

# Met de juiste kennis haal je meer uit sport en bewegen

Onderbouwde informatie

Workshops en trainingen

Actuele onderzoeksresultaten

Handige tools

Inspirerende voorbeelden uit praktijk en beleid

Persoonlijk advies



## Onze thema's

### + Fit en gezond

Voldoende bewegen is essentieel voor een gezond leven. In 2019 voldoet 49% van de Nederlanders van 4 jaar en ouder aan de beweegrichtlijnen. En 54,1% voldoet aan matig intensieve inspanning (4 jaar en ouder). Hier kunnen we samen veel aan verbeteren. Wij zijn er voor elke zorg-, sport- of welzijnsprofessional die anderen wil activeren en dat zo goed mogelijk wil doen.

[Lees meer](#)

### + Vaardig in bewegen

Goede motorische vaardigheden zijn belangrijk bij het ontwikkelen van een actieve leefstijl. Door beweging bij kinderen te stimuleren, worden ze vaardiger en houden ze langer plezier in sporten en actief bezig zijn. Professionals die met kinderen werken, op school, in de wijk, de kinderopvang of op de club, en gemeenten kunnen bij ons voor de juiste kennis terecht.

[Lees meer](#)

### + Waarde van sport

Hoe maak je economische en maatschappelijke effecten van sport en bewegen meetbaar in euro's? Hoe realiseer je duurzame sportaccommodaties, een goede sportinfrastructuur en een beweegvriendelijke omgeving? Wij adviseren en ondersteunen de sportsector en lokale overheden bij de antwoorden op deze vragen.

[Lees meer](#)

### + Meedoen door sport en bewegen

Meedoen aan beweeg- en sportactiviteiten is voor kwetsbare groepen zoals mensen met een beperking, ouderen en jongeren niet vanzelfsprekend. We reiken buurtsportcoaches en beleidsadviseurs van gemeenten kennis en tools aan om kwetsbare groepen de voordelen van sport en bewegen te laten ervaren.

[Lees meer](#)

### + Sociaal veilig sporten

Sociaal en veilig sporten staat al tientallen jaren op de agenda van overheden en sportbonden. Helaas komen spelverruwing, onsportief gedrag, seksuele intimidatie, agressie en (verbaal) geweld nog steeds regelmatig voor. We richten ons vooral op het stimuleren van een 'pedagogisch sportklimaat' en 'goed sportbestuur'. We ontwikkelen praktische handvatten en ondersteunen clubkadercoaches, verenigingsondersteuners en beleidsadviseurs gemeenten.

[Lees meer](#)

### + Topsport en Topsport Topics

Actuele en wetenschappelijk onderbouwde kennis draagt bij aan het behalen van goede sportprestaties. Met ons team Topsport Topics zorgen we ervoor dat bondscoaches, embedded scientists, technisch directeuren en ook beleidsmakers snel, onderbouwd en begrijpelijk antwoord krijgen op de vraagstukken die zij tegenkomen in hun topsportpraktijk. Als gevolg van de vraagarticulatie uit de topsportpraktijk kunnen kennisinstellingen worden voorzien van praktisch relevante en vernieuwende onderzoeksvragen.

[Lees meer](#)

## Activiteiten 2019

Hieronder vind je een samenvatting van onze belangrijkste resultaten.

### BEWEEG HET DOOR

#### Beweeg het door

een mooi podium voor de beweegrichtlijnen

Doel van dit event was om kennis over de beweegrichtlijnen te delen met professionals uit zorg, welzijn en sport. Het event was een groot succes: bijna 500 bezoekers en gemiddelde waardering een 8. Op de dag zelf: ruim 800.000 impressies via social media. En ook erna kende het event mooie resultaten: veel duurzame verbindingen en in 2019 een afname van 12.500 Beweegcirkels.



### SROI

resultaten onderzoek naar Social Return On Investment

Door onderzoek weten we nu dat alle investeringen in sport en bewegen maatschappelijke meerwaarde hebben en dat de baten - gemeten op landelijk niveau - ruim 2,5 maal hoger zijn dan de kosten. De uitkomsten van het SROI onderzoek helpen gemeenten in het gesprek over de waarde van sport. Het doorgronden van de SROI en het vergelijken met andere gemeenten levert nieuwe inzichten op. In 2020 komt een online dashboard beschikbaar. Als voorloper daarop is in 2019 door 169 gemeenten 'de beker' opgevraagd: een factsheet waarin een gemeente op een aantal sport- en beweegindicatoren kan zien hoe ze ervoor staat en wat het oplevert als 10% van de inactieve burgers in beweging wordt gebracht.

### Werkplaatsen met teamleiders sport en bewegen

In de werkplaatsen wordt kennis en ervaring uitgewisseld, worden teamleiders geïnspireerd met masterclasses en gesprekken met experts en stakeholders uit andere domeinen. Samen met de teamleiders, experts en stakeholders werken we aan kennisontwikkeling. Als prioritaire thema's zijn vastgesteld: de rol van de teamleider bij de duurzame samenwerking en borging van de Brede Regeling Combinatiefuncties, de rol van de teamleider bij het zichtbaar maken van de opbrengsten van de buurtsportcoaches, hoe geef je als teamleider effectief leiding binnen verschillende organisatietypen.

### Allesoversport opnieuw toename in bezoeken

Met ruim 2.500 artikelen en andere contentvormen blijft Allesoversport.nl een inspirerend en informatief platform met een groot aantal onderwerpen rondom sport en bewegen. Eind 2019 stond de teller op 1.615.371 bezoeken (eind 2018 waren dit er 1.250.389).

### De kleine bewegagenda

Met het initiatief van de 'Kleine Bewegagenda' is bewegen voor 0-4 jarigen goed op de kaart gezet. In het deelakkoord Vaardig in Bewegen werd deze jongste doelgroep wel genoemd, maar het ontbrak aan concrete maatregelen. We zijn daarom initiatiefnemer en aanjager van de Kleine Bewegagenda. Samen met Mulier Instituut en partijen uit het veld wordt gewerkt aan de vormgeving en uitwerking van de Kleine Bewegagenda. Onze oproep aan het ministerie van VWS om te komen tot een bewegeadvisie voor 0-4 jarigen is in korte tijd door 27 organisaties ondertekend en had het gewenste effect. Eind 2019 heeft de minister aan de Gezondheidsraad het verzoek gedaan om uiterlijk medio 2021 met een bewegeadvisie te komen voor deze jongste kinderen.



### Erasmus+ Sport

Met een inspiratiebijeenkomst, een video en artikelen op Allesoversport hebben we de Europese subsidieaan van Erasmus+ Sport onder de aandacht gebracht. Er blijkt veel behoefte aan kennis en praktische begeleiding bij het indienen van een aanvraag: 'Hoe bouw ik een Europees netwerk, waar vind ik mogelijke samenwerkingspartners, welke elementen zijn cruciaal om een succesvolle aanvraag te doen en hoe kunnen we valkuilen omzeilen?'. Naast een overzicht van Europese subsidierelaties bieden we een platform voor kennisuitwisseling en inspiratie.

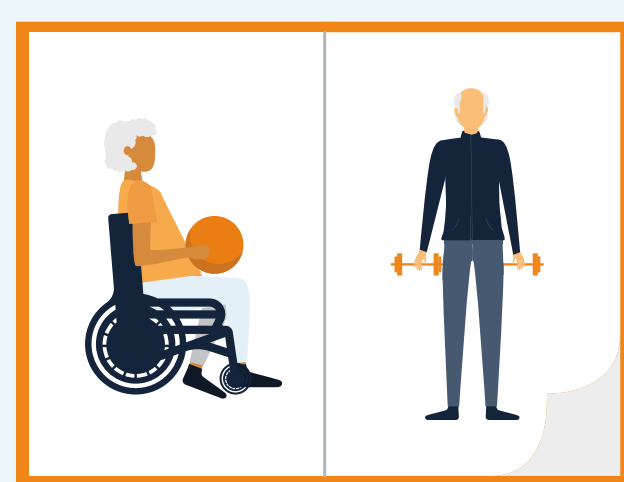


### Kennisplatform Energietransitie Maatschappelijk Vastgoed

Om de klimaatdoelen te bereiken en de verduurzaming van gebouwen te ondersteunen, is het Kennisplatform Energietransitie Maatschappelijk Vastgoed (KEMV) opgericht, met Kenniscentrum Sport & Beweging als kennispartner voor de sector Sport. In aansluiting op het Sportakkoord, deelakkoord Duurzame sportinfrastructuur, werken we samen met alle betrokken partijen - ministerie van VWS, NOC\*NSF, VSG en NL Actief - toe naar een integrale aanpak die moet leiden tot toekomstbestendige sportaccommodaties. Op 10 oktober 2019 ging het platform [duurzamesportsector.nl](http://duurzamesportsector.nl) live.

### Sport verenigt Nederland

Om de ambities van het Sportakkoord te realiseren zijn gemeenten en sport- en beweegaanbieders aan zet om deze te vertalen naar een lokaal of regionaal akkoord. Zij worden daarbij begeleid door een sportformateur, die partijen bij elkaar aan tafel brengt, het gesprek voert over de invulling en afspraken maakt om tot een gedragen lokaal sportakkoord te komen. Juist voor hen is het van belang om overzicht te hebben over de vraagstukken die spelen, de oplossingen die daarvoor in andere gemeenten zijn gevonden, wat er al ontwikkeld is en welke aanpak werkt. Ook is er behoefte aan kennis: waar vind je de cruciale informatie, welke interventies zijn succesvol gebleken en waar moet je rekening mee houden bij het maken van keuzes. We brachten die informatie bij elkaar in inspiratiehefts: een overzicht van beschikbare kennis, interventies, workshops, bij- en nascholingen, kennisplatforms en relevante organisaties. Hiermee stimuleren we dat gebruik gemaakt wordt van solide kennis en kwalitatieve aanpakken. Zo brengen we de ambities van het Sportakkoord weer een stap dichterbij.



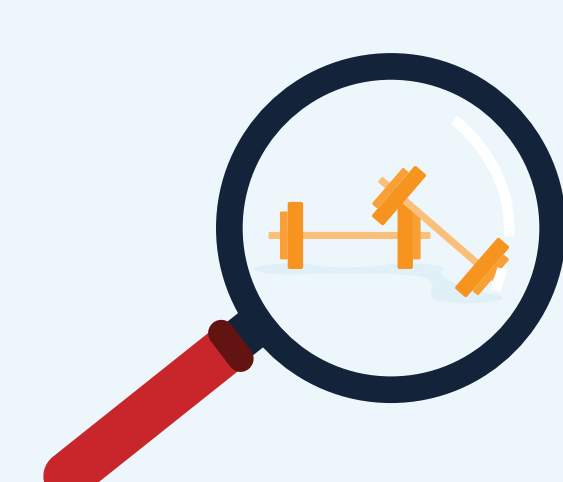
### Beweegcirkels voor ouderen met dementie

De beweegcirkels geeft handvatten aan professionals en mantelzorgers om ouderen met dementie te stimuleren meer te bewegen. De beweegcirkels is ontwikkeld vanuit het onderzoeksprogramma Memorabel, onderdeel van Deltaplan Dementie en gefinancierd door ZonMw. Aan de content werkten we samen met Rijksuniversiteit Groningen, UMC Groningen, Radboud UMC en VU Amsterdam. Sinds de publicatie in september 2019 is de beweegcirkels met 8.500 unieke paginaweergaven het best bezochte onderdeel van de website van Kenniscentrum Sport. In en rond de week van dementie was de Beweegcirkels extra zichtbaar in de media dankzij free publicity: o.a. De Eerstelijnszorg (oplage 6.500) en Tijd voor Max (575.000 kijkers). Verder heeft de beweegcirkels voor ouderen met dementie in veel nieuwsbrieven gestaan, waaronder BeterOud, ZonMw, Zorg voor Beter, Loketgezondleven, NVOG, Dementiezorg voor elkaar: Alleszelf.nl.



### Duiding van topsport vraagstukken

Door wetenschappelijke onderzoeken te duiden en samen te vatten, biedt Topsport Topics relevante informatie waarmee sporters, trainers en coaches weloverwogen keuzes kunnen maken. Tijdens de Tour de France bleken er veel vragen te leven over het gebruik van ketonen in de wielersport. Topsport Topics ontwikkelde een factsheet om duiding aan het vraagstuk te geven. Deze factsheet stond in 2019 op de lijst van best bekeken artikelen op [Allesoversport.nl/Topsport\\_Topics](http://Allesoversport.nl/Topsport_Topics).



### Toekomstverkenning fitnessbranche

In opdracht van NL Actief hebben we de relevante ontwikkelingen in de maatschappij in kaart gebracht en vertaald naar de fitnessbranche. Dit gebeurde door literatuurstudie en een analyse van onder andere sociale, technologische, economische en politieke factoren. Daarnaast zijn de uitkomsten van de analyse getoetst bij een drietal stakeholders uit de fitnessbranche.

## Samen zorgen we voor meer kwaliteit en effectiviteit van sport en bewegen

### Meer weten over wat Kenniscentrum Sport & Bewegen voor jou kan betekenen?

Neem een kijkje op onze website, in onze Kennisbank met ruim 20.000 publicaties of de database [www.sportenbeweeginterventies.nl](http://www.sportenbeweeginterventies.nl) met succesvolle sport- en beweegaanpakken. Of neem contact op met één van onze collega's voor persoonlijk advies.

Bekijk de uitgebreide versie van ons activiteitenverslag 2019.

