



JONGEREN OP GEZOND GEWICHT (JOGG)

De JOGG-aanpak is een lokale, integrale en duurzame aanpak gericht op jongeren van 0 tot 19 jaar en hun omgeving (ouders, school, fysieke omgeving, enzovoort). De JOGG-aanpak is van en voor iedereen: de hele buurt, scholen, bedrijven, het lokale bestuur, kinderen én hun ouders werken samen aan hetzelfde doel: een gezonde jeugd. Alle programma's van Ecsplora vallen dan ook onder de JOGG-paraplu.

JOGG in Stein

De JOGG-aanpak in Stein focust met name op de doelgroep 0 tot 4 jaar. Dit komt voort uit het regionaal gezondheidsbeleid 'Zuid Springt Eruit'. Zuid-Limburg springt er namelijk in negatieve zin uit wat betreft gezondheidscijfers en daarom wil men op dit vlak een trendbreuk realiseren. Een van de speerpunten hierbij is het inzetten op de jongste doelgroep, in het kader van 'beter voorkomen dan genezen' en 'jong geleerd is oud gedaan'. Door zo vroeg mogelijk in te zetten op gezonde voeding en beweging bij jonge kinderen zijn overgewicht en gezondheidsproblemen op latere leeftijd te voorkomen. Daarnaast blijft er aandacht voor de doelgroep 4 tot 12 jarigen. We zetten met name in op aandachtspunten en acties die uit het leefstijlonderzoek naar voren komen. Ook blijven we de kwaliteit van onze programma's bewaken en deze programma's continu inhoudelijk doorontwikkelen.

LEERBEDRIJF ECSPLORE

Het leerbedrijf biedt studenten de ruimte om ervaren te leren in de echte praktijk. Vanuit het leerbedrijf vindt de coördinatie plaats van leerwerkplekken, stages en beroepspraktijkvorming met rendement voor de sociaalmaatschappelijke sector én het onderwijs. Het leerbedrijf - thuisbasis van tientallen studenten - slaat zo een brug tussen theorie (onderwijs curriculum) en de actuele beroepspraktijk (werkveld). Studenten hebben in 2021 een belangrijke rol gespeeld bij diverse projecten en activiteiten. Ecsplora werkte in het schooljaar 2021-2022 samen met:

- Fontys Sportkunde 4 eerste- en tweedejaars en 3 vierdejaars studenten
- VISTA college CIO 50 eerstejaars studenten
- BOS 3 studenten

jongeren op gezond gewicht





SUPERFIT

In september 2021 is SuperFIT erkend als interventie. De aanpak is beoordeeld op het niveau 'eerste aanwijzingen voor effectiviteit'.

Met SuperFIT zetten we in op bewustwording en het vergroten van kennis over bewegen, gezonde voeding en gedrag. Door middel van nieuwsbrieven, bijscholingen, coaching op de werkvloer en het aanbieden van activiteiten stimuleren en creëren we een gezonde(re) omgeving voor kinderen.

1

bewegen en voeding

2

sociale, fysieke en
politieke omgeving

3

kinderopvang
en thuis

Resultaten

- ✓ Coaching on-the-job: **30** coachmomenten op locaties met beweeg- en voedingsactiviteiten
- ✓ Coaching off-the-job: **3** workshops over bewegen, voeding en gedrag voor **25** pedagogisch medewerkers.
- ✓ Uit onderzoek van Universiteit Maastricht naar de inzet van de rugzak als oudercomponent is gebleken dat de rugzak een goed middel is als kick-off voor SuperFIT thuis. De rugzak is door pedagogische medewerkers, ouders en kinderen enthousiast ontvangen.
- ✓ Co-creatie oudercomponent: brainstorm met samenwerkingspartners over het bereiken van opvoeders.
- ✓ Inspiratiebijeenkomsten: **5** scholingsmomenten voor **15** pedagogisch medewerkers over ouderbetrokkenheid en risicovol spel.
- ✓ Digitale informatieve nieuwsbrieven: **4** edities verzonden naar **332** abonnees.

Vooruitblik

Uitrol van de aanpak bij alle kinderopvanglocaties van MIK, Spelenderwijs en Humankind in hun hele werkgebied.

Inzet van de rugzak als oudercomponent op alle locaties.

Inzet van stagiaires van Fontys Sportkunde vanaf schooljaar 2022-2023.



Lees meer!





SMART AND FIT

Smart and Fit richt zich op de universele preventie bij kinderen, leerkrachten en ouders en is daarom een programma voor iedereen! Kinderen in het primair onderwijs komen zowel voor, tijdens en na schooltijd via 9 bouwstenen in aanraking met een gezonde leefstijl. Onderwerpen als gezonde voeding, bewuste keuzes maken en sport en (meer) bewegen komen tijdens de themawEEK op school aan bod.

9 BOUWSTENEN



6 van de 6
scholen doen mee!



School in Actie 2.0: ondersteuning scholen

De cijfers motoriek en overgewicht uit de jaarlijkse beweegt testen, de uitkomsten van het onderzoek naar beweeg- en voedingsgedrag en de checklist 'Gezonde School' vormen de beginsituatie voor maatwerk-ondersteuning op basisscholen. In overleg met de schooldirecties en eventueel de schoolbesturen wordt bekeken welke vervolgstappen de school kan zetten en hoe Ecsplora hierin kan ondersteunen.

Een greep uit het aanbod en ondersteuning van het afgelopen jaar: DrinkWater project, Methodiek bewegingsonderwijs, Begeleiding en ondersteuning aanvraag Vignet Gezonde School, Bewegend Leren, Sportieve Pauze, Inrichting en gebruik schoolplein, Pedagogisch beleid, Herinrichten school, extra sportdagen of sportmomenten, sponsorloop.



- 1** vignet gezonde school behaald door
- 1** school.
- 1** x voeding

Vakleerkrachten bewegingsonderwijs

De vakleerkrachten bewegingsonderwijs zijn ook voor circa 30% combifunctionarissen. In die functie leggen zij de verbinding tussen het beweegstimuleringsaanbod en school. Ze geven de Buurt in Actie-les, ondersteunen de scholen bij vraagstukken binnen School in Actie 2.0 en organiseren evenementen en vakantieactiviteiten.



1 van de 6 scholen.
Totaal **450** uur bewegingsonderwijs
per week met **17** vakleerkrachten.

BUURT IN ACTIE

Met wijkgerichte sport- en beweegactiviteiten biedt Ecsplora extra, kwalitatieve beweegmomenten op of dichtbij school. Wekelijks is er op ?? locaties minimaal 1 doch meestal 2 beweegactiviteiten voor groep 1 en 2 én voor groep 3 t/m 8.

63 activiteiten **696 deelnames**
gemiddeld **11 deelnemers per activiteit**

Buiten Buurt in Actie

Vanwege corona hebben we vanaf januari Buurt in Actie voor de jeugd tot en met 12 jaar naar buiten verplaatst. Op 1 centrale locatie is Buiten Buurt in Actie gestart, op het sportcomplex van R.K.S.V. de Ster, met in totaal **16 activiteiten** en **368 deelnemers**. Vanaf mei is Buurt in Actie weer zoals voorheen opgestart.

VAKANTIE IN ACTIE

In schoolvakanties organiseren we met name voor kinderen van 6 t/m 12 jaar in de Westelijke Mijnstreek sport-, beweeg- en cultuuractiviteiten voor kinderen van 4 t/m 12 jaar. Voor de kinderen van groep 1 en 2 organiseren we enkele aparte activiteiten. De locaties verschillen per vakantie. Overal brengen we lokale sport-, cultuur- en muziekaanbieders (nogmaals) onder de aandacht van de kinderen en hun ouders.

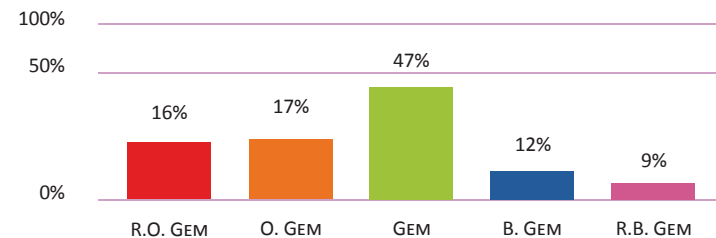
MeiXperience	2 activiteiten	82 deelnemers
Summer of Sports	1 activiteit	93 deelnemers
HerfstXperience	1 activiteit	59 deelnemers
KerstXperience	1 activiteit	23 deelnemers

EVENTS IN ACTIE

Ecsplora organiseert zelf verschillende events en adviseert op maat haar partners met betrekking tot de organisatie en coördinatie van hun evenementen. Met inzet van de materialen uit onze beweeg-o-theek kunnen partners hun eigen activiteiten beweegvriendelijker en aantrekkelijker maken.

AANDACHT VOOR MOTORISCHE ACHTERSTAND

In november en december zijn leerlingen van de groepen 1 t/m 8, meestal tijdens de gymles door de vakleerkracht bewegingsonderwijs, met de MQscan getest op hun motorische ontwikkeling.



1.011
leerlingen met
toestemming voor
de fittesten
in schooljaar
2021-2022

Ouders ontvangen na de test een kindrapport met de test scores en adviezen passend bij de scores. Kinderen met een oranje score (onder gemiddeld) worden actief gewezen op bewegingsmogelijkheden, bijvoorbeeld bij een sportvereniging of bij de naschoolse lessen van Buurt in Actie. Kinderen met een rode score (ruim onder gemiddeld) worden uitgenodigd voor het programma Extra in Actie: MRT.

Resultaten MRT-programma

In het voorjaar zijn 7 digitale bijeenkomsten en 2 fysieke bijeenkomsten geweest. Vanwege corona was het programma anders omdat we niet op basis van oude data willen doorverwijzen. Begin 2022 starten nieuwe MRT-trajecten met de uitkomsten van de testen van november en december. Nieuw bij de aandacht die we hebben voor kinderen die door hun motoriek opvallen, is dat de resultaten van de MQScan door de vakleerkrachten worden vertaald naar een plan per school onder de noemer School MRT.

Koningsspelen (alternatief) **6 scholen**

Sportweek (alternatief) **6 scholen**

Week voor de Gezonde Jeugd **1 locatie**

VERENIGINGSONDERSTEUNING

Informeren

Ecsplora brengt sport- en beweegaanbieders uit de Westelijke Mijnstreek samen tijdens verschillende sportcafé's én het jaarlijkse Sport- en beweegcongres. We informeren en inspireren sportverenigingen. Externe sprekers belichten actuele thema's en deelnemers ontvangen praktische handvatten om verder mee aan de slag te gaan. Ecsplora zorgt na afloop van deze bijeenkomsten voor een follow up. Ook informeert Ecsplora periodiek het netwerk van verenigingen middels een nieuwsbrief. Zo brengen we nieuws, interessante bijeenkomsten en andere relevante ontwikkelingen onder de aandacht.

RESULTATEN

- ✓ 6 Digitale nieuwsbrieven naar **2500** abonnees.
- ✓ 6 Online sportcafés met de thema's pesten, een beetje opvoeder, lang leve de sportouder, voorkomen van grensoverschrijdend gedrag, clubkadercoach, en financieel gezond de crisis door.
- ✓ Sport- en Beweegcongres Westelijke Mijnstreek met **60** deelnemers aan **4** webinars: presteren door communiceren, jouw club klaar voor de toekomst, sport voor kwetsbare volwassenen en kansen voor 50+ sport.
- ✓ Informeren over coronamaatregelen en steunpakketten: **12** edities naar **1000** ontvangers.
- ✓ Accountgesprekken met stakeholders, sportbonden en sportverenigingen.

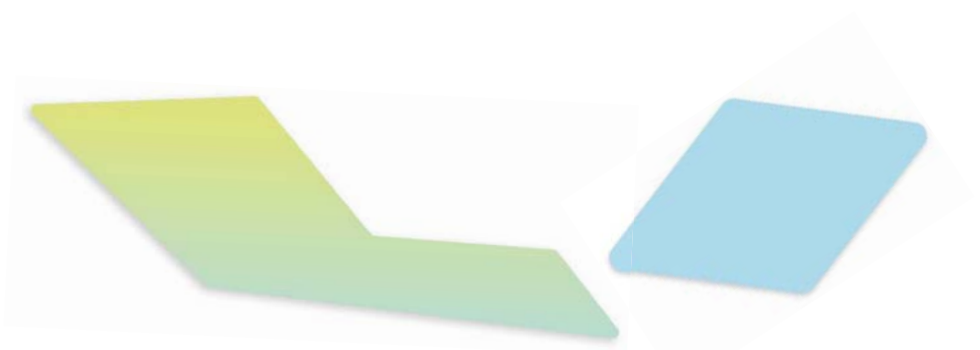
Verbinden

Ecsplora verbindt verenigingen met diverse doelgroepen, initiatieven en projecten. Onze verbindende functie kenmerkt zich door de koppeling van sportaanbieders aan onze drie andere aandachtsgebieden: primair onderwijs, voortgezet onderwijs en senioren (55+). Zo bieden we kinderen sportoriëntatielessen tijdens het naschools project Buurt in Actie, geven we verenigingen een podium tijdens onze vakantieactiviteiten en werken we actief samen met partners zoals CIOS, Fontys Sporthogeschool, Huis voor de Sport Limburg en de sportbonden voor het realiseren van een sterk verenigingsklimaat. Ook verbinden we sportverenigingen met elkaar. Dit doen we vanuit het gedachtegoed Open Club; we stimuleren verenigingen om buiten de grenzen van hun eigen club te denken.

RESULTATEN

Samenwerking met R.K.S.V. de Ster:

- ✓ Aanbieden van beweeglessen voor kwetsbare volwassenen en senioren.
- ✓ FIFA 11 vs. 11 competitie.



IEDEREEN KAN SPORTEN

De regioconsulent IKS Westelijke Mijnstreek stimuleert meer mensen met een beperking om te gaan én te blijven sporten en bewegen. De regioconsulent werkt samen met zorginstellingen, kennisinstellingen, verenigingen, de verenigingsondersteuners en de sportpedagoog van Ecsplora, Sportlandgoed de Haamen, IKS Limburg en vele andere maatschappelijke partners.



1) Toename van het sport- en beweegaanbod stimuleren.

- ✓ Vakantie-activiteiten: **3** sportdagen in de mei-, zomer- en herfstvakantie; **68** kinderen en jongeren hebben kennis kunnen maken met diverse vormen van sport en culturele activiteiten.
- ✓ Kennismakingslessen met triathlon, klimmen, handbiken, honkbal, judo, framevoetbal en rolstoeldans: **6** activiteiten met **64** deelnemers.
- ✓ Begeleiding van kinderen, ouders en trainers: **16** kinderen doorverwezen naar diverse sportverenigingen.
- ✓ Begeleiding van volwassenen en trainers: **9** volwassenen ondersteund om de weg naar de sportvereniging te vinden.

2) Bereiken van de doelgroep.

- ✓ Actueel houden van het sport- en beweegaanbod met wekelijks **46** activiteiten in de Uniek Sporten App.
- ✓ Aanspreekpunt voor doelgroep en sportaanbieders.
- ✓ Netwerkgesprekken gevoerd en de samenwerking geïntensiveerd met onder andere speciaal onderwijs, sport- en beweegaanbieders, zorginstellingen, maatschappelijke organisaties en verschillende individuele professionals.

3) Ondersteuning en kennisbevordering stakeholders.

- ✓ **2** kennistransfers voor **22** deelnemers georganiseerd over **2** onderwerpen: Autisme en Aanbod opstarten of verbeteren voor mensen met een beperking.
- ✓ Samen met sportaanbieders is nieuw aanbod gerealiseerd:
 - a) Met Jazz Dance Limbricht is rolstoeldans gerealiseerd.
 - b) HSV De Cheetahs en Sittard Condors zijn betrokken en ondersteund bij het aanbieden van honkbal voor blinden en slechtzienden. Na de succesvolle én unieke activiteit in oktober 2021 komt er een vervolg in 2022.
 - c) Samen met Fortuna Sittard en Bijzonder in Beweging zijn **6** activiteiten framevoetbal met **12** deelnemers georganiseerd. Dit aanbod heeft een structureel karakter gekregen: Bijzonder in Beweging verzorgt voor **12** kinderen wekelijks framevoetbal.
 - d) Samen met Stichting Wielerbaan Geleen wordt framerunning aangeboden (uitvoering in 2022).



HEALTHYLIFE

HealthyLIFE is een multidisciplinaire ketenaanpak voor (kwetsbare) volwassenen met overgewicht (BMI 25-30) én een (matig) verhoogd risico op CVRM of DM2, of volwassenen met obesitas (BMV > 30), gericht op het bevorderen van een actieve leefstijl en een gezond voedingspatroon. De aanpak kenmerkt zich doordat de gecombineerde leefstijlinterventie Cool wordt aangevuld met een beweegprogramma en Positieve Gezondheid.

Onderzoek

In het voorjaar van 2021 zijn de effecten van healthyLIFE onderzocht. Deelnemers verliezen gewicht, zijn fitter en voelen zich gezonder. Vooral dat laatste springt er positief uit: alle dimensies van Positieve Gezondheid laten een effect zien.

Binnen een periode van 8 maanden laten deelnemers de volgende verbeteringen zien: beter kunnen onthouden en concentreren, meer zelfvertrouwen naar de toekomst, gelukkiger gevoel en beter in balans, meer sociale ondersteuning en gevoel erbij te horen en vaardiger om de dagelijkse dingen te kunnen doen.

Grootste effect is gerealiseerd op fysieke fitness: deelnemers voelen zich gezonder, fitter en zijn meer fysiek actief vergeleken met hun uitgangspositie. Dit onderzoek rondom healthyLIFE laat dus zien dat deze aanpak het gewicht, de fysieke fitheid, maar ook de fysieke, mentale en sociale gezondheid van deelnemers positief beïnvloed.

Samenwerkingspartners

- Institute for Positive Health (IPH)
- Fontys Sporthogeschool
- Universiteit Maastricht
- Fysiotherapie Snijders
- Meditta BV
- CZ Groep
- Anders Beter
- MCC Omnes
- Rabobank
- Knooppunt Informele Zorg
- Partners in Welzijn
- Lectoraat Move to Be
- Expertise leefstijlinterventies (Cool)

Resultaten

Ondanks de beperkende omstandigheden zijn er in 2021 toch de nodige doorverwijzingen geweest. Er zijn beweeg- en leefstijlgroepen, soms in aangepaste vorm buiten en digitaal, opgestart. En ook zijn er kookworkshops en supermarktsafari's georganiseerd.

	AANTAL
Beweeggroepen	6
Leefstijlgroepen	3
Deelnemers	48
Deelnemers 4 kookworkshops	36
Deelnemers 2 supermarktsafari's	18

healthyLIFE

40

deelnemers zijn
daadwerkelijk
gestart

Meer weten

Heeft u het magazine van healthyLIFE al gelezen? Hierin leest u welke partners betrokken zijn bij de aanpak en wat de resultaten en opbrengsten zijn.

Lees het magazine

Ook in de podcast komen betrokkenen aan het woord om healthyLIFE vanuit verschillende perspectieven toe te lichten.

Benieuwd naar de opnames?

Beluister de podcast



MBVO

Doel van MBvO is dat alle ouderen in Stein gebruik kunnen maken van activiteiten, gericht op bewegen en waarbij ook het sociale aspect een belangrijke plaats inneemt. MBvO biedt ouderen vanaf 55 jaar bewegingsactiviteiten die het fysieke, psychische en sociale welzijn bevorderen. Deelname bevordert tevens de zelfredzaamheid, de participatie aan de samenleving en het levert een bijdrage aan het voorkomen van een sociaal isolement. De MBvO-activiteiten worden verspreid in de hele gemeente gegeven in gymzalen, buurt- en gemeenschapshuizen en wijksteunpunten.

	AANTAL ACTIVITEITEN	DEELNEMERS PER 31.12.2021
Sport & spel	9	90

Veiligheid

In oktober 2021 is de opleiding AED + reanimatie weer georganiseerd voor MBvO-docenten. De opleiding wordt verzorgd door Huis voor de Sport Limburg.

Samenwerkingspartners

- MBvO-docenten
- Partners in Welzijn
- Knooppunt Informele Zorg

Vooruitblik

In 2022 wordt nieuw aanbod opgezet voor kwetsbare volwassenen en jongere senioren. Enerzijds gericht op een veranderende doelgroep en vergrijzing binnen het huidige MBvO. Anderzijds omdat een deel van de volwassenen de aansluiting bij de reguliere sport niet goed kan vinden.

CORONA EN ALTERNATIEF AANBOD VOOR SENIOREN

2020 was ook en zeker voor senioren een moeilijk jaar. Veel activiteiten konden en mochten niet doorgaan. Om de doelgroep alternatieven te kunnen bieden op het gebied van sport, bewegen en gezondheid zijn er allerlei diensten en nieuwe activiteiten ontwikkeld en aangeboden ter – vaak digitale - vervanging van het reguliere programma. In de halfjaarrapportage 2021 heeft u kunnen lezen welke.

Digitale beweeglessen

In 2021 zijn de digitale beweeglessen onderdeel geworden van onze reguliere dienstverlening. Deelnemers krijgen individuele begeleiding en 1 op 1 aandacht van professionals in opleiding. Dit maakt het voor kwetsbare en eenzame senioren een prettige en persoonlijke manier om in beweging en contact te blijven. Ook is het een manier om extra te bewegen. In 2021 heeft dit geleid tot ruim 250 beweegmomenten.

ZOMERPROGRAMMA

Uit onderzoek van seniorenorganisatie KBO-PCOB blijkt dat 15% van de ouderen zich in de zomer eenzamer voelt dan in de rest van het jaar. Om daar aan iets te doen, organiseren we in die periode een divers beweeg-, cultuur- en leefstijlaanbod voor senioren in samenwerking met lokale partners. Het initiatief is ontstaan vanuit de behoefte om ook tijdens de zomermaanden, als veel buurthuizen dicht zijn en activiteiten en verenigingen deels stilliggen, toch een gevarieerd programma te organiseren voor senioren.

1

activiteit

8

deelnemers

Er zijn diverse activiteiten op het gebied van sport, cultuur en gezonde voeding georganiseerd, in samenwerking met sportverenigingen en cultuuraanbieders.



PROGRAMMALIJN JEUGD

Eind 2020 is er vanuit de programmalijn Jeugd een aanvalsplan opgeleverd, met daarin uitgewerkt op hoofdlijnen enkele hoofdlijnen waarlangs concrete zaken voor de jeugd zullen worden ontwikkeld in de Westelijke Mijnstreek. Dit aanvalsplan is in de eerste maanden van 2021 verder aangescherpt, om tot een gerichte focus voor 2021 te komen. Concreet zijn in 2021 vervolgens de volgende resultaten behaald.

- Traject integrale aanpak kinderarmoede op gang gezet, zowel intern (in de vorm van een werkgroep), alsook extern (in samenwerking met Zuyd Hogeschool). Dit laatste heeft recent geleid tot de indiening van een NWA subsidieaanvraag.
- ABC-project Geleen-Zuid opgestart, gericht op een integrale aanpak rondom jonge kinderen met een migratieachtergrond.
- Propositie integrale & regionale aanpak onderwijsachterstand (in relatie tot, doch breder dan, het NPO-programma).
- Honorering van een tweetal ZonMw subsidieaanvragen (de ene rondom maatschappelijke diensttijd (in samenwerking met JENS), de andere rondom regionaal opleidingsaanbod (in samenwerking met o.a. de UM).
- Propositie Euregionale samenwerking sociaal werk en kinderopvang (ter voorbereiding op een tweetal Interreg-aanvragen), vanuit het motto 'Internationaal verbinden is nationaal onderscheiden'.

Op basis van bovenstaande trajecten heeft ook de samenwerking met externe partners (zoals Zuyd Hogeschool, Werkplaats Sociaal Domein, JENS en diverse onderwijsorganisaties) een vlucht genomen en zijn de eerste contacten met potentiële Euregionale partners gelegd.

PROGRAMMALIJN VITALITEIT

Binnen de programmalijn Vitaliteit wordt er aan verschillende punten gewerkt. Zo werken we aan het bevorderen van de vitaliteit onder de bevolking, leveren we een bijdrage aan de kansrijke start voor elk kind en zorgen we ervoor dat mensen de regie in eigen handen kunnen nemen en dat er gezond geleefd kan worden, maar mensen ook gezond ouder worden. Preventie van gezondheidsklachten en positieve gezondheid staan centraal, met daarin een belangrijke rol voor leefstijl, bewegen, fysieke gezondheid, mentale vitaliteit en gedrag. We willen hiermee de negatieve trend doorbreken en gezondheidsachterstanden terugdringen, eigen regie stimuleren en de kanskracht van gezinnen vergroten. Concreet zijn in 2021 onder andere de volgende resultaten behaald:

VITAAL OPGROEIEN

- SuperFIT is een brede aanpak gericht op het bevorderen van een gezonde leefstijl bij jonge kinderen van twee tot vier jaar. De aanpak is door het RIVM gehonoreerd als erkende interventie. In 2021 is de uitrol gestart op alle locaties van MIK Kinderopvang en Spelenderwijs. We sluiten aan bij het lerend netwerk Gezonde Kinderopvang in samenwerking met de Gemeenschappelijke Gezondheidsdienst en gemeenten. Daarnaast is er een subsidie toegekend van ZonMw voor implementatieonderzoek in samenwerking met Universiteit Maastricht.
- Innovatie Coalitie: in samenwerking met Springlab is er een plan gemaakt voor de komende vijf jaar. Hoe krijgen we kinderen meer in beweging (binnen en buiten) met behulp van technologie? Eind 2021 zijn 3 combinatiefunctionarissen van Ecsplora opgeleid als train de trainer beweegvloer.

PROGRAMMALIJN VITALITEIT

VITAAL OUDER WORDEN

- HealthyLIFE is een netwerkaanpak waarbinnen een gecombineerde leefstijlinterventie (GLI), Positieve gezondheid en een beweegprogramma wordt aangeboden met als doel het aanpakken van overgewicht en obesitas bij volwassenen (18+) en de achterliggende problematiek. Er is een [digitaal magazine](#) uitgebracht met informatie over het programma en de onderzoeksresultaten. Universiteit Maastricht heeft het onderzoek naar de effecten van het programma uitgevoerd en aangetoond dat het programma effectief is.

Uit het onderzoek blijkt dat healthyLIFE deelnemers gewicht verliezen, dat ze fysiek fitter zijn, maar nog belangrijker: ze zitten beter in hun vel (ze zijn tevreden, kunnen het dagelijks leven beter organiseren, hebben meer sociale relaties, functioneren mentaal beter en hebben een beter toekomstperspectief). Door deelname aan healthyLIFE zijn ze in staat om actiever deel te nemen aan de maatschappij. De resultaten van het onderzoek naar de effectiviteit van healthyLIFE zijn ook gepubliceerd in een wetenschappelijk journal genaamd: International Journal of Environmental Research and Public Health. Dit is online terug te vinden: <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/22/11861>. In 2021 is de samenwerking onder andere opgestart met de Huisartsen Oost-Zuid Limburg en sluiten we aan bij de learning community van PON (partnerschap overgewicht Nederland). healthyLIFE staat op de agenda van de preventiecoalitie Westelijke Mijnstreek.

Ten slotte verwijzen we naar de healthyLIFE podcast. De podcast bestaat uit een reeks afleveringen waarin wij samen met partners, deelnemers en coaches een inzicht geven in het programma.

- Platform Vitaalino46: Dé (digitale) plek waar volwassenen (focus 50+) terecht kunnen met alle vragen en informatie rondom veerkrachtig ouder worden. Dit platform stimuleert preventieve zorg voor ouderen. In 2021 is het concept ontwikkeld en hebben wij een online marketeer aangesteld.

**LUISTER HIER DE
PODCASTS EN LEES
HET MAGAZINE VAN
HEALTHYLIFE**

Podcasts



Magazine



PROGRAMMALIJN VITALITEIT



VITALE MEDEWERKERS

- GO-FIT is een programma waarin bewustwording gestimuleerd wordt. De focus wordt gelegd op het belang van regie nemen over je eigen vitaliteit en dat je ideeën krijgt over het verbeteren van de vitaliteit en dit te waarborgen.
- Er zijn maandelijkse thematische nieuwsberichten verstuurd naar alle medewerkers van MIK & PIW Groep. Daarnaast zijn er diverse activiteiten opgezet tijdens de week van de vitaliteit. Eind 2021 zijn er gezonde traktaties op alle locaties van de kinderopvang bezorgd.
- Onze maatschappelijke ambities behalen we niet alleen met behulp van gezinnen en wijkbewoners maar ook met behulp van vitale medewerkers. Medewerkers die zich gezond voelen en betrokken zijn bij de organisatie, zorgen voor het vitaliteitsbeleid.
- Daarom investeren we niet alleen in de kanskracht van onze cliënten, maar zeker ook in die van onze medewerkers. Hiertoe hebben we in 2021 ons vitaliteitsplan herzien. In het nieuwe vitaliteitsplan is terug te vinden hoe MIK & PIW Groep als organisatie kijkt naar de vitaliteit van individuele medewerkers. De vitaliteitsmatrix geeft een overzicht van de strategie, ambitie, centrale thema's, concrete doelstellingen en bijhorende acties en initiatieven.

VERANDEROPGAVES

VERANDEROPGAVE 1: MEER GRIP OP HET SOCIAAL DOMEIN

Inzet sportpedagoog

Per 1 april 2021 is er start gemaakt met de inzet van de sportpedagoog. Er is ingezet op een samenwerking met team Jeugd, het voorliggend veld, onderwijs en zorgaanbieders. Tevens is er een goede relatie opgebouwd met diverse sportverenigingen. De volgende resultaten hebben wij in 2021 bereikt:

- 15 kinderen zijn lid geworden van een sportvereniging. Deze kinderen hebben pedagogische ondersteuning ontvangen in het ontwikkelen van communicatieve en sociale vaardigheden, emotieregulatie en eigen inzicht. De ouders van deze kinderen hebben ondersteuning ontvangen om inzicht te krijgen in de problematiek van het kind, inzichten en vaardigheden ontwikkeld in de omgang met hun kind en hun kinderen te begeleiden in het sporten en bewegen.
- 4 kinderen zijn aangemeld voor zwemles vanwege een taalbarrière en taalachterstand. Er wordt ondersteuning geboden om de interactie tussen kind en zweminstructeur en de communicatie met gezinnen en zwembad Steinerbos te bevorderen. Tevens worden de zweminstructeurs gecoacht in het omgaan met de informatieverwerking van deze kinderen.
- 5 verenigingen hebben vaardigheden ontwikkeld in het omgaan met sporters met gedragsproblematiek. Hier zijn in het totaal zes jeugdigen gesignaleerd door deze verenigingen en hebben deze jeugdigen begeleiding ontvangen van de sportpedagoog. Deze verenigingen zijn RKS De Ster, GTV Maasland Stein, ESC'90 Handbalvereniging, Angelina Dance Centre en SV Haslou.

- RKS De Ster en GTV Maasland hebben deelgenomen aan de webinars 'Lang leve de sportouder' en 'Naar een veiliger sportklimaat'. Naar aanleiding hiervan zijn er twee bijeenkomsten georganiseerd en trajecten opgestart om de verenigingen te ondersteunen in de inbedding hiervan.

Inzet Liaison

In het afgelopen jaar is door de inzet van de liaison geïnvesteerd in de samenwerking tussen de gemeente en het sociaal domein. De Praktijkondersteuner Jeugd (POH-J) is vanuit het Jeugd- en Gezinswerk aangesloten bij verschillende casuïstiek overleggen. Hierdoor is de onderlinge samenwerking versterkt en door de korte lijnen weet men elkaar te vinden waar het nodig is. In de evaluatie wordt de meerwaarde van de verbindingspersoon onderkend. Naast de brede kennis van het voorliggend veld is er op deze manier ook ervaring vanuit de regio beschikbaar geworden. Door ondersteuning van de liaison bij de verdere analyses is er een helder beeld geschetst van de verwijzingen van jeugdigen naar de geestelijke gezondheidszorg (GGZ).

VERANDEROPGAVES

Monitoring/resultaatmeting

We hebben de beschikbare informatie en data gecombineerd met de data vanuit de gemeente en het Centrum voor Jeugd en Gezin. Hierdoor zijn we in staat geweest om de impact van ons werk beter in kaart te brengen. We kunnen zo aantonen dat de recidive van een cliënt die bij de Praktijkondersteuner Jeugd (POH-Jeugd) onder behandeling is geweest, slechts 3 tot 5% is. Dat betekent dat tot een jaar na afsluiting van de behandeling er geen beroep gedaan wordt op de jeugdwet (tenzij de Praktijkondersteuner Jeugd zelf een verwijfsadvies heeft afgegeven). Daarmee wordt aangetoond dat de inzet succesvol en afdoende is.

Versterken ketensamenwerking huisartsen

In 2021 zijn er constructieve gesprekken met de huisartsen van Stein gevoerd. Dit heeft ertoe geleid dat we nauwer zijn gaan samenwerken, ook met praktijken die op dit moment geen of nauwelijks gebruik maken van de ondersteuning van de Praktijkondersteuner Jeugd en/of Maatschappelijk Werker.

Daarnaast is er een pilot gestart om te onderzoeken of dit het gewenste resultaat oplevert. Zo willen we ervoor zorgen dat het aantal (onnodige) verwijzingen naar de geestelijke gezondheidszorg (GGZ) gereduceerd wordt. Door ons vaste aanspreekpunt binnen Partners in Welzijn voor de huisartsenpraktijken merken we dat huisartsen ons eerder weten te vinden. Ook verschillende projecten, waaronder het Leergemeenschap bijeenkomst dorspnetwerk Elsloo en het Knooppunt, hebben een positieve bijdrage geleverd aan de ketensamenwerking. Middels een enquête onder huisartsen, waarin we vragen naar de tevredenheid over de samenwerking met de Praktijkondersteuner Jeugd en Maatschappelijk Werkers, willen we inzicht krijgen. De resultaten zullen in 2022 beschikbaar zijn.

VERANDEROPGAVES

VERANDEROPGAVE 2: STIMULEER GEZOND OPGROEIEN EN OPVOEDEN

Inzet vakleerkrachten

Om meer scholen te stimuleren om gebruik te maken van de deskundigheid van de vakleerkracht bewegingsonderwijs, hebben er in 2021 diverse gesprekken plaatsgevonden met directies en leerkrachten van diverse basisscholen in Stein. De Jeugd- en Gezinswerkers, welke verbonden zijn aan de scholen, brengen dit tevens onder de aandacht. Echter heeft dit in het schooljaar 2021-2022 nog niet geleid tot meer inzet. We hebben daarom in 2021 een [promotievideo](#) opgenomen om de voordelen van een vakleerkracht in het bewegingsonderwijs en als verlengstuk van het beweegstimuleringsprogramma extra aandacht te geven.

Nazorg jeugd/jongeren na hulpverlening

Het afstemmingsoverleg met team Jeugd, Algemeen Maatschappelijk Werk en opbouwwerk heeft plaatsgevonden. Dit heeft geleid tot vijf aanmeldingen van cliënten bij Algemeen Maatschappelijk Werk. Binnen drie van de vijf aanmeldingen gaat het om een langdurig traject. Hierbij is ondersteuning geboden bij onder andere financiën, de studiekeuze en communicatie met ouders. De verwijzingen zijn via diverse kanalen bij ons binnengekomen. Algemeen Maatschappelijk Werk heeft tijdens de casuïstiek afstemming gezocht met Opbouwwerk alsook het project Coach4You. Binnen deze samenwerking is er regelmatig contact geweest met andere, interne disciplines zoals opbouwwerk, Jeugd- en Gezinswerk en De Praktijkondersteuner Jeugd (POH-J) om af te stemmen over een casus.

Ondersteuning echtscheidingen:

De steun van leeftijdsgenootjes die hetzelfde meemaken is voor de jeugd essentieel. Zo kan de spanning, die bij een scheiding komt kijken, verminderd worden. Daarnaast is ook het leren van vaardigheden om beter om te kunnen gaan met gevoelens na de scheiding van groot belang. Vanuit het feit dat er veel problematiek speelt omtrent de ondersteuning bij echtscheidingen hebben we gekeken naar wat mogelijk is om aan te bieden vanuit het Jeugd- en Gezinswerk op het gebied van preventie. In 2021 is er daarom onderzocht of, en hoe, we de trainingen 'Stoere schildpadden en dappere Dino's, binnen Partners in Welzijn vorm konden geven. Uit verschillende gesprekken met de ontwikkelaars van deze trainingen (vanuit Toegepast Natuurwetenschappelijk Onderzoek) is gebleken dat het juist een aanvulling is op onze reeds bestaande training 'Kinderen scheiden niet'. Hierdoor hebben we een aanbod voor kinderen uit alle klassen van de basisschool. We hebben onze samenwerkingspartners hierin meegenomen, om ook op het niveau van hulpverlening rondom echtscheidingsproblematiek zo op elkaar aan te sluiten.

Vanuit Reset is er een samenwerking tussen Partners in Welzijn en onder andere stichting Yvoor opgezet. Enerzijds ten behoeve van kennisoverdracht en anderzijds om zware geïndiceerde zorg te voorkomen. Door deze samenwerking is de kennis met betrekking tot dit onderwerp bij de Jeugd- en Gezinswerker vergroot. De effectevaluaties geven een toename, van positief functioneren en welzijn van de kinderen, en een afname, van sociaal emotionele problemen, weer. Met de inzet van deze trainingen voorkomen we dat kinderen op een latere leeftijd zwaardere problematiek gaan ontwikkelen en hierdoor mogelijk ook pas in een later stadium in de hulpverlening terecht komen.

VERANDEROPGAVES

VERANDEROPGAVE 3: E-TECHNOLOGIE OM PARTICIPATIE OPTIMAAL TE BEVORDEREN

Digitale hulpverleningsprogramma's

We hebben sinds oktober 2020 gebruik gemaakt van de e-Health programma's van Therapieland. Uit onderzoek van Zuyd Hogeschool zijn de ervaringen overwegend positief. Het vraagt echter wel tijd en routine om structureel met de e-modules te blijven werken. Over het algemeen hebben de cliënten en professionals aangegeven dat de voorkeur ligt bij face-to-face contact, maar elementen uit de e-Health programma's zijn zeker bruikbaar. Bijvoorbeeld als het gaat om psycho-educatie over specifieke onderwerpen of bepaalde oefeningen uit een programma. Daarnaast hebben we gemerkt dat we ook aandacht moeten besteden aan het motiveren van cliënten om een programma te doorlopen en af te ronden.

Vitaliteit ouderen

In 2021 zijn de digitale beweeglessen onderdeel geworden van onze reguliere dienstverlening. Deelnemers krijgen individuele begeleiding en 1 op 1 aandacht van professionals in opleiding. Dit maakt het voor kwetsbare en eenzame senioren een prettige en persoonlijke manier om in beweging en contact te blijven. In 2021 heeft dit geleid tot ruim 250 beweegmomenten.

De beoogde samenwerking met de DOP initiatieven is door corona en de beperkingen t.a.v. de openstellingen van de buurtcentra als gevolg daarvan niet van de grond gekomen. Hierdoor hebben deze veranderopgave niet kunnen realiseren.

Future Proof Maatjes

Met Partners in Welzijn, De Brug en het Knooppunt Informele Zorg hebben we afgelopen jaar de pilot 'Digitaal maatjes project' opgezet. Door middel van de inzet van het 'digitaal maatje' kunnen kwetsbare mensen sociaal contact hebben en voelen zij zich verbonden. Zes deelnemers hebben gebruik gemaakt van het digitaal maatje, waaronder twee vrijwilligers. De deelnemers waren positief en vonden het prettig om op deze manier sociaal contact te hebben. Een groot voordeel is dat het contactmoment via de digitale weg meer flexibiliteit kent. Enkel hadden weinig ervaring met de digitale wereld en zijn ondersteund in het ontwikkelen van hun digitale vaardigheden. Eenmaal onderweg bleek het gebruik van de tablet zeer gebruiksvriendelijk en toegankelijk. Aan het einde van het jaar hebben we contact gehad met het Radboud Universitair Medisch Centrum, meer uitleg gekregen van De Samen Spelen App en deze applicatie toegevoegd. De ervaringen worden begin 2022 uitgewisseld.

VERANDEROPGAVES

VERANDEROPGAVE 4: VERGROTEN FINANCIËLE GEZONDHEID

Samenwerking Werk en Inkomen/Jongerenloket en Partners in Welzijn

Om de samenwerking met Vidar te intensiveren, lijnen te verkorten en contact te vergemakkelijken, hebben we binnen Partners in Welzijn een aandachtsfunctionaris aangesteld. Er heeft overleg plaatsgevonden om de samenwerking en doorverwijzing van cliënten te bevorderen.

Burgers met ingewikkelde vragen zijn door Vidar rechtstreeks doorverwezen naar de juridische dienstverlening. We zien dat hierin toenemende mate gebruik van gemaakt is. Daarnaast zijn burgers met eenvoudige vragen doorverwezen naar het inloopsprekuren en zijn burgers, die hulp nodig hadden bij het invullen van formulieren, geholpen bij Het Formulieren Café.

In 2022 worden juridische vragen doorverwezen naar het Juridisch Loket daar de dienstverlening wegens bezuiniging stopt en hiermee ook de rol van de aandachtsfunctionaris komt te vervallen.

Door de samenwerking met de afdeling schuldhulpverlening van de gemeente, in de aanloop van een schuldhulpverleningstraject, worden zaken snel opgepakt zodat burgers snel in een traject terecht komen.

Medewerkers van het Jongerenloket en Partners in Welzijn weten elkaar op casusniveau te vinden. Er hebben regelmatig verwijzingen van het Jongerenloket naar het Maatschappelijk Werk plaatsgevonden. In het

eerste kwartaal van 2022 staat er een afspraak gepland om elkaar ook in algemene zin te informeren over ieders werkwijze en daarmee de samenwerking te verstevigen.

Nieuwe wet schuldhulpverlening

Er is een start gemaakt met een bijeenkomst met gemeente, afdeling schuldhulpverlening, beleidsmedewerker, vrijwilligers Administratieve ondersteuning & begeleiding en PIW. Hierin hebben we met elkaar bekeken wat we van elkaar verwachten. Dit heeft geleid tot de keuze dat de bestaande Administratieve ondersteuning & begeleiding vrijwilligers zich primair blijven richten op hun huidige taak en werkzaamheden, namelijk het ondersteunen van hun bestaande cliënten. Om te voorkomen dat bij deze groep de problemen opnieuw zouden verergeren. Wel hebben we 3 nieuwe vrijwilligers kunnen werven die helaas in 2021 nog in afwachting waren wegens corona om aan te sluiten bij vroeg signalering.

Voor verdere informatie over het Administratieve ondersteuning & begeleiding project verwijzen wij naar pagina 34.

Nazorg schuldhulpverlening en bewindvoering

Omdat van gemeentezijde geen huisbezoeken mogelijk waren, hebben we hier geen invulling aan kunnen geven in 2021 en wordt dit vervolgd in 2022.

VERANDEROPGAVES

VERANDEROPGAVE 5: VERSTERKEN ROL WELZIJNSWERK IN HET INBURGERINGSPROCES

Statushouders met hulpvragen werden in 2021 opgevangen binnen de inloopsprekuren in Nieuwdorp en Elsloo. In het kader van de maatschappelijke participatie werden statushouders verwezen naar activiteiten van het Buurthuis, Vrouwencentrum Stein (vrouwen zwemuurtje Steinerbos), het project Burenhulp, het maatjesproject, toe geleid naar regulier hulpverlening bijvoorbeeld Algemeen Maatschappelijk Werk, administratieve ondersteuning & begeleiding, Het Formulieren Café of Juridisch Loket. Er was daarnaast sprake van samenwerking op casus niveau tussen Vluchtelingenwerk en Partners in Welzijn en door de corona-beperkingen waren er belemmeringen omdat activiteiten opgeschort waren.