



Bijlage Programma Lerende Netwerken voorjaar 2018

Workshops

Passend sport- en beweegaanbod voor mensen met een beperking (met extra aandacht voor visuele beperking!)

Door: Sybrigje Westerhof (NOC*NSF - Academie voor Sportkader) en/of Sam de Vor (NOC*NSF)

Voor mensen met een beperking is het nog niet vanzelfsprekend om dicht bij huis passend sport- en beweegaanbod te vinden. De sport- en beweegdeelname blijft achter in vergelijking tot mensen zonder beperking. Veel partijen werken (regionaal) samen om gehandicaptensport naar een hoger plan te tillen en veel sportaanbieders hebben passend aanbod. Er is inzicht in de drijfveren en belemmeringen van mensen met een beperking als het gaat om sport en bewegen. Waar liggen dan nog mogelijkheden tot verbetering? Krijg in deze workshop meer inzicht in hoe jij een versnelling – bijvoorbeeld in het afstemmen van vraag en aanbod van sport en bewegen voor mensen met een beperking – kunt aanbrengen in jouw gemeente of regio. Deze keer met speciale aandacht voor sport voor mensen met een visuele beperking.

Hoe krijg je als buurtsportcoach je resultaten inzichtelijk?

Door: Linda Ooms (Mulier Instituut), Liesbeth Preller en Anneke Hiemstra (Kenniscentrum Sport)

Op het gebied van het zichtbaar maken van je resultaten als buurtsportcoach is veel mogelijk, maar lang niet alles is wenselijk. Het moet haalbaar, betaalbaar en bruikbaar zijn en je moet geen dingen meten die op een andere manier al ergens bekend zijn. Ten onrechte denken velen dat het moeilijk is of moet zijn, maar ook eenvoudige en weinig tijdrovende methoden kunnen veel inzicht geven. Tijdens deze workshop krijg je inzicht in verschillende methoden en handvatten aangereikt over hoe je deze methoden kan inzetten.

Nationale Diabetes Challenge; iedere stap telt

Door: Mariëlle Durieux (Bas van de Goor Foundation)

In 2017 bracht de Bas van de Goor Foundation op 162 locaties in Nederland ruim 3.200 mensen met (en zonder) diabetes in beweging tijdens de Nationale Diabetes Challenge. Dit initiatief, waarin zorgverleners wordt gevraagd om gedurende 20 weken één keer per week met hun (diabetes)patiënten te gaan wandelen, is een succesvol concept gebleken. De NDC leverde fantastische resultaten op: deelnemers vielen af, in veel gevallen werd de medicatie drastisch verminderd en soms zelfs stopgezet en mensen hadden veel plezier in het wandelen met een groep. 92% van de deelnemers gaf aan na de NDC te blijven wandelen. Voor patiënten verbeterde de kwaliteit van leven en voor zorgverleners verbeterde de kwaliteit van zorg die zij leverden. De doelstelling voor 2018 daarom: 7.000 mensen in beweging brengen. Help jij mee?

Hoe borg je lopende sport- en beweegactiviteiten na afloop van de subsidieperiode?

Door: Paul van der Meer (Kenniscentrum Sport), Roland Jansen en Coen van den Bemt (NOC*NSF)

De Sportimpuls is een subsidieregeling van 2 jaar die lokale sport- en beweegaanbieders financieel ondersteunt bij de opzet van activiteiten die ze ondernemen om meer mensen langdurig te laten sporten en bewegen. Het kenmerk van subsidieregelingen is dat zij stoppen! Welke rol kan de buurtsportcoach in samenspraak met andere lokale partijen innemen tijdens en na de subsidieperiode zodat de opgezette activiteiten door blijven gaan en de doelgroep in beweging blijft? In deze workshop besteden we aandacht aan de kennis die in de loop der jaren is verzameld, lokale samenwerking (verenigingen, vrijwilligers, gemeente) en hoe landelijke 'programma's' (zoals Oranje Fonds, Nationaal Ouderenfonds, samenwerking NOC*NSF met Rabobank en Albert Heijn en Nationale Sportweek) kunnen bijdragen aan het borgen van sport- en beweegactiviteiten. Het delen van kennis, ervaring en goede lokale voorbeelden staat centraal tijdens deze workshop.

Kwaliteit van naschools aanbod

Door: Corine Visser, Jeroen Steeman en Marja Nieuwenhuis-Leijenhorst (KVLO)

Veel scholen bieden een naschools sportaanbod aan. In deze workshop kijken we met elkaar hoe je binnen dit naschools sportaanbod de kwaliteit kan garanderen. Hoe sluit je in het naschools sportaanbod aan bij de pedagogische taak van de school? In hoeverre is het naschools sportaanbod een brug tussen de lessen bewegingsonderwijs en de sportvereniging? Het verschil tussen het aanbod in de lessen bewegingsonderwijs en de sportvereniging wordt onder andere zichtbaar in de grote niveaoverschillen tussen de kinderen. In de brug van het naschools aanbod moet juist ook dit gedifferentieerde aanbod in de praktijk zichtbaar zijn, zodat alle kinderen kunnen aanhaken. Hoe kan je werken aan deze kwaliteit, ook als je zelf niet de lesgever bent?

Vorbereiding voor de deelnemers: maak een filmpje van ongeveer 2 minuten waar kinderen bezig zijn met een naschools sportaanbod. De filmpjes worden onderling uitgewisseld.

Regionale/lokale workshops

*European Sports for All Games **

Door: Sport Fryslân

Van 3 t/m 7 augustus geven we de traditionele sport een podium. Fryslân verwelkomt 20 internationale teams met 50 traditionele sporten, 200 deelnemers en tienduizenden bezoekers. Met elkaar zien, voelen en beleven we de passie voor sporten en bewegen, in het bijzonder de traditionele sporten. We genieten en hebben plezier met elkaar. Iedereen kan meedoen, op zijn/haar eigen niveau, ... daar gaat het om! En dat is nog niet alles. In het voorprogramma, dat al van start is gegaan, brengen we Friezen in beweging. Dit doen we door samen met buurtsportcoaches beweegactiviteiten zoals aangepast sporten, walking football en shuffleboard (Duitse sport) in de provincie te organiseren, voor jong en oud. Deze activiteiten zijn voor mensen die om verschillende redenen niet kunnen deelnemen aan sport- en beweegactiviteiten: #sportsforall Nieuwsgierig geworden? Bezoek deze workshop!

Het volledige programma en de deelnemende landen staan op www.sportsforall2018.eu

** Deze workshop wordt alleen gegeven in Wolvega (19 maart)*

*Sporten en bewegen in de directe omgeving van verschillende doelgroepen **

Door: Patrick de Klerk (coördinator buurtsportcoaches gemeente Roosendaal) en Hennie van Kuijk (coördinator buurtsportcoaches gemeente Geertruidenberg)

In deze workshop komen twee lokale initiatieven aan de orde, 'Beweegpunten' en 'Beweegweb'. Beweegpunten is een middel om de gezondheid van senioren te bevorderen en sociale contacten op te doen en te onderhouden (tegengaan van eenzaamheid). Beweegweb is een route, die de kinderen in de wijk Kalsdonk verleidt meer te bewegen. Beide initiatieven kenmerken zich door:

- Toegankelijk en laagdrempelig beweegaanbod
- Samenwerking met partners en versterking van elkaars aanbod

Meer weten? Kom naar deze workshop!

** Deze workshop wordt alleen gegeven in Breda (22 maart)*

*De toekomst van de sportvereniging **

Door: Team Sportservice

Het einde van de sportvereniging is al vaak voorspeld. Begin deze eeuw was men er van overtuigd dat verregaande professionalisering de enige manier was om het bestaansrecht te versterken. Nu 15 jaar later is de sportvereniging er nog steeds, ondanks dat het sportlandschap enorm is veranderd. Zo speelt de buurtsportcoach nu een belangrijke rol bij het vergroten van de maatschappelijke waarde van de sport en de sportvereniging. In deze workshop kijken we naar de toekomst van de sportvereniging. Een belangrijk thema daarbij is het vinden van het evenwicht tussen het belang van de leden (perspectief van de vereniging) en het belang van de samenleving (perspectief van de buurtsportcoach). Hoe kunnen meer mensen onderdeel worden van het sociale netwerk van de vereniging?

** Deze workshop wordt alleen gegeven in Breukelen (29 maart) en Den Haag (9 april)*

*Hybride leeromgeving in samenwerking met MBO Amersfoort, JongPutten en PCB de Pelikaan **

Door: Joke Roeterdink (Gelderse Sport Federatie) en Tom Dokter (JongPutten)

JongPutten is sinds vorig jaar een samenwerking aangegaan met MBO Sportacademie Amersfoort. Hierin realiseren zij een ideale praktijksituatie voor MBO-studenten voor hun lesgeefervaring en weten zij in samenwerking een ruim en gevarieerd naschools sportprogramma op te zetten. Een win-win-situatie die een hybride leeromgeving biedt voor de studenten en meer kwantiteit/kwaliteit voor JongPutten. De ins en outs hoor je in deze workshop.

** Deze workshop wordt alleen gegeven in Zutphen (5 april)*

Vaardigheidstrainingen

Het geheim van succesvol motiveren

Door: Hetty de Laat (Groei in Communicatie) en Corine Vernooij (Mens & Motivatie)

Iedereen loopt er wel eens tegenaan: je krijgt iemand niet in beweging (letterlijk en figuurlijk). Wat je ook probeert, hoezeer je het positieve effect benadrukt of welke argumenten je uit de kast trekt... het lukt niet om de ander te motiveren. In deze vaardigheidstraining leer je welke sleutels er zijn om

iemand wel te motiveren. Je krijgt inzicht in hoe gedragsverandering werkt, op welke manieren je kunt bouwen aan intrinsieke motivatie en ook... wat handig is om niet meer te doen. Een training waarin je vanuit theoretische weetjes, praktisch gaat oefenen.

Procesbegeleiding gericht op het creëren van een veilig sportklimaat

Door: Danny Meuken (Veilig sportklimaat)

Waardenloos adviseren... Hoe deden de oude Grieken dat en wat kan de moderne buurtsportcoach daarvan leren? Een procesbegeleider begeleidt bestuurders van een sportvereniging of deelnemers aan een projectteam bij het formuleren van een gezamenlijke ambitie, het mobiliseren van energie en bij het koershouden, ook als het even tegenzit. In de rol van procesbegeleider zijn de waarden, oordelen en meningen van de buurtsportcoach zélf minder belangrijk. Het gaat om het begeleiden van dit complexe proces waarbij je het eigenaarschap houdt daar waar het hoort: bij de organisatie zélf. In deze training ga je, aan de hand van een casus over trainersbegeleiding en het creëren van een veilig sportklimaat, aan de slag met deze procesgerichte adviesvaardigheden.

(Sport)activiteiten op de kaart in jouw regio/gemeente

Door: Marit van Genderen (i.s.m. Niki Wijnen/Maaïke van Meerten/Niels Cannegieter)(NOC*NSF)

Een campagne opzetten om activiteiten te promoten in jouw regio, het lijkt misschien eenvoudig. Toch blijkt dat het effect in de praktijk vaak minder groot is dan beoogd. In deze training leer je op een verfrissende wijze hoe je activiteiten in jouw regio op de kaart kunt zetten en hoe je hierbij gebruik kunt maken van landelijke programma's/activiteiten en bekendheid. Aan de hand van de Nationale Sportweek en de AH Sportactie ga je aan de slag met lokale promotie van sport- en beweegactiviteiten. Wil je het effect van (sport)promotie in jouw regio vergroten? Neem dan deel aan deze training!