SportSupport
Jaarmagazine 2019

SportSupport
Een leven lang gezond actief

Maart 2020

Uitgave: info@sportsupport.nl | sportsupport.nl
Fotografie: Archief SportSupport | Renata Jansen Fotografie
Teksten en redactie: SportSupport
Vormgeving en artwork: LockUp.nu

Copyright © SportSupport, Haarlem. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

2019... een jaar van talent-ontwikkeling

Trainen! 10.000 uur! Al snel het devies als je ergens echt goed in wilt worden, en ook zeker een belangrijk aspect. Maar is dat het dan? In dat geval worden we allemaal met genoeg geduld en inspanning erg goed in datgene waar we onze zinnen op zetten. In de praktijk blijkt het toch om veel meer facetten te gaan.

In de sport begint talentontwikkeling met zaken als ambitie, iets echt leuk vinden en graag doen… en als het even kan een stukje specifieke aanleg. Maar het gedijt pas echt in een omgeving waar voor het juiste klimaat wordt gezorgd. De juiste faciliteiten, denk aan trainers, coaches, mentale en fysieke medisch begeleiders, accommodaties, materialen, vrijwilligers et cetera. Er is dus veel voor nodig om van de ambitie te komen tot de ultieme prestaties. Van de breedte- naar talent- en uiteindelijk topsport.

"Wij investeren graag in ambitie, plezier en talent."

Om een parallel te trekken, zo werkt het eigenlijk ook bij SportSupport. "Wat is jouw ambitie?" is binnen de organisatie een veelgehoorde vraag. En, "wat vind je leuk? ". En dus "wat is er voor nodig om jou die stappen te laten maken die je voor ogen hebt?". Maar ook "wat heb je nodig om voor jouw project of jouw doelgroep de juiste dingen te kunnen doen?".

Als werkgever investeren we graag in ambitie, plezier en talent. Zijn we met elkaar dagelijks bezig om "Een leven lang gezond actief" uit te dragen, het begint met het faciliteren en stimuleren van de collega's. Zagen we in 2019 een aantal ervaren krachten hun volgende stap maken, intern en extern, zo beleefden we ook de instroom van nieuwe, ambitieuze en inspirerende opvolgers. Investeren dus! Met trainingen, intervisies, coaching en vooral erg leuk… met vakspecifieke bijeenkomsten met collega organisaties.

Investeren doen we dus graag, in een ieders sportieve en gezonde ambitie! Hoe?

Lezen is weten!

Namens bestuur, directie en medewerkers van SportSupport wens ik u veel lees- en beweegplezier!

Jerry Buitendijk
Directeur SportSupport

Inhoudsopgave

4 Hoofdstuk 1 SportSupport
6 Jubileumjaar voor hardloopevenementen
8 Brug tussen school en sportaanbieder
10 Plezier in sport en bewegen voor iedereen
12 Vrijwilliger met een passie voor hardlopen
14 Hoofdstuk 2 Haarlem
15 Oneindig veel sporten uitproberen met de JeugdSportPas
16 De Haarlemse Week voor de Gezonde Jeugd
18 Sporten voor statushouders
20 Enthousiaste conferentie Haarlems Sportakkoord
22 Sport-In Fun Experience
24 Hoge opkomst bij fittest in Schalkwijk
26 Alle Jongeren op Gezond Gewicht
28 De gidsende taak van verenigingsadviseurs
30 Trotse Haarlemse topsportkampioenen in de Gravenzaal
32 Hoofstuk 2.1 Haarlem-Noord
34 Buurtsportcoach in Haarlem-Noord
36 Fanatieke spelers tijdens Old Starts Walking Football
37 Succesvolle beweegdag voor ouderen
38 Hoofdstuk 2.2 Haarlem-Schalkwijk
40 Groot bereik in Schalkwijk
42 Pilot schooltuinen en menukaart voedseleducatie
44 Buurtsportvereniging zorgt voor verbinding in de wijk
46 Hoofdstuk 2.3 Haarlem-Oost
48 Sport in de wijk met behulp van een buurtsportcoach
50 Originele water yells tijdens de eerste editie van de Koningsspelen in Haarlem
52 Meer gezondere producten in sportkantine
54 Hoofdstuk 2.4 Haarlem-Centrum/Zuidwest
56 Sport als middel om op veel vlakken iets te bereiken
58 Keer diabetes II om
60 Zelfvertrouwen en balans door cursus 'In Balans'
62 Hoofdstuk 3 Bloemendaal
64 Een bekend gezicht in Bloemendaal
66 Een record aantal kinderen bij de Koningsspelen in Bloemendaal
68 Feestelijke huldiging Caprera
70 Vitaal Vogelenzang: samen sta je sterker
72 Hoofdstuk 4 Heemstede
74 Als buurtsportcoach iets voor kinderen kunnen betekenen
76 Succesvolle Heemstede Sportdag
78 230 enthousiaste kinderen bij sportontbijt Heemstede
80 HBC voetbal ondertekent verklaring gelijke behandeling
82 Hoofdstuk 5 Hillegom
84 Het goede voorbeeld voor een gezonde generatie
86 Een goede ontwikkeling van motoriek en hersenen van het basisschoolkind
88 Hillegomse senioren in beweging
90 Sport op straat in Hillegom
92 Hoofdstuk 6 Velsen
94 Kinderen bewust maken van hun eigen gezondheid
96 Real-life Fortnite in sporthal Zeewijk
98 Ruim 1100 kinderen doen enthousiast de Pasapas tijdens Koningsspelen
100 Gezond in de stad
102 Niet roken in de buurt van kinderen
103 De stormbaan en opblaasdier Dubbel6Kamp
104 Hoofdstuk 7 Evenementen
105 RSM Loopcircuit Powered by Run2Day Haarlem
106 79ste Krinkels Pim Mulierloop
108 HUGO BOSS Letterenloop
110 De Zorgspecialist Grachtenloop
112 Pierloop Velsen
114 Teva
116 Teva Halve van Haarlem
118 Heemstede Loop

Inhoudsopgave | Jaarmagazine 2019

SPORTSUPPORT

Een mooi credo waarmee SportSupport zich al bijna 25 jaar en met een 50-tal actieve, sportieve, ervaren, ambitieuze en bevlogen medewerkers inzet in het domein van Sport & Bewegen.

Sport als middel! Sport als doel! Van de breedte naar de top! Van sportevenementen tot activiteiten voor jongeren, ouderen, mensen met een beperking, met afstand tot scholing of arbeidsmarkt, het talent, de topsporter en alles eromheen en er tussen in.

Op basis van fijne en verregaande samenwerking met onderwijs, kinderopvang, zorg, welzijn, bedrijfsleven, lokale en regionale overheden en collega organisaties is SportSupport in een grote regio actief.

Met een divers team Buurtsportcoaches met brede inhoud in Haarlem, Haarlemmermeer, Heemstede, Hillegom, Bloemendaal en Velsen wordt geadviseerd geactiveerd, gestimuleerd en gemotiveerd.

Verenigingsadvies, advies/coördinatie en uitvoering van gemeentelijk sportbeleid, participeren in het tot stand brengen en uitvoeren van lokale sport- en preventieakkoorden, inzetten van sportformateurs en -adviseurs, voeren van regie op JOGG projecten, bieden van sportonderwijs…

Als het over Sport & Bewegen gaat hebben we bij SportSupport een mening, een advies en een oplossing. Breed en veel inzetbaar dus!

SportSupport
Een leven lang gezond actief

Jubileumjaar voor hardloopevenementen

Tot ver buiten de stadsgrenzen kennen mensen nog de naam van de Trosloop, tegenwoordig bekend als 'de Halve van Haarlem'. Het evenement beleefde in 2109 haar 35e editie. Ook de Grachtenloop wordt voor de 25e keer georganiseerd. Net buiten de stadsgrenzen is de 10e Heemstede Loop gehouden. Aangevuld met de Letterenloop, de Pim Mulier loop en de Pierloop Velsen is dit het RSM Loopcircuit, powered by Run2Day Haarlem. De hardloopliefhebber kan dus zijn hart ophalen in en om Haarlem.

'Deze evenementen zijn een prachtig visitekaartje voor Haarlem en omgeving', vertelt Milanne Teunissen, vanuit SportSupport betrokken bij de hardloopevents. 'Natuurlijk is het vooral belangrijk dat mensen in beweging komen én blijven. Daarnaast is dit een goede manier om te laten zien wat een prachtige omgeving we hier hebben. Het ene moment loop je door het historische centrum van Haarlem, even later door de duinen of door het bos bij Elswout.'

Als eerste stond op zondag 12 mei de Krinkels Pim Mulierloop op het programma, gevolgd door de HUGO BOSS Letterenloop op zondag 2 juni. Daarna was het de beurt aan de eerste van de 'hardloopjubilarissen', de ZorgSpecialist Grachtenloop. Milanne Teunissen: 'dit is echt een gezelligheidsloop waar de snelste tijd niet het allerbelangrijkste is. Met 5000 deelnemers is dit ook het grootste event. Het parcours gaat door de binnenstad, langs de trekpleisters van Haarlem en uiteraard langs de grachten. Er is een kidsloop, een bedrijvenloop en een parcours van 5 en van 10 kilometer. Langs het parcours zijn fanzones en voor deze 25e editie hebben we daar mee uitgepakt. Met extra entertainment, live muziek, enzovoorts. We hebben de hele stad hierbij betrokken.

De Pierloop Velsen is 'terug van weggeweest'. Na twee jaar afwezigheid is de loop in 2018 teruggekeerd en stond op zondag 8 september op het programma.

Zondag de 29e september was het de beurt aan de Halve van Haarlem, de 35e alweer. 'De vroegere 'Trosloop', zoals veel Haarlemmers hem nog kennen, is meer een prestatieloop', vervolgt Milanne. 'En dan met name de halve marathon natuurlijk. Ook hier is een parcours voor 5 en voor een 10 kilometer, een bedrijvenloop, een kidsloop én voor de allerkleinsten een kabouterloop. Compleet met kaboutermutsjes en alles, echt heel leuk om te zien. In totaal doen er elk jaar ongeveer 4000 mensen mee.'

De Heemstede Loop is een echte familieloop, waar een groot aantal basisscholen actief aan meedoet. Milanne: 'Je ziet dat kinderen met hun ouders eerst de Familyrun van anderhalve kilometer doen en daarna de ouders aan de beurt zijn voor de 5 of 10 kilometer. De 10 kilometer is qua parcours nu 'twee keer de 5'. Start en finish zijn bij Nieuw Groenendaal, waar elk jaar een evenemententerrein wordt opgebouwd met foodtrucks en muziek en dergelijke. Ook hier gaan sportief bezig zijn en gezelligheid dus hand in hand. Dat dat een goede combi is blijkt wel uit de deelnemersaantallen: bij elkaar doen er tienduizenden mensen mee en is er verder een geweldige groep van vrijwilligers zonder wie dit alles niet mogelijk zou zijn. Geweldig toch dat er zoveel mensen op de been komen?'

"Een prachtig visitekaartje voor Haarlem."

Hoofdstuk I SportSupport | Evenementen

Brug tussen school en sportaanbieder

Sport, bewegen en gezondheid krijgen momenteel nadrukkelijk aandacht binnen het onderwijs. Stichting SportSupport biedt scholen hierin ondersteuning door het organiseren van grote schoolsporttoernooien en het aanbieden van diverse tussen- en naschoolse sportactiviteiten. "Heel belangrijk", zegt Tim Joon (34), manager Sport en Bewegen bij SportSupport. "Kinderen spelen steeds minder op straat en op het schoolplein, en in vergelijking met twintig jaar geleden zijn hun motorische vaardigheden schrikbarend afgenomen."

Samen met coördinator Sport en Bewegen en senior buurtsportcoach Jochem de Boer (28) richt Tim zich op schoolsport in de regio. Tim: "Oorspronkelijk begonnen we met het jaarlijks organiseren van wat schoolsporttoernooien, maar inmiddels hebben we een enorm breed aanbod. Op dit moment bieden we scholen in het primair en voortgezet onderwijs sporttoernooien, sportclinics en een grote verscheidenheid aan naschoolse en tussenschoolse sportactiviteiten aan. En verder hebben we nog ons trainerstraject Movemates en de zogenaamde Beweegkriebels voor kinderen van één tot vier jaar."

Doelen

Voornaamste taak is te bepalen hoe SportSupport de scholen en verenigingen in de regio kan ondersteunen en om de samenwerking te zoeken. Tim: "Schoolsport legt de verbinding tussen sportaanbieders en de scholen, waarbij drie dingen van belang zijn: verenigingsadvies, sportstimulering en de sportbeleving van kinderen. Dus wij adviseren sportverenigingen over hoe zij de schooljeugd het beste kunnen bereiken en we stimuleren de schooljeugd om te voldoen aan de beweegrichtlijn, onder meer door hen te laten kennis maken met nog onbekende sporten. Maar het allerbelangrijkste om in het oog te houden is dat kinderen plezier hebben in het samen sporten en in het ontdekken van nieuwe dingen."

"Kennis maken met onbekende sporten."

Jochem: "Schoolsport werkt twee kanten op. Vanuit de school kan er vraag zijn naar een specifiek sporttoernooi, waarvoor de sportcoördinatoren en/of buurtsportcoaches van SportSupport dan op zoek gaan naar de juiste sportaanbieder. Tegelijkertijd bestaat er vanuit de verenigingen zelf ook vaak een behoefte aan een link met de scholen, omdat ze nieuwe leden nodig hebben of hun sport onder de aandacht willen brengen."

Soms heeft een evenement een ander resultaat dan beoogd, bijvoorbeeld enkele ouders die vaste vrijwilliger worden. Een mooie bijvangst, aldus Jochem. "Maar vergeet vooral niet dat het voor kinderen gewoon ook echt leuk is. Door sporttoernooien groei je naar elkaar toe, en de trots of het saamhorigheidsgevoel om voor je school uit te komen overstijgt iedere ruzie in de klas." Tim: "Ikzelf vind het de grootste uitdaging om in schijnbaar onmogelijke situaties – door problemen met vervoer of ouders die niet willen – dingen zo te faciliteren dat het voor iedereen toch lukt. Oplossingen te vinden. Met als hoger doel dat uiteindelijk ieder kind op zijn of haar niveau, zoals het zelf wil, een sportieve activiteit kan doen."

Olympische gedachte

Mooi voorbeeld van de samenwerking tussen school, vereniging en SportSupport is de Olympische Dag (volgende editie in 2020). Groepen 7 en 8 van zo'n 25 basisscholen krijgen gedurende een hele dag zeventien verschillende sporten aangeboden. Eén dagdeel lang met elkaar sporten, het andere dagdeel verblijven de kinderen in een heus 'Olympisch Dorp' waar ze een groot aantal sportclinics mogen bijwonen. Jochem: "Meedoen, onderdeel zijn van, ererondes en 'Olympisch Goud'. Heb je het over saamhorigheid en teamgevoel dan is dit de ultieme aangelegenheid."

Schoolsport
Met verenigingen en scholen worden schoolsport-toernooien voor zowel de basisschool als de middelbare schooljeugd georganiseerd. De toernooien worden geïnitieerd en georganiseerd door en bij de Haarlemse sportverenigingen.

Plezier in sport en bewegen voor iedereen

Dennis van der Snoek
Coördinator Aangepast Sporten

Sport en bewegen voor mensen met een beperking staat de laatste jaren steeds meer in de belangstelling van de landelijke en lokale overheid. Maar deelnemen met een beperking of chronische aandoening is voor de meesten niet vanzelfsprekend. Zowel op verenigingsniveau als op individueel niveau is daarom hulp en extra stimulans van belang.

Dennis van der Snoek is coördinator Aangepast Sporten bij Stichting SportSupport. "Aangepast sporten is het sporten voor mensen die vanwege hun beperking hinder ervaren om aan sportactiviteiten mee te doen. Bijvoorbeeld vanwege een verstandelijke of een lichamelijke beperking, maar ook psychische klachten kunnen een belemmering vormen." Als overkoepelend coördinator werkt hij nauw samen met de teamleiders en buurtsportcoaches van SportSupport. Hij adviseert, informeert en samen met verenigingen zet hij zoveel mogelijk activiteiten op om aangepast sporten onder de aandacht van de doelgroep te brengen.

"Aan de aanbodzijde heb je de sportverenigingen die zich bezighouden met aangepast sporten. Die kampen bijvoorbeeld met een tekort aan deelnemers of aan specifieke kennis over de doelgroep. Dan gaan we op zoek naar oplossingen. Of misschien is er in een wijk behoefte aan een bepaald aanbod op maat – docenten op het speciaal onderwijs of zorginstellingen pikken dat signaal meestal op. Dan benaderen we een vereniging in die buurt en bepalen we samen wat er nodig is aan trainers, materiaal of externe begeleiding om aan die vraag te voldoen."

Aan de vraagzijde zijn er sporters met een beperking die hij kan helpen bij het vinden van een passende sport in hun regio of bij de aanvraag van vervoer. Het landelijk platform Uniek Sporten (www.unieksporten.nl) is hierbij een waardevol hulpmiddel. Een initiatief van Fonds Gehandicaptensport in samenwerking met NOC*NSF en het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, waarvoor Dennis regio-coördinator is. Dit platform brengt sportaanbieders en sporters met een beperking bij elkaar: verenigingen tonen hun sportaanbod, de sporter kan door middel van slimme filters gericht zoeken op soort sport, soort beperking of leeftijd.

Dennis: "Weinig bewegen is voor niemand goed, maar bij mensen met een beperking ligt vanwege fysieke en/of psychische factoren ook nog een sociaal isolement op de loer. Het is soms letterlijk moeilijk om de deur uit te komen. Sport kan dan helpen om je weer te betrekken bij de maatschappij. Het is goed voor de motorische vaardigheden, maar vooral ook voor het zelfvertrouwen."

Inclusief Sporten en Bewegen is niet voor niets een van de vijf centrale thema's in het Nationaal Sportakkoord van 2018. Hierin staat dat in Nederland iedereen met plezier moet kunnen deelnemen aan de sport van zijn of haar keuze, aldus Dennis. "Ongeacht leeftijd, geslacht, achtergrond of beperking. Subsidies en de huidige ontwikkeling van de sport maken het aanbod steeds interessanter: je kan race runnen, handbiken, para-ijshockeyen, noem maar op."

"Sport helpt om je weer te betrekken bij de maatschappij."

Hoofdstuk I SportSupport | Aangepast Sporten

Doelstelling op korte termijn is om genoeg aanbod en genoeg hulp te bieden aan diegenen met een beperking die actief willen zijn. Op lange termijn koestert Dennis de wens om van Haarlem de meest inclusieve sportstad van Nederland te maken. Lachend: "Misschien is dat laatste een beetje té ambitieus, maar er ligt zeker nog een belangrijke taak voor mij. Fysiotherapeuten bijvoorbeeld spelen nog nauwelijks een rol in het proces, maar wat mij betreft vormen zij straks – samen met huisartsen – een essentiële schakel. Ik wil een structureel plan, waarin wij allemaal onze bijdrage leveren aan dit belangrijke vraagstuk."

Aangepast Sporten
SportSupport voert een regionale functie (Zuid-Kennemerland) uit voor Aangepast sporten. In de regio richten wij ons op inwoners met een lichamelijke, verstandelijke, visuele, auditieve en/of chronische beperking. Voor deze doelgroepen organiseren wij sport en bewegen, stimuleren hen tot sport en bewegen en adviseren en ondersteunen wij sportaanbieders op het gebied van aangepast sporten. Het creëren van een veilig en gezond sportklimaat voor sporters met een beperking staat voorop in de dienstverlening.

Vrijwilliger met een passie voor hardlopen

Leontine Dieben (64 jaar) is al jaren één van de vaste vrijwilligers voor de Teva Halve van Haarlem. Als het aan haar ligt gaat ze voorlopig echt nog niet stoppen als vrijwilliger, want haar passie blijft bij het hardlopen en hoe mooi is het om op deze manier betrokken te blijven bij verschillende evenementen.

"Toen ik zelf gestopt was met hardlopen wilde ik graag aan de kant van de organisatie meehelpen, de andere kant van de medaille om het in hardlooptermen te houden" begint Leontine met een grote glimlach te vertellen. "Ik ben jaren lang actief geweest met softbal en daarna als geintje, met een groep, meegedaan aan de Pierloop Velsen. En van het een kwam het ander voordat ik het wist deed ik mee aan veel verschillende hardloopevenementen. Ik heb de Halve van Haarlem zo'n 12x meegedaan. Een super leuke en gezellige loop in de regio. Met de VelsertunnelRun heb ik mijn hardloop carrière geëindigd en ben me toen volledig gaan concentreren op het vrijwilligerswerk naast mijn fulltime baan."

Vrijwilligers worden ingezet op veel verschillende posten tijdens een evenement. Denk bijvoorbeeld aan de uitgifte van de startnummers, het bemannen van de verzorgingsposten, het verkeer regelen, het uitdelen van de medailles en natuurlijk de opbouw van de start en finish en noem maar op. Zowel in de voorbereiding als op de dag zelf. "Ik heb veel verschillende werkzaamheden gedaan. Bijvoorbeeld kinderen schminken, grappig om al die blije geschminkte smoeltjes te zien. Maar ook het medailles uitdelen is altijd erg leuk. Deelnemers hebben net een prachtige prestatie geleverd dus het moment dat je dan de medaille omgehangen krijgt, dat is het moment van waardering en mag je echt trots zijn.

Want hardlopen kan echt iedereen op zijn eigen niveau doen, het maakt niet uit hoe lang je erover gedaan hebt, jij hebt zelf de prestatie geleverd. Dat is zo mooi aan hardlopen."

"Als Haarlemmer is meedoen aan de Teva Halve van Haarlem een thuiswedstrijd. Je komt langs veel bekende plekjes en vaak staan er veel bekenden langs de weg." Maar ook als niet Haarlemmer is het gaaf om mee te doen omdat het parcours echt prachtig en afwisselend is. Zeker bij de halve marathon deze gaat door de Kennemerduinen langs de Zeeweg weer terug. Maar de route op de 5 en 10 km zijn zeker ook het lopen waard.

"Als vrijwilliger wil je er iets moois van maken."

"Als vrijwilliger wil je er iets moois van maken voor iedereen. Zorgen dat deelnemers tevreden zijn en met een goed gevoel naar huis gaan. Naast alle medailles die ik thuis heb hangen en allemaal met een trots gevoel verdiend heb ben ik net zo trots als vrijwilliger dat wij met elkaar weer een geslaagd evenement neergezet hebben."

HAARLEM

Het Nationaal sportakkoord is in 2018 gesloten om de kracht van sport & bewegen in Nederland nóg beter te benutten, met als kernpunt dat alle Nederlanders ongeacht beperking, geaardheid, achtergrond, sociale positie of leeftijd plezier beleven aan sport & bewegen.

Minister Bruno Bruins is trots op het gesloten sportakkoord en zei tegelijkertijd dat het van het papier de praktijk ingebracht moet worden. Daar is in Haarlem in 2019 een start mee gemaakt. Onder leiding van sportformateur Martin van der Gugten is in Haarlem eind september het Haarlems Sportakkoord gesloten. Met veel partijen binnen en buiten de sport is de energie gebundeld om meer Haarlemmers in beweging te krijgen en de sportinfrastructuur te versterken. SportSupport heeft dit proces mede ondersteund en verzorgt samen met de partners de uitvoering en borging van het Haarlems Sportakkoord.

Voetlab

De KNVB wil nieuwe beweegvormen met een voetbal (door) ontwikkelen, zoals meisjesvoetbal, combinatie voetbal en bootcamp en walking football. Hiervoor heeft de bond het Voetlab opgericht en na een selectieproces Haarlem, specifiek Haarlem-Noord rondom het Noordersportpark, uitgekozen als testgebied. SportSupport ondersteunt het Voetlab in haar plannen en waar het kan zetten wij de opgedane kennis in ten behoeve van de sport(verenigingen) in Haarlem, zowel binnen het voetbal als binnen andere sport(vormen).

Sportfonds 18-50

De gemeente Haarlem was de eerste gemeente die in 2019 een sportfonds voor Volwassenen mogelijk heeft gemaakt. Nadat eerder al het Sportfonds 50+ in het leven was geroepen is in 2019 een pilot gestart voor het sportfonds 18-50, mede ondersteund door Univé. Voor specifieke doelgroepen is sport & bewegen hierdoor betaalbaar en laagdrempeliger beschikbaar gekomen..

Benieuwd naar de andere Sport en Beweeg Projecten en ontwikkelingen in Haarlem? Op de volgende pagina's kunt u daar meer over lezen.

Oneindig veel sporten uitproberen met JeugdSportPas

Sporten, sporten en nog meer sporten. Dat is wat Lev (9) uit Haarlem-Noord het allerliefst doet. Zes dagen per week is hij in een hal, op de mat of in het water te vinden. De JeugdSportPas is een grote uitkomst voor hem. 'Alleen op zondag doe ik niets!'

Drie keer taekwondo, een keer turnen en twee keer per week zwemmen: Lev sport bijna iedere dag. Taekwondo is zijn grote passie, maar daarnaast probeert hij het liefst zo veel mogelijk uit. Lev heeft de JeugdSportPas nu zo'n twee jaar. In die tijd heeft hij al heel wat verschillende sporten uitgeprobeerd. 'Waterscouting bijvoorbeeld', roept hij enthousiast. 'Dat was superleuk, omdat we gingen zeilen. Ik hou van water'. Reddingzwemmen was daarom ook een groot succes. Tijdens deze lessen mocht hij van alles opduiken van de zwembadbodem. Ook mocht hij iemand via een lijn naar de kant toetrekken. Lev: 'Gelukkig heb ik deze dingen nog nooit in het echt hoeven doen. Maar dankzij deze lessen weet ik nu wél wat ik moet doen als er iemand in nood is. Handig!'

JeugdSportPas
JSP is de intermediair in de kennismaking van jeugdigen met sportverenigingen. Zij kunnen laagdrempelig kennismaken met sportaanbieders in Bloemendaal, Haarlem en Haarlemmerliede & Spaarnwoude. JSP is hét communicatiemiddel dat via de school en de online applicatie ouders en kinderen informeert over sport en bewegen.

Ook heeft Lev een paar lessen ijshockey gevolgd. 'Vooral de wedstrijden waren leuk', vertelt hij verder. Zijn moeder knipoogt vanuit de keuken. 'Lev is fanatiek. Hij wil altijd winnen', lacht ze. 'Als hij verliest is hij op zijn zachtst gezegd… niet zo blij.' Via een folder op school las ze over het bestaan de JeugdSportPas. Ze vindt het een handig systeem, omdat haar zoon veel energie heeft en graag veel verschillende dingen doet. 'Klimmen staat nog op zijn lijstje. Ook wil hij atletiek uitproberen, vanwege alle verschillende onderdelen. Dat ik hem naar al die sporten moet halen en brengen vind ik niet erg. Hij heeft er plezier in!'

Lev heeft het sporten niet van een vreemde. Zijn vader is minstens zo fanatiek. 'Kijk, dit zijn al zijn medailles', wijst Lev. Aan een stang op zijn slaapkamer hangt een enorme rits blinkende plakken. 'Allemaal gewonnen met hardlopen', zegt hij trots. Het uiteinde van de stang is gereserveerd voor de prijzen van Lev. Dat zijn er al aardig wat. 'Deze heb ik met schaatsen gewonnen. En deze met hardlopen!' Al die prijzen smaken naar meer. En er is nog best wat plek over. Met welke sport zou hij nog wel een medaille willen winnen? Zonder twijfel: 'Taekwondo! Welke kleuren? Brons, zilver én goud!'

De Haarlemse ‘Week voor de Gezonde Jeugd’

Het klinkt heel normaal, een gezonde jeugd. Toch groeien jongeren ongemerkt op in een omgeving waarin ongezonde keuzes vaak het meeste voor de hand liggen. In Nederland heeft een op de zeven kinderen overgewicht. Om extra aandacht te vragen voor een gezonde generatie begon afgelopen maandag het landelijke JOGG initiatief ‘De week voor de Gezonde Jeugd’.

Gedurende deze week werden er in Haarlem verschillende sportieve en gezonde activiteiten extra onder de aandacht gebracht. Zo begon de week goed op met de feestelijke opening op OBS De Peppelaer waarbij wethouder Marie- Thérèse Meijs het Gezonde School vignet Sport & Bewegen uitreikte aan schooldirecteur Mariëtte ten Oever en was Juvat Westendorp aanwezig om dance workshops te geven aan de leerlingen. Daarnaast hebben de wethouder en JOGG NL directeur- bestuurder Marjon Bachra de 3e verlenging van de JOGG samenwerking in Haarlem getekend.

Om sportverenigingen te stimuleren hun kantine te laten certificeren als Gezonde Sportkantine, sponsort Zorg en Zekerheid in samenwerking met JOGG Haarlem een koelvitrine zodat de sportvereniging gezonde producten zichtbaar op de balie kan tonen. Tennisvereniging Overhout en voetbalvereniging Haarlem Kennemerland hebben de koelvitrine ontvangen.

“1 op de 7 kinderen heeft overgewicht.”

De kinderen van basisschool De Wadden Molenwijk gingen naar de ‘Gezondheidsmarkt’ waarbij studenten van de opleiding Food Commerce and Technology de zintuigen van de kinderen op de proef stelden. Het voelen, ruiken en proeven van verschillende groentes en voedingsmiddelen stonden op het programma.

“1 uur per dag bewegen.”

Tijdens deze week zijn verschillende sport- en spelactiviteiten extra in het zonnetje gezet. JOGG Haarlem ging langs bij Sport4kids; een sportactiviteit georganiseerd door SportSupport. Volgens de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) is het goed als jongeren minimaal een uur per dag bewegen om gezond te blijven. Bewegen en spelen is gezond. Voor je lijf én je brein.

Terwijl een groot deel van het landelijk onderwijs in die week op vrijdag ging staken, organiseerde JOGG Haarlem en SportSupport een sportochtend voor kinderen van 6-12 jaar in de Sporthal van SV Olympia Haarlem. De kinderen konden o.a. hockeyen, voetballen en tennissen.

Sporten voor statushouders

Jessica Frans
Verenigingsadviseur Haarlem-Noord

Medio 2018 ging in Haarlem 'sporten voor statushouders' van start. Het idee achter het project is vooral dat het statushouders helpt om te participeren in stad en samenleving. Al werkend ontdekte SportSupport, dat uitvoering geeft aan het project, dat het sporten veel meer oplevert dan dat.

'Sport heeft natuurlijk een sterk verbindend karakter', vertelt Jessica Frans, vanuit haar rol als buurtsportcoach bij SportSupport coördinator van het project. 'Vanuit die gedachte is dit aanbod ontstaan: sport als middel voor integratie van statushouders, bijvoorbeeld doordat ze lid worden van een vereniging. Het gaat met name om mensen uit Syrië en Eritrea en in mindere mate uit onder meer Somalië en Ethiopië. Al snel bleek deze stap echt nog een brug te ver. Bij een enkeling gaat het zo, maar dat zijn dan mensen die zichzelf toch wel goed redden. Een veel grotere uitdaging was om de groep mensen te bereiken die zich níet zelf bij een sportclub melden.'

'We hebben gevraagd waar de behoefte lag, dat bleek bij vrouwen vooral fietsen en zwemmen te zijn. Zij hebben vaak geen rijbewijs, als ze kunnen fietsen worden ze mobieler en zelfstandiger. En dat je kunt zwemmen is voor ons van jongs af aan vanzelfsprekend, voor statushouders niet. Daarbij is het zo dat veel van hen een traumatische boottocht over de Middellandse Zee hebben gemaakt, mensen die niet konden zwemmen zagen verdrinken. De eerste uitdaging is vooral om watervrij te worden, dus zonder angst het water ingaan, kopje onder en dan zonder paniek weer bovenkomen. Ze zijn vaak zó bang als ze voor het eerst het water ingaan. Het is prachtig om de trots in hun ogen te zien als ze die angst hebben overwonnen.'

> *"Sport als middel."*

'Mannen hebben die angst minder, bij hen zijn sporten als fitness en voetbal populair. Het helpt hen, naast de traumaverwerking, om hun zinnen te verzetten en hun ei kwijt te raken. Je moet bedenken dat er veel op statushouders afkomt. Ze zijn gevlucht voor oorlog, conflict of armoede, moeten wennen in een nieuw land, huisvesting op orde krijgen, scholing voor zichzelf en hun kinderen, taal- en integratiecursussen, noem maar op. Bij de mannen zien we overigens meer gebeuren dat ze 'doorstromen'. Zo was er een jonge man die mee ging trainen bij voetbalclub DSS en zo talentvol bleek dat hij bij het eerste aansloot. Weer een ander badmintont bij Onze Gezellen, van een paar weet ik dat ze kickboksen of Krav Maga zijn gaan doen.'

Hoofdstuk 2 Haarlem | Sociaal Domein

> *"De belangstelling is gegroeid."*

Jessica Frans erkent dat er ook cultuurverschillen zijn, waar tot op bepaalde hoogte rekening mee wordt gehouden. 'Mannen en vrouwen sporten bijvoorbeeld gescheiden', vertelt ze. 'En zwemlessen voor vrouwen worden afgeschermd. Daar is ook best weerstand tegen hoor, dan vinden mensen dat 'ze zich moeten aanpassen'. Dat begrijp ik ergens wel, maar zoiets gaat niet van de ene op de andere dag, zo'n proces heeft tijd nodig. Al zou het voor hun integratie beter zijn gemengd te sporten, mannen en vrouwen door elkaar en niet als aparte groep statushouders. Maar dat is momenteel gewoon nog niet realistisch. En nogmaals: we hebben te maken met mensen die heel wat hebben meegemaakt. Wat ik echt knap vind om te zien, is hun veerkracht. Ze praten niet of nauwelijks over wat ze hebben meegemaakt, maar zijn wel ongelooflijk positief om hun leven weer op te pakken.'

'We zijn ruim een jaar bezig met sporten voor statushouders. In het begin was de drempel nog heel hoog, maar de belangstelling is geleidelijk gegroeid. Ook omdat we een vertrouwensband hebben opgebouwd en statushouders het aan elkaar doorvertellen. Mensen die hun lessen hebben afgerond, stimuleren we om andere sporten op te pakken, bijvoorbeeld de sport die hun kinderen doen. Ook geven we elke zes weken een introles over het sport- en verenigingsleven in Haarlem. In veel landen heerst helemaal niet zo'n sterke sport- en verenigingscultuur, zeker niet waar deze mensen vandaan komen. Het mooiste is natuurlijk als een van onze deelnemers zich bij een vereniging aansluit. Dan begint de 'echte' integratie, als je met elkaar in de kleedkamer zit en natuurlijk door samen te sporten.'

Enthousiaste conferentie Haarlems Sportakkoord

Zoveel mogelijk Haarlemmers met plezier laten sporten en bewegen. Dat is het doel van het Haarlems Sportakkoord. Om dit doel te realiseren waren op woensdag 25 september ruim 80 maatschappelijke organisaties, sportverenigingen, scholen en andere betrokkenen aanwezig bij Alliance '22 om te praten over de inhoud van dit akkoord.

In het Haarlems Sportakkoord maken partijen afspraken over hoe zij met elkaar de doelstellingen willen gaan behalen. Door gezamenlijk om de tafel te gaan worden de organisaties aan elkaar gekoppeld, zodat het akkoord echt van de Haarlemmers en de stad is en niet van de overheid of gemeente, met een breed draagvlak vanuit de sport, sociale en maatschappelijke partners en scholen.

Tijdens de avond waren er negen tafels met diverse onderwerpen waarover de aanwezigen hun mening of idee konden vertellen. Omdat de groep zo divers was, leidde dit tot een dynamische avond met veel ideeën over bijvoorbeeld hoe om te gaan met tieners die afhaken bij sportverenigingen, hoe kan je een accommodatie anders gebruiken dan voor de traditionele sport(vereniging) of hoe je kwetsbare groepen in beweging krijgt?

Aan het einde van de avond heeft meer dan de helft van de organisaties aangegeven het Sportakkoord te willen steunen, bekrachtigd door een handtekening op het supportersbord. De overige organisaties wachten op de verdere uitwerking voordat zij hun handtekening gaan zetten en gaven aan graag mee te willen denken over de verschillende initiatieven.

"Iedereen met plezier sporten en bewegen."

Sport-In Fun Experience

Al voor de 21e keer konden kinderen in de kerstvakantie toffe sport clinics volgen tijdens de Sport-In Fun Experience. Ze doen sporten die ze normaal niet zo snel tegenkomen. Dit jaar in samenwerking met maar liefst 25 Haarlemse sportverenigingen. Denk hierbij aan tafeltennis, kickboksen, atletiek, judo, dammen en nog veel en veel meer!

Zondag 22 december was de eerste dag van dit toffe sportfestijn. Een half uur voordat de deuren open gingen stonden al veel kinderen inclusief ouders al te trappelen om naar binnen te mogen. Op zondag konden kinderen meedoen aan een heus sneeuwballen gevecht maar natuurlijk was de Airjump en het klimmen ook een grote hit. Maar het grootste succes was dit jaar de Nerf Battle, georganiseerd door Blast-Zone. Als SportSupport maken wij graag een koppeling tussen de populaire video games en de sportwereld om kids toch in beweging te krijgen. Bijna al plekken bij deze clinic waren vergeven. De kinderen renden, doken en sprongen tussen alle obstakels door om de peilen te ontduiken. Het zag er echt super cool uit.

Uiteraard was er dit jaar op beide dagen de altijd populaire glow in the dark hal. In deze hal worden sporten aangeboden zoals tennis, korfbal en handbal. Door het glow in the dark effect is het nét even anders en krijgt het een andere dimensie dat maakt het extra spannend. Daarnaast was er een programma voor Aangepast Sporten met 15 deelnemers, dat is meer kinderen dan we ooit hebben gehad! Voor hen was er een speciaal programma samen gesteld samen met de sportverenigingen die ook een Aangepast Sporten programma aanbieden. Maar ook de airjump (trampoline springen met behulp van elastieken) stond op het programma en dit vonden ze fantastisch. De salto's vlogen je om de oren!

Maandag 23 december begon extra bijzonder. Juvat Westendorp gaf een warming-up als opening. Juvat is danser en acteur. Hij heeft meegedaan met Dancing On Ice op SBS6. Ook is hij ambassadeur van Jongeren Op Gezond Gewicht (JOGG). Met zijn aanstekende enthousiasme wist hij alle kinderen én alle ouders mee te krijgen om te bewegen op muziek. Daarnaast gaf Juvat 2 ontzettend leuke dansclinics en heeft hij met heel veel kids en ouders selfies gemaakt.

Ook was er op beide dagen weer een ochtendprogramma voor de kleintjes. Voor kids van 2 tot 4 jaar was er een mini Sport-in. Ook waren er een paar sporten in de Glow in the Dark hal. Een paar springkussens maakte het helemaal compleet. De kinderen waren lekker aan het rennen van springkussen naar springkussen en tussendoor meedoen aan de clinics. Ze hadden het reuze naar hun zin.

Verspreid over twee dagen zijn er ruim 1000 kinderen geweest. Het is duidelijk dat kinderen uit Haarlem en omstreken na 21 edities nog steeds niet zijn uitgekeken op de Sport-In Fun Experience!

Hoofdstuk 2 Haarlem | Sport-In Fun Experience

Hoge opkomst bij fittest in Schalkwijk

Zaterdag 9 februari zijn vanuit een initiatief van gemeente Haarlem, SportSupport en Inholland Haarlem inwoners van Meerwijk en Molenwijk tussen de 60 en 75 jaar gratis getest op hun fitheid bij het Da Vinci wijkcentrum.

De fittest was een groot succes, ruim 170 inwoners van deze wijken hebben deelgenomen. Wegens de hoge respons wordt de test nogmaals aangeboden op 13 en 20 februari. Deelnemers waren zeer enthousiast en vonden het prettig om te weten hoe het met hun gezondheid gesteld was. Daarnaast vonden ze het erg fijn om direct advies mee te krijgen en de diverse sport- en beweegmogelijkheden.

De test startte met het afnemen van een algemene enquête, waarin onder andere gevraagd werd naar de leefstijl, het sportverleden en de huidige sportbehoefte. Na de enquête ontvingen de deelnemers een testformulier en hebben zij onder leiding van Sportkunde studenten kleine testjes afgenomen met betrekking tot lenigheid, longinhoud, conditie en kracht. Met het ingevulde testformulier konden de deelnemers meteen gratis advies krijgen van lokale fysiopraktijken Santwee en GC Schalkwijk.

SportSupport en Servicepaspoort stonden vervolgens klaar om het sport aanbod te bespreken. Voor de deelnemers was de mogelijkheid om zich direct inschrijven voor een activiteit naar keuze. Het was ook een uitgelezen moment om het grote activiteitenaanbod in de wijk kenbaar te maken. Uiteindelijk is het doel dat de deelnemers van de fittest een passend sportaanbod vinden zodat ze in de toekomst meer gaan bewegen. Alle deelnemers waren na afloop zeer enthousiast en dankbaar. Mede door de fantastische samenwerking met Fysiopraktijk Santwee, GC Schalkwijk, Dock en Servicepaspoort heeft deze fittest tot zo'n positief resultaat kunnen leiden. Extra dank gaat uit naar alle vrijwilligers van Da Vinci, die de hulptroepen hebben voorzien van koffie en thee, een heerlijke lunch en een borrel na afloop.

> *"Alle deelnemers waren enthousiast en dankbaar."*

Bewegen 50+
Via de Beweegpas 50+ kan deze groep, met name inactieven, kennismaken met een scala aan sport- en beweegactiviteiten van sportverenigingen en andere aanbieders. Na een introductie van 4 lessen kan men aansluitend lid worden van de aanbieder. SportSupport geeft uitvoering aan het Sportfonds 50+ voor (inactieve) Haarlemmers met een Haarlem Pas. Bewegen 50+ is ook betrokken bij projecten mbt chronisch zieken.

Alle Jongeren Op Gezond Gewicht

Marije de Wolf
Manager Sport & Bewegen en JOGG-regisseur Haarlem

Dat voldoende beweging en gezonde voeding belangrijk zijn, zeker voor kinderen, daar zal iedereen het over eens zijn. Toch is nog altijd één op de zeven kinderen te zwaar. Kinderen met overgewicht zijn minder fit, worden vaker gepest en kunnen op latere leeftijd te maken krijgen met fysieke problemen. Om een gezonde leefstijl van jongs af aan vanzelfsprekend te maken, is er de landelijke aanpak Jongeren Op Gezond Gewicht.

Kinderen die te zwaar zijn of ongezond leven, kunnen daar zelf lang niet altijd wat aan doen. Als een kind thuis, op de sportclub of op school vooral snoep, ongezonde snacks en suiker aangeboden krijgt, is de verleiding wel heel groot om voor de ongezonde keuze te gaan. Als daarnaast sporten, buiten spelen en actief bezig zijn niet worden gestimuleerd, is het niet vreemd wanneer kinderen onvoldoende bewegen. Daarom richt de aanpak van Jongeren Op Gezond Gewicht (JOGG) zich nadrukkelijk op de omgeving van kinderen. Van scholen tot supermarkten, van buurthuis tot (sport)vereniging. Daarbij wordt gewerkt aan de hand van verschillende campagnes: DrinkWater, Gratis bewegen, gewoon doen! en Groente… Zet je tanden erin!'. Ook wordt er in Haarlem nauw samengewerkt met Team Fit voor de Gezondere Sportkantine.

'Haarlem is sinds 2012 JOGG-gemeente', vertelt Marije de Wolf, JOGG-regisseur Haarlem en werkzaam bij SportSupport. 'Allereerst goed om te benoemen dat de Gemeente Haarlem investeert in de JOGG aanpak. We zijn begonnen in de Transvaalbuurt en Indische buurt-Zuid. Van daaruit is JOGG uitgebreid naar andere wijken. Vanaf 2016 met Oost en Schalkwijk en sinds 2018 naar heel Haarlem. Maar focus blijft belangrijk want we willen echt een structurele verandering teweegbrengen. Deelnemen aan de JOGG-aanpak vraagt commitment. Dus niet 'één keer een evenementje', maar echt een brede bewustwording bij iedereen en het doorvoeren van beleidskeuzes. We zijn met ons JOGG-team Haarlem dan ook continue op pad. Bijvoorbeeld om voorlichting te geven aan ouders, in gesprek te gaan met sportbestuurders, overleggen met welzijnsorganisaties, noem maar op.'

'De gedachte achter JOGG is het best samen te vatten met de uitdrukking 'it takes a village to raise a child'. Iedereen in de omgeving van een kind is medeverantwoordelijk voor de opvoeding, in dit geval een gezonde opvoeding. Juist omdat de omgeving zo belangrijk is, is de aanpak en invulling per wijk verschillend, waarbij we echt álle partijen proberen te betrekken. Natuurlijk is het thuisfront heel belangrijk, maar denk ook aan de vraag welke snacks er in de supermarkt bij de kassa liggen: is dat water en fruit, of energiedrankjes en chocoladerepen? En staat er bij de sportvereniging fruit op de bar? Dat wil niet zeggen dat de bitterballen verbannen moeten worden, wel dat de gezondere keuze voorop komt te staan. Dan wordt er bij kinderen iets getriggerd.'

"Een structurele verandering teweegbrengen."

Dat JOGG aanslaat in Haarlem, blijkt onder meer uit het groeiende aantal samenwerkingspartners dat zich aansluit. Uiteenlopend van GGD, SportSupport en onderwijs(instellingen) tot diverse private partners zoals Zorg & Zekerheid, PWN, Rabobank en AH. 'Daarnaast zijn diverse sportkantines zijn bezig om 'gezondere sportkantine' te worden. Onze rol in dit alles bestaat uit het geven van voorlichting, enthousiasmeren, het aanjagen maar voornamelijk uit het verbinden van bestaande en potentiële partners en initiatieven. Zo creëren we met elkaar de meeste impact om te zorgen dat alle jongeren op gezond gewicht komen!'

Tijdens de Week voor de gezonde jeugd wordt er in de 140 JOGG-gemeenten, waaronder Haarlem, extra aandacht besteed aan de inzet voor een gezonde generatie.

JOGG
De JOGG-aanpak zorgt voor samenwerking tussen lokale partijen die hun krachten bundelen. Het is een lokale, wijkgerichte, integrale en duurzame aanpak rondom jongeren, hun ouders en de omgeving waarin een gezonde leefomgeving en leefstijl centraal staat. De aanpak hangt als paraplu boven alle acties. Themacampagnes zijn 'DrinkWater', 'Groente, zet je tanden erin' en 'Gratis bewegen gewoon doen'.

De gidsende taak van verenigings adviseurs

Sportverenigingen hebben in Nederland van oudsher een belangrijke maatschappelijke rol. Ze brengen mensen in beweging, maar ook is er een sociaal aspect, de buurtfunctie. Het is een plek waar men elkaar ontmoet. De huidige generaties hebben echter andere (sport-)behoeften dan vroeger, wat van sportclubs een nieuwe denkwijze vraagt over organisatie en inrichting. De verenigingsadviseurs van SportSupport Kennemerland helpen verenigingen door met hen in gesprek te gaan en oplossingen te verzinnen om samen de 21e eeuw goed door te komen.

Daniëlle Krijger (43) is verenigingsadviseur en coördinator sport en bewegen bij SportSupport. Jeroen Koomen (46) is coördinator sportstimulering, senior sportcoördinator regio Schalkwijk en eveneens verenigingsadviseur. Samen adviseren zij sportverenigingen in de breedste zin van het woord. Van juridische vraagstukken tot een verkeerd geplaatst paaltje, hoewel de voornaamste verenigingsproblematiek toch vaak organisatorisch en/of bestuurlijk van aard is. Alle 140 sportverenigingen van Haarlem kunnen bij hen terecht en juist de grote diversiteit van de vraagstukken maakt het vak zo bijzonder, maar ook best complex.

Vanuit de gemeente is er beleid uitgezet om meer bekend te raken bij de verenigingen en dat lukt goed. Daniëlle Krijger licht dit toe: 'Het is een wisselwerking. Enerzijds bieden wij actief informatieavonden aan over actuele thema's als de AVG. Aan de andere kant kloppen de verenigingen zelf aan om te kunnen sparren, met ons of – via ons netwerk – met andere verenigingen.'

Want de verenigingsadviseurs verbinden de sportaanbieders ook met elkaar. Eens per jaar faciliteert SportSupport een grote bijeenkomst zoals een sportcongres of politiek sportcafé, waar belangrijke thema's aan de orde komen, maar waar men elkaar vooral ook kan ontmoeten. En daar wordt dankbaar gebruik van gemaakt.

> *"Verenigen is verbinden."*

Een belangrijk thema is bijvoorbeeld Het verenigen van nu. 'Recent onderzoek van NOC*NSF wijst uit dat pubers de sportvereniging na hun veertiende steeds vaker de rug toe keren. Tegenwoordig gaat het meer en meer om consumeren: korte lidmaatschappen, mensen die op hun eigen tijd willen sporten en ga zo maar door', stelt Koomen.

'Sportaanbieders zullen veel meer naar hun leden moeten gaan luisteren. Interesses van jongeren veranderen nu eenmaal en daar moet je wat mee. Bijvoorbeeld door de diversiteit binnen de vereniging te verbreden en niet alleen maar die ene specifieke sport aan te bieden. Of door trainingstijden en -schema's aan te passen. Ontzettend moeilijke materie binnen organisaties die vaak al jarenlang met dezelfde vrijwilligers op dezelfde manier werken. Maar wel het bekijken waard.'

Het verenigingsleven in Haarlem is krachtig, maar om dit zo te houden moeten de clubs nog meer doelgroepen aan gaan spreken dan ze al doen.

Een zekere professionaliseringsslag is onvermijdelijk op termijn, aldus Koomen en Krijger, maar dat zal vooral ook moeten komen vanuit de verenigingen zelf. Bij voorkeur treedt de verenigingsadviseur daarin op als gids. Als de procesbegeleider.

Jeroen Koomen ziet toekomst in het koppelen van meerdere sporten, bijvoorbeeld door een gezamenlijk lidmaatschap. Op dit moment onderzoekt SportSupport de mogelijkheden van één enorm sportpark, met één lidmaatschap en één organisatie, maar waar men diverse sporten aanbiedt.

Krijger besluit: 'Wij hebben een heel bijzonder vak. Alle betrokkenen spreken met grote passie over hun club. En die emotie, die intrinsieke motivatie, zie je ook bij de bestuurders nog steeds. Dat is prachtig, maar daar moet je ook heel voorzichtig mee omgaan. Die emotie van het ergens bij horen is namelijk de kracht van de verbinding.'

Verenigingsadvies
Verenigingsadvies richt zich op alle sportverenigingen en gebruikers van de sportaccommodaties. SportSupport vertegenwoordigt en ondersteunt hen t.o.v. gemeente, bonden, maatschappelijke partners en andere partijen. De sportverenigingen worden op duurzame wijze geïnformeerd en geadviseerd door middel van nieuwsbrieven, cursusaanbod, thema-avonden en bijeenkomsten.

Trotse Haarlemse Topsportkampioenen in de Gravenzaal

Dinsdag 10 december zijn in de Gravenzaal alweer voor de negentiende keer de Haarlemse topsporters gehuldigd. Het is een jaarlijks terugkerend festijn waar de winnaars van de top 3 per categorie bekend worden gemaakt. Een zaal vol trotse sporters, ouders, familie, vrienden, coaches en teams.

De avond werd op professionele wijze begeleid en gepresenteerd door Alex Nelissen die alle winnaars op het podium uitnodigde waar deze met trots hun Pim Mulier trofee in ontvangst mochten nemen. Trots was zeker de vrijwilliger van het jaar Hans Sudmeier. Hij was genomineerd door zijn vereniging Kenamju Judo. Hans is al decennia lang van onschatbare waarde voor de club en nam zijn prijs in ontvangst van Elco van der Geest.

Het talent van het jaar bij de meisjes kwam dit jaar ook bij Kenamju Karate vandaan: Pleuni Cornelisse en bij de jongens won Robbe Mourits van roeivereniging Het Spaarne. Zoals ieder jaar werden deze prijzen uitgereikt door wethouder sport, Merijn Snoek. Nieuw dit jaar was dat de talenten tevens een bedrag ter waarde van 250 euro toegekend kregen door Societé Pim Mulier.

Het heren 1 team van Kenamju Karate sleepte de prijs voor beste sportpoeg van het jaar binnen. De sportvrouw van het jaar werd badmintonster Selena Piek van Duinwijck en Henk Grol mag zich sportman van het jaar noemen. Helaas was Henk vanwege trainingen in China niet in de gelegenheid om zelf zijn prijs in ontvangst te nemen, Elco van der Geest nam het beeld in ontvangst.

Dominique Schemmekes van BC Triple Threat mag zich Coach van het jaar noemen en de Dutch Atlantic Four die de Atlantische Oceaan overroeiden, werden welverdiend gehuldigd in de Extra categorie: De Sportprijs.

De gasten zelf zijn ook nog hard aan het werk gezet aangezien De Vuilnismannen het ritmisch vermogen kwamen testen van de gasten in de Gravenzaal met bombastisch tromgeroffel.

De huldiging voor de Haarlemse topsporters wordt elk jaar georganiseerd door SportSupport en gemeente Haarlem. Met deze huldiging worden de topsporters en talenten uit Haarlem in het zonnetje gezet en beloond voor hun behaalde prestaties van het afgelopen jaar.

Talent en topsport
SportSupport stelt zich ten doel talent- en topsport in de regio Zuid-Kennemerland optimaal te ondersteunen middels haar faciliteitennetwerk en expertise. Samen met lokale overheden, sportorganisaties, sportbonden en partners uit het bedrijfsleven beogen we talent- en topsportverenigingen zo te faciliteren dat deze op hun beurt talenten in staat te stellen het maximale uit zichzelf te halen en de ultieme prestaties te leveren.

Haarlem-Noord in het kort

CIJFERS

Scholen	22
Sportverenigingen	45

DIENSTEN | ACTIVITEITEN | THEMA'S

- Ramadan voetballen
- Druppiekunde
- Kleutergym
- Beweegdagen voor Ouderen
- Old Stars
- Beweegkriebels
- Bewegen 50+
- Verenigings-advies
- Kegelen voor Ouderen
- School in de Wijk
- Krajicek Playground
- Sport-In Fun Experience
- Schoolsport & Clinics
- Sport in de Wijk
- Urban Sports

In stadsdeel Noord zijn traditiegetrouw de meeste sportverenigingen gevestigd. Ook zijn hier de meeste scholen gevestigd. Wij hebben ons samen met vaste en nieuwe partners ingezet om onze bewoners op een gezonde manier aan het bewegen te krijgen.

Met een goedlopend School in de Wijk programma hebben wij dit jaar op 4 scholen Druppiekunde aangeboden. Een razend populair sport- en voedingsprogramma in samenwerking met Kinderopvang Haarlem en DOCK. Op Voortgezet Onderwijs School De Schakel is gestart met een 3 keer 10 weken sportlessenreeks. Samen met DSG hebben 15 leerlingen gedanst, wat resulteerde in een hele nieuwe groep leden bij de dansvereniging. De programmering rondom Sport in de Wijk werd met name gericht op kinderen rondom het Nieuw Guineaplein en op jongeren rondom het Flevoplein. Kennemerhart heeft de samenwerking met SportSupport en meerdere verenigingen gecontinueerd om sport en bewegen in te zetten in de dagbesteding van de doelgroep ipv goed gevonden. Met Onze Gezellen, Bowls, Zorgbalans en SportSupport zijn er twee succesvolle Beweegdagen voor Ouderen georganiseerd, waarbij zo'n 80 kwetsbare ouderen samen bewogen/konden bewegen, koffie drinken en lunchen. Van Tai Chi tot lopend voetbal, dansen en badminton met ballonnen; voor iedere oudere was er een activiteit waaraan meegedaan kon worden. Tijdens de Koningspelen waren de ouderen van Kennemerhart van harte welkom bij PUK om een potje pétanque te spelen en 's middags Nederlandse liedjes mee te zingen. Natuurlijk met een oranje bittertje om op de koning te proosten.

Buurtsportcoach in Haarlem-Noord

Kirsten Blom
Buurtsportcoach Haarlem-Noord

Buurtsportcoaches kom je overal tegen in de regio Zuid-Kennemerland, Bollenstreek en IJmond. Het zijn professionals die in de wijk sport en bewegen versterken en verbinden.

De verbinding leggen tussen sportaanbieders aan de ene kant, en scholen, kinderopvang of zorginstellingen aan de andere kant. Dat doen buurtsportcoaches. Je vindt ze overal in de regio Zuid-Kennemerland, Bollenstreek en IJmond. In Haarlem zijn deze professionals actief in Noord, Centrum, Zuid-West, Oost en Schalkwijk.

Kirsten Blom (31) is buurtsportcoach in Haarlem-Noord. Ze stroomde door vanuit haar stage en inmiddels werkt zij al tien jaar bij SportSupport. 'Als buurtsportcoach organiseer je sport- en beweegactiviteiten. In de vorm van tussen- of naschoolse sport, maar we staan ook op de pleintjes of geven voorlichting over voeding en gezonde levensstijl. Het uiteindelijke doel is altijd om sport en bewegen te stimuleren. En om zichtbaar te zijn in de wijk.'

Alle vijf buurtsportcoaches van team Haarlem-Noord hebben een eigen takenpakket. Daarnaast draagt Kirsten nog verantwoordelijkheid voor de Olympische Dag Haarlem, coördineert zij Beweegkriebels (activiteiten voor kleintjes van 0 tot 4 jaar), en heeft zij haar bezigheden op het gebied van Aangepast Sporten.

Takenpakket

Haar favoriete verantwoordelijkheid als buurtsportcoach is het aanbieden van Druppiekunde, een 6-weekse cursus voor kinderen uit groep 4 tot en met 8, over voeding en sport. Kirsten: 'Wat is gezond eten? Hoe maak je iets lekkers zonder suiker? Hoelang moet je rennen om een chocoladereep te verbranden? Het is een leuke combi van een uurtje sporten en een uurtje koken. We gaan bijvoorbeeld blind proeven, en die gezichten als ze per ongeluk iets lekker vinden dat ze 'eigenlijk' niet lusten… Geweldig!'

> ***"Alle kinderen alle dagen samen sporten op de pleintjes."***

Verder heeft ze het druk met schoolsporttoernooien. In Haarlem en Bloemendaal worden er gedurende het schooljaar ongeveer 30 sporttoernooien georganiseerd voor primair en voortgezet onderwijs. Vaak op aanvraag van de sportaanbieders zelf. Voor de schooljeugd een sportieve dag, voor de sportvereniging wellicht een kans op nieuwe leden, aldus Kirsten. In november staat het schoolbasketbaltoernooi bij OG Basketbal op de agenda: 24 teams spelen een vriendschappelijke competitie verdeeld over twee woensdagmiddagen.

Samen Sterk

Aangepast Sporten heeft echter Kirstens hart gestolen. 'De liefde die je daar terugkrijgt, dat is echt onbeschrijflijk. Wij geven op het speciaal onderwijs ook

sportworkshops, bijvoorbeeld 10 voetballessen voor kinderen met uiteenlopende beperkingen. Steeds ben ik weer ontroerd als ik zie hoe ze individueel groeien, maar ook hoe trots ze zijn op hun eigen prestaties en op die van anderen.'

'Voorheen organiseerde SportSupport al meerdere sportactiviteiten onder de noemer Samen Sterk voor leerlingen van het speciaal en het regulier onderwijs. Kinderen uit groep 7 en 8 met en zonder beperking, die samen sporten in gemengde groepjes. Hoe kom je nou als team op het luchtkussen als een van je teamgenoten in een rolstoel zit? Ja, en dan zien ze dat ze vaak helemaal niet zoveel van elkaar verschillen als vooraf gedacht. En dat ze met elkaar een hoop kunnen bereiken.'

In de toekomst willen de buurtsportcoaches meer gericht samenwerken met scholen die openstaan voor dit soort sportdagen in hun buurt. In haar eigen toekomstdroom gaat Kirsten zelfs nog een stapje verder: 'Het liefst zie ik kinderen van het regulier onderwijs en het speciaal onderwijs na schooltijd samen sporten. Gewoon zelf, samen, op één pleintje, prachtig lijkt me dat.'

Buurtsportcoaches
In opdracht van 5 gemeenten (Bloemendaal, Haarlem, Heemstede, Hillegom en Velsen) treden wij op als juridisch en inhoudelijk werkgever van de buurtsportcoaches. Vanuit de landelijke Brede Impuls Combinatiesfuncties ontvangen gemeenten deelfinanciering voor de inzet. Lokaal organiseren de gemeenten, SportSupport en samenwerkingspartners aanvullende financiering. De buurtsportcoaches zijn voornamelijk gebiedsgericht actief om inwoners meer en beter te laten bewegen, sportverenigingen en sportinfrastructuur te versterken en sport en bewegen in te zetten t.b.v. maatschappelijke vraagstukken.

Fanatieke spelers tijdens Old Start Walking Football

Woensdag 13 februari was Merijn Snoek (wethouder Sport, gemeente Haarlem) fanatiek mee aan het spelen bij Old Stars Walking Football bij EDO Haarlem. Hij was veruit de jongste want deze vorm van voetbal is geschikt voor zestigplusser.

"Het was ontzettend leuk om Merijn als gast te hebben" zegt Jessica Frans van SportSupport. "Op deze manier kon hij zelf ervaren dat Walking Football helemaal niet suf is. Al spelende kom je erachter dat je tactisch goed moet spelen omdat je niet mag rennen. Op die manier krijgt het spel een nieuwe twist en wordt het uitdagend."

Snoek heeft het hele uur mee gevoetbald en was zeer enthousiast over deze spelvorm. Jessica: "In de spelende teams in Haarlem doen veel oud voetballers mee die vroeger op hoog niveau hebben gevoetbald, echt goede voetballers. Dit bewijst nog eens dat het op deze leeftijd ontzettend leuk is om weer een sport op te pakken. Ongeacht de leeftijd er is altijd wel een aangepaste vorm beschikbaar. Het was bijzonder om te zien hoe enthousiast de deelnemers dit spel oppakten en dat het oude teamgevoel snel weer boven kwam. De derde helft wordt zeker niet overgeslagen na afloop."

Bij EDO, Olympia, Koninklijke HFC zijn een paar teams gestart met Walking Football. "We hopen uiteraard dat andere clubs ook aansluiten zodat we misschien een keer een Haarlems Walking Football toernooi kunnen organiseren." Sluit Jessica af.

Succesvolle Beweegdag voor Ouderen

Op woensdag 26 juni werd de jaarlijkse Beweegdag voor Ouderen georganiseerd op het complex van RKSV Onze Gezellen in Haarlem Noord. Ruim 75 ouderen hebben met veel enthousiasme deelgenomen aan deze dag.

Iedereen begon rustig met een kopje koffie of thee om vervolgens mee te doen aan verschillende leuke clinics. Deelnemers speelden mee op hun eigen niveau met voetbal, Tai Chi, bowls en badminton.

Na een lekkere lunch werd de dag gezamenlijk afgesloten met muziek en dans. Op een stoel of echt met de voetjes van de vloer, met of zonder rollator, actief of als supporter. De stemming zat er gelijk goed omdat de bekende nummers van vroeger allemaal voorbij kwamen.

Bewegen is belangrijk voor kwetsbare ouderen. Naast dat bewegen natuurlijk gezond is, is ook het sociale gedeelte een belangrijke stimulans om uit de stoel te komen. Met wat kleine aanpassingen kan een kwetsbare oudere meedoen aan alle sportieve activiteiten.

Door de fijne samenwerking tussen Kennemerhart, Zorgbalans, SportSupport, Haarlem Bowls en Onze Gezellen kon deze sportieve dag weer aangeboden worden aan de ouderen in Haarlem Noord.

Haarlem-Schalkwijk in het kort

CIJFERS

Scholen	13
Sportverenigingen	27

DIENSTEN | ACTIVITEITEN | THEMA'S

- Bewegen 50+
- Valpreventie
- Wijkgericht werken
- Fittest
- Gezonde Leefstijl
- Mega Gymfestijn
- Sport op School
- Don Bosco
- Koningsspelen
- School in de Wijk
- JOGG (jongeren op gezond gewicht)
- Sportsfun op het Plein
- Sportfonds 50+
- Sport4Kids
- Verenigings-advies

HAARLEM-SCHALKWIJK

Schalkwijk is HOT! Heel Schalkwijk gaat op de schop, aankomend jaar zal Schalkwijk er weer anders uitzien dan het afgelopen jaar. Er wordt flink geïnvesteerd in het centrum gebied en daarbuiten. Vele nieuwe inwoners in het stadsdeel en die willen wij allemaal aan het bewegen krijgen! Een grote groep nieuwkomers in de wijk weten de weg naar de vereniging te vinden en enkele moeten worden geholpen.

Met onze BuurtSportVereniging proberen wij mensen aan bestaande verenigingen te binden, mooi om te zien dat het werkt. De activiteiten die we in de wijk organiseren zijn een vindplaats voor de vereniging. Diverse mensen zijn doorgestroomd met als bijzonder uitschieter het meisjes voetbal bij Olympia Haarlem. Er zijn nu twee meiden teams actief en er is potentieel om verder te kunnen groeien.

In de Spaarnehal wat elke woensdagmiddag plaats vind bereiken we veel ouders en kinderen. En we merken dat we hiermee aansluiten op de behoefte van die ouders en kinderen hebben. Ze willen de kinderen meer aan het bewegen krijgen en dat vullen we in.

Op deze manier zijn we een vindplaats voor de vereniging in de wijk die geregeld aansluiten bij deze activiteit. Zo is er een nieuwe handbalgoep opgezet in de wijk.

Het brede aanbod wat we kunnen aanbieden wordt mede mogelijk gemaakt door inzet van diverse partners vanuit de wijk. Zoals daar zijn de sportverenigingen en de sportvereniging van het jaar Tripple Threat natuurlijk, maar ook divers welzijnsorganisatie's. Zo is er door goede samenwerking al twee jaar een nagenoeg incidentenloos oud en nieuw in de wijk.

Groot bereik in Schalkwijk

Jeroen Koomen
Senior Buurtsportcoach Haarlem-Schalkwijk

Buurtsportcoaches kom je overal tegen in regio Zuid-Kennemerland, Bollenstreek en IJmond. Het zijn professionals die in de wijk verbinden en sport en bewegen versterken.

Jeroen Koomen is al ruim 6 jaar werkzaam in Haarlem-Schalkwijk. In zijn rol als senior buurtsportcoach is hij altijd bezig om de verschillende partijen bij elkaar te brengen. "Het is de leukste baan die er is", zo omschrijft Jeroen als eerste zijn werk. "Samen met het team activiteiten ontwikkelen die zoveel mogelijk aansluiten bij de behoefte. We proberen een grote groep jeugd te bereiken. Het is belangrijk dat kinderen op jonge leeftijd een basis mee krijgen qua sporten en bewegen. Een sport vinden die bij ze past, als basis voor een leven lang sporten en bewegen. Want bewegen maakt je vitaal, blij en gezond.

Sportieve pauze

In Schalkwijk worden wekelijks, in opdracht van de scholen Don Bosco en de Wadden Molenwijk, sportieve activiteiten aangeboden tijdens de tussen schoolse opvang door de buurtsportcoaches in Schalkwijk. "Het is een sportieve lunchinvulling die de kinderen erg waarderen. Hiermee verander je de dynamiek op het plein. Kinderen kunnen gestructureerd hun energie kwijt. Je ziet het gedrag van kinderen positief veranderen. Ik zeg niet dat er nooit meer akkefietjes zijn maar in ieder geval wel een stuk minder dan voorheen. De scholen zijn erg tevreden met deze professionele invulling."

Gratis sportactiviteiten

Kinderen kunnen in Schalkwijk gratis sporten bij activiteiten via 'School in de Wijk' en 'Sport in de Wijk'. Jeroen: "Er komen op beide activiteiten altijd veel kinderen af. De activiteiten vanuit 'School in de Wijk' zijn meer gekoppeld aan scholen en de activiteiten zijn meestal op het schoolplein. Het merendeel van de activiteiten wordt ingevuld door verenigingen uit de buurt. Bij 'Sport in de Wijk' worden de sportactiviteiten op een paar verschillende pleintjes in Schalkwijk gegeven." . Voor elke leeftijdsgroep tot 15 jaar is er een divers aanbod. "Wat we in Schalkwijk nog graag willen realiseren is een Krajicek playground. Dit zou het aanbod 'Sport in de Wijk' echt compleet maken."

Sport verbind en verbroederd

"Het is bijzonder dat je tijdens dit werk zoveel verschillende soorten mensen tegen komt en dat je door sport en bewegen kan verbinden en verbroederen. Mensen blij maken met de inzet die wij als buurtsportcoaches plegen. Vroeger vond ik het werk gewoon ontzettend leuk maar nu ligt mijn focus

echt op het belang van sport en bewegen. Wij leveren een bijdrage aan een gezonde leefstijl. Je ziet aan de koppies van de kinderen dat ze genieten. Je geeft ze een bepaalde structuur mee en dat vinden kinderen prettig. Ik ben trots op ons als team, hoe wij elke week weer het aanbod organiseren. Met daarbij het grote bereik in Schalkwijk. Een mooi voorbeeld is de SportInstuif in de voorjaars- en herfstvakantie. De eerste editie was erg rustig en nu staat er een volwaardige, erg druk bezochte SportInstuif op het programma. De groei en potentie die nog steeds in alle activiteiten zit maakt mij blij, daar doen wij het voor."

De open sportclub

Jeroen heeft nog een grote droom die hij graag wil verwezenlijken. Dat is het realiseren van een open sportclub. "Dat kinderen op één plek veel verschillende sporten kunnen doen. Dus bijvoorbeeld de voetbal, tennis, honkbal, atletiek en hockey op één complex. Op dit complex kunnen ook gymlessen van zowel de basis- als middelbare scholen plaatvinden. Op

deze manier is er de hele dag door reuring op het sportcomplex en bij de verenigingen en krijgen kinderen makkelijker de mogelijkheid om in contact te komen met de andere sporten. Daarnaast heb je een mooie sociale ontmoetingsplek met een sportief karakter voor een grote groep jeugd én ook voor de volwassenen. Hiermee creëer je een dynamischer verengingsleven en goede samenwerkingen. Want om het verenigingsleven te behouden moeten er in de toekomst wel dingen veranderen," sluit Jeroen zijn verhaal af.

Het team in Haarlem Schalkwijk bestaat uit 5 medewerkers van SportSupport.

"Bewegen maakt je blij en gezond."

Pilot Schooltuinen en Menukaart Voedseleducatie

Een gezonde jeugd begint bij een gezonde omgeving van het kind. JOGG-initiatieven op scholen en in wijken beïnvloeden die omgeving op positieve wijze. Met landelijke themacampagnes als Drinkwater, Gratis bewegen, gewoon doen! en Groente… zet je tanden erin! worden kinderen in het basisonderwijs bewust gemaakt van wat gezonde keuzes zijn en wat niet.

Lekker in je vel zitten door voldoende bewegen, gezond eten en drinken is soms makkelijker gezegd dan gedaan. Nog altijd is een op de zeven kinderen te zwaar. Om een gezonde leefstijl van jongs af aan vanzelfsprekend te maken, is er de landelijke aanpak Jongeren op Gezond Gewicht (JOGG). De JOGG-aanpak is een lokale, wijkgerichte, integrale en duurzame aanpak rondom jongeren, hun ouders/verzorgers en de omgeving, waarin gezonde leefomgeving en leefstijl centraal staan. Omdat de gemeente Haarlem het belangrijk vindt om haar inwoners hierin te ondersteunen, is Haarlem sinds 2012 een JOGG-gemeente.

Marije de Wolf is JOGG-regisseur in Haarlem en werkzaam bij SportSupport. Zij bouwt samen met haar team aan gezondheidsnetwerken in wijken waar daar behoefte aan is. Op dit moment ligt de focus op Haarlem-Oost en Schalkwijk.

Samenwerken aan een gezonde omgeving

De gedachte achter JOGG is dat iedereen in de omgeving van een kind medeverantwoordelijk is voor de opvoeding. Marije: 'Juist omdat de omgeving zo belangrijk is, verschilt onze aanpak en invulling per wijk. Daarbij proberen we alle partijen te betrekken. We voeren gesprekken met focusgroepen, samenwerkingspartners in de wijk, opvangorganisaties, scholen en sportverenigingen. Afhankelijk van de omgeving waarop je je richt - sportclub, school of buurt – bepaal je welke partners je bij elkaar brengt. Dat is per keer weer anders.'

Het JOGG-team Haarlem is continu op pad. 'Onze rol bestaat uit voorlichting geven en aanjagen en uit het verbinden van bestaande en potentiële partners en initiatieven. Deelnemen aan de JOGG-aanpak vraagt om commitment. Dus niet een keer een evenementje opzetten, maar een brede bewustwording bij iedereen en het doorvoeren van beleidskeuzes.'

Werkgroep Gezonde Voeding

Marije: 'Kennis over gezonde voeding bij zowel ouders als kinderen is vaak laag en dus zoeken wij naar laagdrempelige manieren om groente thuis toch op het menu te krijgen. Een 'beloningskaart' met kleurrijke groentestickers helpt hierbij. In samenwerking met de Werkgroep Gezonde Voeding Boerhaavewijk werd daarnaast een verkort schooltuintraject bedacht voor basisschoolkinderen. Een pilot van drie lessen op de moestuin: één keer zaaien, één keer onderhouden en één keer oogsten en soep maken. De Werkgroep Gezonde Voeding bestaat uit vertegenwoordigers van GGD, JGZ, Dock, Kinderopvang, SportSupport/JOGG Haarlem, Het Natuurlokaal en NME (milieu/moestuinen).

"Een gezonde leefstijl vanzelf-sprekend maken."

Marije: 'Een regulier moestuintraject heeft achttien lessen, maar veel scholen kunnen het zich niet permitteren belangrijke taal- of rekenlessen te missen. En dan is een korte kennismaking beter dan niks.' Uiteraard hoopten de samenwerkingspartners op een structurele voortzetting, maar dit bleek vooralsnog niet haalbaar. Winst was er wel, want iedereen was dolenthousiast.

Menukaart

Voor scholen en kinderopvangorganisaties in Haarlem en omstreken heeft JOGG de Menukaart Voedseleducatie Haarlem samengesteld. Een boekje met daarin activiteiten over voeding en voedsel in de omgeving: tuinieren, kooklessen, gastlessen over gezonde voeding of bijvoorbeeld klassikaal boerderijbezoek.

De Menukaart is een resultaat van de samenwerking van NME Haarlem, Haarlem Food Future, GGD Kennemerland, SportSupport/JOGG Haarlem en het programma Jong Leren Eten. Op vrijdag 21 juni 2019 nam basisschool de Erasmus de eerste Haarlemse Menukaart in ontvangst van de Groene Mug tijdens een feestelijke aangelegenheid op de schooltuin de Poelpoldervreugde.

Marije: 'JOGG Haarlem heeft in dit soort projecten de rol van facilitator en koppelaar. We brengen partijen in de wijk bij elkaar, met het doel verbindingen te leggen die standhouden. Ook als op termijn de JOGG-regisseur ertussenuit stapt.'

Buurtsportvereniging zorgt voor verbinding in de wijk

Cora Zijlstra
Projectbegeleider buurtsportvereniging

Meer mensen aan het sporten krijgen en tegelijkertijd de betrokkenheid van bewoners bij hun buurt vergroten. Dat is de gezamenlijke inzet van verenigingen, onderwijs en maatschappelijke instanties in het project Buurtsportvereniging: Europawijk verenigt zich. Cora Zijlstra is vanuit SportSupport projectbegeleider.

'In Europawijk ligt de sportparticipatie lager dan in andere wijken in Haarlem', vertelt Zijlstra. 'Ook zou het goed zijn als er meer bewonersinitiatieven zijn die de cohesie en leefbaarheid in de wijk verbeteren. Er zijn al verschillende partijen in de wijk actief op deze gebieden, alleen weten die elkaar niet altijd te vinden. Niet omdat ze niet willen, maar bijvoorbeeld omdat ze hun tijd en energie hard nodig hebben voor hun eigen activiteiten. Of omdat ze niet goed weten hoe ze een samenwerking van de grond krijgen. Met de Buurtsportvereniging brengen we zulke partijen bij elkaar, zodat ze elkaar versterken én onder een gezamenlijke vlag naar buiten kunnen treden.'

Het opzetten van de Buurtsportvereniging begon met een behoeftepeiling, waarbij met name aan jongeren is gevraagd waar zij behoefte aan hebben en wat zij interessant vinden. Er wordt vooral gemikt op het stimuleren van kinderen/jongeren en hun ouders om te gaan sporten en een positieve bijdrage te leveren aan de wijk. Zijlstra: 'Dat kan door het opzetten van een voetbaltoernooi, maar ook door een straat- of wijkbarbecue te organiseren. Of een combinatie daarvan natuurlijk! Vervolgens kijken wij waar we hulp nodig is om dit mogelijk te maken. Maar wel zodat mensen het uiteindelijk zelf doen.'

> ***"Gebruik maken van wat er in de wijk al is."***

Deze werkwijze geldt ook voor partners als sportverenigingen en jongerenwerkers. Zij organiseren activiteiten, waarbij de Buurtsportvereniging stimuleert en faciliteert. 'Gebruik maken van wat er al is in de wijk, zo doet iedereen waar hij goed in is en kunnen we veel meer

voor elkaar krijgen dan wanneer we zelf van alles gaan opzetten. Zo hebben we in relatief korte tijd een breed kennismakingsaanbod opgezet, waarmee mensen op een laagdrempelige manier sporten of activiteiten uit kunnen proberen. Van proeflessen squash tot vrouwengym en van voorlezen tot 'maak kennis met tennis'. Er is voor elke doelgroep wel iets, waaronder meerdere activiteiten zijn die ouders en kinderen sámen kunnen doen.'

'Op 1 april hebben we bij wijze van aftrap een Open Dag gehouden, op het terrein van Olympia Haarlem. Daar kwamen zo'n 150 ouders en kinderen op af, een heel mooi begin. Inmiddels zijn er ook de nodige activiteiten en proeflessen geweest, dat loopt erg goed. Voor de Baseball Five zijn overigens nog niet zoveel aanmeldingen, want dat gebeurt natuurlijk ook weleens. Dan gaan wij vanuit Buurtsportvereniging meedenken over wat we kunnen doen om mensen te werven. Scholen kunnen hier een belangrijke rol spelen, vooral door informatievoorziening richting hun leerlingen. Daarnaast zijn er organisaties als Dock, Rebup, Stichting Samen Haarlem en Streetcornerwork, die dagelijks met jongeren werken en van waaruit ook allerlei initiatieven in de wijk opgezet kunnen worden.'

De Buurtsportvereniging is een project van twee jaar en is mogelijk dankzij de Sportimpuls, een rijkssubsidie die wordt uitgevoerd door ZonMW. 'In het eerste jaar zijn we vooral bezig met het leggen van verbindingen en het ontwikkelen van een goed aanbod. Nu dat loopt, gaan we verder verfijnen. In het tweede jaar gaan we dat bestendigen, zodat het zelfstandig verder kan en er een duurzaam, blijvend aanbod ontstaat. Anders gezegd: ook daarna moeten de partners elkaar en de bewoners weten te vinden. In Haarlem-Oost hebben we eerder een Buurtsportvereniging opgezet, daar is het erg succesvol. We zien in Europawijk ook al de nodige verbindingen tot stand komen, hopelijk levert dit minstens zo veel succesvolle samenwerkingen op.'

Haarlem-Oost in het kort

CIJFERS

Scholen	7
Sportverenigingen	10

DIENSTEN | ACTIVITEITEN | THEMA'S

Stadsdeel Oost het op één na grootste stadsdeel van Haarlem mede doordat de Waardepolder hier onderdeel van is. De Amsterdamse buurt is de oude wijk binnen het stadsdeel, deze buurt is dichtgebouwd en kent diversiteit aan inwoners. Hierdoor zijn er relatief weinig sportverenigingen in Oost.

In de wijk liggen enkele sportvelden en playgrounds waar wij structureel en intensief op ingezet hebben. In 2019 hebben we in samenwerking met sportverenigingen uit de buurt Koningsspelen georganiseerd voor drie basisscholen uit Oost. Ook hebben wij de buitenspeeldag georganiseerd in speeltuin Kindervreugde, beide waren een groot succes. Op een basisschool hebben we in de week van het nationale sportontbijt een inspiratiesessie gegeven, tijdens deze theorie- en praktijk lessen bespraken we met de kinderen waarom en wat ze het beste kunnen eten en drinken

In Oost kende onze dienstverlening Verenigingsondersteuning specifieke thema's met vandalisme bij/rond DSK en sportverenigingen in het Sociaal Domein. Vanuit deze dienstverlening hebben we intensief samengewerkt met voetbalvereniging HYS om dit op een hoger plan te krijgen. Het stadsdeel kent een uitgebreid aanbod Sport in de Wijk op Cruijff Court Parkwijk en Krajicek playground Teylerplein. Verder hebben we extra aandacht besteed aan Beweegstimulering 50+ met diverse werkshops en activiteiten.

Sport in de wijk

Redouan El-Yousfi
Buurtsportcoach Haarlem-Oost

Wekelijks biedt SportSupport in de regio Haarlem 'Sport in de Wijk' aan. Volgens een vast rooster kunnen verschillende kinderen en jongeren onder begeleiding van een buurtsportcoach deelnemen aan sportieve activiteiten. Op basis van de behoefte worden de spelvormen bepaald, denk aan voetbal, basketbal en tennis. Het initiatief wordt gewaardeerd door de bewoners uit de wijk en ook bij de jongeren zelf is er genoeg animo, getuige het feit dat er gemiddeld 20 kinderen per activiteit op af komen.

'Sport in de Wijk' faciliteert de jeugd om te voldoen aan de beweegrichtlijn en biedt daarnaast kansen om zich te ontwikkelen. Jongeren kunnen worden opgeleid tot assistent spelbegeleider en worden ondersteund in het organiseren van activiteiten. Het aanbod heeft ook een belangrijke signaalfunctie. De buursportcoach is afkomstig uit de wijk zelf en daarmee bekend en herkenbaar voor de jeugd en jongeren. Het is belangrijk dat de signalen van de doelgroep worden opgevangen en waar gewenst of nodig er geschakeld wordt met zorginstanties.

Samenwerken voor de jeugd

SportSupport is uiteraard niet de enige partij die 'Sport in de Wijk' draaiend houdt. Met een breed scala aan lokale en landelijke organisaties uit verschillende domeinen wordt samengewerkt binnen dit initiatief. Denk aan de gemeentelijke wijkregisseur, politie- en handhaving, jongeren- en welzijnswerk, zorgorganisaties, woningcorporaties, de Cruyff Foundation en Krajicek Foundation.

> *"De wijk wordt steeds hechter."*

Een van de organisaties die vanuit de wijk het initiatief ondersteunt en waardeert is the Youth For Christ. Gedreven door het geloof zoekt Youth for Christ jongeren op, helpt hen groeien en biedt hen hoop. Als partner willen zij samenwerken met ouders, hun achterban, scholen, kerken, overheden en maatschappelijke organisaties om het goede te zoeken voor jongeren. Donna Deman is regelmatig aanwezig bij de sportieve activiteiten om in contact te komen met de jongeren en merkt dat het samenkomen van de jongeren bij 'Sport in de Wijk' zorgt voor een hechte groep.

met behulp van een buurtsportcoach

> *"Door sport in de wijk krijg ik meer vriendjes en dat is gezellig."*

Succesfactoren

Het laagdrempelige en vertrouwde contact met de deelnemers zorgt voor een belangrijke signaalfunctie. "Wij houden ons bezig met sport en bewegen, maar wanneer wij signaleren dat een deelnemer een hulpvraag heeft betrekken wij vanuit het netwerk de juiste instantie." Het succes in het bereiken van de jeugd en jongeren zit hem in het feit dat de buurtsportcoaches vanuit de deelnemers worden geworven en deelnemers worden betrokken bij het aanbod. Door de samenwerking met de Cruyff Foundation en Krajicek Foundation bestaat de mogelijkheid om hen een Scolarship aan te bieden. En ook vanuit SportSupport wordt er jaarlijks een cursus Leider Sportieve Recreatie aangeboden waarin jongeren opgeleid worden tot (assistent) spelbegeleider.

Een belangrijke voorwaarde om jeugd en jongeren te binden is plezier. "Iedereen is welkom bij Sport in de Wijk en door gedifferentieerd aanbod willen wij iedereen bedienen." De deelnemers mogen zelf kiezen wat zij willen doen, maar altijd binnen de regels van respect voor en met elkaar. Sonny woont aan de overkant van het pleintje waar de activiteiten plaats vinden en komt regelmatig sporten. Hij vindt het leuk om te tennissen, maar kiest ook wel eens voor voetbal. De sportieve activiteiten op het pleintje zorgen er ook voor dat Sonny in contact met andere kinderen komt. 'Sport in de Wijk' is ook een soort ontmoetingsplek waar kinderen elkaar tegen komen en waar vrienden worden gemaakt. Het zorgt ervoor dat de wijk steeds hechter wordt.

Tip voor gemeentes

Doe waar je goed in bent en werk samen met instanties die aanvullende dienstverlening bieden. Luister naar de doelgroep en speel in op hun wensen en behoeften!

Bron: Sportplezier.nl

Originele water yells van de Koningsspelen

Op vrijdag 12 april 2019 stond voor veel leerlingen van basisscholen uit Haarlem-Oost en Schalkwijk voor het eerst gezamenlijke Koningsspelen op het programma. Deze eerste editie was een groot succes en wordt volgend jaar zeker herhaald. In totaal hebben zo'n 500 enthousiaste leerlingen genoten van de vele sporten en spellen tijdens deze Koningsspelen.

Het thema van deze Koningsspelen was water. Tijdens de opening werd van elke deelnemende school de ingestudeerde water yell alvast geoefend. Met groot fanatisme kwamen er veel originele versies voorbij. Alvast een opwarmertje van wat de dag zou brengen. Na de opening volgde de warming-up verzorgd door dansschool Jolein, dit gebeurde op het officiële nummer van de Koningsspelen 'Pasapas'. Na de warming-up begonnen alle clinics.

> *"Het is leuk om te bewegen en sporten!"*

De leerlingen uit de groepen 6 t/m 8 van de Sint Bernardusschool, OBS de Zuiderpolder, RKBS de Talenten, OBS de Piramide, OBS de Brandaris en CBS de Wadden-Boerhaavewijk deden mee. Over de gehele dag volgde de leerlingen 4 clinics van 45 minuten die verzorgd werden door 11 verschillende verenigingen uit de omgeving. In de pauze heeft de algemeen directeur Joke Cuperus van PWN een prijs uitgereikt aan de school met de beste wateryell en zich sportief heeft opgesteld. Deze eer ging naar de Wadden-Boerhaavewijk, alle kinderen van deze school kregen een PWN dopper waar ze super blij mee waren. Ook had PWN deze dag gezorgd voor een mobiel watertappunt waar iedereen zijn waterfles konden vullen.

Het doel van de Algemene Koningsspelen is onder andere om kinderen te laten zien hoe belangrijk én leuk het is om te bewegen, welke sporten er allemaal zijn en hoe het is om deze te ervaren. Voor de verenigingen was het een geslaagde dag. Zij kunnen op een leuke en laagdrempelige manier hun sport promoten en wellicht nieuwe leden binnenhalen.

SportSupport kijkt terug op een zeer geslaagde dag. Samen met de verenigingen Olympia Haarlem voetbal en softbal, Triple Threat, gymnastiek verenging Bato, s.v.United Davo, Bouzidi gym, HKC Oosterkwartier, Basic Squash & Tennis, Hockeyclub Saxenburg, Bavo Beach en Budo Top Nederland is er een super leuke en actieve dag voor de jeugd neergezet.

tijdens de eerste editie in Haarlem

Meer gezondere producten in de sportkantine

Sporten is leuk en gezond. Een lekker en gevarieerd aanbod in de sportkantine hoort hierbij. Vanuit de kantinebezoeker groeit de vraag naar gezondere voeding in sportkantine. Maar liefst 60% van de kantinebezoekers wil meer gezonde producten in de sportkantine.

Het JOGG-team Haarlem werkt samen met Team:Fit, een initiatief van JOGG NL. Team:Fit maakt zich sterk voor een gezondere sportomgeving, waarbij samen wordt opgetrokken met gemotiveerde ouders, sportverenigingen, vrijwilligers, accommodaties, experts en partners. Zij laten sportverenigingen zien hoe je het kantineaanbod gezonder kan maken, zonder verlies van omzet. Het JOGG Team helpt verenigingen kosteloos om hun aanbod af te stemmen op de Richtlijnen Gezondere Kantines van het Voedingscentrum. Op die manier kunnen de sportclubs een Bronzen, Zilveren of Gouden Certificaat verdienen.

Hoofdstuk 2.3 Haarlem-Oost | Team:Fit

Korfbalbond Nederland (KNKV) / HKC Oosterkwartier
Naast individuele clubs, scharen ook landelijke sportbonden zich steeds vaker achter dit soort initiatieven. De Korfbalbond (KNKV) pakte hierin een belangrijke voortrekkersrol door samen te gaan werken met Team:Fit en zo haar aangesloten verenigingen enthousiast te maken om aan de slag te gaan met een gezonder aanbod.

Kort na ondertekening van de samenwerking ontving de Haarlemse korfbalvereniging HKC Oosterkwartier als eerste korfbalclub in Nederland een Gouden Kantine-certificaat. Deze vereniging heeft bewust gekozen voor een omgeving waar gezonder eten gemakkelijker is. De vereniging wist deze prijs binnen drie maanden te verdienen. Voor een extra feestelijk tintje werd het Gouden Certificaat (het 100e Team:Fit certificaat) op officiële wijze uitgereikt tijdens het 90-jarige bestaan van de korfbalvereniging.

“Vraag naar gezondere voeding groeit.”

Navolging KNLTB
Een prachtig voorbeeld dat laat zien hoe je door samen te werken echt stappen kunt zetten, want inmiddels heeft ook de Nederlandse Tennisbond (KNLTB) een samenwerkingsovereenkomst met JOGG/Team:Fit gesloten. Deze ondertekening vond plaats bij de uitreiking van het Zilveren Certificaat aan de Haarlemse tennisvereniging HLTC, de oudste tennisvereniging in Haarlem. Hopelijk volgen andere aangesloten tennisverenigingen ook spoedig.

Gecertificeerde kantines besteden meer aandacht aan hun kantine-aanbod en aan hoe het gepresenteerd wordt. Schappen gekleurd fruit, mooi en aantrekkelijk uitgestald. Het JOGG team Haarlem hoopt dat dit goede voorbeelden zijn voor andere clubs.

Haarlem-Centrum/Zuid-West

CIJFERS

Scholen	12
Sportverenigingen	27

DIENSTEN | ACTIVITEITEN | THEMA'S

De ingezette samenwerking tussen verschillende partijen in de wijk heeft tot meer beweegmomenten geleid bij diverse leeftijdsgroepen. Een van deze succesvolle activiteiten was Tai Chi in de wijngaardtuin. In samenwerking met Kennemerhart en Tai Chi vereniging in de Toelast hebben ruim 20 volwassenen genoten van deze sport in de prachtige binnentuin in het centrum van Haarlem. Dit was een mooie aanleiding voor het creëren van een vast sportaanbod.

Dit jaar is er een intensieve samenwerking ontstaan met een aantal fysiotherapeuten. Dit heeft geresulteerd in een vast sportaanbod voor ouderen. De Nationale Diabetes Challenge is een van deze activiteiten. Daarnaast is de buurtsportcoach betrokken bij de Gecombineerde Lifestyle Interventie (GLI).

De cursus Move Mates heeft plaats gevonden op basisschool de Peppelaer voor de groepen 7 en 8. De kinderen waren erg enthousiast over deze cursus en geven inmiddels zelf sport en spel activiteiten tijdens de pauze. Daarnaast zijn er op het Leidseplein in de Till in samenwerking met Haarlem Effect en tafeltennisvereniging TSTZ clinics georganiseerd waarbij 20 enthousiaste kinderen een hele leuke middag hebben gehad. Op verzoek van de kinderen zeker voor herhaling vatbaar. Daarnaast hebben de leerlingen van de Peppelaer kennis gemaakt met Taekwondo.

In de Rozenprieel is hard gewerkt om sport & bewegen dichterbij de inwoners te brengen. Tijdens de burendag heeft tafeltennisvereniging TSTZ hiervoor haar deuren geopend voor alle inwoners en daar werd gretig gebruik van gemaakt. Zowel jong als oud heeft een balletje geslagen.

Sport als middel om op veel vlakken iets te bereiken

Saskia Reuhman
Buurtsportcoach Centrum/Zuid-West

Buurtsportcoaches kom je overal tegen in de regio Zuid-Kennemerland, Bollenstreek en IJmond. Het zijn professionals die in de wijk sport en bewegen versterken en verbinden.

Saskia Reuhman is werkzaam in de gemeenten Haarlem en Bloemendaal. Ze heeft sporten van jongs af aan in haar bloed zitten. Een tijd lang gehockeyd in de hoofdklasse in Nederland en Spanje en uiteindelijk kan ze als buurtsportcoach haar passie voor sport en bewegen doorgeven. "Het is heerlijk om als buurtsportcoach met mensen bezig te zijn en met sporten. Daarnaast krijg ik veel energie van mensen bij elkaar brengen. Denk aan vragen van verenigingen of scholen en dat op een leuke manier aan elkaar koppelen. Echt een verbinder zijn en meedenken wat wij nog meer kunnen aanbieden" start Saskia met een grote glimlach haar verhaal.

"Heerlijk om met mensen bezig te zijn."

Move Mates

Haar werkweek is heel divers. In Vogelenzang organiseert ze een sportieve Tussenschoolse Opvang. Daarnaast heeft Saskia in het dorp Walking Footbal opgezet voor de oudere doelgroep samen met Kennemerhart. In Haarlem in ze actief in Centrum/Zuidwest waar onlangs een nieuw project 'Move Mates' is afgerond op basisschool de Peppelaer. Saskia: "Met Move Mates worden de kinderen van groep 7 opgeleid tot speelcoach tijdens de pauze. Ze leren om spelletjes te bedenken en te begeleiden voor de groepen 3 t/m 5. Door de extra activiteiten op het plein wordt samen spelen gestimuleerd en komen kinderen extra in beweging. Daarnaast is een bijkomend resultaat dat er minder conflicten zijn op het plein omdat de oudere groepen zich meer verantwoordelijk voelen in hun nieuwe rol. Echt een geslaagd project wat mooi uitgepakt is. De jongere kinderen vinden het erg leuk om samen met groep 7 te spelen en snapten ook meteen dat je naar de nieuwe speelcoach moest voor een vraag."

Elke doelgroep uniek

Een ander groot project was het schoolvoetbaltoernooi voor de groepen 5 & 6 en 7 & 8 wat onlangs Haarlem breed is georganiseerd. Saskia vervolgt: "Het was een prettige samenwerking met de voetbalverenigingen en het is naar tevredenheid van de scholen neergezet. Daarnaast heb ik afgelopen zomer een mooi project gedraaid voor de Hartekamp, een aangepast sporten sportdag. Voor de Hartenlust Mavo en Kinderopvang (BSO) organiseer ik sportclinics. Ook ben ik betrokken bij het schoolhockeytoernooi voor de groepen 7 & 8 en de avondvierdaagse. Samen met een collega ondersteunen wij de 65+ Aloysius gymgroep, dit is een gymgroep die al 15 jaar met elkaar gymt en is echt een hechte vriendengroep geworden. Het blijft zo inspirerend om voor deze diverse doelgroepen te mogen werken. Elke doelgroep is uniek heeft zo zijn eigen leuke aspecten."

Sport als middel

"Die afwisseling tussen organiseren en uitvoeren vind ik heerlijk. Ik geniet als ik de deelnemers zie lachen en plezier maken. Daar krijg ik energie van. Als je zelf energie uitstraalt breng je dat weer over. In sporten kan je zoveel kwijt. Het gaat over samenwerken, feedback geven en ontvangen en omgang met elkaar. Voor mij is dat heel logisch omdat ik uit de topsport kom. Maar niet iedereen krijgt dat mee. Als je sport als middel gebruikt kun je op heel veel vlakken iets bereiken en betekenen.

Verbinden

Ik wil de komende periode letterlijk de boer op. Weten wat er bij verenigingen speelt om nog meer en gerichter te kunnen samenwerken. Dat ze SportSupport goed op het netvlies hebben en weten waar ze ons voor in kunnen schakelen. Maak ook de wijk in, met de mensen praten, wat speelt er en hoe kunnen wij ons aanbod daarop aanpassen. Echt letterlijk de verbinding aangaan met de mensen, sportverenigingen en scholen in de wijk. Daar krijg ik energie en vleugels van."

Het team in gemeente Haarlem Centrum/Zuidwest bestaat uit 4 medewerkers van SportSupport.

KEER DIABETES II OM!

Voor het tweede jaar heeft een grote groep van 45 Haarlemmers meegedaan aan de Nationale Diabetes Challenge. Deelnemers gaan 20 weken wekelijks wandelen. In kleine stappen trainen ze voor de Nationale Diabetes Challenge Week met als doel om die week 4 dagen achtereen te wandelen. Drie dagen in de eigen omgeving en de laatste dag op het NDC festival ergens in het land.

Gezonde leefstijl
Iedereen kan meedoen aan de Nationale Diabetes Challenge, het verbetert de kwaliteit van leven voor mensen met en zonder diabetes. Door middel van wekelijks wandelen, samen met een professionele wandelcoach en diëtist, wordt er gewerkt aan een gezonde leefstijl.

Voor Ab van de Duijn was dit een eerste stap om zijn diabetes 2 te overwinnen. Twee jaar geleden was Ab nog te zwaar, slikte per dag 5 pillen, spoot insuline en voelde zich moe en uitgeput. Het wandelen hield hem op te been maar er was nog iets extra's nodig.

"Fitter dan ooit en vol energie."

Diabetes 2 overwonnen
"Ik voelde me echt hopeloos. Al 15 jaar zat ik aan de diabetes medicatie, waarvan de laatste 5 jaar met extra ondersteuning van insuline; ik ging alleen maar verder achteruit. Ik had verschillende diëten gevolgd en een aantal sporten uitgeprobeerd maar niks werkte tot nu toe om het vol te houden. Hoe nu verder? Juist om dat moment zag ik de flyer van het Diabetes wandelen van SportSupport. Dat was de stap om weer te gaan bewegen. Daarnaast besloot ik een kick-start te maken met het afvallen met ondersteuning van een goede diëtiste. Kreeg een middeltje wat mijn honger gevoel onderdrukte in combinatie met een streng dieet. De kilo's vlogen eraf. Binnen 2 weken was ik al 6 kilo kwijt. Bloedwaarden waren gehalveerd en ik voelde mij al stukken beter. Inmiddels ben ik 14 kilo lichter en echt een ander mens. Ik ben fitter dan ooit en vol energie. Ik wandel nog steeds wekelijks met de wandelgroep van de NDC en daarnaast ben ik ook lekker aan het fietsen door de duinen. Het allerbeste nieuws is dat ik helemaal van mijn diabetes 2 medicatie af ben waarvan ik had gedacht dat dit nooit zou gaan lukken."

Laagdrempelig wandelen
In beweging blijven, dat is het allerbelangrijkste. Wandelen is een laagdrempelige vorm van bewegen. Iedereen kan het. Naast het bewegen is het ook nog eens heel gezellig omdat er samen met een groep gelopen wordt. Dat motiveert om wekelijks te gaan. "Eigenlijk moet je het gewoon doen". Je hoeft je nergens voor te schamen. Het is prettig om je (diabetes) verhaal met lotgenoten te kunnen delen. Er worden vaak tips en voedingsadviezen gedeeld. Daarnaast vind ik fietsen heerlijk om mijn hoofd leeg te maken en te genieten van de natuur.

Elk jaar organiseert SportSupport in samenwerking met 1e lijn zorgprofessionals het wandelevenement van de Nationale Diabetes Challenge.

Zelfvertrouwen en balans door cursus 'In Balans'

In Haarlem Centrum/Zuidwest was in 2019 de eerste succesvolle editie van de cursus 'In Balans'. Een cursus voor senioren die graag lang zelfstandig willen wonen en op een actieve manier hun dagelijkse bezigheden willen blijven doen.

Marjan en Jos zijn 2 ervaren docenten die deze cursus al jaren samen geven, en nu voor het eerst in Haarlem. Ze vertellen met veel enthousiasme waarom deze cursus zo belangrijk is en waarom de behoefte zo groot is. "De vergrijzing speelt natuurlijk een rol. De ouderen willen liefst zo lang mogelijk zelfstandig blijven wonen en dat is ook het beleid van de overheid. Natuurlijk wil niemand vallen, maar als je dan valt is het fijn als je weet hoe je zelf weer kunt opstaan. Door deze ontwikkelingen is het belangrijk dat ouderen zo lang mogelijk fit en gezond blijven en daar speelt deze cursus op in. Jos: "Er komen in de cursus echte eyeopeners voorbij, ook als het gaat over oorzaken binnenshuis en hoe je dit makkelijk kunt voorkomen. Het spreekwoord 'een ongeluk zit in een klein hoekje' blijkt dan meer dan waar."

> *"Letterlijk stevig op je benen staan."*

Praktische onderwerpen

Valpreventie is een cursus waarin senioren leren om letterlijk stevig op hun benen te staan en welke maatregelen ze kunnen nemen om vallen te voorkomen. De oorzaken van vallen worden besproken, tips en eenvoudige maatregelen worden gegeven om onveilige situaties in huis te verbeteren. Daarnaast leer je hoe je moet opstaan en welke oefeningen je thuis kunt doen om je balans in orde te houden. Al deze praktische onderwerpen, en nog veel meer, komen aan bod. "En alles met een gezonde dosis humor," zegt Marjan met een glimlach.

Fit en zelfverzekerd

Als iemand een keer gevallen is of bang is om te vallen, dan wordt de kans op vallen vergroot. Door de cursus krijgen de deelnemers meer zelfvertrouwen, ze worden sterker en hun balans verbetert, waardoor het risico op vallen verminderd. Jos: "Er ontstaat een positieve spiraal van actiever zijn en meer kunnen ondernemen. We zien bijvoorbeeld deelnemers makkelijker opstaan uit de stoel, een grotere afstand kunnen lopen, deelnemers die weer de bus durven pakken en sommigen gaan weer op de fiets. Dat is wat wij willen bereiken."
"Daarnaast is het ook een gezellig samen zijn" zegt Marjan, "senioren maken nieuwe contacten met andere mensen uit de wijk."

Hoofdstuk 2.4 Haarlem-Centrum/Zuid-West | Valpreventie

> *"Kiezen voor ander beweegmoment of sport."*

Theorie en praktijk

De cursus valpreventie In Balans bestaat uit theorie en praktijk. In dit geval in 10 lessen van 1,5 uur. 't Trionk, de wijklocatie van Haarlem Effect welke zij ook beschikbaar hebben gesteld, geeft voldoende ruimte om theorie en oefeningen te combineren. Voorafgaand aan de eerste les is er een nul-meeting. Dezelfde meeting wordt aan het einde van de 10 weken nog een keer gedaan. Het meest opvallende resultaat is het makkelijker lopen, maar ook het opstaan vanuit de stoel is zichtbaar verbeterd. Zo kwam één van de deelnemers binnen met rollator en loopt zij aan het einde van de cursus zelfstandig en heeft zij haar eerste boksles achter de rug.

"We krijgen na afloop altijd veel positieve reacties. Vaak willen de deelnemers de cursus nog een keer volgen" voegt Marjan toe. "Dat is natuurlijk heel mooi maar het is ook goed dat senioren dan voor andere beweegvormen of een sport kiezen. Er is in Haarlem een uitgebreid Bewegen 50+ aanbod waar senioren een ruime keus hebben uit verschillende sporten, van bowlen tot fitness en van Meer Bewegen voor Ouderen (MBVO) tot Dansfit.

De cursus In Balans is een product van VeligheidNL. Gemeente Haarlem werkt samen met SportSupport om de senioren in Haarlem fit en vitaal te houden door onder andere het aanbieden van deze cursus.

Bloemendaal in het kort

CIJFERS

Scholen	19
Sportverenigingen	30

DIENSTEN | ACTIVITEITEN | THEMA'S

- Sportontbijt
- Zomer-sportinstuif Les Petits
- TSO
- Huldiging sportkampioenen
- Letterenloop
- Koningsspelen
- Verenigings-ondersteuning
- Hockey-toernooi
- Gymgroep Aloysius
- Sportinstuif
- G-Voetbal
- Hartenlust MAVO-topproject
- Schoolvoetbal-toernooien
- Avond-vierdaagse
- Ouderenactiviteit SV Vogelenzang en Kennemerhart

In Bloemendaal is SportSupport actief met de inzet van buurtsportcoaches die zich richten op het inzetten van sport en bewegen als verbinding tussen maatschappelijke vraagstukken vanuit allerlei verschillende sectoren met als doel elke inwoner van Bloemendaal een leven lang gezond actief te houden.

Gemeente Bloemendaal bestaat uit 5 dorpskernen (Bloemendaal, Overveen, Aerdenhout, Vogelenzang en Bennebroek) met elk eigen wensen en behoeftes waar wij op in proberen te spelen. Door onze samenwerking met de verschillende sportverenigingen binnen de gemeente creëren wij een divers en groot aanbod van allerlei activiteiten voor alle inwoners. In 2019 is er gestart met verschillende initiatieven binnen de ouderen sport en de samenwerking met het sociaal domein is intensiever geworden. De jeugd wordt niet vergeten voor hen bieden we verschillende schoolsporttoernooien, sportieve TSO's, clinics en ook sportieve activiteiten onder schooltijd zoals bijvoorbeeld het Sportontbijt. In 2019 heeft SportSupport zowel de Letterloop als de Halve van Haarlem georganiseerd. Beide evenementen gaan met hun parcours door Bloemendaal. Bloemendaal is een van de werkgebieden van de regionale rol Aangepast sporten. In 2019 is de gemeente gestart met het traject voor het lokale Sportakkoord. SportSupport levert hieraan een inhoudelijke bijdrage.

Een bekend gezicht in Bloemendaal

Buurtsportcoaches kom je overal tegen in regio Zuid-Kennemerland, Bollenstreek en IJmond. Het zijn professionals die in de wijk verbinden en sport en bewegen versterken.

Pascalle Twisk is nog maar net in dienst bij SportSupport als buurtsportcoach. Maar geen onbekende want Pascalle heeft haar 4e jaars stage succesvol afgerond bij SportSupport bij team Heemstede. Inmiddels werkt ze als buurtsportcoach voor team Bloemendaal en Heemstede en heeft al verschillende projecten gedraaid. In Bloemendaal de huldiging van de sportkampioenen, de sportinstuif en de buitenspeeldag en verschillende schoolsporttoernooien.

Een bekend gezicht

"Uiteindelijk is het prettig om een bekend gezicht in de gemeente te worden. Dat kinderen mij herkennen als de 'sportjuf' maar tegelijkertijd dat verenigingen en andere samenwerkingspartners mij ook weten te vinden. Bijvoorbeeld door het sportaanbod op scholen in te vullen door clinics van verenigingen" begint Pascalle te vertellen. "Daarnaast blijft het zo leuk als kids je herkennen en enthousiast naar je toe komen."

"Vrolijke kinderen die er zin in hebben."

Samenwerken

"Het belang van sporten en bewegen speciaal voor kinderen daar zet ik me graag voor in. Het is fijn om in de praktijk te zien waarvoor je het doet, vrolijke kinderen die er zin in hebben. Het is ook zo leuk om met kids te werken. Hun energie werkt aanstekelijk en geen enkele werkdag is hetzelfde. Die vrijheid hoe je zelf bijvoorbeeld de TSO kunt invullen is heerlijk. Je kunt een nieuw spel uitproberen of zelf lekker meedoen. Ik vind het altijd belangrijk om te weten wat de kinderen graag willen doen. Soms maak ik verschillende speelvelden als de meningen te verdeeld zijn. Het is genieten om te kijken hoe de kinderen samenwerken en spelen en hoe ze eventuele problemen toch zelf oplossen."

Heemstede

In Heemstede is Pascalle ook actief en geeft ze onder andere Bitjes en Nopjes. "Dit is een combinatie van hockey en voetbal voor kinderen van 5 tot 6 jaar. Het is een naschoolse activiteit ter promotie en om de kinderen alvast op jongere leeftijd kennis te laten maken met beide sporten en eventueel doorstromen naar een sportvereniging. Het is een samenwerking met Alliance en RCH. Daarnaast geef ik ook de lessen 'Vallen & Opstaan', een serie van 6 gymlessen waarbij de motoriek van groep 1 t/m 3 getest wordt. Aan de hand van verschillende testen wordt gekeken of er extra gymlessen of bijvoorbeeld fysiotherapie nodig is.

Het team in Bloemendaal bestaat uit 7 medewerkers van SportSupport.

Een record aantal kinderen bij de Koningsspelen in Bloemendaal

Hoofdstuk 3 Bloemendaal | Buurtsportcoach

Op vrijdag 12 april 2019 stond het strand van Bloemendaal op zijn kop. Ruim 1700 leerlingen uit de groepen 5 tot en met 8 van maar liefst 15 basisscholen uit gemeente Heemstede, Bloemendaal en Zandvoort deden mee aan de Koningsspelen. Het was een zeer geslaagde dag, de kinderen genoten vol enthousiasme van deze editie van de Koningsspelen.

De koningsspelen werden geopend door Burgemeester Astrid Nienhuis van Heemstede en de wethouder van Bloemendaal Susanne de Roy. Na de opening begon de warming-up verzorgd door dansschool Jolein, dit werd gedaan op het officiële nummer de Koningsspelen, 'Pasapas'. Alle kinderen deden alle pasjes lekker mee.

Ook is de Reddingsbrigade elk jaar aanwezig. "Wij kunnen dit grote evenement niet draaien zonder de EHBO en 1e hulp van de Reddingsbrigade. Vorig jaar zijn we voor de eerste keer de samenwerking aangegaan en dat beviel goed dus ook dit jaar konden we op hun professionele hulp rekenen." Vertelt Tim Joon, eind coördinator van de Koningsspelen in Bloemendaal. Met vier man sterk waren ze aanwezig en gelukkig waren er geen noemenswaardige incidenten.

Na de opening begonnen de kinderen aan verschillende clinics. Deze clinics werden verzorgd door verenigingen uit de omgeving met ondersteuning van studenten Sportkunde & ALO en scholieren van het Kennemer.

Alle kinderen hebben vier clinics gedaan van ieder een half uur. Tussen elke clinic konden de leerlingen even bijkomen om wat te eten en te drinken. Joon: "Er werd gelachen, gesport en vooral plezier gemaakt, dat is heerlijk om te zien. Daar doen we het voor."

Het doel van de Algemene Koningsspelen is onder andere om kinderen te laten zien hoe belangrijk én leuk het is om te bewegen. Doordat er een heel divers aanbod was met verschillende sporten, kregen de kinderen sporten die zij nog nooit hadden gedaan. Dit was voor de sportvereniging een goed moment om hun sport te promoten en de kinderen te laten zien hoe leuk een sport eigenlijk is.

Sportsupport kijkt met veel plezier terug op deze editie van de Koningsspelen. De sportdag wordt georganiseerd in samenwerking met de gemeente Heemstede en Bloemendaal. Er werd gebruik gemaakt van het gemeente strand en de stranden van de verschillende strandtenten waaronder San Blas, Rapa Nui, beachclub Fuel en Woodstock.

Feestelijke huldiging in Caprera

Op woensdagavond 26 juni 2019 zijn alle sportkampioenen uit de gemeente Bloemendaal weer op een feestelijke manier gehuldigd. De huldiging vond net als voorgaande jaren plaats in openluchttheater Caprera. Presentator Alex Nelissen was weer aanwezig om de kampioenen op het podium te roepen en ze in het zonnetje te zetten. Dat deed hij dit jaar samen met wethouder Sport Susanne de Roy van Zuidewijn. In totaal werden er 25 individuele sporters en sportteams gehuldigd. Daarnaast werden er 3 extra prijzen uitgereikt: Sporttalent van het jaar, Sportteam van het jaar en SportSpecial van het jaar.

De prijs Sporttalent van het jaar ging naar Kate Koster. Kate Koster turnt op het hoogste niveau en is Nederlands Kampioen op balk en sprong. Daarnaast heeft ze een aantal weken geleden goud behaald op het NK in Tilburg. Ze is als jongste meisje ooit toegevoegd aan de Jong Oranje Talent Selectie. Ze traint maar liefst 26 uur per week en gaat met een aangepast rooster naar school.

Het Sportteam van het jaar was JB1 van Hockeyclub Bloemendaal. Zij zijn afgelopen seizoen Nederlands Kampioen geworden. Na een spannende finale tegen Kampong bleken de jongens stalen zenuwen te hebben want de shoot outs moesten de doorslag geven en met positief resultaat. Deze Nederlandse titel hebben ze op hun naam geschreven.

Team Jongens 10 – 14 jaar 2, 1e klasse van Tennisclub WOC uit Overveen werden uitgeroepen tot SportSpecial van het jaar. Zij hebben alle wedstrijden van de voorjaarscompetitie met overmacht gewonnen en promoveren naar de Hoofdklasse. Dit vonden de organisatie en gemeente zo knap, dat zij zijn uitgeroepen als SportSpecial.

Alle kampioenen kregen een beachballsetje en wat lekkers van de gemeente. Voor de prijswinnaars lagen er ook nog een bos bloemen, een oorkonde en (team) foto en een paar vrijkaartjes voor Caprera klaar.

Het was een zeer geslaagde avond met prachtig weer en een hoop gezelligheid! De gemeente Bloemendaal organiseert in samenwerking met SportSupport elk jaar de huldiging van de Bloemendaalse Sportkampioenen. Gemeente Bloemendaal heeft gezonde voeding en bewegen hoog op de agenda staan. Daarom vinden ze het belangrijk dat de sportende jeugd uit de omgeving aan het einde van het sportseizoen de waardering krijgen dat ze allemaal goed bezig zijn en dat ze vooral lang zo blijven doorgaan.

Vitaal Vogelenzang: samen sta je sterker

Buurtsportcoaches kom je overal tegen in regio Zuid-Kennemerland, Bollenstreek en IJmond. Het zijn professionals die in de wijk sport en bewegen versterken en verbinden.

Paul de Bree is een bekend gezicht in Bloemendaal. Samen met zijn collega Saskia Reuhman draaien ze wekelijks verschillende activiteiten om bij te dragen aan een Vitaal Vogelenzang. "Het is vitaal in de breedste zin van het woord, gezond van geest en van lijf. Je ziet tegenwoordig nog maar weinig kinderen buiten spelen. Kinderen maar ook ouderen elkaar weer laten ontmoeten. Het dorp weer op de kaart zetten met nieuwe impulsen en mensen mobiliseren. De samenwerking stimuleren met de verschillende partijen zoals sportverengingen, welzijnsorganisaties en bewoners, daar zijn wij flink actief mee," begint Paul enthousiast te vertellen.

Walking Football

Er draaien momenteel een aantal projecten waarbij Paul en Saskia betrokken zijn. Een van die projecten is Walking Football voor dementerende ouderen. Paul: "In oktober zijn we een pilot gestart met Zorgbalans. Zij wilden de mensen van de dagbesteding graag een sportieve activiteit aanbieden. Met Walking Football vangen we 2 vliegen in een klap. Deze doelgroep heeft een laagdrempelige activiteit maar daarnaast bieden wij de 'gewone' oudere inwoners ook een leuke bezigheid, want iedereen is welkom. Het is fijn om te zien dat ze allemaal plezier hebben. En niet geheel onbelangrijk, als je in beweging blijft, blijf je ook soepeler en vitaler.

Talententijd

De Paradijsvogel biedt de leerlingen 5x per jaar een hele dag talententijd. De leerlingen kunnen die dag kiezen uit verschillende workshops. "Wij organiseren hiervoor altijd het sportonderdeel. We zijn begonnen met honkbal en inmiddels zijn al vele sporten de revue gepasseerd. Het is aanvullend op het reguliere onderwijs. Ik ben blij dat een school sporten ook in het programma meeneemt want een hele dag extra bewegen is altijd mooi meegenomen."

Samen sta je sterker

Daarnaast bieden de buurtsportcoaches ook verenigingsadvies bij SV Vogelenzang. Paul heeft onlangs zijn specialisatie hiervoor afgerond. "Wij kunnen verenigingen adviseren met tips en tricks. Een mooi voorbeeld is dat wij ook hier de 10 gouden regels hebben opgesteld. Je wilt als vereniging laten zien waar je voor staat en hier passen die gouden regels perfect bij. Ook in Vogelenzang hebben wij een verbindende rol en proberen wij de mensen letterlijk en figuurlijk in beweging te krijgen en het dorp, de school en het verenigingsleven aan elkaar te koppelen. Samen sta je altijd sterker."

"Ga er op uit en blijf zo lang mogelijk actief."

Ga er samen op uit

Daarnaast zijn we voor de gehele gemeente Bloemendaal gestart met een projectgroep eenzaamheidbestrijding. Onder ouderen maar ook onder jongeren is dit een groot vraagstuk. Mensen wijzen op alle mogelijkheden voor sport en bewegen of andere activiteiten om zo het sociale netwerk weer op te halen. "Het is belangrijk om onder de mensen te komen en in beweging te blijven. Je kan je buren vragen om een paar keer per week een blokje te wandelen of aansluiten bij een vereniging voor nog meer contacten. Denk aan een kaartgroep of een cursus, er is altijd wel iets te doen. Ga er samen op uit en blijf zo lang mogelijk actief," sluit Paul zijn verhaal af.

Het team in gemeente Bloemendaal bestaat uit 6 medewerkers van SportSupport.

Heemstede in het kort

CIJFERS

Scholen	10
Sportverenigingen	21

DIENSTEN | ACTIVITEITEN | THEMA'S

In Heemstede is SportSupport vooral actief in het primair onderwijs. Onze projecten zijn gericht op het verbinden van de sectoren sport en onderwijs en wij gebruiken sport als middel om onze maatschappelijke doelen te bereiken.

Binnen Heemstede richt SportSupport zich voornamelijk op de leeftijd 0 tot en met 12 jaar. Sinds dit jaar zijn we gestart met het screenen van kinderen met behulp van de MQ scan. We hopen zo een beter beeld te krijgen van het beweeg niveau van de kinderen in de gemeente. We bieden binnen de gemeente aan 3 scholen bewegingsonderwijs aan van de kleuters tot groep 8. We bedienen alle basisscholen binnen Heemstede met een op maat gemaakt aanbod door middel van onze nieuw geïntroduceerde Menukaart. Voor al onze projecten zoeken wij koppeling met verenigingen uit de omgeving. Onze activiteiten zijn zo opgezet dat wij alle groepen binnen het basisonderwijs bedienen. Dit jaar organiseerde SportSupport alweer de 10de editie van de Heemstede Loop. Vanuit de regionale regierol van het Aangepast Sporten is er in 2019 contact gelegd met verschillende verengingen met als doel om een Speciale Sportdag voor het special onderwijs en regionale zorginstellingen in mei 2020 te organiseren. In 2019 is de gemeente gestart met het traject voor het lokale Sportakkoord. SportSupport levert hieraan een inhoudelijke bijdrage.

Als buurtsportcoach iets voor kinderen kunnen betekenen

Buurtsportcoaches kom je overal tegen in de regio Zuid-Kennemerland, Bollenstreek en IJmond. Het zijn professionals die in de wijk sport en bewegen versterken en verbinden.

Bram Willemsen is een van de buurtsportcoaches in Heemstede. In het 4e jaar van de opleiding ALO maken studenten hun eigen missie. "Ik had een duidelijk beeld hoe ik het zou willen", begint Bram te vertellen. "Dat kinderen goed leren bewegen. Bij kinderen een basis leggen waar ze de rest van hun leven profijt van hebben. Een gek voorbeeld kinderen weten bijna niet eens meer hoe ze moeten vallen. Het is erg belangrijk om ze de juiste tools mee te geven. Wat doe je als je valt, of struikelt, hoe vang je jezelf op? Als kinderen dagelijks lekker blijven bewegen of sporten dan houden ze soepele spieren en krijgen ze sterke botten en dat is en blijft toch belangrijk voor de rest van je leven."

Bewegend leren

Bram geeft nu nog voornamelijk gym aan groep 4 en 5 en de kleuters op een aantal verschillende basisscholen in Heemstede en ook nog in Velsen-Noord en Haarlem-Oost. Daarnaast organiseert hij verschillende sporttoernooien en evenementen zoals de Adventure Dagen, het Sportontbijt en de Koningsspelen. "Graag zou ik als volgende stap meer de verbindende factor worden tussen scholen en wijken. Het lijkt mij bijvoorbeeld super vet om het sporten en bewegen nog breder neer te zetten gekoppeld aan het onderwijs. Denk dan aan nieuwe lesmethoden waar je de les stof letterlijk actief en in een beweegvorm gaat aanbieden. Bewegen leren wordt dit ook wel genoemd. Hier sluit mijn Master in Lichamelijke Opvoeding en Sportpedagogoiek bij Windesheim in Zwolle ook goed op aan. Ik vind het belangrijk om mezelf door te ontwikkelingen in mijn professie, zeker in het kader levenlang leren."

Themalessen

"Het is ontzettend leuk om aan kinderen les te geven en iets voor ze te kunnen betekenen. Met kinderen uit groep 4 en 5 creëer je als gymdocent vaak een band. Kinderen zijn vaak bloedeerlijk en geven terug wat ze ergens van vinden. Kinderen maken tijdens het schooljaar een bepaalde ontwikkeling door. Door het echte contact daar haal ik veel energie uit. Zo'n vertrouwensband met de kinderen blijft bijzonder." Met kleuters werken is heel anders dan de oudere groepen. Hiervoor speelt Bram in op hun belevingswereld. "Ik gebruik altijd een thema, laatst was dit het sprookje Roodkapje. Kinderen blijven goed opletten tijdens de uitleg omdat ik verhaal gebruik om de onderdelen uit te leggen. Doordat kinderen bekend zijn met het sprookje krijgen ze er een beeld bij. Bijvoorbeeld een spel waar ze ballonen hoog moeten houden heet dan koekjes maken of door het bos wandelen is een bewegingsbaan met kleine hindernissen waar ze op het pad moeten blijven. Ik herhaal deze lessen altijd 3x met paar kleine wijzigingen zodat het uitdagend blijft maar toch herkenbaar.

"De verbindende factor tussen scholen en wijken."

Hoofdstuk 4 Heemstede | Buurtsportcoach

MQ-scan

Een andere mooi project waar hij mee gestart is in Heemstede is de MQ-scan. Kinderen tussen de 4 en 12 jaar worden dan op hun algemene motorische vaardigheden getest. Ze moeten een bepaald parcours afleggen waar onder andere onderdelen zoals klauteren, rollen, hinkelen en achteruitlopen in voorkomen. De tijd waarin het parcours afgelegd wordt zegt dan iets over de motoriek. "Je kunt zien waar een kinderen moeite mee hebben en deze onderdelen komen dan weer terug in de gymlessen. We hebben nu net de eerste test gedaan en over een ruim een half jaar gaan we dezelfde test weer doen om te kijken leerlingen vooruit zijn gegaan.

Het team in Heemstede bestaat uit 5 medewerkers van SportSupport.

Succesvolle Heemstede Sportdag

Op maandag 7 oktober 2019 vond de Heemstede Sportdag plaats. Het was net als de vorige jaren een groot succes. Alle leerlingen uit de groepen 7 en 8 van de Bosch & Hovenschool, de Crayenesterschool, de Evenaar, de Icarus, De Jacoba, Kindcentrum de Molenwerf, de Nicolaas Beetsschool, de Prinses Beatrixschool en de Voorwegschool deden mee. In totaal waren dit 580 kinderen. De clinics werden gegeven door 17 verenigingen uit Heemstede en omgeving met behulp van Inholland studenten, De sportdag werd georganiseerd door SportSupport en vond plaats op Sportpark Groenendaal. Er werd gebruik gemaakt van verschillende sportvelden, sportkantines, de sportzaal en het zwembad.

Kennismaken met nieuwe sporten
Het doel van de Heemstede Sportdag was kinderen kennis laten maken met verschillende sporten. Tijdens de sportdag namen ze deel aan clinics van sporten die ze nog nooit gedaan hadden en anders misschien ook nooit zouden doen. Ook voor de verenigingen was het een geslaagde dag. Zij konden op deze manier hun sport promoten en nieuwe aanmeldingen binnenhalen.

Verloop van de dag
De Sportdag werd geopend door de directeur van Sportsupport Jerry Buitendijk, het startschot werd gegeven door de burgemeester mevrouw Astrid Nienhuis. De kinderen werden opgewarmd door dans en balletstudio Jolein. Na het startschot vertrokken de kinderen naar hun eerste clinic. Zo kon er worden gezwommen in het zwembad, geroeid bij roeivereniging het Spaarne of Aikido op de sportvelden. De meegebrachte lunches werden genuttigd bij het podium op het voetbalvelden van VEW. Ook 's middags werd er aan twee clinics deelgenomen. De afsluiting vond weer plaats bij het podium. Hier werden de kinderen bedankt voor hun goede inzet en kregen ze allemaal een presentje.

Lunch
De lunch was per locatie een gezamenlijk moment van 30 minuten. Tijdens de lunch aten de leerlingen lekker een zelf meegebrachte lunch, de clinicgevers en Inholland studenten genoten van een lunch die medemogelijk gemaakt werd door Bakker Van Maanen, Bakker van Vessem, Marqt, Lucas Primeurs en Jumbo. Als verassing voor de clinicgevers kwam de Marqt ook nog tijdens de lunch zelf een presentje langs brengen.

Sportieve dag
De kinderen hadden zo een sportieve dag. Het was weer eens wat anders dan de reken- en taalles op school. Ze waren de hele dag sportief bezig en hebben zich goed vermaakt. De kinderen hadden tijdens de clinics allemaal een brede glimlach op hun gezicht. De kinderen waren erg positief over de clinics en een aantal waren zo enthousiast dat ze meteen aangaven aan een van de sporten in ieder geval nog eens te willen doen. Ten slotte willen wij de Reddingsbrigade Haarlem nog bedanken voor de EHBO en de hulp bij de ongevallen, zodat de dag soepel verliep.

"Met de sportdag laten we zien hoe leuk sporten is."

230 enthousiaste kinderen bij Sportontbijt in Heemstede

Op dinsdag 12, woensdag 13 en donderdag 14 november 2019 vond het jaarlijkse Heemstede Sportontbijt plaats. Het ontbijt vond plaats in de horecagelegenheid van Sportplaza Groenendaal en werd georganiseerd door SportSupport. Het was voor de kinderen uit groep zes van basisschool de Prinses Beatrixschool, De Nicolaas Beetsschool, Voorwegschool, de Jacobaschool, De Bosch en Hovenschool, De Ark en de Molenwerf.

De kinderen hebben heerlijk ontbeten. Het hele ontbijt werd gesponsord door winkels in Heemstede. De sponsoren waren: De Alexanderhoeve, Albert Heijn Blekersvaart & Zandvoortselaan, Bakker Van Vessem, Slagerij van der Werff, Kiebert Natuurlijk en De Pindakaaswinkel. Door middel van het ontbijt leerden kinderen dat gezond ontbijten belangrijk is. Na het ontbijt hebben de kinderen vier verschillende clinics gedaan.

Kenamju verzorgde de judoclinic en de karateclinic. De kinderen leerden verschillende grepen en hebben wedstrijdjes tegen elkaar gedaan. Tafeltennis werd gegeven door MJ Tafeltennis (namens HBC Tafeltennis). Ze hadden veel verschillende tafels mee en gevarieerde oefenvormen. De trainers nodigden de kinderen uit om in januari mee te doen aan Ping-Pong Stars, een tafeltennistoernooi voor alle kinderen uit groep 3 tot en met groep 8. Acrogym Haarlem verzorgde Acrogym. Ook hier waren de oefeningen erg gevarieerd en deden de kinderen verschillende trucjes met elkaar. Schaken werd gegeven door Kennemer Combinatie. Tijdens deze clinics waren de kinderen geconcentreerd bezig en voor velen was het hun eerste kennismaking met de sport schaken. In Dansstudio Jolein werd dans gegeven. De kinderen kregen van de dansdocente een dans aangeleerd en deden erg hun best. De Houtsche RFC was aanwezig met een rugbyclinic. Hier leerden de kinderen de beginselen van rugby en speelden ook een aantal wedstrijdjes tegen elkaar. SportSupport gaf zelf een creatieve clinic. Tijdens deze clinic werden mooie armbandjes, kettingen en sleutelhangers gemaakt. Ook konden de kinderen hun tekentalent laten zien. Na afloop deelden de verenigingen flyers uit. Ze hoopten kinderen enthousiast te maken voor hun sport en ze boden ze ook proeftrainingen aan.

Op woensdag was de burgemeester, mevrouw Nienhuis, aanwezig om het ontbijt te openen. De burgemeester

> ***"Ontbijten zorgt voor energie."***

heeft de kinderen uitgelegd dat het heel belangrijk is om te ontbijten en ook zo gezond mogelijk te ontbijten. Ontbijten zorgt er voor dat je energie krijgt en dat je de hele dag lekker kunt bewegen. Ook schoof de burgemeester tijdens het ontbijt bij een aantal tafels aan. De kinderen vonden het erg gezellig om met de burgemeester te ontbijten.

Verspreid door de horecagelegenheid hingen Druppie-posters. Op deze posters konden de kinderen zien hoeveel suiker er in pakjes drinken zit. Veel kinderen schrokken van deze grote hoeveelheid. Water is veel gezonder en kun je hartstikke lekker maken door er fruit (bijvoorbeeld sinaasappel of komkommer) in te doen. De kinderen kregen daarom bij het ontbijt water met citroen, komkommer of sinaasappel om te drinken.

Het waren drie geslaagde ochtenden met veel gezelligheid en plezier. De kinderen deden goed hun best en de verenigingen hebben hebben hele leuke clinics gegeven.

HBC Voetbal ondertekent verklaring gelijke behandeling in het bijzijn van Burgemeester Astrid Nienhuis

Woensdag 6 november ondertekenden burgemeester Astrid Nienhuis, voorzitter van HBC Voetbal Rob Roomeijer en Tim Joon van SportSupport in het teken van de week van het respect de verklaring gelijke behandeling. De verklaring onderstreept dat HBC Voetbal alle mensen respectvol en gelijkwaardig behandeld en dat discriminatie op welke grond dan ook wordt verworpen.

De burgemeester waardeerde dit gebaar van HBC enorm en als cadeau had zij dan ook een regenboogvlag meegenomen. Nienhuis: "Ik vind het heel mooi dat sportverenigingen dit doen en ook heel erg in het vizier hebben, dat gelijke behandeling belangrijk is. Dus heb ik een cadeautje meegenomen". Nienhuis overhandigde Roomeijer een vlag in de kleuren van de regenboog, een symbool voor gelijke behandeling. Nienhuis: "En niet alleen om aandacht te vragen voor de LHBTI gemeenschap, maar vooral voor tolerantie. Dit gaat over sportiviteit, tolerantie, inclusiviteit en deze vlag is daar volgens mij een mooi symbool voor". Om de ondertekening op te luisteren werd deze vlag gezamenlijk in het bijzijn van de op dat moment hard trainende kinderen gehesen.

Meneer Roomeijer vertelt waarom de club heeft besloten mee te werken met de ondertekening van deze verklaring. "We hadden laatst een bijeenkomst in verband met het organiseren van een speciale dag voor G-sport", vertelt Roomeijer. "In eerste instantie zouden we alleen een toernooi organiseren voor de G-voetbal. Dat ging wegens te weinig belangstelling niet door. We hebben toen gezegd, laten we de sportdag uitbreiden, niet alleen voor het voetbal maar voor alle andere takken van sport. Toen hebben we andere afdelingen in de regio uitgenodigd voor een bijeenkomst samen met SportSupport. In de bijeenkomst werd mij gevraagd of wij de Verklaring namens HBC Voetbal wilden ondertekenen. Daar stonden we volledig achter dus vandaar dat we nu bij elkaar zijn". Roomeijer hoopt dat veel scholen zich zullen aanmelden voor de speciale sportdag die gehouden zal worden op 20 mei 2020.

De verenging verbindt zich aan het zichtbaar tentoonstellen van de getekende verklaring. Na afloop sprak de burgemeester de hoop uit dat er nog vele verengingen binnen Heemstede het mooie voorbeeld van HBC zullen volgen.

Hillegom in het kort

CIJFERS

Scholen	8
Sportverenigingen	13

DIENSTEN | ACTIVITEITEN | THEMA'S

De gemeente Hillegom is een middelgrote gemeente en ligt in het midden van de Duin- en Bollenstreek. In Hillegom is ons team actief onder de noemer Hillegom in Beweging. Middels het sluiten van akkoorden waren wij met diverse partners actief om sport & bewegen krachtiger te organiseren.

Concrete uitvoering is gegaan naar het Masterplan Sport, Bewegen en Onderwijs. In 2018 is dit plan afgesloten samen met de sportverenigingen en het onderwijs. Op behoefte van scholen geven we invulling aan het plan door hen te koppelen aan het aanbod van sportverenigingen. Wij monitoren het beweeggedrag van kinderen waarmee de partners en wij hen beter kunnen bedienen. Themadagen grepen wij aan om sport, bewegen en gezonde leefstijl nadrukkelijk in beeld te brengen, zoals met het schoolsportontbijt en de Nationale sportweek.

'De beweegvisie Volwassenen' is het akkoord dat wij in 2019 samen met de partners hebben gesloten. Hiermee gaan wij vormgeven en bijdragen aan de positieve gezondheid, sociale betrokkenheid en vitaliteit van de volwassen/ oudere inwoners van de gemeente Hillegom. In voorbereiding zijn de interventies 'doortrappen' en 'fittest'.

Beide 'akkoorden' geven ook invulling aan onze rol als verenigingsadviseur. Collega Paul verbond de verenigingen aan de ambities die in de plannen zijn verwoord.

Het goede voorbeeld voor een gezonde generatie 2040

Paul de Bree
Team Hillegom in Beweging

Een rookvrije generatie in 2040. Dat is één van de hoofdpunten uit het Nationaal Preventieakkoord, dat door ruim 70 organisaties uit zorg, bedrijfsleven, overheden en onderwijs is opgesteld. De Buurtsportcoaches van SportSupport geven hier invulling aan door sportverenigingen en -accommodaties te helpen om hun complex rookvrij te maken.

Paul de Bree is één van de Buurtsportcoaches in de regio Hillegom, Bennebroek en Vogelenzang. Vanuit die rol verzorgt hij onder meer training en coaching. 'Van sport op straat, bedoeld om kinderen vanaf jonge leeftijd met sport en bewegen in aanraking te brengen, tot en met walking football met beginnend dementerenden', vertelt Paul. Ook geeft hij in samenwerking met gymdocenten les op basisscholen, bijvoorbeeld in het project Talenttijd.

Naast het actief aanbieden van sport, treedt Paul op als verenigingsadviseur. Zo wordt hij ingeschakeld bij hulpvragen rondom bijvoorbeeld ledenwerving en -behoud, het vinden en trainen van kader/vrijwilligers of het op orde krijgen van financiën en sponsorbeleid. 'De mensen bij de verenigingen moeten het uiteindelijk zélf doen', vertelt Paul. 'Bij veel verenigingen zie je echter dat mensen dingen doen 'omdat het altijd zo gaat'. Vanuit SportSupport zetten we onze kennis en ervaring in om mensen andere ideeën en inzichten te brengen om de vereniging te versterken'.

Het werken aan rookvrije sportaccommodaties is de komende jaren een belangrijk aandachtspunt. 'Als

kinderen aan het sporten zijn terwijl hun ouders langs de lijn staan te roken, geef je natuurlijk een heel verkeerd voorbeeld. Je krijgt kopieergedrag, als ze op de sportclub zien dat roken normaal is, helpt dat natuurlijk niet. Door samen met verenigingen en eigenaren van sportaccommodaties over dat dat soort zaken te discussiëren én actie uit te zetten, willen we bijdragen aan die rookvrije generatie in 2040. Het makkelijkste dat je kunt doen is een bordje 'rookvrij' ophangen. Maar dat alleen is natuurlijk niet genoeg. Denk aan een rookvrije accommodatie waar voor de deur asbakken of asbaktegels zijn geplaatst. Dan heb je langs de lijn geen rokers meer, maar wel bij de ingang waar alle kinderen binnenkomen.

Paul de Bree gaat de komende tijd in gesprek bij De Zanderij en weet dat het onderwerp bij sportcentrum De Vosse op de agenda staat. 'Uiteindelijk is de situatie voor elk complex anders, denk alleen al aan het verschil tussen binnen- en buitensporten. Daarom zorgen wij voor algemene informatie voor alle verenigingen en complexen en komen de specifieke situatie bekijken om van daaruit advies uit te brengen.

"Rookvrije sport-accommodaties in Hillegom, Bennebroek en Vogelenzang."

Ik ben ook realistisch. Er zíjn nu eenmaal mensen die roken. Het is best een stap om helemaal rookvrij te worden, zeker voor commerciële organisaties die misschien bang zijn om klanten kwijt te raken. Het zal daarom echt niet van de ene op de andere dag geregeld zijn. Maar er is wel een duidelijke trend gaande waarin steeds meer openbare ruimtes rookvrij zijn.'

'Uiteindelijk is het aan het bestuur van de vereniging of de eigenaar van het sportcomplex, zij beslissen. Onze rol is informeren, adviseren, stimuleren en faciliteren. Het besef dat dit een noodzakelijke stap is zal moeten groeien en geaccepteerd raken. Je kunt je nu toch ook niet meer voorstellen dat je, nog niet zo lang geleden, mocht roken in een restaurant, of zelfs in het vliegtuig? Het is onvermijdelijk dat dit in en om sportaccommodaties ook gebeurt en dat is waar wij met elkaar voor gaan.'

Een goede ontwikkeling van motoriek en hersenen van het basisschoolkind

HAARLEM – Eind juni 2018 presenteerde men het Nationale Sportakkoord, waarin alle landelijke partijen hun visie op sport beschreven en ondertekenden. Dit moet gemeenten uitdagen om hun eigen lokale sportakkoorden af te sluiten. Vooruitlopend op het nationale akkoord stelde Hillegom in 2017 al een nieuwe Sport- en Beweegnota op. En daaruit vloeide eind vorig jaar een ambitieus plan voort om sport en bewegen in het onderwijs te stimuleren: het Masterplan Sport, Bewegen en Onderwijs.

Bas de Wit (34), senior manager Sport en Bewegen van SportSupport, schreef samen met het team dit Masterplan. Als manager van Team Hillegom in Beweging is hij de schakel tussen gemeente en de teamleden.

"Ieder kind aan de beweegrichtlijnen voldoen."

"Het plan werd in samenwerking met alle relevante partijen in het werkveld opgesteld: gemeente, scholen, maatschappelijke organisaties, en het is specifiek gericht op de schoolgaande jeugd en de schoolomgeving."

Met het plan wil Team Hillegom in Beweging faciliteren dat ieder kind aan de beweegrichtlijn voldoet: 60 minuten per dag matig intensief bewegen en drie keer

per week spier- en botversterkende oefeningen. "We willen dat de schoolomgeving ouders en kinderen uitdaagt om te bewegen, dus dat het veilig is om lopend of fietsend naar school te gaan", licht Bas de Wit toe. "Maar ook in de les zelf: met enkele uitdagende bewegingsactiviteiten tussendoor – denk eens aan een rekenhinkelbaan – voorkom je dat jonge kinderen zich gaan vervelen. Zodat ze weer actief in de les zitten."

SportSupport informeert en adviseert de scholen, want het houdt ook veel vernieuwingen in. "Het team kijkt waar ze leraren kan begeleiden of anderszins kan ondersteunen. Vanuit de overheid komen er steeds meer middelen vrij om de werkdruk te verlagen, waarbij het scholen vrij staat om die gelden naar eigen goeddunken in te zetten. Maar uiteindelijk moeten ze het wel zélf doen, korte- en lange termijn keuzes maken en budgetten vrijspelen."

Extra aandacht is er voor de koppeling tussen onderwijs en sportaanbieders. De jeugd van de scholen naar de aanbieders doorleiden, door ze op diverse manieren zichtbaar de maken bij de basisschooljeugd. Bas de Wit: "Die toeleiding richting de sportaanbieders is een heel duidelijke doelstelling in het Masterplan. Zo proberen we het aanbod van sportaanbieders en de behoefte van scholen aan specifieke sportclinics bij elkaar te brengen. En ook halen we de sportaanbieders na schooltijd naar de wijk om zich te presenteren." Mooi voorbeeld hiervan zijn de Koningsspelen: de grote sportdag voor alle scholen in Hillegom, waarbij de sportaanbieder de activiteiten organiseert. Of de Sport-Instuif in de vakanties. En niet te vergeten de (interscolaire) Schoolsporttoernooien, georganiseerd door de sportvereniging en gecoördineerd door Team Hillegom in Beweging. Vanaf begin april is alle informatie rondom sport en bewegen te vinden op het platform *www.hillegominbeweging.nl*.

De sportverenigingen in Hillegom vinden het een mooi, ambitieus plan. Als het slaagt, is er een enorme stap gezet in het activeren van de kinderen. Bas de Wit besluit: "Hillegom is de eerste gemeente waarin we zo'n omvangrijk plan hebben neergelegd, en in die zin is het wel een beetje een voorbeeld voor de andere gemeenten waarvoor we actief zijn. In Velsen ligt al een convenant tussen sport, gemeente en onderwijs, maar dat is nog niet zo veelomvattend en concreet als in Hillegom. Dus dat is de vervolgstap, om daar handen en voeten aan te geven, daar ga ik me hard voor maken."

Hillegomse senioren in beweging

Sandra Boonstra is teamleider van Team Hillegom in Beweging, dat als onderdeel van SportSupport het sport- en beweegbeleid uitvoert van de gemeente Hillegom. Zij maakt zich sterk voor senioren en de participatie van aangepaste doelgroepen. Het team bestaat verder nog uit Colin van der Klauw (focus onderwijs) en Paul de Bree (focus verenigingen).

'Het is goed dat er aandacht is voor de senioren. Wat mij betreft zouden de mensen veel meer uit hun huizen mogen komen en een deel van hen moet daarbij echt aan de hand worden meegenomen', aldus Boonstra. Het is een niet te verwaarlozen groep, want ook in Hillegom is de vergrijzing een feit.

Geen gemakkelijke doelgroep overigens, vindt Boonstra. 'De jeugd is makkelijker te bereiken en ook makkelijker te verleiden om te bewegen. Ook de grote variatie binnen de groep maakt het complex. Je moet er eigenlijk heel direct, zelf, bovenop zitten, maar dat is nou net onze taak niet. Wij willen activiteiten initiëren en organiseren om het vervolgens door anderen te laten voortzetten. Deze doelgroep is echter niet altijd zelf gemotiveerd. Dus zo gauw je er niet bij bent om ze welkom te heten – als het sociale aspect ontbreekt – dan houdt het op.'

Om betrokkenheid te vergroten, koppelt Hillegom in Beweging activiteiten daarom aan een sociale gelegenheid. 'Maandag- en dinsdagochtend verzamelen we met een groepje bij Plein 28 of bij sportschool Aarts om te wandelen of te fietsen. Na afloop drinken we dan koffie en thee met elkaar en dat is zo'n succes, dat er inmiddels zelfs bij zijn die alleen nog maar komen koffiedrinken.'

Sinds maart dit jaar is hillegominbeweging.nl in de lucht, een platform voor sport, bewegen en een gezonde leefstijl voor alle inwoners van Hillegom. Hier vindt men sportaanbieders en activiteiten in de buurt. Ook kan hier een aanvraag worden ingediend bij het onlangs gelanceerde Volwassenenfonds Sport & Cultuur of het Jeugdfonds, bedoeld voor inwoners met een ontoereikend inkomen.

Een voorbeeld van zo'n activiteit in de buurt is de Middagvierdaagse, vorig jaar voor het eerst georganiseerd. Vrijwilligers uit de omgeving wandelden met ongeveer tien bewoners-in-rolstoel van de verzorgingstehuizen Parkwijk en Bloemswaard. Het werd geweldig ontvangen. Bijzonder trots ook is Boonstra dat eens per week leerlingen uit groep 6 en 7 van de Johannesschool helpen bij het bewegingsuurtje van de ouderen van de Bollenstroom, de dagbesteding voor mensen met onder meer dementie. 'Zo helpen de leerlingen om de activiteit op gang te houden, en tegelijkertijd vinden die ouderen het natuurlijk ook geweldig dat die kinderen meedoen.'

> ***"Bevorderen van vitaliteit, mobiliteit en zelfstandigheid."***

In 2018 werd in Hillegom het Masterplan Sport, Bewegen en Onderwijs neergelegd, een ambitieus plan om sport en onderwijs beter op elkaar te laten aansluiten. Voor dit jaar staat een lokaal sportakkoord specifiek voor de senioren op de agenda. Sandra Boonstra: 'Hillegom in Beweging brengt via bijeenkomsten alle betrokken partijen uit het veld bij elkaar. Centraal staat daarbij de vraag hoe wij samen de vitaliteit en de mobiliteit, en daarmee ook de zelfstandigheid, van deze bijzondere groep kunnen bevorderen.'

Het team Hillegom in Beweging bestaat uit 3 sport- en beweegprofessionals.

Sport op straat in Hillegom

Team Hillegom in Beweging is actief als ondersteuner, versterker en verbinder van sport en bewegen. De teamleden geven uitvoering aan de Sport- en Beweegnota Hillegom 2017-2020 'Hillegom samen sportief in beweging'. Onder de noemer Sport op straat organiseren buurtsportcoaches Paul de Bree (54) en Colin van der Klauw (27) elke schoolweek activiteiten op verschillende playgrounds in Hillegom. De jeugd kan komen voetballen, volleyballen, naamballen, blikkietrappen of buskruiten en er wordt zelfs gedanst als daar behoefte aan is. Maar niks doen mag ook.

De Sport-op-straat-activiteiten zijn voor iedereen toegankelijk. Het trekt vooral basisschooljeugd aan en de opkomst varieert van 6 tot 30 kinderen. Bekendheid krijgen ze vooral via mond-tot-mondreclame en maar heel af en toe moet er iets gepost op social media voor een beetje promotie. Over het algemeen is er een duidelijk stijgende lijn in populariteit, aldus beide teamleden.

Colin: "Het primaire doel is dat we kinderen in beweging krijgen en houden. We zien dat het niveau van bewegen achteruitgaat, dus ieder uur dat we de jeugd aan het buiten spelen krijgen is meegenomen. De grote concurrenten waar we tegen opboksen zijn de mobiele telefoon en online gamen; kids moeten gewoon een doel hebben na schooltijd en dat bieden wij." Hillegom in Beweging streeft er bovendien naar een dusdanig goede relatie met de scholen, de vakleerkrachten en de verenigingen in de buurt te onderhouden, dat het team – als een spin in het web – gemakkelijk kan doorverwijzen naar sportaanbieders, of anderszins kan ondersteunen waar dat nodig is.

> *"Sport als middel."*

De maatschappelijke functie van de buurtsport-coaches is de laatste jaren echter steeds belangrijker geworden. Voor Paul is het zelfs de achterliggende reden om 'op de pleintjes' te staan: "Als je het vertrouwen van die kids eenmaal gewonnen hebt, dan hoor je pas echt de verhalen. Wie er gepest wordt,

Hoofdstuk 5 Hillegom | Sport op straat in Hillegom

hoe de thuissituatie is, wie er van het pad af dreigt te raken. En je hoopt dan dat je toch enige vorm van invloed hebt om ze de goeie kant op te krijgen. Je bent een bekend gezicht in Hillegom van wie ze hopelijk iets aannemen."

Colin: "Ik zelf heb niet de intentie om ze op te voeden in de twee uur die ik met ze heb, maar ik wil ze wel iets sociaals meegeven natuurlijk. Vaak bereik je met een beetje humor en wat bravoure toch het meest. En dreigen dingen echt uit de hand te lopen dan hebben we een direct lijntje met de wijkagent hier. De diversiteit van het werk is voor mij heel aantrekkelijk. Je kan sturen, iets betekenen in de ontwikkeling van een kind. En dat kan op sociaal maatschappelijk vlak zijn, maar juist ook op het gebied van motorische vaardigheden: als je ziet dat de motoriek van een kind achterblijft, dan ga je samen zoeken naar iets wat hij of zij leuk vindt. Daar doe ik het voor."

Paul: "Ik vind het mooi dat ik over straat kan lopen en constant 'Hey Paul!' om me heen hoor van de destijds 'moeilijke gevallen' die nu allemaal baantjes hebben. Dat je daaraan hebt kunnen bijdragen! Sport op straat is wat dat betreft voor mij echt de kers op de taart."

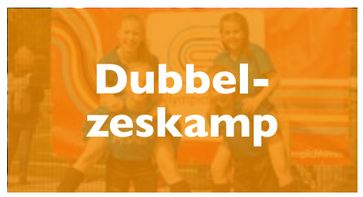
> *"Ik wil ze graag iets sociaals meegeven."*

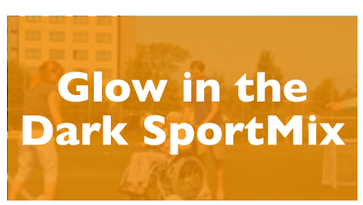
Velsen in het kort

CIJFERS

Scholen	29
Sportverenigingen	70

DIENSTEN | ACTIVITEITEN | THEMA'S





In de gemeente Velsen is SportSupport actief met de inzet van buurtsportcoaches in alle dorpskernen van de gemeente. De buurtsportcoaches richten zich met maatschappelijke projecten op het verbinden van de sectoren sport en onderwijs.

We organiseren de Sport TSO op scholen in Velsen, dit jaar is er gestart met een variant hierop, namelijk Move Mates. Op basisschool de Toermalijn hebben we een traject gegeven aan groep 8, deze kinderen zijn opgeleid tot speelpleincoaches. We zijn beweegkriebels gestart voor peuterspeelzaal de Vlinder in Velsen-Noord, met als doel de motoriek van kinderen tussen 2-4 jaar te verbeteren. Dit jaar hebben we Sportnite tijdens de herfstvakantie georganiseerd. Dit is het spel Fornite in het echt in sporthal Zeewijk, de Sportnite was erg snel uitverkocht.

We adviseren en ondersteunen de sportverenigingen in de gemeente Velsen, het speciale thema van dit jaar was rookvrij. Onder andere FC Velsenoord hebben we begeleid in het rookvrij maken van de vereniging. Tijdens het GIDS project hebben we dit jaar voor het eerst de MQ scan gebruikt om de motorische testen uit te voeren, basisschool de Pleiaden is er dit jaar extra bijgekomen. We zijn dit jaar bewegen op het schoolplein gestart, kinderen kunnen na schooltijd lekker sporten.

Kinderen bewust maken van hun eigen gezondheid

Jerry van Akkeren
Buurtsportcoach Velsen

Buurtsportcoaches kom je overal tegen in de regio Zuid-Kennemerland, Bollenstreek en IJmond. Het zijn professionals die in de wijk sport en bewegen versterken en verbinden.

Jerry van Akkeren is een van de buurtsportcoaches in gemeente Velsen met de focus op IJmuiden-Oost. Zijn baan als buurtsportcoach is heel divers. "Het is zoveel meer dan het geven van gymlessen. Het contact met kinderen, ouders en verenigingen. Maar ook het organiseren van kleine evenementen zoals de Mega SportMix en hele grote zoals onlangs de Koningsspelen. Daarnaast geeft ik kook- en sportlessen en Vallen & Opstaan. Je bent een verbinder in de wijk, voornamelijk tussen de scholen, kinderen en daarbij de ouders en de sportverenigingen. Ook ben ik actief met het ondersteunen van verenigingen waar nodig, denk hierbij aan ledenwerving of bij de voorbereidingen van schoolsporttoernooien. Echt een mooie combinatie." Trapt Jerry met een grote glimlach zijn verhaal af.

Dankbaar werk

"Ik vind het belangrijk om kinderen in beweging te brengen en te houden. Dat ze zich bewust bezig houden met hun eigen gezondheid en daardoor lekker in hun vel zitten. Het is zo mooi om te zien dat kinderen dankbaar zijn met wat je ze leert en aanbiedt. Ze rennen altijd enthousiast naar mij toe om een grote knuffel te geven of een high five. Je bent als buurtsportcoach maatschappelijk betrokken want het doel is toch om kinderen te stimuleren om gezonder te leven."

Koningsspelen en Playing for Succes

Trots is Jerry op de Koningsspelen die onlangs zijn georganiseerd. "Dit was wel een hoogtepunt. Zo gaaf om ruim 1100 kinderen te zien sporten en bewegen op het strand. Het was een flinke organisatie en als je nieuw bent in een team en je pakt dit samen met een collega op dan is het super tof dat het uiteindelijke resultaat ook is wat je had gehoopt." Vanuit Telstar thuis in de Wijk wordt een lessenreeks aangeboden voor 'Playing for Succes', Jerry heeft deze lessen gegeven. Een serie van 10 lessen waarin jongeren of basisschoolkinderen aan de slag gaan met hun eigen gestelde doelen door middel van sporten. "Je ziet aan het einde dat de kinderen gegroeid zijn in hun persoonlijke ontwikkeling bijvoorbeeld zelfverzekerder zijn, zekerder voor een groep staan of makkelijker contact maken. Daar doe je zo'n project voor."

> ***"Je ziet kinderen groeien in hun ontwikkkeling."***

> ***"Zelf ervaren wat sport en bewegen met je doet."***

Vallen & Opstaan

Ook wordt er op de scholen in Zeewijk aan alle kinderen van groep 1 t/m 4 het programma Vallen & Opstaan aangeboden. In 6 weken worden de kinderen getest op hun motoriek en vaardigheden. Jerry: "Het is aan de ene kant jammer dat dit nodig is maar wel ontzettend belangrijk dat dit gebeurd op deze jonge leeftijd. Zo ben je er op tijd bij om bij te sturen." Waar nodig worden kinderen doorverwezen naar een fysiotherapeut om de achterstand weg te werken.

Plezier staat voorop

"Bij alles wat je doet is het belangrijk dat kinderen zelf ervaren wat sporten en bewegen met ze doet. Ik probeer in mijn lessen altijd te laten zien waarom bewegen zo fijn is. Je moet niet vergeten om de lessen of oefeningen aan te passen aan het niveau van het kind. En te benadrukken dat het niet perfect hoeft te zijn. Als ze op hun eigen manier lekker in beweging zijn en een kind heeft plezier in datgene wat hij of zij doet dan is mijn missie geslaagd." sluit Jerry zijn verhaal af.

Het team in gemeente Velsen bestaat uit 8 medewerkers van SportSupport.

Real-Life Fortnite in sporthal Zeewijk

Ongeveer 200 kinderen uit de gemeente Velsen hebben op maandag 21 oktober meegedaan aan het spel Sportnite, een real-life game in de sporthal, gebaseerd op de populaire videogame Fortnite.

Sporthal Zeewijk stond volledig op zijn kop. De hele sporthal was volgebouwd met obstakels waarachter de kinderen zich konden verschuilen. Overal in de zaal lag munitie, zachte pijltjes die door middel van een NERF blaster gebruikt werden om de tegenstander mee te raken. Doel van het spel: als laatste speler of team overblijven. Victory Royaal!

Aan het spel waren bekende elementen van het videospel Fortnite toegevoegd. Zo was er de 'Storm': schermen in de zaal gingen omlaag waardoor het speelveld steeds kleiner werd en de kinderen dichter naar elkaar moesten bewegen. Hierdoor werd het een stuk lastiger om niet geraakt te worden. Daarnaast was er een Boogie bom, werd je geraakt door deze bal, dan moest je verplicht 10 seconde dansen en kon je eenvoudiger beschoten worden. Kinderen die af waren, moesten hun gevonden Blaster en munitie in het speelveld laten liggen en met de handen omhoog het veld uitlopen. Buiten het veld konden zij een extra 'leven' verdienen voor de volgende game.

Aan het einde van elke speelronde mocht de winnaar van het spel in de zaal achter blijven en meehelpen met het verstoppen van de beste Blasters. Zo was de winnaar in het voordeel, die wist namelijk meteen waar hij/zij de beste Blaster kon vinden.

Na 2 uur lang rennen, schieten en verstoppen gingen de kinderen met rode wangen, een bezweet lichaam en een voldaan gevoel weer naar huis. Deze jaarlijkse SportInstuif in de herfstvakantie was dit jaar voor het eerst in deze vorm. Deze Sportinstuiven worden georganiseerd door de buurtsportcoaches die bij SportSupport werkzaam zijn in gemeente Velsen.

Vol enthousiasme leerlingen zich op de Koningsspelen storten ruim 1100 de Pasapas tijdens in Velsen

“Kunnen we de dans aan het eind nog een keer doen?” Werd meteen gevraagd nadat de openingsdans, de Pasapas, klaar was. Toen wisten de kinderen nog niet dat ze daar aan het eind van de ochtend helemaal geen energie meer voor zouden hebben. Vrijdag 12 april waren weer de jaarlijkse Koningsspelen op het IJmuider Strand, recht voor Paviljoen Noordzee. Er deden in totaal zo’n 1100 kinderen van 6 verschillende basisscholen mee.

Rond 9:00 uur arriveerden alle deelnemers en begeleiding op het strand en stonden kort daarna te trappelen voor het podium voor de opening en natuurlijk de openingsdans. Nadat er door luid geschreeuw was vastgesteld dat iedereen van de Franciscus, de Zefier, de Origon, de Rozenbeek, de Toermalijn én het Kompas aanwezig was, ging de muziek aan en was duidelijk zichtbaar dat er vooraf veel aandacht was besteed aan de Pasapas. Vervolgens verplaatste iedereen zich naar het eerste spel. die verdeeld waren per groep. Op deze manier konden alle spelletjes aangepast worden op het niveau van de kinderen.

Tijdens de voorbereidingen van dit grote evenement zijn de buurtsportcoaches bijgestaan door 10 enthousiaste studenten van Inholland Sportkunde. Zij hebben de spellen bedacht en uitgewerkt. De begeleiding van de spellen op de dag zelf vond grotendeels plaats door de leerlingen van het Vellesan College, sportklas jaar 2. De organisatie is erg blij met deze hulp, want anders is een evenement zoals deze eigenlijk niet te realiseren. Ook de IJmuider Reddingsbrigade was aanwezig tijdens de Koningsspelen, zij verzorgden de EHBO én gaven ook 2 spellen. Gelukkig konden zij zich voornamelijk richten op het geven van de spellen, omdat er weinig ongelukjes waren.

Het programma voor de kleuters eindigde om 11:00 uur, de andere groepen hadden een programma tot 12:00 uur. Na iedere 20 min. klonk er een wisselsignaal en verplaatsten de groepen zich naar het volgende spel. Soms was het even zoeken naar de spellen, want i.v.m. vloed tijdens de opbouw moest de plattegrond iets aangepast worden.

Nadat het programma voor iedereen af was gelopen, was er nog de mogelijkheid om de dag met de Pasapas af te sluiten. Sommige gingen lekker naar huis, andere kinderen bleven nog lang staan bij het podium. Al met al kijkt de organisatie terug op een geslaagde ochtend.

“Kunnen we de dans nog een keer doen?”

Hoofdstuk 6 Velsen | Buurtsportcoach

Gezond in de Stad

Gezond In De Stad (GIDS) is een stimuleringsprogramma van SportSupport en Gemeente Velsen om gezondheidsachterstanden in IJmuiden Zee- en Duinwijk tegen te gaan. Het stimuleringsprogramma bestaat uit twee interventies: Vallen & Opstaan en Gezond leren Eten & Bewegen. Het project Vallen & Opstaan wordt ingezet om op jonge leeftijd motorische ontwikkeling te monitoren, mogelijke achterstanden te signaleren en voor-/vroegtijdig door te verwijzen naar specialistisch aanbod. Het project Gezond leren Eten & Bewegen biedt kinderen en ouders een educatief aanbod om kennis en praktijkervaring op te doen in gezonde voeding (kennis en het bereiden hiervan) in relatie tot bewegen.

Buurtsportcoach Jerry voert GIDS in IJmuiden uit onder de naam "Gezond en lekker in je vel in Duin- en Zeewijk. De projecten worden ingezet bij basisschool De Zefier, De Origon en De Pleiaden.

Vallen en Opstaan

Buurtsportcoach Jerry neemt twee keer per jaar de MQ scan af bij de drie basisscholen in Zee- en Duinwijk. De MQ scan is een beweegbaan die gebruikt wordt als screening om de motoriek van de kinderen in kaart te brengen. Aan de hand van de resultaten krijgen 12 kinderen uit groep 1/2 en 12 kinderen uit groep 3/4 in overleg met de vakleerkracht twaalf weken extra gymles.

De kinderen die hiervoor worden geselecteerd hebben vaak extra beweging nodig en/of specialistische hulp. In overleg met de groepsleerkracht en ouders worden de kinderen doorverwezen naar een kinderfysiotherapeut

Gezond leren Eten & Bewegen

Kinderen uit groep 5 t/m 8 krijgen de kans om buiten schooltijd meer te leren over voeding en beweging. Twee per jaar kunnen zij zich inschrijven voor het project. Aan de hand van het aantal inschrijvingen worden 12 kinderen wederom geselecteerd in overleg met de groepsleerkrachten. Kinderen waarvan bekend is dat ze vaak ongezond eten mee krijgen naar school krijgen voorrang op dit project. Tijdens het project leren gaan de kinderen een uur bewegen in de sporthal, waarbij ze spelenderwijs leren over de schijf van Vijf van het Voedingscentrum. Aansluitend krijgen de kinderen een uur les in koken, waarbij allerlei gezonde recepten worden gemaakt. Om dit project te doen slagen is ouderbetrokkenheid van groot belang. Er wordt een voorlichtingsavond georganiseerd voor de ouders en bij de laatste les gaan de ouders samen met de kinderen bewegen en koken. Afsluitend ontvangen de kinderen een mooi diploma. Het project duurt zes weken.

Hoofdstuk 6 Velsen | Gezond in De Stad

Niet roken in de buurt van kinderen

Jordy van Zaanen is buurtsportcoach in Velserbroek, Santpoort en Driehuis en richt zich op de sportstimulering van de basisschooljeugd.

De laatste jaren zijn er steeds meer verboden voor roken, zoals in de horeca, op treinstations, zwembaden, speeltuinen enzovoort. Ondertussen is deze regel voor de horeca al 10 jaar van kracht. Je kan je eigenlijk niet meer voorstellen dat je buurman in een restaurant gewoon een sigaret opstak aan tafel terwijl jij aan je hoofdgerecht begon. Het wordt naar mijn mening ook de hoogste tijd dat er op de sportverenigingen niet meer gerookt mag worden. Gelukkig zijn veel verenigingen al rookvrij of zijn ze van plan om rookvrij te worden. Wij gaan in de gemeente Velsen ook voor de 100% en stimuleren, adviseren en faciliteren verenigingen hierin.

Wat doet het met kinderen als volwassenen in hun buurt roken?

In de eerste plaats is meeroken voor kinderen erg slecht, vanwege de gezondheidsrisico's voor kinderen. Kinderen zijn erg kwetsbaar voor meeroken, omdat hun lichaam nog in ontwikkeling is. De duizenden verschillende chemicaliën en meer dan 70 kankerverwekkende stoffen in tabaksrook zijn ongezond voor kinderen die dit inademen. De longen van kinderen die meeroken ontwikkelen zich minder goed dan van niet-meerokende kinderen. Kinderen die regelmatig meeroken beginnen later vaker zelf met roken. Meerokende kinderen hebben tot wel 3 maal zo'n grote kans op longkanker. Kinderen kijken niet alleen naar het voorbeeld van hun ouders. Maar ook zijn andere volwassenen een voorbeeld voor een kind. Kinderen kopiëren gedrag van volwassenen en jongeren waar ze tegenop kijken. Als kinderen hun 'voorbeeld' zien roken lijkt dat voor hun normaal en vaak zelfs aantrekkelijk om later ook te doen. Dit is naar mijn idee de belangrijkste reden voor een rookverbod op sportverenigingen.

Sporten en roken

Het is natuurlijk een vreemde combinatie sporten in de rook van volwassenen. Kinderen die bijvoorbeeld op zaterdagochtend fanatiek een wedstrijdje voetbal spelen en ouders staan langs te lijn te roken. Dat klopt natuurlijk niet. Gek eigenlijk dat het op het plein van een basisschool een soort van ongeschreven regel is dat je daar niet rookt en dat het wel 'normaal' is langs de lijn. Veel verenigingen denken dat ze op weerstand stuiten bij de leden maar het tegenovergestelde is waar. Naast de leden willen ook graag de ouders lang de lijn de jeugd het goede voorbeeld geven dat roken niet normaal is. Het is samen met het bestuur, de vereniging met al haar leden en de supporters langs de lijn gewoon een kwestie van het goede voorbeeld geven. Dat kunnen we in Velsen toch ook?

Een feit: 8 op de 10 Nederlanders geeft aan dat ze graag willen dat sportverenigingen waar kinderen komen rookvrij zijn. Sporten is gezond voor kinderen, hier hoort meeroken op de sportvereniging echt niet bij!

De stormbaan en opblaasdier Dubbel6Kamp

Zoals de jaren de daarvoor was er ook in 2019 weer een Dubbel6Kamp! In totaal 676 kinderen van groep 3 t/m 8 kwamen in actie verdeeld over 2 dagen en 4 dagdelen. Tijdens de Dubbel6Kamp worden er 6 spellen gespeeld waarbij de teams het steeds tegen elkaar opnemen. Het evenement wordt nu sinds 2 jaar georganiseerd door de buurtsportcoaches van Velsen, echter was 2019 al de 46e editie van de Dubbel6Kamp. Een ware traditie dus in de gemeente Velsen.

Alle spellen worden gespeeld op tijd, waarbij er binnen die 20 min. zoveel mogelijk punten moeten worden gescoord. Bij de jungle run moeten de kinderen zo vaak mogelijk over de baan, bij het varken moeten ze zoveel mogelijk tennisballen naar de andere kant brengen, via de mond van het varken en bij de flitsende pionnen moeten er zoveel mogelijk lichten gedoofd worden. Naast een beker voor het team met de meeste punten besteden we tijdens dit evenement ook altijd veel aandacht aan fair play en verkleden. Er is dan ook een beker te verdienen als teams laten zien dat ze hier moeite voor doen.

De Dubbel6Kamp zou niet kunnen bestaan zonder de inzet van verschillende vrijwilligers. Zo is er in Velsen een goede samenwerking met het Vellesan College en kunnen we op veel ondersteuning rekenen vanuit leerlingen van de sportklassen. Twee studenten van het Cios hebben ondersteund bij het organiseren én uitvoeren van het evenement binnen hun 3e jaars stage. Ook hebben we hulp gekregen van 4 leerlingen van het Mendel die hun meeloopstage volbrachten door 2 dagen te ondersteunen. Per dag konden we rekenen op ongeveer 20 vrijwilligers. Daarnaast zijn er nog de zaalbeheerders, de mensen van Sportcafé Nol en de eerstehulpverleners van het Rode Kruis. De Albert Heijn in IJmuiden sponsort het evenement in de vorm van het leveren van groente en fruit voor alle deelnemers.

Ieder jaar zijn er bekende onderdelen binnen dit evenement, echter proberen we ook te vernieuwen. Zo zullen er elke editie een stormbaan en opblaasdier komen en zullen de andere spellen ieder jaar wisselen.

EVENEMENTEN

De evenementen van SportSupport vierden in 2019 feest, er waren namelijk maar liefst drie jubilea te vieren! Zo organiseerde SportSupport De ZorgSpecialist Grachtenloop voor de 25ste keer, vierde de Teva Halve van Haarlem haar 35ste verjaardag en werd het ultieme familie evenement de Heemstede Loop een echte 10-er!

Deze hardloopevenementen vallen allemaal onder het RSM Loopcircuit, powered by Run2Day Haarlem. In 2019 bestond het Loopcircuit uit maar liefst zes evenementen. Naast de HUGO BOSS Letterenloop werd ook de Weleda Pim Mulierloop voor de 79ste keer georganiseerd en keerde de Pierloop Velsen terug in het Loopcircuit. .

Elk evenement heeft zo zijn eigen charmes, zo staat de HUGO BOSS Letterenloop bekend om het altijd uitdagende kopje van Bloemendaal, is De ZorgSpecialist Grachtenloop de gezelligste loop op de vrijdag avond, de Pierloop het loopevenement in de IJmond en is de Teva Halve van Haarlem het parade paardje voor de 'echte' hardlopers die de hele zomer hebben getraind voor DE Halve Marathon. En als kers op de hardlooptaart sluiten we af met de Heemstede Loop met een prachtig parcours door het Groenendaalse Bos.

RSM Loopcircuit

De winkel van Run2Day Haarlem stond zaterdagmiddag 7 december in het teken van de uitreiking van het RSM Loopcircuit powered, by Run2Day Haarlem. De snelste lopers werden gehuldigd en twee prijswinnaars die via loting aan tenminste vier van de zes hardloopevenementen uit het loopcircuit hebben meegedaan.

De snelste man op de 10km was dit jaar Sander van den Belt. De snelste dame op de 10km was Lineke Kroon. De winnaars van de 5km zijn Jessie Geels en Menno Schouten. Het eerste stel dat samen een afstand wint van het Loopcircuit. Een primeur dus!

De winnaars van de loting waren Sofie van der Hijden en Wouter Hamann. Alle winnaars ontvingen een cheque van Run2Day Haarlem en een prachtige bos bloemen. Na de prijsuitreiking werd er meteen naar hartenlust geshopt in de winkel.

79ste Krinkels Pim Mulierloop

Bij deze 79ste editie van de Pim Mulierloop is het weer gelukt om een mooie hoofdsponsor te vinden en we hopen op een mooie samenwerking met het bedrijf Krinkels. Krinkels is een totaal aannemer op het gebied van Groen, Infra, Water en Sport. Goed passend bij een evenement zoals de Pim Mulierloop. Run2Day was als subsponsor ook betrokken bij dit evenement.

Op zondag 12 mei was het zover. Wellicht doordat het ook Moederdag was, viel de opkomst toch wat tegen. Het aantal deelnemers liep ten opzichte van vorig jaar terug. De Pim Mulierloop heeft wel wederom geluk met mooi droog loopweer! Er kon weer heerlijk genoten worden van de prachtige groene omgeving langs de duinrand en die van het Landgoed Duin- en Kruidberg.

Als organisatie zijn we erg blij dat Natuurmonumenten dit prachtige natuurgebied voor onze deelnemers openstelt! Onderweg werden de lopers opgezweept door een slagwerkgroep en een funorkest van Soli. Op de atletiekbaan van AV Suomi werd iedereen verwelkomd door speaker Jan van der Meulen en de muziek van DJ Jara. Voor elke deelnemer was er na de finish een prachtige medaille.

De Pim Mulierloop was in 2019 het eerste evenement van het RSM Loopcircuit, powered by Run2Day Haarlem.

79ste Krinkels Pim Mullierloop in cijfers

Totaal aantal deelnemers	529
1200m jeugdloop	50
5 km	132
10 km	210
16,1 km	137

De meest tropische editie ooit van de HUGO BOSS Letterenloop

Op de eerste tropische dag van het jaar, tevens de warmste 2 juni ooit gemeten, hebben meer dan 1400 lopers de HUGO BOSS Letterenloop voltooid. Dankzij extra waterposten met natte sponsen en de tuinsproeiers van inwoners van Bloemendaal en Haarlem was de loop voor alle deelnemers een groot succes.

Van tevoren waarschuwden de media voor hoge temperaturen, maar geen van de lopers is in de problemen geraakt. Veel schaduw in het lommerrijke Bloemendaal en kinderen die langs het parcours de sponsen voor alle renners opnieuw in het water dompelden, iedereen deed extra zijn best om de TOKO NINA 5 km en de 10 kilometer tot een goed einde te brengen.

De 10 km renners werden in het Openlucht theater Caprera muzikaal verrast door Gitaarlemmers. En later in het parcours werden ze onthaald door Sport DJ Kes en een doedelzakspeler.

Het middenterrein van de IJsbaan van Haarlem was wederom het gezellige hart waar iedereen elkaar voor en na de wedstrijd kon ontmoeten. Vooral de ijskraam kon op veel klandizie rekenen. Alle kinderen wilde op de foto met Dikkie Dik en de photobooth draaide overuren.

Daan Opperhuis en Jolijn Swager lieten zich niet gek maken door de warmte en werden Duinpaviljoen de Uitkijk King en Queen van 't Kopje van Bloemendaal. Lucas Nieuweboer was de snelste op de 10 kilometer in ruim 31 minuten. Voor die geweldige prestatie kreeg hij een kledingcheque van hoofdsponsor HUGO BOSS. Bij de vrouwen mocht Hannah Olbrond de cheque

van Run2day hardloop winkel te Haarlem in ontvangst nemen. Bij de TOKO NINA 5 km run waren Jay Sauer en Jessie Geel de sterksten. Bij de 201 Fysiosport KidsRun kwamen Boas Smits en Lilian van der Ent als eersten over de finish en bij de Gottmer Dikkie Dik FunRun gingen Cas Groothuisjes en Lyzz met de grootste bekers naar huis. De Julianaschool kwam als winnaar bij de scholen uit de bus. Deze school krijgt van boekhandel De Vries Van Stockum een mooi boekenpakket.

Frank van der Endt: "Op zaterdag voor de loop waren er signalen om de Letterenloop wellicht af te lasten, maar dankzij de inzet van veel vrijwilligers en vooral ook de tuinsproeiers van mensen uit Bloemendaal en Haarlem, is het geweldig verlopen. Het is bijzonder dat dit evenement voor jong en oud steeds weer zo vrolijk en ontspannen verloopt. We zijn bijzonder trots op ons goede doel, Run4Schools. We putten stuk voor stuk heel veel inspiratie en energie uit het feit dat we én kunnen bijdragen aan vitaliteit middels het organiseren van een mooi hardloopevenement én kinderen in de armste en moeilijkste wijken van de wereld kunnen helpen. Run4Schools is dan ook niet weg te denken bij de HUGO BOSS Letterenloop. De bijdragen van onze sponsoren en partners maken het mogelijk dit evenement zo professioneel en succesvol te organiseren. Wij zijn hen daarvoor zeer dankbaar".

HUGO BOSS Letterenloop in cijfers

Totaal aantal deelnemers	1351
Deelnemers HUGO BOSS 10 KM	816
Deelnemers Rexel 5 KM	309
Deelnemers Gottmer Kidsrun	145
Deelnemers DikkieDik Funrun	81
Aantal bedrijventeams	31
Aantal vrijwilligers	200

Een zonovergoten De ZorgSpecialist

De 25e editie van De ZorgSpecialist Grachtenloop is er een om nooit te vergeten. Alle 4100 deelnemers werden langs het parcours opgezweept door veel muzikanten en dj's en aangemoedigd door het grote toegestroomde publiek. De bedrijventeams waren dit jaar wederom snel uitverkocht. De 109 teams verzamelden zich in de Philharmonie en waren een enthousiast publiek langs het parcours in de Lange Begijnestraat.

De kinderen waren dit jaar ook goed vertegenwoordigd. Er deden ruim 400 kinderen mee. Vanuit de hoofdsponsor De ZorgSpecialist hebben meer dan 100 collega's, partners en relaties dit feestje meegevierd. Een bijzonder moment voor Jan Duijksterhuis en Gerrit Lightenberg. Jan heeft alle edities van de Grachtenloop meegedaan en Gerrit omdat hij voor de 25e keer betrokken is bij de organisatie van dit evenement. Beide mannen werden hiervoor gehuldigd.

De route ging dit jaar door prachtige pittoreske straatjes, langs bijzondere kerken en het Teylers en Frans Hals museum. Een groot plezier voor alle lopers om door al die enthousiaste toeschouwers te worden aangemoedigd. Naast de vele toeschouwers hadden was er volop uitgepakt met muziek. Zo stonden de Schuimkragen op de Bakenessergracht, DJ Flyon op het Klokhuisplein en Kenamju met een spinning Marathon en stal van Kessel Live en DJ Jara de show op het grote podium op de nieuwe Gracht. Deze muziek gaf de deelnemers vleugels tot de finish.

De Gemeente Haarlem heeft SportSupport een begeleidingstraject aangeboden in samenwerking met Green Events om De ZorgSpecialist Grachtenloop te verduurzamen. Verschillende partners hebben hun steentje hieraan bijgedragen. Zo kregen deelnemers bij de finish een bidon van suikerriet aangeboden door De ZorgSpecialist. 361 Degrees heeft een shirt laten maken gemaakt van gerecycled nylon. Bij de verzorgingsposten stonden De Groene Muggen iedereen met veel enthousiasme aan te moedigen.

Op de 5 en 10 km zijn mooie tijden neergezet. Menno Schouten kwam bij de 5 km in een tijd van 16:10 minuten over de finish en de snelste dame was Jessie Geel in 18:43 minuten. Christiaan Bosselaar won voor het eerst De ZorgSpecialist Grachtenloop op de 10 km. Hij was bij de mannen op deze afstand absoluut de snelste met een tijd van 31:58 minuten. Natasja Schippers won voor de derde keer en kwam op de 10 km als snelste vrouw over de finish in 39:14 minuten.

25ste editie van Grachtenloop

De ZorgSpecialist Grachtenloop in cijfers

Totaal aantal deelnemers	4000
Deelnemers op de 10 KM	1600
Deelnemers op de 5 KM	1825
Deelnemers Kidrun	500
Aantal Bedrijventeams	110

27ste editie van de Pierloop Velsen

Foto: Ton van Steijn

Op 8 september 2019 ging de 27e editie van de Pierloop Velsen voor het eerst van start vanaf de Kennemerboulevard in IJmuiden aan Zee. Na een afwezigheid van 2 jaar was de loop in 2018 al teruggekeerd op de hardloop kalender, mede dankzij de steun van een nieuwe hoofdsponsor: Cornelis Vrolijk BV.

De nieuwe start- en finishlocatie was in 2019 direct gelegen naast het Apollo Hotel IJmuiden Seaport Beach, waar naast het afhalen van de startnummers en de na-inschrijving, ook de businessparty voor teams van de businessloop plaats vond. Door de verhuizing naar deze nieuwe locatie moesten er ook nieuwe parcoursen samengesteld worden en een flink deel van de deelnemers was hier na afloop zeer positief over. Naast de nieuwe lokatie is de Pierloop toegetreden tot het RSM Loopcircuit met diverse andere bekende hardloop evenementen uit de regio.

Foto: Ton van Steijn

Foto: Ton van Steijn

Foto: Ton van Steijn

Een belangrijk onderdeel van de Pierloop Velsen is de Scholenloop, met als doel de jeugd van de gemeente Velsen in beweging te krijgen en te houden. De gemeente Velsen en SportSupport steken hier ook veel tijd en moeite in. Doel in 2020 is om nog meer scholen, en dus kinderen, te laten deelnemen aan de Pierloop Velsen en het aantal van ruim 300 kinderen te gaan overtreffen.

Helaas zat het weer in 2019 niet mee, het was fris en bij de start van de 15 kilometer begon het ook nog eens behoorlijk te regenen, waardoor de prachtige locatie bij de jachthaven niet helemaal tot zijn recht kwam. De organisatie hoopt dat het weer het evenement in 2020 niet in de steek zal laten en dat de positieve reacties van deelnemers na afloop het deelnemersveld in 2020 ruim over de 1000 zal gaan tillen.

Foto: Ton van Steijn

Pierloop Velsen in cijfers

Totaal aantal deelnemers	880
Aantal deelnemers 850 meter Guppenloop	174
Aantal deelnemers 2400 meter Jeugdloop	143
Aantal deelnemers 5 kilometer	153
Aantal deelnemers 10 kilometer	194
Aantal deelnemers 15 kilometer	216

teva trotse sponsor van de Halve van Haarlem

Teva is in Nederland de grootste leverancier van medicijnen. Hun missie, om te zorgen dat patiënten gezonder worden of de kwaliteit van leven verbetert, sluit perfect aan bij 'een leven lang gezond actief' van SportSupport.

Rene Klasen is binnen Teva verantwoordelijk voor het Global Communicatie & Brand in de Benelux en Francien Mooijekind is Manager Marketing Communicatie voor de Nederlandse markt. Beiden werken al 32 jaar met heel veel plezier bij Teva. Teva heeft zijn roots in Haarlem. Al vanaf 1946 produceren en verkopen ze medicijnen. Er zijn in de loop der jaren een aantal andere namen voorbij gekomen maar sinds 1998 is het onderdeel van Teva en levert het bedrijf medicijnen waarvan het patent is verlopen (generieke medicijnen) en medicijnen waarop nog een patent rust. Wereldwijd is Teva de grootste leverancier van generieke medicijnen. In Haarlem heeft Teva maar liefst 550 medewerkers werken op kantoor en in de fabrieken die gevestigd zijn in de Waardepolder. Daarom zijn wij als SportSupport ook mega trots op deze samenwerking met zo'n mooi Haarlems bedrijf.

"Het idee begon met een bericht in het Haarlems Dagblad" begint Rene te vertellen. "Ik las een artikel over SportSupport dat de Halve van Haarlem op zoek was naar een nieuwe hoofdsponsor. Dit was voor ons een uitgelezen mogelijkheid om via dit hardloopevenement te vertellen wie Teva is en wat wij doen. Echt mooi om als puur Haarlems bedrijf ook een bekend Haarlems evenement te sponsoren." "Het sluit daarnaast heel goed aan bij het brand plan dat we vorig jaar uitgerold hebben" vult Francien aan. "De naam Teva en het logo in een nieuw jasje wilden we graag als eerste in de regio Haarlem en Zuid-Kennemerland onder de aandacht brengen."

Teva kijkt heel positief terug op het eerste jaar van deze samenwerking. Met heel veel leuke reacties van medewerkers en uit de regio. Francien: "Je stond als loper of als vrijwilliger van Teva die dag echt letterlijk midden in het evenement. Iedereen was laaiend enthousiast. Wij hebben echt veel lol gemaakt, dat het nat was buiten was maar een bijzaak." Er deden vanuit Teva 55 medewerkers mee, verdeeld over de verschillende afstanden. "Iedereen leefde met elkaar mee. Ondanks de regen stonden alle collega's bij de finish om de laatste loper van Teva binnen te halen. Echt een figuurlijk warm en letterlijk sportief Teva feestje." Vult Rene aan met een glimlach. Want in 2019 was het qua weer wel de natste en onstuimigste editie ooit.

"Blij dat wij in 2020 weer naamgevend hoofdsponsor zijn."

Ook in 2020 is het weer de Teva Halve van Haarlem. Rene: "Toen de directie dit op de nieuwjaarsreceptie bekend maakten begonnen de medewerkers spontaan te applaudisseren. Een mooier compliment kun je niet krijgen van je mensen. Ze zijn samen met ons trots op zo'n samenwerking. In 2019 hebben we qua communicatie meegelift op de rug van SportSupport maar dit jaar gaan we er zelf veel meer ruchtbaarheid aan geven, extern maar ook intern. Echt blij dat wij in 2020 weer naamgevend hoofdsponsor zijn."

Teva heeft sport en bewegen altijd al hoog op de agenda staan. Dit blijkt wel uit de verschillende sportmogelijkheden die door het jaar heen worden aangeboden. Francien: "Jaarlijks organiseren wij de Teva Sportdag waar we op het strand een zeskamp doen. Dit is elk jaar weer een sportief en gezellig feestje. We hebben een succesvolle 'I Feel Fit' campagne gelanceerd waar medewerkers met een personal coach aan de slag gingen om bijvoorbeeld meer te bewegen, gezonder te eten of met de mentale gezondheid aan de slag te gaan. Daarnaast organiseert de personeelsvereniging ook sportieve activiteiten en hebben we een gezonde kantine. Want wij vinden het belangrijk om gezonde en fitte medewerkers te hebben." "Ook daarom is deze samenwerking een mooie aanvulling en past het goed in onze normen en waarden als bedrijf", sluit Rene af.

35ste editie Teva Halve van Haarlem, één om nooit meer te vergeten!

Het was afgelopen zondag weer één groot hardloopfeest op en rond de Grote Markt in Haarlem. Na 15 jaar prachtig zonnig weer te hebben gehad, waren de weergoden afgelopen zondag iets minder in ons voordeel. Maar de vele regen en de krachtige wind weerhield ruim 4000 lopers er niet van om toch te starten. Dit jaar voor het eerst na 34 jaar niet over het Houtmanpad, door de vele regen was dit pad helaas onbegaanbaar geworden en hebben we een alternatieve route gelopen.

Voor de 35e keer viel hier het startschot van de Teva Halve van Haarlem. Dit jaar stond de halve marathon als eerste op het programma. Om 11.15 uur starten bijna ruim 1700 hardlopers op een uitdagend en prachtig parcours, o.a. dwars door de Haarlemse binnenstad en de Zandvoortse duinen.

In totaal mocht de organisatie ruim 4000 deelnemers verwelkomen. Zo'n 600 jonge deelnemers namen deel aan de 2 kinderlopen die steevast veel leuke reacties oproepen bij het in grote getalen aanwezige publiek. Ook de 5 km en de 10 km mochten zich verheugen op aandacht van heel veel familie en vrienden die ondanks de regen toch langs het parcours hun geliefden aan stonden te moedigden.

Voor, tijdens en na de Teva Halve van Haarlem zijn elke editie meer dan 300 vrijwilligers in touw. Zij verzorgen de startnummers, bemannen de waterposten, staan langs het parcours als verkeersregelaar, zijn betrokken bij kledinginname, verzorgen de EHBO en nog veel meer. En trouw dat ze zijn… Zo staat bij de ingang van de startvakken op de Grote Markt onze super vrijwilliger Gerrit Ligtenberg, die al sinds 1985 betrokken is bij de Halve van Haarlem, voorheen Trosloop.

Geweldig om als organisatie zulke betrokken vrijwilligers te hebben. Naast deze goede verzorging werden de deelnemers langs het parcours ondersteund met muzikale beats van verschillende DJ's en dweilorkesten.

De locatie van de bedrijvenloop letterlijk en figuurlijk midden in het hart van Haarlem. Alle bedrijven werden welkom geheten in de Refter, een prachtige hofje dat onderdeel uitmaakt van het Stadshuis op de Grote Markt en daarmee dus direct gelegen is bij de start/finish locatie. Winnende teams van de verschillende bedrijvenloop afstanden werden hier verzorgd, passend gehuldigd en voorzien van prijzen verzorgd door partner 361°.

Op alle afstanden werden scherpe tijden neergezet. Ronald Schröer ging bij de mannen als eerste over de finish, hij liep de halve marathon in een tijd van 1:07:45. De snelste vrouw op deze afstand was Lineke Kroon met een tijd van 1:26:27. Bij de 10 km was Marco van Erp het snelst (34:02) en bij de vrouwen Jolijn Swager (40:16). Op de 5 km heren werd een razendsnelle tijd neergezet door Menno Schouten, al na 14:50 passeerde hij de finish. Bij de vrouwen had Luna van Daal met 16:18 een super snelle tijd.

Al met al een fantastische editie van Haarlems mooiste in de nazomer, of kunnen we beter zeggen Haarlems mooiste in het eerste Herfstachtige weekend?

Teva Halve van Haarlem in cijfers

Totaal aantal deelnemers	4043
Aantal deelnemers halve marathon	1749
Aantal deelnemers 10km	1025
Aantal deelnemers 5km	309
Aantal kinderen	331
Kabouterloop	257
Totaal aantal bedrijventeams	68
Aantal vrijwilligers	350

10e Heemstede Loop, voor Heemstede en een hardloopfeest omstreken

“Wat een heerlijk parcours en wat een genot om aangemoedigd te worden door de vele toeschouwers.” Dit is een van de complimenten van de hardlopers aan de 10e editie van de Heemstede Loop afgelopen zondag 27 oktober.

“Een geslaagde editie met ruim tweeëntwintig honderd deelnemers, zo’n duizend mensen langs het parcours en ruim honderd vrijwilligers. De 10de editie van de Heemstede Loop was een waar loopfestijn. De dag begon vroeg en fris voor de opbouw. Uiteindelijk werd het schitterend hardloop weer.

De route van de Heemstede Loop ging zoals vanouds weer over de mooie Vrijheidsdreef. Een Heemstede Loop met herfstig karakter, door het Groendaalse bos en de ‘oude’ wijken van het dorp. Alle afstanden starten en finishen op de Sportparklaan in Heemstede. De deelnemers kregen langs het parcours een extra boost door DJ Flyon en het Klijn Örkest op het Wilhelminaplein.

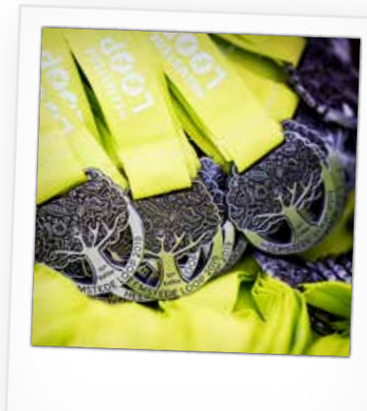
De Les Petit FamilyRun van de Heemstede Loop zijn voor de 750 deelnemende leerlingen van de scholen het jaarlijkse hoogtepunt. De scholenbokaal werd voor de vierde keer gewonnen door basisschool de Evenaar met. Dit jaar was het extra spannend omdat verschil met de Icarus maar 2% was.

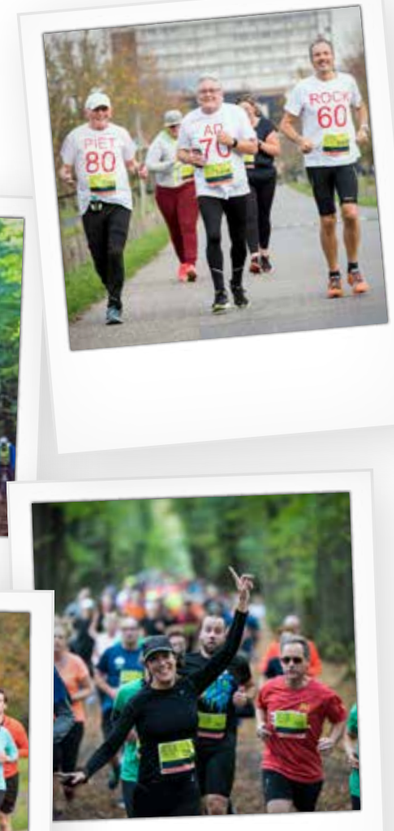
Door het heerlijke weer werden er snelle tijden neergezet. Evelien Hupkens won de 10 km met een eindtijd van 39:12. De 10 km bij de mannen was een ware zegetocht voor Dominic Bersee met 32:09 op de klok. Op de Run2Day 5 km bij de dames won Merel van der Marel in een eindtijd van 17:50. Bij de heren eindigde Edwin de Vries met een nieuw parcours record op de eerste plaatst met een tijd van 15:47.

HBC tennis was ook dit jaar het decor voor de bedrijvenloop. De bedrijvenloopteams hebben genoten van een fantastisch evenement met Sportplaza Groenendaal bij de Run2Day 5 km en Spaarne lopers de 10 km als terechte winnaar.

Heemstede Loop in cijfers

Totaal aantal inschrijvingen	2400
Les Petits Familyrun	1043
Run2Day 5km	823
Aantal deelnemers 10km	506
Totaal aantal scholen	8
Totaal aantal bedrijventeams	15
Aantal vrijwilligers	50





SPORTSUPPORT
LOOPCIRCUIT

19 APRIL KRINKELS PIM MULIERLOOP (EDITIE 80)

07 JUNI HUGO BOSS LETTERENLOOP

03 JULI DE ZORGSPECIALIST GRACHTENLOOP

13 SEP. PIERLOOP VELSEN

27 SEP. TEVA HALVE VAN HAARLEM

25 OKT. HEEMSTEDE LOOP

Organisator SportSupport Een leven lang gezond actief

RUN4DAY HAARLEM

Sport- en Beweegkliniek sportgeneeskunde

SportSupport Een leven lang gezond actief

Henk van Turnhoutpad 1
2034 JL Haarlem
www.sportsupport.nl

SportSupport
Een leven lang
gezond actief