

# Heel Epe beweegt

## Jaarverslag 2020



Vincent Rotman  
30-04-2020

## Inhoudsopgave

Leeswijzer .....	3
Algemeen.....	3
Team Heel Epe Beweegt.....	3
Visie .....	3
Doelstellingen.....	3
Doelgroepen.....	4
Gerealiseerde activiteiten doelgroep “kinderen 0-12 jaar” .....	4
Gerealiseerde activiteiten doelgroep “jongeren 12-18 jaar” .....	4
Gerealiseerde activiteiten doelgroep “Volwassenen” .....	4
Gerealiseerde activiteiten doelgroep “Senioren” .....	4
Gerealiseerde activiteiten doelgroep “Uniek Sporten” .....	5
Gerealiseerde activiteiten doelgroep “Scholen” .....	5
Gerealiseerde activiteiten doelgroep “Sportaanbieders” .....	5
Gerealiseerde activiteiten <b>Lokaal Sport Akkoord</b> .....	5
Gerealiseerde activiteiten “Gezonde Omgeving-Jongeren op Gezond Gewicht” .....	6
Gerealiseerde activiteiten “PR & communicatie” .....	6
Samenwerkingspartners.....	6
Budget 2020 .....	7

## Leeswijzer

Voor je ligt een verslag van de activiteiten die in de periode van 1 januari t/m 31 december 2020 zijn uitgevoerd. Het is een interactief verslag met voor de digitale lezer ook externe links naar filmpjes van de activiteiten en uitgebreidere verslagen.

In verband met de opkomst van COVID-19 per maart 2020 hebben een aantal activiteiten en projecten geen doorgang kunnen vinden.

## Algemeen

Een gezonde en actieve leefstijl aanmoedigen. Vraag een buurtsportcoach wat [Heel Epe Beweegt](#) behelst en je krijgt waarschijnlijk een antwoord dat daar op lijkt. Het team buurtsportcoaches doet dat voor kinderen en jongeren, maar ook bij volwassenen en ouderen.

De buurtsportcoach is een bruggenbouwer tussen buurt, onderwijs, welzijn, zorg en sport. Samen met basisscholen, sportverenigingen en instellingen werkt men door middel van sport en bewegen aan de ontwikkeling van mensen. De buurtsportcoaches stimuleren sport- en beweegactiviteiten voor jong en oud en activeren een gezonde leefstijl in de gemeente Epe.

## Team Heel Epe Beweegt

Het team buurtsportcoaches - Heel Epe Beweegt bestaat uit Tom Beekman, Larisa Brinkhoff-Lentjes, Jeroen de Lange en Vincent Rotman. Tom en Jeroen richten zich meer op de organisatie en uitvoering van activiteiten. Larisa is de JOGG-regisseur ([Jongeren op Gezond Gewicht](#)). De inzet van Larisa wordt uit extra JOGG-gelden gefinancierd. Vincent heeft een coördinerende rol, maar is daarnaast ook buurtsportcoach. Alle drie de buurtsportcoaches en de JOGG-regisseur zijn in dienst bij stichting Koppel-Swoe. Totale inzet buurtsportcoaches 2,3 fte. Inzet JOGG-regisseur 0,4 fte.

## Visie

Heel Epe Beweegt is er voor alle inwoners van Epe die willen sporten, bewegen of aan een gezonde leefstijl willen werken. In het bijzonder richt ze zich op doelgroepen die minder goed in staat zijn om zelf deel te nemen aan activiteiten of om aan een gezonde leefstijl te werken. Ze organiseert structurele laagdrempelige sport- en beweegactiviteiten en stimuleert inwoners tot een gezonde leefstijl. Heel Epe Beweegt verbindt daarnaast partijen die zich richten op sport, bewegen, gezondheid en welzijn om kennis uit te wisselen, deskundigheid te bevorderen en vraag en aanbod bij elkaar te brengen.

## Doelstellingen

- In 2022 is Heel Epe Beweegt hét platform voor sport, bewegen en gezondheid dat ondersteunt, verbindt, verwijst en adviseert.
- In 2022 zorgt Heel Epe Beweegt voor een op de vraag en kenmerken van een gebied afgestemd sport-, beweeg- en gezondheidsaanbod met aandacht voor een gezonde leefstijl én het stimuleren daarvan.
- In 2022 halen meer kinderen, jongeren, volwassenen en senioren de Beweegrichtlijn dan in 2019

## Doelgroepen

Heel Epe Beweegt richt zich op de volgende doelgroepen: mensen met een mentale, fysieke of zintuiglijke beperking (Uniek Sporten); kwetsbaren in de samenleving (bijv. financieel, cultureel, chronisch zieken); kinderen 0-12 jaar; jongeren 12 -23 jaar ; inactieve volwassenen 35 – 65 jaar; (in)actieve senioren; sportaanbieders; scholen.

### Gerealiseerde activiteiten doelgroep “kinderen 0-12 jaar”

- Organisatie Schoolspordagen groep 7/8 in Epe en Vaassen >>uiteindelijk gecancelld vanwege corona.
- Voorbereiding kennismakingslessen badminton i.s.m. BC '70 Veluwe>> gecancelld vanwege corona.
- [Reeks online beweglessen](#) i.s.m. De Violier Vaassen.
- Voorbereidingen Bevrijdingsloop Vaassen i.s.m. sport & spelcommissie van Oranjecommissie. Vaassen>> gecancelld vanwege corona.
- Inzet Zomerschool: organiseren sportieve activiteiten voor kinderen.
- [Kennismakingslessen voetbal](#) groep 1 en 2 scholen Vaassen i.s.m. VIOS Vaassen.
- Bewegprogramma [Go F\(or\)It](#) voor kinderen.
- Pietengym [Epe](#) en [Vaassen](#).
- [Wijksportinstuiven](#) periode mei-juni i.s.m. verenigingen en sociaal werk.
- Vakantie-activiteiten in de zomerperiode en de [kerstvakantie](#).

### Gerealiseerde activiteiten doelgroep “jongeren 12-18 jaar

- Week voor Gezonde Jeugd: Reeks voedingslessen op de [RSG NO Veluwe](#).
- Zomerprogramma voor jongeren i.s.m. jongerenwerk van Koppel-Swoe.
- Samenwerking met de RSG m.b.t. Pietengym Epe en Vaassen.
- Online kerstvakantie-activiteiten voor jongeren. Terugblik te lezen in [nieuwsbrief januari 2021](#).
- Presentatie “Wat doet de buurtsportcoach” voor leerlingen RSG NO Veluwe.

### Gerealiseerde activiteiten doelgroep “Volwassenen”

- Voorbereidingen voor Gecombineerde Leefstijl Interventie Epe.
- Maken plan van aanpak voor ouderbetrokkenheid (gezonde leefstijl).

### Gerealiseerde activiteiten doelgroep “Senioren”

- Meerdere ZitFit-groepen i.s.m. Viattence locaties De Klarbeek en De Speulbrink.
- Maken [instructievideo's](#) ZitFit.
- [Scholing “Meer bewegen in de ouderenzorg”](#) van medewerkers Viattence locatie Nieuwe Antoniehof.
- Voorbereiding, [organisatie Walking Basketball](#) en ondersteunen bij trainingen.
- Voorbereiding cursus Valpreventie i.s.m. clientondersteuning Koppel-Swoe en fysiotherapeut.

## Gerealiseerde activiteiten doelgroep “Uniek Sporten”

- Workshop Uniek Sporten op 23 januari, Expertisedag [CJG](#).
- [Behoeftedonderzoek](#) bij sportaanbieders t.a.v. scholing/training>> [uitkomsten](#).
- Project i.s.m. Zideris: beweegactiviteiten voor jongeren die begeleid wonen.
- Regionale samenwerking Buddyrun.
- Maken van een sociale kaart van stakeholders.
- Voorbereiden Prokkelweek>> ging niet door vanwege corona.
- [Wensen en behoeftedonderzoek](#) doelgroep.
- Nieuwsbrief Uniek Sporten.
- Uniek Sporten Kalender.
- Nieuw aanbod: Xtra Dance bij Dansgroep MDC. Realiseren [Racerunnersvereniging](#) i.s.m. AV Cialfo en Fysiopraktijk De Koeweg.

## Gerealiseerde activiteiten doelgroep “Scholen”

- Voorbereidingen contactpersonen sport overleg.
- Voorbereidingen organisatie [Schoolsportvereniging](#) met De Violier Vaassen en 3 sportaanbieders.
- Menukaart Gezonde School met aanbod (BLOC-test; Supermarktsafari: Gezonde traktatie; AftersCool/UndersCool) vanuit Heel Epe Beweegt i.s.m. Gezonde School adviseur van de GGD en Eduna Educatie.
- [BLOC-test](#): training door HAN (Hogeschool Arnhem Nijmegen) en pilot BLOC-test i.s.m. De Sprenghe Vaassen in september.

## Gerealiseerde activiteiten doelgroep “Sportaanbieders”

- [Opening survivalbaan AV Cialfo](#) en ondersteunen organisatie clinics.
- Ondersteuning realisatie nieuw aanbod [walking basketball 60+](#) bij [BASE](#)
- Vervolgbijsamenkomst 5 gymnastiekverenigingen gemeente Epe. Bespreken uitkomsten verenigingsscan.
- Promoten van kennismakingsaanbod aanbieders.
- Bezoeken van 23 verenigingen in coronatijd om te polsen hoe ze omgaan met de coronaregels en het aanbieden van trainingen op buitenlocatie.

## Gerealiseerde activiteiten [Lokaal Sport Akkoord](#)

- [Startbijsamenkomsten](#) Lokaal Sportakkoord.
- Vervolgbijsamenkomsten met klankbordgroep.
- [Bijsamenkomst ondertekening](#) Lokaal Sport Akkoord.
- Voorbereiden inzet lokale coördinator Sport – en Beweegakkoord.
- [Walking Football](#) bij VIOS Vaassen.
- Materiaal [Racerunnersvereniging](#) Epe.
- Materiaal voor PR en communicatie Heel Epe Beweegt.

## Gerealiseerde activiteiten “Gezonde Omgeving-Jongeren op Gezond Gewicht”

- Campagneweeken ter promotie gezonde leefstijl: [SnoepGroente-campagne](#); Week voor de Gezonde Jeugd; [#7dagendrinkwaterchallenge](#).
- Heel Epe Beweegt heeft een activiteit ontwikkeld om ouderbetrokkenheid te bevorderen.
- Realisatie Gezonde School menukaart in afstemming met [Gezonde School](#)-adviseur.
- Organisatie Thuiswerkchallenge: promoten bewegen in thuissituatie (vanwege thuiswerken door corona).
- Webinar “Gezonde Werkvloer/Vitaliteit” i.s.m. Netwerk 578.
- Online inspireren om te bewegen o.a. door maken motivatie filmpjes, zie [Youtube](#).
- Aansluiting bij studiedag St. Proo. Ideeën opdoen voor Gezonde Werkvloer.
- Periodiek overleg met JOGG-kerngroep.
- Week van het Geld (Moedige dialoog jeugd): ondersteuning organisatie gastlessen door SNS bank.
- [Zomerschool](#): bevorderen bewegen en promoten gezonde leefstijl bij kinderen die meedoen aan de Zomerschool.
- Tussentijdse [evaluatie](#) JOGG 2018-2020 uitgevoerd door GGD.

## Gerealiseerde activiteiten “PR & communicatie”

- Social media: dagelijks berichten op [Facebook](#), Instagram.
- Realisatie 2 flyers met kennismakingsaanbod van verenigingen.
- Up to date houden website [www.heelepebeweegt.nl](http://www.heelepebeweegt.nl).
- Maandelijks versturen van een Heel Epe Beweegt-[nieuwsbrief](#).
- In coronatijd maken van [beweegmotivatie filmpjes](#), zie ons [Youtube-kanaal](#).
- [Nationale Sportweek](#): maken Sportweekkrant gemeente Epe, organisatie 4 sportjournaals i.s.m. Vaassen Actief.
- [Breedtesportkalender](#).

## Samenwerkingspartners

Gemeente Epe, Koppel-Swoe (sociaal werk, jongerenwerk, kinderopvang/BSO), gemeente Heerde, KOM Kinderopvang, MAM's Kinderopvang, Kinderopvang De Groene Weide, sportaanbieders, basisscholen, Viattence, Verian, Mee Veluwe, RSG NO Veluwe, Fysiopraktijk De Koeweg, PWA-hal, De Koekoek Vaassen, Ouderenfonds, Vaassen Actief, GGD, SNS Bank, Eduna Educatie, ProSil Lettertechniek, Baltus Holland, AH Epe en Vaassen, Bouwmeester Buitengewoon Vers, Oranjecommissie Vaassen, Ondernemersvereniging Vaassen, Gelderse Sport Federatie, MDH Uitgeverij, Uniek Sporten Gelderland, Uniek Sporten, Zideris, St. Proo, St. Procon, JOGG NL, Racerunning NL, Kennispraktijk, Looiplijnen, CJG, gemeente Heerde, HAN, InteraktContour, JP van de Bent Stichting, 's Heerenloo, Brainstorm.

## Budget 2020

Voor de definitieve financiële verantwoording verwijs ik naar het financiële jaarverslag 2020 van Koppel-Swoe. In 2020 was een regulier sportactiviteitenbudget beschikbaar van € 5000,00.

Dat is uitgegeven aan de volgende activiteiten:

### Omschrijving uitgaven

Promotieflyers en posters	€ 1350,97
Kleding + bedrukken	€ 515,49
Gezonde School	€ 1823,35
Walking Basketbal	€ 65
ZitFit	€ 91,95
Nationale Sportweek	€ 50
Materiaal	€ 580,43
Campagnes	€ 675
Uniek Sporten	€ 54,45
Overig	€ 135
<b>Totaal</b>	<b>€ 5.341,64</b>