

PROPOSITIE 2021

GEMEENTE STEIN



ECS PLORE
Educatie | Cultuur | Sport

PROPOSITIE

Bewegestimulering is een dienstbaar middel om een gezonde leefstijl te realiseren, een basisvoorziening in het voorliggend veld. De programma's van Ecsplora richten zich op vijf aandachtgebieden/doelgroepen. De afgelopen jaren hebben we gemerkt dat de kwetsbare groepen steeds meer aandacht verdienen. In 2020 is deze doelgroep toegevoegd als vijfde aandachtsgebied.

1. Kinderen 0 – 4 – 12 jaar
2. Jeugd 12 – 18 jaar
3. Senioren 55+
4. (Ondersteuning van) beweegaanbieders
5. Kwetsbare doelgroepen.

Deze vijf aandachtsgebieden zijn in Stein samengevat in drie thema's:

- Gezond opgroeien
- Gezond meedoen
- Gezonde verenigingen

Hieronder geven we een beknopte toelichting over het JOGG-gedachtegoed en de verschillende programma's.



GEZOND OPGROEIEN

JOGG

Sinds april 2020 is Stein een JOGG-gemeente. 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, sportvereniging, etc.). Wij kiezen ervoor om de aanpak niet te zien als een nieuw aanbod, maar vertalen het gedachtegoed integraal in ons programma. De focus ligt op de drie componenten binnen de driehoek van een gezonde leefstijl (bewegen, voeding en gedrag). Deze komen zoveel mogelijk terug in onze programma's, activiteiten en evenementen. Sport en bewegen én onze programma's worden binnen het sociaal domein gezien als een preventief middel bij thema's als gezondheid, educatie, preventie, leefbaarheid, integratie en wijkaanpak.

SUPERFIT

Aanleren en aanwennen van een gezonde leefstijl moet vroeg beginnen SuperFIT is een aanpak gericht op het bevorderen van een gezonde leefstijl op het gebied van voeding en beweging bij jonge kinderen (2-4 jaar). SuperFIT richt zich op drie settings: kinderopvang, thuis en de wijk. Daarnaast besteedt SuperFIT aandacht aan drie omgevingen: de fysieke, de sociale en politieke omgeving.

SMART & FIT

Een week interactieve voorlichting over en een speelse kennismaking met een gezonde en actieve leefstijl. Het exacte programma verschilt per basisschool, maar is telkens gebaseerd op 9 vaste bouwstenen.



IN ACTIE

1. Buurt in Actie

Naast de vorm van universele preventie kiezen we ervoor om in Stein, Elsloo en Urmond/Berg aan de Maas nadrukkelijk actief te zijn op de hoek van de straat. Met wijkgerichte sport- en beweegactiviteiten bieden wij extra kwalitatieve beweegmomenten.

2. Vakantie in Actie

Tijdens schoolvakanties wordt een gevarieerd aanbod van sport- en beweegactiviteiten voor kinderen van 6 t/m 12 jaar georganiseerd. We maken waar mogelijk een verbinding met sport- en beweegaanbieders om deze onder de aandacht te brengen bij kinderen en hun ouders.

3. Events in Actie

Het organiseren van grotere evenementen zoals de jaarlijkse sportweek, Week voor de Gezonde Jeugd, de recreatieve activiteiten met Sinterklaas (Pietengym) en de coördinatie van De Buitenspeeldag.

4. Gezond in Actie

Het programma is een laagdrempelige manier om de bewustwording van kinderen over een gezonde leefstijl, gezonde voeding en bewuste en gezonde keuzes te vergroten. Met dit aanbod kunnen we kinderen bereiken met een licht verhoogd risico op overgewicht, of kinderen met (licht) overgewicht.

5. Extra in Actie

Met beweegactiviteiten gericht op de motorische ontwikkeling zijn we een 'veilige' en laagdrempelige doorverwijslocatie voor kinderen die motorisch achterblijven. Extra in actie is een programma gericht op het verbeteren van de motorische ontwikkeling van kinderen door middel van Motorisch Remedial Teaching (MRT). Het is de bedoeling dat de kinderen met plezier en zonder angst gaan bewegen en hierdoor (meer) zelfvertrouwen ontwikkelen.



GEZOND MEEDOEN

ONTMOETINSDAG

In de kern Urmond/Berg aan de Maas organiseren we een fitheidstest en beweegmarkt voor alle senioren/ 55-plussers. Op basis van de resultaten van de testen krijgen deelnemers een beweegadvies van een professional en worden ze doorgeleid naar de beweegmarkt. Hier kunnen zij kennismaken met sport- en beweegaanbieders uit de omgeving.

BEWEEGPROGRAMMA

Als opvolging van de fitheidstest bieden wij een beweegprogramma aan. Alle deelnemers van de fitheidstest kunnen zich inschrijven voor dit programma. Tijdens het beweegprogramma wordt er kennis gemaakt met verschillende sport- en beweegaanbieders uit de omgeving. Daarnaast verzorgt Ecsplora de eerste drie lessen van het beweegprogramma.

HEALTHYLIFE

Deze multidisciplinaire ketenaanpak is ontwikkeld in samenwerking met onder andere CZ Groep, Fontys Sporthogeschool, Meditta, MC Omnes en Intsitute for Positive Health. De aanpak richt zich op een aantal pijlers, namelijk: bewegen, gedrag, voeding en positieve gezondheid. Het project richt zich op een zeer specifieke doelgroep, wat ook een speciale manier van bereiken vraagt.

MBVO

Het doel van MBvO is dat alle ouderen gebruik kunnen maken van activiteiten gericht op bewegen, waarbij ook het sociale aspect een belangrijke plaats inneemt. MBvO biedt ouderen vanaf 55 jaar bewegingsactiviteiten die het fysieke, psychische en sociale welzijn bevorderen. Ecsplora verzorgt de coördinatie van nieuwe beweeggroepen.

BEWEEGMAKELAAR

Wij vormen de schakel tussen senioren en de bestaande aanbieders. We gaan uit van eigen kracht van senioren en de wijk is onze werkplek. De beweegmakelaar heeft een uitvoerende rol binnen HealthyLIFE.

IEDEREEN KAN SPORTEN

Bevorderen van de toestroom naar sport- en beweegaanbod van individuen met een beperking. Ondersteunen en kennis bevorderen van sportaanbieders en stakeholders.



GEZONDE VERENIGINGEN

INFORMEREN

1. Nieuwsbrieven

Sport- en beweegaanbieders worden structureel geïnformeerd over ontwikkelingen, kansen en regelingen.

2. Sportcongres

Jaarlijks wordt door Ecsplora een Sportcongres georganiseerd voor alle verenigingen uit de Westelijke Mijnstreek. Doel van het congres is verenigingen informeren over maatschappelijke ontwikkelingen en het bijscholen van kader en bestuurders.

3. Sportcafé

In samenwerking met Sittard-Geleen en Beekdaelen worden ook sportcafés georganiseerd voor verenigingen. Vanuit dezelfde gedachte als het sportcongres, maar kleinschaliger van aard.

VERBINDEN

Onze verbindende functie kenmerkt zich door de koppeling van sportaanbieders aan de andere aandachtsgebieden. Zo bedden we verenigingen bijv. in bij Buurt in Actie, Vakantie in Actie en Ontmoetingsdagen voor senioren. Verenigingen worden daarbij in contact gebracht met diverse doelgroepen en vice versa.