



HEEL
HILVARENBEEK
GEZOND

Leefstijlakoord
Juli 2021





Inhoudsopgave

1. Aftrap	4
2. Tactiek	5
3. Heel Hilvarenbeek Gezond	6
4. Iedereen sport mee	10
5. Samen staan we sterk	11
6. Toekomstbestendig sportklimaat	12
7. Opstelling	13
8. Speelveld	14
9. Supporters	16.
Bijlage 1	19
Bijlage 2	21



1. AFTRAP

In 2021 is in Hilvarenbeek een lokaal Preventieakkoord ontwikkeld. Dit in navolging van het Nationaal Preventieakkoord wat eind 2018 door 70 partners is ondertekend. Het nationaal Preventieakkoord richt zich op een gezonder Nederland in 2040 en heeft drie pijlers:

1. Minder mensen die roken
2. Minder mensen met overgewicht
3. Minder mensen die problematisch alcohol gebruiken

Landelijk is de ambitie dat in 2040 maximaal 5% van de Nederlanders rookt. Voor overgewicht is het doel om het aantal mensen met overgewicht terug te brengen tot minder dan 40% in 2040. Tenslotte is het streven dat zowel overmatig als zwaar drinken in 2040 is gedaald naar maximaal 5%. Landelijk is opgeroepen om regionaal of lokaal ook aan de slag te gaan met het Preventieakkoord.

Gemeenten hebben een wettelijke taak op het terrein van publieke gezondheid. Echter is een goede gezondheid al lang niet meer de verantwoordelijkheid van de overheid. Steeds vaker ontstaan er regionale en lokale samenwerkingsverbanden tussen overheid, maatschappelijke organisaties en private partijen. Dit is bijvoorbeeld al zichtbaar bij de ontwikkeling van het lokale Sportakkoord in de gemeente Hilvarenbeek en de regionale werkgroep alcohol.

Er is ervoor gekozen om het accent te leggen op het aanpakken van oorzaken, in plaats van symptoombestrijding (gevolgen).

In Hilvarenbeek spreken we van een Leefstijlakkoord; dit is een integrale combinatie tussen ons Sportakkoord en Preventieakkoord, waarbij het accent ligt op mentaal en fysiek welbevinden.

Eerder hebben we al een lokaal Sportakkoord ontwikkeld. Met dit lokale Sportakkoord willen we bereiken dat er voor iedereen een mogelijkheid is om te sporten binnen de gemeente Hilvarenbeek. Een leven lang, nu én in de toekomst. Dit alles in een veilige sportomgeving met een breed scala aan voorzieningen.

‘Heel Hilvarenbeek gezond’ is tot stand gekomen in samenwerking met lokale partners. Gezamenlijk zijn er een aantal belangrijke dromen en ambities genoemd. Ambities waar we met elkaar de schouders onder gaan zetten, dit is vertaald in een concreet Leefstijlakkoord. Hiermee wordt sport, bewegen en welzijn nog beter op de kaart gezet.

2. TACTIEK

Voor Hilvarenbeek is sport, bewegen en gezondheid van grote waarde: gezonde inwoners met veel contacten hebben minder zorg nodig en het bevordert het welzijn en de leefbaarheid van de dorpen. Het investeren in sport en bewegen is investeren in preventie. We willen sport en bewegen effectiever inzetten door het te verweven met volksgezondheid en onderwijs. We moeten zorgen dat iedereen die wil en kan sporten ook de mogelijkheid daartoe heeft.

We activeren inwoners in Hilvarenbeek door sporten en bewegen te stimuleren. En dat doen we samen! Sport- en beweegaanbieders, onderwijs, zorg, welzijn, overheid en bedrijfsleven bundelen de krachten. We leggen verbindingen tussen de kernen en wijken van de gemeente Hilvarenbeek en zorgen dat iedereen, van jong tot oud, mee kan doen. We willen drempels wegnemen. Sport, bewegen en gezondheid zo vanzelfsprekend mogelijk maken en zoeken naar mogelijkheden om nieuwe initiatieven te realiseren.

De basis voor een gezonde en actieve leefstijl wordt gelegd bij onze kinderen en jongeren. We willen dat zij de mogelijkheid krijgen om te leren en te ervaren hoe ze zich sportief, gezond en actief kunnen ontwikkelen. Zodat gezond oud worden vanzelfsprekend wordt!

We willen dat iedereen meedoet en zo letterlijk en figuurlijk in beweging komt. Hiermee versterken we de sociale cohesie, ontmoeting en participatie. We hebben bijzondere aandacht voor inwoners die niet vanzelfsprekend meedoen.

(Sport)verenigingen in Hilvarenbeek zijn belangrijk voor de ontmoeting, het welzijn en de leefbaarheid van de dorpen. We streven naar vitale en toekomstbestendige verenigingen die hun belangrijke rol nu en in de toekomst blijven vervullen.

In Hilvarenbeek pakken we dit samen op. Er wordt gebruik gemaakt van elkaars kwaliteiten, netwerk en middelen. We helpen elkaar, samen komen we verder!

Met dit Leefstijlakoord zetten we sport, bewegen en een gezonde leefstijl binnen de gemeente nóg beter op de kaart. Nu en in de toekomst. We gaan doorzetten en borgen wat al in gang is gezet en zorgen dat iedereen de mogelijkheid heeft om aan te sluiten op de manier die bij hem of haar past. We zijn trots en ambitieus en dit dragen we uit naar de gemeenschap, onder de naam: 'Heel Hilvarenbeek Gezond'.



3. HEEL HILVARENBEEK GEZOND

We gunnen alle jongeren van Hilvarenbeek de kans om zich gezond te ontwikkelen. Te ontwikkelen tot de personen die ze willen en kunnen zijn. Daarnaast gunnen we alle ouderen de kans om gezond oud te worden. Daarbij zetten we vanuit preventie in op een samenspel van de volgende speerpunten:

1. Gezond opgroeien en ontwikkelen
2. Gezonde omgeving
3. Gezond oud worden

We hebben hierbij de volgende gewenste resultaten geformuleerd voor 2025:

Doelstellingen voor 2025

- Het aantal jongeren dat professionele hulp zoekt, is gedaald. Het idee erachter is dat er minder professionele hulp nodig is omdat de omgeving hierin een belangrijke rol vervult.
- De ervaren stress onder jongeren is gedaald.
- Het aantal jongeren dat vast rookt is gedaald.
- Het percentage jongeren (12-18 jaar) met overgewicht is gedaald.
- Het percentage binge drinkers (meer dan 5 glazen) onder jongeren is gedaald.
- Van de volwassenen en ouderen ervaren meer mensen regie over eigen leven.
- Het aantal volwassenen en ouderen dat zich eenzaam voelt is minimaal gelijk gebleven.

GEZOND OPGROEIEN EN ONTWIKKELEN

Gezondheid is zo veel meer dan de afwezigheid van ziekte; het is de balans tussen verschillende levensgebieden waarbij veerkracht een belangrijke rol speelt. We willen allemaal niets liever dan gelukkige jongeren die ruimte voelen om zelf mee te denken, praten en doen. Jongeren die goed in hun vel zitten zowel fysiek als mentaal en die weerbaar zijn voor alle uitdagingen die op hun pad komen.

We streven ernaar dat jongeren beter scoren op mentaal en fysiek welbevinden, minder stress ervaren en zich ook minder eenzaam voelen. Wij gaan dan ook uit van de visie op Positieve Gezondheid: 'Gezondheid is het vermogen je aan te passen en je eigen regie te voeren in het licht van de sociale, fysieke en emotionele uitdagingen van het leven'. Het web van Positieve Gezondheid is een middel om een betekenisvol en gelukkig leven te leiden en stelt je in staat om dingen te doen die voor jou van waarde zijn. Dit geldt ook voor de doelgroep jongeren. Als zij in balans zijn en goed scoren op de verschillende pijlers van het web, dan is de verleiding kleiner om te 'vluchten' richting alcohol, drugs, slecht eten etc.

Wat willen we bereiken?

Jongeren in Hilvarenbeek zitten lekker in hun vel en scoren goed op mentale gezondheid.

Hoe gaan we dit doen?

Onderstaande actiepunten zijn opgehaald in het proces. Het zijn actiepunten die deels al worden uitgevoerd en verder versterkt kunnen worden en het zijn deels nieuwe actiepunten.

1. Maatschappelijk debat over oorzaken roken, alcohol en overgewicht organiseren.

Hierbij is het belangrijk dat de nadruk ligt op het inspelen van oorzaken die tot verslavingsgevoeligheid leiden, in plaats van symptoombestrijding. Het maatschappelijk debat kan een opmaat zijn naar het intensiever betrekken van jongeren bijvoorbeeld in de vorm van een jongerenpanel.

Actie: R-Newt samen met jongeren zelf

2. Jongerencentrum 'Box' benutten

In overleg met de jongeren is de wens naar voren gekomen om the Box breder onder de aandacht te brengen, zodat meer jongeren zich aansluiten. Zij vinden het belangrijk om de verbinding te zoeken met meer jongeren, samen staan ze sterker. Jongeren maken hiervoor een (promotie)filmpje en gaan samen de wijk in. *Actie: Jongeren en R-Newt en relatie leggen naar HEBE*

3. Groeien naamsbekendheid ENA

ENA – Even Niet Alleen – is een groep jongeren in Hilvarenbeek die samenkomen als lotgenoten. Niet alleen om te kletsen wat je doormaakt, maar vooral om het leuk te hebben. De jongerenwerkers en de jongeren zelf zouden graag zien dat er meer naamsbekendheid ontstaat en de groep wordt vergroot. Hierbij is het van

belang om meer samenwerking te zoeken met zorgprofessionals om het bereik richting jongeren te vergroten. Zodat zij weten waar ze terecht kunnen om op een laagdrempelige manier lekkerder in hun vel te zitten en vooral gezien en gehoord worden.

Actie: R-Newt, zorgprofessionals, jongeren zelf

4. Jongerencampagne 'Tot ik erover ging praten' voortzetten

Samen met de jongeren is er een eerste start gemaakt om te laten zien dat er altijd hoop is, dat nare gevoelens niet voor altijd duren en dat er over praten écht helpt. Het is van belang dat de teksten op de posters rechtstreeks vanuit de jongeren zelf komen, zij dienen zelf als lotgenoten. Het delen van gevoelens zorgt ervoor dat zij er niet alleen voor staan.

Actie: R-Newt, HEBE en jongeren uit Hilvarenbeek

5. Activiteiten en evenementen

Het organiseren van beweegactiviteiten zoals challenges voor en door jongeren. Op een laagdrempelige manier bezig zijn met thema's rondom mentaal welbevinden, zoals: veerkracht, vertrouwen, lekker in je vel zitten etc. In afstemming tussen jongerenwerk en de sportcoaches is bijvoorbeeld het idee ontstaan om vanuit jongerenwerk aan te sluiten bij sportactiviteiten in groep 8.

Actie: Jongerenwerk, jongeren uit Hilvarenbeek, sportcoaches

6. Lokale brainstormsessie / werkgroep

Het formeren van een werkgroep voor jongeren, waardoor zij inspraak hebben als het gaat om ambities en actiepunten betreffende het versterken van mentale gezondheid. Tevens is het idee ontstaan om een jongerenpanel vorm te geven om structureler meer betrokkenheid en inspraak van jongeren te realiseren.

Actie: R-Newt en Jongerenparticipatie samen met jongeren zelf bijvoorbeeld via HEBE

GEZONDE OMGEVING

Jongeren hebben te maken met heel veel mensen in hun omgeving. Deze mensen kunnen signaleren, positief coachen, ondersteunen en doorverwijzen. Ze hebben dus allemaal een belangrijke rol om echt naar de jongeren te luisteren en kijken. Jongeren met hun talenten, mogelijkheden en kwaliteiten. Tegelijkertijd kunnen zij ook signaleren als jongeren het wat moeilijker hebben. We willen het speelveld dichtbij jongeren beter benutten om te werken aan de totale gezondheid van jongeren.



Wat willen we bereiken?

De omgeving faciliteren om meer oog te hebben voor jongeren.

De jongeren is gevraagd wat ze in de omgeving nodig hebben:

- Mensen die je accepteren zoals je bent, luisteren in plaats van oordelen;
- Vrienden: Samen ontwikkelen, ervaringen delen en talenten benutten;
- Mensen die snappen wat er in jongeren omgaat en ECHT hulp kunnen bieden;
- Diversiteit aan jongeren en leeftijden

De omgeving faciliteren om meer oog te hebben voor jongeren.

Hoe gaan we dit doen?

1. Gereedheidskist ontwikkelen met daarin tools hoe jongeren ECHT verder te helpen en te luisteren naar ze en weten waar ze naar door te verwijzen:

- Signalen bij jongeren waar je op kunt letten;
- Vraag- en gesprekspunten als leidraad in gesprekken met jongeren;
- Sociale Kaart Jongeren met informatie over netwerk en waar je terecht kunt;
- Specifieke informatie over roken, alcohol, drugs en gameverslaving. Deze gereedheidskist wordt ontwikkeld door jongeren en beschikbaar gesteld aan het brede speelveld rondom jongeren.

Actie: R-Newt samen met regionale innovatienetwerk jongerenparticipatie en jongeren uit Hilvarenbeek. Daarna breed uitrollen via bestaande netwerken. Bijvoorbeeld in eerste fase via ondernemers

(supermarkt en horeca) die werkgever zijn van jongeren.

Tips voor professionals, opvoeders en beleidsmaker

- Jongeren hebben sociale interacties met leeftijdsgenoten nodig om zich op een gezonde manier te kunnen ontwikkelen. Bied ze dus, binnen de geldende maatregelen, kansen om erop uit te gaan en aan hun banden met anderen te werken.
- Jongeren worden door de crisis erg beperkt in hun autonomie. Help jongeren deze ontdekkingstocht door hen keuzevrijheid te geven waar mogelijk
- Wees alert op jongeren en gezinnen die onder de radar blijven: veel jongeren worstelen met gevoelens van eenzaamheid en gebrek aan perspectief.
- Mediacampagnes hebben meer kans van slagen als ze samen met de jongeren worden ontwikkeld. Breng nieuws naar buiten over de mooie kanten van de mensheid; dat inspireert jongeren om zich in te zetten voor anderen.
- Bied jongeren de mogelijkheid om bij te dragen aan hun directe omgeving en de maatschappij; voordelen voor jongeren zelf en de samenleving als geheel.

Deze tips komen uit Glos Educatief – Alles over een gezonde leefstijl op school (2021) – en bieden handvaten die een plek kunnen krijgen in de te ontwikkelen gereedheidskist.

Waarom kan of kon de buitenwereld merken dat het niet goed met jongeren gaat?

- Negeren van hulp;
- Veel weg van huis;
- Teruggetrokken – niet sociaal – afwezig – alleen op eigen kamer;
- Foute vrienden;
- Verdrietig;
- Snel en veel agressief gedrag;
- Stemningswisselingen;
- Verslaving en grenzen opzoeken;
- Slechte persoonlijke verzorging;
- Weinig zin in hobby's zoals cultuur of bewegen;
- Emotie-eten;
- Van optimist veranderen in pessimist (sombor en cynisch)

Deze input komt van de jongeren zelf – sessie Jeugd welzijnsraad. Het zijn signalen die een plek kunnen krijgen in de te ontwikkelen gereedheidskist.

2. Professionele partners verzorgen voorlichtingsavonden over roken, drugs, alcohol, eetverslaving onder de noemer puberbrein. Hiervoor wordt aangesloten bij de doelgroep en de lokale structuren en netwerken. Zo kan een avond gecombineerd worden bij een vereniging maar ook bij een lokaal horecaevenement.

Actie: R-Newt, Novadic-Kentron, lokale netwerk

Voorbeeld: voorlichtingsbijeenkomsten middelengebruik voor ouders
Het aanbieden van voorlichtingsavonden voor ouders van middelbare scholieren is een belangrijk onderdeel binnen de

preventie van het middelengebruik.

Van belang is om dit niet zo expliciet te benoemen. De bijeenkomsten worden bijvoorbeeld ingestoken op de ontwikkeling van het puberbrein en welke gevolgen alcohol- en drugsgebruik hierop hebben. Dit om ouders bewust te maken van de gevaren van middelengebruik op de ontwikkeling van hun kinderen.

3. Extra inzetten op projecten en/of -campagnes, zoals NIX-18

Voorlichtingsbijeenkomsten houden omtrent middelengebruik en groepsdruk/ groepsprocessen. Hiervoor wordt aangesloten bij de doelgroep en de lokale structuren en netwerken.

Actie: R-Newt samen met de regionale werkgroep alcohol en het lokale netwerk

4. Workshops voor (horeca) werkgevers, (sport)verenigingen en coaches (Horeca)werkgevers, verenigingen en coaches kunnen ook een belangrijke signalerende functie vervullen. Professionele partners kunnen workshops aanbieden aan hen omtrent opvallend gedrag en waar ze vervolgens terecht kunnen met de signalen.
Actie: (Horeca)werkgevers, TeamFit, sportcoaches van het BeweegBuro en R-Newt

5. Alcoholbeleid bij verenigingen
In samenwerking met de GGD, TeamFit en het BeweegBuro worden verenigingen gestimuleerd om verantwoord alcoholgebruik te ontwikkelen. Hierbij wordt de koppeling gemaakt met het rookvrije sportpark en de gezonde sportkantine. Deze thema's

worden gekoppeld aan het lokale sportakkoord.

Actie: TeamFit, GGD en Het BeweegBuro

6. Ketensamenwerking rondom overgewicht opzetten

Wens vanuit JGZ is om meer gezamenlijk met partners in te zetten op een ketensamenwerking rondom overgewicht. Het is moeilijk om kinderen/ gezinnen op de juiste plek te krijgen want er zijn geen gecombineerde leefstijlinterventies om naar door te verwijzen. JGZ krijgt ook veel kinderen doorverwezen vanuit kinderartsen en ziekenhuizen met het advies om een GLI (gecombineerde leefstijlinterventie) in te zetten. De onderliggende problematiek van overgewicht is vaak niet alleen een disbalans tussen voeding en bewegen, maar heeft vaak een dieperliggende oorzaak. Bijvoorbeeld in de gezinsdynamiek (echtscheiding) of sociaal (pestproblematiek) of mentaal (psychische problemen). Daarom is het des te belangrijker om dit probleem domein overstijgend aan te pakken. Voor dit actiepunt kan ook worden gekeken naar de mogelijkheden tot samenwerking met Oisterwijk en/of Goirle.

Actie: GGD

GEZOND OUD WORDEN

Als volwassene en oudere ben je zelf aan zet om gezond oud te worden, de leefstijl veranderen is dan ook een proces. Voor gedragsverandering zijn kennis en vaardigheden nodig, maar ook motivatie en het geloof in eigen kunnen. Steun uit de omgeving en een fysieke omgeving die uitnodigt tot gezond gedrag zijn daarbij van essentieel belang, vooral voor de inwoners die zich eenzaam voelen. Werken aan positieve gezondheid van, voor en met onze inwoners, vraagt daarom om indirecte aanpak waarbij de senioren in beeld komen en zaken als bijvoorbeeld eenzaamheid gesignaleerd kunnen worden. Een brede samenwerking gericht op alle domeinen; welzijn & zorg, economie, sport en ruimtelijke ordening en met onze inwoners zelf is hierbij wenselijk.

57% van onze ouderen in de gemeente Hilvarenbeek heeft overgewicht. Dit is van grote invloed op het aantal gezonde levensjaren dat iemand heeft zonder chronische aandoeningen en/of beperkingen én op de kans op dementie. We worden steeds ouder in Nederland en we hebben te maken met een vergrijzende bevolking. Des te meer is het thema urgent. Ouder worden brengt uitdagingen met zich mee, zoals het vinden van een dagstructuur na pensionering, een sociaal netwerk behouden en het vraagstuk rondom zingeving. Zit iemand goed in zijn vel, dan wordt het gemakkelijker om gezonde keuzes te maken. Denk aan bewegen en gezond eten. Op een gezonde manier oud worden draagt ook bij aan het langer zelfstandig thuis kunnen wonen.

** Gemeentelijk gezondheidsprofiel
Hilvarenbeek – RIVM (2020)*

Wat willen we bereiken?

Volwassenen en ouderen voelen zich gelukkiger, fitter en minder eenzaam.

Hoe gaan we dit doen?

1. Beweegcoach Senioren

Het (opnieuw) inzetten van een beweegcoach voor senioren om zo een wijkgericht beweegprogramma voor senioren (65+) aan te bieden. Eerder is er een beweegcoach Senioren geweest in Hilvarenbeek. De wens is er om deze opnieuw aan te stellen, dit moet bekeken worden in de totale ambities van het akkoord.

Actie: Stichting Sportief Bewegen 60+, sportverenigingen en fysiotherapeuten.

2. Verbinding zorg & welzijn

In Hilvarenbeek bestaat er een breed draagvlak onder de professionals om (na corona) de draad weer op te pakken en aandacht te besteden aan het letterlijk en figuurlijk weer in beweging brengen van ouderen. Dit wordt vormgegeven middels een 10weekse training, onder het motto: 'Breng beweging in je dag'. Na afloop kunnen zij instromen bij bestaande groepen, naar gelang leeftijd en niveau.

Actie: Huisartsen, fysiotherapeuten en Stichting Sportief Bewegen 60+, KBO's en seniorenplatform

3. Aandacht voor mantelzorgers

(Jonge) mantelzorgers hebben een belangrijke invloed op de ervaren gezondheid van de mensen voor wie zij zorgen. Het is allereerst van belang dat

(jonge) mantelzorgers goed voor zichzelf zorgen zodat ze ook goed voor de ander kunnen zorgen. Vervolgens is het ook belangrijk dat zij weten hoe ze activiteiten rondom gezonde leefstijl en bewegen kunnen inbedden in hun zorgactiviteiten. Bijvoorbeeld door vaker een ommetje te maken samen met de zorgbehoevende. Hiervoor zijn diverse mogelijkheden zoals de cursus Klein Geluk, het toepassen van Positieve Gezondheid en het bekend zijn met de beweegmogelijkheden in de eigen omgeving.

Actie: Contourde Twern, GGD, KBO

4. Sociale beweegkaart / Beweegwijzer + Inventarisatie

Door het beweegaanbod en behoeften allereerst te inventariseren en vervolgens meer te kanaliseren, ontstaat een duidelijker overzicht voor zowel de doelgroep als ook de omgeving. Mogelijk kan dit beweegaanbod op termijn worden uitgebreid met andere zaken op het gebied van zorg en welzijn maar, in de eerste fase ligt de focus op het beweegaanbod. Belangrijk hierbij is dat de bestaande structuren worden versterkt en er wordt voorkomen dat er veel langs elkaar heen wordt gewerkt. Dit initiatief kan worden gekoppeld aan het platform in ontwikkeling vanuit het sportakkoord.

Actie: Zorg- en welzijnspartners, Sportplatform en Gemeente Hilvarenbeek

5. Vitaliteitsdagen bedrijfsleven

Er wordt een inventarisatie gedaan binnen de bedrijven in Hilvarenbeek op het gebied van vitaliteit. De bedrijven die hierin koploper

zijn kunnen lokaal andere werkgevers stimuleren om aandacht te hebben voor een gezonde werkvloer. Een voorbeeld kan zijn het aanbieden van vitaliteitsdagen met aandacht voor privé-werk balans, mentale gezondheid, contact met collega's en een gezond voedingsaanbod.

Actie: Ondernemend Hilvarenbeek, sportplatform en Het BeweegBuro

4. IEDEREEN SPORT MEE

Kernwoorden: vergroten sportdeelname, inclusief sporten, ouderen, laagdrempelig.

Wat willen we bereiken?

- Deelnamepercentage van kwetsbare doelgroepen verhogen (financieel, sociaal, leeftijd, fysieke/mentale beperking);
- Sport- en beweegaanbod is voor (kwetsbare) inwoners en partners bereikbaar en toegankelijk;
- Samenwerkingen creëren van alle instanties die met kwetsbare mensen te maken hebben;
- Acceptatie van andere leden bij een sportvereniging voor mensen met een beperking;
- Ontwikkeling van aanbod op maat voor kinderen.

Hoe gaan we dit doen?

- Groen** = Bestaande activiteiten
Geel = Deels bestaande activiteiten, maar ook verder ontwikkelen
Rood = Nieuwe activiteiten

Bestaande activiteiten

- Deelnemen aan Nationale Diabetes Challenge. Sportcoaches zijn kartrekker en leggen verdere verbinding;
- Organiseren 2e Nationale Sportweek 50+. Sportcoaches kunnen hiervoor de samenwerking zoeken met o.a. KBO;
- Permanente vakleerkrachten bewegingsonderwijs en het effect onderzoeken (middels MQ-scan en MRT) en beweegachterstand signaleren en doorsturen naar professionals. Dit wordt opgepakt door de sportcoaches in samenwerking met het basisonderwijs;
- Vitaliteitsdagen KBO/SSB60+ (inclusief fitheidstesten). KBO is kartrekker en zoekt verdere samenwerking met andere instanties;
- Aanbod voor zowel lagere en hogere teams kwalitatief vergroten, stimuleren van ledenbehoud. Dit is een voorbeeld vanuit Biks Shots en kan als inspiratie fungeren voor andere verenigingen.

Deels bestaande activiteiten, maar ook verder ontwikkelen

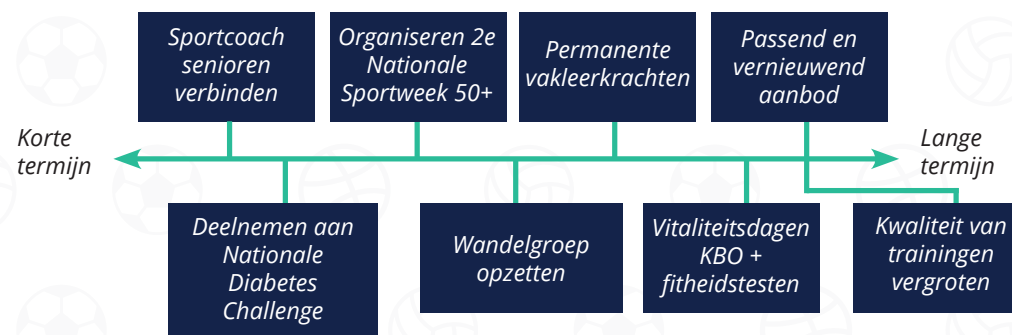
- Sport- en beweegcoaches verbinden met verenigingen / zorg / kwetsbare doelgroepen. Door de verbreding van de Sportraad als breder platform en netwerkorganisatie komen deze verbindingen natuurlijk tot stand;
- Passend en vernieuwend aanbod ontwikkelen; extra aandacht voor senioren en medewerkers uit het bedrijfsleven. Sportverenigingen ontwikkelen aanbod en bedden dit in binnen de vereniging (Walking football, walking basketball). Sportdorp en buurtsportcoaches ontwikkelen sport- en beweegaanbod voor werknemers van bedrijven;
- Stichting Leergeld promoten en kritisch kijken naar subsidie cultuur versus bewegen. De gemeente kan via algemene communicatie aandacht besteden aan de bestaande regelingen. De Sportraad kan de bekendheid vergroten onder de sportverenigingen. De sportcoaches kunnen dit doen bij scholen. Daarnaast kritisch kijken wie 'intermediair' kunnen worden, om gezinnen hierin te begeleiden.

Nieuwe activiteiten

- Wandelrondjes in en tussen de kernen organiseren (wandelgroepen). Sportcoach kan aanjager zijn, maar legt het initiatief verder bij de bewoners zelf;
- Hilvarenbeek sport/kortingspas, zodat sporten voor iedereen mogelijk wordt. Dit moet verder worden verkend wat de mogelijkheden zijn en wie dit verder kan oppakken. Dit kan op de agenda van een volgende Sportraad;
- Voorlichtingsbijeenkomsten met maatschappelijke organisaties en huisartsen die in contact staan met doelgroep. Dit kan gecombineerd worden met de bijeenkomsten van de Sportraad waarbij telkens een ander thema centraal staat;
- Sociale kaart op Hilverportal. Dit moet verder worden verkend wat de behoefte zijn, wat de mogelijkheden zijn en wie dit verder kan oppakken (kennisoverdracht). Dit kan op de agenda van een volgende Sportraad.

Nationale Diabetes Challenge

De Nationale Diabetes Challenge is een effectieve wandelinterventie van de Bas van de Goor Foundation, waarbij samenwerking in de wijk wordt gestimuleerd om mensen laagdrempelig in beweging te brengen naar een betere kwaliteit van leven.



5. SAMEN STAAN WE STERK

Kernwoorden: samenwerking verenigingen, omnivereniging, bedrijfsleven betrekken, sportevenementen.

Wat willen we bereiken?

- Maatschappelijk middenveld samenbrengen;
- Van concurrentie naar afstemming en samenwerking binnen verenigingen;
- Bekendheid en toegankelijkheid van divers aanbod vergroten;
- Vitale sport- en beweegaanbieders die een financiële en organisatorische basis hebben.

Hoe gaan we dit doen?

- Groen** = Bestaande activiteiten
Geel = Deels bestaande activiteiten, maar ook verder ontwikkelen
Rood = Nieuwe activiteiten

Bestaande activiteiten

- Clinics behouden op scholen in Hilvarenbeek en uitbreiden in de regio Goire/ Oisterwijk (Be a Star) door Bik's Shots. Voor de uitbreiding zijn 'opstart subsidies' nodig, aangezien dat nieuwe activiteiten zijn.

Deels bestaande activiteiten, maar ook verder ontwikkelen

- Activiteiten organiseren voor jong en oud. Sportcoach kan aanjager zijn maar legt het initiatief verder neer bij andere organisaties;
- Clubhuis beschikbaar stellen voor andere partijen. De sportvereniging atletiek stelt zich hiervoor al open;
- Regionale schaalgrootte verbreden, uitzetten acties over gemeentegrenzen heen. De regionale samenwerking staat op de agenda van de gemeente;

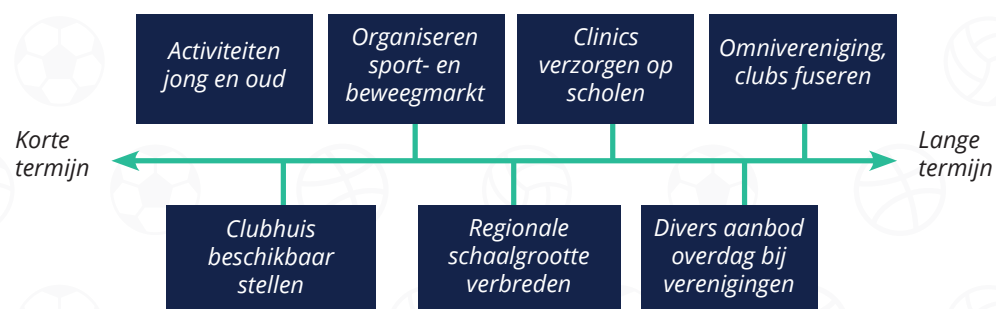
- Realiseren van divers aanbod voor overdag bij accommodaties en verenigingen. Het initiatief hiervoor ligt bij de sportverenigingen zelf. Als zij verder gefaciliteerd moeten worden dan kan dan worden bekeken wat nodig is;
- Sportplatform voortzetten, vervolg op Sportdorp. Dit moet verder worden verkend wat het doel is, wat de mogelijkheden zijn en wie dit verder kan oppakken. Dit kan op de agenda van een volgende Sportraad;
- Betrekken van bedrijfsleven, maatschappelijke partners en zorg (huisartsen). Elkaar structureel vinden. Dit kan gecombineerd worden met de bijeenkomsten van de Sportraad waarbij telkens een ander thema centraal staat;
- Vernieuwend aanbod, trends en inspiratie (evt. in samenwerking met Willem II) en bedrijven betrekken om bewegen te stimuleren onder eigen medewerkers. Dit kan gecombineerd worden met de bijeenkomsten van de Sportraad;
- Gezamenlijk inzetten Adviseur Lokale Sport en buiten de gemeente sport aanbieden. De Adviseur Lokale Sport kan hierin verder ondersteunen.

Nieuwe activiteiten

- Organiseren van een sport- en beweegmarkt. Dit moet verder verkend worden en kan op de agenda van de Sportraad worden gezet;
- Omniverenigingen realiseren, kijken naar mogelijkheden van clustering maar ook fusie. Het initiatief hiervoor ligt bij de sportverenigingen zelf. Als zij verder gefaciliteerd moeten worden dan kan dan worden bekeken wat nodig is;
- 'Gluren bij de burens' en elkaar inspireren aan de hand van thema's. Dit kan ook gecombineerd worden met het idee om een sport- en beweegmarkt te organiseren.

Gluren bij de burens

Het idee om jaarlijks vanuit een vereniging bij een andere vereniging te gaan kijken. Tevens kunnen inwoners ook een kijkje gaan nemen. Zo zijn de verschillende sportaanbieders op de hoogte van elkaars aanbod en faciliteiten'.



6. TOEKOMSTBESTENDIG SPORTKLIMAAT

Kernwoorden: borgen wat al is opgebouwd, duurzaamheid, successen Sportdorp continueren, duidelijke uitvoering.

Wat willen we bereiken?

- Bredere samenwerking, aandacht voor specialisme en maatwerk binnen verenigingen;
- Duurzame inbedding, aandacht voor iedereen structureren;
- Inspelen op landelijke ontwikkelingen;
- Verbinden van mensen en verenigingen.

Hoe gaan we dit doen?

- Groen** = Bestaande activiteiten
Geel = Deels bestaande activiteiten, maar ook verder ontwikkelen
Rood = Nieuwe activiteiten



Bestaande activiteiten

- Koningsspelen en Blubberrun voortzetten. De Blubberrun wordt primair door inwoners zelf georganiseerd. De organisatie van de Koningsspelen ligt bij de sportcoaches en zij betrekken andere partners;
- Onderzoeken hoe MQ-scan & MRT kan worden voortgezet en geborgd vanuit Sportdorp. Initiatief ligt bij Sportdorp om te zorgen voor de borging.

Deels bestaande activiteiten, maar ook verder ontwikkelen

- Sportcoaches breed blijven inzetten: onderwijs, kwetsbare ouderen en verbinding maken naar Steunpunt Aangepast Sporten. Dit gebeurt nu al. Alleen de structurele borging in de toekomst vraagt aandacht;
- Laagdrempelige activiteiten voor (niet) leden om nieuwe aanwas te

vergaan. Initiatief hiervoor ligt bij de sportverenigingen. Buurtsportcoach heeft coördinerende en verbindende rol;

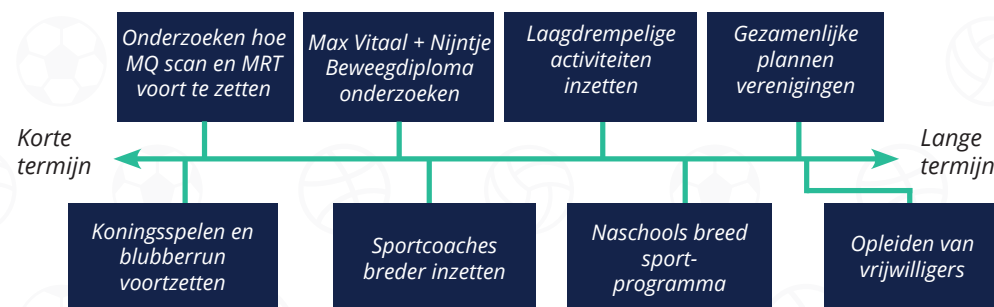
- Kinderen breed motorisch ontwikkelen en inzetten van een naschools breed sportprogramma. Sjors Sportief en Creatief voortzetten. Dit is ingebed in het programma van de sportcoaches;
- Opleiden vrijwilligers / professionals, ondersteuning vanuit beweegcoaches en CJG. CJG heeft budget om gratis informatieavonden te geven;
- Onderzoeken hoe Max Vitaal kan worden ingezet;
- Sportraad verbreden en een bredere basis creëren, waarbij per thema werkgroepen worden gevormd. Zorgen voor positieve communicatie en werken aan het imago;
- Informatie verspreiden via lokale bladen, tv, Sjors Sportief en Hilverportal. Communicatie kan standaard op de agenda van overleggen komen zodat kan worden bepaald hoe dit wordt opgepakt.

Nieuwe activiteiten

- Opleiden vrijwilligers / professionals, ondersteuning vanuit beweegcoaches en CJG. Dit kan gedeeltelijk worden ingezet met vouchers van Adviseur Lokale Sport en gedeeltelijk via uitvoeringsbudget;
- Gebruik maken van (gezamenlijke) plannen binnen verenigingen: elektriciteit en onderhoud. De Adviseur Lokale Sport kan hierin samen met de Sportraad een adviserende en verbinden rol vervullen;
- Flexibele lidmaatschappen en 'combi pas'. Initiatief hiervoor ligt bij de sportverenigingen en zij kunnen als ze concrete ideeën hebben hierin gefaciliteerd worden, in combinatie met eerder genoemde 'Hilvarenbeekse sportpas';
- Onderzoeken van de mogelijkheden om Nijntje Beweegdiploma aan te bieden. Avanti-Turnivo heeft hierin al goede ervaringen mee en wil hierin graag een rol vervullen.

MQ scan en MRT

In 2019 zijn er MRT-trajecten gehouden op alle basisscholen. Dit is door scholen en ouders als waardevol ervaren, kinderen laten namelijk vooruitgang zien. Mooi om enthousiaste en betrokken ouders én kinderen te zien.



7. OPSTELLING

De ondertekening van Heel Hilvarenbeek Gezond is het begin. Dit akkoord geeft een extra impuls aan sport, bewegen en een gezonde leefstijl in Hilvarenbeek. Met de betrokken partners gaan we per thema en actiepoint aan de slag om vervolg te geven aan de gemaakte afspraken. Die basis lag er al voor het lokale sportakkoord en we gaan op die basis verder voor het leefstijlakkoord. Samen staan we sterk!

De opstelling bestaat uit:



Supporters

De supporters zijn aanhanger en 'eigenaar' van het akkoord. Supporters zijn onder andere de scholen, kinderopvang, huisartsen, fysiotherapeuten, sportverenigingen, zorgorganisaties, de gemeente, ondernemers en nog vele andere partijen. Het akkoord is van de ondertekenaars (de gemeenschap) en niet van de gemeente. De gemeente Hilvarenbeek is als ondertekenaar één van de partijen die bijdraagt aan het succes en zo veel mogelijk initiatieven van partijen stimuleert en ondersteunt.



Staf

In Hilvarenbeek zijn de afgelopen periode hele mooie stappen gezet om de uitvoeringsorganisatie voor sport te verstevigen en te verbinden. Vanuit de Regeling Combinatiefuncties wordt 1,38 fte ingezet als sportcoaches. De overige formatie uit de Brede Regeling Combinatiefuncties (1 fte) wordt ingezet op het gebied van cultuur. De sportcoaches worden aangestuurd door de gemeente en door een

stuurgroep van onderwijs, opvang en gemeente. Vanuit de regeling combinatiefuncties wordt er op alle scholen voor alle klassen 1 lesuur per week gym verzorgd, door een vakleerkracht. Daarnaast is er een aantal uren per week beschikbaar voor buurtsportcoaching waarmee evenementen georganiseerd worden. De scholen en de opvang kopen hiernaast nog extra uren in, sommige voor een 2e gymles bijvoorbeeld of voor extra beweeguren op de kinderopvang. Vanuit de subsidie die wordt uitgekeerd aan de Sportraad, voor uitvoering van de sportvisie, worden de sportcoaches ingezet voor verenigingsondersteuning. De sport- en beweegcoaches zijn in dienst van het BeweegBuro. De cofinanciering komt uit een bijdrage van Samenwijs Opvang en Samenwijs Onderwijs en daarnaast een integrale cofinanciering vanuit de gemeente.

Vanuit de uitvoeringsorganisatie sport kunnen hele mooie dwarsverbindingen worden gelegd naar het brede speelveld van partners. Specifiek voor de doelgroep ouderen wordt daarbij nauw samenwerking gezocht met KBO, Stichting Sportief Bewegen 60+ en Seniorenplatform i.o.

Specifiek voor de doelgroep jongeren zijn het jongerenwerk (R-Newt) en de jongerengroep (HEBE) belangrijke partners.



Spelers

Alles draait uiteindelijk om de spelers

oftewel de inwoners van Hilvarenbeek. De programma's en projecten die worden uitgevoerd richten zich op het in beweging brengen en gezond houden van jong tot oud. Daarmee zorgen we ervoor dat jong en oud lekker in zijn/haar vel zit! Tevens richten wij ons op kwetsbare doelgroepen, hierdoor wordt er bijgedragen aan het verkleinen van economische en sociale gezondheidsverschillen. Heel Hilvarenbeek gezond, dat is waar wij voor staan!



Pers

We geloven in de toegevoegde waarde van communicatie en daar gaan we extra op inzetten. We benutten de lokale communicatiekanalen om de vele goede verhalen te delen, om succes samen te vieren en om zoveel mogelijk spelers in Hilvarenbeek te bereiken en te betrekken.



Sponsors

In de huidige inzet wordt nu al cofinanciering ingezet door basisscholen en kinderopvang. Dit kunnen we zien als sponsors. Met de verbreding van de inzet, kunnen mogelijk ook andere partners (sponsors) worden aangesproken om ook financieel te participeren.



8. SPEELVELD

ORGANISATIE

De ondertekening van dit lokaal akkoord is het begin. Dit akkoord geeft een extra impuls aan sport, bewegen en gezonde leefstijl in Hilvarenbeek.

Van belang is om de betrokkenheid en het eigenaarschap bij partners hoog te houden. Iedereen is zelf verantwoordelijk voor zijn of haar actie. We proberen dit echter zo goed mogelijk te stroomlijnen door aandacht te hebben voor de uitvoering van het akkoord.

Wij zien een belangrijke rol voor de Sportraad van Hilvarenbeek. Daar ligt al een stevige basis. De Sportraad kan verder uitgebouwd worden tot een bredere kerngroep. Deze kerngroep kan in algemene zin de visie en uitvoering van het lokale akkoord monitoren. De kerngroep bestaat uit de Sportraad, de sportcoaches, Sportdorp Hilvarenbeek, iemand uit het onderwijs en de zorg, de gemeente en coördinator sportcoaches.

Werkgroepen en thema's

In dit akkoord staan verschillende thema's, projecten en activiteiten. Rondom een thema en project kunnen werkgroepen ontstaan van betrokkenen die rondom het thema samenkomen. De werkgroepen zijn bij voorkeur verantwoordelijk voor uitvoering van actiepunten binnen de thema's van het akkoord. Dit zien wij als projectmatig en is afhankelijk van de onderwerpen en de context hoe dit vorm krijgt. De kerngroep kan hierin een verbindende en aanjagende rol vervullen en houdt het overzicht.

Netwerkstructuur

Sport, bewegen en gezonde leefstijl heeft een nadrukkelijke relatie met andere thema's en ontwikkelingen: onderwijs en jeugd, participatie en armoede, openbare ruimte, welzijn, subsidies, etc. sport, bewegen en gezonde leefstijl kan aansluiten bij bestaande structuren en overleggen maar de kerngroep kan ook andere partners uitnodigen om rondom een thema aan te sluiten.

Rol van de gemeente

Het akkoord is van de ondertekenaars en niet van de gemeente. De gemeente Hilvarenbeek is als ondertekenaar één van de partijen die bijdraagt aan het succes en zo veel mogelijk initiatieven van partijen stimuleert en ondersteunt.

Sportraad Hilvarenbeek en sportcoaches

Vanuit het oorspronkelijke sportakkoord is aangesloten bij de bestaande uitvoeringsstructuur rondom sport. De Sportraad en de sportcoaches die worden ingezet in Hilvarenbeek zijn belangrijke aanjagers. Dit betekent niet dat zij verantwoordelijk zijn voor alle acties en projecten, maar zij zorgen wel voor verbinding en samenhang. Vanuit het integrale leefstijlakkoord wordt de basisstructuur van sport benut en verder verbreed.

Adviseur Lokale Sport

Vanuit het oorspronkelijke lokale sportakkoord zijn er voor sport, bewegen en gezonde leefstijl - aanbieders zijn er extra middelen en ondersteuning beschikbaar om de ambities waar te

maken. Jaarlijks is er een bedrag van € 5.000 beschikbaar in de vorm van services voor deskundigheidsbevordering, workshops, trajectbegeleiding, interventie, bijscholing of training. Er is keuze uit meer dan 200 vormen van ondersteuning voor besturen, trainers, scheidsrechters etc. De adviseur blijft beschikbaar gedurende de periode van uitvoering van het akkoord (t/m 2021) en bepaalt jaarlijks de inzet van de services. Dit gebeurt in nauw overleg met de Sportraad Hilvarenbeek.

COMMUNICATIE

Om zoveel mogelijk inwoners, partners en verenigingen in de gemeente Hilvarenbeek in beweging te brengen is communicatie van groot belang. Sport en bewegen lenen zich uitstekend voor communicatie. Iedereen heeft iets met sport en bewegen. Het verbindt mensen en vangt op bijzondere wijze emoties en passie. Het zit vol verhalen. Verhalen die verteld en gedeeld moeten worden.

Tijdens alle sessies in het kader van het lokale akkoord werd het belang van communicatie onderschreven. Er zijn ideeën geopperd om het sportaanbod op één platform te hebben. Een plek voor inwoners om het sport, bewegen en gezonde leefstijl in Hilvarenbeek te ontdekken, maar ook informatie over financiële regelingen en voor mensen met een beperking. Het platform geeft ook het laatste nieuws op sportgebied en bevat een agenda met een overzicht van activiteiten en evenementen.

Om inwoners en partners uit Hilvarenbeek te informeren en inspireren kunnen

verschillende online kanalen ingezet worden, waaronder Facebook, Instagram en een digitale nieuwsbrief. Een aanvullende kans is dat nieuws en verhalen ook gedeeld worden via de kanalen van partners en verenigingen om zo een nog groter bereik te realiseren. Daarnaast kan op zoek worden gegaan naar lokale helden die als rolmodel of ambassadeur fungeren. Hierbij kan gedacht worden aan (top)sporters en talenten die uit Hilvarenbeek komen, maar ook aan verenigingshelden. Via de genoemde kanalen worden de verhalen van de ambassadeurs gedeeld.

Het beheer van alle kanalen is altijd een uitdaging. We kunnen bekijken of we in regionaal verband iets kunnen faciliteren naar voorbeeld van de gemeente Oisterwijk. Voor de lokale content kunnen we dan een soort van razende reporters zoeken. Mensen die het leuk vinden om hobbymatig artikeltjes te schrijven, foto's en vlogs te maken, etc. Bovendien kunnen we met leerlingen van middelbare scholen kijken wat de mogelijkheden zijn om hun hiervoor in te zetten, denkend aan het jongerenwerk van R-Newt.

Inmiddels is het platform Hilvarenbeek Actief opgezet waarop sport- en beweegaanbod maar ook culturele activiteiten een plek hebben. Vanuit het leefstijlakkoord kunnen daar aanvullend ook nog activiteiten en ideeën aan worden gekoppeld.

FINANCIËN

Met het akkoord zetten we bestaande acties voort en initiëren we nieuwe acties.

Gemeentelijke bijdrage

De gemeente investeert in sport, bewegen en een gezonde leefstijl. Ondermeer door de uitvoeringscapaciteit van de sportcoaches en de subsidie aan de Sportraad. Maar ook vanuit de afspraken met o.a. GGD, R-Newt, KBO etc.

Middelen uit sportakkoord en preventieakkoord

Voor dit leefstijlakkoord zijn zowel vanuit het originele sportakkoord als vanuit preventie uitvoeringsmiddelen beschikbaar voor de periode 2021, 2022 en 2023. De middelen van het sportakkoord worden zelfs verdubbeld.

Overige middelen na corona

Er is een breed steunpakket gericht op gezondheid en welzijn van jeugd wat aansluit bij de ambities en ideeën van dit akkoord. Het gaat dan o.a. om:

- Plan Welzijn Jeugd
- Nationaal Programma Onderwijs
- Overige regelingen jongeren coronatijd

Ook deze middelen kunnen integraal worden benut in het kader van dit akkoord.

Subsidies

Op nationaal, provinciaal en gemeentelijk niveau zijn er allerlei mogelijkheden tot subsidie beschikbaar:

- Op landelijk niveau: BOSA; subsidie voor stimulering bouw en onderhoud

van sportaccommodaties, met extra aandacht voor duurzaamheid.

- Op provinciaal niveau: diverse subsidiemogelijkheden, bijv. op het gebied van Open Clubs, talentontwikkeling en vernieuwende energieprojecten.
- Op gemeentelijk niveau: subsidie voor incidentele (vernieuwende) activiteiten en evenementen op het gebied van sport en bewegen.

Cofinanciering van partners en inzet in natura

Partners die zich verbinden aan het akkoord kunnen ook een (financiële) bijdrage leveren. Zo betalen verschillende basisscholen nu al mee aan de inzet van de combinatiefuncties.

Naast middelen stellen sport- en beweegaanbieders, maatschappelijke partners en de gemeente ook mensen en faciliteiten ter beschikking. De inzet in natura, vooral door vrijwilligers, heeft voor het mogelijk maken van de acties soms een groter effect dan het inzetten van financiële middelen.

Financiering van initiatieven

Voor initiatieven uit de lokale gemeenschap die passen bij dit akkoord, zijn middelen beschikbaar. Hiervoor wordt aangesloten bij de structuur vanuit het originele sportakkoord. Het bestaande platform bekijkt initiatieven en zal eerst zoveel mogelijk verbinding leggen met bestaande zaken of andere bekende initiatieven.



9. SUPPORTERS

De kracht en waarde van 'Heel Hilvarenbeek Gezond' wordt uiteindelijk bepaald door de supporters. Veel support, draagvlak en inzet gaan ervoor zorgen dat we in Hilvarenbeek onze ambities met betrekking tot sport en bewegen samen gaan realiseren.

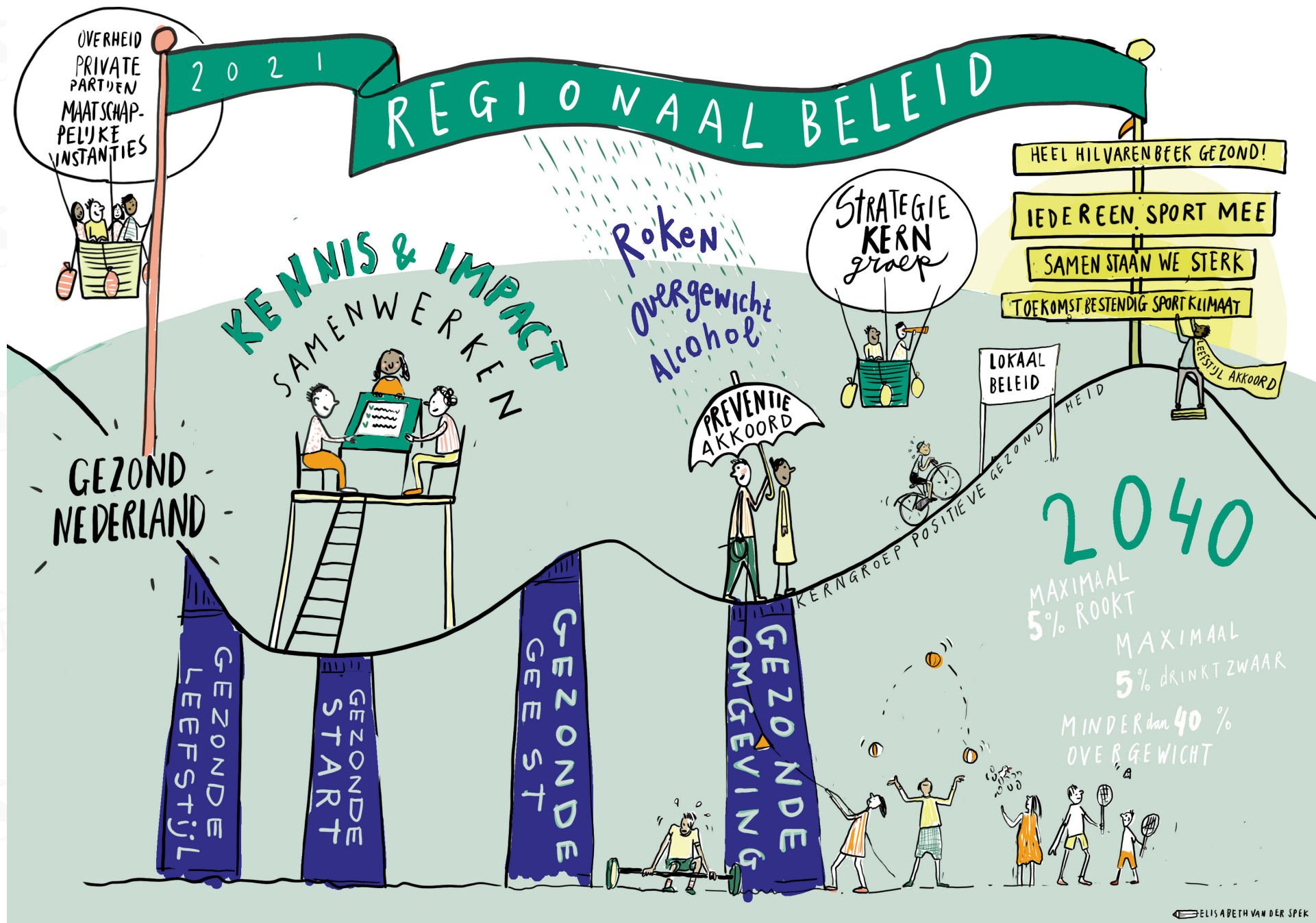
Onderstaande organisaties dachten mee over de inhoud van dit akkoord en dragen naar eigen vermogen bij om acties uit dit akkoord te realiseren.

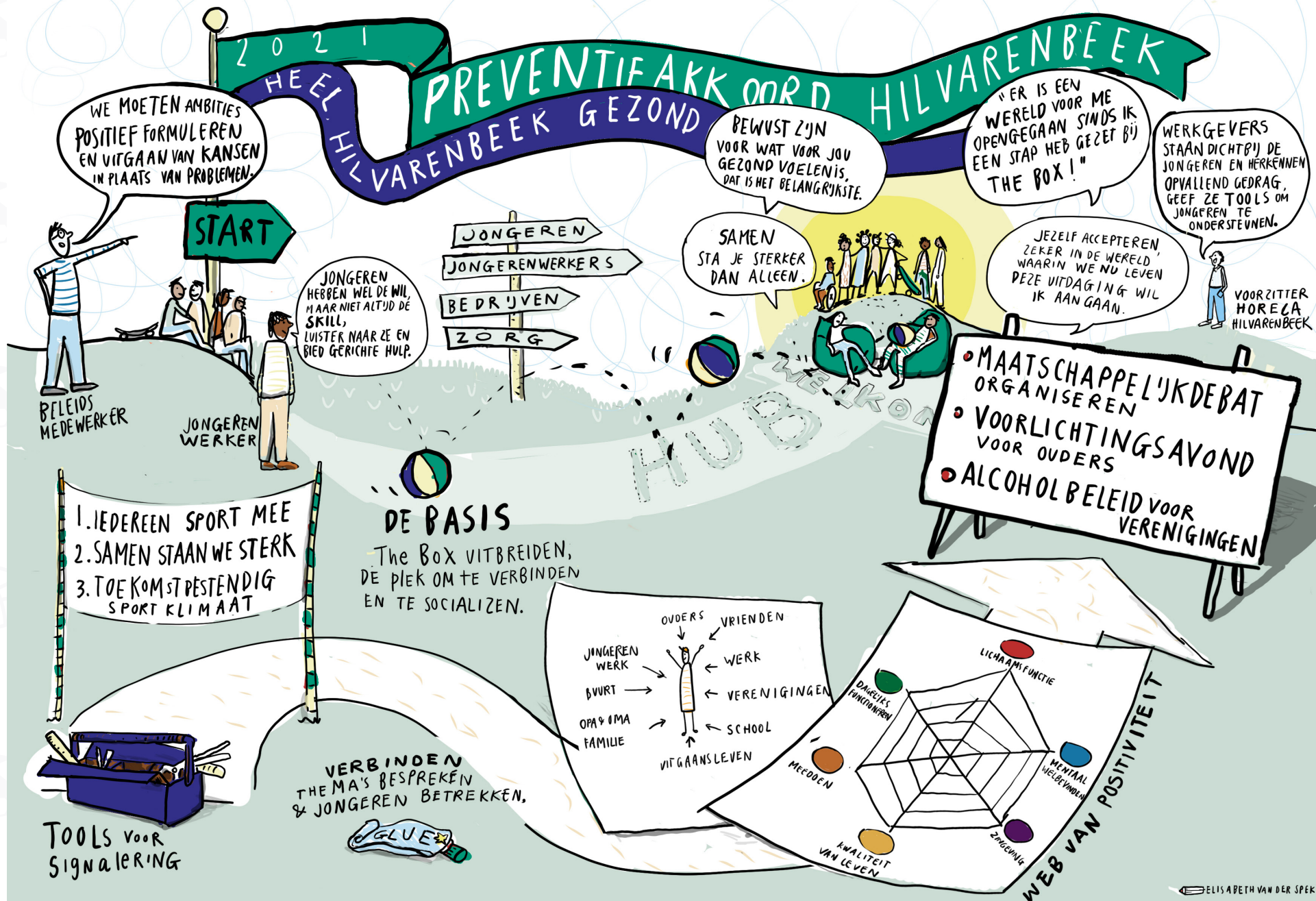
Achil'87, Avanti-Turnivo, Basketballvereniging Biks Shots, Beweegeburo, Bibliotheek Midden Brabant, Biodanza, Brinkpoint training en fysiotherapie, Dorpscoöperatie Wij-wel, Gemeente Hilvarenbeek, GGD Hart voor Brabant, Hockeyvereniging, Jongerenwerk, KBO, Kinderfysio, Kinderopvang, Laco Sportcentrum, MEE, Multifit, MvB Training, Ondernemend Hilvarenbeek, Paard en Ponyplezier Diessen, Scholen, SPG Hilvarenbeek, Sportcoaches, Sportdorp, Sportraad, Steunpunt Aangepast Sporten Midden-Brabant, RKDSV, Stichting Sportief Bewegen 60+, SV Hilvaria, SV Tuldania, SVSOS, Tafeltennisvereniging Hita'79, Thebe Clossenborch fysiotherapie, VC de Hilver, WG Dementievriendelijke gemeente, WG Zorg en welzijn senioren en Zwemvereniging de Dokkelaers.

Aansluiten bij het akkoord?

Organisaties die niet betrokken waren in het proces en alsnog willen aansluiten zijn van harte welkom. Als ook de hulp van iedereen die bij wil dragen aan het realiseren van de ambities uit dit akkoord is van harte welkom.







ELISABETH VAN DER SPEK

BIJLAGE 1: PREVENTIE EN LEEFSTIJL

REGIONAAL BELEID

Er is op regionaal niveau veel aandacht voor gezondheid en er wordt samenwerking en samenhang gezocht met omliggende gemeenten en regionale partners. Daarom is het ook belangrijk om de speerpunten van regionaal beleid mee te nemen in dit leefstijlakkkoord.

Regionale nota publieke gezondheid Midden-Brabant 2020-2023 'Met Gezond Verstand'

1. Gezonde start: Elk kind groeit veilig, gelukkig en gezond op.
2. Gezonde leefstijl: De keuze voor een gezonde leefstijl is de makkelijkste keuze: wie en waar je ook bent.
3. Gezonde geest: Onze inwoners voelen zich mentaal gezond en gelukkig.
4. Gezonde omgeving: Een gezonde, toegankelijke en uitnodigende omgeving voor jong en oud.

Gezonde start – wij willen dat:

- Ouders goed voorbereid aan de zwangerschap beginnen; Medische en sociale problemen tijdens de zwangerschap tijdig worden signaleerd en hulp wordt geboden;
- Opvoedstress bespreekbaar wordt en er opvoedondersteuning is zodat ontwikkelings- en opvoedproblemen voorkomen worden.

Gezonde leefstijl – wij willen dat:

- Inwoners minder roken en een rookvrije omgeving creëren voor onze jeugd;

- Minder jongeren onder de 18 alcohol drinken en het alcoholgebruik door volwassenen afneemt;
- Het percentage jongeren en jongvolwassenen dat drugs gebruikt niet toeneemt;
- Het percentage kinderen met overgewicht niet toeneemt.

Gezonde geest – wij willen dat:

- Jongeren weerbaar en mentaal gezond zijn;
- Eenzaamheid bij onze inwoners terug gedrongen wordt.

Gezonde omgeving – wij willen dat

- De inrichting van de omgeving uitnodigt om de gezonde keuze te maken;
- Gezondheid een volwaardig, integraal onderdeel van de omgevingsplannen wordt.

Regionaal Uitvoeringsplan Gezonde Leefstijl 2021

Met het regionale uitvoeringsplan wordt ingezet op de volgende ambities:

1. Minder jongeren onder de 18 drinken alcohol en onder volwassenen neemt het alcoholgebruik af.
- Regionale inspiratiesessie Gezonde Sportomgeving met aandacht voor alcohol;
- Regionale training docenten VO over Middelengebruik;
- Ouderenparticipatie: expliciet opnemen in ontwikkeling regionaal protocol alcohol;
- Regionale bijeenkomst voor WO en HBO instellingen Brabant over alcoholbeleid tijdens introductietijd en bij studieverenigingen.

2. Minder inwoners roken en een rookvrije omgeving voor onze jeugd.
 - Regionale inspiratiesessie 'Rookvrij! Hoe dan?' voor speeltuinen, sportverenigingen en openbare gemeentelijke gebouwen;
 - Regionaal campagnes uitrollen, bijv. Stoptober;
 - Sociale kaart van Stoppen met roken aanbod bekend maken bij alle hulpzorgverleners, zodat zij kwetsbare burgers kunnen doorverwijzen.
3. Geen toename van het percentage kinderen met overgewicht.
 - Regionale inspiratiesessie Gezonde Sportomgeving, met aandacht voor Gezonde sport- en schoolkantine;
 - Ontwikkeling van een interventie opvoedvaardigheden tav gezonde voeding en/of bewegen;
 - Ontwikkeling en realisatie van een zorgpad voor kinderen met overgewicht en obesitas, waarin diverse professionals samenwerken.
4. Geen toename van het percentage jongeren en jongvolwassenen dat drugs gebruikt.
 - Implementatie regionaal drugsproject VO-scholen;
 - Regionale online training vroeg signalering voor sportverenigingen waardoor zij handvaten krijgen hoe om te gaan met en gebruik kunnen signaleren;
 - Regionale campagnes lachgas en inzet van Unity-vrijwilligers die jongeren aanspreken over het gebruik van drugs.

LOKAAL BELEID

Het preventieakkoord sluit ook aan bij lokaal beleid en lokale ontwikkelingen. Dit biedt een stevige basis om verder op te verbinden en verdiepen.

Positief Jeugdbeleid – Ontmoeten. Ontdekken. Ontwikkelen

Het positief jeugdbeleid richt zich op de versterking van het gewone, dagelijkse leven van onze jeugd. De gemeente Hilvarenbeek wil dat alle kinderen en jongeren de mogelijkheid krijgen om zich – op eigen wijze – te ontwikkelen tot zelfredzame volwassenen. Dat ze opgroeien in een kansrijke, gezonde en veilige omgeving.

Met het Positief Jeugdbeleid creëert Hilvarenbeek een stimulerende niet-formele leeromgeving waarbij de talentontwikkeling van onze jeugd centraal staat. We verbinden de opvoedmilieus zorg, onderwijs en vrije tijd vanuit een ontwikkelgedachte. En we laten het gewone, dagelijkse leven een prominente rol spelen.

Jaarplan Team Zorg en Veiligheid

Gemeente Hilvarenbeek wil dat iedere inwoner zich veilig voelt; thuis in zijn of haar omgeving. Iedereen moet zichzelf kunnen zijn en naar eigen vermogen mee kunnen doen in onze samenleving.

We willen complexe casuïstiek duurzaam aanpakken én voorkomen door:

- Bewustwording en urgentiebesef te creëren;
- Stevig in te zetten op preventie;
- Actieve signalering van problemen (in het Samenzorgteam);

- Te sturen op directe veiligheid (regie, coördinatie);
- (en dan pas) risico gestuurde en herstelgericht (na)zorg te faciliteren;
- Te sturen op verbinding, afstemming en samenwerking in de Z&V-ketens;
- Het creëren van een leercultuur en een veilige (samen)werkomgeving.

Koersdocument Sociaal Domein – Voor inwoners, gemeenteraad en professionals

Vanuit het Koersdocument wordt ingezet op de volgende ambities:

1. Vanuit eigen kracht

Uitgaan van talenten, zien wat mensen wél kunnen. Denken in mogelijkheden, zonder de beperkingen te negeren. Uitgaan van eigen kracht maakt mensen zelfstandig en sterk.

2. Dichtbij

Ondersteuning is dichtbij als het gemakkelijk is om hulp te vragen. Als er voor elke inwoner iemand in de buurt is die zij vertrouwen. Dat kan iemand zijn uit de naaste omgeving, of juist iemand die op grote afstand staat. Professionals kunnen dichtbij zijn door letterlijk in de buurt te zijn bij de mensen voor wie ze werken.

3. Samen

Inwoners willen graag de best passende hulp ontvangen. Dat lukt als professionals en gemeente samen met inwoners kijken naar alle omstandigheden die invloed hebben op de situatie. Dat lukt als ze goed naar inwoners luisteren en mét hen de

beste oplossing bepalen. Dat lukt als professionals en gemeente goed op de hoogte zijn van elkaars zorgaanbod en de voorzieningen binnen de gemeente.

4. Voorkómen

Als we het onze inwoners gemakkelijker maken om eerder aan de bel te trekken en we zelf alerter zijn op de signalen dat iemand het zelfstandig even niet aankan, is 'erger' vaak te voorkomen. Veiligheid is een speerpunt. Ook inwoners moeten weten wat ze kunnen doen als ze zich zorgen maken om de veiligheid van iemand in hun omgeving.

Gezonde Generatie

Het programma de Gezonde Generatie bestaat uit: "jeugd die zelf gezond wil leven, er de vaardigheden voor heeft en leeft in een omgeving die verleidt tot gezond gedrag. Dit geeft hen de weerbaarheid én de vrijheid om het beste uit zichzelf te halen." Het uitgangspunt hierbij is dat gezondheid de toestand van compleet welbevinden is (positieve gezondheid). In de Gezonde generatie wordt ingezet op alcohol-, tabak- en drugspreventie, balans tussen inspanning en ontspanning, voldoende bewegen, gezond eten en drinken en respectvol en veilig contact. Door de jeugd hier al op jonge leeftijd kennis mee te laten maken, kunnen zij zelf de keuze maken voor een gezonde leefstijl.

Analyse & Cijfers

Voor dit leefstijlakoord is gebruik gemaakt van een aantal cijfers om de doelstellingen op te kunnen baseren. De

cijfers bieden ook een goede basis voor verdere evaluatie en monitoring.

Cijfers Hilvarenbeek



17%

ROKEN

- Jongeren: 2% (2%)
- Volwassenen 16% (19%)
- Ouderen 7% (6)



37%

PROBLEMATISCH ALCOHOLGEBRUIK

- Jongeren: **29%** (25%)
- Volwassenen **26%** (19%)
- Ouderen **14%** (15%)



50%

OVERGEWICHT

- Jongeren **7%** (11%)
- Volwassenen **49%** (46%)
- Ouderen **58%** (60%)



17%

ROKEN

- Rookt dagelijks **2%** (2%)
- Wordt in huis blootgesteld aan rook **5%** (11%)



37%

ALCOHOL

- Recent alcohol gedronken **35%** (32%)
- Recent binge drinker **25%** (25%)
- Drinkt alcohol in sportkantine / bij een vereniging **10%** (4%)
- Drinkt alcohol in een keet / schuur **7%** (5%)



50%

MIDDELENGEBRUIK

- Heeft wel eens drugs aangeboden gekregen **22%** (27%)
- Wel eens middelen gebruikt **6%** (12%)

GGD, Hart voor Brabant Scan, (2019)

Cijfers tussen haakjes = Regionale cijfers, Hart voor Brabant.

BIJLAGE 2: SPORT IN BEELD

Hilvarenbeek is een actieve gemeente met meer dan 15.000 inwoners. Hilvarenbeek is gelegen in Noord-Brabant, ten zuidoosten van Tilburg. De gemeente wordt gevormd door dorpskernen Baarschot, Biest-Houtakker, Diessen, Esbeek, Haghorst en Hilvarenbeek, elk met een eigen identiteit.

Er heerst een sportieve cultuur in Hilvarenbeek. Kijkend naar het landelijk gemiddelde is de sportdeelname hoog in Hilvarenbeek (58% t.o.v. 51%). Over het algemeen heeft de gemeente goede sportfaciliteiten.

In totaal zijn er



5 sportparken



2 sporthallen



6 gymzalen

Met zo'n 67 sport- en beweegaanbieders is er een rijk verenigingsleven en een zeer gevarieerd aanbod.

Sporten en bewegen is in Nederland niet voor alle doelgroepen zo vanzelfsprekend. Denk hierbij aan ouderen, mensen met een beperking, mensen in armoedesituaties en mensen met een migratieachtergrond. Echter zijn er vanuit het Sportdorp speerpunten vastgesteld voor 2020, met betrekking tot kwetsbare

doelgroepen. Bovendien wordt dit gedragen door lokale initiatieven als de Sportraad en sportcoaches. Verder in dit akkoord worden de actiepunten uitgelicht.

Ontwikkeling bevolking

Daarnaast heeft Sportdorp Hilvarenbeek onlangs een onderzoek gedaan naar huidige sportdeelname en de sportinteresse van de kinderen (groep 3 t/m 8) in de gemeente Hilvarenbeek. Ten aanzien van de sportvragenlijst blijkt, dat het merendeel lid is van voetbal of hockey. De binnensporten waar vervolgens de meeste kinderen sporten en bewegen, zijn: dansen, zwemmen, basketbal, turnen, judo, korfbal en volleybal. Over ongeveer 20 jaar (2040) is het aantal inwoners in de gemeente Hilvarenbeek volgens de bevolkingsprognose met 7% gestegen, namelijk rond de 16.400 inwoners.

De stijging is een gevolg van een veranderde samenstelling van de bevolking. De verwachting is dat het aantal kinderen en jongeren (0 tot 20 jaar) in 2040 met 16% is gestegen. De leeftijdsgroep van 20 tot 65 jaar laat een afname zien van 6%. Aan de andere kant is er nogmaals een stijging zichtbaar bij de 65-plussers, namelijk 34%. De stijging zit met name in de groei van het aantal 75-plussers in de gemeente Hilvarenbeek. De vergrijzende bevolkingssamenstelling zorgt voor uitdagingen, maar het biedt ook kansen. De ouderen zijn krachtig en vitaal en zetten zich vrijwillig in voor de gemeenschap.

- Bron: Volksgezond en Zorg | Bevolking | Leeftijdsopbouw | 2020



52%

voldoet aan de beweegrichtlijnen (landelijk: 51,7%)



62%

van de inwoners sport wekelijks (landelijk: 51,3%)



36%

is lid van een sportvereniging (landelijk: 25%)

VOLWASSENEN

- Bron: Volksgezondheid en Zorg | Sport op de kaart | Deelname | Beweegnormen



34%

van de jongeren (12-18 jaar) voldoet aan Nederlandse Norm Gezond Bewegen



97%

van de kinderen (6-12 jaar) is lid van een sportvereniging



68%

van de jongeren (10-25 jaar) is lid van een sportvereniging

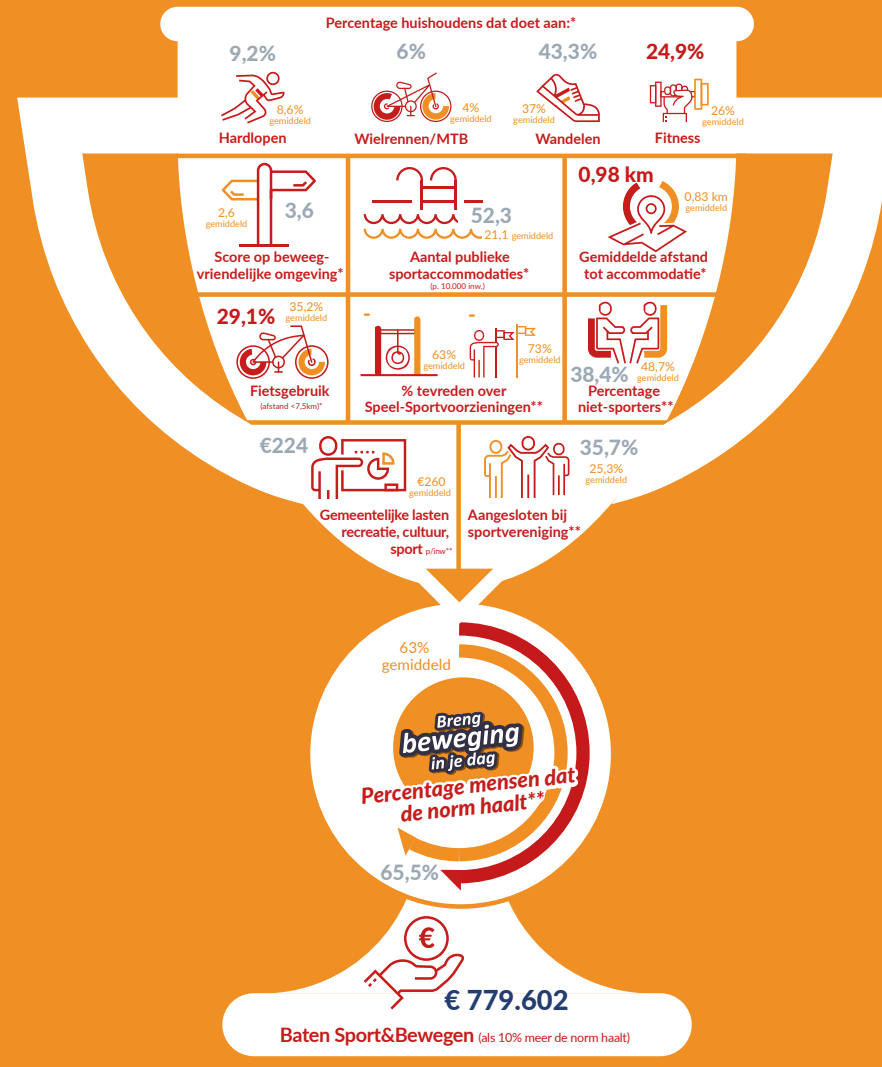
JEUGD

- Bron: Brabant scan GGD & Behoeftetepeiling kinderen basisscholen (Sportdorp)

Voor meer cijfers rondom de waarde van sport en bewegen in Hilvarenbeek ten opzichte van het landelijk gemiddelde, wordt verwezen naar de wedstrijd beker in de bijlage.

Waarde van sport en bewegen in Hilvarenbeek

Hoe scoort Hilvarenbeek in vergelijking met het landelijk gemiddelde?



■ negatief t.o.v. landelijk gemiddelde ■ positief t.o.v. landelijk gemiddelde

* Bron: volksgezondheidszorg.info | ** Bron: waarstaatjegemeente.nl

Let op! Bij het onderzoek dat aan deze berekening ten grondslag ligt, zijn een aantal aannames gedaan. Zie het artikel over de sociaaleconomische waarde van sporten en bewegen op allesoversport.nl

kenniscentrum
sport & bewegen



Toelichting

- versie december 2018 -



Per gemeente, % huishoudens waarin aan hardlopen/wielrennen/wandelen of fitness wordt gedaan (2015):

Naast zwemmen is dit de top 5 meest beoefende sporten (2017).

Aantal sportaccommodaties (2017):

Het betreft het aantal accommodaties per 10.000 inwoners, niet de grootte van accommodaties.



Score op beweegvriendelijke omgeving (2017):

Deze kernindicator scoort de publieke ruimte in de fysieke woonomgeving (op een vijfpuntsschaal) op de mogelijkheid tot sporten en bewegen. De veronderstelling is dat een beweegvriendelijke omgeving (dus een hogere score) het beweeggedrag positief beïnvloedt.



Gemiddelde afstand tot accommodatie (2015):

In km, de gemiddelde Nederlander woont op ruim 800 meter van de dichtstbijzijnde sportvoorziening, gemeten over de weg.



Fietsgebruik (2010-2013):

Het percentage fietsgebruik per gemeente, bij afstand < 7,5 km. Het betreft verplaatsingen per fiets waarin de gemeente als vertrekplaats is aangemerkt.



Speel- & sportvoorzieningen (2014-2018):

% (zeer) tevreden uit de meest recente burgerpeiling (indien aanwezig op www.waarstaatjegemeente.nl). Het gemiddelde is berekend over de data uit 2017.



% niet-sporters (2016):

Percentage mensen dat minder dan 1 keer per week sport.



Gemeentelijke lasten recreatie, sport, cultuur (2018):

Euro per inwoner, via CBS (IV3).



% inwoners aangesloten bij sportvereniging (2017)

Aantal inwoners van de gemeente dat een lidmaatschap heeft bij 1 of meer sportbonden, gedeeld door het totale aantal inwoners in de gemeente.



% mensen dat de beweegnorm haalt (2016):

Percentage personen ouder dan 19 jaar dat voldoet aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen.



Baten sport & bewegen:

Het gepresenteerde bedrag laat zien dat wanneer 10% van de mensen die niet voldoen aan de beweegnorm dit wel structureel zou doen, dit leidt tot jaarlijks gemiddeld x euro aan maatschappelijke baten over de hele levensloop van deze groep.

Berekening:

- Er is gekeken naar het aantal personen dat nu niet aan de beweegnorm voldoet (in 2 groepen: 5-24jr en 25-54jr) en hier is 10% van genomen.
- Dit is vermenigvuldigd met de gemiddelde sociaal-economische waarde van sport en bewegen uit het [rapport 'De sociaal-economische waarde van sport en bewegen'](#).
- Vervolgens zijn deze bedragen omgerekend naar jaarlijkse baten op basis van een discontovoet van 3% en een gemiddelde resterende levensverwachting van 67jr (voor de 5-24 jarigen) en 42jr (voor de 25-54 jarigen) (uitgaande van een [gemiddelde levensverwachting van 81,5 jaar](#)) en bij elkaar opgeteld.

Let op:

- Het gepresenteerde bedrag is tot stand gekomen op basis van enkele aannames en betreft dus een indicatie. Lees het artikel 'Wat is de sociaaleconomische waarde van sporten en bewegen' voor meer informatie.
- Het is niet reëel om te verwachten dat deze winst direct in jaar 1 volledig zichtbaar wordt.
- Mogelijk valt de waarde zelfs pas na 30 jaar (het voorkomen van ziekten is bijvoorbeeld niet gelijk verdeeld over de overgebleven levensjaren).
- Een deel van de 'inactieve mensen' voldoet ongetwijfeld wel deels aan de beweegnorm, daarmee kan het zijn dat effecten worden overschat.
- Gemeenten hebben verschillende sociaaleconomische kenmerken die significant af kunnen wijken van het Nederlands gemiddelde (hierdoor kan bv. de impact op arbeid in euro's groter of kleiner zijn) en het risico op afwijkingen neemt toe bij afname van de omvang van gemeenten.
- De arbeidsbaten veranderen indien inwoners van gemeenten veel/weinig voor werk pendelen naar andere gemeenten. Het totale effect op arbeid is niet per se anders, maar wel het effect binnen de gemeentegrenzen.
- De waarde is een contante waarde, verdisconteerd tegen 3%.



© maart 2019



HEEL
HILVARENBEEK
GEZOND

