

GEMEENTE STEIN

rapportage 2019

ECS PLORE
Educatie | Cultuur | Sport



OP WEG NAAR EEN GEZONDE, ACTIEVE & SOCIALE BUURT

Voor u ligt de inhoudelijke rapportage 2019. Wij informeren u over de gedane inspanningen, belangrijke ontwikkelingen en behaalde resultaten in 'uw' gemeente.

Naast inhoudelijke informatie geven we u ook beknopt inzicht in een aantal belangrijke cijfers met betrekking tot de rapportageperiode. We lichten ontwikkelingen en signalen toe en ter afsluiting blikken we kort vooruit op 2020. Onder andere ten gevolge van wensen en behoeften van onze doelgroepen en netwerkpartners ontwikkelt onze inzet, natuurlijk binnen de kaders die we vanuit u als gemeente en wettelijk als stichting dienen te bewaken.

SMART AND FIT

4-12
JAAR

Smart and Fit richt zich op de universele preventie bij kinderen, leerkrachten en ouders en is daarom een programma voor iedereen! Kinderen in het primair onderwijs komen zowel voor, tijdens en na schooltijd via 8 bouwstenen in aanraking met een gezonde leefstijl. Onderwerpen als gezonde voeding, bewuste keuzes maken en sport en (meer) bewegen komen tijdens de themaweek op school aan bod.

**ALLE SCHOLEN IN DE
GEMEENTE STEIN DOEN MEE!**

8 BOUWSTENEN



**GEMIDDELD 67,90% VAN DE KINDEREN
IN DE GEMEENTE STEIN IS GETEST.**

PERCENTAGE GETEST VOOR DE FITTESTEN*:

BS. Kerensheide Stein	67,44 %
IKC de triviant Stein	62,92 %
BS de Avonturijn Berg a/d Maas	74,17 %
OBS de Maaskei Stein	61,43 %
OBS de Maaskei Urmond	51,09 %
KC Aelse Elsloo	79,50 %

* berekend op basis van het aantal toestemmingsverklaringen t.o.v. het totaal aantal kinderen per school.



AANTAL
ACTIVITEITEN

AANTAL
DEELNEMERS

Activiteit

Fittesten	6	916
Sportieve opstart	52	13.636
Gezonde gastlessen	61	1.438
Ondersteuning gymlessen	74	1.586
Ouderparticipatie	7	134
TOTAAL	200	17.710



AANTAL
ACTIVITEITEN

AANTAL
DEELNEMERS

Overige ondersteuning

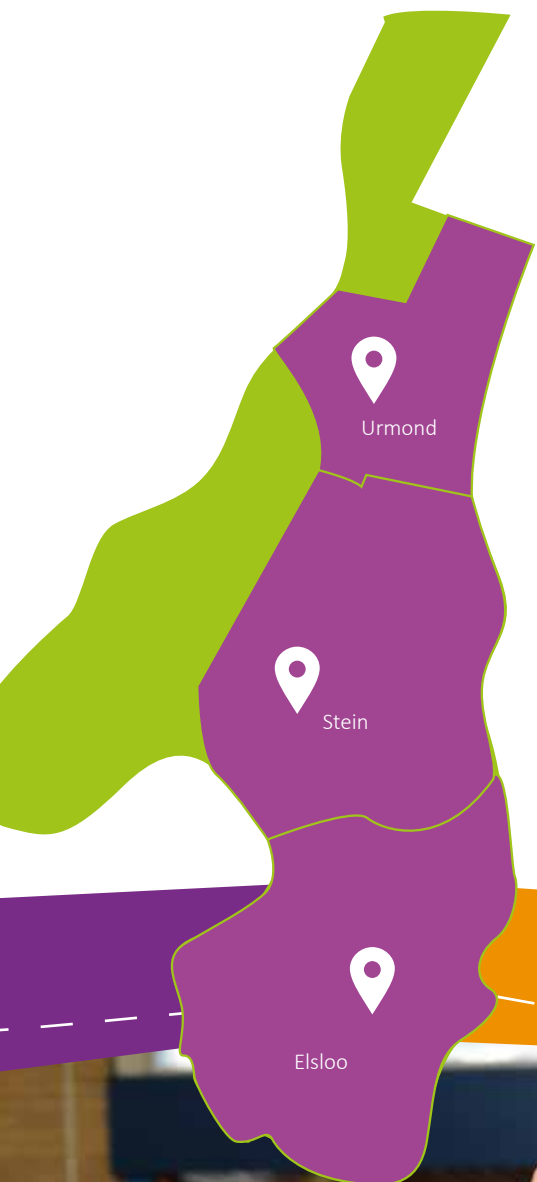
Overleg gezonde school	4	16
Afstemmingsoverleg	2	12
TOTAAL	6	28

Samenwerkingspartners

- KC Aelse Elsloo
- IKC de triviant Stein
- BS Kerensheide Stein
- OBS de Maaskei Stein
- OBS de Maaskei Urmond
- BS Avonturijn Berg aan de Maas
- MIK Kinderopvang
- GGD

BUURT IN ACTIE

Met wijkgerichte sport- en beweegactiviteiten biedt Ecsplora extra, kwalitatieve beweegmomenten op of dichtbij school. Wekelijks is er per kern 1 beweegactiviteit voor groep 1 en 2 én 1 activiteit voor groep 3 t/m 8.



	AANTAL ACTIVITEITEN	AANTAL DEELNAMES
Stein groep 1 en 2	19	141
Stein groep 3 t/m 8	17	199
Elsloo groep 1 en 2	19	98
Elsloo groep 3 t/m 8	18	320
Urmond groep 1 en 2	23	231
Urmond groep 3 t/m 8	23	312
TOTAAL	119	1.310



GEZOND IN ACTIE

Het naschoolse programma Gezond in Actie is een lichte, kortdurende, gecombineerde leefstijlinterventie voor kinderen van 8 t/m 12 jaar, specifiek gericht op een gezonde leefstijl waarbij met name voeding en gedrag centraal staan. Met dit aanbod kunnen we kinderen bereiken met een licht verhoogd risico op overgewicht en/of kinderen met (licht) overgewicht. Ook kinderen die niet tot deze doelgroepen behoren, kunnen preventief deelnemen aan Gezond in Actie.



3

bijeenkomsten

12

deelnemers per bijeenkomst

thema's:

- gezonde traktatie
- topsport
- kookworkshop
Kerstmaaltijd

Vooruitblik

- In 2020 worden 4 bijeenkomsten georganiseerd.



Samenwerkingspartners

- Stichting Dorpsdagvoorziening Bie Gerda
- Jumbo Stein



VAKANTIE IN ACTIE

4-12
JAAR

In de schoolvakanties organiseert Ecsplora sport-, beweeg- en cultuuractiviteiten voor kinderen van 4 t/m 12 jaar. We bieden daarbij een programma aan met name voor kinderen van 6 t/m 12 jaar in de Westelijke Mijnstreek; soms organiseren we aparte activiteiten voor de kinderen van groep 1 en 2. De uitvoeringslocaties verschillen per vakantie. Tijdens Vakantie in Actie brengen we lokale sportverenigingen, cultuur- en muziekaanbieders (nogmaals) onder de aandacht van de kinderen en hun ouders.

	AANTAL ACTIVITEITEN	AANTAL DEELNAMES
MeiXperience Steinerbos	1	90
HerfstXperience in Sporthal Merode	1	51
TOTAAL	2	141



EVENTS IN ACTIE

4-12
JAAR

Ecsplora organiseert verschillende events, zoals de Sportweek en Pietengym. Daarnaast adviseren we op maat onze partners met betrekking tot de organisatie en coördinatie van de evenementen. Dankzij de inzet van de materialen uit onze beweeg-o-theek kunnen partners hun eigen activiteiten beweegvriendelijker en aantrekkelijker maken.

	AANTAL ACTIVITEITEN	AANTAL DEELNEMERS
Sportweek gemeente Stein	3	1.438
Nationale Straatspeeldag	4	225
Pietengym	1	100
TOTAAL	8	1.763

“Waarom moeilijk doen als het samen kan...”

Dennis Caris, CIOS

Samenwerkingspartners

- CIOS Sittard
- Diverse buurtverenigingen

IEDEREEN KAN SPORTEN

Regioconsultent

De gemeenten Stein, Sittard-Geleen en Beek vinden het belangrijk dat meer mensen met een beperking worden gestimuleerd om te gaan én te blijven sporten en bewegen. Daarom hebben ze in regionaal verband afgesproken om een regioconsultent Iedereen Kan Sporten (IKS) in te zetten. De regioconsultent is 1 juni 2019 gestart.

De regioconsultent werkt samen met zorginstellingen, kennisinstellingen en verenigingen; ook is er een nauwe samenwerking met o.a. de verenigingsondersteuners en de sportpedagoog van Ecsplora, Sportlandgoed de Haamen, het TAS en vele andere maatschappelijke partners.

Doelstellingen van IKS en behaalde resultaten

- 1** Toename van het sport- en beweegaanbod voor mensen met een beperking stimuleren.
Resultaten:

 - ondersteuning Talentenschool op speciaal onderwijs;
 - ondersteuning Talentenweek en schoolsport dagen op het speciaal (voortgezet) onderwijs;
 - ontwikkelen 'Kennistransfers' voor verenigingen i.s.m. Trainingscentrum Aangepast Sporten;
 - workshop "aangepast sporten wat nu?" tijdens het sportcongres Westelijke Mijnstreek i.h.k.v. kennisbevordering voor verenigingen aangeboden.
- 2** Toename van het sport- en beweeggedrag door mensen met een beperking stimuleren.
Resultaten:

 - communicatieplan opgesteld gericht op het beter bereiken van de doelgroep;
 - netwerkgesprekken gevoerd met o.a. speciaal onderwijs, sport- en beweegaanbieders, zorginstellingen en maatschappelijke organisaties die zicht richten op mensen met een beperking en verschillende professionals.
- 3** Individuele begeleiding van kinderen naar geschikt sport- en beweegaanbod.
Resultaten:

 - Van 1 juni t/m 31 oktober zijn 7 individuele casussen behandeld. Hiervan ging het om 4 intakegesprekken; bij de overige 3 betrof het vragen die telefonisch zijn behandeld.
 - 3 aanvragers zijn aangesloten bij sport- en beweegaanbod.
 - 2 aanvragers zijn nog zoekende naar ander geschikt aanbod.*
 - 2 aanvragers hebben nog niet deelgenomen aan sport- en beweegaanbod. Redenen zijn o.a. taalbarrière, vervoer en privéomstandigheden.*

* Deze aanvragen worden door de regioconsultent verder opgevolgd.

Sport- en vrijetijdsmarkt

Op 23 maart heeft er een sport- en vrijetijdsmarkt plaatsgevonden bij de Ophovernerhof, georganiseerd door Ecsplora, Ophovernerhof en MEE Zuid-Limburg. Doel was om mensen met een beperking en aanbieders van sport, bewegen en vrije tijd met elkaar in contact te brengen en met elkaar kennis te maken. In 2020 vindt de markt wederom plaats. Dan sluiten ook Daelzicht, De Haamen en Bijzonder in Bewegen bij de organisatie aan.

Ministerbezoek

Op 18 april kwam minister Hugo de Jonge op bezoek bij een drietal sportverenigingen met aanbod voor mensen met een beperking. Hij bezocht Scoop, Swentibold en V&L. Het bezoek bestond uit het bekijken van en 'meedoen' aan een dansactiviteit. Vervolgens is de minister het gesprek aangegaan met trainers van de verenigingen en met ouders van de leden. Dit werd erg gewaardeerd door alle betrokkenen.

Voor de volledigheid verwijzen wij u naar de uitgebreide rapportage IKS Westelijke Mijnstreek die eind 2019 is ingediend.

FITHEIDSTESTEN EN BEWEEGPROGRAMMA

FITHEIDSTESTEN EN BEWEEGMARKT

Doel van de fitheidstest is sportparticipatie door senioren te vergroten. De combinatiefunctionaris organiseert in de wijk een fitheidstest en beweegmarkt, om ouderen bewust te maken van een gezonde leefstijl, om elkaar te ontmoeten en om ze aan te zetten tot (meer) bewegen. Waar mogelijk wordt er vervolgaanbod gepresenteerd in samenwerking met lokale sport- en beweegaanbieders.

	AANTAL ACTIVITEITEN	AANTAL DEELNEMERS
Fitheidstest Stein	1	96
Beweegmarkt Stein	1	11
Fitheidstest Meers	1	24
Beweegmarkt Meers	1	3
TOTAAL	4	134

Samenwerkingspartners

- Partners in Welzijn
- Taijischool Wúxian
- DOP Meers
- Wielertourclub Elsloo
- Anytime Fitness Stein
- Judoclub Urmond
- GSV Het Maasland
- TTV Elsloo
- Creadance
- MD Voeding
- Kiowa Yoga

BEWEEGPROGRAMMA

Het doel van het beweegprogramma is om deelnemers de kans te geven om onder deskundige leiding te ervaren wat de positieve effecten van bewegen zijn en hen een indruk te geven van het aanbod in hun eigen woonomgeving. De activiteiten zijn speciaal gericht op de doelgroep senioren. Iedere deelnemer kan geheel naar eigen niveau meedoen.



1 reeks van 12 bijeenkomsten
8 deelnemers



1 reeks van 12 bijeenkomsten
16 deelnemers

Samenwerkingspartners

- BC SCC
- MBvO
- Anytime Fitness Stein
- Judoclub Urmond
- Taijischool Wúxian
- MD Voeding
- Kiowa Yoga

MBVO

50+
JAAR

Doel van Meer Bewegen voor Ouderen (MBvO) is dat alle ouderen in de gemeente Stein gebruik kunnen maken van activiteiten, gericht op bewegen en waarbij ook het sociale aspect een belangrijke plaats inneemt. MBvO biedt ouderen vanaf 55 jaar bewegingsactiviteiten die het fysieke, psychische en sociale welzijn bevorderen. Deelname bevordert tevens de zelfredzaamheid, de participatie aan de samenleving en het levert een bijdrage aan het voorkomen van een sociaal isolement. De MBvO-lessen worden gegeven in Stein, Meers en Nieuwdorp in diverse gemeenschapshuizen en de gymzaal in Stein.

GYMNASTIEK & SPORT EN SPEL

2

groepen

15

deelnemers

4x

MBvO-docenten overleg

Vooruitblik

Begin 2020 zijn 5 groepen actief. Ecsplora streeft ernaar meer 50+ers aan het bewegen te krijgen. In de gemeente Stein zijn naast Ecsplora verschillende zelfstandige MBvO-docenten actief. In december 2019 heeft Ecsplora een aantal groepen van een van die docenten overgenomen in verband met langdurige uitval. Continuïteit in het aanbod voor deze groepen is van belang. Ecsplora is voornemens deze groepen te continueren en te formaliseren.

“Om anderen te kunnen bewegen, moet je zelf bewegen zijn.”

medewerker MD Voeding



HEALTHYLIFE

Voldoende bewegen leidt tot meer zelfstandigheid en gezonde levensjaren. Het merendeel van de Limburgse senioren voldoet niet aan de beweegnorm. En dat terwijl lichaamsbeweging kan worden gezien als een relatief goedkope manier om het ontstaan van bijvoorbeeld harten vaatziekten, ouderdomssuiker, botontkalking en bepaalde vormen van kanker tegen te gaan. Daarnaast heeft bewegen een sociale functie, wat de zelfredzaamheid en mobiliteit vergroot. Ook heeft het samen bewegen een positieve invloed op het mentaal welbevinden.

Multidisciplinaire ketenaanpak

HealthyLIFE is een multidisciplinaire ketenaanpak voor kwetsbare volwassenen met overgewicht (BMI 25-30) én een (matig) verhoogd risico op CVRM of DM2, of volwassenen met obesitas (BMV > 30), gericht op het bevorderen van een actieve leefstijl en een gezond voedingspatroon.

HealthyLIFE is een gecombineerde leefstijlinterventie, met als belangrijkste pijlers bewegen, gedrag, voeding, slaap, ontspanning en Positieve Gezondheid.

BEWEGEN IS BETER DAN VOORKOMEN

healthyLIFE

Werkgebied

In 2019 is healthyLIFE in Stein gestart.

Vanuit het ministerie van VWS is er ook aandacht en interesse getoond in healthyLIFE, waaronder een werkbezoek van Minister Bruins en een opdracht voor staatssecretaris Blokhuus.

Met betrekking tot de inspanningen en behaalde resultaten wordt separaat op korte termijn een aparte rapportage verstrekt.



Doorverwijzingen door HAP's
in gemeente Stein: **129**

Vooruitblik

Voor 2020 staat uitbreiding met Weert, Nederweert, Leudal, Beekdaelen, Echt-Susteren en Beek op het programma. Daarnaast wordt de 1000e deelnemer voor de zomer 2020 verwacht.

Regionale samenwerkingspartners

- Institute for Positive health (IPH)
- Fontys Sporthogeschool
- Anders Beter
- Universiteit Maastricht
- Meditta BV
- CZ groep
- Gemeenten Sittard-Geleen, Stein, Maasgouw, Roerdalen en Roermond
- Partners in Welzijn
- Knooppunt Informele Zorg
- Medisport
- Helwegen & Peters
- Fysiotherapie Sanders
- Sportservice Roermond
- Health and Sports Buchten
- FysioQ
- Fysiotherapie Snijders
- MCC Omnes
- Rabobank
- Provincie Limburg
- CIOS Sittard
- Partnership Fontys
- Lectoraat Move to Be
- Sportzone Sittard-Geleen
- Expertise leefstijlinterventies (Cool)

INFORMEREN, VERBINDEN, ONDERSTEUNEN

Meerdere keren per jaar brengt Ecsplore sport- en beweegaanbieders uit de Westelijke Mijnstreek samen tijdens de sportcafé's én tijdens het jaarlijkse Sport- en bewegcongres. Bij deze bijeenkomsten informeren en inspireren wij sportverenigingen over actuele thema's binnen het verenigingsleven. Externe sprekers belichten actuele thema's en deelnemers ontvangen praktische handvatten om verder mee aan de slag te gaan. Ecsplore zorgt na afloop van deze bijeenkomsten voor een follow up.

Ook informeert Ecsplore periodiek het netwerk van verenigingen middels een nieuwsbrief. Zo brengen we nieuws, interessante bijeenkomsten en andere relevante ontwikkelingen onder de aandacht. Onze verbindende functie kenmerkt zich door de koppeling van sportaanbieders aan onze activiteiten. Zo bedden we sportoriëntatie met verenigingen in bij Buurt in Actie.

In 2019 vonden onderstaande bijeenkomsten plaats:

- **Sportcafé Sponsoring en Crowdfunding**

Verenigingen werden door Peter van Baak geïnspireerd over succesvoorbeelden van sponsoring en crowdfunding in het Nederlands sportlandschap. 2 verenigingen uit de gemeente Stein namen deel.

- **Sportcafé Sportief Besturen**

Ellen de Roos inspireerde bestuurders over het realiseren van een veilig sportklimaat binnen de sportvereniging. 3 verenigingen uit de gemeente Stein namen deel.

- **Sport- en bewegcongres Westelijke Mijnstreek**

Het jaarlijkse sport- en bewegcongres stond in 2019 in het teken van de dagelijkse actualiteiten en de uitdagingen voor de toekomst. Na een plenaire theatervoorstelling over de dagelijkse gang van zaken bij de meeste sportclubs hebben clubs in verdiepende workshops verder gewerkt aan de uitdagingen voor de toekomst. Creatief denken, sportief besturen, omgaan met pesten en aangepast sporten waren de thema's waarmee verenigingen in aanraking kwamen. 4 verenigingen uit de gemeente Stein namen deel.



LEERBEDRIJF SPRINT

Ecsplore werkt in de uitvoering in de gemeente Stein nauw samen met SPRINT, het sportieve leerbedrijf van Sportstichting Sittard-Geleen. Vanuit hier vindt coördinatie plaats van leerwerkplekken, stages en beroepspraktijkvorming met rendement voor de sociaal-maatschappelijke sector én het onderwijs.

Het leerbedrijf SPRINT slaat een brug tussen theorie (onderwijs curriculum) en de actuele beroepspraktijk (werkveld). Ecsplore biedt studenten de ruimte om ervaren te leren in echte praktijksituaties.

SPRINT is thuisbasis van tientallen studenten. Op momenten groeit de samenwerking met het onderwijs tot de gelijktijdige inzet van meer dan 200 studenten.

Studenten hebben in 2019 een belangrijke rol gespeeld bij diverse projecten en activiteiten.

Ecsplore en SPRINT werkten in het schooljaar 2019-2020 samen met:

- **Fontys Sportkunde (partnership): 43 studenten**
 - 25 eerste jaars studenten
 - 18 tweede jaars studenten
 - 1 vierde jaars student
- **Fontys Academie voor Lichamelijke Opvoeding (ALO): 1 student**
- **HAN Sportkunde: 1 student**
- **Fontys Pedagogiek: 2 studenten**
- **Leeuwenborgh CIOS (BOS niveau 3-4): 7 studenten**
- **Leeuwenborgh CIOS (basisschool en vereniging stage leerjaar 1-2): 13 studenten**
- **DaCapo Sport, Dienstverlening & Veiligheid: 32 studenten**



ECSPLORE
 Educatie | Cultuur | Sport



Ecsplore dankt de gemeente Stein als opdrachtgever én alle partners voor de constructieve samenwerking. Ook in 2020 gaan we met minstens evenveel enthousiasme en inzet aan de slag om alle inwoners – jong en oud - van Stein in beweging te krijgen en te houden. Dat doen we samen met SPRINT.