

Factsheet Jaarrapportage

SportSupport / Hillegom in Beweging

Hillegom in Beweging beweegt mee met de MAG en het Leefstijlakkoord Healthy Hillegom

De maatschappelijke agenda (MAG en het Leefstijlakkoord Healthy Hillegom 2020-2023) waren leidend voor het werkplan van Hillegom in Beweging. Ook de SPUK deed zijn intrede en werd al voorzichtig meegenomen in de plannen.

Het samenkomen van de MAG en het Leefstijlakkoord illustreert een integrale en overkoepelende benadering, waarbij Hillegom in Beweging een actieve rol speelde binnen het netwerk van sport, bewegen en gezondheid. Dit werd onder meer vormgegeven door het team van buurtsportcoaches, dat zich inzet voor een alomvattende aanpak die verschillende domeinen overstijgt.

De eerste opgave van de MAG; 'Vitaliteit' is de basis voor de andere opgaven omdat het inzet op kracht, meedoen van de inwoners waarbij het gedachtengoed van positieve gezondheid een belangrijke rol speelt. Gezondheid zien als het vermogen om met fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven om te gaan en zoveel mogelijk eigen regie te voeren. Daarvoor is een gezonde leefstijl nodig, lichamelijk, mentaal en sociaal. Dat is niet voor iedereen vanzelfsprekend.

Naast activiteiten te organiseren heeft SportSupport/Hillegom in Beweging een grote rol als verbinder en samenwerkingspartner in de samenleving. Verbinding tussen de scholen, de gemeente en de sportaanbieders, tussen kwetsbare bewoners, sociale partners en (sport-)organisaties, tussen 1^{ste} lijnszorg en bewoners die extra zorg nodig hebben. Met sport en bewegen als middel zijn er altijd mogelijkheden om verbinding te maken en samen te werken.

Het team bestaat uit drie buurtsportcoaches en een teameider, met ieder zijn/haar eigen specialiteit. Eén BSC is actief voor de jeugd en jongeren. Hij voert gesprekken met vakdocenten van de scholen in Hillegom over gezonde keuzes op het gebied van voeding en beweging voor de kinderen. Hieruit is onder andere de Schoolsportkalender uit ontstaan dat afgelopen jaar goed is gaan lopen. Een andere BSC hield zich voornamelijk bezig met het ondersteunen van de sportverenigingen op bestuurlijk en organisatorisch vlak en coachte de trainers middels clubkadercoaching. De derde collega organiseerde de Nationale Diabetes Challenge, Bewegen op Recept, de Rookvrije Generatie en de Gezonde Kantines van sportaanbieders.

Middels het platform <https://www.hillegominbeweging.nl/> en de nieuwsbrief van Hillegom in Beweging werden alle partners en partijen op de hoogte gehouden van ontwikkelingen en ondersteuningsmogelijkheden en het beschikbare Sport- en Beweegaanbod. De scholen kregen deze informatie via de speciale beweegrubriek voor scholen, waar ook de Schoolsportkalender in werd gepubliceerd.

Namens SportSupport's team Hillegom in Beweging; veel leesplezier!

Factsheet Jaarrapportage

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.

Naast de doelstellingen vanuit de MAG, dragen onze activiteiten ook bij aan de thema's van het leefstijlakoord zoals geformuleerd onder de paraplu van Healthy Hillegom:

- Eet natuurlijk
- Blijven bewegen
- Hard werken, hard ontspannen
- Bruisende connecties & zingeving
- Financieel fit
- Gezonde omgeving

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

Doelgroep	Activiteit	Thema Healthy Hillegom	Partner(s)
Jeugd en jongeren	Alleskunner	Blijven bewegen	Pando Network en de Vosse
Jeugd en jongeren	Sport op straat	Blijven bewegen	De Vosse
Jeugd en jongeren	Stratenloop	Blijven bewegen / Eet natuurlijk	Harddraverij Vereniging en JOGG

Factsheet Jaarrapportage

SportSupport / Hillegom in Beweging

Doelgroep	Activiteit	Thema Healthy Hillegom	Partner(s)
Volwassenen	Samen Gezond / Samen Bewegen	Blijven bewegen / Eet natuurlijk	WelzijnsKompas en Sportfondsen Hillegom en Volwassenfonds Sport en Cultuur
Volwassenen	Bewegen met ontmoetingscentrum de Bollenstroom	Blijven bewegen / Bruisende connecties & zingeving	Bollenstroom, De Toermalijn, Sportfondsen en SDO .
Volwassenen	Rondje Hillegom		Pando Network, ASM, Basisschool de Fontein, Basisschool Savio, Gemeente HLT
Volwassenen	Nationale Diabetes Challenge (NDC)	Blijven bewegen / Bruisende connecties & zingeving	Pando Network, Zorg en Zekerheid, Welzijnskompas, Fit4Lady
Volwassenen	Wandelgroep	Blijven bewegen	Plein28
Jeugd / Volwassenen	Zomerfestival	Blijven bewegen / Bruisende connecties & zingeving	Pando Network, Kunst in het park, Hillegomse muziekschool, Welzijnskompas, Welzijnskwartier, Aarts sport, Stichting 1818, Ruigrok stichting en gemeente Hillegom
Jeugd / Volwassenen	Sporten voor vluchtelingen uit Oekraïne	Blijven bewegen / Bruisende connecties & zingeving	Welzijnskwartier, Aarts Sports, Martha de Rijk, Hillegomse TC, Hillegomse Muziekschool, Train2Inspire en Sportfondsen
Senioren	Opening Rondje Hillegom	Blijven bewegen / Bruisende connecties & zingeving	SIB loopcollectief, de Krasse Knarren, Trimvoetbal van s.v. Hillegom, de Schaakclub De Uil, Jahn, Fit4Lady, de Vossemeppers en Healthy Hillegom
Volwassenen	Rondje Hillegom	Blijven bewegen / Bruisende connecties & zingeving	
Sporters met een beperking	Rondje Hillegom	Blijven bewegen / Bruisende connecties & zingeving	Pando Network, Sportservice Zuid Holland
Sporters met een beperking	Plan van aanpak Inclusief Sporten	Blijven bewegen / Bruisende connecties & zingeving	Regisseur Aangepast Sporten

Factsheet Jaarrapportage

SportSupport / Hillegom in Beweging

Jeugd en Jongeren

➤ Alleskunner

Op vrijdag 3 maart organiseerde Hillegom in Beweging 'De Alleskunner' waarbij kinderen de strijd aan gingen om de Alleskunner van Hillegom te worden. Er deden 50 kinderen aan mee, wat het maximale aantal was.

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 aan toeging?
Healthy Hillegom heeft de sfeer geproefd én in beeld gebracht!

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



➤ Sport op straat / in de wijk – De Vosse



Bij de activiteiten op de play2ground van de Vosse waren er gemiddeld 16 deelnemers. In de vakantieweken bood HIB activiteiten aan in zwembad de Vosse. Het doel is om kinderen ook tijdens de zomervakantie in beweging te krijgen, dit lukte deels. Om deel te nemen aan de activiteiten moet er een toegangskaartje gekocht worden voor het zwembad.

Huishoudens die krap bij kas zitten hebben hierdoor (bijna) nooit de mogelijkheid om deel te nemen aan de activiteiten. Er wordt een plan opgesteld om dit probleem in de toekomst te verhelpen. Het Jeugdfonds Sport & Cultuur is geen optie omdat zij geen abonnementen vergoeden en deze kinderen vaak via het fonds sporten bij een vereniging (welke stilligt in de zomermaanden).

➤ Stratenloop

HIB heeft de Harddraayerij Vereniging ondersteund in de promotie voor de Stratenloop tijdens de Hillegomse Feestweek. Mede daardoor was er een record van 280 deelnemende kinderen. HIB mocht tevens het startschot verzorgen en bood fruit aan bij de finish aan alle deelnemers.

Factsheet Q1 en Q2

SportSupport / Hillegom in Beweging

Volwassenen

➤ Samen Gezond/Samen Bewegen

Op maandag 20 maart was de 1^e reeks gestart van Samen Gezond in 2023.

Tijdens acht bijeenkomsten kwamen deelnemers naar de gymzaal aan de Mesdaglaan om een uur te sporten en te bewegen onder leiding van de buurtsportcoach.

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 meededen.

Na het sporten gingen ze naar Plein28, waar ze een lunch verzorgd kregen en een workshop volgden.



Na de zomervakantie gaven de deelnemers aan te willen blijven bewegen, zonder de lunch en de sprekers. Daaruit is Samen Bewegen ontstaan. Het idee was dat nieuwe deelnemers via Samen Gezond instroomden en na een reeks mee bleven doen met Samen Bewegen. Helaas is Samen Gezond later gestopt en bleef het bij Samen Bewegen. Hiervoor werd apart promotie gemaakt om deelnemers te werven.

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, lukte 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. Door tekort aan accommodatie kon er sinds september ook geen gebruik meer worden gemaakt van de gymzaal aan de Mesdaglaan. Er werd gezocht naar een nieuwe locatie en een tijdelijke locatie werd aangeboden door SDO, totdat deze zaal herbouwd gaat worden. Hierna moest naar een nieuwe locatie gezocht worden.

Factsheet Jaarrapportage

SportSupport / Hillegom in Beweging

Volwassenen

➤ Nationale Diabetes Challenge

Het afgelopen jaar hebben Henny, Angelique en Femke Winkelaar mee gewandeld met de Nationale Diabetes Challenge. Drie 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 gingen 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.



➤ Wandelgroep

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 de deelnemers koffie gedronken bij Plein28. De activiteit heeft de sociale insteek als doel en beweging als middel. Het doel werd bereikt omdat de groep middels een appgroep contact met elkaar onderhield, ook wanneer deelnemers een aantal weken niet kwamen. Tevens ging de groep ongeveer 1 keer per half jaar lunchen. Dit initiatief was vanuit de groep zelf gekomen. Eén van de deelnemers heeft aangegeven dat de huisarts haar op deze activiteit gewezen heeft en dat haar deelname haar geholpen heeft weer positiever in het leven te staan.

Factsheet Jaarrapportage

SportSupport / Hillegom in Beweging

Volwassenen / Jeugd en jongeren

➤ Zomerfestival

In voorgaande jaren organiseerden Kunst in het Park en het Sport- en Beweegfestival aparte evenementen op verschillende locaties. Op verzoek van wethouder Karin Hoekstra zijn deze twee grote evenementen samengevoegd tot het Zomerfestival.

Dit festival bracht sport, kunst en maatschappelijke partners samen op één locatie in park Elsbroek.

Dankzij de goede samenwerking tussen de organiserende partijen (Kunst in het park, The Pando Network, Muziekschool Hillegom en Hillegom in Beweging) werd er een prachtig festijn georganiseerd dat zeker voor herhaling vatbaar is. Ongeveer 600 bezoekers konden genieten van een diversiteit aan beweegvormen, sport en cultuur.

Tijdens het festival werden de sportkampioenen gehuldigd en reikte de wethouder de Fairplaybokaal uit.



➤ Sporten voor vluchtelingen uit Oekraïne

Vanuit Welzijnswijk kwam de hulpvraag of HIB wilde ondersteunen bij het toeleiden van Oekraïense vluchtelingen naar de diverse sportaanbieders. De Oekraïners wonen op twee locaties, waar HIB op twee momenten een inloopspreekuur heeft gehouden. Tijdens dit inloopspreekuur konden de bewoners aangeven welke sport zij graag wilde doen. HIB heeft vervolgens contact gelegd met de betreffende sportaanbieder, om de Oekraïners warm over te dragen naar de sportaanbieder. Ook de muziekschool kreeg via deze weg wat nieuwe leden.

Via het Jeugdsportfonds en Volwassenenfonds heeft HIB vervolgens de subsidies aangevraagd voor de sporters. In totaal zijn er eind 2023 ruim 30 volwassen en kinderen aangemeld bij een sportvereniging- of aanbieder.

Factsheet Jaarrapportage

SportSupport / Hillegom in Beweging

Volwassenenen

➤ Opening Rondje Hillegom

Op 30 september was de opening van Rondje Hillegom; vier wandelroutes van diverse afstanden. Dit gebeurde feestelijk met allerlei sportevenementen. Dit keer met de nadruk op het sporten en bewegen voor senioren. De opening was door wethouder Jan van Rijn.

Daarna vertelde voormalig profvoetballer Sonny Silooy iets over walking football en speelde hij samen met Simon Tahamata en andere OldStars bij S.V. Hillegom een partijtje walking voetbal. Het blijven wandelen in plaats van rennen bleek nog wel het moeilijkst, maar het plezier was er zeker. Ook was er een demo van het SIB loopcollectief, de Krasse Knarren, het trimvoetbal van s.v. Hillegom en een stand met gezonde producten.

Na de opening startte een wandeling naar het van Nispenpark. In het van Nispenpark en het Julianapark waren verschillende activiteiten te doen. In de parken waren de Schaakclub De Uil, Jahn, Fit4Lady, de Vossemeppers en Healthy Hillegom stonden klaar met allerlei sportieve activiteiten.

Het is duidelijk te zien dat Hillegom barst van de sportieve mogelijkheden, en het mooie is dat iedereen, ongeacht leeftijd, kan meedoen.



➤ Rondje Hillegom

HIB heeft de eerste parken van de Hillegomse Sportroute nagelopen om te kijken of dit voor alle doelgroepen te gebruiken is. Dat was helaas 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 Jaarrapportage

SportSupport / Hillegom in Beweging

➤ Rondje Hillegom (vervolg)

HIB is aanwezig geweest bij vergaderingen welke draaide om herinrichting van verschillende parken. In deze periode stond de herinrichting van het Beltpark centraal. HIB heeft zijn expertise gebruikt om invloed uit te oefenen op de voorlopige schetsen. Het Beltpark is een mooie locatie om allerlei uitdagende situaties op het gebied van beweging te creëren. Het ASM (Athletic Skills Model) is gebruikt als inspiratiebron. Naast het Beltpark denkt HIB mee over de inrichting van verschillende schoolpleinen welke langs de Hillegomse Sportroute liggen.

➤ Rondje Hillegom voor mensen met een beperking

De verschillende routes van Rondje Hillegom zullen in fases gerealiseerd gaan worden. Vanuit Hillegom in Beweging hebben we gevraagd om deelname van mensen met een beperking hierin mee te nemen. 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 worden. Marieke van Sportservice Zuid-Holland zal 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 activeerden 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 werd in samenwerking met de regisseur Aangepast Sporten een Plan van Aanpak gemaakt.

Helaas was de inzet van HIB beperkt voor deze doelgroep omdat er geen uren voor beschikbaar waren in het werkplan.



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 Jaarrapportage

SportSupport / Hillegom in Beweging

Doelgroep	Activiteit	Thema Healthy Hillegom	Partner(s)
Sportaanbieders	Advisering Sportaanbieders	Blijven bewegen	SDO JBH Sv Hillegom Jahn Badminton Hillegom
Sportaanbieders	Gezondere kantines sportclubs	Eet natuurlijk	Pando Network en TeamFit
Sportaanbieders	De HLT avondetappe	Blijven bewegen	Pando Network, Combibrug, Lisse actief
Sportaanbieders	Clubkadercoaching	Blijven bewegen	sv Hillegom

Advisering Sportaanbieders

- Advies en informatie aan alle 13 sportverenigingen en 10 (para-)commerciële sportaanbieders middels maandelijkse 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.

Factsheet Jaarrapportage

SportSupport / Hillegom in Beweging

Advisering Sportaanbieders

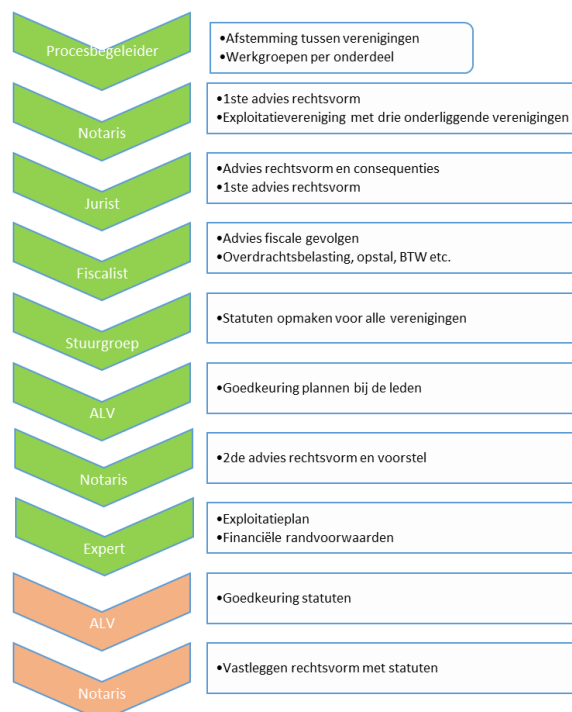
➤ SDO/Jeu de Boules Hillegom

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).

De belangen van de diverse verenigingen wilden echter nog wel eens botsen, waardoor een onafhankelijke begeleider of voorzitter wenselijk bleef in dit traject.

Tevens is een project van deze omvang erg veel en complex om te dragen voor een groepje vrijwillige bestuurders, die dit vaak naast hun werk doen.



➤ Sv Hillegom

De ouderensport (trimmers en walking football) wil zich profileren en middels een promofilmje kenbaar maken dat er mogelijkheden zijn, binnen de vereniging, om hieraan deel te nemen. Op 30 september (week van de ontmoeting) is er een demonstratie van trimvoetbal en OldStars gegeven tijdens de opening van de Rondje Hillegom. Dit was voor de ouderen die nog geen lid zijn van de vereniging en een sportieve invulling zoeken. In 2024 wordt verder gesproken over een eventueel Walking Footballteam.

➤ Jahn

Jahn heeft meegedaan met het ondersteuningstraject vanuit Haarlem voor alle turnverenigingen. De verenigingen kwamen bij elkaar om ervaringen uit te delen en ontvingen informatie.

Daarna is er een expert geweest vanuit het Sportakkoord die het bestuur heeft geholpen om meer een team te worden en te leren hoe te focussen. Dat was vanuit het sportakkoord. Vervolgens heeft de club gevraagd om een volgende stap te gaan maken en te kijken hoe de verbinding met de leden te gaan vinden. Dit zal in 2024 verder opgepakt worden.

➤ Badminton Hillegom

Om kinderen enthousiast te maken voor een bepaalde sport moet een gegeven workshop/training van hoog niveau zijn. HIB heeft de expertise over hoe zo'n workshop eruit moet zien. BCH heeft in Q4 gebruikt van deze expertise. BCH had als hulpvraag dat zij beter de doelgroep willen bereiken en of hun nieuwe aanpak binnen de jeugdopleiding een goede was. Daarin heeft HIB een grote rol gespeeld door het goede contact met basisscholen. BCH weet HIB nu beter te vinden wanneer het nieuws wil communiceren richting scholen. Tevens heeft HIB BCH aangestuurd om te starten met Bamito (trainingsplan voor de jongste jeugd) en heeft HIB financiële ondersteuning geboden zodat een traject van 10 weken Bamito bewerkstelligd kon worden.

Factsheet Jaarrapportage

SportSupport / Hillegom in Beweging

Advisering Sportaanbieders

➤ 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.

Op 30 september (week van de ontmoeting) is er een demonstratie van trimvoetbal en OldStars gegeven tijdens de opening van de Rondje Hillegom. Dit was voor de ouderen die nog geen lid zijn van de vereniging en een sportieve invulling zoeken. In 2024 wordt verder gesproken over een eventueel Walking Footballteam.

➤ Jahn

Jahn heeft meegedaan met het ondersteuningstraject vanuit Haarlem voor alle turnverenigingen. De verenigingen kwamen bij elkaar om ervaringen uit te delen en ontvingen informatie.

Daarna is er een expert geweest vanuit het Sportakkoord die het bestuur heeft geholpen om meer een team te worden en te leren hoe te focussen. Dat was vanuit het sportakkoord. Vervolgens heeft de club gevraagd om een volgende stap te gaan maken en te kijken hoe de verbinding met de leden te gaan vinden. Dit zal in 2024 verder opgepakt worden.

➤ Badminton Hillegom

Om kinderen enthousiast te maken voor een bepaalde sport moet een gegeven workshop/training van hoog niveau zijn. HIB heeft de expertise over hoe zo'n workshop eruit moet zien. BCH heeft in Q4 gebruikt van deze expertise. BCH had als hulpvraag dat zij beter de doelgroep willen bereiken en of hun nieuwe aanpak binnen de jeugdopleiding een goede was. Daarin heeft HIB een grote rol gespeeld door het goede contact met basisscholen. BCH weet HIB nu beter te vinden wanneer het nieuws wil communiceren richting scholen. Tevens heeft HIB BCH aangestuurd om te starten met Bamito (trainingsplan voor de jongste jeugd) en heeft HIB financiële ondersteuning geboden zodat een traject van 10 weken Bamito bewerkstelligd kon worden.

➤ 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.



Programma

17:30-19:00

Opening

Inloop met eten, spectaculaire openingsact & opening voorzitter

19:00-20:40

Interactieve talkshow, quiz en sprekers

- De thema's van de avond zijn Clubkadercoaching, duurzame en gezonde omgeving en vrijwilligersbeleid.
- Talkshow met wethouders sport HLT
- 60+ in beweging
- Talkshow met voorzitters verenigingen (HLT)
- Clubkadercoach Sjoerd Hamann
- Talkshow scheidsrechters HLT

Wil je meer weten over hoe je jouw sportvereniging kunt versterken op het gebied van coaching, gezondheid, duurzaamheid en vrijwilligers?

Meld je hier aan



Wanneer?

7 juni
17:30

met afsluitende borrel tot 21:00

Waar? 't Onderdak

J.P. Gouverneurlaan, 2171 ER Sassenheim



Factsheet Jaarrapportage

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>

Ook 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 kregen materialen om buiten op te hangen.

Ook deze voetbalvereniging wilde stap voor stap het roken terugdringen naar volledig rookvrij terrein.

De borden werden 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 hebben we vervolg gegeven aan het onderzoek bij Sv Hillegom. Dit omvatte interviews, het observeren van coaches/trainers tijdens trainingen/wedstrijden en het bespreken van een plan om de ouderensport een impuls te geven.

In mei en juni zijn we begonnen met de SWOB-analyse en de voorbereiding van het eindadvies voor het bestuur van de vereniging. Het traject van de clubscan heeft zijn eindfase bereikt en het eindadvies is besproken met het voltallige bestuur. De presentatie en het advies omvatten de volgende onderdelen:

1. Verzorging van de communicatie tussen de commissies en het vrijwilligersbeleid door een professionele kracht die kan worden aangesproken op zaken die geregeld moeten worden.
2. Het breder uitdragen van de kernwaarden.
3. Het herzien van het selectiebeleid en meer aanpassen naar de wensen van de leden.
4. Het aantrekkelijker maken voor oudere sporters om lid te worden/blijven van de vereniging.
5. Het vergroten van de betrokkenheid van jeugd vanaf 14 jaar.
6. Het verbeteren van de coachkwaliteiten van het kader.
7. Het aanpakken van financiële uitdagingen voor leden met een laag inkomen.

Dit advies is bedoeld om de vereniging te helpen groeien en zich verder te ontwikkelen op verschillende gebieden.

Factsheet Jaarrapportage

SportSupport / Hillegom in Beweging

Draagt in samenwerking met onze partners bij aan

Opgave 3 – Zorg voor elkaar

Doelgroep	Activiteit	Thema Healthy Hillegom	Partner(s)
	Bewegen op Recept		1 ^{ste} lijn zorgpartners en Welzijnskompas
	Eén tegen eenzaamheid		Kerngroep Eenzaamheid; Gemeente Hillegom, Welzijnskompas, Welzijnskwartier, Bibliotheek e.a.

➤ 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 zochten naar de best practice en gingen vanaf augustus bij FysioExpert Hillegom twee wekelijks een "inlopmiddag" organiseren. De kennis die werd opgedaan omtrent deze werkwijze werd besproken worden met de lokale professionals. Het ging dan over de samenwerking tussen zorg en sport, en het bevorderen van duurzaam sport en bewegen. We hoopten 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 Welzijnskompas, 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. Knutselen, 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, Foralisplein 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 Muziekensemble 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@welzijnskompas.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.

Ambachtenplein, 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@welzijnskompas.nl

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

tip Ga naar www.welzijnskompas.nl voor meer activiteiten en aanmelden.

Factsheet Jaarrapportage

SportSupport / Hillegom in Beweging

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

Doelgroep	Activiteit	Thema Healthy Hillegom	Partner(s)
Jeugd en jongeren	Intermediair Jeugdsportfonds	Financieel fit	Jeugdfonds Sport en Cultuur
Volwassenen	Intermediair Volwassenenfonds	Financieel fit	Volwassenenfonds sport en cultuur
Sporters met een beperking	Intermediair uitleen Uniek Sporten	Financieel fit	Welzijnskompas, HLTsamen

➤ Jeugdsportfonds

Team HIB is intermediair voor het Jeugdsportfonds. In 2023 zijn er 59 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. In 2023 zijn er 25 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 werd het lidmaatschap van Uniek Sporten gefinancierd door de provincie Zuid Holland.



Factsheet Jaarrapportage

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 Vitaliteit en Talentontwikkeling

Doelgroep	Activiteit	Thema Healthy Hillegom	Partner(s)
Jeugd en jongeren	Koningsspelen	Blijven bewegen	CIOS Haarlem, de 7 Hillegomse basisscholen, Ukemi, SV Hillegom handbal/voetbal, BHC, Padellhill, SDO korfbal, Train 2 Inspire, Hawks rugby en Tjarda.
Jeugd en jongeren	Schoolsportontbijt	Blijven bewegen / Eet natuurlijk	Hillegomse Basisscholen, GV Jahn, AV de Spartaan, RFC Haarlem, Schaakclub de Uil, Badmintonclub Hillegom, Nationaal Schoolontbijt, Dekamarkt Hillegom, Partyverhuur Bollenstreek
Jeugd en jongeren	Menukaart / Gesprekken scholen	Blijven bewegen / Eet natuurlijk	Healthy Hillegom, GGD, basisscholen
Jeugd en jongeren	Kinddossier	Blijven bewegen / Eet natuurlijk	Healthy Hillegom, basisscholen
Jeugd en jongeren	Schoolsportkalender	Blijven bewegen	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, Padellhill, Train2Inspire, RFC Haarlem, Vennep Flyers, Hisalis, Nunchaku-do, Schaakclub de Uil, Johannesschool, Dalton, IKC Vossepark, Toermalijn, Savioschool, Giraf, Fontein
Jeugd en jongeren	Dynamische schooldag/Bewegend leren	Blijven bewegen	Savio basisschool, allesinbeweging.net
Jeugd en jongeren	Schoolpleincoaches	Blijven bewegen	IKC Vossepark en Johannesschool
Jeugd en jongeren	MQ Scan	Blijven bewegen	Healthy Hillegom, Hillegomse basisscholen, Sophia Stichting, kindervysiotherpeuten (potentieel), GGD, diëtisten, Hillegom in Beweging

Factsheet Jaarrapportage

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 Vitaliteit en Talentontwikkeling

Doelgroep	Activiteit	Thema Healthy Hillegom	Partner(s)
Jeugd en jongeren	Gezonde school	Blijven bewegen / Eet natuurlijk	Healthy Hillegom, Hillegomse basisscholen, Dunea, MQ
Jeugd en jongeren	Sportieve school	Blijven bewegen	Healthy Hillegom, MQ, Hillegomse sportaanbieders, Sportfondsen
Jeugd en jongeren	Stagebegeleiding en coördinatie		Sportkunde, CIOS Haarlem
Jeugd en jongeren	Innovatie bewegingsonderwijs	Blijven bewegen	Sophia Stichting, Hillegomse Basisscholen, Sportfondsen, Gemeente HLT
Jeugd en jongeren	Pauzemoment Fioretti	Blijven bewegen	Welzijnswartier, Fioretti College
Jeugd en jongeren	Extra budget sportmateriaal	Blijven bewegen	Basisscholen, Fioretti College, gemeente Hillegom



Factsheet Jaarrapportage

SportSupport / Hillegom in Beweging

➤ Koningsspelen

De Koningsspelen vonden dit jaar voor het eerst sinds de Coronajaren plaats op de manier waarvan het organisatie het voor ogen had. Op 21 april kwamen alle scholen tezamen maar door elkaar heen op sportpark de Zanderij. Eén grote sportochtend voor alle leerlingen (1200) 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.

Onze aanpak is overigens niet onopgemerkt gebleven, niet alleen in Hillegom, maar ook bij het landelijk comité Koningsspelen. Ze hebben onze aanpak zelfs als voorbeeld gebruikt voor de rest van het land!

<https://www.koningsspelen.nl/informatie/nieuws/zo-maken-ze-in-hillegom-van-de-koningsspelen-een-sportief-oranje-feest/>



➤ Schoolsportontbijt

De start van de voorbereiding voor dit jaarlijkse evenement vond plaats in Q3. Gedurende deze periode werden scholen en sportverenigingen uitgenodigd om deel te nemen.

Waar voorheen 6 van de 7 basisscholen meededen deden er dit jaar nog slechts 2 scholen mee. Scholen geven aan voorkeur te geven aan lestijd. Het schoolsportontbijt vond plaats op 7 november j.l. en werd traditiegetrouw geopend door Jan van Rijn, wethouder Sport.



Factsheet Jaarrapportage

SportSupport / Hillegom in Beweging

➤ 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)

➤ Gesprekken basisscholen

De buurtsportcoaches staan in goed contact met de Hillegomse scholen. Jaarlijks voeren zij in samenwerking met Healthy Hillegom gesprekken over de uitvoer uit het Masterplan S&O (2018). De pijlers van het toen opgestelde Masterplan S&O zijn verwerkt in de MAG (2023). Tijdens deze gesprekken werd de voortgang op het gebied van sport en gezondheid besproken. Wat gaat er goed? En wat verdient extra aandacht?

Vervolgens werden er plannen gemaakt waarin de buurtsportcoach en/of Healthy Hillegom ondersteuning kon bieden. Alles werd gedaan om de naar schoolgaande jeugd voor te bereiden op een "leven lang gezond en actief". Naast het bespreken van de MAG zijn er andere onderwerpen besproken als inrichting van verschillende schoolpleinen, stand van zaken herinrichting De Vosse, verbouwing gymzaal Giraf, de schoolsportkalender en de MQ-scan. Aan de hand van deze gesprekken uit Q3, is in Q4 een drankenbord gemaakt voor de scholen die deze wilden hebben. Een drankenbord is een bord waar allerlei verschillende dranken op afgebeeld staan inclusief de hoeveelheid suikerklontjes die het bevat.

➤ Kinddossier

In Q3 zijn de eerste schetsen op papier gezet voor een document genaamd "Het kinddossier – een maatschappelijk gezonde leefstijl in 2040".

De ideeën zijn ontstaan uit gesprekken met verschillende scholen. In Q4 is het document afgerond. Het document bevat een eerste opzet over een integrale aanpak om een gezonde generatie in 2040 te bewerkstelligen. Door de integrale aanpak en samenwerking tussen diverse partijen is het uitermate geschikt om meegenomen te worden in het GALA (Gezond Actief Leefstijl Akkoord).

Het plan moet gedragen worden door de inwoners van Hillegom zelf en geen "top-down" beleid zijn. De jeugd heeft de toekomst en daarom is de basisschool een goed vertrekpunt, kinderen zijn immers leerplichtig. De doelgroep is makkelijk te bereiken en goed te beïnvloeden. De generatie die op dit moment de basisschoolleeftijd heeft, moet veel informatie onderwezen worden over het belang van gezonde leefstijl. Een gezonde leefstijl is veel omvattend; denk bijvoorbeeld aan het niveau van bewegen, de interesse in beweging, het eet- en drinkpatroon, maar ook slaapritme en schermtijd.

Het document "Het kinddossier – een maatschappelijk gezonde leefstijl in 2040" is een uiteenzetting van hoe deze generatie voorbereid moet worden om, wanneer het op eigen benen staat, een gezonde leefstijl te onderhouden.

Factsheet Jaarrapportage

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.

Iedere maand worden er drie sporten aangeboden die clinics geven op de 7 basisscholen, groep 3 t/m 8.

Een subdoel is om iedere maand een schoolsporttoernooi te organiseren. Dit komt vooralsnog slecht uit de verf. Verschillende redenen zijn het gebrek aan enthousiasme onder potentiële deelnemers en lastig tijdstip van plannen. Vaak wordt de woensdagmiddag gekozen maar dan vinden ook vaak trainingen plaats van lokale sportverenigingen. De Schoolsportkalender heeft alleen kans van slagen zolang er financiën beschikbaar blijven om de clinics uit te voeren. De aanbieders moeten vrij nemen van hun werk om de clinics te kunnen geven. Voorgaande pogingen (voor Corona) zonder beschikbaar budget waren zonder succes. In Q4 hebben 6 sportaanbieders clinics verzorgd voor 7 basisscholen.

➤ **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 werden 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!

➤ **Dynamische schooldag/Bewegend leren**

Verschillende studies tonen aan dat kinderen te veel stil zitten gedurende de (school)dag. Sinds een aantal jaar streven de meeste scholen een Dynamische Schooldag na. Gedurende zo'n dag zijn leermomenten waarbij kinderen stil moeten zitten afgewisseld met korte beweegmomenten van maximaal 15 minuten (bewegen tussen leren). Daarnaast zijn er veel leermomenten die beweegversterkt door te bewegen tijdens het leren, denkende aan een deskbike, zitballen, werken aan een statafel, joggend op de plaats sommen maken of wandelend overleggen (bewegen tijdens leren). Tot slot is er de combinatie waarbij bewegen doelbewust gebruikt wordt om te leren, denk hierbij op een ritme van springen leren van de tafels, letters schrijven op de rug van een ander of volgorden ervaren op een honderdveld (bewegen om te leren).

Inmiddels is er nog één school over, Savio, die een voortrekkersrol heeft. De buurtsportcoach is in samenwerking met de school een cursusdag aan het voorbereiden die Hillegom breed wordt uitgezet. Deze cursusdag zal in 2024 plaatsvinden. De drukte in het onderwijs zorgt ervoor dat organisatie van de cursusdag nog weinig voortgang heeft.

Factsheet Jaarrapportage

SportSupport / Hillegom in Beweging

➤ MQ Scan

Alle Hillegomse basisscholen hebben sinds vorig schooljaar ('22-'23) toegezegd de MQ-scan af te nemen.

Per school is er bekeken of er vervolgstappen genomen kunnen worden. Twee scholen kwamen daar het beste uit. Van de ene school is de directeur voor het plan gaan liggen en bij de andere school heeft de vakleerkracht geen taakuren meer over om dit plan op te pakken.

Verder was het vooral de diverse scholen attenderen om de MQ-scan uit te voeren. Nieuwe directies en vakleerkrachten maken het innoveren van dit plan lastig.

Er zitten een aantal extra 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 uitvoeren? Wie gaat de activiteit bekostigen? Is er een geschikte accommodatie? Gaat deze onder schooltijd plaatsvinden? Kan de activiteit verplicht worden?" zullen beantwoord moeten worden.

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		- Bezoekt het kind wekelijks een sportieve activiteit naast de door school aangeboden gymlessen? - Zit het kind op zwemles?		
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.		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)		
Sassenheim/ Warmond: Lisette Lünemann 0252-214512 info@fysiollunemann.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				

Figuur 1: Voorbeeld stappenplan interventies MQ scan Sophia Scholen

Factsheet Jaarrapportage

SportSupport / Hillegom in Beweging

➤ Gezonde school

De buurtsportcoaches van Hillegom in Beweging en Healthy Hillegom ondersteunden de Hillegomse scholen (naar behoefte) in het behalen van hun Gezonde School vignet. Dit ondersteunen bestond uit in het attenderen op en uitvoeren van haalbare projecten en ook financiële ondersteuning bieden. Het ondersteunen kon ook bestaan uit kleine handreikingen als het overhandigen van een drankenbord.



GEZONDE
SCHOOL

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.

➤ 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 ondersteunden de Hillegomse scholen (naar behoefte) in het behalen van hun Sportieve School vignet. Dit ondersteunen bestond in de praktijk uit het attenderen op en uitvoeren van haalbare projecten of financiële ondersteuning bieden. Anderzijds werd er goed contact gehouden de vakleerkracht bewegingsonderwijs om te signaleren of er problemen zijn waar hij/zij tegenaan liepen. De problemen uitte zich in de beschikbaarheid van accommodatie en daarbij horende materialen. De accommodatie beperkte zich niet alleen tot de gymzaal maar ook het schoolplein. HIB probeerde 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 probeerde deze fouten te voorkomen door deze praktische voorbeelden mee te geven wanneer ontwerpen gemaakt werden.

➤ Stagebegeleiding en coördinatie

SportSupport is een onderwijs leerbedrijf en omarmt daarom stagiaires. Tijdens Q4 heeft zich een oud stagiair gemeld met de vraag of hij zijn onderzoek uit voorgaande jaren mocht afronden. Hij heeft tweemaal van zich laten horen om het plan van aanpak uit te werken met één van de buurtsportcoaches. Daar is het tot op heden bij gebleven. In september is een nieuwe CIOS jaar 4 studente gestart met haar eindstage.

Is het doel behaald --> N.v.t.

Samenwerkende partijen --> Hillegom in Beweging, Sportkunde, CIOS Haarlem

Factsheet Jaarrapportage

SportSupport / Hillegom in Beweging

➤ Innovatie bewegingsonderwijs

Vanaf schooljaar 2023-2024 waren basisscholen verplicht om minstens twee lessen bewegingsonderwijs van in totaal 90 minuten per week te verzorgen (het advies was om twee keer 45 minuten te hanteren). De subsidieregeling Impuls en Innovatie Bewegingsonderwijs van het ministerie van OCW ondersteunde scholen om deze wettelijke verplichting voor bewegingsonderwijs vanaf schooljaar 2023/2024 te kunnen realiseren (deel A). Scholen die al aan deze verplichting voldeden, konden deze subsidie gebruiken om meer bewegen tijdens de schooldag te gaan realiseren (deel B). Er werd een procesbegeleider ingezet op deel A met als doel om vóór schooljaar 2023-2024 de scholen te voorzien van bevoegde (vak)leerkrachten voor de twee lessen bewegingsonderwijs.

Sinds juni fungeerde de buurtsportcoach van HIB als procesbegeleider voor de Fontein (deel A) en voor de andere scholen (deel B). In de tijd daarvoor werd er samengewerkt met de procesbegeleider van de Sophia Stichting om de problemen in kaart te brengen die verholpen dienden te worden. Er was grote urgentie om sporthal de Vosse te verbouwen tot een accommodatie waar kwalitatief goed bewegingsonderwijs gegeven kon worden.

In Q3 van dit jaar hebben gesprekken plaatsgevonden met betrokken partijen om met name de accommodatie van de Vosse aan te passen. De aanpassingen zijn nodig om bewegingsonderwijs van goed niveau aan te kunnen bieden. Er is op dit moment een tekort aan materiaal om 3 zaaldelen te voorzien. Tevens zijn er 4 kleedkamers waar er 6 nodig zijn gezien het feit dat er vaak 3 gymlessen tegelijkertijd gegeven worden. In Q4 heeft de gemeenteraad ingestemd met het plan van de verbouwing.

➤ Pauzemoment Fioretti

HIB werd uitgenodigd door Welzijnswartier om mee te denken in hun opdracht "invulling pauzemoment Fioretti". Welzijnswartier had moeite om een activiteit in de pauze op poten te zetten. HIB heeft in een gesprek aangegeven dat het handig is om eerst input te vergaren vanuit de leerlingen van Fioretti. Op die manier wordt er draagvlak gecreëerd voor hetgeen wat er georganiseerd gaat worden. De drukste locatie tijdens de pauze is het de voetbaltafel. HIB heeft aangegeven dat een tafelfuotbaltoernooi gecombineerd kan worden met het vergaderen van input. HIB heeft een toernooiopzet gemaakt en een voorzet gegeven waar er extra voetbaltafels gehuurd kunnen worden. Het is niet bekend of er verder stappen zijn ondernomen.

➤ Extra budget sportmateriaal

Vanuit de gemeente HLT zijn er extra gelden beschikbaar om materialen ten behoeve van beweging aan te schaffen. De gelden waren in eerste instantie bedoeld om het assortiment uit te breiden van de buurtsportcoaches, maar om een grotere groep gebruik te laten maken van dit budget zijn de 8 Hillegomse scholen betrokken bij dit plan. De buurtsportcoach heeft de vakleerkrachten bewegingsonderwijs benaderd om hun input te vragen. Op die manier is er maatwerk voor iedere school ontstaan. De materialen worden aangeschaft door de buurtsportcoaches en krijgen de scholen in bruikleen. Eens per half jaar wordt de toestand van het materiaal besproken door de buurtsportcoach en de school.

Factsheet Jaarrapportage

SportSupport / Hillegom in Beweging

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

Doelgroep	Activiteit	Thema Healthy Hillegom	Partner(s)
Ouderen	Balkongym	Blijven bewegen	Healthy Hillegom, Clusiusshof
Ouderen	Wandelen/Fietsen	Blijven bewegen	Welzijnskompas
Ouderen	Doortrappen	Blijven bewegen	Welzijnskompas, HLTsamen

➤ Balkongym

Op vrijdagochtend kwam er een grote groep ouderen naar de Clusiusshof in Hillegom om een uurtje te bewegen. Op muziek deden de ouderen verschillende oefeningen waarbij alle lichaamsonderdelen onder handen genomen werden. Eerst een warming-up en daarna vaak met verschillende attributen. Na afloop dronken de deelnemers gezamenlijk een kopje koffie. Dit werd door een bewoonster van Clusiusshof geregeld. De groep met ouderen is ondertussen gegroeid naar zo'n 20 deelnemers. De ouderen willen in Clusiusshof blijven bewegen omdat het veilig voelt in de binnentuin. doen (veilig gevoel). De activiteit werd 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 de deelnemers koffie gedronken bij 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.

