De sportroute zal gaan bestaan uit 5 verschillende routes. De verschillende routes zullen in fases gerealiseerd gaan worden. Wij als Hillegom in Beweging zien graag dat het aangepast sporten hier in meegenomen wordt. Denk aan bijvoorbeeld bordjes met braille, rolstoel-toegankelijk en dus ook voor rollators, aanpassingen in hoogte van materiaal (baskets in verschillende hoogtes), aanpassingen voor mensen met een gehoorbeperking. Hier willen wij graag een bijdrage aanleveren. Het moet voor iedereen toegankelijk zijn. Dit zal samen met Ryan van The Pando Network opgepakt moeten worden. Marieke van Sportservice Zuid-Holland kan hier ook een toegevoegde rol in spelen. Tijdens het promoten van de Sportroute kunnen wij activiteiten organiseren waarbij aangepast sporten centraal staat.

Tijdens de voorlichtingsavond met partners hebben we de NDC en deze ronde gepromoot in het Fioretti. Tijdens de NDC wandeling activeren we wekelijks een beweeg- of wandelpark in Hillegom, met als doel dat de deelnemers zelf deze routes gaan inzetten

➤ Plan van aanpak Inclusief sporten

Binnen Hillegom moet er meer aandacht besteed worden aan het aangepast sporten. Belangrijk hierin is het bereiken van de doelgroep. Om de doelgroep te kunnen bereiken, moet eerst helder zijn om welke doelgroep het gaat en om welke aantallen. De doelgroep moet ergens terecht kunnen bij vragen, dit kan bij de 1^e lijnszorg of bij het sportloket. Vanuit SportSupport/HIB wordt in samenwerking met de regisseur Aangepast Sporten een Plan van Aanpak gemaakt.



Acties op korte termijn:

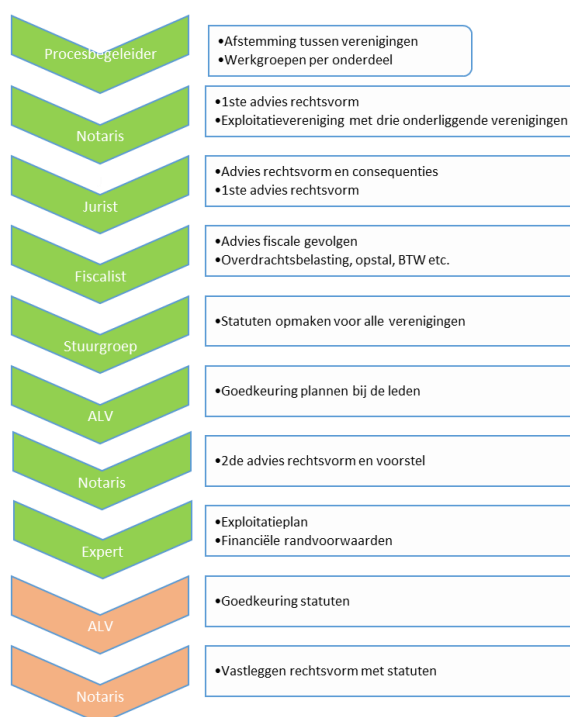
- ❖ Uniek sporten Uitleen bekend maken bij doelgroep via 1^e lijns (fysio, huisartsen, vindplaatsen <https://gehandicaptenzorg-gids.nl/zoeken/?q=hillegom>);
- ❖ Het aangepast sporten meenemen in de sportroute (waar mogelijk);
- ❖ Het aanbod bekijken in de regio, waar kunnen we nog iets betekenen?;
- ❖ Contact opnemen met Sportplaza om een samenwerking op te starten met de Hartekamp en/of S'Heerenloo;
- ❖ Het opstarten van een nieuwsbrief omtrent Aangepast Sporten in de regio;
- ❖ Aangepast sporten invulling tijdens het beweegfestival;

Factsheet Q1 en Q2

SportSupport / Hillegom in Beweging

Advisering Sportaanbieders

- Advies en informatie aan alle 13 sportverenigingen en 10 (para-)commerciële sportaanbieders middels maandelijks nieuwsbrieven, berichtgeving op de site, in een mailbericht of persoonlijk contact.
- **Nieuwsbrieven**
Het netwerk van sportverenigingen, welzijn, ouderensport, gemeente en de commerciële partijen zijn maandelijks voorzien van de nieuwsbrieven met actuele onderwerpen zoals:
 - ❖ TEK regeling
 - ❖ Code goed bestuur
 - ❖ Uniek Sporten
 - ❖ Gezonde Sportomgeving
 - ❖ Verduurzaming sportaanbieders
 - ❖ Etc.
- Jaarlijks gesprek met de besturen van de verenigingen middels de vitaliteitindex. Aan de hand van deze index wordt gekeken waar de verbeterpunten liggen voor een club en hoe zij – met de hulp van de verenigingsadviseur – dit aan gaan pakken.
- **SDO/Jeu de Boules Hillegom**
Naast de ondersteuning van de gemeente aan de bouwgroep kreeg de stuurgroep projectondersteuning vanuit SportSupport. Eerst heeft een procesbegeleider vanuit het Sportakkoord de verenigingen op één lijn gekregen. Daarna heeft de procesbegeleider vanuit SportSupport het proces neergezet en resp. de notaris, jurist, fiscalist en expert voor het exploitatieplan aan laten sluiten bij de stuurgroep (zie schema). Dit alles heeft geleid tot een goed lopend proces met een stuurgroep die in goed overleg dezelfde belangen nastreven.
- **Sv Hillegom**
De ouderensport (trimmers en walking football) wil zich profileren en middels een promofilmpje kenbaar maken dat er mogelijkheden zijn, binnen de vereniging, om hieraan deel te nemen. Eind september(week van de ontmoeting) gaan we activiteiten organiseren om te laten zien en beleven wat de mogelijkheden zijn. Dit is met name voor de ouderen die nog geen lid zijn van de vereniging en een sportieve invulling zoeken.



Factsheet Q1 en Q2

SportSupport / Hillegom in Beweging

Advisering Sportaanbieders

➤ Gezondere kantines en sportclubs

SportSupport & Healthy Hillegom zetten zich in om steeds meer sport- en buurtlocaties bewust te maken van gezondere keuze in de kantine. Bij SV Hillegom zijn ze druk bezig geweest om de kantine een stukje gezonder te maken. SV Hillegom is een plek waar veel wordt gesport en waar een gezonde leefstijl belangrijk wordt gevonden. TeamFit is nogmaals met een scan door de inhoud van de producten gegaan.

Check de video om te kijken wat SV Hillegom doet om de voetbalclub een stukje gezonder te maken:

<https://www.facebook.com/HealthyHillegom/videos/570622245087860>

Afgelopen periode hebben we ingezet op het rookvrij maken van de terreinen. Vanaf 1 juni is **T.V. Hillegom** als tennisvereniging volledig Rookvrij. Vanaf December hebben we een plan opgesteld vanaf communicatie bestuur, pachters, leden en bezoekers. Stap voor stap zijn we buiten het roken gaan beperken tot volledig rookvrij.

S.V Hillegom is enkele maanden weer in overleg en hebben nu de materialen om buiten op te hangen. Ook deze voetbalvereniging wil stap voor stap het roken terugdringen naar volledig rookvrij terrein. De borden worden deze zomer buiten zichtbaar. De Zanderij heeft meerdere club waarbij we een aanbod hebben gedaan om materialen te bestellen zodat er in de toekomst geen roker meer welkom is op het gehele terrein.



➤ Clubkadercoaching

In het traject van de clubkadercoaching is vervolg gegeven aan het onderzoek bij Sv Hillegom met interviews, observeren van coaches/trainers bij trainingen/wedstrijden en een plan besproken om de oudersport een impuls te geven. De observaties en gesprekken zijn in het plan beschreven wat uiteindelijk besproken gaat worden met het bestuur. In mei en juni is er gestart met de SWOB analyse en de voorbereiding voor het eindadvies richting het bestuur van de vereniging.

➤ De HLT avondetappe

In samenwerking met de buurtsportcoaches van Lisse, Teylingen en Hillegom is er een sportcafé georganiseerd voor alle belanghebbende in de sportsector. Met actuele onderwerpen zoals clubkadercoaching, duurzame en gezonde omgeving, het vrijwilligersbeleid en een programma met interviews met wethouders, voorzitters, scheidsrechters over de dagelijkse zaken rondom sport en bewegen is het een netwerk-verbindende avond geworden. Het dag voorzitterschap werd door Pando Netwerk geregeld alsmede de marketing rond dit evenement.

Factsheet Q1 en Q2

SportSupport / Hillegom in Beweging

**Draagt in samenwerking met onze partners bij aan
Opgave 3 – Zorg voor elkaar**

Activiteit

- Bewegen op Recept
- Eén tegen Eenzaamheid
- Bewegen op recept (BOR)

Partner(s)

- 1^{ste} lijn zorgpartners en Welzijnskompass
- Kerngroep Eenzaamheid; Gemeente Hillegom, Welzijnskompass, Welzijnswartier, Bibliotheek e.a.
- 1^{ste} lijns

➤ Bewegen op recept

Het doel van Bewegen op Recept is gericht op mensen met een leefstijl gerelateerde klacht die niet voldoende bewegen. Patiënten melden zich bij eerstelijns zorgverleners naar beweegactiviteiten die worden georganiseerd door sportprofessionals.

We zoek naar de best practice en gaan vanaf augustus bij FysioExpert Hillegom twee wekelijks een "inloopmiddag" organiseren. De kennis dit wordt opgedaan omtrent deze werkwijze zal besproken worden met de lokale professionals. Het zal dan gaan om de samenwerking tussen zorg en sport, en het bevorderen van duurzaam sport en bewegen. We hopen op een groter bereik van deze doelgroep, met een betere doorstroom in het doorverwijsproces, zoals benoemd in het GALA.

➤ Eén tegen eenzaamheid

Om mensen met elkaar in verbinding te brengen organiseerde de kerngroep eenzaamheid Hillegom en Lisse op 6 maart j.l., de inspiratiebijeenkomst Zicht op Eenzaamheid. In het Fioretti College Lisse kwamen 80 inwoners, vrijwilligers en professionals samen om van elkaar te leren en ervaringen te delen.

➤ Ik doe mee

Het project Ik doe mee is er voor, door en met inwoners uit de Bollenstreek. Het is een samenwerking tussen Welzijnskompass, Lumen, Welzijn Teylingen en SportSupport/HIB. Deelnemers konden meedoen aan diverse sportieve activiteiten.

Ik doe mee weken

8 t/m 28 mei

Koffie en een praatje

8 mei t/m 28 mei 10.00-12.00

Je bent welkom voor een kop koffie of thee. Maak een praatje, ontmoet mensen uit de buurt. Koffie en thee zijn in deze weken gratis.

Plein28, Hillegom

Samen Soep

Dinsdag 9, 15 en 22 mei 12.00-13.00

Kom gezellig zelfgemaakte soep met een stokbroodje eten. Een kop soep is in deze weken gratis.

Plein28, Hillegom

Ouder & Kind Café

Woensdag 10, 17 en 24 mei 14.00-16.00

Ontmoet andere ouders. Voor de kinderen zijn er allerlei leuke dingen te doen. Krutsen, tekenen, leren haken en breien of een spelletje spelen.

10 mei: kinderkleding ruilmarkt 17 mei: Chi-gong

Plein28, Hillegom

Creatief met hout

Vrijdag 12, 18 en 26 mei 10.00-12.00

Het Upcycle Lab is iedere vrijdag open. We maken leuke creatieve dingen van hout. Gratis deelname.

Plein28, Hillegom

BuurtKracht infoavond

Dinsdag 23 mei 19.30-20.45

Wil jij je inzetten voor jouw buurt? Word straatverbinder en ontvang een Potje BuurtKracht met daarin een bedrag voor lief & leed attenties.

* Poelhuys, Vivaldstraat 4, Lisse

Wandel Lisse rond

Maandag 8 mei 19.20 verzamelen, 19.30 vertrek

Wandel mee door Lisse. Met een groepje, in je eigen tempo. 1 of 2 keer meelopen is gratis. 20 keer kost € 10, inclusief t-shirt en leuke afsluiting.

Floralis, Forallsplein 69, Lisse

Aanmelden via Leonie: lvorstegen@sportsupport.nl

Wandel Hillegom rond

Dinsdag 9 mei 19.20 verzamelen, 19.30 vertrek

Wandel mee door Hillegom. Met een groepje, in je eigen tempo. 1 of 2 keer meelopen is gratis. 20 keer: € 10, inclusief t-shirt en leuke afsluiting.

Gemeentehuis Hillegom

Aanmelden via Leonie: lvorstegen@sportsupport.nl

Samen tegen eenzaamheid

Donderdag 11 mei 10.00 - 12.00

Een workshop over eenzaamheid, voor iedereen die hier meer over wil weten. Ook gaan we in groepjes hierover in gesprek. Welke eerste stap zet jij tegen eenzaamheid? Gratis deelname.

Plein28, Hillegom

Muziek ontspant!

Zaterdag 13 mei 15.00

Kom luisteren en laat je meenemen. Het blokfluitensemble speelt oude muziek, muziek uit Schotland en Ierland op verschillende soorten blokfluiten, van groot tot klein. Het Hillegomse Muziekchoor Ensemble speelt een gevarieerd programma van filmmuziek tot klassieke muziek.

Berkhout, Berkhoutlaan 15, Lisse

ook voor jou!

Samen Gezond

Maandag 8, 15 en 22 mei 8 & 15 mei 10.00-11.15, 22 mei 10.00-12.00

Lekker samen bewegen, in je eigen tempo. Op 22 mei sluiten we af met een lunch. Deelname: 4 euro per keer

* Poelhuys, Vivaldstraat 4, Lisse

Aanmelden via Dionne: info@welzijnskompass.nl

Slingers maken

Woensdag 10, 17 en 24 mei 10.00-12.00

'Het leven is een feestje, maar je moet zelf de slingers ophangen.' In Het Naaiatelier gaan we die slingers maken. Zodat jij iedere dag je eigen slingers kan ophangen. Deelname is in deze weken gratis.

Ambachtplein, Plein28 in Hillegom

Beweegbingo

Vrijdag 12, 19 en 26 mei 10.30

Iedere dag bewegen is goed. Ook voor je mentale gezondheid. Doe dus lekker mee met balkongym.

Clusiushof, Hillegom

De Krachtcirkel

Maandag 15, 22 & 28 mei 14.00-16.00

De Krachtcirkel is er om samen leuke dingen te doen. Gratis deelname.

15 mei: spelletjesmiddag
22 mei: speelmiddag
28 mei: mandala's knutselen

Plein28, Hillegom

Positieve Gezondheid

Donderdag 25 mei 14.00-16.00

Wil jij meer weten over Positieve Gezondheid? Je eigen veerkracht vergroten? Doe dan mee. Uiterlijk 1 dag vantevoren aanmelden via Laura: info@welzijnskompass.nl

0252-757100
www.welzijnskompass.nl
info@welzijnskompass.nl

Ga naar www.welzijnskompass.nl voor meer activiteiten en aanmelden.

#meedonenontmoeten
#vrijwilligerswerk
#indeburt
#gezondleven
#persoonlijkeontwikkeling
#plein28
#mantelzorg

Factsheet Q1 en Q2

SportSupport / Hillegom in Beweging

Draagt in samenwerking met onze partners bij aan
Opgave 4 – Werk en Inkomen

Activiteit

Partner(s)

- Intermediair Jeugdsportfonds
- Intermediair Volwassenenfonds
- Intermediair uitleen Uniek Sporten

- Jeugdfonds Sport en Cultuur
- Volwassenenfonds sport en cultuur
- Uniek Sporten

➤ Jeugdsportfonds

Team HIB is intermediair voor het Jeugdsportfonds. In het eerste halfjaar van 2022 zijn er 21 aanvragen gedaan bij het JSF (sport en cultuur).

➤ Volwassenenfonds Sport en Cultuur

Team HIB is ook intermediair voor het Volwassenenfonds. Er zijn veel vragen per mail ontvangen met betrekking tot het Volwassenenfonds Sport en Cultuur. Vaak zijn het vragen vanuit welzijnsorganisaties zoals het Raamwerk, die deze vragen stellen namens hun cliënten. In het eerste halfjaar van 2023 zijn er 11 aanvragen gedaan bij het Volwassenenfonds Sport en Cultuur.

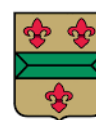
➤ Uniek Sporten

Gemeente Hillegom is gestart met Uniek Sporten Uitleen!
Uniek Sporten Uitleen zorgt ervoor dat mensen met een fysieke beperking sporthulpmiddelen kunnen uitproberen. Door de beschikbaarheid van sportvoorzieningen vanuit een uitleenpool, kun je uit het brede aanbod uiteindelijk de sport kiezen die het beste bij je past. Uniek Sporten Uitleen is bedoeld voor (jong)volwassenen die om te kunnen sporten zijn aangewezen op een rolstoel, handbike of loophulpmiddel.

In 2023 wordt het lidmaatschap van Uniek Sporten gefinancierd door de provincie Zuid Holland.



Gemeente
Hillegom



Factsheet Q1 en Q2

SportSupport / Hillegom in Beweging

Draagt in samenwerking met onze partners bij aan

Opgave 5 – Opgroeien en opvoeden*

** Veel activiteiten onder Opgroeien en opvoeden vallen ook onder Talentontwikkeling*

Activiteit

Partner(s)

(Masterplan Sport, bewegen en onderwijs)

- | | |
|--------------------------------|--|
| ➤ MQ Scan | ➤ Healthy Hillegom, Hillegomse basisscholen, Sophia Stichting, kindertfysiotherpeuten (potentieel), GGD, diëtisten, Hillegom in Beweging |
| ➤ Schoolsportkalender | ➤ SV Hillegom, BV Hillegom '85, judoschool Ukemi, Squash Hillegom, GV Jahn, Balletschool Martha de Rijk, BCH, SDO Tafeltennis, Aarts, Htc tennis, AV de Spartaan, Korfbal SDO, Boogschietclub de Tulp, Tjarda scouting, Johannesschool, Dalton, IKC Vossepark, Toermalijn, Savioschool, Giraf, Fontein |
| ➤ Speelpleincoaches | ➤ IKC Vossepark en Johannesschool |
| ➤ Menukaart | ➤ Healthy Hillegom, GGD |
| ➤ Gezonde school | ➤ Healthy Hillegom, Hillegomse basisscholen, Dunea, MQ |
| ➤ Sportieve School | ➤ Healthy Hillegom, MQ, Hillegomse sportaanbieders, Sportfondsen |
| ➤ Innovatie bewegingsonderwijs | ➤ Sophia Stichting, Hillegomse Basisscholen, Sportfondsen, Gemeente HLT |



Gemeente
Hillegom



Factsheet Q1 en Q2

SportSupport / Hillegom in Beweging

➤ MQ Scan

Alle Hillegomse basisscholen hebben sinds dit schooljaar toegezegd de MQ scan af te nemen, bij 6 van de 7 is dat ook gelukt.

HIB gaat in samenwerking met de scholen kijken naar passende vervolgstappen op de uitslagen. Er schuilen een aantal uitdagingen in de vervolgstappen.

De buurtsportcoach stuurt scholen aan om de uitslag van de MQ scan mee te nemen in het ouder gesprek. Als de uitslag van het sportparticipatieonderzoek tevens besproken wordt kan er wellicht een correlatie te vinden zijn tussen de uitslag van de MQ en het beweeggedrag van de leerling.

Wanneer er gekozen wordt voor een GymPlus programma, zal dat voor iedere school die het programma volgt ingericht moeten worden. Vragen als: "wie moet de beweegactiviteit geven? Wie gaat de activiteit bekostigen? Is er een geschikte accommodatie? Gaat deze onder schooltijd plaatsvinden? Kunnen wij de activiteit verplichten?" zullen beantwoord moeten worden.

Is het doel behaald --> Nee, nog niet iedere school voert de MQ scan uit. Andere scholen zijn inmiddels toe aan de vervolgstappen.

STAPPENPLAN INTERVENTIES



RUIM ONDERGEMIDDELD	ONDERGEMIDDELD	GEMIDDELD	BOVENGEMIDDELD RUIM	BOVENGEMIDDELD
Vragen voor de school: - Komt de score overeen met het algemene beeld tijdens de gymles en het buitenspelen? - Zijn er medische aspecten (uit het verleden) die invloed hebben op de behaalde score? - Is het kind in behandeling (geweest) bij een kinderfysiotherapeut? - Is het kind in behandeling (geweest) bij een diëtist? - Heeft het kind reeds ondersteuning op één of meerdere leergebieden? Afhankelijk van de gegeven antwoorden op bovenstaande vragen kunnen onderstaande interventies ingezet worden.				
Mogelijke interventies: - Screening kinderfysiotherapie - (kinder) diëtist - JGT (gedrag) - Huisarts Bij screening door een kinderfysiotherapeut kan bekeken worden op welk(e) gebied(en) het kind ondersteuning nodig heeft. De kosten voor een screening zitten in de basisverzekering. Sassenheim/ Warmond: Lisette Lünemann 0252-214512 info@fysiolunemann.nl Voorhout/ Warmond: Francien Vink 06-81358666 of 0252-514903 info@kinderfysiotherapievoorhout.nl De ouders/verzorgers zijn vrij in de keuze van een kinderfysiotherapeut binnen of buiten de regio		- Bezoekt het kind wekelijks een sportieve activiteit naast de door school aangeboden gymlessen? - Zit het kind op zwemles?		
		Mogelijke interventies: - Deelname aan GymPlus - Deelname aan Motorische Remedial Teaching (MRT) - Kennismaken met sport door kennismakingslessen (Combibrug) - Screening kinderfysiotherapeut bij onduidelijke oorzaak - (kinder) diëtist - Contact JGT (gedrag)		

Figuur 1: Voorbeeld stappenplan interventies MQ scan Sophia Scholen

Factsheet Q1 en Q2

SportSupport / Hillegom in Beweging

➤ **Schoolsportkalender**

Het doel is een betere samenwerking tussen de lokale sportverenigingen en de basisscholen. Op deze manier komen leerlingen op continue basis met verschillende sportverenigingen in aanraking. Een subdoel is om iedere maand een schoolsporttoernooi te organiseren. Tot nu toe is dat een wisselend succes. Het schoolhandbaltoernooi heeft wel plaats gevonden, maar het schoolkorfbaltoernooi is vroegtijdig afgelast. Andere sportaanbieders waren in deze eerste editie nog niet toe aan het organiseren van een toernooi. Scholen en verenigingen zijn enthousiast over de nieuwe opzet. Diverse scholen geven aan dat kinderen na clinics op eigen initiatief de betreffende sportaanbieder hebben opgezocht om de sport te gaan beoefenen. De Schoolsportkalender heeft alleen kans van slagen zolang er financiën beschikbaar blijven om de clinics uit te voeren. Voorgaande pogingen (voor Corona) zonder beschikbaar budget waren een stuk minder succesvol.

➤ **Speelpleincoaches**

In Q2 van 2023 is IKC Vossepark gestart met het project Speelpleincoaches. Dit is een project waarbij leerlingen van groep 7 opgeleid worden om sport en spel aan te bieden op het schoolplein gedurende de pauze. De leerlingen worden opgeleid middels een samenwerking tussen de vakleerkracht bewegingsonderwijs en de buurtsportcoach. Het aanbieden van extra sport en beweegaanbod heeft meerdere positieve uitwerkingen.



Op het plein zijn er minder conflicten vanwege de georganiseerde aanbod. Meer leerlingen zijn in beweging tijdens de pauze, "zijn bewegen doet bewegen". Tevens zijn er voordelen voor de Speelpleincoaches die werken aan hun organisatorisch, presentatie-, en samenwerkingsvermogen. Het IKC Vossepark is de 2^e school die met dit project gestart is. Ieder jaar worden er 15 leerlingen per groep 7 opgeleid.

De groepen 7 van Johanneschool Hillegom hebben hun diploma in ontvangst mogen nemen. Vanaf nu mogen zij zichzelf officieel Speelpleincoach noemen!

➤ **Menukaart**

In samenwerking met Healthy Hillegom en de GGD is er een menukaart samengesteld voor scholen:

- ❖ MQ scan
- ❖ Onderzoek jeugdparticipatie
- ❖ 2^{de} gymmuur
- ❖ Sportontbijt (Q3)
- ❖ Schoolsportkalender
- ❖ Dynamische schooldag/Bewegend leren (Q3/4)
- ❖ Schoolpleincoaches

De menukaart heeft als keuzes vanuit de partners:

- ❖ Waterles (Dunea)
- ❖ Watertappunt (Dunea)
- ❖ Fit & Fruitig (GGD)

Tijdens gesprekken met de scholen wordt er gesproken over de voortgang op het gebied van het Masterplan Sport & Onderwijs, om vervolgens te kijken wat HIB en HH kunnen betekenen op plekken waar scholen ondersteuning nodig hebben.

Factsheet Q1 en Q2

SportSupport / Hillegom in Beweging

➤ Gezonde school

De buurtsportcoaches van Hillegom in Beweging en Healthy Hillegom ondersteunen de Hillegomse scholen (naar behoefte) in het behalen van hun Gezonde School vignet. Dit ondersteunen wijst zich in de praktijk uit in het attenderen op en uitvoeren van haalbare projecten maar anderzijds ook financiële ondersteuning bieden. Het ondersteunen kan ook zitten in kleine handreikingen als het overhandigen van een drankenbord. Een Gezonde School werkt volgens de Gezonde School-aanpak aan de gezondheid en gezonde leefstijl van leerlingen en leerkrachten. Met de Gezonde School-aanpak werkt de school via vier Gezonde School-pijlers structureel en planmatig aan een gekozen thema. Het vignet Gezonde School is een kwaliteitskeurmerk. Als een school binnen een gekozen thema aantoonbaar alle vier de pijlers van Gezonde School op orde heeft, kan de school zich profileren als Gezonde School en ontvangt een certificaat voor dat thema. Een school is een Gezonde School wanneer zij minimaal één themacertificaat heeft behaald. Op dit moment mogen IKC Vossepark, De Giraf, Savio en het Fioretti college het Gezonde School Vignet dragen.



GEZONDE
SCHOOL

➤ Sportieve School

Bewegen en sporten: het verbetert niet alleen de gezondheid, motoriek en welbevinden van leerlingen, maar draagt ook bij aan hun sociaal-emotionele en cognitieve ontwikkeling. Toch bewegen veel leerlingen te weinig, bijvoorbeeld door het vele zitten, en bewegen ze tegenwoordig minder goed. Dit kan leiden tot minder plezier in bewegen, gezondheidsproblemen zoals overgewicht en grotere bewegingsachterstanden. De basisschool is een belangrijke plek voor een positieve sport- en beweegrijke toekomst van ieder kind. Het is daarom belangrijk dat leerlingen met plezier voldoende bewegen en zich motorisch goed ontwikkelen. De buurtsportcoaches van Hillegom in Beweging en Healthy Hillegom ondersteunen de Hillegomse scholen (naar behoefte) in het behalen van hun Sportieve School vignet. Dit ondersteunen wijst zich in de praktijk uit in het attenderen op en uitvoeren van haalbare projecten of financiële ondersteuning bieden. Anderzijds wordt er goed contact gehouden de vakleerkracht bewegingsonderwijs om te signaleren of er problemen zijn waar hij/zij tegenaan lopen. De problemen uiteten zich op dit moment in de beschikbaarheid van accommodatie en daarbij horende materialen. De accommodatie beperkt zich niet alleen tot de gymzaal maar ook het schoolplein. HIB probeert samen te werken met de partijen die nieuwe gymzalen en schoolpleinen ontwerpt en bouwt. In het recente verleden zijn in het ontwerpen van schoolpleinen en gymzalen kleine fouten gemaakt die grote gevolgen hadden. Denkend aan een sporthal die anderhalve meter te kort is waardoor er geen officiële wedstrijd georganiseerd kan worden of een voetbalveld 3 meter naast een drukke straat. HIB probeert deze fouten te voorkomen door deze praktische voorbeelden mee te geven wanneer ontwerpen gemaakt worden.

➤ Innovatie bewegingsonderwijs

Vanaf schooljaar 2023-2024 zijn basisscholen verplicht om minstens twee lesuren bewegingsonderwijs van in totaal 90 minuten per week te verzorgen (het advies is om twee keer 45 minuten te hanteren). De subsidieregeling Impuls en Innovatie Bewegingsonderwijs van het ministerie van OCW ondersteunt scholen om deze wettelijke verplichting voor bewegingsonderwijs vanaf schooljaar 2023/2024 te kunnen realiseren (deel A). Scholen die al aan deze verplichting voldoen, kunnen deze subsidie gebruiken om meer bewegen tijdens de schooldag te gaan realiseren (deel B). Denk aan meer bewegen in en rondom de school en bewegend leren (Dynamische schooldag). De procesbegeleider die ingezet wordt op deel A zal als doel krijgen om vóór schooljaar 2023-2024 de scholen te voorzien van bevoegde (vak)leerkrachten voor de twee lessen bewegingsonderwijs. De buurtsportcoach van HIB fungeert sinds juni als procesbegeleider voor de Fontein (deel A) en voor de andere scholen (deel B). In de tijd daarvoor is er samengewerkt met de procesbegeleider van de Sophia Stichting om de problemen in kaart te brengen die verholpen dienen te worden. Er is grote urgentie om sporthal de Vosse te verbouwen tot een accommodatie waar kwalitatief goed bewegingsonderwijs gegeven kan worden.



Gemeente
Hillegom



Factsheet Q1 en Q2

SportSupport / Hillegom in Beweging

Draagt in samenwerking met onze partners bij aan
Opgave 6 – Thuis wonen

Activiteit

Partner(s)

➤ Balkongym

➤ Healthy Hillegom, Clusiusshof

➤ Wandelen/Fietsen

➤ Welzijnskompas, HLTsamen

➤ Doortrappen

➤ HLT, Welzijnskompas

➤ **Balkongym**

Op vrijdagochtend komt er een grote groep ouderen naar de Clusiusshof in Hillegom om een uurtje te bewegen. Op muziek doen de ouderen verschillende oefeningen waarbij alle lichaamsonderdelen onder handen genomen worden. Eerst een warming-up en daarna vaak met verschillende attributen. Na afloop drinken de deelnemers gezamenlijk een kopje koffie. Dit wordt door een bewoonster van Clusiusshof geregeld. De groep met ouderen is ondertussen gegroeid naar zo'n 20 deelnemers. De deelnemers vinden het erg gezellig en zijn zeer tevreden. De ouderen willen het in Clusiusshof blijven doen (veilig gevoel). De activiteit wordt financieel gesteund door Healthy Hillegom.

Kijk voor een mooie impressie op:

<https://www.facebook.com/watch/?v=941836287005205>

➤ **Wekelijks wandelen met ouderen**

Elke maandagochtend liepen er fanatieke ouderen samen met Hillegom in Beweging een rondje in Hillegom. Tussen de 8 en 14 deelnemers wandelden mee. De wandelroute startte bij Plein28 en eindigde hier ook weer. Er werd ongeveer 4 km gelopen in een uur tijd. Na afloop werd er door Plein28.

Senioren zijn minder eenzaam omdat zij elkaar opzoeken voor andere activiteiten buiten het wandelen en fietsen.

Deelnemers krijgen een betere conditie. Tevens ontstaat er cohesie in de groep. Het sociale aspect van deze activiteiten komt goed tot uiting.

➤ **Doortrappen**

Ondanks de vele promotie in Hillegom en Lisse voor de cursus Doortrappen, lukte het niet om voldoende oudere fietsers enthousiast te krijgen voor deze cursus.

Volgend jaar proberen we het opnieuw, in de vorm van een fietstocht.

