

Bewegen in Ridderkerk

Beweegvisie 2009 Gemeente Ridderkerk

Inleiding

Regelmatig bewegen is goed voor de gezondheid. Regelmatig bewegen draagt niet alleen bij aan de preventie van overgewicht, diabetes, maar ook aan preventie van depressie, hart- en vaatziekten en dementie. Daarnaast leidt meer bewegen tot grotere zelfredzaamheid en levert het een bijdrage aan de participatie en integratie van mensen. Bewegen is effectief als men structureel en voldoende beweegt. Om te bepalen wanneer iemand voldoende beweegt is er een Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB) ingesteld. Dit wordt ook wel de beweegnorm genoemd. Volwassenen voldoen aan deze norm als ze op minimaal vijf dagen van de week dertig minuten matig intensief actief zijn.

Sport is een belangrijk onderdeel van de beweegvisie aangezien sporten en bewegen grotendeels samen gaan. Het begrip bewegen is echter breder dan het begrip sporten. Bewegen is ook fietsen naar het werk, of een recreatieve wandeling maken op zondagmiddag. Gezien het brede karakter van het begrip bewegen spreken wij over een beweegvisie.

De beweegvisie is als volgt opgebouwd. Allereerst wordt bekeken hoe de huidige situatie in Ridderkerk is op gebied van bewegen. Trends, ontwikkelingen en knelpunten worden hierbij omschreven. Daarna volgt er een korte algemene visie. Om deze beweegvisie meer inhoud en vorm te geven wordt vervolgens een onderscheid gemaakt in een inhoudelijke en een organisatorische visie. Bij de inhoudelijke visie staat meer bewegen van Ridderkerkers centraal en wordt deze geconcretiseerd in een aantal uitgangspunten en randvoorwaarden. De organisatorische visie gaat uit van de multidisciplinaire samenwerking met partners en partijen die zorg kunnen dragen voor meer bewegen van mensen in Ridderkerk. Immers, een multidisciplinaire aanpak vraagt om nauwe samenwerking. Ook in de organisatorische visie worden een aantal uitgangspunten geconcretiseerd.

De beweegvisie is gebaseerd op verschillende analyses die de huidige trends en ontwikkelingen in Ridderkerk weergeven. Daarbij is o.a. gebruik gemaakt van de gezondheidsenquête 2008 van de GGD, de beweegscan 2008 van de SRS en is er een koppeling gemaakt met andere (gerelateerde) beleidsterreinen van gemeente Ridderkerk, zoals de gezondheidsnota 2008, de sportnota 2005-2009, het WMO beleid 2008-2011 en de armoedenota 2007. Op basis van deze documenten zijn er analyses geformuleerd ten behoeve van de beweegvisie. Deze staan vermeld in de bijlagen. De eerste bijlage is een actiepuntenlijst, hierin worden de – al in gang gezette – projecten omschreven. De tweede bijlage is een uitgebreide omschrijving van huidige trends, ontwikkelingen en knelpunten. Beide bijlagen dienen als achtergrondinformatie voor de beweegvisie.

Bewegen in Ridderkerk

Hoe staat het er nu voor met het bewegingsgedrag van Ridderkerkers? In de huidige situatie zijn een aantal trends en ontwikkelingen waarneembaar die hieronder in het kort omschreven worden. Hierbij is een onderscheid gemaakt tussen jeugd (0 t/m 21 jaar), volwassenen (21+) en ouderen (65+).

Over het algemeen is het bewegingsgedrag van jeugdigen in Ridderkerk goed gesteld. Uit onderzoek blijkt dat het merendeel van de Ridderkerkse jongeren lid is van een sportvereniging. Daarnaast krijgen jongeren bewegingsactiviteiten aangeboden via het onderwijsprogramma. Binnen het onderwijs heerst de wens om bewegen verder te integreren in het onderwijsprogramma door middel van bijvoorbeeld het invoeren van een tweede gymmuur. In het kader van de brede school wordt bewegen ook geïntegreerd in het naschoolse programma. In september 2009 starten er zogeheten combinatiefuncties in Ridderkerk. Zij verbinden de sectoren onderwijs, sport en cultuur en dragen in hun functie bij aan meer bewegen door jongeren.

Op het gebied van jeugd en bewegen zijn een aantal knelpunten waarneembaar. Zo is uit onderzoek is gebleken dat kinderen uit “arme” gezinnen vaak niet lid kunnen worden van een sportvereniging wegens geldgebrek. De gemeente Ridderkerk heeft het maatschappelijk participatiefonds waarbij bijvoorbeeld lidmaatschap van een sportvereniging vergoed wordt door de gemeente. Daarnaast zijn er op gezondheidswijk een aantal punten waar jongeren mee te maken hebben. Een gezondheidsklacht die in de huidige maatschappij veel voorkomt is overgewicht. Ridderkerk heeft hier speciale programma's voor zoals Club Xtra NRG waarbij kinderen met overgewicht samen met hun ouders gezond leren eten en bewegen.

De Ridderkerkse volwassenen bewegen over het algemeen minder dan de Ridderkerkse kinderen. Slechts 38,6% van de Ridderkerkse inwoners van 16 jaar en ouder geven aan dat zij meestal voldoende bewegen. Daar tegenover geeft 24,8% aan dat zij onvoldoende bewegen ten opzichten van de beweegnorm. De meest voorkomende reden die Ridderkerkse volwassenen ervan weerhoudt om

te bewegen is dat men zijn of haar bewegingsgedrag al voldoende vindt. Daarnaast is gebrek aan tijd een veelgenoemde reden om niet te bewegen.

De vergrijzing in Ridderkerk is sterk toegenomen, waardoor er veel ouderen in Ridderkerk wonen. Voor zowel hun geestelijke als lichamelijke gezondheid is het van groot belang dat zij voldoende bewegen. Eenzaamheid en het verkeren in een sociaal isolement is een maatschappelijk probleem wat landelijk veel voorkomt onder ouderen. Bewegen en sporten speelt een belangrijke rol in preventie van deze maatschappelijke problemen.¹

Een andere ontwikkeling is dat bepaalde doelgroepen achter blijven op de beweegnorm. Om deze groepen te stimuleren te bewegen is specifieke aandacht nodig. De doelgroepen die bedoeld worden zijn o.a. mensen met een motorische of psychische beperking, chronisch zieken, mensen met 'vage' gezondheidsklachten, kinderen met leerachterstand en mensen met een inkomen onder het minimumniveau. Momenteel zijn er al een aantal sport- en beweegprogramma's die zich richten op deze doelgroepen. Zo is er voor mensen met gezondheidsklachten het programma Bewegen op Recept waarbij cliënten via de huisarts een doorverwijzing krijgen voor een beweegcursus. Hierbij is sprake van integrale samenwerking tussen o.a. huisartsen, fysiotherapeuten en sportverenigingen. Voor mensen met een inkomen onder het minimumniveau is het eerder genoemde maatschappelijk participatiefonds beschikbaar. Voor mensen in een rolstoel is er een gemeentelijke regeling waarbij de gemeente sportrolstoelen vergoedt.²

Naast het feit dat meer bewegen bevorderlijk is voor de gezondheid, staat plezier in het bewegen ook centraal. De intrinsieke waarde van bewegen is waardevol en mag niet vergeten worden.

Algemene visie

Bij het opstellen van de beweegvisie is de huidige situatie met haar trends, ontwikkelingen en knelpunten als uitgangspunt genomen. In dit visiedocument wordt de gezamenlijke toekomstige koers van bewegen in Ridderkerk in kaart gebracht. Het doel is dat mensen gestimuleerd worden te bewegen. Plezier in bewegen staat daarbij centraal. Met name de dienstverlening in de eerstelijnszorg is goed in staat een motiverende rol te spelen en mensen te stimuleren deel te nemen aan beweegactiviteiten. Samen met de betrokken partners in Ridderkerk willen de gemeente een 'Beweegvisie Ridderkerk' ontwikkelen. Door middel van een multidisciplinaire aanpak en goede leefstijladvisering kan meer bewegen voor alle Ridderkerkers gerealiseerd worden.

De visie op meer bewegen in Ridderkerk luidt als volgt:

Iedere inwoner van Ridderkerk heeft de mogelijkheid in elke fase van zijn of haar leven, naar eigen voorkeur, op grond van zelf gekozen motieven en/of gestimuleerd door anderen, op een veilige en laagdrempelige manier, aan bewegingsactiviteiten van goede kwaliteit deel te nemen.'

Inhoudelijke visie

Uitgangspunten

Gemeente Ridderkerk is de laatste jaren op een andere manier naar sport en bewegen gaan kijken en meer dan voorheen wordt het accent gelegd op integratie met maatschappelijke doelen zoals: preventie van gezondheidsklachten, zelfredzaamheid, leefbaarheid, en participatie. Kortom, meer bewegen heeft een aantal belangrijke functies die een positieve bijdrage levert aan:

- een goede gezondheid en een vermindering van de gezondheidsklachten
- een betere leefbaarheid en sociale cohesie in Ridderkerk
- het op gang brengen van integratieprocessen en participatie van inwoners in Ridderkerk
- een betere benutting van de vrijetijdsbesteding; bewegen met plezier
- bijbrengen van normen en waarden, sociale vaardigheden en discipline
- zelfontplooiing, zelfontwikkeling en zelfredzaamheid
- Aandacht voor specifieke doelgroepen zoals mensen met een motorische of psychische beperking, chronisch zieken, mensen met 'vage' gezondheidsklachten en kinderen met leerachterstand, mensen met een inkomen onder het minimumniveau.

¹ Een uitgebreide omschrijving van huidige trends, ontwikkelingen en knelpunten zijn terug te vinden in de bijlage.

² Een overzicht van de lopende activiteiten en programma's op het gebied van bewegen is te vinden in de bijgesloten actiepuntenlijst.

Randvoorwaarden

Om aan bovenstaande uitgangspunten te kunnen realiseren dient aan de volgende randvoorwaarden te worden voldaan:

- In stand houden en realiseren van betaalbare, laagdrempelige en kwalitatief goede sport- en beweegactiviteiten en voorzieningen in overleg en samenwerking met alle betrokken partners op het gebied van bewegen.
- Uitbreiding van een vraaggericht en gevarieerd activiteitenaanbod voor alle doelgroepen en met speciale aandacht voor specifieke doelgroepen zoals benoemd in de uitgangspunten.
- Vergroten van de deelname van senioren aan sport- en beweegactiviteiten.
- Verhogen van de participatie van jongeren, in de leeftijd van 6 tot en met 18 jaar, bij sport- en beweegactiviteiten.
- Om aandachtsgroepen te stimuleren om te bewegen en te sporten is efficiënt en effectief overleg en samenwerking tussen: sport, welzijn, onderwijs, gezondheids- en ouderenzorg nodig.
- Monitoren van de gezondheid, het welbevinden en het sport- en beweeggedrag van de Ridderkerkse burger.
- Het realiseren van een multidisciplinaire aanpak waarin de rollen, taken en afstemming met elkaar duidelijk is vormgegeven.

Rol van de gemeente

De beweegvisie biedt ruimte voor verschillende manieren om aan de invulling ervan te werken. Heldere keuzes maken is hierbij cruciaal om te voorkomen dat te algemene uitgangspunten en beleidsregels leiden tot onvoldoende verbetering in de situatie. De Gemeente Ridderkerk heeft een faciliterende en stimulerende rol, waarbij effectiviteit en efficiëntie centraal staat.

De gemeente moet zorgen dat er voldoende faciliteiten zijn waar men kan bewegen. Zo is het van belang dat er voldoende sportaccommodaties en recreatieve voorzieningen zijn. Ook hierbij moet rekening gehouden worden met specifieke doelgroepen zodat zij hier ook optimaal gebruik van kunnen maken. Een wandelpad moet bijvoorbeeld rolstoelvriendelijk zijn voorzien zijn van voldoende bankjes langs de kant zodat bijvoorbeeld ouderen tijdig kunnen rusten wanneer daar behoefte aan is. Per doelgroep moet er gekeken worden waar behoefte aan is en de faciliteit moet daar op aangepast worden. Dit komt ook terug in het Ridderkerkse beleid. Een voorbeeld hiervan is de 3%-speelnorm die in Ridderkerk toegepast wordt. De norm houdt in dat 3% van het stedelijk (woon)gebied bestemd dient te zijn als formele speelruimte.³ Door speelfaciliteiten te creëren wordt het bewegen van kinderen gestimuleerd.

De gemeente heeft ook partnerschappen met organisaties op gebied van bewegen. Een voorbeeld hiervan is het partnerschap wat de gemeente heeft met SRS waarbij de SRS uitvoerder is van het gemeentelijk sportbeleid. De gemeente zorgt ook voor geschikte accommodaties waar bewegingsactiviteiten plaats kunnen vinden. SRS draagt zorg voor het onderhoud van deze accommodaties. De gemeente faciliteert het onderhoud volgens een vastgesteld onderhoudsplan en draagt zorg voor de monitoring. Daarnaast heeft de gemeente een aantal wettelijke verplichtingen, waaronder de in- en uitvoering van de WMO. Door de Ridderkerkse bewoners meer te laten bewegen, kan dit een bijdrage leveren aan de maatschappelijke doelen die in het kader van de WMO gesteld zijn. Kortom, de gemeente kan hierin een belangrijke regierol vervullen. De gemeente ziet er op toe dat onder dat de samenwerking, terugkoppeling en afstemming tussen de partners plaatsvindt.

Organisatorische visie

In de inhoudelijke visie is toegelicht waarom meer bewegen in Ridderkerk een belangrijk aandachtspunt is. Meer bewegen leidt tot preventie van gezondheidsklachten en tot grotere zelfredzaamheid, participatie en integratie van mensen. Om het bewegen in Ridderkerk te stimuleren is een multidisciplinaire samenwerking nodig, zodat alle betrokken partners en partijen hier een concrete bijdrage aan kunnen leveren.

Samen met de partners in het veld (SRS, ROS, GGD,SWOR) zijn er in april en in mei 2009 twee bijeenkomsten georganiseerd met als doel te komen tot een gezamenlijke visie op (meer) bewegen in Ridderkerk. Tijdens deze bijeenkomsten zijn onder meer de volgende punten besproken:

³ De 3%-norm is een landelijke adviesnorm opgesteld door NUSO/Jantje Beton.

- Wat is het huidige aanbod en wat zijn de huidige problemen / knelpunten?
- Wat zijn de onderlinge verwachtingen ten opzichte van de beweegvisie?
- Wat is de inhoud van de samenwerking met partijen en welke bijdrage kan gezamenlijk geleverd worden ten behoeve van meer bewegen in Ridderkerk?

De informatie die tijdens deze bijeenkomsten naar voren is gekomen is meegenomen bij het opstellen van deze beweegvisie en zijn specifiek verwerkt in de hierop volgende genoemde uitgangspunten en randvoorwaarden.

Uitgangspunten en randvoorwaarden

De (organisatorische) beweegvisie kan worden geconcretiseerd in de volgende uitgangspunten en randvoorwaarden:

- 1) Met de multidisciplinaire aanpak willen wij de samenwerking tussen zorgprofessionals en sport- en beweegaanbieders versterken. De gezamenlijke boodschap aan de doelgroep wordt dat meer bewegen noodzakelijk is en bovenal plezierig is. Uiteindelijk dient de doelgroep na een periode van begeleid bewegen zelfstandig verder te gaan, en bewegen tot hun gewoonte te maken.
- 2) De samenwerking en afstemming met de beweegaanbieders in Ridderkerk is cruciaal, zodat de deelnemers een gevarieerd en laagdrempelig aanbod van beweegactiviteiten in Ridderkerk krijgen aangeboden.
- 3) De multidisciplinaire aanpak dient zowel stedelijk als wijkgericht te worden vormgegeven.
- 4) Samenwerking vraagt draagvlak en organisatie waarbij onderling overleg nodig is. Alle betrokken partners dienen de beweegvisie te ondersteunen en zijn bereid zich in te willen spannen om deelnemers gezamenlijk te kunnen activeren.
- 5) Voor een goed werkende multidisciplinaire aanpak is afstemming nodig over de doelgroep(en), de omvang van de groep deelnemers en de onderlinge terugkoppeling van de resultaten.

Organisatie, rol en taken

Bij een multidisciplinaire aanpak is het van belang de verschillende partners te betrekken. Daarbij dient duidelijk te worden weergegeven wie welke rol heeft op gebied van bewegen.

<i>Organisatie</i>	<i>Rol en taken</i>
SRS / Dynamiek	- zorgt voor de totale sportinfrastructuur in Ridderkerk. - is verantwoordelijk voor de exploitatie van de accommodaties, het verhuren van de accommodaties en grotendeels voor de kwaliteit en onderhoud hiervan. - zorgt voor het aanbieden van activiteiten op gemeente-, wijk- en buurniveau. - Is adviseur voor gemeente op het gebied van sportbeleid en –voorzieningenbeleid in Ridderkerk
Stichting Welzijn Ouderen Ridderkerk (SWOR)	- draagt zorg voor de signalering van gezondheidsklachten en begeleiding van ouderen. - organiseert bijeenkomsten en uitstapjes voor senioren. - biedt ouderen een vertrouwde (ontmoetings)plek en adviseert ouderen deel te nemen aan beweegactiviteiten. - heeft
GGD	- bewaakt en bevordert de gezondheid van bewoners in Ridderkerk. - biedt verschillende producten ter bevordering van goede voeding en bewegen.⁴
Regionale Ondersteunings Structuren (ROS)	- stimuleert de integratie en samenwerking binnen de eerstelijnszorg. Zij ondersteunen en faciliteren de eerste lijn: huisartsen, fysiotherapeuten, GGZ, etc. - kunnen ondersteuning bieden bij projectontwikkeling en –uitvoering (bijv. deskundigheidsbevordering).

⁴ GGD biedt verschillende plusproducten aan op het gebied van voeding en bewegen. Deze plusproducten heeft gemeente Ridderkerk (nog) niet afgenomen.

	- kunnen ondersteuning bieden bij het realiseren van draagvlak vanuit de eerste lijn om met de multidisciplinaire aanpak aan de slag te gaan.
Onderwijs	- Draagt zorg voor een bewegingsprogramma in het onderwijs. Dit kan in samenwerking met andere partijen in het veld zoals de SRS. - Signaleert gezondheidsklachten bij leerlingen

Vervolg

Wat gaat de Gemeente Ridderkerk nu doen om de beweegvisie te realiseren? Om een goed vervolg aan de beweegvisie te geven is het van belang dat in de komende periode samen met de partners belangrijke stappen worden gezet. Deze zijn als volgt:

Onderwerp	Periode
1 Analyse en in kaart brengen van het huidige aanbod in Ridderkerk op het gebied van bewegen en gezondheid.	Mei 2009 (zie ook bijlagen)
2 Monitoren in hoeverre de al in gang gezette beweegactiviteiten voldoen aan de uitgangspunten en randvoorwaarden genoemd in de beweegvisie.	Mei – December 2009
3 De multidisciplinaire aanpak vormgeven, waarin duidelijk naar voren komt hoe afstemming en terugkoppeling met de partners plaatsvindt en op welke manier concrete afspraken gemaakt kunnen worden, met als doel draagvlak en commitment te realiseren voor de beweegvisie. Dit kan bijvoorbeeld in de vorm van een convenant.	Juni 2009
4 Het aantal deelnemers, soort doelgroep en de frequentie waarmee zij instromen in kaart brengen, zodat bepaald kan worden welke beweegactiviteiten succesvol zijn en aan welke beweegactiviteiten (meer) behoefte is.	Mei – december 2009
5 Met partners beoordelen in hoeverre uitbreiding en aanpassing van het beweegaanbod wenselijk en mogelijk is met de daarbij behorende financiële aspecten.	Oktober – december 2009

Nawoord

De doelstelling van deze beweegvisie luidt als volgt: *“Iedere inwoner van Ridderkerk kan in elke fase van zijn of haar leven, naar eigen voorkeur, op grond van zelf gekozen motieven en/of gestimuleerd wordt op een veilige en laagdrempelige manier, aan bewegingsactiviteiten van goede kwaliteit deel te nemen dan wel daarbij betrokken te zijn”*. Hoewel we zeker op gebied van sport al heel ver zijn heeft Ridderkerk nog vele slagen te maken om deze doelstelling te behalen. De beweegvisie kan hierbij gezien worden als een handvat. Door multidisciplinair samen te werken en gebruik te maken van elkaars kennis en deskundigheid kan veel meerwaarde behaald worden. Mede door de bijeenkomsten die plaats hebben gevonden is er een grondslag ontstaan voor een goed functionerend netwerk op het gebied van gezondheid en bewegen. Op weg naar (meer) bewegen voor alle Ridderkerkers!

Bijlage 1. Actiepuntenlijst

Hieronder vindt u een lijst met een aantal programma's op gebied van bewegingsbevordering en gezondheid die momenteel in Ridderkerk plaatsvinden. Naast de genoemde bewegingsstimulerende activiteiten vinden er ook vele sportactiviteiten plaats. Niet alle sportactiviteiten zijn in deze lijst opgenomen maar dragen uiteraard wel bij aan het bewegingsgedrag van Ridderkerk.

Bewegingsstimulerende activiteiten

Combinatiefuncties

Een combinatiefunctie is een functie waarbij een werknemer in dienst is bij één werkgever, maar gelijk –of in ieder geval voor een substantieel deel- te werk wordt gesteld in of ten behoeve van twee sectoren en zal werkzaam zijn bij scholen, sportverenigingen, en culturele instellingen.

Combinatiefunctionarissen hebben een coördinerende en uitvoerende functie. Zij slaan de beoogde brug tussen onderwijs, sport en cultuur dragen bij aan de professionaliseringslag binnen sport. Het bijzondere hiervan is dat het gaat om een functie waarin een werknemer taken heeft die grenzen van de eigen organisatie overschrijden. Een combinatiefunctionaris werkt bijvoorbeeld deels als docent op een basisschool en is daarnaast trainer bij een voetbalvereniging.

BOS-project: “Kansen door Samenspel” Bolnes

Omschrijving: De BOS-impuls is gericht op buurt, sport en onderwijs waarbij sport het bindmiddel is om de samenwerking tussen deze drie sectoren te versterken.

Doel: De resultaten zijn vooral gericht op het bieden van structurele activiteiten voor jongeren in de wijk Bolnes wat leidt tot positieve gedragsverandering.

BOS-project: VMBO leerlingen in beweging

Omschrijving: De BOS-impuls is gericht op buurt, sport en onderwijs waarbij sport het bindmiddel is om de samenwerking tussen deze drie sectoren te versterken.

Doel: Op 1 januari 2011 voldoet minimaal 35% van de doelgroep aan de beweegnorm. Er worden elk jaar minimaal tien sportactiviteiten aangeboden.

Beweegmanagement

Een methode om de jeugd meer te laten bewegen is beweegmanagement. Beweegmanagement is een blijvende organisatiemethode die vraag en aanbod van jeugdsport duurzaam aan elkaar koppelt. Beweegmanagement leidt tot structurele wijkgerichte samenwerking tussen partners in de BOS-driehoek, met als resultaat een toename van de kwaliteit en kwantiteit van het sport- en beweeggedrag van de schoolgaande jeugd.

Sportbuurtwerk

Sportieve activiteiten in de buurt. Sportbuurtwerk combineert buurtwerk en buurtsport en brengt daarmee de sportsector in direct verband met opbouwwerk, onderwijs.

Doel: Stimuleren van deelname aan sportactiviteiten op wijkniveau. Verbreding van sportnetwerk.

Maatschappelijk Participatie Fonds

Het doel van het Maatschappelijk Participatiefonds is inwoners tot een bepaald gezinsinkomen in staat te stellen deel te (blijven) nemen aan maatschappelijke activiteiten.

De aanvrager kan voor individuele deelname of deelname in georganiseerd verband aan sport-, culturele-, en sociaal-culturele activiteiten, om een tegemoetkoming verzoeken voor zichzelf, zijn partner en/of zijn kind(eren). De tegemoetkoming kan aangevraagd worden voor ondermeer contributies, lidmaatschappen, cursusgelden, eenmalige activiteiten, toegangskaarten en aanschaf van benodigde artikelen (waaronder bibliotheek, speel-o-theek, museumjaarkaart, pretpark, concertbezoek, theater, film etc).

Als zodanig aangewezen georganiseerde verbanden worden aangemerkt sportorganisaties, waaronder begrepen het gemeentelijke zwembad, activiteiten van amateur-, ouderen-organisaties en buurtverenigingen.

De vergoeding voor sport-, culturele en sociaal-culturele activiteiten, zoals bedoeld in artikel 5 bedraagt per kalenderjaar maximaal € 100, = per persoon.

De aanvrager kan voor de bijkomende kosten, die direct verband houden met en in combinatie met de in artikel 5 bedoelde activiteiten, zoals kosten van (sport)kleding, (sport)schoeisel, muziekinstrumenten en les- of hobbymateriaal een bijdrage ontvangen tot een maximum van

€ 50, = per jaar per gezinslid. De tegemoetkoming voor kinderen is in juni 2009 verhoogd met € 75, =. (maximumbedrag 175,=) en de tegemoetkoming voor de bijkomende kosten worden verhoogd met € 25, = (maximum bedrag € 75, -).⁵

Sportrolstoelregeling

Voor Ridderkerkers in een rolstoel die willen bewegen heeft de gemeente een regeling op het gebied van sportrolstoelen. Deze regeling is opgenomen in de WMO verordening.

Met deze regeling kan de aanvrager in aanmerking komen voor een financiële tegemoetkoming van maximaal € 2.300,-.

Gezondheid

Bewegen op recept

Bewegen op Recept is een interventie waarbij cliënten van hun huisarts een doorverwijzing krijgen voor een beweegcursus. Het is een alternatieve vorm van bewegen voor inwoners die niet of onvoldoende bewegen. Bewegen op recept is een project waarbij huisartsen en sportorganisaties met elkaar samenwerken.

Mensen gaan bewegen waardoor hun gezondheid verbeterd. Hierbij is sprake van integrale samenwerking tussen o.a. huisartsen, fysiotherapeuten en sportverenigingen

ClubXtra NRG

Programma voor kinderen van groep 7 en 8 met overgewicht én hun ouders. Tijdens dit programma zijn er vijf bijeenkomsten voor de kinderen en één bijeenkomst voor de ouders/verzorgers gegeven door twee diëtisten. Daarnaast wordt één bijeenkomst voor kinderen en één apart voor ouders gegeven door Jeugdzorg/Maatschappelijk Welzijn. Tijdens de cursus die gemiddeld 3 maanden duurt, gaan de kinderen wekelijks sporten, georganiseerd in samenwerking met Stichting Ridderkerk Sport. Drie maanden na afloop van het programma is er een terugkombijeenkomst gegeven door de diëtisten.

Het doel van dit programma is het zelfbeeld van de kinderen verbeteren en hen in staat te stellen plezier te krijgen in het sporten. Ook worden er voedingsafspraken gemaakt waardoor de verhouding in lichaamsgewicht en lengte zal verbeteren. Een ander doel is de BMI-waarde van de deelnemende kinderen te laten dalen dan wel stabiel houden. Ook wordt kinderen geleerd wat het verband is tussen voeding en beweging.

Sportzorgplan

Het sportzorgplan gaat over de motorische ontwikkeling van kinderen. Het Sportzorgplan ligt in het verlengde van beweegmanagement en is gericht op het gezondheidsaspect.

Het doel van het sportzorgplan is het signaleren van problemen en achterstanden op gebied van motorische ontwikkeling of gedragsproblemen die het bewegen belemmeren.

⁵ Verordening Maatschappelijk Participatiefonds Ridderkerk 2008.

Bijlage 2. Trends en ontwikkelingen

Jeugd en Jongeren

In 2008 heeft de SRS onderzoek gedaan naar het beweeggedrag van kinderen in Ridderkerk. Daaruit blijkt onder andere dat 74% van de Ridderkerkse kinderen lid is van een sportvereniging. Ten opzichten van 2006 is hier een stijging van 10% te constateren. De belangrijkste reden om te sporten is omdat zij het leuk vinden, zo zegt 90% van de Ridderkerkse kinderen.

Naast het beoefenen van georganiseerde sport vinden krijgen kinderen ook hun beweging door middel van spelen. Uit het onderzoek van de SRS komt naar voren dat 65% van de kinderen meer dan vier keer per week buiten speelt. Twee procent van de kinderen geeft aan nooit buiten te spelen. Opvallend is dat het voornamelijk meisjes zijn die nooit buiten spelen.

Ook binnen het onderwijs wordt er aandacht besteed aan bewegen. In de eerste instantie gebeurt dit via de gymlessen. Het merendeel van de Ridderkerkse scholen organiseert één gymles per week. Er is vanuit de scholen echter grote behoefte aan het invoeren van een tweede gymuur. Ook is er behoefte aan sport-spel en bewegingsactiviteiten in de naschoolse opvang.

Bewegen en sporten maakt integraal onderdeel uit van het brede school concept. Het uitbreiden van brede scholen in Ridderkerk en het invullen van sportarrangementen is iets waar vanuit de beweegvisie naar verlangd wordt. Het verzorgen van beweegarrangementen is opgenomen door de SRS en kan met inzet van de combinatiefuncties uitgebreid en verbreed worden. In september 2009 start Ridderkerk met het project *Impuls Brede School, Sport en Cultuur*. Dit betekent dat er in het schooljaar 2009-2010 combinatiefunctionarissen te werk worden gesteld. Combinatiefuncties slaan de beoogde brug tussen onderwijs, sport en cultuur. De combinatiefuncties worden nader toegelicht in de actiepuntenlijst.

Volwassenen

In de Gezondheidsenquête 2008 van de GGD geeft 38,6% van de Ridderkerkse inwoners van 16 jaar en ouder aan dat zij meestal voldoende beweging krijgen. Daar tegenover geeft 24,8% aan dat zij onvoldoende bewegen ten opzichten van de NNGB (beweegnorm). De Ridderkerkse percentages komen overeen met die van de andere regiogemeenten. In Ridderkerk is de helft van de inwoners, die vinden meestal voldoende te bewegen dan wel onvoldoende te bewegen, van plan om meer te gaan bewegen. Twintig procent van hen wil dit binnen een maand gaan doen en 30% is van plan om binnen een half jaar meer te gaan bewegen.⁶

Ouderen

In het hele land is er sprake van vergrijzing. Volgens de statistieken vergrijst Ridderkerk sneller dan het landelijk gemiddelde. Dit komt omdat er in Ridderkerk relatief veel ouderen wonen. Ouderen zijn een belangrijke doelgroep als het gaat om bewegen en gezondheid.

Bij sport- en bewegingsactiviteiten bij ouderen staat ontmoeting steeds meer centraal. Hierdoor wordt de kans op eenzaamheid en sociale isolatie verminderd. Elkaar ontmoeten is naast bevordering van de gezondheid een belangrijke reden voor ouderen om te bewegen.

Knelpunten

Jeugd

Op 12 mei 2009 presenteerde het Sociaal Cultureel Planbureau de resultaten van de studie *Kunnen alle kinderen meedoen?* Uit dit onderzoek blijkt dat een half miljoen van de 2,5 miljoen kinderen in Nederland tussen de 5 en 18 jaar niet op sport, muziekles of scouting zit. Vaak is dat te wijten aan geldgebrek: landelijk is het percentage arme kinderen dat helemaal niets doet in de vrije tijd is twee keer zo hoog als dat van niet-arme kinderen. Uit de SCP-studie blijkt dat vooral bijstandskinderen niet 'maatschappelijk actief' zijn. Van de bijstandskinderen doet landelijk 44 procent aan sport en 12 procent aan een culturele activiteit. Het onderzoek van SCP is landelijk en het is niet duidelijk wat de exacte percentages op dit gebied in Ridderkerk zijn. Het is echter aannemelijk dat de resultaten in Ridderkerk niet ver afwijken van het landelijk gemiddelde. Uit het onderzoek naar de inkomenspositie van de minimahuishoudens in Ridderkerk in 2005 is geconstateerd dat 885 kinderen in Ridderkerk in een minimahuishouden opgroeien (Kwiz 2005). Recente aantallen zijn niet nog bekend, de verwachting is wel dat dit aantal inmiddels hoger ligt dan 2005.

De gemeente Ridderkerk speelt in op deze ontwikkeling door middel van het maatschappelijk participatiefonds. Het maatschappelijk participatiefonds maakt onderdeel uit van nota

⁶ Gezondheidsenquête 2008 De gezondheid van volwassenen in Ridderkerk, GGD, April 2009.p.22

Armoedebestrijding die in 2007 door het Ridderkerkse college vastgesteld is. Kinderen zijn in het bijzonder genoemd als doelgroep in deze nota omdat de nota als uitgangspunt heeft dat kinderen niet de dupe mogen zijn van de financiële situatie van hun ouders. Het budget van het Maatschappelijk Participatiefonds is daarom in 2009 ten behoeve van de doelgroep kinderen verhoogd. In de actiepuntenlijst wordt het maatschappelijk participatiefonds nader toegelicht.

Overgewicht is een probleem wat voorkomt in de huidige samenleving. Overgewicht bij kinderen komt ook veel voor. Hoewel dit ook erfelijk bepaald kan zijn ligt er vaak ook een verkeerd eet- en beweegpatroon ten grondslag aan het overgewicht. Ook de mate van bewegen van het kind speelt een belangrijke rol in het overgewicht. Kinderen die overgewicht hebben eten vaak niet te veel maar bewegen te weinig. Sporten en bewegen voorkomt zwaarlijvigheid en overgewicht. Er moet extra ingezet worden op preventieve projecten op dit gebied. Club Xtra NRG is een voorbeeld van een project wat momenteel al in de gemeente Ridderkerk loopt en zich richt op overgewicht bij kinderen. Daarnaast moet het bewegingsonderwijs binnen de scholen uitbreiden dan wel intensiveren.

Volwassenen

Uit de gezondheidsenquête 2008 van de GGD is af te lezen wat de meest voorkomende redenen zijn wat mensen ervan weerhoudt om (meer) te bewegen. In Ridderkerk geeft men de volgende redenen aan: beweegt al genoeg (59,2%), tijdgebrek (48,7%), gebrek aan zelfdiscipline (46,2%), geen zin (39,2%), geen vaste sportpartner (32,7%), geen plezier in bewegen (26,9%), niet op gemak bij groepsactiviteit (23,3%), geen goede gezondheid (21,3%), sporten maakt me moe en uitgeput, aanbod niet naar wens (18,2%), sport maakt moe (18,7%).

Ouderen

Stichting Ridderkerk Sport is bezig met het opstellen van een onderzoek naar de bewegingsbehoefte van senioren in Ridderkerk. De uitkomsten van dit onderzoek zal blijken of het bestaande aanbod op gebied van bewegen aansluit bij de vraag en beleving.

De Stichting Welzijn Ouderen Ridderkerk (SWOR) heeft haar sport- en beweegactiviteiten ondergebracht bij Stichting Ridderkerk Sport. In de bijeenkomst over de bewegvisie van 23 april 2009 gaf SWOR aan dat sinds de overdracht van bewegingsactiviteiten naar SRS er binnen SWOR weinig zicht is op het bewegingsgedrag van ouderen. Er is behoefte aan meer samenwerking met de SRS en met andere partijen op eerste lijn zorg gebied om zo de doorgeefluikfunctie optimaal te activeren.

Binnen de WMO is er aansluiting te vinden om op basis van integrale aanpak de participatie van ouderen te bevorderen. Geadviseerd wordt om het huidige sport- en beweegaanbod voor senioren voort te zetten en te innoveren door een op maatgericht aanbod te creëren waardoor de Ridderkerkse senioren beter in hun beweegbehoefte voorzien worden en de participatie wordt verhoogd.