

# Sport gaat niet vanzelf

## Politiek kom in beweging!



Benut  
de kracht  
van sport in  
de gemeente  
Raalte



**Sportbedrijf  
Raalte**



[sportbedrijfraalte.nl](http://sportbedrijfraalte.nl)

# Benut de kracht van sport in Raalte

We leven in een tijd waarin we fysiek en mentaal ongezonder worden en te weinig bewegen. De toegankelijkheid van sport staat onder druk en de verschillen in onze samenleving worden groter.

Benut daarom - juist nu - de kracht van sport voor een leefbare, gezonde en hechte samenleving. Sport gaat niet vanzelf. Daarom doen wij een oproep aan de politiek: Kom in beweging!

## Wat kun je doen?

- 1 Zorg voor een sterk fundament
- 2 Creëer gelijke kansen voor iedereen
- 3 Zet sport in als middel voor maatschappelijke opgaven

**Samen gaan we voor iedereen in beweging!**

## Raalte in cijfers

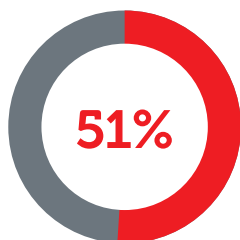
**38.623**  
inwoners

Raalte groeit  
**+2,27%** in 2040

Raalte  
vergrijst

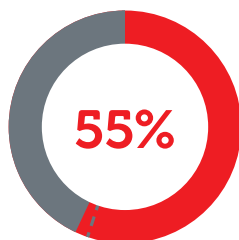
Stijging 65-plussers van **26%**  
naar **32%** van de inwoners

### Beweegrichtlijn



van de inwoners  
voldoet aan de  
beweegrichtlijn

### Overgewicht neem toe



Prognose:  
van **55%** in 2025  
naar **57%** in 2030

Voor een fit en  
vitaal leven is blijven  
bewegen een must.

**Onze ambitie:**  
In 2040 voldoet  
**60%** van de  
inwoners aan de  
beweegrichtlijn!

Bron: kenniscentrum sport en bewegen



## Wanneer voldoe je aan de beweegrichtlijn?



### Volwassenen en senioren

- Minstens 150 minuten per week matig of zwaar intensieve inspanning, verspreid over meerdere dagen.
- Minstens twee keer per week spier- en botversterkende activiteiten, voor senioren aangevuld met balansoefeningen.
- Voorkom veel stilzitten.



### Kinderen (4 tot 18 jaar)

- Minstens één uur per dag matig of zwaar intensieve inspanning.
- Minstens drie keer per week spier- en botversterkende activiteiten.
- Voorkom veel stilzitten.

# Maatschappelijke waarde van sport en bewegen

## Besparing door bewegen

(Ecorys, 2021)

Wanneer één 5- tot 24-jarige aan de beweegrichtlijnen gaat voldoen, bespaart hij/zij:

**€ 37.000 - € 74.000**

over de rest van zijn/haar leven.

Wanneer één 25- tot 54-jarige aan de beweegrichtlijnen gaat voldoen, bespaart hij/zij:

**€ 34.000 - € 75.000**

over de rest van zijn/haar leven.

Wanneer één 55-plusser aan de beweegrichtlijnen gaat voldoen, bespaart hij/zij:

**€ 12.900 - € 26.100**

over de rest van zijn/haar leven.



SROI Raalte:

**2,53**

Iedere geïnvesteerde euro levert in Raalte  
**2,53 euro**  
aan maatschappelijke waarde op.

Als **10%** meer gaat bewegen levert dit

**3.006.717 euro**

aan maatschappelijke opbrengsten op.

### Voorbeelden

- Minder zorgkosten door een betere gezondheid
- Hogere arbeidsproductiviteit door fittere werknemers
- Meer sociale samenhang en minder eenzaamheid
- Betere schoolprestaties bij kinderen

Bron: kenniscentrum sport en bewegen

# Zo investeren we in sport!

## 1 Een sterk fundament

Ga voor een sterk fundament voor een leven lang sporten en bewegen. Dit begint bij meer en beter bewegen door de jeugd, met vitale sportclubs, goede sportaccommodaties en voldoende sport- en beweegplekken in de openbare ruimte.



### Wat is hiervoor nodig?

- › Zet in op veelzijdig bewegen voor een goede motorische ontwikkeling van de jeugd.
- › Versterk de sport- en beweegaanbieder en zorg voor betaalbare sportaccommodaties.
- › Faciliteer goede bijscholing voor alle professionals (van een clubkadercoach tot een fitnessinstructeur) en vrijwilligers in de sport zodat sportaanbod veilig en kwalitatief hoogstaand is.
- › Richt de openbare ruimte zo in dat deze sport en bewegen faciliteert en stimuleert en kijk multifunctioneel naar de ruimte voor sport. Combineer de ruimte met andere opgaven door bijvoorbeeld kinderopvang, gymlessen, en zorgactiviteiten te combineren met een sportlocatie.
- › Veranker de ruimte voor sport en bewegen in de omgevingsvisie en -plannen en betrek inwoners. Maak bijvoorbeeld een ruimtelijke richtlijn voor sporten: een sportnorm.



### Zo doe je dat! Inspiratie voor Raalte

In Arnhem is het 2+1+2 beweegconcept een groot succes op basisscholen. Dit concept staat voor wekelijks 2 uur bewegingsonderwijs, 1 uur bewegen onder schooltijd en 2 uur bewegen na school. Hierdoor halen kinderen de beweegrichtlijnen (5 uur bewegen per week) en verbetert de motorische vaardigheid.

De gemeente Utrecht stuurt bewust op voldoende ruimte voor sport bij woningbouwontwikkeling. Hiervoor hebben ze een 'barcode' bedacht: een richtlijn die zegt dat als je 10.000 huizen bouwt, je ook moet zorgen voor voldoende (sport) voorzieningen in de buurt.

In Franeker zijn er inclusieve speel- en beweegtuinten voor kinderen, jongeren en volwassenen. Het bevordert de sociale samenhang in de wijk en het biedt uitdaging op allerlei ontwikkelingsgebieden.

*In de gemeente Raalte ondersteunen buurtsportcoaches alle sportclubs om vitaal te blijven, onder andere op het gebied van sociale veiligheid. Tijdens de bewustwordingscampagne Niet op mijn club kregen verenigingen tips, tools en ondersteuning om pesten, agressie en buitensluiten tegen te gaan.*

## 2 Gelijke kansen voor iedereen

Iedereen moet kunnen sporten en bewegen. Maak sport voor iedereen aantrekkelijk, toegankelijk met gerichte voorzieningen en met een sociaal vangnet voor wie dat nodig heeft.



### Wat is hiervoor nodig?

- › Zorg voor voldoende, eenvoudig toegankelijke en vindbare minimaregelingen.
- › Vergroot de zichtbaarheid van sportmogelijkheden.
- › Help inwoners die niet op eigen gelegenheid naar een sportplek kunnen reizen of aan sport kunnen deelnemen.
- › Zorg voor passend sport- en beweegaanbod voor iedereen. Juist voor degenen die net iets anders of iets extra's nodig hebben.

### Zo doe je dat! Inspiratie voor Raalte

Jongeren bewegen steeds minder, met grote gevolgen voor hun fysieke en mentale gezondheid. Gemeente Waadhoeke (Friesland) deelt aan alle 2615 jongeren een persoonlijk sport- en cultuurtegoed ter waarde van 200 euro uit om sociale verbondenheid en talentontwikkeling te stimuleren.

*In de gemeente Raalte zijn Raalte Wandel Challenge en Multisportweekend RAAK! succesvolle projecten voor mensen voor wie sport en bewegen niet vanzelfsprekend is. Meedoen voor iedereen staat centraal. De laagdrempelige instap leverde blijvende wandelgroepen op en nieuwe deelnemers voor verenigingen met een aangepast sporten aanbod.*



### 3 Sport als middel voor maatschappelijke opgaven

Zet sport en bewegen in als middel om maatschappelijke opgaven aan te pakken. Sport verbindt en samenwerking tussen o.a. sport, onderwijs, zorg en het sociaal domein zorgt voor meer impact. Sport zorgt voor fysieke, mentale en sociale fitheid!



#### Wat is hiervoor nodig?

- › Stimuleer samenwerking tussen het onderwijs, de zorg en het sociaal domein met onder andere buurtsportcoaches als verbindende factor om inwoners aan de hand te nemen richting de sport.
- › Stimuleer sporten en bewegen als basis voor een gezonde leefstijl.

#### Zo doe je dat! Inspiratie voor Raalte

In de interventie GoldenSports bewegen 65-plussers samen buiten in de buurt. Het doel is de senioren te helpen om langer gezond thuis te wonen. Doordat ze leeftijdgenoten in de buurt ontmoeten, vergroten ze hun sociale contacten en voelen ze zich minder eenzaam.



Een lokaal voorbeeld is de beweeggroep Samen in beweging bij SV Raalte. Een enthousiaste groep senioren beweegt hier samen op het veld bij SV Raalte, met daarna een gezellig kopje koffie in de kantine. Het vergroot de sociale kring van deelnemers én hun gezondheid.

Een ander lokaal voorbeeld is het initiatief Voetbal Herinneringen. Een samenwerking met Alzheimer Nederland. Voetballiefhebbers en senioren met beginnende geheugenproblematiek duiken samen in het rijke voetbalverleden van (Sallandse) clubs en praten in een gezellige setting bij ROHDA Raalte over het voetbal van vroeger. Een deelnemer: "Soms vergeet ik wat, maar niet als het over voetbal gaat".



# Wordt Raalte de nieuwe Sportgemeente van het Jaar?

Een prachtig visitekaartje voor de gemeente: Sportgemeente van het jaar! Vereniging Sport en Gemeenten, NOC\*NSF en VNG dagen jaarlijks alle Nederlandse gemeenten uit om mee te dingen naar deze titel. Belangrijke criteria zijn onder andere visie op sport en bewegen, samenwerking, sportaccommodaties, participatie, financiën en innovatie. Een mooie uitdaging voor Raalte!

## Meer informatie

Wil je meer weten over het Sportperspectief in de gemeente Raalte? Neem contact op met Sportbedrijf Raalte.



**Voor iedereen in beweging!**

Sportbedrijf Raalte b.v. | Zwolsestraat 65 | 8101 AB Raalte

T (0572) 760 600 | E [info@sportbedrijfraalte.nl](mailto:info@sportbedrijfraalte.nl) | W [sportbedrijfraalte.nl](http://sportbedrijfraalte.nl)