

Doelgroep	Wat is het?	Bijzonderheden	link
Algemeen		De sport(vereniging) als platform, denk aan: Gezonde omgeving / Aandacht voor preventie roken, alcohol, overgewicht Voorbeeld Sportpsycholoog en corona Utrecht Corona initiatieven:	https://nocnsf.nl/media/2669/nocnsf_protocol_verantwoord-sporten-v3.pdf Corona issues: https://nocnsf.nl/wat-doet-nocnsf/sport-en-maatschappij/top-10-corona-issues-voor-sportclubs https://nocnsf.nl/media/2737/nocnsf-corona-issues-sportverenigingen-top10-deel-9-sociale-binding.pdf http://www.nlactief-ezines.nl/2020/17/ https://www.nlactief.nl/actueel/initiatieven-leden-en-kennispartners/
Verstandelijke beperking	Algemeen	“hanteer RIVM richtlijnen ten aanzien van de woonsituatie bij specifieke aandoeningen, zoals bijvoorbeeld fysieke of verstandelijke beperkingen. Deze zijn leidend in de stap naar sporten/ bewegen;”	https://nocnsf.nl/media/2669/nocnsf_protocol_verantwoord-sporten-v3.pdf
Verstandelijke beperking	Informatie	Steffie legt corona eenvoudig uit brochure	https://www.nji.nl/nl/coronavirus/Professionals/Coronaviruses-informatie-voor-mensen-met-een-verstandelijke-beperking https://www.amsterdam.nl/nieuws/nieuwsoverzicht/amsterdam-stelt-laptops-beschikbaar/

verstandelijke beperking	Special Olympics	Een app die is gebaseerd op het Scoor je PR! programma; een goed onderbouwd programma die oefeningen bevat om de algemene conditie van de sporter te bevorderen. Tevens wordt de sporter getest op zijn/haar gezonde leefstijl	Scoor je PR: https://specialolympics.nl/2020/scoor-je-pr-2/
verstandelijke beperking	Stichting MEE signaleringsrapportage	De coronacrisis heeft grote gevolgen voor onze samenleving. Deze gevolgen zijn nog ingrijpender voor verschillende groepen, zoals kwetsbare jongeren.	https://www.mee.nl/publicaties/beperkingen-en-clientondersteuning/mee-signaleringsrapportage-kwetsbare-jongeren-in-coronatijd
Lichamelijke beperking	Algemeen	"hanteer RIVM richtlijnen ten aanzien van de woonsituatie bij specifieke aandoeningen, zoals bijvoorbeeld fysieke of verstandelijke beperkingen. Deze zijn leidend in de stap naar sporten/ bewegen;" "als ondersteuning noodzakelijk is bij de sportactiviteit en/of toiletgang, is het toegestaan om één ouder/verzorger op de sportlocatie aanwezig te laten zijn. Voor deze persoon geldt ook dat het daar geldende protocol nageleefd moet worden;"	https://nocnsf.nl/media/2669/nocnsf_protocol_verantwoord-sporten-v3.pdf
Visuele beperking	Advies t.a.v. maatregelen voor sporten met een visuele beperking	Gehandicaptensport Nederland, Bartimeus, Koninklijke Visio en de Oogvereniging - partners in het samenwerkingsverband Zichtbaar Sportief -	De maatregelen zijn voor sporters, trainers/begeleiders en sportaanbieders. https://www.bartimeus.nl/nieuws/sporten-met-een-visuele-beperking-en-volgens-de-coronaregels
Laaggeletterdheid			https://www.nji.nl/nl/coronavirus/Professionals/Kwetsbaarheid-vanwege-een-beperking-bij-de-ouders-opvoeders

			<u>Begrijpelijke woordenlijst over corona (Pharos)</u> <u>Anderstalige en andere alternatieve communicatie</u> <u>Other languages - voor mensen die geen Nederlands spreken</u> <u>Voor laaggeletterden en anderstalige Nederlanders</u> <u>Voor doven en slechthorenden</u> <u>Voor ouders en kinderen met Autisme Spectrum Stoornis</u>
Chronisch zieken	diabetes	diabetes staat vrij hoog in het lijstje van aandoeningen Thuis bewegen, voorbeeld ambassadeur: Zelfstandig wandelen/ gratis online programma:	(https://www.vtv2018.nl/aandoeningen https://www.youtube.com/watch?v=ekXMWpn9K2Q&feature=youtu.be https://www.nationale diabetes challenge.nl/nieuws/item/18199/blijf-thuis--blijf-bewegen/ https://www.nationale diabetes challenge.nl/nieuws/item/18200/zelfstandig-wandelen/ Webinar <u>Diabetes</u> en corona

Kwetsbare positie	Voorbeeld vanuit Stichting Life Goals:	Motiverende video/ Life Goals Nijmegen is met Voetbalproject-life Goals Nijmegen Iriszorg Nijmegen: De <u>Nijmeegse Life Goals-tak</u> verzorgde de afgelopen jaren al diverse sportprojecten voor kwetsbare groepen uit de stad en daar komt per 2 september het door IrisZorg (instelling voor verslavingszorg) gefinancierde daklozenteam	bij https://www.instagram.com/p/B-bj9OejRK6/ (https://www.instagram.com/stlifegoals/?hl=nl)
Kwetsbare positie	armoede		Jeugdfonds Sport & Cultuur De Sport & Cultuur Tas brengt sport en cultuur thuis in Utrecht Stad: De eerste versie van de Sport & Cultuur tas is ontwikkeld voor kinderen tussen de 8 en 12 jaar en zit vol met sportieve en culturele activiteiten. De tas is helemaal gratis en bedoeld voor gezinnen, waar genoeg laptops en gemakkelijk thuisonderwijs niet vanzelfsprekend zijn. Laat staan een playstation om even lekker op te spelen of zelfs een boek om even de gekke situatie te kunnen ontvluchten. https://jeugdfondssportencultuur.nl/nieuws/de-sport-cultuur-tas-brengt-sport-en-cultuur-thuis-in-utrecht-stad/ Wél zullen wij <u>maatwerk</u> proberen te bieden als blijkt dat aanbieders in deze tijd een alternatief hebben gevonden (bijv. digitaal) om hun lessen te kunnen blijven aanbieden. Sportkracht 12 https://www.teamsportservice.nl/actueel/nieuws/beweeg-tas-voor-minima-groot-succes/

			Laptops beschikbaar Om in THUIS in beweging te blijven (en onderwijs te volgen) heb je internet en een laptop nodig: https://www.amsterdam.nl/nieuws/nieuwsoverzicht/amsterdam-stelt-laptops-beschikbaar/
Kwetsbare positie	Girl Power	Krajicek Foundation: Kinderen en jongeren in aandachtswijken motiveren om iedere dag te bewegen en daarmee een gezonde levensstijl te ontwikkelen. Scholarship: in ruil voor het betalen van hun opleiding zetten zij zich voor minimaal 100 uur in op een Playground in hun buurt. En zo staan er dus door en door gemotiveerde positieve jongeren uit de wijk zelf die ontzettend inspirerend zijn voor andere kinderen en zo de hele buurt beïnvloeden.	Voorbeeld Ede: The Girl Movement uit Ede daagt alle meiden uit om hun voetbalskills te delen. Een leuke manier om alvast in beweging te komen voor het Krajicek Meidenevent & Meidenvoetbaltoernooi (datum volgt z.s.m.). Fouzia, Scholarshiper op Playground De Essenburg, laat je zien hoe het moet * dus pak een bal en ga zelf ook lekker aan de slag! https://www.facebook.com/KrajicekFoundation/videos/vb.224219027594540/535505590683822/?type=3&theater
Ouderen	Ouderen in verzorgingstehuizen	De eerste initiatieven om ouderen in verzorgingshuizen vanaf hun balkon in beweging te houden zijn ook al gestart.	Buurtportcoach: https://www.facebook.com/BuurtportcoachZundert/photos/a.2748111148534096/4022141721131026/?type=3&theater

		Nationale balkon beweegdag 29 mei	https://oldstars.nl/balkon-bewegen
Ouderen	Ouderen thuis Enquete ouderenfonds: Uit de opgegeven drempels om te bewegen blijkt dat 31% zichzelf moeilijk kan motiveren om alleen thuis oefeningen te doen. Als alternatief gaat men nu vaak (langer) wandelen of fietsen en zelfs beweegprogramma's op tv worden vaker bekeken (15%). Het sociale aspect van sport en beweging bij een vereniging blijkt bij de ouderen erg gewaardeerd.	sportprotocol: OldStars <u>Radio</u>. In deze podcast komen een vast aantal rubrieken aan bod, met muziek, beweegtips en mooie verhalen van OldStars en van ambassadeurs. De podcast wordt gemaakt door de OldStars zelf en redactioneel ondersteund door het Ouderenfonds. oefenstof:	https://oldstars.nl/stappenplan/ https://oldstars.nl/herstartoldstarsbeweegevormen/ https://oldstars.nl/oldstars-radio-aflevering-17/ Filmpje met tekst (toegankelijk) : https://www.youtube.com/watch?v=zzB9DnbJe-0&list=PLT9H2-1XgnSIRPDTGcibHqfhUen1EeTeg&index=12&t=0s Brabant blijft bewegen – ouderen: https://www.youtube.com/playlist?list=PLT9H2-1XgnSKtqYjrVygP5_sITREXS3FT https://www.ouderenfonds.nl/nieuws/ouderen-in-coronatijd-behoefte-aan-alternatief-voor-de-sportvereniging Buurtsportcoach Elyna geeft in deze video een fijne oefeningen waarmee het hele lichaam in beweging komt.

			https://www.youtube.com/watch?time_continue=97&v=p24v7OKj_l8&feature=emb_logo Zeist: Ouderen: jaren 60 muziek, naast Youtube ook uitgezonden op lokale tv zender (toegankelijkheid!) https://www.youtube.com/watch?v=u8KBXPZqHa4&feature=youtu.be Algemeen: Zeist buurtsportcoach activiteiten: https://www.facebook.com/sportiefzeist/

Algemeen Inclusie

Inclusie in corona tijd	https://www.movisie.nl/artikel/blog-inclusie-coronacrisistijd?utm_campaign=MovisieMail&utm_content=020519&utm_source=Nieuwsbrief&utm_medium=email Niet bezig met inclusie, of toch? In geen enkel initiatief heb ik iets voorbij zien komen over dat we moeten denken aan groepen buiten onze eigen bubbel, of dat dat wat georganiseerd wordt wel een inclusief karakter moet hebben. Wat ik wel zie is dat de initiatieven -al dan niet per ongeluk of toevallig - juist heel inclusief en intersectioneel worden aangepakt. Dat houdt in dat er doelgroep overstijgend te werk wordt gegaan en dat mensen om meerdere redenen heel goed worden geholpen.
Demos (Belgie)	Participatie in tijden van eenzaamheid: de sociale rol van vrijetijdspraktijken tijdens een lockdown Over de sociale rol van cultuur-, jeugd- en sportpraktijken tijdens een lockdown

Gezondheid

Roken en corona (preventie akkoord)	De op dit moment beschikbare wetenschappelijke literatuur wijst erop dat bij rokers de klachten van COVID-19 <u>heviger zijn</u> . Mensen die roken hebben waarschijnlijk meer kans op complicaties en een ernstiger verloop van de ziekte zodra ze besmet zijn. https://www.trimbos.nl/kennis/stoppen-met-roken/stoppen-met-roken-tijdens-corona-pandemie?utm_medium=email&utm_source=newsletter&utm_campaign=nieuwsflitsen_2006&utm_content=thema&utm_term=roken Nu het moment om jouw sportomgeving rook vrij te maken??? preventie akkoord
Gewicht en corona	https://www.ad.nl/gezond/hoogleraar-legt-verband-tussen-obesitas-en-corona-uit-dikke-buik-is-een-risico~a0ce07c0/ https://www.menzis.nl/zorgaanbieders/publicaties/zorg-zorgverzekering/2020/04/01/de-gecombineerde-leefstijlinterventie-tijdens-de-coronacrisis

GGD Gelderland	<u>Blijf positief gezond</u>