

Bijlagen

Rapportage Sportstimulering Berg en Dal 2020



Leeswijzer

Bijlage 1: Betrokken organisaties 2020 3

Bijlage 2: Uitleg beweegnormen 11

Bijlage 3: De gevolgen van Corona voor de sport in cijfers 14

Bijlage 1: Betrokken organisaties 2020

Sportstimulering Berg en Dal probeert zoveel mogelijk organisaties en verenigingen te betrekken binnen het concept van Sportstimulering. Ieder jaar wordt het aantal betrokken organisaties verder uitgebreid. Naast sportaanbieders zoekt Sportstimulering Berg en Dal ook de samenwerking met partijen uit andere branches (o.a. kinderopvang, onderwijs, zorg en ondernemers).

Onderstaand wordt een overzicht gegeven van de betrokken organisaties binnen het concept van Sportstimulering Berg en Dal in 2020. Steeds wordt per organisatie aangegeven hoe de betrokkenheid is, op welke doelgroep(en) men zich richt en in welke gebieden de betrokken partij actief is. Om de betrokkenheid aan te geven wordt gebruik gemaakt van een schaal van 0 tot 4. Wat deze cijfers betekenen is terug te vinden in de onderstaande legenda.

Legenda:

0= contact, maar geen concrete afspraken

1= in gesprek/ neemt deel in netwerk

2= organiseert een aantal activiteiten rond Sportstimulering

3= organiseert meerdere activiteiten en werkt samen rond Sportstimulering

4= neemt kartrekkersrol in binnen Sportstimulering

Organisatie	Betrokkenheid	Type organisatie	Doelgroep	Actieve gebieden
Gemeente Berg en Dal (o.a. afdelingen Sport, Gezondheid en Participatie).	4	Gemeente	Alle inwoners gemeente Berg en Dal	Groesbeek, Beek-Ubbergen, Millingen
Forte Welzijn	4	Welzijns-organisatie	Alle inwoners gemeente Berg en Dal	Groesbeek, Beek-Ubbergen, Millingen

<u>SPOG</u> <ul style="list-style-type: none"> - Op de Heuvel - Op de Horst - Titus Brandsma - De Sieppe - 't Vossenhol - Carolusschool - Adelbrecht - Breedeweg 	4	scholen	Jeugd (Kinderen)	Groesbeek
<u>Condor</u> <ul style="list-style-type: none"> - De Biezenkamp - Op Weg - 't Bijenveld - St. Laurentius - St. Martinusschool 	4	Scholen	Jeugd (Kinderen)	Beek-Ubbergen en Millingen
<u>Montessori College</u> <ul style="list-style-type: none"> - Groesbeek 	4	Scholen	Jeugd (Jongeren)	Groesbeek
Uniek Sporten	4	Sportloket aangepast sporten	Mensen met beperking	Groesbeek, Beek- Ubbergen en Millingen
Kwiek actieve leefstijl (incl. In Beweging)	4	Sportvereniging	Senioren	Groesbeek, Beek- Ubbergen en Millingen
GGD regio Gelderland- Zuid	3	GGD Gelderland- zuid	Jeugd/ Volwassenen/ Senioren	Groesbeek, Beek- Ubbergen en Millingen
Humanitas Millingen	3	Kinderopvang	Jeugd	Millingen

De Hazenkamp	3	Sportvereniging	Jeugd/ Mensen met beperking	Groesbeek, Beek-Ubbergen en Millingen
Sociale Teams Berg en Dal	1	Gemeente Berg en Dal	Kwetsbare doelgroepen	Groesbeek, Beek-Ubbergen en Millingen
Kindercentrum Domino	1	Kinderopvang	Jeugd	Groesbeek
Switch Millingen	3	Sportvereniging	Jeugd / Senioren	Millingen
Aqua Novio	2	Sportvereniging	Mensen met beperking	Groesbeek
TV Groesbeek	3	Sportvereniging	Jeugd / Mensen met beperking / Senioren	Groesbeek
Zwembad de Lubert	2	Sportaccommodatie	Jeugd/ Volwassenen/ Senioren	Groesbeek, Beek-Ubbergen en Millingen
Ikaros volleybal	3	Sportvereniging	Jeugd / Senioren	Groesbeek
Dance Centre E-linepro	1	Sportvereniging	Jeugd	Groesbeek Beek-Ubbergen
Zwemvereniging Groesbeek	2	Sportvereniging	Jeugd / Volwassenen	Groesbeek
Let's Go hardlopen	1	Sportvereniging	Jeugd / Volwassenen / Senioren	Groesbeek

Judovereniging Groesbeek	3	Sportvereniging	Jeugd / Mensen met beperking / Senioren	Groesbeek
Sportclub Werkenrode	1	Sportvereniging	Mensen met beperking	Groesbeek
Total Vit	2	Sportcentrum	Jeugd/ Volwassenen/ Senioren	Groesbeek
TV de Oorsprong	3	Sportvereniging	Jeugd / Senioren	Beek-Ubbergen
BVC'21	1	Sportvereniging	Jeugd / Senioren	Beek-Ubbergen
De Treffers	3	Sportvereniging	Jeugd / Mensen met beperking / Senioren	Groesbeek
Judo Theunissen	2	Sportvereniging	Jeugd / Mensen met beperking / Senioren	Beek-Ubbergen en Groesbeek
Golfclub Rijk van Nijmegen	1	Sportvereniging	Jeugd / Mensen met beperking / Senioren	Groesbeek
Badminton Groesbeek	3	Sportvereniging	Jeugd / Senioren	Groesbeek
Korfbal de Horst	2	Sportvereniging	Jeugd / Senioren	Groesbeek
Groesbeeks Glorie	2	Sportvereniging	Jeugd / Senioren	Groesbeek

Loopgroep Ooijpolder	1	Sportvereniging	Senioren	Beek-Ubbergen
ODIO Korfbal	1	Sportvereniging	Jeugd / Senioren	Millingen
Klimop Korfbal	1	Sportvereniging	Jeugd / Senioren	Millingen
Petanque Beek	2	Sportvereniging	Jeugd / Senioren	Beek-Ubbergen
Germania	2	Sportvereniging	Jeugd / Mensen met beperking / Senioren	Groesbeek
SVO(korfbal)	1	Sportvereniging	Jeugd / Senioren	Beek-Ubbergen
SC Millingen	3	Sportvereniging	Jeugd / Senioren	Millingen
GTTC tafeltennis	3	Sportvereniging	Jeugd / Senioren	Groesbeek
Manege klein Amerika	1	Sportvereniging	Jeugd / Senioren	Groesbeek
Dansschool D&D	2	Sportvereniging	Jeugd	Groesbeek, Beek-Ubbergen, Millingen
Groesbeekse Boys	2	Sportvereniging	Jeugd / Senioren	Groesbeek
Van Deelen Sports	2	Sportaanbieder	Jeugd/ Senioren	Groesbeek, Beek-Ubbergen, Millingen
Radical Sports	1	Sportaanbieder	Jeugd/ Senioren	Beek-Ubbergen
Centrumrun Groesbeek	2	Evenement	Jeugd / Volwassenen/ Senioren	Groesbeek

Stichting Wandelen in Vrijheid	1	Evenement	Volwassenen/ Senioren	Groesbeek, Beek- Ubbergen en Millingen
Wandelvereniging Magnus	1	Vereniging	Volwassenen/ Senioren	Groesbeek, Beek- Ubbergen en Millingen
Wandelvereniging de Bosbesjes	1	Vereniging	Volwassenen/ Senioren	Groesbeek, Beek- Ubbergen en Millingen
Commissie Zevenheuvelentocht	1	Evenement	Volwassenen/ Senioren	Groesbeek, Beek- Ubbergen en Millingen
Wandelvereniging de Roodborstjes	1	Vereniging	Volwassenen/ Senioren	Groesbeek, Beek- Ubbergen en Millingen
Wandelvereniging Mooi Nederland	1	Vereniging	Volwassenen/ Senioren	Groesbeek, Beek- Ubbergen en Millingen
Running Kids Groesbeek (Daphne Panhuysen)	2	ZZP'er	Jeugd	Groesbeek
Omloop der Zevenheuvelen	1	Evenement	Jeugd/ Mensen met beperking/ Volwassenen/ Senioren	Groesbeek, Beek- Ubbergen en Millingen
VVLK voetbal	1	Sportvereniging	Jeugd/ Senioren	Millingen
SVO(voetbal)	1	Sportvereniging	Jeugd/ Senioren	Beek-Ubbergen
DVSG (voetbal)	1	Sportvereniging	Jeugd/ Senioren	Groesbeek
Fysiotherapie John Langen	3	Fysiotherapie	Jeugd/ Senioren	Groesbeek

Baseline Diëtisten (Marielle Claassen)	2	Diëtist	Jeugd/ Senioren	Groesbeek, Beek- Ubbergen, Millingen
Leefstijlcoach Die eet (Sonja Edelaar)	1	Leefstijlcoach	Jeugd/ Senioren	Groesbeek, Beek- Ubbergen, Millingen
Leefstijlcoach Presence for u (Francien Strijbosch)	1	Leefstijlcoach	Senioren	Groesbeek
Werkenrode	1	Zorginstelling	Jeugd	Groesbeek
Pluryn	2	Zorginstelling	Jeugd	Groesbeek
Kemnade	1	Zorginstelling	Jeugd	Groesbeek
Active Studio	1	Sportcentrum	Jeugd/ Senioren	Groesbeek
Mavericks (rolstoelrugby)	1	Sportvereniging	Jeugd/ Volwassenen	Groesbeek, Beek- Ubbergen, Millingen
Stalhouderij Kasteelsche Hof (aangepast paardrijden)	1	Sportaanbieder	Jeugd/ Volwassenen	Groesbeek, Beek- Ubbergen, Millingen
RKHV Union (rolstoelhockey)	1	Sportvereniging	Jeugd/ Volwassenen/ Senioren	Groesbeek, Beek- Ubbergen, Millingen
Stichting Koprol (aangepast sporten)	3	Sportaanbieder	Jeugd/ Volwassenen/ Senioren	Groesbeek, Beek- Ubbergen, Millingen
Reuma Patiënten Vereniging Nijmegen e.o.	1	Sportvereniging	Volwassenen/ Senioren	Groesbeek, Beek- Ubbergen, Millingen

Handbikevereniging Bocht 18	1	Sportvereniging	Jeugd/ Volwassenen/ Senioren	Groesbeek, Beek- Ubbergen, Millingen
Judo Tomoda	1	Sportvereniging	Jeugd	Groesbeek, Beek- Ubbergen, Millingen
7-hills survival	1	Sportaanbieder	Jeugd	Groesbeek, Beek- Ubbergen, Millingen

Uit de lijst met betrokken organisaties kan worden geconcludeerd dat naast de 8 vaste samenwerkingspartners in 2020, (Gemeente Berg en Dal, Forte Welzijn, Uniek Sporten, SPOG, Condor, Montessori College, Kwiek actieve leefstijl en GGD Gelderland-Zuid) 64 andere organisaties betrokken zijn bij de Sportstimulering in 2020.

Deze organisaties bestaan voor het merendeel uit sportverenigingen of commerciële sportaanbieders. Daarnaast bestaat de betrokkenheid uit organisaties vanuit diverse andere branches als: kinderopvang, onderwijs, zorg, welzijn, (re-)integratie en gezondheid. Ook een aantal evenementen maken deel uit van het concept Sportstimulering Berg en Dal. Sport wordt in samenwerking met deze organisaties niet altijd als doel op zichzelf ingezet. Regelmatig wordt sport ook als middel ingezet om doelen uit de andere branches te kunnen verwezenlijken. Zo heeft bijvoorbeeld de samenwerking met de Sociale Teams en met de afdeling (re-)integratie onze aandacht gehad in 2020. Deze samenwerking willen we in 2021 verder door-ontwikkelen.

In totaal zijn er 70 organisaties (vanuit de gemeente Berg en Dal en Forte Welzijn bekeken) waarmee een samenwerking is geweest binnen Sportstimulering Berg en Dal in 2019. De gemeente Berg en Dal en Forte Welzijn zijn daarin niet meegenomen omdat zij katrekkers van het gehele concept zijn. In 2016 waren dit 35 betrokken organisaties, in 2017 waren dat 50 betrokken organisaties, in 2018 waren dat 61 betrokken organisaties en in 2019 waren dat 70 organisaties. We zien daarmee een stagnatie van het aantal betrokken organisaties in het afgelopen jaar. Naast het betrekken van nieuwe organisaties is het onderhouden van goede warme contacten met betrokken organisaties erg belangrijk voor het Sportteam.

Van die 70 organisaties zijn er 28 organisaties die op meerdere gebieden binnen de gemeente georiënteerd zijn. Van de 70 organisaties zijn er 6 alleen gericht op Millingen, 7 organisaties zijn alleen gericht op Beek-Ubbergen. Tot slot zijn er 29 organisaties alleen op Groesbeek gericht. Dat betekent dat het overgrote deel van de samenwerkingspartners zich richt op Groesbeek of op meerdere kernen binnen de gemeente Berg en Dal. Dat valt te verklaren met het feit dat een groot deel van de sportaanbieders gevestigd is in Groesbeek.

Bijlage 2: Uitleg beweegnormen

Regelmatig sporten en bewegen is goed voor je gezondheid. Maar hoeveel moet je bewegen? En welke beweging is goed voor je? De Beweegrichtlijnen geven antwoord op deze vragen.

Wat zijn de beweegrichtlijnen

De Beweegrichtlijnen geven advies over de hoeveelheid lichaamsbeweging die nodig is voor een goede gezondheid. Op verzoek van het ministerie van VWS heeft de Commissie Beweegrichtlijnen van de Gezondheidsraad in 2017 een update gedaan op basis van nieuwe wetenschappelijke inzichten. Met deze update zijn de vroegere beweegnorm (30 minuten beweging per dag), combinorm en fitnorm aangepast en samengevoegd in de beweegrichtlijnen.

Voor wie zijn de Beweegrichtlijnen?

De Beweegrichtlijnen zijn er voor kinderen vanaf 4 jaar, volwassenen en ouderen. Voor kinderen van 0-4 jaar zijn er in Nederland nog geen beweegrichtlijnen opgesteld.

Hoe zien de beweegrichtlijnen eruit?

<p>Kinderen 4 t/m 18 jaar</p> <p>1 uur per dag matig intensief bewegen</p> <p>3x per week spier- en botversterkende activiteiten</p>	<p>Volwassenen en ouderen</p> <p>2,5 uur per week matig intensief bewegen</p> <p>2x per week spier- en botversterkende activiteiten</p> <p>Balansoefeningen voor ouderen</p>
---	--

Wat zijn spier- en botversterkende activiteiten

Spierversterkende activiteiten: het trainen van kracht, uithoudingsvermogen en omvang van de spieren, bijvoorbeeld met hardlopen, bootcamps en waveboarden

Botversterkende activiteiten: het lichaam met het eigen gewicht belasten, bijvoorbeeld met trampoline- en touwtjespringen.

Visuele uitwerking beweegrichtlijnen

Op de volgende pagina's worden de beweegrichtlijnen aan de hand van een duidelijke infographic weergegeven.



In het algemeen geldt:

- 1**

Elke vorm van beweging telt en heeft een positief effect
- 2**

Kies zelf de manier van bewegen die bij jou past
- 3**

Maak bewegen een vast onderdeel van je dagelijks leven

Jeugd 4 tot 18 jaar **Hoeveel kan ik bewegen om gezond te blijven?** **Volwassenen en ouderen**

<p>1 uur per dag matig intensief bewegen</p> <p>Matig intensief is als je ademhaling sneller wordt.</p>	<p>3x per week spier- en botversterkende activiteiten</p> <p>Zoals volleybal, dansen, buiten spelen en fietsen.</p>	<p>2,5 uur per week matig intensief bewegen</p> <p>Verspreid het bewegen over meerdere dagen.</p>	<p>2x per week spier- en botversterkende activiteiten</p> <p>Voor ouderen in combinatie met balansoefeningen.</p>
--	--	--	--

Meer weten over de (specifieke) Beweegrichtlijnen?
Kijk dan op www.kenniscentrumsportenbewegen.nl/beweegrichtlijnen

Hoe *intensief* beweeg jij?

De intensiteit van een activiteit kan per persoon verschillen.

- **Licht intensief:** je hebt geen merkbare verhoogde hartslag of versnelde ademhaling.
- **Matig intensief:** je hebt een verhoogde hartslag en een versnelde ademhaling.
- **Zwaar intensief:** je zweet en raakt buiten adem.

Elke activiteit kan je langer en/of zwaarder maken of vaker doen. Dit zorgt ook nog eens voor afwisseling.



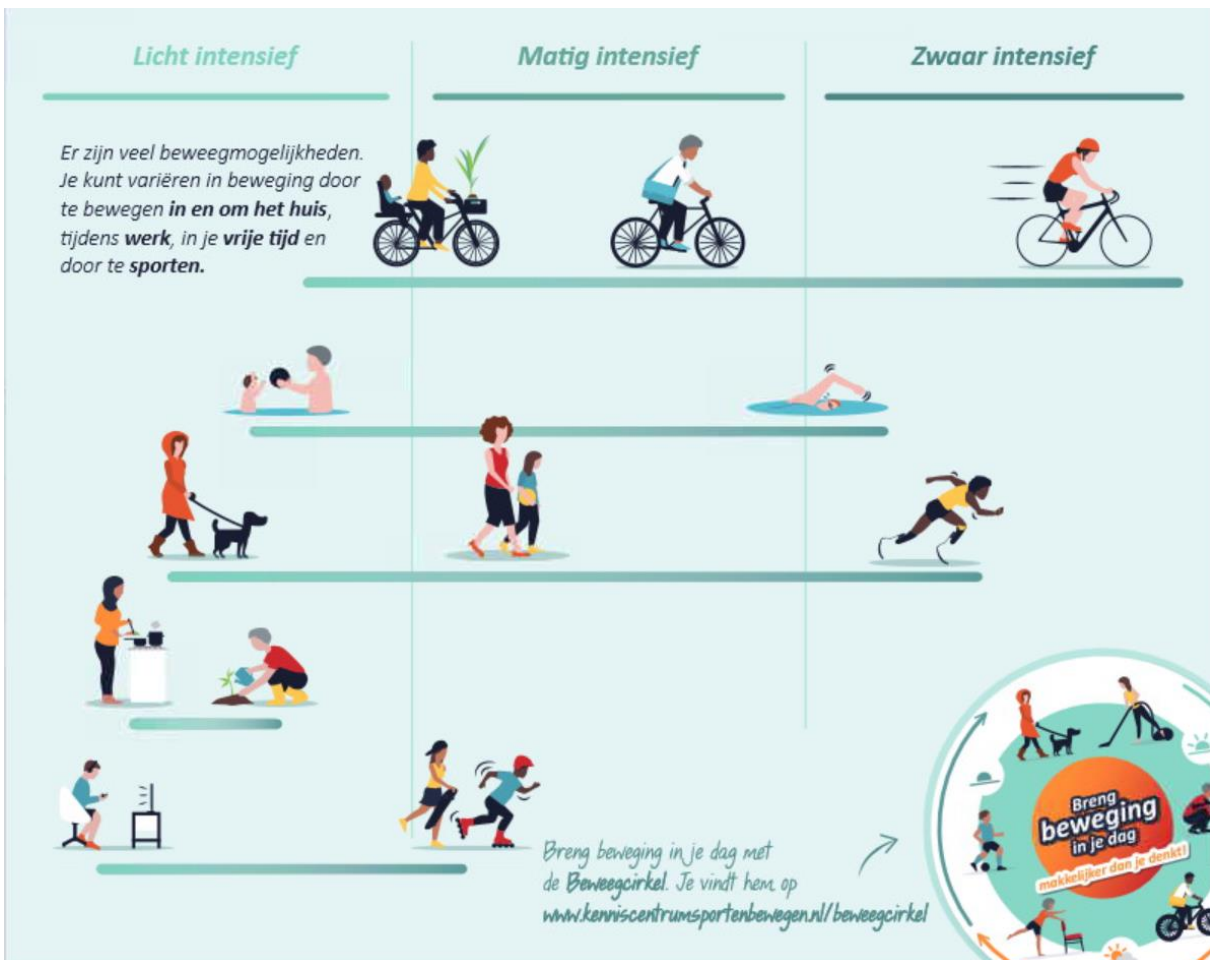
Waar en hoe beweeg jij? Er is veel mogelijk!

Licht intensief

Matig intensief

Zwaar intensief

Er zijn veel beweegmogelijkheden. Je kunt variëren in beweging door te bewegen **in en om het huis**, tijdens **werk**, in je **vrije tijd** en door te **sporten**.



Bijlage 3: De gevolgen van Corona voor de sport in cijfers

Het coronavirus en de maatregelen ter bestrijding hiervan hebben Nederland grotendeels stilgelegd. Halverwege maart 2020 werd iedereen gevraagd zoveel mogelijk thuis te blijven. Sporten op de vereniging of in de sportschool was op dat moment niet mogelijk. Het Mulier Instituut geeft antwoord op 5 vragen over de gevolgen van de coronamaatregelen op sporten, bewegen en de sportsector.

1. Zijn mensen tijdens de coronamaatregelen meer of minder gaan bewegen?

Tijdens de maatregelen hadden mensen meer tijd. Geen verplichte sportlessen, geen reistijd naar school en/of werk en ze konden niet meer op visite. Hoewel je zou denken dat er dus meer tijd was om te sporten en bewegen, is de sport- en beweegdeelname in de periode van de coronamaatregelen afgenomen. Begin april gaf 38 procent van de volwassenen aan dat zij [minder sporten](#) en bewegen dan in een normale lente (13% sportte en bewoog meer). Een flinke afname is te zien in het fietsen en wandelen naar werk. Vanwege de oproep om zoveel mogelijk thuis te werken, is er tijdelijk veel minder woon-werkverkeer. Wel maakten Nederlanders vaker een ommetje of fietstocht. Dit was echter niet genoeg om de algehele afname in sport en bewegen te compenseren.

2. En hoe zit dat bij kinderen? Zijn zij meer gaan buitenspelen?

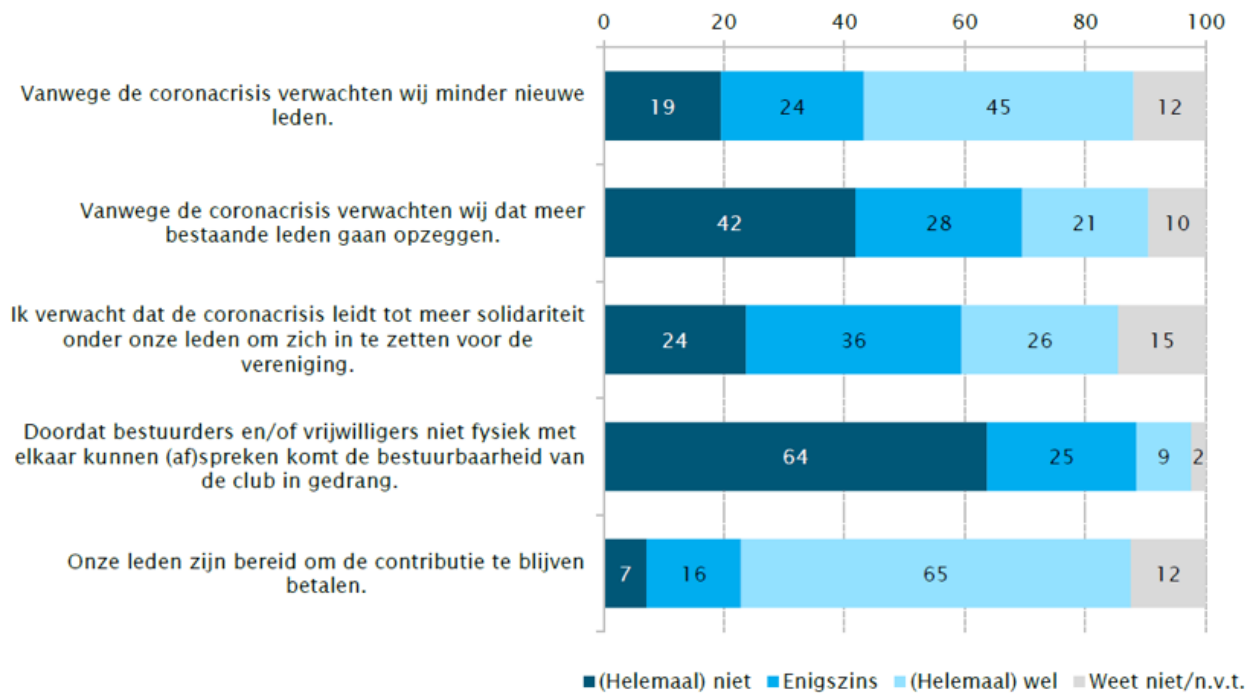
Bij kinderen zijn de grote verschillen tussen leeftijdsgroepen opvallend. Kinderen in de basisschoolleeftijd hebben in april een veel grotere terugval in sport- en beweegactiviteit laten zien (50%) dan kinderen in de middelbare schoolleeftijd (15%). Het wegvallen van (georganiseerde) sportactiviteiten is maar beperkt gecompenseerd door meer buitenspelen. Opvallend is dat de [verschillen tussen kinderen](#) groter zijn geworden. Kinderen die al weinig buiten speelden, zijn dit nog minder gaan doen, terwijl kinderen die al veel buiten speelden, dit nog wat meer zijn gaan doen.

3. Dit voorjaar konden we niet sporten bij de sportvereniging. Wat voor invloed hadden de coronamaatregelen op de sportverenigingen?

Vier op de tien sportverenigingen in Nederland maakten zich in april ([ernstige](#)) [zorgen](#) over de gevolgen van de coronacrisis voor de vereniging. Er zijn met name zorgen over verlies van leden/vrijwilligers en inkomstenderving. Ruim vier op de tien verenigingen verwachten minder nieuwe leden en één op de vijf verenigingen verwacht dat meer bestaande leden hun lidmaatschap gaan opzeggen.

Ondanks de zorgen blijkt het merendeel van de verenigingen veerkrachtig. Met veerkracht wordt het vermogen van de vereniging bedoeld om de impact van de coronacrisis te absorberen en terug te veren naar de situatie van voor de coronacrisis. In april gaven twee op de drie verenigingen (67%) aan vertrouwen te hebben om de gevolgen van de coronacrisis te overleven. Het vertrouwen in de veerkracht van de vereniging daalt naarmate verenigingen een groter gedeelte van de begrote inkomsten verwachten mis te lopen door de coronacrisis en lijkt dus afhankelijk van de financiële gevolgen van de coronacrisis. In september wordt een nieuwe peiling bij sportverenigingen uitgezet om zicht te krijgen op de actuele situatie en verwachtingen en hun ervaringen met de start van het nieuwe sportseizoen. De resultaten van deze peiling worden begin november openbaar.

Figuur 3.4 Verwachte gevolgen coronacrisis voor sportverenigingen (in procenten, n=3.256)



Bron: Mulier Instituut, Vragenlijst impact coronacrisis op sportverenigingen, april 2020.

4. Wat voor financiële gevolgen hebben de coronamaatregelen voor de sportsector als geheel?

De totale [inkomstenderving voor de sportsector](#) tot 1 augustus wordt geschat op ruim 1,5 miljard euro. De inkomstenderving is groter, acuter en directer bij sportondernemers en evenementenorganisatoren, maar ook verenigingen, bonden en het betaald voetbal met eigen accommodaties en personeel in vaste dienst worden hard getroffen door de coronamaatregelen.



Voor ongeveer een derde van de totale inkomstenderving kunnen kosten worden bespaard en nog eens een derde wordt gecompenseerd met steunmaatregelen van de overheid. De uiteindelijke schade van de coronamaatregelen op de sportsector wordt geschat op 0,4 tot 0,6 miljard euro tot 1 augustus 2020. Dit bedrag is een (in)schatting op basis van de beschikbare kennis van eind juni 2020.

5. Er is inmiddels weer veel veranderd. Hoe gaat het nu?

De coronamaatregelen en daarmee de gevolgen voor sporten, bewegen en de sportsector veranderen continu. De daadwerkelijke schade voor de sport als gevolg van de coronacrisis zal over heel 2020 hoger zijn. Dit vanwege de maatregelen die nog gelden en vanwege de gevolgschade. Een goed en definitief beeld van de schade in 2020 wordt pas midden 2021 zichtbaar.

Om de gevolgen van de coronacrisis goed te (blijven) monitoren is het kennisconsortium Sport en corona opgericht. In dit consortium hebben het Mulier Instituut en Kenniscentrum Sport & Bewegen op verzoek van de uitvoeringsalliantie van het Nationaal Sportakkoord (ministerie van VWS, Vereniging Sport en Gemeenten en NOC*NSF) hun krachten gebundeld. Met als belangrijkste opdracht voor het Mulier Instituut om de gevolgen van de coronamaatregelen voor de sport te (blijven) monitoren. Kenniscentrum Sport & Bewegen heeft het platform www.sportencorona.nl ontwikkeld om de beschikbare kennis, data en praktijkvoorbeelden te delen. Daarnaast brengt het kennisconsortium vertegenwoordigers van de sportsector, het beleid en kennisinstellingen bijeen, om zo een kortcyclische uitwisseling en afstemming mogelijk te maken van beschikbare data en kennis, opkomende beleidsvragen en ervaringen met ingezet beleid en getroffen steunmaatregelen.