

De Beweegalliantie

Jouw partner voor een gezonde en sociale wijk

Een ommetje, spelen op straat, fietsend naar je werk, school of sportclub, bewegen in de klas, staand vergaderen, de trap in plaats van de lift of tuinieren. Dagelijks bewegen draagt bij aan bestaanszekerheid. Het versterkt de fysieke en mentale gezondheid, waardoor je beter in staat bent om mee te kunnen doen. Het geeft een gevoel van eigenwaarde en maakt je weerbaarder. De Beweegalliantie zet met haar netwerk aan tot méér bewegen.

De Beweegalliantie is een landelijk netwerk met een missie: méér mensen méér laten bewegen in Nederland. Elke dag. Overal. De alliantie is in de zomer van 2023 officieel opgericht en is een buitenboordmotor van het Ministerie van VWS. De Beweegalliantie werkt met meer dan vierhonderd alliantiepartners samen aan een vitaler, gezonder en duurzamer Nederland. Dit kunnen aanbieders zijn, maar ook partijen of organisaties die ondersteunen, zoals kennisinstellingen of fondsen, en natuurlijk mensen in het veld zoals buurtsportcoaches. Hoe pakken we dat aan? De Beweegalliantie focust zich op drie centrale punten: beleidsbeïnvloeding, het stimuleren van beweging in het werkveld en het geven van een podium aan lokale initiatieven. De Beweegalliantie werkt via domeinen, plekken waar mensen gestimuleerd worden om meer te bewegen en waar ze de daarvoor bestemde faciliteiten kunnen vinden. De domeinen zijn onderwijs, zorg, werk, vrije tijd, leefomgeving en actieve mobiliteit.

Wat levert een actieve leefstijl op?

Dat bewegen heel belangrijk is, hoeven we de lezers van dit buurtsportcoachmagazine waarschijnlijk niet uit te leggen. In het werkveld van beleidsmedewerkers en buurtsportcoaches

komen allerlei dingen samen waar de Beweegalliantie aandacht aan besteedt: de connectie tussen de zorg en de wijk, het lokaal aanbieden van laagdrempelig beweegaanbod en het stimuleren van meer bewegen bij mensen die risico lopen op chronische aandoeningen, of deze aandoening al hebben. Maar daarnaast levert bewegen nog zoveel meer op: sociale verbinding, meer gemeenschapsgevoel. Daarnaast: als een wijk wordt ingericht op bewegen, heeft dit ook effect op de leefbaarheid. Denk aan bijvoorbeeld meer groen, minder auto's en meer ruimte om buiten te spelen of buiten te ontmoeten. Dit heeft ook weer positieve effecten op het individu: het zorgt niet alleen voor een gezonder lichaam, maar ook voor blijere, meer verbonden en minder eenzame mensen. De focus op meer bewegen heeft dus een positieve wisselwerking op allerlei aspecten in de samenleving.

Een integrale aanpak is het meest succesvol, maar tegelijk ook best moeilijk

Hoe versterken de Beweegalliantie en het Sportakkoord elkaar?

Het Sportakkoord II en de Beweegalliantie vullen elkaar goed aan. Samen hebben we als doel om tot 75 procent van de Nederlanders te komen die voldoen aan de beweegrichtlijnen. De ambities van het Sportakkoord II en de Beweegalliantie vinden elkaar vooral in de pijlers 'Vaardig in Bewegen', 'Inclusie en Diversiteit' en 'Ruimte voor Sport & Bewegen'. Denk hierbij aan initiatieven als het stimuleren van fietsen op jonge leeftijd, het aanjagen van laagdrempelige, zelfgeorganiseerde beweeginitiatieven in de wijk én het bevorderen van een optimale inrichting van de openbare ruimte die dagelijks bewegen mogelijk en aantrekkelijk maakt. Waar het om gaat: Hoe pakken we dit nu goed aan?

Wat is een integrale aanpak?

Het is inmiddels wel bewezen: een integrale aanpak is het meest succesvol, tegelijk ook best moeilijk. De Beweegalliantie kan daarbij helpen. Samen met inwoners stimuleren wij het opzetten van een lerend netwerk. Bestaande uit inwoners en verschillende typen partners, van lokale uitvoeringspartners tot landelijke kennispartners. Je bepaalt samen een lokale aanpak die werkt, denk aan een *whole system in the room*-aanpak: iedereen is gelijkwaardig, met z'n allen maak je een actieplan en je wijst een kartrekker aan. Je verkent in welke domeinen je bewegen wil stimuleren, waar zit de meeste energie en winst? Aan welke beleidsdoelstellingen levert het een bijdrage? Soms kunnen bestaande of nieuwe activiteiten benut worden. Gebruik de kracht van de wijk. Door een domeinoverstijgende kijk op bewegen wordt de verbinding gemaakt met de gezonde leefomgeving, de zorg, het onderwijs en werkgevers.

Er ontstaan combinaties om inwoners in beweging te krijgen. Het gevolg hiervan is dat bewegen de komende jaren vaker wordt ingezet op locaties en in domeinen waar dat in het verleden niet of weinig gebeurde.

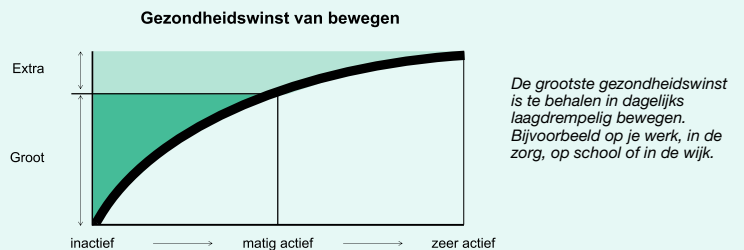
Aansprekend voorbeeld Heerlen-Noord

Vanaf september 2023 voert de Beweegalliantie gesprekken met enkele Nationaal Programma Leefbaarheid en Veiligheid (NPLV)-wijken, dat zijn de twintig meest kwetsbare wijken die extra ondersteuning krijgen van het Ministerie van Binnenlandse Zaken. We kijken hoe de economische, gezondheid- en sociale ongelijkheid door sport- en beweeginterventies in de wijk kan worden verkleind. De Beweegalliantie ondersteunt Heerlen-Noord hierbij als aanjager, verbinder en versterker. We delen goede voorbeelden, zetten expertise in, verbinden vanuit ons netwerk en helpen met communicatiekracht om bestaande activiteiten te versterken en/of om nieuwe beweegactiviteiten toe te voegen. We brengen netwerk, ervaring en contacten mee waar Heerlen-Noord weer op verder kan bouwen. Dit wordt verankerd in beleid met een gebiedsplan inclusief een beweegparagraaf. Zo worden in Heerlen-Noord op basisscholen extra beweegmomenten georganiseerd, zoals pauzesport en naschoolse sportactiviteiten. Worden initiatieven genomen om wandelen en fietsen in de wijk te stimuleren en organiseert voetbalclub Roda JC het programma 'Gezond



Een handige menukaart met stappenplan helpt je op weg om de beweging in jouw gemeente op gang te brengen.

in Mijn Streek', waaronder de jaarlijkse Roda Run. En ten slotte biedt voetbalvereniging Sporting Heerlen programma's aan die gericht zijn op sport en persoonlijke ontwikkeling van jongeren, zoals 'Jij bepaalt wie je bent', om jongeren positief met sport te laten kennismaken. ■



Aan de slag en hulp nodig?

Wil je meer weten over onze aanpak, of heb je interesse om aan te haken bij onze activiteiten? Neem dan contact op met netwerkregisseur NPLV Angelique Rozeboom (angelique.rozeboom@beweegalliantie.nl), of programmamanager Johan Annema (johan.annema@beweegalliantie.nl) of met Marvin Visser van het impactloket (marvin.visser@beweegalliantie.nl).
www.beweegalliantie.nl



Angelique Rozeboom.



Johan Annema.



Marvin Visser.