

SPORTBEDRIJF **ARNHEM**



**Gezond
en fit in
Arnhem**

zo doen we dat



Samen met plezier in beweging, een leven lang zo gezond en sportief mogelijk

We leven in een tijd waarin we veel keuzes kunnen maken, ook als het om bewegen en een gezonde leefstijl gaat. Word je lid van een sportclub, ga je individueel sporten en voor welke sport of vorm van bewegen kies je dan?

Arnhem heeft een breed scala aan mogelijkheden om te bewegen, op een manier die bij iedere Arnhemmer past. Georganiseerd bij een van de vele sportaanbieders, via school, in de wijk of gewoon zelf, bijvoorbeeld in één van de mooie parken die onze stad rijk is.

Bewegen, gezondheid en plezier zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. We stimuleren en faciliteren beweegmogelijkheden en helpen mensen actief op weg naar een gezonde leefstijl.

In deze brochure geven we je een inkijkje in wat er allemaal mogelijk is en laten we zien hoe we mensen en organisaties ondersteunen.

We kijken graag vooruit en zijn altijd op zoek naar nieuwe mogelijkheden om mensen te verleiden in beweging te komen. We initiëren nieuwe concepten, veelal met partners die actief zijn op het vlak van sport, gezondheid, welzijn, cultuur of zorg. Heb je wensen of specifieke ideeën? Dan nodig ik je van harte uit om die met ons te delen.

Samen alle Arnhemmers met plezier in beweging krijgen, voor een zo gezond en sportief mogelijk leven. Daar leveren we graag een bijdrage aan.

Robert Jan Janssen

Directeur Sportbedrijf Arnhem
robertjan.janssen@sportbedrijfarnhem.nl

Ons verhaal



Wat we doen en waarom

Samen met plezier in beweging en een leven lang zo actief en gezond mogelijk. Daar staan wij voor! We dragen proactief bij aan een gezonde samenleving, door het activeren, stimuleren en faciliteren van sport, bewegen en initiatieven voor een gezonde leefstijl. Dat mensen hierbij plezier en voldoening ervaren staat voorop! Zo werken we samen aan aantoonbare resultaten, in elke fase van ieders leven.



We vinden het belangrijk dat iedereen mee kan doen aan sport en bewegen.



De mensen die het doen

Samen met 172 medewerkers (137 fte) zetten we ons dagelijks in voor een sportief en gezond Arnhem: In de wijken, bij evenementen, op scholen, bij sportaanbieders en op de ruim 60 sportvoorzieningen in de stad. We worden ondersteund door meer dan 100 vrijwilligers en vele studenten. Ze zijn onmisbaar bij de activiteiten die we uitvoeren.

Iedereen doet mee: leer-werkbedrijf

We vinden het belangrijk dat iedereen mee kan doen aan sport en bewegen. Ook als werkgever hechten we aan inclusie. Zo werken bij ons diverse mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt. Zij doen bijvoorbeeld het handmatig onderhoud op de sportvelden. Met de ervaring die ze opdoen krijgen ze meer kansen om door te stromen op de arbeidsmarkt.

Initiatiefrijk

We kijken graag vooruit. Continu onderzoeken we hoe we onze producten, diensten en processen kunnen vernieuwen of verbeteren. Dat doen we het liefst in samenwerking met partners. De introductie van de Skills Box, speelspots, de mobiele ijsbaan en bootcamproutes zijn hier mooie voorbeelden van.

Parel: zwembad Valkenhuizen

Het nieuwe zwembad Valkenhuizen is een aanwinst voor de stad. Helemaal in combinatie met de grote sporthallen en alle mogelijkheden op de buitenterreinen: Van atletiek, honkbal en beachvolley tot 5x5 speedsoccer en urban sports. Sportbedrijf medewerkers werken vanuit de nieuwe kantoorruimtes op Valkenhuizen dicht bij de klant.

Duurzaam ondernemen

Actief werken aan verduurzaming van activiteiten en accommodaties vinden we heel belangrijk. Een steeds groter deel van onze energiebehoefte wekken we op via zonnepanelen. Een innovatief watermonitorsysteem in zwembad De Grote Koppel zorgt dat minder water en chemicaliën nodig zijn en dat de waterkwaliteit 24/7 wordt gemonitord. Het nieuwe zwembad Valkenhuizen is 'all electric'. Dat betekent dat alle warmte opgewekt wordt via elektriciteit, zoals warmtepompen en zonnepanelen. Veel sporthallen zijn inmiddels voorzien van akoestische wanden, thermische isolatie en LED-verlichting. Met een gebouwenbeheer- en toegangscontrolesysteem regelen we - op afstand - efficiënt het gebruik van gas, water en licht.



A photograph of a man and two children in a park. The man, on the left, is wearing a grey t-shirt and light blue jeans, looking towards the camera. In the center, a young boy in a blue t-shirt and grey pants is jumping over a series of concrete blocks. To the right, another child in a green patterned shirt and grey shorts is walking. The background shows a brick building and trees.

Een beweeg- vriendelijke leefomgeving

Met plezier bewegen. Daarvoor hoef je niet altijd naar een vereniging of sportschool. De leefruimte om je heen is daarvoor net zo geschikt. Fietsen, wandelen, urban sports, buitenspelen, ontmoeten, sporten en bewegen, het kan allemaal in de openbare ruimte.

Wij zorgen in Arnhem voor aantrekkelijke sportparken en beweegplekken in wijken en parken. Zodat iedereen, dicht bij huis, kan bewegen en ontmoeten. Wij werken daarbij nauw samen met partners en wijkgerichte programma's in samenwerking met de Teams Leefomgeving.

jeugd

Wijkactiviteiten

In de diverse wijken stimuleren we kinderen en jongeren met laagdrempelige sport- en spelactiviteiten. Behalve de wekelijks terugkerende activiteiten, organiseren we ook grotere evenementen gedurende het jaar. De botenrace in Schuytgraaf, de rondreizende schaatsbaan en freerunning workshops zijn hier goede voorbeelden van.



alle leeftijden

Bootcamp-routes

De traditionele trimbaan is in een nieuw jasje gestoken, verwerkt in een natuurlijke omgeving. De laagdrempeligheid zorgt ervoor dat zowel de ervaren als de beginnende sporter enorm worden uitgedaagd. Er zijn al bootcamproutes in park Immerloo en Presikhaaf. Andere parken volgen nog.



senioren

Golden sports

GoldenSports is speciaal voor 55+-ers. In groepsverband werken de deelnemers in de zaal of in de buitenlucht aan conditie en fitheid. Verschillende trainingsvormen zorgen voor variatie: van conditie-training, outdoor fitness en spelvormen tot balans- en coördinatie-oefeningen. Iedereen kan op eigen niveau meedoen en de trainingen worden gegeven door een professionele begeleider.



jongeren

Urban sports

In het gebied Vredenburg-Rijkerswoerd-Kronenburg staan 2 urban sports containers, gevuld met urban sportmateriaal. Deze zijn verplaatsbaar en worden gebruikt bij urban activiteiten, vooral gericht op jongeren van 9 t/m 15 jaar. In 2021 worden bij het Olympusplein en in Rijkerswoerd 2 vaste pumptracks gerealiseerd.



alle leeftijden

5 x 5 voetbal

Op Valkenhuizen worden de vijf nieuwe speedsoccer-velden inmiddels met veel enthousiasme gebruikt door jong en oud. Deze relatief nieuwe vorm van voetbal wint aan populariteit. Speedsoccer is een snelle manier van voetbal waar teams 5 tegen 5 spelen op kleine kunstgrasveldjes met boarding. Non-stop actie met hoge intensiteit, snellere passing en meer doelpunten.



studenten

Sportkaart

Met één kaart keuze uit 15 sporten op meer dan 40 plekken: dat is de Studentensportkaart. Met deze kaart moedigen we studenten aan om fit te blijven door o.a. fitness, yoga, bootcamp, squash, zwemmen, skiën, vechtsport, dansen, boksen, survivalrun, hardlopen, wandelen, gymnastiek, judo of tai chi.

A photograph of a diverse group of children sitting at a wooden table in a classroom. In the foreground, a young girl with curly brown hair, wearing a light green patterned sweater, is holding a cucumber stick and looking towards the camera. To her left, a young boy with dark hair, wearing an orange shirt, is looking down. In the background, other children are visible, some eating from blue lunchboxes. The classroom walls are decorated with colorful papers and drawings.

Werken aan een gezonde leefstijl

We willen het zo makkelijk en toegankelijk mogelijk maken voor iedere Arnhemmer om een actief en gezond leven te leiden.

Onze focus ligt op jeugd en jongeren, want jong geleerd is oud gedaan. We bieden actieve ondersteuning voor een gezonde leefstijl samen met diverse samenwerkingspartners in de wijken zoals verenigingen, scholen en sociaal-maatschappelijke organisaties. Bij volwassenen zetten we gericht in op leefstijlcoaching. Senioren stimuleren we met (outdoor) fitness, zwemactiviteiten, wandelgroepen en fietsen.

volwassenen

Leefstijl-coaching

De leefstijlcoaches van Sportbedrijf Arnhem begeleiden en ondersteunen volwassenen op verschillende manieren bij een gezonde leefstijl. Dit doen zij met een plan op maat, via individuele- en groepstrajecten (COOL). Via Vital-up ondersteunen zij werkgevers en werknemers met vitaliteitsprogramma's. Ook zijn de leefstijlcoaches initiator van het netwerk leefstijlcoaches regio Arnhem.



jongeren

JOGG

De JOGG-aanpak is een lokale preventieve aanpak om samen de leefomgeving van kinderen en jongeren gezonder te maken. Binnen Arnhem wordt deze aanpak door drie JOGG regisseurs van Sportbedrijf Arnhem uitgevoerd. Zij hebben ieder eigen wijken, maar steken hun energie ook in de rest van Arnhem. Zij zoeken de verbinding tussen verschillende partijen in de omgeving van het kind en gaan actief aan de slag om deze gezonder in te richten. Bijvoorbeeld met de organisatie van de 7 dagen waterchallenge, de Gezonde Kantine en de Beweegtuin.

jeugd

GO!

GO! is een 2-jarige interventie waarin kinderen (0-19 jaar) met overgewicht door een kindergezondheidscoach worden begeleid naar een gezondere leefstijl. Dit gebeurt integraal, met alle partijen die rondom het kind aanwezig zijn, uit zowel het sociale als medische domein. De lokale coördinator van Sportbedrijf Arnhem bespreekt samen met professionals uit de wijk hoe de GO!- aanpak zo goed mogelijk in de wijk te implementeren is.



jeugd

Jeugdfonds Sport & Cultuur

Het mag niet uitmaken hoeveel geld je te besteden hebt. Iedereen moet kunnen sporten. Met de GelrePas of via het Jeugdfonds Sport & Cultuur kunnen kinderen uit gezinnen die het financieel niet breed hebben, gratis sporten bij een groot aantal verenigingen of sportclubs. De sportcoaches van Sportbedrijf Arnhem weten hier alles van en helpen bij het vinden van een passende sportactiviteit. Ook helpen ze ouders bij de aanvraag voor ondersteuning.



Vijf uur bewegen op en rondom school

Na ondertekening van het Arnhemse Sportakkoord is in drie pilotwijken het startschot gegeven voor de implementatie van Bewegingsconcept 2+1+2. Daarmee zetten we in Arnhem in op meer en beter leren bewegen voor elke leerling in het basisonderwijs. 2+1+2 staat voor vijf uur bewegen per week op en rondom school, de beweegrichtlijn voor jonge kinderen. Twee uur bewegingsonderwijs onder schooltijd, één uur in de vorm van pauzesport en twee uur bewegen na schooltijd bijvoorbeeld in de wijk, bij een sportvereniging of BSO. Vakleerkrachten, buurtsportcoaches, sportverenigingen en private partners in beweegteams zetten zich gezamenlijk in om een samenhangend systeem van vijf uur bewegen per week te realiseren voor alle kinderen.



jeugd

Schoolsport-evenementen

In Arnhem kunnen kinderen met hun klas meedoen aan verschillende toernooien of evenementen. Sportbedrijf Arnhem organiseert samen met verenigingen het hele jaar door schoolsportevenementen. Een jaaroverzicht krijgen de basisscholen vooraf aange-reikt via de schoolsportkalender.



jeugd

Sportken-nismaking

Op het gebied van sport is zóveel te doen, hoe weet je als kind wat écht bij je past? Om die reden vinden ieder jaar de Sportwîjs Arnhemse Spelen plaats. Op deze dagen kunnen kinderen vanaf groep 3 kennismaken met verschillende sporten. Alle basisschoolleerlingen krijgen het boekje 'Sportwîjs' mee naar huis. In het boekje staan verschillende sporten centraal waarover meer uitleg wordt gegeven, inclusief een kennismakingsaanbod van de clubs en verenigingen die de sport aanbieden.



jeugd

School-zwemmen

Een groot aantal basisschoolleerlingen krijgt wekelijks zwemonderwijs in De Grote Koppel en Valkenhuizen. Sportbedrijf Arnhem faciliteert het badwater, zorgt voor het inroosteren en lesgeven, maar regelt ook het busvervoer van school naar zwembad. Daarnaast bieden we een aantal scholen themagericht zwemmen. Leerlingen die al een zwemdiploma op zak hebben krijgen zo de kans hun zwemvaardigheid te verbeteren.

jeugd

2+1+2 in de praktijk

De Skills Box is een nieuwe tool die speciaal is ontwikkeld om het 2+1+2 beweegconcept in de praktijk uit te voeren. Iedere school krijgt een stevige kar vol sport- en spelma-terialen. Kinderen worden hiermee op een laagdrempelige manier gestimuleerd meer te bewegen op het schoolplein. Andere voor-beelden van het 2+1+2 beweegconcept zijn het Dagelijks Kwartiertje, pauze-activiteiten, schoolzwemmen, schoolsporttoernooien, leerlingmonitoring via de zogenaamde Bloctest en naschoolse activiteiten samen met sportaanbieders.



Vitale sport- en beweeg- aanbieders

Een vitale sportaanbieder is toekomstbestendig! Dit betekent: voldoende vrijwilligers hebben en qua sportaanbod weten in te spelen op trends als digitalisering, vergrijzing en individualisering. De sportaanbieders in Arnhem zijn divers: van binnen- en buitensportverenigingen, fitnesscentra, bootcampclubs, wandel- en fietsclubs tot urban sports-organisaties. Wij ondersteunen sportaanbieders waar mogelijk: van het faciliteren van sportruimte tot het creëren van een positieve sportcultuur op en rond de velden.



volwassenen

Trainingen en opleidingen

We helpen verenigingen de kwaliteit van het sport- en beweegaanbod te verbeteren met bijscholing en workshops voor bestuurders, trainers en coaches. Bij de samenstelling van het opleidingsaanbod werken we samen met NOC*NSF, Academie voor Sportkader, Kenniscentrum Sport, Gelderse Sportfederatie (GSF) en Arnhemse Sportfederatie (ASF). De terugkerende thema's van trainingen zijn o.a. positief coachen, bestuur- en kaderopleidingen, werven van vrijwilligers en trainen van vertrouwenspersonen.



verenigingen

Rookvrije sportclubs

Alle accommodaties en sportvelden van Sportbedrijf Arnhem zijn rookvrij. Wij willen de kinderen in Arnhem een gezonde en veilige omgeving bieden, waarin ze kunnen sporten zonder dat ze met roken in contact komen. Kinderen moeten een sportaccommodatie associëren met een gezonde plek. En daar hoort zichtbaar roken niet meer bij.

talenten

Prestatiecentrum Arnhem

Elke sportclub heeft talenten rondlopen. Maar hoe creëer je een goede omgeving, waarin je het maximale uit het talent haalt? Sinds 2012 ondersteunt Sportbedrijf Arnhem actief in de herkenning en ontwikkeling van sportief talent, zowel individueel als bij teams. Sinds 2019 doen we dit zelfs vanuit een fysieke trainingslocatie. Dit gebeurt met ondersteuning van diverse (kennis)

partners. Op de weg van talent naar topper zijn er verschillende partijen van invloed op de ontwikkeling. Daarom richten we het aanbod niet alleen op het sport-talent zelf, maar ook op de omgeving. Denk hierbij aan bijscholing voor en ondersteuning van trainers, coaches, ouders, bestuurders en professionals, gymleraren en fysiotherapeuten.



jeugd

Gezonde sportkantines

De sportkantine-aanpak van JOGG helpt mee aan een gezondere sportomgeving, onder andere door het aanbod van eten en drinken in sportkantines en horeca van accommodaties gezonder te maken. Daarnaast is er aandacht voor een rookvrij sportterrein en verantwoord alcoholbeleid. Binnen de gemeente Arnhem werken de JOGG regisseurs hierin samen met Team:Fit en de verenigingsondersteuners.



jeugd

Sportpedagogisch medewerker

De sportpedagogisch medewerker van Sportbedrijf Arnhem ondersteunt verenigingen om een vertrouwde en veilig sportomgeving te creëren voor kinderen. Zij komt bij veel verenigingen en sportclubs over de vloer, bijvoorbeeld bij rugbyvereniging The Pigs. Verenigingen hebben ook een functie in de opvoeding van kinderen. Als zij het goede voorbeeld geven, pikken kinderen dat op.





Inclusief bewegen

Iedere Arnhemmer moet kunnen sporten en bewegen. Juist ook mensen die een fysieke beperking hebben of andere belemmeringen ervaren. Gezamenlijk doel is dat sportaanbieders in Arnhem meer open staan en gastvrij zijn voor mensen die niet vanzelfsprekend sporten en bewegen, en voor hen een specifiek aanbod creëren.

alle leeftijden

Uniek Sporten

Uniek Sporten is het front-office voor het aangepast sporten in Arnhem. Het is een concept dat mede door Sportbedrijf Arnhem is ontwikkeld. Meerdere sportverenigingen in de wijken hebben sportaanbod voor sporters met een beperking. De ondersteuning van deze initiatieven komt bij Uniek Sporten vandaan. Inmiddels heeft een groot deel van Nederland aansluiting gevonden bij deze werkwijze en is Uniek Sporten landelijk actief als sportloket voor aangepast sporten.



volwassenen

Fietscursus

In Malburgen wordt op regelmatige basis een fietscursus gegeven voor (buitenlandse) vrouwen. Op deze manier helpen we hen het zelfvertrouwen op de fiets én in het leven te vergroten. Want door te leren fietsen krijgen deze vrouwen meer bewegingsvrijheid om deel te nemen aan de maatschappij.



alle leeftijden

Specifiek zwem-aanbod

In zwembaden De Grote Koppel en Valkenhuizen zijn er aangepaste zwemprogramma's voor mensen die niet mee kunnen doen aan de reguliere zwemactiviteiten. Het gaat dan vooral om mensen met een (chronische) beperking of lage belastbaarheid of mensen die hun beweegpatroon willen verbeteren na een ziekte of revalidatie. Voorbeelden zijn Fifty Fit, oncologie zwemmen en Hart in Beweging. Nu schoolzwemmen niet meer standaard door elke school wordt aangeboden, valt een groep kinderen buiten de boot die niet kan zwemmen. Sportbedrijf Arnhem heeft hiervoor het vangnetzwemmen opgezet, in samenwerking met Teams Leefomgeving en Kansrijk opgroeien.

SPORTBEDRIJF **ARNHEM**

Sportbedrijfarnhem.nl

026 – 377 57 57

info@sportbedrijfarnhem.nl

f sportbedrijf.arnhem

in sportbedrijfarnhem

🐦 sportinarnhem