



# Projectenboek

## Het FIT! Projectenboek

### Opzet en inhoud

In het FIT! projectenboek staan de projecten die de partners van het FIT! akkoord Roosendaal gezamenlijk gaan uitvoeren. Doel is om de inwoners van Roosendaal nog gezonder en vitaler te maken. De projecten zijn door de FIT! partners zelf benoemd. De projecten staan verdeeld over de drie thema's van het FIT! akkoord. Dit projectenboek is een dynamisch document. Is een project afgerond dan zal het worden verwijderd en nieuwe projecten worden opgenomen in dit FIT! projectenboek.

Meer informatie is te vinden op

[www.rsdfit.nl](http://www.rsdfit.nl)

### Totstandkoming projectenboek

De projecten in het FIT! projectenboek zijn benoemd in verschillende werksessies die voor het FIT! akkoord georganiseerd zijn. Het gaat dan om de werksessies van 5 februari 2020 bij Aleco, 5 maart 2020 in het Innovitapark en tijdens het digitale FIT! Feest op 24 september jl.

### Samenwerken: partners, aanvoorders en Team FIT!

Bij ieder project is een kartrekker benoemd. Hij/zij is verantwoordelijk voor de uitvoering van het project. Per thema wordt gewerkt met aanvoorders. De aanvoorders zijn het aanspreekpunt voor de kartrekkers en kunnen de kartrekkers met raad en daad bijstaan. De aanvoorders vormen met elkaar en samen met de gemeente Team FIT!. Dit team stuurt de uitvoering van het FIT! akkoord aan en organiseert de werkbijeenkomsten. De uitvoering van het FIT! akkoord is net gestart. Doel is om de komende tijd de groep met aanvoorders en het Team FIT! verder uit te breiden met een vertegenwoordiging van partners. In de eerste fase ligt de nadruk vooral op de realisatie van de benoemde projecten.

## VOLDOENDE SPORT & BEWEGEN

Naam project	Omschrijving	Kartrekker	Andere betrokken organisaties	Stand van zaken
Fitroute Burgerhout	Het tot stand brengen van een beweegroute in de buitenruimte, met als doel ouderen meer aan het bewegen te krijgen.	Buurthuis Keijenburg	SSNB (Jerome de Clerq en Patrick de Klerk), Fontys Nijha	Buurthuis Keijenburg heeft in samenwerking met studenten van de Sporthogeschool Fontys en SSNB een beweegroute opgezet vanuit het buurthuis. Elke donderdagochtend wordt deze begeleid door een vrijwilliger van ons. Uiteraard is deelname gratis.  De volgende stap die gezet gaat worden is meer aandacht voor zichtbaarheid (ook op <a href="http://www.RsdFit.nl">www.RsdFit.nl</a> ), promotie, bekendmaking van de route. Ook aandacht voor bordjes met oefeningen e.d.
Ontdek je talent (sportstimulering)	Kinderen / jongeren structureel aan het bewegen krijgen doordat zij doorstromen naar een sportvereniging. Doelgroepen: a) voor jonge kinderen 2-6 jaar, b) voor basisschoolkinderen, c) voor middelbare school kinderen. Denk hierbij aan uitbouw Sjors Sportief, sportclinics op PO en VO scholen en in de kinderopvang / Nijntje beweegdiploma voor kinderopvang	SHV Boosters (VO)	Kober, SSNB, OBS De Wending, SHV Boosters, Dynamo, Da Vinci College, Norbertus/Gertrudis, RMHC De Pelikaan, Golfcentrum Roosendaal	Er zijn nog geen concrete acties ondernomen. Een veel terugkomend voorbeeld is: scholentoernooi, ofwel met basisscholen ofwel met middelbare scholen. Op deze manier kunnen leerlingen kennis maken met onze sport, maar voor met andere verenigingen en sporten. Probleem is alleen altijd: mensen die aanwezig kunnen zijn tijdens zo'n toernooi  In het kader van dit project heeft SHV Boosters: <u>1.</u> contact opgenomen met het Da Vinci college. (voorstel is dat het Da Vinci tijdens de LO- lessen gebruik kan maken van de velden van SHV Boosters en dat SHV Boosters in de winterperiode gebruik kan maken van de sporthal van Da Vinci.) <u>2.</u> de afgelopen jaren veel contact gehad met verschillende basisscholen en met Kober, dus zo nu en dan worden er clinics verzorgd door ons en andere verenigingen, waardoor kinderen kennis maken met de verschillende sporten. <u>3.</u> En zo is er Sjors Sportief natuurlijk ook nog steeds. Wens is om tot structurele afspraken te komen.
Outdoor kidsgym (PO)	Buiten gymlessen bij sportvereniging voor PO voor kennismaking met alle facetten van die sport	OBS De Wending	Sportclubs / SSNB, Herstaco Stadion, SHV Boosters	De Wending heeft een sportdag in het Herstaco stadion op de planning staan. Boosters geeft daar een clinics. Er dus contact tussen SSNB, Fontys, Herstaco Stadion, de Wending en de Boosters
Het Fietstalent van Roosendaal	Aantrekkelijk en uitdagend event voor promotie van de wielersport en om kinderen / jongeren kennis te laten maken met de wielersport	Wielersplatform Roosendaal (Richard Konings)	Wielerverenigingen	De organisatie is een werkgroep bestaande uit bestuursleden van de diverse wielersportcomités die wordt voorgezeten door het Wielersplatform. De wens is dat we dit jaar alsnog organiseren in de nazomer/najaar. Zeker nu ook de Jeugdronde wederom niet doorgaat. Maar we wachten de ontwikkelingen rondom de maatregelen nog even af en zullen dan eerst met de werkgroep bespreken hoe of wat.  Het idee is ontstaan rondom de Vuelta.
Outdoor sports (VO)	Buiten gymlessen bij sportvereniging voor VO voor kennismaking met alle facetten van die sport	Da Vinci College	Sportpartners, Winkeliers, bedrijven, JOGG	We zouden op het Da Vinci College aan onze bovenbouwleerlingen graag wat meer sporten aanbieden buiten school, een soort sportoriëntatie van bv. 2/3 lessen van een bepaalde sport. Graag zouden we eens brainstormen met een aantal mensen om te kijken wie ons met dit project kan helpen. We denken dan bijvoorbeeld aan sportverenigingen, die hun accommodatie ter beschikking willen stellen voor een paar lessen, of cios studenten die wellicht een les kunnen verzorgen. o Dit proces loopt, Da Vinci heeft contact met THOR over het gebruik van de atletiekbaan.  Verder wordt gekeken om de samenwerking breder te trekken en uit te breiden naar scholengemeenschap Tongerlo.
Jong & sportief	Evenementen organiseren, sportdagen bovenbouw VO, Urban sports	Herstaco Stadion	Gemeente, SSNB, Da Vinci College, SHV Boosters, Fontys, CIOS	
Open club	Sportverenigingen helpen hun accommodatie structureel op daluren beschikbaar te stellen aan andereverenigingen, maatschappelijke organisaties, scholen, wijkverenigingen etc.	RKVV (Jeroen van Beers) en Da Vinci College (Esther Cornec)	OBS De Wending, Da Vinci College (Esther Cornec), CIOS, Bravis (revalidatie ouderen). Ondersteuning vanuit services ALS/NOC*NSF	In ontwikkeling. Er zijn contacten tussen RKVV Roosendaal en het Bravis ziekenhuis, maar ook met het Da Vinci College en de OBS De Wending.
Kennisplatform RSD FIT!	Actuele vraagstukken worden behandeld in themasessies, leergangen, workshops e.d.	HV Heerle, Johan Cruyff College		
Student support		SSNB & studenten MBO / HBO		Met meerdere partners al contact gehad en projecten opgezet. Voor meer informatie zie <a href="http://www.rsdFit.nl/welkom-bij-het-sport-studenten-loket-roosendaal/">www.rsdFit.nl/welkom-bij-het-sport-studenten-loket-roosendaal/</a>

## GEZONDE LEEFSTIJL

Naam project	Omschrijving	Kartrekker	Andere betrokken organisaties	Stand van zaken
Groene vingers	Groen schoolplein, moestuin?	OBS De Wending (Astrid de Schutter)	JOGG	In ontwikkeling
Gezond met een klein budget	Het organiseren van workshops over gezonde voeding voor mensen die het financieel krap hebben	Lekker Vitaal (Kitty Dekkers)	WijZijn, Boer Winkel van het Land, OPPB	Vanwege de zeer beperkende maatregelen door de lockdown is dit project on hold gezet. De komende tijd worden er contacten gelegd die nodig zijn om de workshop te organiseren (na de zomer).
Gezonde voeding: workshops	Voor diverse doelgroepen organiseren van workshops over gezonde voeding	Boer Winkel van het Land	Holland Fit (gezonde lunch voor bedrijven), Astrid (gezonde lunch/workshops voor kinderen), OPPB, JOGG	Met de huidige maatregelen vinden er alleen maar activiteiten voor kinderen plaats. Zodra de mogelijkheden er weer zijn, wordt er gestart met workshops. Het doel is om vervolgens dit in samenwerking met andere partners van Roosendaal FITT dit te gaan organiseren.
OK Kids	Programma gericht op kinderen met obesitas	OPPB	JOGG (Meike), Astrid de Schutter (De Wending), Marielle (Boer Winkel van het Land)	OK Kids is 'n programma dat al zo'n 10 jaar in Roosendaal draait. Het doel is gezinnen met kinderen van 8 t/m 13 jaar (en ouders) met overgewicht, begeleiden naar 'n gezonde leefstijl. Het is een gezamenlijk aanpak: een leefstijlcoach van OPPB, de kinderfysiotherapeut van PMC, SSNB, diëtist vanuit Bravis. In de nieuwe opzet is 't de bedoeling dat gezinnen elke kwartaal kunnen instromen, zodat ze niet te lang hoeven te wachten om te beginnen.  De startdatum is een aantal keer opgeschoven ivm Covid, maar we starten 14 juni weer met 'n nieuwe groep.  Doel is om de samenwerking uit te breiden, zodat we samen nog meer kinderen en ouders bereiken
Gezonde herstart	Hoe bevorderen dat (ex-) verslaafden gezonder gaan leven?	Novadic Kentron	WestWest	Novadic-Kentron wilt zichtbaarder worden voor bewoners en netwerkpartners om gemakkelijker met bewoners met een verslaving in contact te kunnen komen. Om zichtbaarder te worden in de wijk, moet er een betere samenwerking komen met belangrijke organisaties in de wijk die achter de voordeur komen.  Positieve gezondheid biedt hiervoor mogelijkheden. o (ex-) verslaafden kun je bereiken door hen positief te benaderen. Dat kan via sport. o Via RSD Fit maar via de buurtsportcoaches. Hoe korter de lijntjes, hoe eerder effectief iets kan veranderen.
Preventiematrix	Voor de speerpunten uit het landelijke preventieakkoord is inzichtelijk gemaakt wie in de regio wat hiervoor doet. Alleen het speerpunt alcohol is nog niet aan bod gekomen.	WestWest/Wijzijn	JOGG/SSNB, OPPB, Novadic Kentron	Op de website van WestWest ( <a href="http://www.westwest.nl/home/projecten/preventiematrixen-aanpak-overgewicht">www.westwest.nl/home/projecten/preventiematrixen-aanpak-overgewicht</a> ) staat een preventiematrix. Hierin is in kaart gebracht wat een burger kan doen als hij overgewicht heeft.
Challenges	Landelijke campagnes om gezonde leefstijl bij burgers te promoten uitrollen in Roosendaal (bv IkPas, Stoptober)	GGD West-Brabant	RSDFIT partners	IkPas (1-31 januari 2021) - 113 deelnemers Powersmoothie (8-12 maart 2021) - 90 deelnemers Stoptober (1-31 oktober 2021)
We Zijn Zelf het Medicijn	Inwoners bewust maken dat gezonde leefstijl bijdraagt aan preventie van dementie	GGD West-Brabant	Nader te specificeren	15 April - Kick-off voor organisaties (bijna 90 organisaties dragen campagne mee uit) 19 mei - informatiebijeenkomst voor inwoners (200 deelnemers) Lokale plannen van aanpak in voorbereiding Medio november 2021: afsluiting campagne
Jeugdontbijt	Kinderen, voor wie het financieel geen vanzelfsprekendheid is om dagelijks te ontbijten, krijgen 365 dagen per jaar ontbijt aangeboden	Stichting Social Klus	JOGG, 2 supermarkten	Het Roosendaals Jeugdontbijt loopt op volle toeren. Inmiddels krijgen 57 kinderen elke week een ontbijt met 7 ontbijtjes. Samen met JOGG kijken we naar de inhoud van de tassen én zijn we in gesprek met diverse externe partners om de tassen kunnen vullen met gezonde passende producten.  Uitdaging voor de komende tijd is het vergroten van het budget. Denk hierbij aan financiële donaties maar dit kunnen ook producten zijn.  Ookonderzoeken we waar de problematiek vandaan komt. We trainen vrijwilligers om spelenderwijs de gesprekken aan te gaan om signalen op te halen waar gezinnen nog meer in ondersteunt kunnen worden, zoals schuldhulpverlening, maatschappelijk werk en netwerk maar wellicht ook richting een stichting leergeld / stichting Paul zodat de kinderen ook mee kunnen doen bij een sportclub
Blue Monday run/therapy run	Taboe doorbreken tav depressies. Onder begeleiding hardlopen. Dit heeft een gunstig effect op de gezondheid en maakt depressieve klachten bespreekbaarder	4MB	SSNB, Cios/Fontys, Thor?	Structurele samenwerking tussen 4MB en Fontys studenten is ingezet om mensen met psychische klachten sneller te laten reintegreren door met Fitbuddy's (studenten) 1 op 1 te sporten / bewegen. Daarnaast gaan we in 2022 de Blue Monday run (januari 2022) organiseren met studenten en door studenten.

## INCLUSIVITEIT & TOEGANKELIJKHEID

Naam project	Omschrijving	Kartrekker	Andere betrokken organisaties	Stand van zaken
Samen sterk!	Versterken van een ouder/kind relatie: Mediawijsheid gebruiken om ouder/kind relatie te versterken.	Bibliotheek (Robin Bierens)	Kober	Dit project is nog op zoek naar partners die aan willen sluiten
Positief ouderschap	Ouderinformatie, betrokkenheid creëren rondom mentaal welbevinden. Mogelijkheid ontmoeten en de balans tussen opvoeden en jezelf te kunnen zijn.	Kober (Marianne Vermeiren)	Fontys, Bibliotheek, Sport als middel (OPPB, GGD)	<p>In het kader van dit project zijn de volgende stappen genomen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Netwerkpartner OPPB &amp; Kober-kinderopvang</li> <li>o OPPB heeft gepresenteerd aan unitmanagers van Kober kinderopvang Roosendaal wat zij kunnen bieden aan kinderen en ouder(s)</li> <li>- Deze info is gedeeld met alle unitmanagers zodat we alle peutergroepen, kdv en bso locaties worden bereikt.</li> <li>- De pedagogisch medewerkers worden geïnformeerd zodat zij bij ouders indien van toepassing de link met OPPB kunnen aangeven</li> <li>o Na de zomer kijken we of we op locaties nog kunnen samenwerken voor bijvoorbeeld Yoga</li> <li>• Contacten met de Bibliotheek is opgepakt en er zijn plannen als ouders weer op locatie mogen komen in een groep om hier ouderbijeenkomsten te organiseren vanuit een bepaald thema</li> <li>• Onze organisatie heeft met meerdere pedagogisch medewerkers online bijeenkomsten bijgewoond in de Fitweek:</li> <li>o Kinderarmoede, deze informatie wordt gedeeld met pedagogisch medewerkers</li> <li>o Fontys : gestart met project beweeglessen voor peuters, in eerste instantie gericht op de peuters zelf en we hopen hier ook na de zomervakantie verder uit te kunnen rollen naar ouders</li> </ul> <p>Al met al loopt dit dus best aardig ondanks de corona tijd. Als Kober kinderopvang Roosendaal zien we nog voldoende kansen om na de zomer verder te gaan met bovenstaande plannen en bijvoorbeeld een opvoedmarkt oid te organiseren voor ouders/opvoeders.</p>
De inclusieve accommodatie	Breder inzetten van (sport-)accommodaties: worden overdag niet gebruikt. Samenwerken om bezettingsgraad te verhogen.	RVF (Take Pot)	Fontys, Kober, Bibliotheek, Sport als middel (Humanitas, Social Klus, Buurcafé's)	In ontwikkeling
De vereniging in de wijk	Verbinding wijk- en sportaccommodaties	Fontys (Lotte Andrieu)		
Veilig sportklimaat	Pedagogisch verantwoord trainers opleiden	Sport als middel (Gert de Jonge)	Alliance, BSC, SHV Boosters RKVV Roosendaal	
Beweegcoach.nl Roosendaal		SSNB	DS Training	Dit is ontstaan vanuit het hele idee om een platform te creëren. Zoals het 0-100 platform. Er is nog geen onderzoek door Fontys studenten uitgevoerd.
Jong en oud samen in het water / zwemmen voor statushouders		CIOS	Sportfondsen Roosendaal	
Beweegwijzer		GGD		De beweegwijzer is inmiddels gerealiseerd en uitgekomen. Deze is in hardcopy verspreid en is nog steeds actueel en wordt nog steeds verspreid.
Sportapp tegen eenzaamheid		Time4Change		
Beweegcoaches SSNB	<p>Op welke manier kunnen we de sportwereld met alle partijen inclusiever maken. En daarnaast: Wat zijn de plannen om dit te realiseren? op welke manier? Wat heb je hiervoor nodig? Wat bestaat er al? Waar liggen drempels? En ga zo maar door.</p> <p>We hadden binnen Roosendaal altijd een werkgroep aangepast sporten. Dit is wegens corona stil komen te liggen. Misschien is hier in de toekomst een mooie koppeling naar te maken om samen doelen te gaan realiseren (Roosendaal breed).</p>	SSNB	<p>Potentiele partners zijn:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>o MEE West brabant.</li> <li>o Verenigingen die G-sport aanbieden</li> <li>o Ervarensdeskundige</li> <li>o SL zorg</li> <li>o SDW</li> <li>o Mytyschool</li> <li>o Mameleon</li> </ul>	