

INLEIDING

Meppel Actief & Gezond is het team van Buurtsportcoaches in de gemeente Meppel. Samen met stagiaires van MBO- en HBO-opleidingen zetten ze zich in voor sport, bewegen, cultuur en gezondheid in de gemeente Meppel. Het door Meppel Actief sinds 2010 opgebouwde netwerk wordt ingezet voor alle doelgroepen en richt zich op Positieve Gezondheid en Gezonde Leefstijl. In dit jaarverslag een overzicht van de activiteiten.

VERENIGINGEN

Sportverenigingen/sportaanbieders worden ondersteund bij het invullen, vernieuwen dan wel versterken van hun maatschappelijke taak en het bevorderen van onderlinge samenwerking.

Samen met externe partijen ondersteunden we op het gebied van: duurzaamheid, Team:Fit, Sport Services en met de maatregelen omtrent Covid-19.

We hielpen bij toernooien en activiteiten, zoals: waterpolotoernooi (MZPC de Reest), Korfbal (Meko'74), Bowlen (PINZ Bowling), Volleybal (Meppel AZ) en Klimmen (Bad & Klimpark Hesselingsen).

Clinics

- Samen met MLTC verzorgden we clinics bij PlusKinderopvang.
- The ballroom Meppel verzorgde een dansclinic bij Woon-zorgcomplex de Beemd.

Samenwerking

- Sportinstuiven met diverse verenigingen in de voorjaars- en zomervakantie.
- Gezamenlijk cursussen volgen en aanbieden, aan de hand van de sport services lijst.

VOORBEELD UIT DE PRAKTIJK | 4 voetbalclubs in Meppel hebben samen een plan opgesteld voor walking football.

Communicatie

- We zijn actief betrokken bij het lokaal sportakkoord, we nemen de verbindende rol op ons.
- Er is een extra agenda op de website van Meppel Actief gecreëerd voor verenigingen om hun sportaanbod te tonen.

INZET OP SOCIAAL DOMEIN

Er wordt ingezet op verbinding van het fysiek en sociaal domein door (buiten) bewegen te stimuleren en gezonde leefstijl te promoten.

De inzet van Meppel Actief binnen het Sociale Domein is verbreed met pilots voor senioren, dementerende ouderen, lage SES doelgroep, kinderen, jongeren en voor mensen met een lichamelijke/verstandelijke beperking.

Voor senioren organiseerden we

- Kennismakingslessen bij tafeltennis vereniging DETO Nijeveen, wat 5 nieuwe leden opleverde.
- Stoepranden bij beweeggroepen.
- Senioren-peutergym: 25 senioren van Reestoord en 8 kinderen van kinderopvang Partou deden mee aan samen bewegen in januari en maart.
- Pilot beweegtuinten: in sept. organiseerden we samen met fysiotherapie Fytac 3 momenten in de beweegtuin voor ouderen bij Reestoord.
- Ondersteuning samen met Welzijn Mensenwerk bij de opzet van de bankjesroute in Oosterboer.
- Dansen bij woon- zorgcomplex de Beemd op 12 maart; samenwerking met The Ballroom Meppel.

Binnen aangepast sporten organiseerden we

- Racerunning samen met AV de Sprinter.
- Lasergamen in samenwerking met van Boeijen.
- Op 6 maart clinic Klas op Wielen voor 6 groepen.

In het sociaal domein organiseerden we

- Actief aan tafel bij kringloopwinkel LUA, activerings centrum de MensA en Leger des Heils.
- Een project dementie en bewegen met de Schiphorst (uitvoering komt na de coronacrisis).
- Pilot en 2 bijeenkomsten voor dementerende ouderen in combinatie met een basisschool bij de Argusvlinder.

Voor kinderen tot 6 jaar doen we

- Kaboutersport; in feb/maart deden 9 kinderen mee op de locatie Oosterboer.
- Een Sportinstuif in de voorjaarsvakantie; er deden 134 kinderen van 2 tot 7 jaar mee.
- Een Sportinstuif in augustus op sportpark Koedijklanden; we hadden 100 deelnemers.
- Pieteninstuiven op 4 verschillende locaties; er waren 150 kinderen uit groep 1, 2 en 3 waarvan 99 van de 148 kinderen (67%) niet lid is van een sportvereniging.
- Een Loopfietsproject op 5 kinderdagverblijven, samen met woonzorgcentrum de Beemd, de Kaailanden.
- Sporten met een prof bij PlusKinderopvang

JEUGD EN JONGEREN

- 72 kinderen uit groep 6-8 bij de Pinz bowling middag op 22 januari.
- 60 kinderen uit groep 1-8 bij Klimactiviteit 8 oktober.
- 11 kinderen uit groep 3-8 deden de Rugby kennismaking in februari bij The Big Stones.
- We ondersteunden MZPC de Reest bij hun waterpolotoernooi voor groep 3-8.
- De Meko'74 korfbalkennismakingsactiviteit leverde 2 nieuwe leden op en 1 competitie team.
- 14 kinderen uit groep 3-6 bij de Volleybalactiviteit
- Naschoolse wijk sport; op 3 plekken;

Voorjaar:

- * Oosterboer: 7 momenten, 60 deelnemers
- * Haveltermade: 8 momenten, 60 deelnemers
- * Bergierslanden: 7 momenten, 77 deelnemers

Najaar:

- * Ezinge: 3 momenten, 29 deelnemers (3 niet-lid)
- * Haveltermade: 12 momenten, 259 deelnemers (87 niet-lid)
- * Bergierslanden: 12 momenten, 122 deelnemers (19 niet-lid)

Totaal 607 deelnemers in totaal 49 momenten

- Meer bewegen in 22 klassen op 7 basisscholen
- Politiekids, lessen en examen.
- Maatschappelijke diensttijd
- Digitale avond4daagse
- Spellenboeken met leskaarten voor scholen PO
- MLTC Tennis workshop 14 juli bij PlusKinderopvang
- PR voor MLTC activiteit 20 mei gedaan
- Ondersteuning gezonde snack bij Wipe Out vanuit Kindpunt.
- Zomerprogrammering samen met de jongerenwerker van Stichting Welzijn Mensenwerk

INZET OP BIOR (Bewegen in de Openbare Ruimte)

We willen buiten sporten stimuleren (met behulp van sport en spel). Daarom organiseren we activiteiten in de openbare ruimte.

- In de Nationale Sportweek organiseerden we activiteiten buiten in het park.
- We organiseren wijk sporten.
- We volgden de opleiding tot BIOR adviseur.
- Buitenspeelplekken in Meppel in kaart gebracht.

ONDERZOEK

Op de thema's dementie, BIOR, gebruik van alcohol en middelen, gehandicapten en ouderen zijn door studenten onderzoeken uitgevoerd.

Overige activiteiten

- Goalcha workshop voor vakleerkrachten lichamelijke opvoeding primair onderwijs en Meppel Actief team.
- Aansturen van werkgroepen in het Lokaal Sportakkoord.
- Beweegvideo's op social media
- Sponsorloop voor verenigingen op 9 mei
- Nationale Sportweek
 - * AH sportactie
 - * Nationale kraanwaterdag
 - * Basketbal kennismakingstrainingen bij Red Giants.
 - * Lopend Vuur samen met AV de Sprinter
 - * Easy Active met karate en dans, kennismaking voor groep 3 t/m 8. 25 aanmeldingen
- Week van de motoriek; social media berichten
- Bewegen werkt, aansluiten bij een leefstijlles met informatie over sporten in de gemeente Meppel
- Cursus valpreventie gevolgd



JOGG 2020

Een gezonde toekomst begint bij een gezonde jeugd. Met kinderen en jongeren die opgroeien in een gezonde omgeving. Maar die omgeving is nu helemaal niet zo gezond. Het is vaak moeilijk om de juiste keuzes te maken. Daar moeten we iets aan doen.

Waar werken we naar toe met JOGG in Meppel

JOGG wil dat alle kinderen en jongeren in Meppel opgroeien in een gezonde leefomgeving met aandacht voor een gezonde leefstijl in het algemeen en voor gezonde voeding, voldoende bewegen, ontspanning en slaap in het bijzonder. JOGG is gestart in de wijk Koedijklanden/Berggierslanden en vervolgens is de JOGG-aanpak uitgebreid naar alle wijken in Meppel.

We werken vraaggericht; voorbeelden:

Vanuit de gemeente: Bernadette Klamer > Alcohol en middelen onderzoek, Mariska Bloemberg > kennis café Armoede en programma Kansrijke Start Meppel. Vanuit het werkveld: MensA, geweldige Wijk, Meppel Deelt. [Resultaten in JOGG interventies en voorlichting op aanvraag nieuw netwerk.](#)

JOGG 2040

Stel je eens voor dat iedereen lekker in z'n vel zit. We allemaal gezond eten, genoeg bewegen en goed slapen. Zo'n gezonde toekomst, dat wil toch iedereen?

Wat is de JOGG aanpak? Samen maken we gezond gewoon. De JOGG-aanpak is een integrale, lokale en multidisciplinaire methode waarmee de sociale en fysieke omgeving waarin kinderen en jongeren opgroeien structureel gezonder wordt gemaakt.

Hoe werkt de JOGG aanpak? Een gezonde jeugd, dat wil toch iedereen? Maar waar begin je en hoe haak je iedereen aan? Een gezonde omgeving creëer je alleen door als gemeente in te zetten op een onderbouwde integrale methodiek.

Welke leefomgeving maken we gezond? 1 thuis, 2 school en kinderopvang, 3 buurt, 4 sport, 5 vrije tijd, 6 werk, 7 media.

Wat zijn de voorwaarden van de integrale JOGG aanpak? 1 politiek-bestuurlijk draagvlak, 2 publiek-private samenwerking, 3 gedeeld eigenaarschap, 4 verbinding preventie en zorg, 5 monitoring en evaluatie, 6 communicatie.

Hieronder beschrijven we de activiteiten die we in Meppel uitvoeren in het kader van de JOGG-aanpak. Onderverdeeld in de verschillende activiteiten per doelgroepen en de aantallen deelnemers.

Activiteit: Workshops/lessen	Doelgroep	Aantallen
Groente workshops	Groep 1 t/m 8	49 klassen aangemeld 14 uitgevoerd (i.v.m. corona)
Kindermenu 2.0 workshops (nieuw)	Groep 3 t/m 8	30 kinderen
Workshop etiket lezen	Groep 7 & 8	11 klassen aangemeld 5 uitgevoerd (i.v.m. corona)
O&O project; sporttoestel openbare ruimte	1e en 2e klas CSG Dingstede	2 klassen
O&O project; gezonder kindermenu	1e en 2e klas CSG Dingstede	1 klas
Actief aan tafel bij Leger des Heils, kringloopwinkel en de MensA	Mensen met lage SES, afstand tot de arbeidsmarkt, senioren en volwassenen	5 locaties

Activiteit: Voorlichtingen	Doelgroep	Aantallen
Aansluiten bij informatieavond 'Geboortezorg', met informatie over gezonde voeding en het belang van water drinken, in het Spectrum Medisch Centrum	Zwangere vrouwen (met partner)	+/- 30 volwassenen
Inloopochtend met informatie over gezonde voeding, in samenwerking met Fysiotherapeut	Iedereen	AH in Oosterboer en Coop in Nijeveen

Activiteit: Gezonde voeding	Doelgroep	Aantallen
Traktatiebakken met gezonde(re) traktatiekaarten op basisscholen en Kinderopvang	0 t/m 12 jaar	11 scholen/kinderopvang
Kindermenu 2.0	Groep 3 t/m 8	6 nieuwe recepten
Aansluiten bij activiteiten van Meppel Actief met gezonde(re) traktaties en gepimpt water	Kinderen en ouders	+/- 20 activiteiten
Aangesloten bij Meppel Deelt! informatie over gezonde voeding en een gezonde traktatie.	Mensen met lage SES, afstand tot de arbeidsmarkt, senioren, volwassenen, kinderen	In 2019
Organisatie drinkwater campagne in Nationale Sportweek op Social media.	Iedereen	x
Traktatiekaarten om te delen in nieuwsbrief, in mail naar scholen en op Social Media	Iedereen	x

We realiseren een leefstijltransitie in: water drinken, gezonde voeding, genoeg bewegen en goed slapen.

Activiteit: Bewegactiviteiten	Doelgroep	Aantallen
Loopfietsclinic	Groep 1 & 2	110 kinderen

Activiteit: Overig	Doelgroep	Aantallen
Content Facebookpagina, voorheen 'JOGG Meppel' nu via 'Meppel Actief & Gezond'	Iedereen	+/- 150 berichten
100 gezonde supers, activering i.s.m. Retrospect	Contact met 6 supermarkten, ook scholing personeel	AH Oosterboer gestart met samenwerking
Team:FIT Gezondere sportkantine	Sportverenigingen	6 verenigingen zijn ermee bezig
Ondersteuning Vignet Gezonde School	Basisscholen en voortgezet onderwijs	

*'It takes a village to raise a child' *
we nemen deel in verschillende netwerken die bijdragen aan de (proces)doelen

Activiteit: Onderzoeken	Doelgroep
Onderzoek naar gedragsverandering op het gebied van voeding bij kinderen uit groep 6, 7 en 8. Hier op aansluitend wordt een interventie ontwikkeld.	Groep 6, 7 en 8
Onderzoek naar gedragsverandering op het gebied van voeding bij mensen met een lage SES. Hier op aansluitend wordt een interventie ontwikkeld.	Mensen met lage SES
Wat is gezondheid? Een kwalitatief onderzoek naar de betekenis van ervaren gezondheid van inwoners in de Watertorenbuurt in Meppel.	Inwoners Watertorenbuurt
Onderzoek naar hoe ouderen vitaal ouder kunnen worden. Hier op aansluitend wordt een product ontworpen 'Beweegwissels'.	Ouderen, senioren

Een paar interessante voorbeelden in Meppel van integrale samenwerking in het kader van realisatie maatschappelijke impact:

- Sportinstuif kinderen tot 7 jaar. Veel enthousiasme van de participerende sportverenigingen | sportkennismaking met kans op toeleiding naar structureel bewegen | ouders worden tegelijkertijd geïnformeerd over gezonde traktaties d.m.v. praktische voorbeelden en menukaarten.
- Wijk sport. Tussendoel is om kinderen van de straat te houden | kans op borging door lidmaatschap sport vereniging | aanwezigheid van kinderen van de kinderopvang resulteert in cursus Beweegkriebels en Natuursprong voor het pedagogisch kader van de kinderopvang | borging door de kaderopleiding.
- Resultaten Drink Water campagne. Water drinken is ondertussen structureel beleid kinderdagverblijven. (Dat wil je graag terugzien in de jeugdmonitor en vervolgens in de overgewicht cijfers. Helaas is de GGD rapportage van 2013 gericht op suikerhoudende dranken en die van 2019 op waterdrinken. In 2019 geven de cijfers aan: 70% van de meisjes en 75% van de jongen drinkt dagelijks water.)