

A smiling woman with dark hair, wearing a yellow sleeveless top, is shaking hands with a man whose arm is visible on the right. They are outdoors on a sunny day, with a beach and water in the background. A blue wavy line graphic is overlaid on the image.

NPLV Startbijeenkomst 4 oktober 2024
'Meer bewegen en minder
gezondheidsachterstanden in
kwetsbare wijken'

Welkom!

Programma

14u30: Welkom door
NPHLN, NPLV en Beweegalliantie

15u00: Bovengrondse Vakschool

15u15: Beroepsvitaliteit in het MBO

15u30: Vragen

15u45: Op de fiets naar Sporting Heerlen

16u15: Presentatie bijeenkomst naar keuze

17u00: Fietsen naar Stadion

18u00: Diner met pitchmomenten en
uitwisselingsmogelijkheid

19u45: Voetbalwedstrijd Roda JC

22u15: Einde programma





Roy Kramer
Programmamanager
Leefbaarheid &
Veiligheid Ministerie
Binnenlandse zaken



Ron Meyer
Directeur NPHLN



Erik Lenselink
Directeur
Beweegalliantie



Waarom?

- Bewegen en sporten is laagdrempelig, positief en goed voor de gezondheid;
- Gezondheid is een voorwaarde om aan je toekomst te kunnen werken.
- (Samen) sporten en bewegen draagt bovendien bij aan eigenwaarde, zelfvertrouwen, talentontwikkeling, sterkere gemeenschappen en trots.

De Beweegalliantie helpt mee.



Domeinen als inhoudelijke basis



Onderwijs



Werk



Zorg



Leef-
omgeving



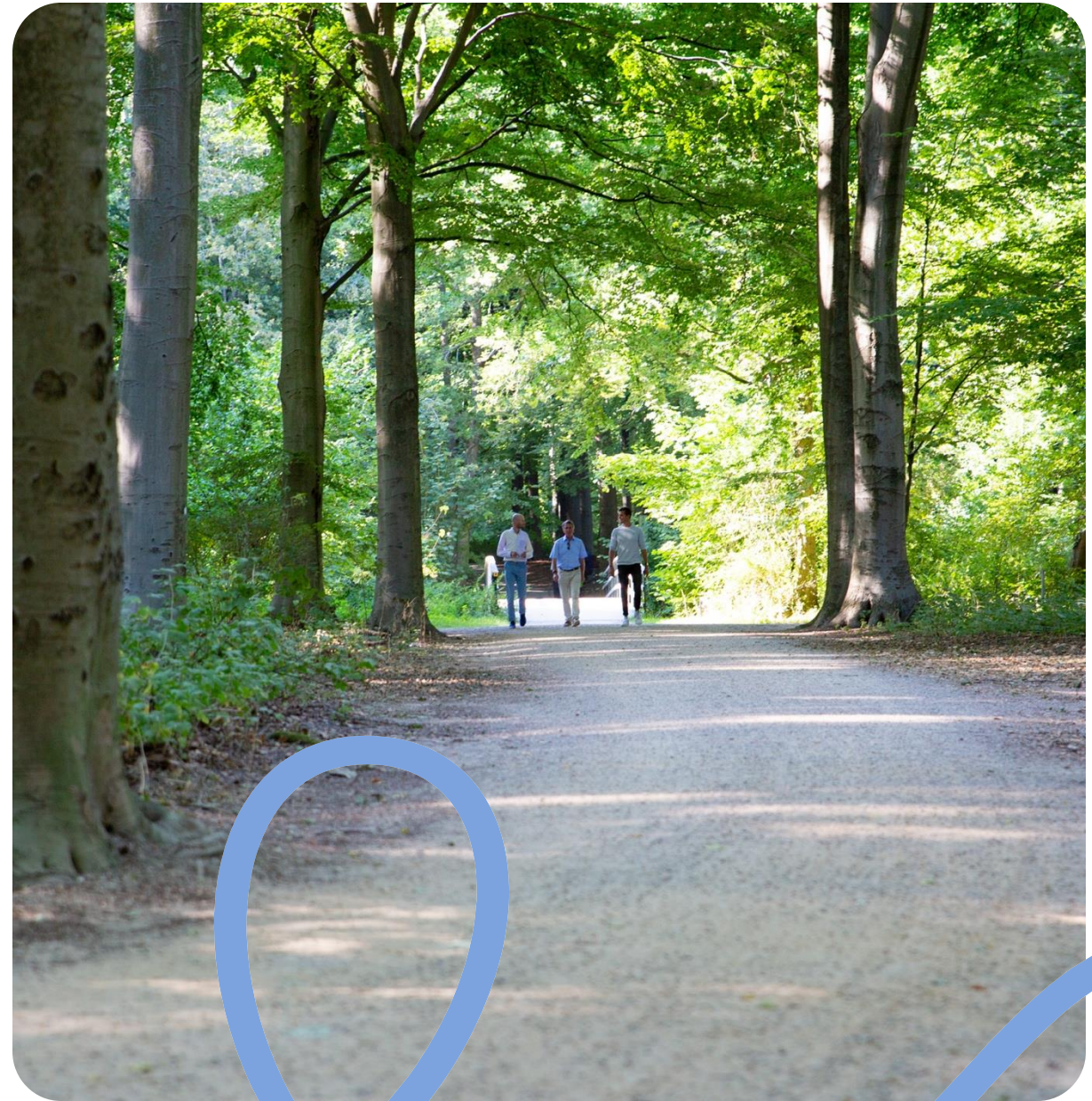
Vrije tijd

Actieve Mobiliteit



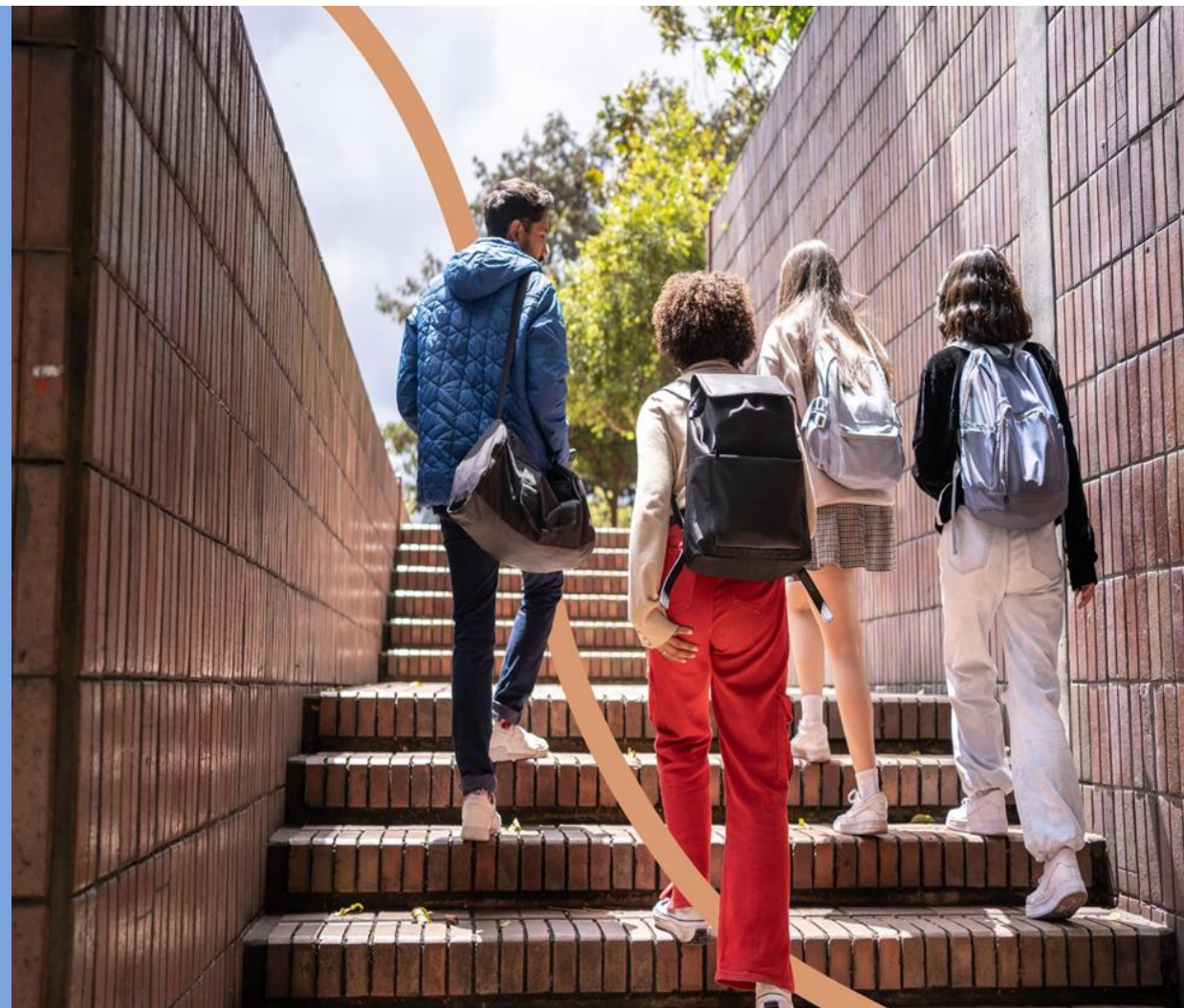
Werkwijze Beweegalliantie

- Bespreken ambitie, kansen en mogelijkheden: “whole system in the room”
- Betrekken alliantiepartners bij voorgenomen activiteiten en bestaande cirkels;
- Concrete activiteiten vaststellen
- Uitvoeren



NPLV en Beweegalliantie:

- Samenwerking met BZK
- Tot nu toe gesprekken en (planning) activiteiten met 7 wijken
- Nauwe afstemming landelijk bureau
- 3-4 landelijke bijeenkomsten, komende 1,5 jaar (nieuw netwerk) + ontwikkelen kennisagenda(landelijk)
- Inzet netwerkregisseur
- Ontwikkelen Beweegparagraaf





Nieuwe collega
Angelique Rozenboom
Netwerkgeregisseur Beweegalliantie

Samen
aan de slag!

Nieuwe
menukaart



Op naar een mooie toekomst met meer bewegen in NPLV wijken!

The logo for Beweegalliantie, featuring a stylized blue 'B' icon followed by the text 'eweegalliantie' in white lowercase letters, all contained within a black rounded rectangle.

Beweegalliantie



0610923317



Erik.lenselink@beweegalliantie.nl



www.beweegalliantie.nl

De Bovengrondse Vakschool beweegt Heerlen-Noord met Move4Vitality

Beweegalliantie
Heerlen-Noord, 5 oktober 2024
Jorn Creugers en Jim Snackers



Bovengrondse
Vakschool



Achtergrond

- De Bovengrondse Vakschool richt zich al jarenlang op het weer terugbrengen van mensen naar werk. Ontwikkeling richting arbeidsmarkt en maatschappij staat centraal.
- Leerlijnen hebben zich de afgelopen jaren ontwikkeld en gaan veel verder dan alleen vakinhoudelijke vaardigheden. Het gaat ook over sociaal-maatschappelijke competenties en vaardigheden.
- Vitaliteit en gezondheid worden steeds belangrijker om deze ontwikkeling door en voor deze mensen te kunnen maken.
- In die hoedanigheid hebben de Bovengrondse Vakschool en Move4Vitality met elkaar kennis gemaakt en is een samenwerking tot stand gekomen.



Een duidelijk doel voor ogen...!

- Het vakmanschap van morgen.
 - De Bovengrondse Vakschool wil haar medewerkers nog beter kunnen voorbereiden op een werkende en positief gezonde toekomst.
- Move4Vitality vindt haar oorsprong in deze regio en maakt de topsport-benadering van dagelijkse hulp bij bewegen en monitoring bereikbaar voor elke inwoner.

Move4Vitality **Van Heerlen-Noord** **Voor Heerlen-Noord**

- Met Move4Vitality combineren we de kracht van bewegen als grootste psychologische 'geluksbevorderaar' met de kracht van sociale verbondenheid (de op 2 na grootste geluksbevorderaar!).
- Sociale interactie en menselijke aandacht als kern, bewegen het belangrijkste middel.



Maatschappij, zorg en welzijn



Hoe ernstig de gezondheidssituatie van Zuid-Limburg is ten opzichte van Nederland laten onderstaande figuren zien.

GEZONDHEIDSINDICATOREN



GEZONDHEIDSINDICATOREN



Figuur 1: Zuid-Limburgse scores op gezondheidsindicatoren ten opzichte van de landelijke gemiddeldes. Links: 18-65 jaar. Rechts: 65 jaar en ouder. Data voor deze grafiek zijn uit vermelde bron opgehaald door de bovenregionale werkgroep regiobeelden (REOS, Robuust, Samergo, ZONH, CZ, VGZ en Transvorm).

- De regio Zuid-Limburg kampt met gezondheidsachterstanden, dat maakt deze figuur duidelijk.
- De regio Zuid-Limburg scoort op alle gezondheidsindicatoren slechter dan het landelijk gemiddelde, met uitzondering van de indicator overmatige drinker.

Nationaal
Programma
**Heerlen
Noord**

**Integraal
Zorg
Akkoord**

Samen werken aan gezonde zorg

Van Zorg naar Preventie;
Positieve Gezondheid &
Eigen regie;
Hybride zorg;
Mens centraal;
Op het juiste moment;
Ook en vooral in de eigen
omgeving;
Druk verlagen op zorg en
personeel..

Move4Vitality

GALA

Gezond en Actief Leven Akkoord

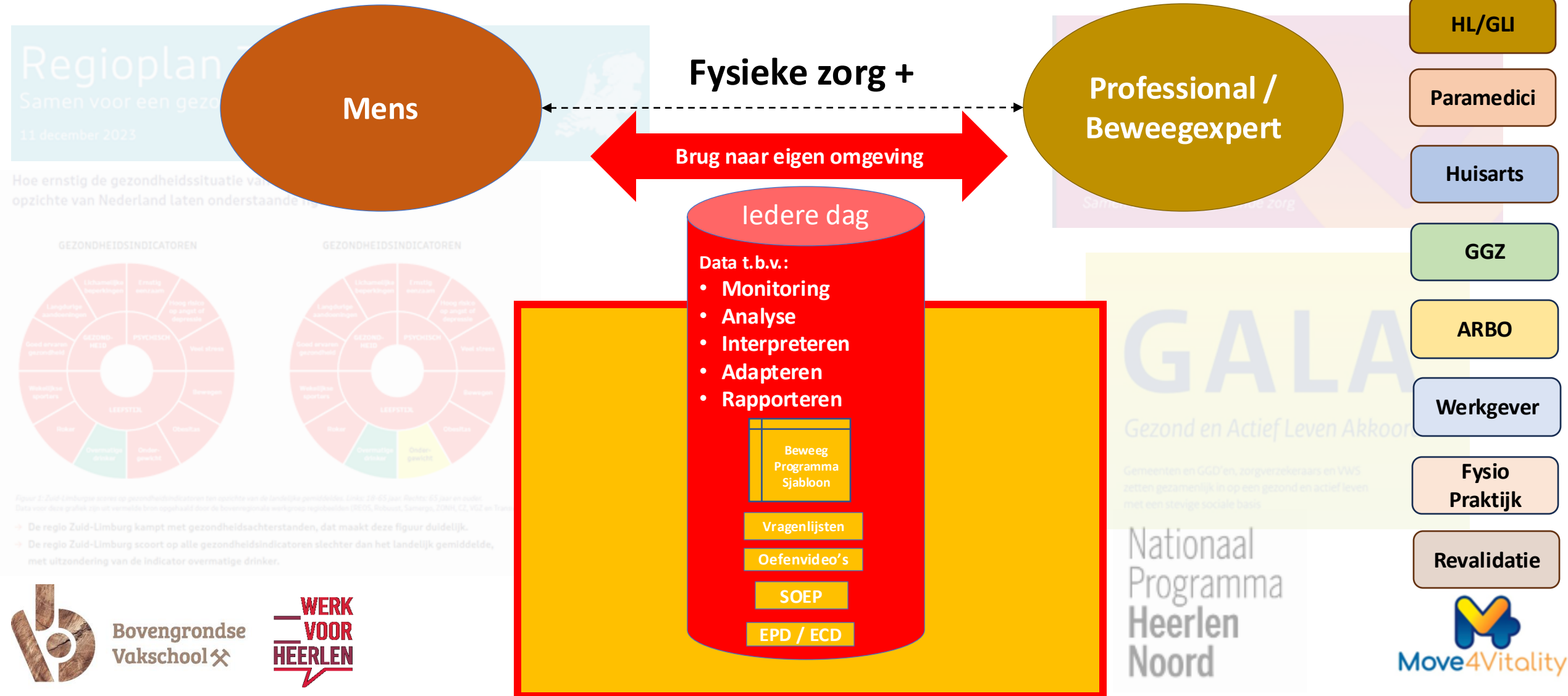
Gemeenten en GGD'en, zorgverzekeraars en VWS
zetten gezamenlijk in op een gezond en actief leven
met een stevige sociale basis



**Bovengrondse
Vakschool**



Beweeghulp altijd dichtbij, elke dag.



Uitgangspunten

- Community denken en doen: samen zijn, voortdurende connectie en interactie. Aandacht en hulp om vertrouwen te geven en eigen regie te stimuleren.
- Persoonlijke aandacht en hulp moet non-stop mogelijk zijn.
 - Op het juiste moment!
- Dat kan met behulp van een goed systeem en de juiste professionals: het één kan niet zonder het ander.
- De mens staat centraal, en alle stakeholders moeten er beter van worden.
- Onderbouwing & voortdurende evaluatie van evident belang: dataverzameling & -analyse op meerdere niveaus.



Projectdefinitie 1/2

- Inzet van het Move4Vitality platform binnen de Bovengrondse Vakschool in combinatie met én aanvullend op een fysiek beweegaanbod voor medewerkers.
- Waarbij de medewerkers op diverse momenten fysiek en sociaal actief kunnen zijn binnen de BVS.
- Daarnaast op elk moment persoonlijke aandacht krijgen en geholpen worden om beter te bewegen onder voortdurende begeleiding. Op het juiste moment, in de eigen omgeving.



Projectdefinitie 2/2

- Medewerkers worden daarvoor verwezen naar het spreekuur in pandig bij BVS. Waar een beweegexpert van Move4Vitality kennismaakt met de medewerker, doelen en beweegbehoeften bespreekt en de medewerker enthousiasmeert, om vervolgens te gaan starten met een begeleid beweegprogramma.
 - Actieve verwijzing vindt plaats vanuit de beweegexpert naar de fysieke activiteiten binnen de BVS. Er is sprake van differentiatie tussen zorgvragen & gezondheidsvragen. We leveren geen zorg.
- Door preventief in te zetten op het gezond houden van de medewerkers diverse persoonlijke voordelen realiseren: positief gezondere mensen die sneller hun trajecten met goed gevolg doorlopen en naar betaalde arbeid terugkeren. Met vertrouwen weer deelnemen aan de maatschappij.
- Zodat de medewerker duurzaam inzetbaar en zo vitaal mogelijk is/wordt en blijft.



Een beweegplan dat Werkt voor Heerlen



Bovengrondse
Vakschool



Move4Vitality

**Van Heerlen-Noord
Voor Heerlen-Noord**

Vitaliteit mbo-student

Datum: 4 oktober 2024

Dr. Silvia Brouwer

Practor Vitaliteit Alfa-college

Cirkeltrekker Vitaal mbo met Marieke Fix



vitaliteits
campus



Onderwijs als grote
gelijkmaker voor vitaliteit
en duurzame inzetbaarheid

Landelijke mbo- leefstijlmonitor

Over bewegen, middelengebruik, voeding, angst & somberheid, contact & vriendschap, seksualiteit, agressie & veiligheid, geld en gehoor & muziek

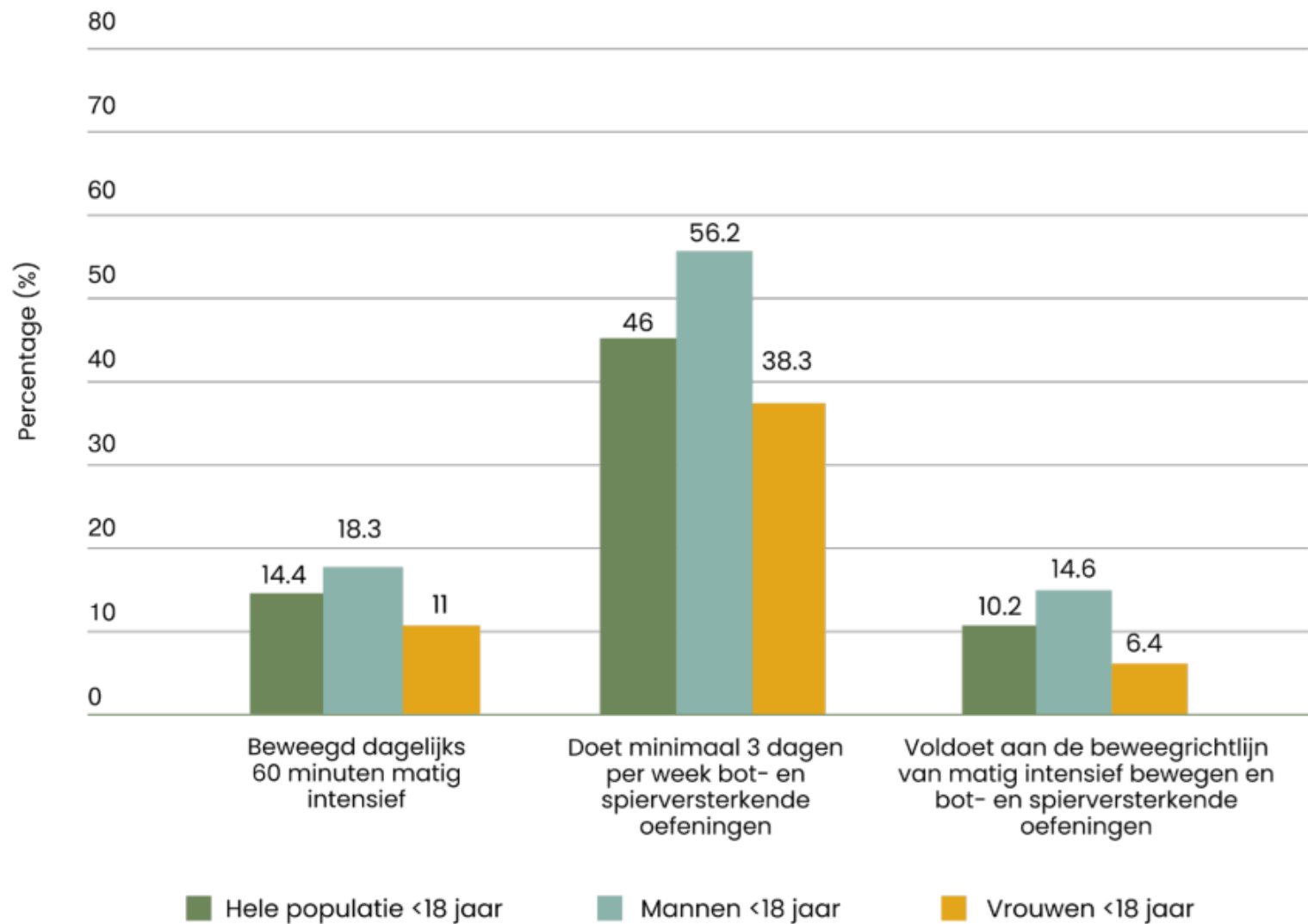


2022-2023

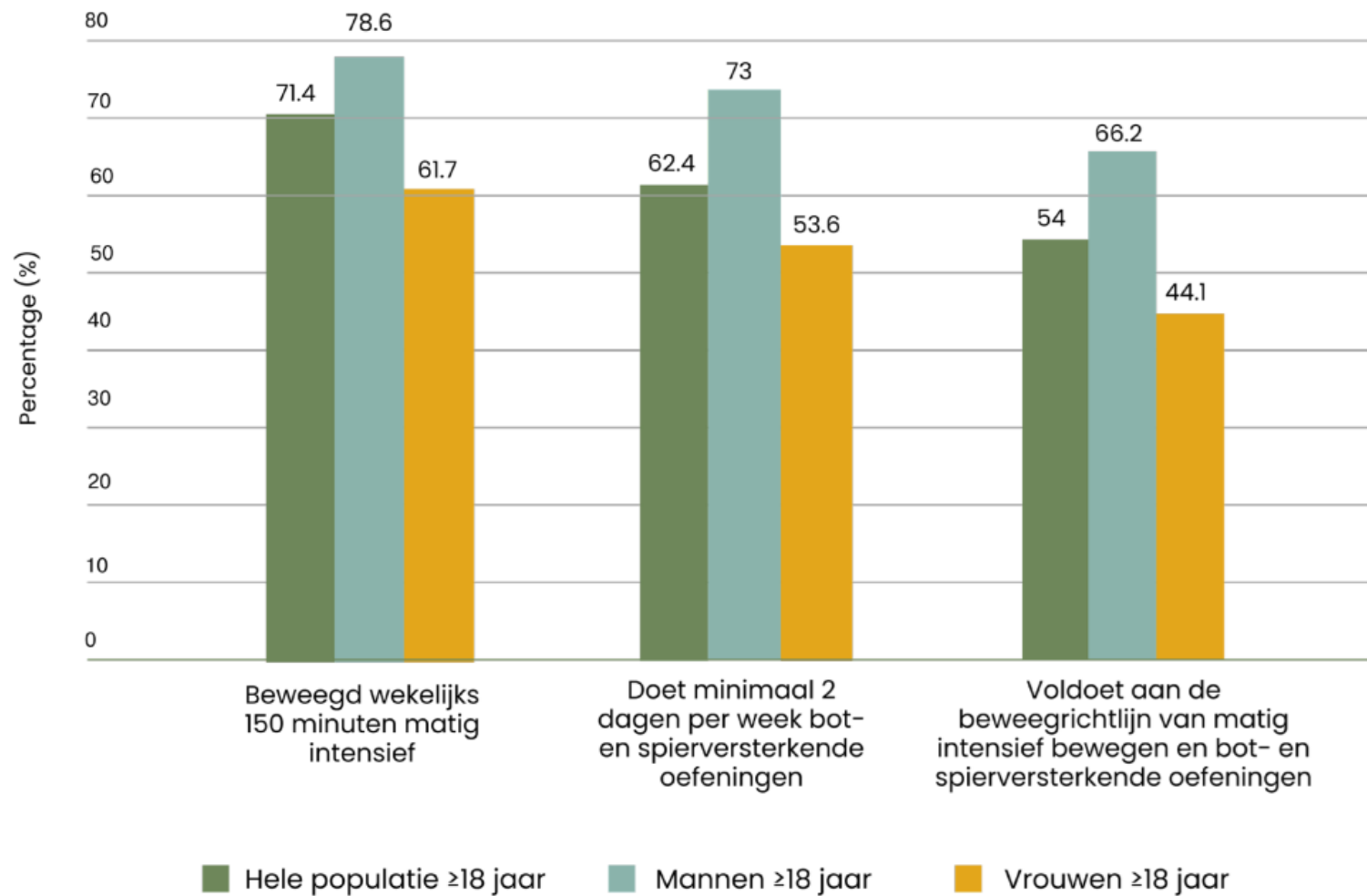
	Totale mbo populatie 2022-2023	Mbo populatie TestJeLeefstijl**
Aantal (N)	483.089	14.319 – 20.870
Geslacht (%)	Man: 51% Vrouw: 49%	Man: 44.3 – 47.8% Vrouw: 51.2 – 54.7% Genderdivers: 0.8 – 1.0%
Leeftijds- catergorieën (%)	< 18 jaar: 36% 18 t/m 22 jaar: 47% ≥ 22 jaar: 17%	< 18 jaar: 59.4 – 64% 18 t/m 21 jaar: 26.2 – 30.1% ≥ 21 jaar: 9.7 – 10.8%
Opleidingsniveau (%)	Niveau 1 (Entree): 3% Niveau 2: 16% Niveau 3: 22% Niveau 4: 59%	Niveau 1 (Entree): 1.3 – 2.1% Niveau 2: 13.0 – 13.6% Niveau 3: 13.6 – 14.6% Niveau 4: 55.4 – 58.4% Onbekend: 13.0 – 15.7%

- Bewegen
- Fitheid
- Middelengebruik (Roken, Alcohol en Drugs)
- Voeding
- BMI en buikomvang
- Angst en somberheid
- Contact en vriendschap
- Seksualiteit
- Agressie en veiligheid
- Gehoor en muziek
- Geld en Beeldschermgedrag

Mbo-studenten <18 jaar die voldoen aan de beweegrichtlijn (n=11651)



Mbo-studenten ≥ 18 jaar die voldoen aan de beweegrichtlijn (n=7345)





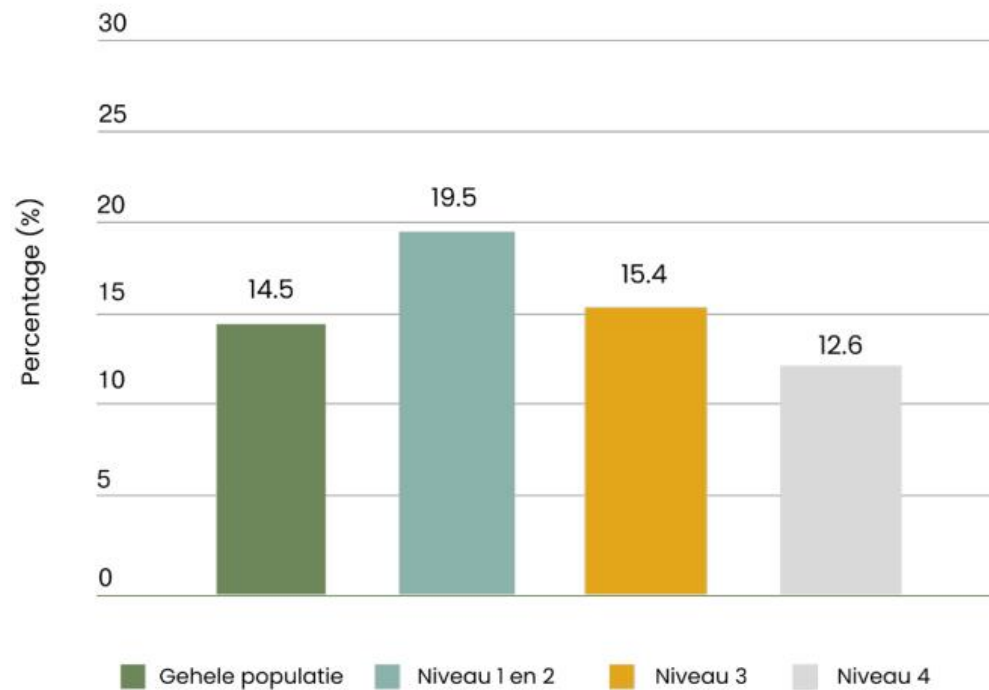
81.5%

van de mbo-studenten gaat minimaal 1 dag per week lopend of met de fiets naar school of werk.

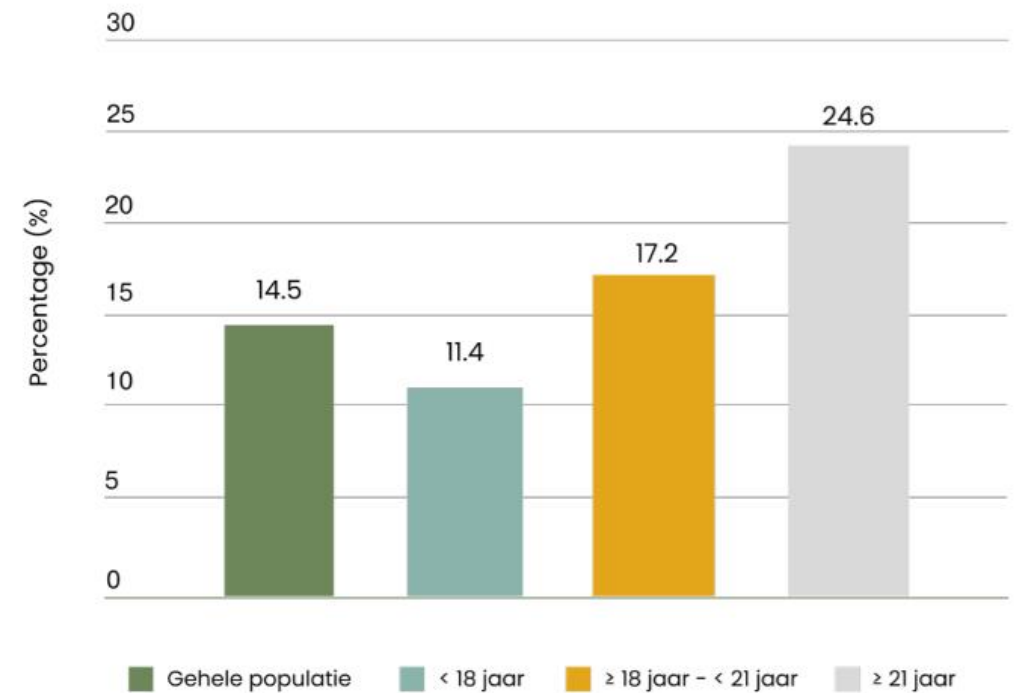
51%

van de mbo-studenten gaat iedere dag lopend 51% of met de fiets naar school of werk.

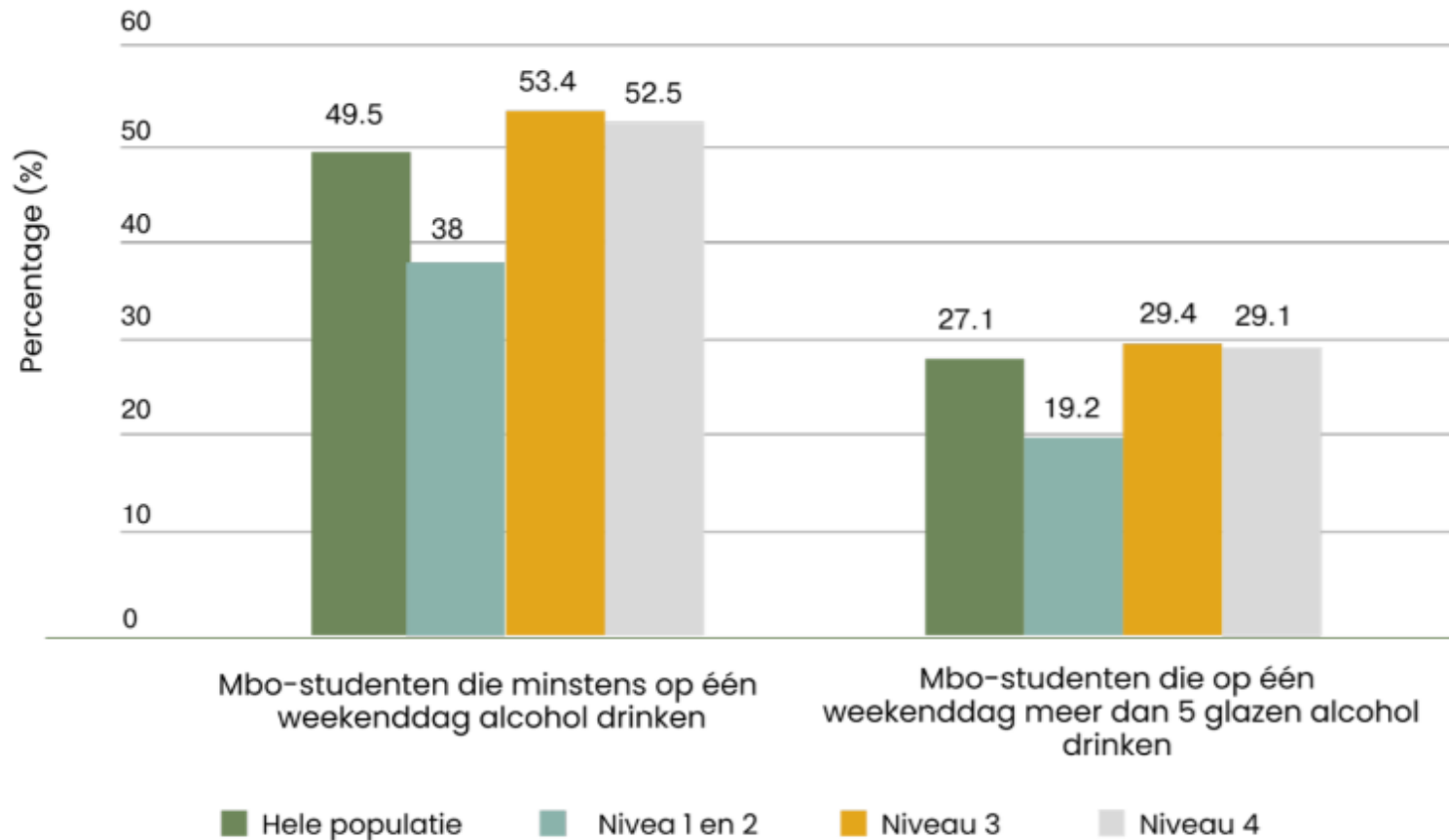
Mbo-studenten die dagelijks roken (per opleidingsniveau)



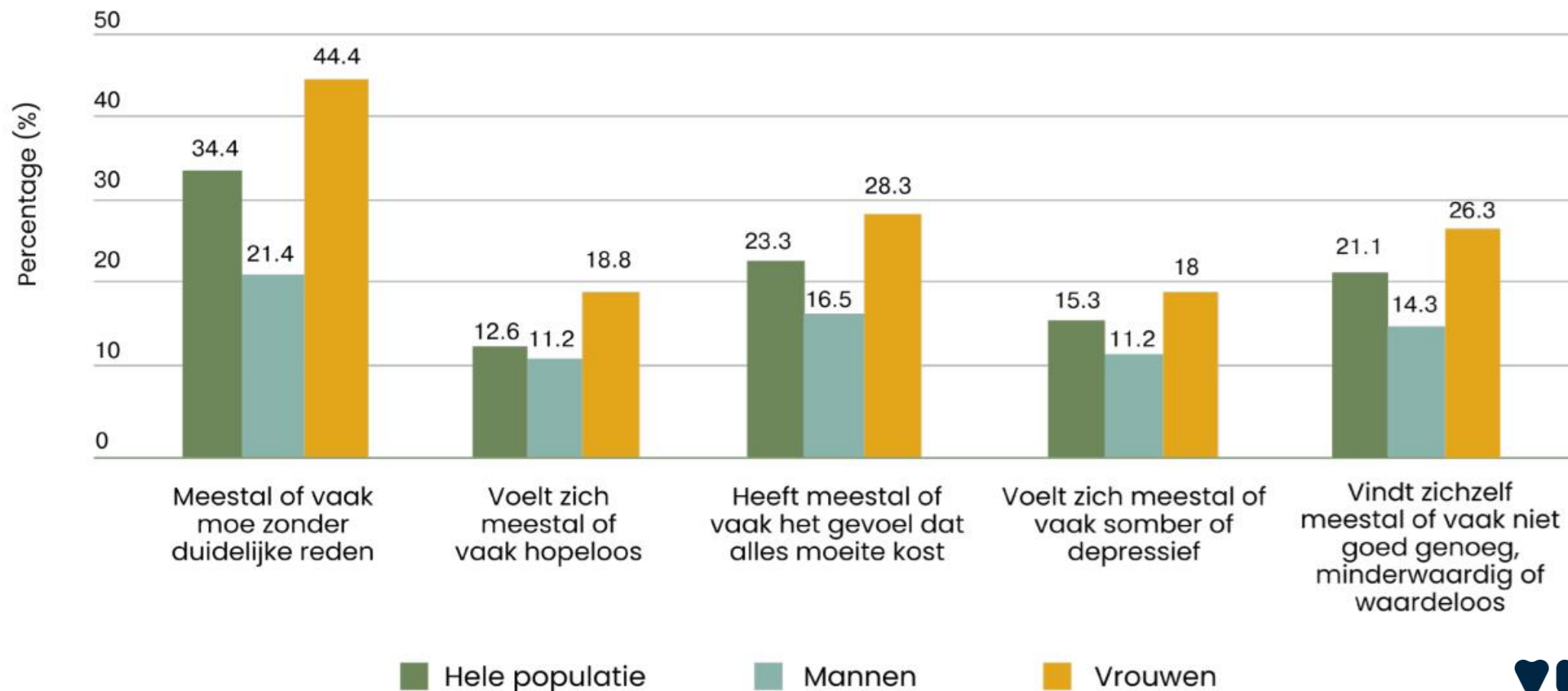
Mbo-studenten die dagelijks roken (per leeftijdscategorie)



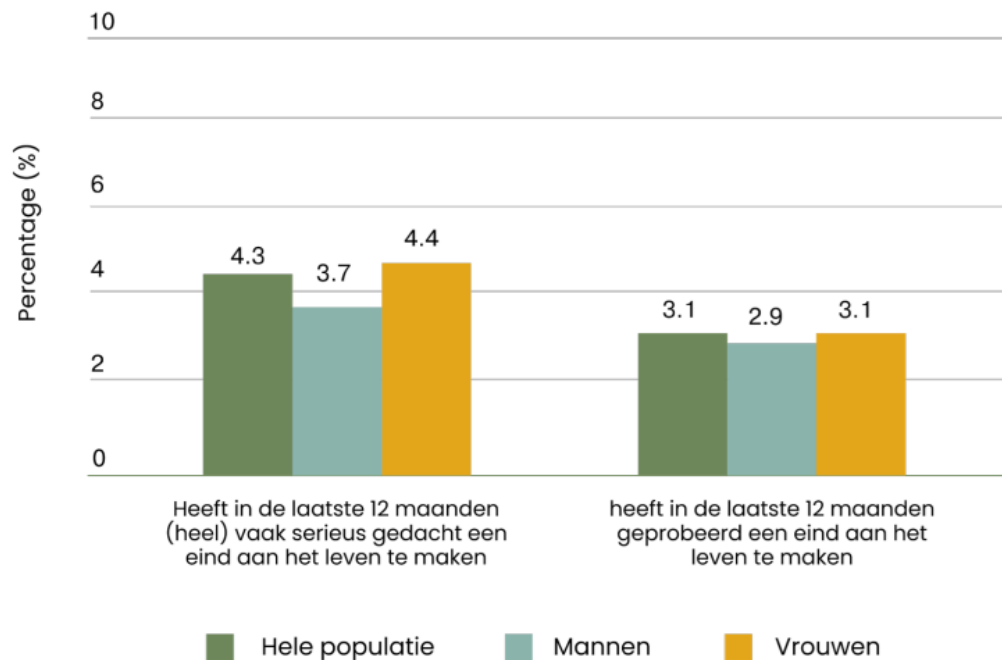
Mbo-studenten die op minstens één weekenddag (>5 glazen) alcohol drinken (per opleidingsniveau)



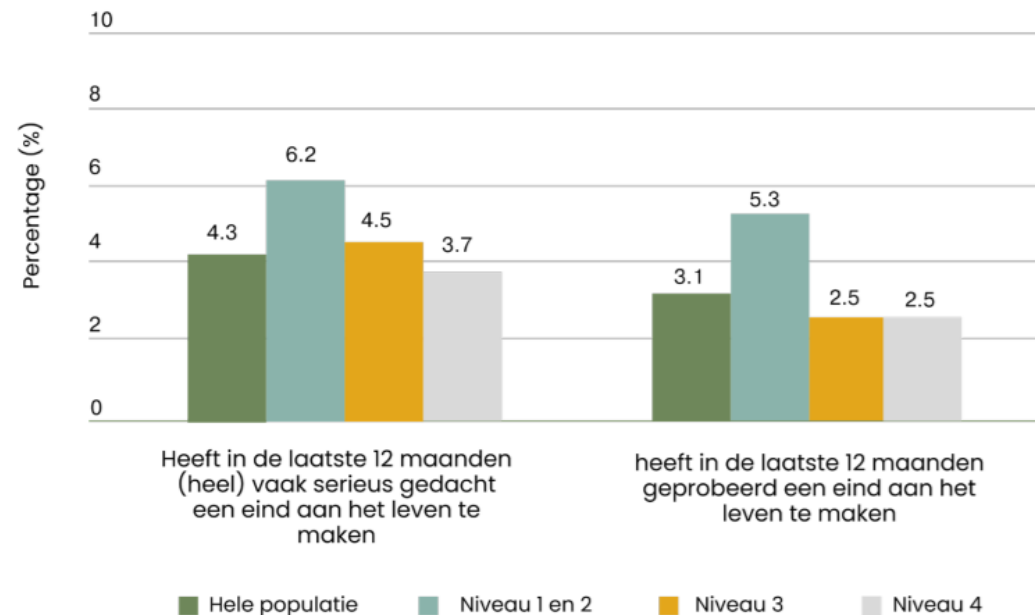
Mbo-studenten die zich meestal of vaak moe, hopeloos, somber, depressief, niet goed genoeg, minderwaardig of waardeloos voelen of het gevoel hebben dat alles moeite kost (per geslacht)



Mbo-studenten die de afgelopen 12 maanden (heel) vaak serieus gedacht hebben een einde aan hun leven te maken of dit geprobeerd hebben (per geslacht)



Mbo-studenten die de afgelopen 12 maanden (heel) vaak serieus gedacht hebben een einde aan hun leven te maken of dit geprobeerd hebben (per opleidingsniveau)





Vitale student = Vitale werknemer

Beweegcirkel Vitaal mbo: Hoe?

- Monitoren/inzicht in leefstijl mbo-ers
- Verbeteren sport- en Beweegaanbod op het mbo
- Actieve schooldag
- Beroepsvitaliteit

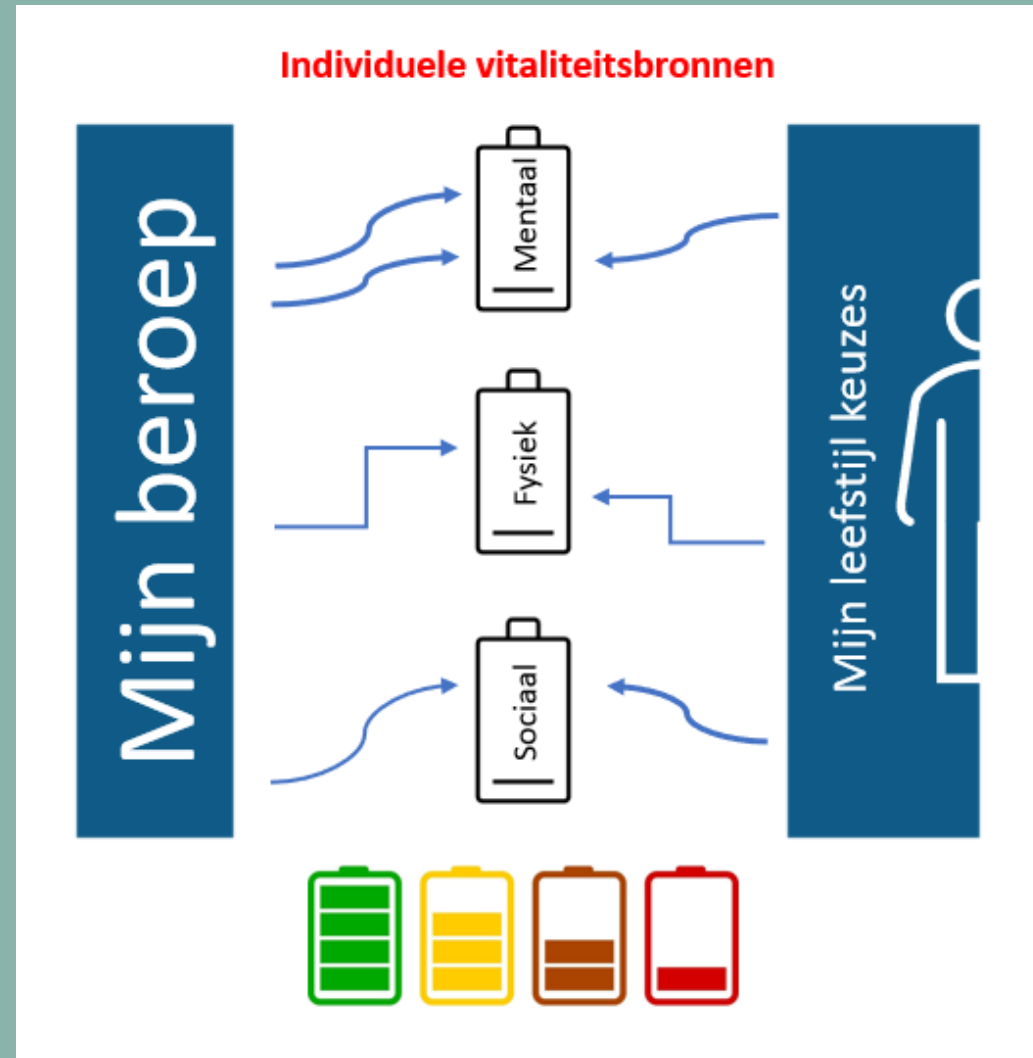




Wat heb ik nodig om mijn
(toekomstige) beroep vitaal en
duurzaam uit te voeren?

Inzicht krijgen in Beroepsvitaliteit

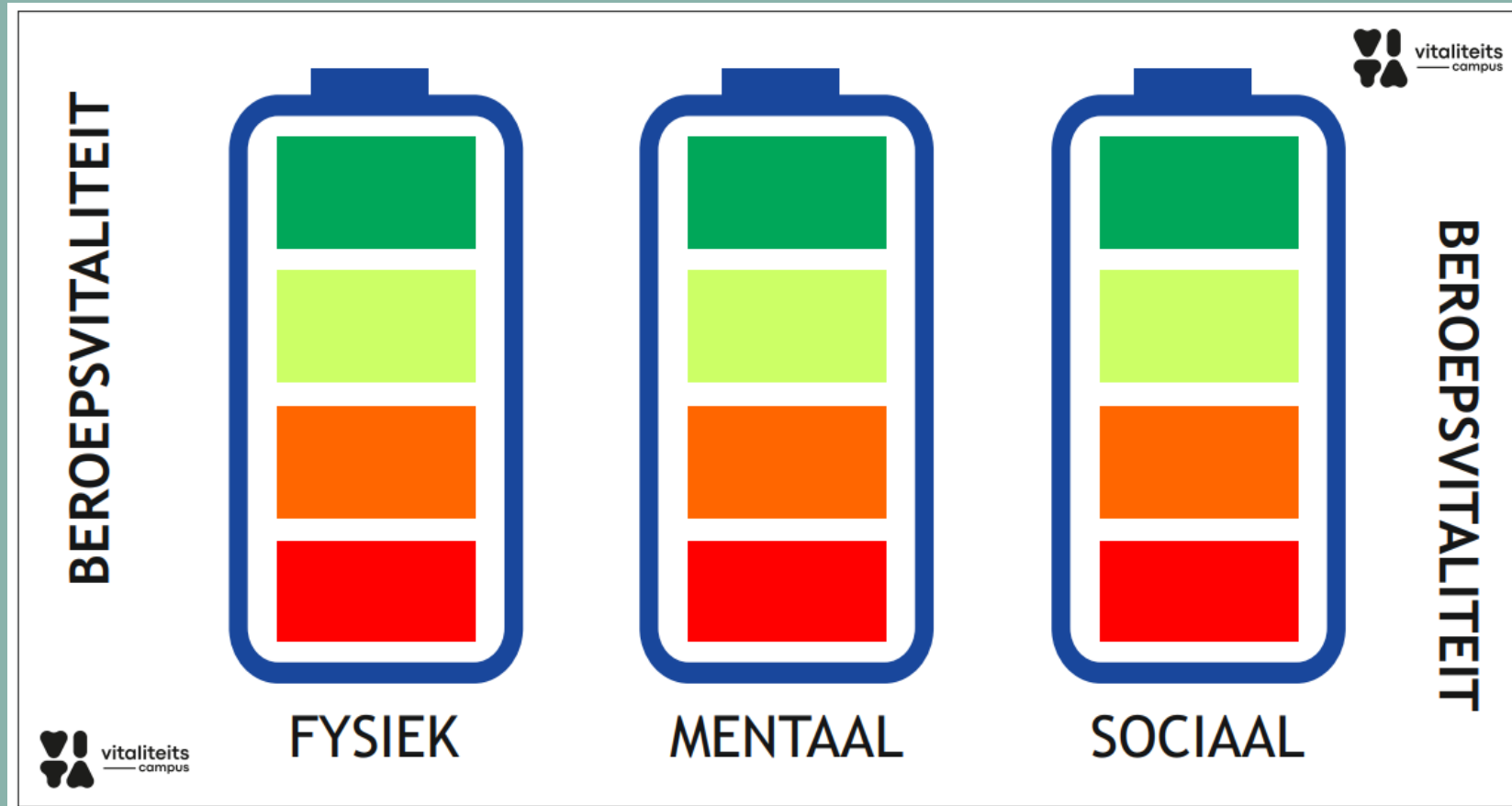
Wat vraagt jouw
beroep van jouw
individuele
vitaliteitsbronnen



Welke leefstijlkeuzes
maak jij om
vitaliteitsbronnen weer
aan te vullen?

Tijdens werk, tijdens pauzes en voor/na werk?

Praten over beroepsvitaliteit moet normaal worden



In kaart brengen wat fysiek, mentaal en sociaal belastende factoren van het werk zijn

Educatieve programma's ontwikkelen gericht op skills en kennis

Implementatie educatieve programma's

Evaluatie educatieve programma's

Adviesgroep



BEWEEGALLIANTIE



Vragen?



DE CLUB COÖRDINATOR **HEERLEN NOORD**



Heerlen

SPEERPUNTEN

SPORT EN GEZONDHEID

TALENT ONTWIKKELING

GEMEENSCHAPSVORMING



DE CLUB ALS VINDPLAATS

INSTROOM BOVENGROONDSE VAKSCHOOL

MAATSCHAPPELIJKE VOORZIENINGEN OP DE CLUB

WIJK VERBINDING EN VERSTERKEN



ACTIVITEITEN EN EVENEMENTEN VOOR

JONG EN OUD, CLUBLID, OUDER VAN, SUPPORTER OF WIJKBEWONER.



3 fietsgroepen

Let op na afloop inleveren fietssleutel:

- degene die terug gaan na Sporting Heerlen; binnen inleveren bij de receptie
- degene die mee gaan naar het Stadion, inleveren bij Ilona

1 Bram

Johan		Annema
Sven		Balk
Monaim		Benrida
Silvia		Brouwer
Jerome	de	Clercq
Maurice		Cramers
Dennis		Damink
Gertjan		Dol
Simon		Eurlings
René		Immers
Mirka		Janssen
Sytske	de	Jong
Roy		Kramer
Frank		Kwanten
Jill		Marsé
marloes	van der	Meulen-Ramp
Ad	van	Mierlo
Angelique		Rozeboom
chris		schaapman
Franklin		Schmetz
Marloes		Schreur
Jorg		Smeets
Anita		Stienstra
Dave		Van Kann

2 Roel

Amali		Ali
Friede		Berendsen
Robert		Bergs
Lisa		Blaauwbroek
Anke	te	Boekhorst
Roel	van den	Bosch
Hanne		Bovens
Eric		Debets
Jamal		El Ghannouti
Roxanna	van	Erp
Minno		Gielens
Koert		Hetterscheidt
Erik		Lenselink
Ger		Moonen
Marcella		Oviedo Nuñez
Ankie		Pihler
Ivo		Reuvers
Esther		Roelofs
Cees	van	Rootselaar
Sido		Schiffart
Lonneke		Schijvens
Mark		Schuurman
Carl		Verheijen
Maud		Vliegen

3 Victor

Carin	I'	Ami
Melissa		Boekelman
Mirëille		Boreas
Mariëlle		Durieux
Ron	Van den	Ende
monica	van	harn
Jolina		Heijmans
Jamo		Hilhorst
André	de	Jeu
Bob	de	Jong
Lieve		Kramer
Pieter		Kuijpers
Dorothee		Laan
Ron		Meyer
Age		Niels
Ard	van	Peppen
Peer		Pulles
Gregory		Sedoc
Kail		Snackers
Jim		Snackers
Rob		Vanwersch
Jikke		Vergragt
Marvin		Visser
Jessie	van	Wijk
Kim		Wintjens
Sezgin		Yilgin