



Bijlage: werkdocument

Definitieve versie
18 februari 2020

Dit document is opgesteld door de kopgroep "Sportakkoord van Uithoorn" bestaat uit Daniëlle Klijnsma (Uithoorn voor Elkaar), Corien Baijens (Samenwerking EerstelijnsZorg Uithoorn), Marco Kooiman (onafhankelijk formateur), Mehtap Özaltun en Yvonne van Amstel (gemeente Uithoorn), Nick Braakman (Videt Uithoorn en Adviseur Lokale Sport), Petra Goesten (Basischool het Duet) en Wim Verlaan (Atletiek Klub Uithoorn).

Dit is het werkdocument bij het Sportakkoord van Uithoorn. Het is een samenvatting van wat er tot nu toe is gedaan. Het is een 'levend' document waarvan de tekst in ontwikkeling is, omdat het werk na het sluiten van het akkoord niet stopt. Sterker nog: het begint dan eigenlijk pas echt!

In de formats van de 10 activiteiten wordt aangegeven wat nodig is. In sommige gevallen kan daar direct mee gestart worden, in andere gevallen is daar eerst nog meer afstemming, besluitvorming en budget voor nodig. De kopgroep heeft geprobeerd zo concreet mogelijk te zijn in de uitwerking. Dat betekent dat de hier geformuleerde teksten en mijlpalen naar de toekomst nog kunnen worden aangepast.

Een breed gedragen akkoord met zoveel mogelijk partners is belangrijk, immers het geheel is meer dan de som der delen. We laten in dit werkdocument zien welk proces we met elkaar hebben doorlopen om tot een sportakkoord te komen en geven aan de hand van de vier thema's een nadere concrete uitwerking van de 10 activiteiten waarmee we gezamenlijk aan de slag willen gaan. Met het blijvende enthousiasme, de voortvarendheid en de open houding van de vertegenwoordigers van de verschillende verenigingen, organisaties en instellingen, specifiek de kopgroepleden, is het Sportakkoord van Uithoorn in goede handen.

Doe je ook mee?

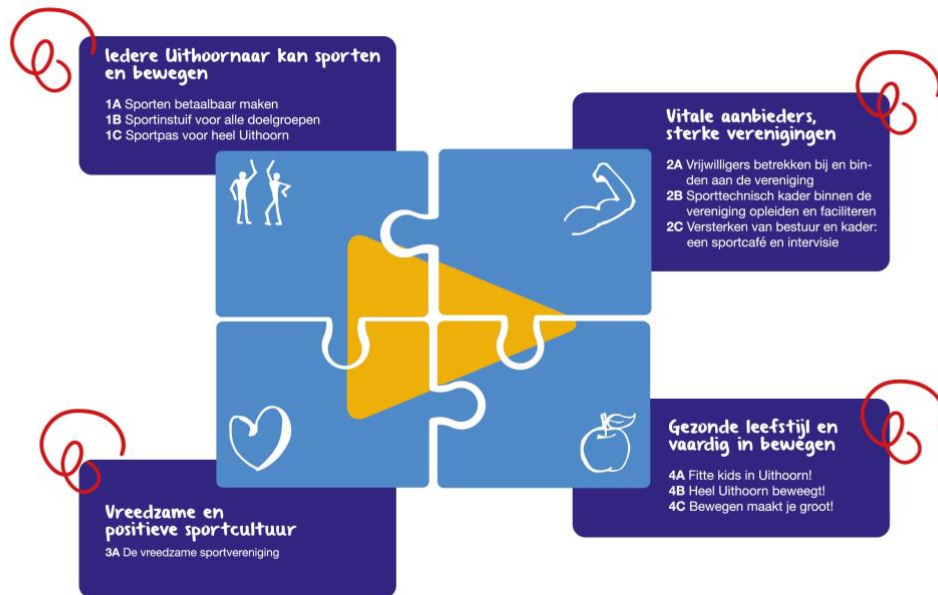
Het Sportakkoord van Uithoorn is het sterkst als het breed gedragen wordt: hoe meer concrete samenwerking, hoe meer resultaat. Daarom vragen we nu om je handtekening. Ben jij de vertegenwoordiger van een organisatie die ook wil gaan voor sportief en gezond, binnen jouw club en in heel Uithoorn? Geloof je ook dat er al veel is, maar dat niet iedereen daarmee bekend is? Wil je van anderen leren en kun je anderen ook iets (bij)brengen? Word dan partner van het Sportakkoord van Uithoorn.

Waarom ondertekenen?

1. Je club wordt onderdeel van een blijvend (sociaal en sportief) netwerk binnen de gemeente Uithoorn waardoor vraag en aanbod beter aan elkaar worden gekoppeld.
2. Het helpt je vereniging om te (blijven) groeien en verbeteren. Door te leren van anderen en de kennis die beschikbaar is, kun je sneller eigen ambities en behoeften realiseren.
3. Je profiteert van en draagt bij aan een gezonde leefstijl en een positieve sportcultuur in Uithoorn.
4. De gemeente, maatschappelijke instellingen, organisaties in de (gezondheids)zorg en ondernemers hebben aangegeven te geloven in de vier thema's van het akkoord en hieraan een actieve bijdrage te leveren. Het gaat daarbij met name om kennis, kunde, kwaliteiten en expertise die kunnen worden ingebracht en om middelen die kunnen worden besteed op een manier die past bij de activiteiten in het akkoord. Na sluiting van het akkoord komt bovendien uitvoeringsgeld van het Rijk beschikbaar (in 2020 en in 2021 € 20.000 per jaar).
5. Door mee te doen aan het Sportakkoord van Uithoorn is er ondersteuning beschikbaar die als vliegwiel fungeert om de activiteiten van het sportakkoord te realiseren.

Dynamisch

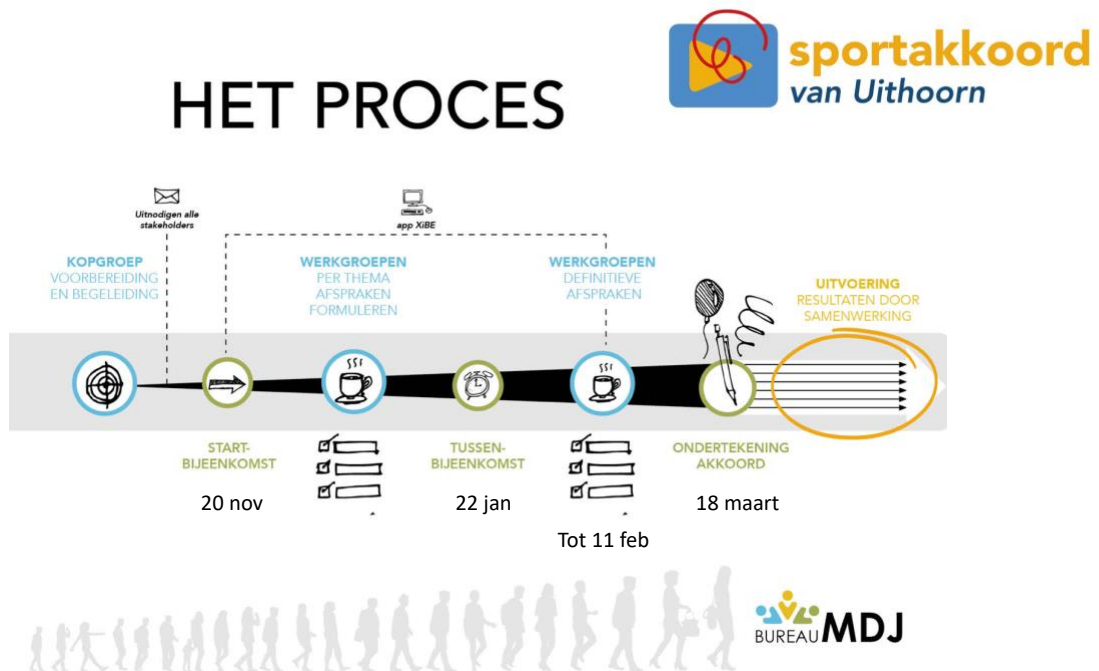
Met het zetten van een handtekening zeg je eigenlijk: 'ik onderschrijf het akkoord namens mijn vereniging, organisatie of instelling en wil hieraan een actieve bijdrage leveren en tegelijkertijd meeprofiteren'. In het vervolg kun je concreet afspreken aan welk onderdeel je mee wilt doen. Het is een dynamisch akkoord, met een werkdocument dat gaandeweg nog verder aangepast of uitgebreid kan worden.



Figuur 1 Het Sportakkoord van Uithoorn

Wat is er gedaan? Het proces richting het sportakkoord

Nadat er in de zomer van 2019 door de gemeente, samen met een aantal clubs een intentieverklaring is ondertekend, is Marco Kooiman van Bureau MDJ aangezocht als formateur van het Sportakkoord van Uithoorn. Hij heeft een proces ontworpen dat startte met het samenstellen van een kopgroep met vertegenwoordigers vanuit verschillende disciplines, omdat we graag een breed gedragen sportakkoord willen maken met het accent op samenwerking. Op 20 november 2019 organiseerde deze kopgroep een startbijeenkomst bij de Brede School Legmeer. Aan vier verschillende thematafels werd door 45 vertegenwoordigers van tal van organisaties en instellingen gediscussieerd en geschreven.



Figuur 2 Het gevolgde proces naar het Sportakkoord van Uithoorn

Werkgroepen gingen onder leiding van verschillende kopgroepleden met deze informatie aan de slag en de app XiBE werd beschikbaar gesteld voor het documenteren, inbrengen en becommentariëren van ideeën. Op 22 januari presenteerde de kopgroep tijdens een tussenbijeenkomst bij Het Duet de resultaten die in zowel de werkgroepen als via de app XiBE werden verzameld. Er werden terplekke aanvullingen gedaan en er werd breed geconcludeerd dat we op de goede weg zaten.

De laatste twee maanden zijn gebruikt om het sportakkoord af te maken en na te denken over de borging. De resultaten zijn te vinden in het Sportakkoord van Uithoorn en dit ('levende') werkdocument. Vanaf 18 februari komen deze stukken op de webpagina:

www.sportakkoord.online/uithoorn staan. Vanaf dat moment kan iedereen als vertegenwoordiger van een Uithoornse vereniging, organisatie, bedrijf of instelling, via een "ondertekenknop" aangeven dat hij of zij mee wil doen. Niet alleen personen die actief waren tijdens dit traject zijn welkom, ook nieuwe partijen zijn van harte welkom. Dit blijft overigens zo na de feestelijke slotbijeenkomst op 18 maart 2020: wie wil meedoen kan op elk moment aanhaken. Op 18 maart gaan we de totstandkoming van het Sportakkoord van Uithoorn samen met alle dan verbonden partners vieren.

Tijdens het doorlopen van het proces is er de nodige aandacht van de lokale media geweest. Via bestaande nieuwsbrieven en social media van de verenigingen en organisaties die in de kopgroep zijn vertegenwoordigd, maar ook via artikelen in De Meerbode en het Witte Weekblad. Speciale vermelding verdient Jan Tilburgs, die voor Radio Rick FM tal van interviews met betrokkenen heeft gehouden en uitgezonden.

Wat staat er in het sportakkoord en hoe wordt het gerealiseerd?

Er zijn veel ideeën verzameld en er is goed geluisterd naar waar behoefte aan is. De conclusie is dat er al heel veel mooie dingen gebeuren in Uithoorn. Er wordt al veel georganiseerd door allerlei sportieve aanbieders, maar ook door ondernemers, zorg- en welzijnsinstellingen. Waar het nog aan ontbreekt, is enerzijds de kennis over al dat aanbod en anderzijds een optimale samenwerking tussen de verschillende partijen. De tekst van dit akkoord en de acties in de geformuleerde 10 activiteiten van het Sportakkoord van Uithoorn dienen als input voor de gemeentelijke sportnota. De komende twee jaar willen we uitvoering geven aan het sportakkoord door samen met alle partijen achter het akkoord te staan. Belangrijk hierbij is wel dat, ook na de ondertekening van het Sportakkoord van Uithoorn, partners worden gefaciliteerd, in de vorm van een sportakkoord-aanjager, bij de uitvoering van de activiteiten. Deze aanjager zal tevens belast zijn met de monitoring en evaluatie van het Sportakkoord van Uithoorn. Tot slot dient vermeden te worden dat het sportakkoord vervalt in institutionalisering. De gezamenlijke aanpak, onafhankelijk en boven de partijen (voorbij verenigingen, organisaties en instituties) met een beperkt aantal goed gekozen activiteiten zijn juist de sterke punten.

Vier thema's, één akkoord

Tijdens de tussenpresentatie op 22 januari bleken we op de goede weg te zijn en was er consensus over de gekozen thema's. Meerdere malen werd opgemerkt dat er in Uithoorn ook behoefte is aan passende faciliteiten en verenigingsondersteuning. In het Sportakkoord van Uithoorn wordt dit niet nader uitgewerkt. Wel is afgesproken dat deze onderwerpen worden meegenomen in de (nieuwe) Sportnota Uithoorn die in 2020 zal verschijnen. Belangrijk om te beseffen is dat het om een proces gaat: nadat het akkoord is gesloten, starten de activiteiten. Er is er ook ruimte voor eventuele aanpassingen en/of aanvullingen.

De vier thema's van het sportakkoord zijn:

1. Iedere Uithoornaar kan sporten en bewegen
2. Vitale aanbieders, sterke verenigingen
3. Vreedzame en positieve sportcultuur
4. Gezonde leefstijl en vaardig in bewegen

Voor elk van de vier thema's is bekeken wat er nodig is om succesvol verder aan de slag te kunnen gaan. Dat heeft 10 uitgewerkte activiteiten opgeleverd. De realisatie van deze activiteiten zijn afhankelijk van de energie en daadkracht van de partijen die zich aan het sportakkoord hebben verbonden. Een van die partijen is de gemeente, die met de nieuwe sportnota, zal afwegen welke bijdrage zij kan leveren. Een aantal activiteiten kan echter al van start en dat is ook nodig, om de gezamenlijke energie en het commitment vast te houden, verder te brengen en te verbreden. Tot de vaststelling van de gemeentelijke sportnota kan er alvast gewerkt worden aan zogenaamd 'laaghangend fruit' zoals bijvoorbeeld het initiatief voor 60+-ers (activiteit 4B), het Uithoornse Sportcafé (activiteit 2C) en het manifest, activiteit 3.

1. Iedere Uithoornaar kan sporten en bewegen

De ambitie is dat iedereen een leven lang plezier kan beleven aan sporten en bewegen. Dit zou vanzelfsprekend moeten zijn, ongehinderd door leeftijd, lichamelijke of geestelijke gezondheid, etnische achtergrond, seksuele geaardheid of sociale positie.



De drie genoemde onderdelen zijn uitgewerkt in hierna volgende formats.



1A. Sporten betaalbaar maken

Naast de bestaande mogelijkheden via het jeugdfonds sport en cultuur moet dit er ook komen voor volwassenen. Uithoorn zou ook moeten participeren in het volwassenenfonds sport en cultuur. Dit fonds zorgt voor een bijdrage in de contributie en in materialen. Echter bij een grotere sportinvestering is dit niet mogelijk en kan niet iedereen de betreffende sport uitvoeren.

Thema 1: Iedere Uithoornaar kan sporten en bewegen

WAAROM? WAARAAN DRAAGT HET BIJ?

Sport moet voor iedereen toegankelijk zijn. Van oudsher zijn er verschillen in kosten tussen de diverse sporten. Desondanks moeten we elke sport voor iedereen toegankelijk maken. We moeten kijken of dure sportattributen gemakkelijk en goedkoop te (her)gebruiken zijn via de desbetreffende vereniging. Collectief kan er ook het nodige sportmateriaal worden ingekocht.

DOELGROEP. VOOR WIE IS HET?

Iedere Uithoornaar moet betaalbaar deel kunnen nemen aan sport.

HOE? WIE EN WAT IS ERVOOR NODIG?

Met wie is samenwerking nodig?

Verenigingen, commerciële sportaanbieders, gemeente, Videt, SUB, fondsen en subsidies (zowel lokaal, regionaal als landelijk)

Welke middelen? (tijd, budget, expertise, diensten, budget, voorzieningen, etc.)

De aanjager van het Sportakkoord van Uithoorn zou dit bij elkaar moeten brengen. Weten waar de mogelijkheden zitten, als verbindingsofficier en regisseur optreden bij al deze stappen. Ook zal de verbinding met het bedrijfsleven moeten worden gelegd.

Wanneer klaar? (mijlpalen)

1. Maart 2020 opname in sportakkoord
2. April 2020 aanstellen aanjager
3. Oktober 2020 Eerste vereniging op weg geholpen met aanschaf sportmateriaal



1B. Sportinstuif voor alle doelgroepen

We brengen de sport naar de mensen toe in de gemeente Uithoorn. We komen op verschillende plekken naar de inwoners toe met een gespecialiseerd aanbod. Bijvoorbeeld een sportinstuif voor senioren door sportaanbieders die zich op deze doelgroep focust. Hierbij kijken we naar de mogelijkheden voor elke gewenste doelgroep.

Thema 1: Iedere Uithoornaar kan sporten en bewegen

WAAROM? WAARAAN DRAAGT HET BIJ?

Uithoorn kent vele sportaanbieders, elk met een eigen uniek aanbod. Voor iedere Uithoornaar is er momenteel geen centraal punt waar men informatie of advies kan vinden of zich kan aanmelden voor een proefles of kennismaking. Dit centrale punt in de vorm van bijvoorbeeld een website, sharepoint of app is noodzakelijk. Op dit centrale punt kunnen de sportaanbieders zich op de juiste manier etaleren bij de juiste doelgroep.

DOELGROEP. VOOR WIE IS HET?

De sportinstuiven worden georganiseerd voor verschillende doelgroepen in Uithoorn.

HOE? WIE EN WAT IS ERVOOR NODIG?

Met wie is samenwerking nodig?

Samenwerking is nodig met o.a. sportverenigingen, commerciële sportaanbieders, Videt, gemeente Uithoorn. Videt kan als verbinding optreden naar alle sportaanbieders.

Welke middelen? (tijd, budget, expertise, diensten, budget, voorzieningen, etc.)

De expertise hiervoor zit bij Videt. Voor de sportinstuiven zijn voorzieningen als sporthallen en gymzalen belangrijk.

Wanneer klaar? (mijlpalen)

1. Maart 2020 opname in sportakkoord
2. Najaar 2020 Uitzoeken behoeftepeiling
3. Winter 2020-2021 organisatie twee sportinstuiven



1C. Sportpas voor heel Uithoorn

Een sportpas voor iedere Uithoornaar zodat inwoners de mogelijkheid krijgen om met de verschillende sporten in aanraking te komen. Tegelijk profiteert de sportaanbieder van het aanbod aan inwoners in Uithoorn. En uiteindelijk kan iedereen op zijn/haar juiste plek terecht komen binnen het totale sportaanbod. Hiervoor kan het product JouwSportpas van TeamSportservice worden ingezet.

Thema 1: Iedere Uithoornaar kan sporten en bewegen

WAAROM? WAARAAN DRAAGT HET BIJ?

Uithoorn kent vele sportaanbieders, elk met een eigen uniek aanbod. Uithoorn kent geen centraal punt waar men informatie en advies kan vinden of zich kan aanmelden voor een proefles of kennismaking. Dit centrale punt, in de vorm van een website, sharepoint en/of app, is hiervoor essentieel. Om de toegang richting verenigingen en organisaties te verduidelijken en de drempel te verlagen willen we met de Sportpas het gehele sport- en beweegaanbod in Uithoorn centraal stellen en het sporten stimuleren.

DOELGROEP. VOOR WIE IS HET?

De Sportpas wordt ontwikkeld voor iedereen in de gemeente Uithoorn.

HOE? WIE EN WAT IS ERVOOR NODIG?

Met wie is samenwerking nodig?

Samenwerking is nodig met Videt. Vanuit hun moederorganisatie TeamSportservice bestaat JouwSportpas al. Deze kan eventueel in Uithoorn worden ingezet.

Welke middelen? (tijd, budget, expertise, diensten, budget, voorzieningen, etc.)

De expertise hiervoor zit bij Videt en TeamSportservice. Het opstarten van JouwSportpas in Uithoorn vergt enige investering.

Wanneer klaar? (mijlpalen)

1. Maart 2020 opname in sportakkoord
2. Najaar 2020 keuze en financiering voor JouwSportpas

2. Vitale aanbieders, sterke verenigingen

De ambitie is om zoveel mogelijk aanbieders van sport en bewegen toekomstbestendig te maken. De financiële en organisatorische basis wordt op orde gebracht zodat aanbieders hun vizier kunnen richten op een duurzaam aanbod en op passende bindingsvormen.



Deze drie onderdelen zijn uitgewerkt in de navolgende formats.



2A. Vrijwilligers betrekken bij en binden aan de vereniging

Vrijwilligers zijn de olie in de raderen van de vereniging. Er is een maatschappelijke tendens dat de binding met verenigingen minder wordt. Investeren in goede contacten en samenwerking met ouders en andere leden. Besef moet ontstaan dat het leuk en normaal is om iets (terug) te doen voor je vereniging.

Thema: vitale aanbieders, sterke verenigingen

Waarom, waaraan draagt het bij?

Vrijwilligers zijn onmisbaar binnen een vereniging, een vereniging kan niet zonder. Vrijwilligers houden een vereniging letterlijk draaiend. Zij dragen bij aan een sterke vereniging met tal van voorzieningen en leveren een bijdrage aan samenhang en **samenwerking** binnen een vereniging en de lokale samenleving.

Doelgroep, voor wie is het?

(jeugd)Leden van de vereniging en ouders die zich voor de vereniging willen inzetten. Vrijwilligersorganisaties kunnen kandidaten leveren.

Hoe, wie en wat is ervoor nodig?

Intern binnen de vereniging zorgen voor een positieve sfeer, goede communicatie en een effectief vrijwilligersbeleid zodat mensen zich uitgenodigd voelen om iets te doen voor de vereniging. Een coördinator 'vrijwilligers' aanstellen die samen met de verenigingen verantwoordelijk is voor de werving, benadering en waardering van vrijwilligers en bewaakt dat vrijwilligers goed worden ondersteund.

Met wie is samenwerking nodig?

Alle partners van het Sportakkoord van Uithoorn. Vrijwilligerswerk Tympan de Baat organiseert workshops op dit gebied. Er is ook een link met onderdeel 3a 'de vreedzame sportvereniging'.

Welke middelen?

Tijdsinvestering, organisatiebudget om regelmatig aandacht te geven aan vrijwilligers (jaarlijkse bijeenkomst, een blijk van waardering), budget voor specifieke cursussen, een coördinator.

Mijlpalen

1. Maart 2020: opname in sportakkoord
2. Zomer 2020: eerste sportcafé
3. Periodiek in sportcafé of andere manier ervaringen uitwisselen



2B. Sporttechnisch kader binnen de vereniging opleiden en faciliteren

Thema: vitale aanbieders, sterke verenigingen

Waarom, waar draagt het aan bij?

Een goed en deskundig sporttechnisch kader is essentieel voor een vereniging. Belangrijk om jeugdleden en ouders al vroeg in te zetten als **trainer en/of scheidsrechter**. Het is een investering in de toekomst en vergroot de **betrokkenheid en binding** met de vereniging. Jeugdleden en ouders werken hierdoor ook aan het optimaliseren van de **gezondheid en sportplezier** van sporters.

Doelgroep, voor wie is het?

In eerste instantie voor jeugdleden, jongens en meisjes, vanaf 15 jaar die enthousiast zijn om zich binnen de vereniging in te zetten als scheidsrechter of trainer en daarvoor ook een cursus willen volgen. Daarnaast zijn enthousiaste ouders ook welkom om een van deze taken uit te voeren.

Hoe en wat is hiervoor nodig?

Ondersteuning vanuit bestaand kader binnen de verenigingen om jeugdleiders/ouders te werven, te begeleiden/coachen en te stimuleren om cursussen te volgen. Ervoor zorgen dat zij cursussen kunnen volgen.

Naast sporttechnische vaardigheden zorgen voor scholing en deskundigheidsbevordering m.b.t. het omgaan met agressie, kinderen met gedragsproblematiek, etc.

Met wie is samenwerking nodig?

Sportbonden (scholing en deskundigheidsbevordering), andere verenigingen en commerciële aanbieders (waar mogelijk gezamenlijk scholing), Videt.

Welke middelen?

Verenigingen zorgen voor opleidingsbudget, goede coaching en begeleiding, gefaciliteerd door een centrale aanjager.

Mijlpalen

1. Maart 2020: opname in sportakkoord
2. Periodiek overleg, in eerste instantie gefaciliteerd door de 'anjager', tussen verenigingen om ervaring uit te wisselen en met elkaar scholing te organiseren. In samenwerking met de Adviseur Lokale Sport.
3. Tweede helft 2020: verenigingen maken per vereniging en gezamenlijk een plan m.b.t. opleiding en scholing.



2C. VERSTERKEN BESTUUR EN KADER: Een sportcafé en intervisie

Effectieve en efficiënte samenwerking tussen verenigingen en meer aandacht voor (gezamenlijke) opleiding en ontwikkeling van (nieuwe) bestuursleden en kader. We willen vier bijeenkomsten per jaar organiseren voor intervisie en uitwisseling, die bijdrage aan het vergroten van kennis, competenties en vaardigheden.

THEMA: Vitale aanbieders, sterke verenigingen

WAAROM? WAARAAN DRAAGT HET BIJ?

Effectieve en efficiënte **samenwerking** door elkaar te ontmoeten en door samen bestuur en kader op te leiden. Hierdoor zorgen we voor een **beter passend aanbod en een toekomst bestendige vereniging**. Uiteindelijk zorgen die voor (nog) meer **gezondheid** en **sportplezier** in Uithoorn.

DOELGROEP. VOOR WIE IS HET?

De bijeenkomsten zijn bedoeld voor bestuursleden van verenigingen, vertegenwoordigers van de gemeente, Uithoorn voor Elkaar en Videt en voor eventuele andere specialisten, afhankelijk van het thema. Ook commerciële sportaanbieders zijn welkom. Opleidingen zijn in principe voor het gehele clubkader beschikbaar.

HOE? WIE EN WAT IS ERVOOR NODIG?

We worstelen allemaal met zaken als regelgeving, inkoop, investeringsvraagstukken, omgangsvormen, voldoende vrijwilligers, etcetera. Onderlinge kennisuitwisseling bewerkstelligen over wat werkt en wat niet werkt vergroot kennis, vaardigheden en competenties onder (toekomstig) kader- en bestuursleden.

Met wie is samenwerking nodig?

Verenigingen, commerciële sportaanbieders, gemeente, Videt, Uithoorn voor Elkaar, sportbonden en NOC*NSF (services en opleidingen) en fondsen.

Welke middelen? (tijd, budget, expertise, diensten, budget, voorzieningen, mijlpalen)

Voor het slagen van dit idee is een (groepje) organisator(en) en één aanjager noodzakelijk. Daarnaast is een opleidings- en organisatiebudget nodig. Bepalen welke thema's en experts langskomen (genoemd worden o.a.: rookvrij sportterrein, instructie verantwoord alcoholgebruik, samenwerking met bedrijfsleven qua kennis en financiën, met zorg en onderwijs voor gezondheid en participatie). Eventuele rol voor Rick FM en (een) geschikte plek(ken) voor een sportcafé.

Mijlpalen

1. Maart: opname in sportakkoord
2. Zomer 2020: eerste bijeenkomst / sportcafé
3. September 2020: start drie opleidingen met deelname vanuit verschillende verenigingen

3. Vreedzame en positieve sportcultuur

De ambitie is dat overal met plezier, veilig, eerlijk en zorgeloos gesport kan worden. Dit vraagt aandacht van iedereen en ondersteuning van bestuurders, sportclubs, trainers, ouders en verzorgers. Ook om misstanden te voorkomen en de ondergrens te bewaken.





3A. De Vreedzame sportvereniging

Op verschillende Uithoornse basisscholen wordt gewerkt met het programma de Vreedzame School. De gemeente Uithoorn zet al een aantal jaar in op het programma De Vreedzame Wijk. Door in te zetten op de Vreedzame Sportvereniging, maak je voor kinderen (en opvoeders) een verbinding tussen de verschillende werelden waarin een kind leeft, met als doel één sociale community te vormen waar kinderen zich ontwikkelen tot sociaalvaardige en democratische burgers.

Thema 3: Vreedzame en positieve sportcultuur

WAAROM? WAARAAN DRAAGT HET BIJ?

Een veilig pedagogisch sportklimaat zorgt voor meer plezier en vertrouwen, meer motivatie en daardoor voor een gezondere leefstijl en betere sportprestaties. Kinderen een stem geven en een taak, maakt dat ze meer bereid zullen zijn om ook later hun steentje bij te dragen. Dit onderdeel draagt bij aan gezondheid, samenwerking en sportplezier.

DOELGROEP. VOOR WIE IS HET?

Het biedt in eerste instanties handvatten en begeleiding voor coaches, begeleiders en trainers, maar ook ouders(!) met als doel het gemeenschappelijk “opvoeden” (één sociale community) van jeugdleden.

HOE? WIE EN WAT IS ERVOOR NODIG?

Met wie is samenwerking nodig?

Er is al een werkgroep Vreedzaam Uithoorn. Zij kunnen voorlichting geven, trainingen verzorgen en verbindingen leggen (en behouden).

De scholen kunnen hierbij een verbindende rol spelen e/o hun ervaringen delen. Bijvoorbeeld door inzet coördinatoren Vreedzaam/burgerschap (niet elke school werkt met het programma de Vreedzame School). En door het laten deelnemen van vakdocenten gymnastiek aan het overleg. Ook de gymdocenten uit het voortgezet onderwijs kunnen hierbij een belangrijke rol spelen. Zij werken met de leeftijdsgroep waarbij de invloed van leeftijdsgenoten. De (specialisten van de) verenigingen werken samen om een gedeelde grondwet te krijgen “**zo sporten wij in Uithoorn**”.

Welke middelen? (tijd, budget, expertise, diensten, budget, voorzieningen, etc.)

Tijd: het is mensenwerk, het vraagt (voortdurende) inzet van mensen.

Expertise: de leden van de werkgroep Vreedzame Wijk, eerder getrainde aanbieders, leerkrachten van basisscholen (èn... leerlingen die een mediatorenopleiding hebben gevolgd).

Budget: sommige professionals zullen betaald moeten worden. Maar ook trainingen, studiemateriaal, een ruimte, etc. Fijn als de huidige coördinator Vreedzaam Uithoorn kan aanblijven en mogelijk nog uitbreiding van uren krijgt c.q. een collega erbij om dit te implementeren. Graag zouden wij een deel van het geld dat vrijkomt willen aanwenden om binnen elke vereniging een of meer specialisten op te leiden, die dan voor de olievlekwerking zorgt.

Voorzieningen: ruimte (fysiek en op de agenda's) om bij elkaar te komen. Afpreken wie de kar trekt. (vrijwilliger of professional).

Mijlpalen

Blijvend proces.

Maart 2020: opname in sportakkoord.

Zomer 2020: Eerste mijlpaal, alle verenigingen zijn bekend met het principe Vreedzaam en bereid om zich er verder in te verdiepen.

Najaar 2020: Tweede mijlpaal, verschillende vrijwilligers, trainers, coaches doen mee met een training

Voorjaar 2021: Derde mijlpaal, het manifest is klaar, zichtbaar bij elke vereniging (voorjaar 2021), de coördinatoren zijn ook zichtbaar binnen hun vereniging.

Vanaf voorjaar 2021: Vierde mijlpaal samen met de coördinatoren worden coaches, trainers, scheidsrechters en ouders getraind. Dit wordt jaarlijks herhaald.

Wanneer tevreden?

Als “vreedzaam sporten” een begrip is binnen alle verenigingen en ernaar gehandeld wordt. Respect, gedeelde verantwoordelijkheid en diversiteit zijn sleutelwoorden. Mensen die dat niet doen worden aangesproken op hun gedrag.

Over tien jaar is er een hele generatie Uithoornse kinderen Vreedzaam opgevoed en dat zou merkbaar moeten zijn. En zij zouden het stokje dan over moeten nemen binnen hun vereniging.

NB op <http://www.sportalliantie.nl/index.php?lang=11&page=1180> is een compleet traject uitgeschreven over hoe je een vreedzame sportvereniging wordt. Maar omdat er vanuit de gemeente Uithoorn al beleid is ingezet op Vreedzaam, zou dat op een aangepaste wijze (meer op maat) kunnen gaan.

4. Gezonde leefstijl en vaardig in bewegen

Het doel is om ervoor te zorgen dat Uithoornars weten wat een gezonde leefstijl is en daar ook naar leven. Er is meer sprake van bewegingsarmoede onder kinderen dan vroeger. We willen daarom dat meer kinderen voldoen aan de beweegrichtlijnen en dat de motorische vaardigheden toenemen.



Deze drie onderdelen worden uitgewerkt in de hierna volgende formats.



4A. Fitte Kids in Uithoorn!

Thema 4: Gezonde leefstijl en vaardig in bewegen

Doel: Meer bewegen voor kinderen!

De Uithoornse kinderen weten waarom voldoende bewegen gezond is.

De Uithoornse kinderen voldoen minimaal aan de Beweegrichtlijn voor kinderen 4-18 jaar.

Voor kinderen van 4 tot 18 jaar geldt de volgende beweegrichtlijn:

- Bewegen is goed, meer bewegen is beter.
- Doe minstens elke dag een uur aan matig intensieve inspanning. Langer, vaker en/ of intensiever bewegen geeft extra gezondheidsvoordeel.
- Doe minstens driemaal per week spier- en botversterkende activiteiten. En: voorkom veel stilzitten!

Doelgroep

De leerlingen van alle basisscholen in Uithoorn

Hoe?

1. Het stimuleren van het buitenspelen door:

- Projecten als 'Buitenspelen' (Kwikstaart) en Pleinspelen (Videt), waarin kinderen op een creatieve manier leren buitenspelen.
- Uitdagende buitenspeelpleinen bij de scholen en in de buurt.

2. Bewegend naar school.

- Het stimuleren van ouders en kinderen om te voet of op de fiets naar school te gaan. Kinderen bewust maken van het feit dat zij ook bewegend naar school kunnen komen en hoe leuk het kan zijn je dag fietsend, skatend of steppend te beginnen.

<https://jouw.teamsportservice.nl/haarlemmermeer/nieuws/jogg-stimuleert-kinderen-om-bewegend-naar-school-te-gaan/>

- Fietslessen voor ouders en kind: aangeboden door een sportvereniging.

3. Educatie aan kinderen waarom bewegen belangrijk is. Kinderen en ouders bewust maken van de gevolgen van het opgroeien in een digitale wereld: hoe kun je voorkomen dat je I-pad nek en/of een gameboy-rug ontwikkelt.

Samenwerkingspartners

Een afvaardiging vanuit de scholen en vakleerkrachten gymnastiek, de gemeente, Uithoorn voor Elkaar (Videt), sportverenigingen, kinderopvang, eerstelijnszorg (diëtisten, kinderfysiotherapie etc.), GGD.

Traject

Starten met een inventarisatie van het bestaande aanbod in Uithoorn en omstreken. Leren van succesvolle projecten.

Prioritering onderwerpen aanbrengen.

Per onderwerp wordt een haalbaar projectplan met duidelijk einddoel gemaakt.
Per jaar wordt maximaal 1 project uitgerold.
Evaluatie en bijstellen van het project.

Mijlpalen

- Maart 2020: opname sportakkoord
- September 2020: aanvang van 1 project

Budget:

- Vergoeding aanjager
- Buitenspeelvoorzieningen en materialen
- Vergoeding van de uren voor het ontwikkelen en geven van de voorlichtingslessen en de eventuele aankoop van bestaande programma's.
- Promotiematerialen etc.

4B. Heel Uithoorn beweegt!

(hier alleen uitgewerkt voor de doelgroep 60+)

Thema 4: Gezonde leefstijl en vaardig in bewegen

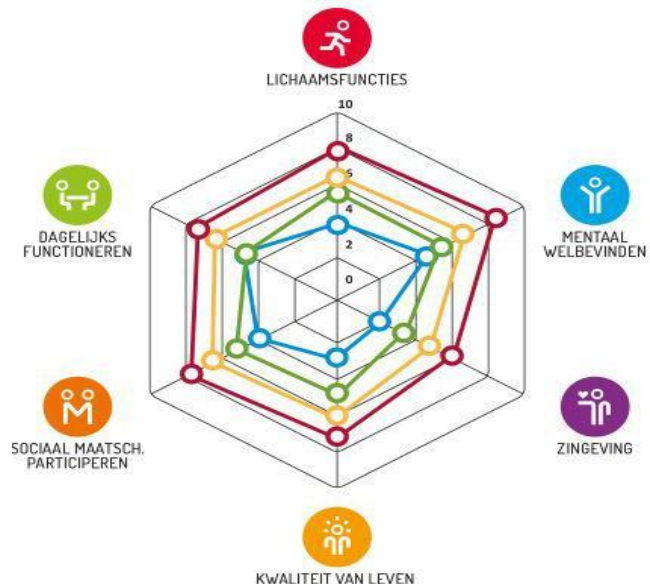
Doel: Vitale, gezonde en gelukkige 60 plussers van Uithoorn door bewegen op maat!

Het in beweging krijgen van 60 plussers die weer of meer willen gaan bewegen, door het aanbieden van een gevarieerd beweegaanbod. Het bewegen wordt 'op maat' aangeboden en is dus ook geschikt voor mensen die laag intensief kunnen of willen bewegen.

Voldoende beweging zorgt immers voor een gezond(-er) lichaam én een gezonde geest!

De 60 plusser in Uithoorn is zich bewust van het feit dat gezonde voeding en voldoende beweging bijdragen tot alle pijlers van een 'positieve' gezondheid.

Positieve gezondheid: het vermogen om je aan te passen en je eigen regie te voeren, in het licht van sociale, fysieke en emotionele uitdagingen van het leven.



Kennismaking met (een combinatie van) buitensporten: golfen, wandelen, fietsen jeu de boules en/of roeien.

De vertegenwoordigers van 4 Uithoornse sportverenigingen, Roeivereniging Michiel de Ruyter, UWTC (wielersport), AKU (atletiek) en de Golfcentrum Uithoorn hebben de intentie uitgesproken om in de vorm van een soort 'ketenaanbod' kennismakingslessen golfen-wandelen-fietsen-roeien te gaan organiseren. Ook Boule Union Thamen kan wellicht meedoen. Hetzelfde geldt voor kracht- of fysieke training via een sportschool zoals Tim'z Gym. Het is de bedoeling dat de toegang tot dit sportaanbod laagdrempelig is en het sporten laag intensief wordt aangeboden. Dus deelname is ook haalbaar voor mensen met een chronische aandoening of die nooit of langdurig niet gesport hebben. Sportplezier staat voorop en een kop koffie na afloop is mogelijk.

De begeleiding tijdens het sporten wordt aangeboden door de verenigingen zelf, dit kan op individuele basis of in kleine groepjes. Accommodatie en materialen zijn ook beschikbaar bij de verenigingen.

Het doel is dat mensen lid worden van één van de verenigingen, dus een toename van het aantal leden in de leeftijdscategorie 60 jaar en ouder.

Mogelijk wordt er een combilidmaatschap ontwikkeld door de verenigingen.

De kennismakingslessen kunnen t.z.t. aangeboden worden vanuit Sportpas Uithoorn 2020. Tot die tijd is een overbruggingsbudget wenselijk. In de toekomst kan er samenwerking worden gezocht met andere sportverenigingen, zodat deze kunnen aansluiten.

Voor de promotie van dit combipakket wordt een concreet plan ontwikkeld en samenwerking gezocht met Uithoorn Voor Elkaar, de eerstelijnsgezondheidszorg en de gemeente.

Mijlpalen

- Maart 2020: opname in het sportakkoord
- April 2020: aanvang kennismakingslessen



4C Bewegen maakt je groot!

Thema 4: Gezonde leefstijl en vaardig in bewegen

Kinderen bewegen minder, maar zijn ook minder (motorisch) vaardig. Bewegen is goed voor de fysieke en sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen en leidt tot een actieve, gezonde leefstijl. Door bewegen word je sterk en krijg je zelfvertrouwen. Voorop staat het ervaren van plezier in bewegen. Ieder kind houdt van bewegen, als het maar op maat wordt aangeboden, dan komt de motivatie vanzelf.

Doel

Het bevorderen van de motorische vaardigheid van de Uithoornse kinderen.
Hierbij wordt optimaal gebruik gemaakt van de expertise van professionals en het huidige (aangepast) sport en beweegaanbod.

Doelgroep

De leerlingen van alle basisscholen in Uithoorn. Er is hierbij speciale aandacht voor kinderen met een dreigende achterstand in de motorische ontwikkeling, gedragsproblemen (ADHD, Autisme etc.), een specifieke behoefte en kinderen die van huis uit minder worden gestimuleerd tot bewegen.

Hoe?

Het ontwikkelen van samenwerkingsafspraken voor het vroegtijdig signaleren van kinderen met een motorische ontwikkelingsachterstand en het aanbieden van een goed traject voor kinderen met een motorische ontwikkelingsachterstand, gedragsproblemen, specifieke behoefte bij het vinden van passende zorg en sport.

Het plan in grote lijnen:

Bij alle leerlingen van de Uithoornse basisscholen wordt, in de onderbouw, een motorische screening afgenomen door de vakleerkrachten gymnastiek. Er wordt een valide screeningsinstrument gebruikt en de vakleerkrachten zijn of worden getraind in de afname en registratie van de resultaten.

Naar aanleiding van de screening kan een vakleerkracht een advies uitbrengen in de vorm van:

- Een beweegkaart.
- Een sportadvies of Club Extra lessen.
- Deelname aan MRT (Motorische Remedial Teaching). Deze lessen worden gegeven door de vakleerkrachten gymnastiek binnen of direct na schooltijd.
- Verwijzing naar de (eerstelijnszorg) o.a. kinderfysiotherapie
- Een combinatie van bovengenoemde.
- Het traject wordt vastgelegd in een stroomschema.

Samenwerkingspartners

een afvaardiging vanuit de scholen en vakleerkrachten gymnastiek, de gemeente, Uithoorn voor Elkaar (Videt), de sportverenigingen, de kinderopvang, kinderfysiotherapeuten.

Traject

Starten met het oprichten van een werkgroep waarin alle samenwerkingspartners vertegenwoordigd zijn. Er wordt een haalbaar plan met duidelijk einddoel gemaakt. Evaluatie en bijstellen van het plan.

Mijlpalen

- Maart 2020: opname in het sportakkoord
- September 2020: aanvang van het project "Bewegen maakt je groot!"

Budget

- Vergoeding aanjager/projectleider en leden van de werkgroep.
- Vergoeding van de extra uren van vakleerkrachten gymnastiek, andere professionals en evt. het huren van accommodatie.
- De kosten van evt. nascholing.
- Benutten van voorzieningen zoals het Jeugdfonds Sport en Cultuur.