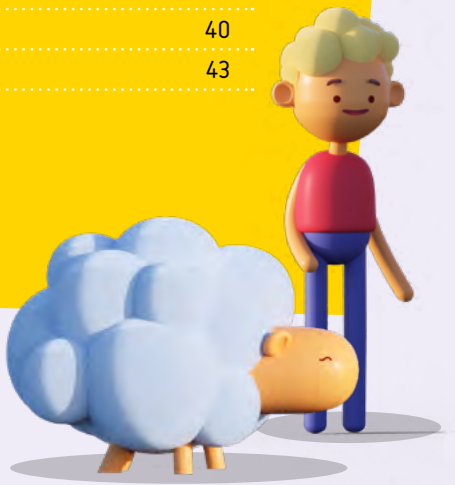
Drenthe beweegt magazine

3e editie, najaar 2026

Inhoudsopgave

Titel	Hoofdstuk	Pagina
Introductie	1.	3
Programmalijn #JongLeren	2.	6
Programmalijn #OnzeClub	3.	13
Programmalijn #EenLevenLangBewegen	4.	20
Programmalijn #Beweegruimte	5.	30
Drenthe beweegt bijeenkomsten	6.	37
Ruimte om te stralen	7.	40
Vooruitblik	8.	43



1. Introductie

In 2009 was Nederland volop in de ban van het Olympisch Plan 2028: een langetermijnvisie om de Olympische Spelen na precies honderd jaar terug te halen naar Nederland. Maar de ambitie reikte verder. De Spelen moesten vooral een motor zijn om Nederland sportiever, gezonder en leefbaarder te maken. Hans Derks zag hierin een kans om ook Drenthe 'op Olympisch niveau' te brengen. Hij nam het initiatief voor het Drents Olympisch Plan 2028, dat door honderd betrokkenen werd ondertekend. De Olympische Spelen kwamen er uiteindelijk niet en Drenthe 2028 kreeg een andere naam, maar de achterliggende visie bleef overeind: samen bereiken we meer als het gaat om meedoen, vitaliteit en beleven.

1.1 Nieuwe cyclus

In januari 2025 mocht ik het stokje van Hans Derks overnemen als programmaregisseur van Drenthe beweegt. Grote schoenen om te vullen. Daarom kozen we ervoor om met een team van coördinatoren aan een nieuwe periode te beginnen.

Met het nieuwe Drenthe beweegt plan 2025–2028 verkennen we opnieuw nieuwe wegen. We richten ons onder andere op bewegen voor kinderen van 0 tot 4 jaar, een sterkere verbinding met zorg en welzijn, pedagogisch bekwaam kader en de rol van de fysieke leefomgeving in het stimuleren van bewegen.
Drenthe beweegt speelt een belangrijke rol in de samenwerking rond sport en bewegen in Drenthe. Dankzij de steun van de provincie Drenthe, alle twaalf Drentse gemeenten en verschillende maatschappelijke organisaties is een unieke samenwerking ontstaan. Een samenwerking waarin we onderzoeken hoe we met sport en bewegen nog meer kunnen betekenen voor de inwoners van Drenthe.

Het biedt ons de ruimte om kansen en ontwikkelingen binnen ons (inter) nationale werkveld te verkennen, kennisdeling te stimuleren en nieuwe projecten en samenwerkingen te ontwikkelen.

Met coördinatoren op de thema's **#JongLeren, #EenLevenLangBewegen, #OnzeClub en #Beweegruimte** en onze coördinator buurtsportcoaches kunnen we ideeën vertalen naar de praktijk. We blijven vernieuwen, experimenteren en pionieren. Want ergens over nadenken

is één, maar pas als je het gaat doen, ontdek je wat echt werkt.

1.2 Successen

In de eerste periode van deze nieuwe cyclus hebben we alweer flink aan de weg getimmerd. Daarbij bouwen we voort op successen uit de afgelopen jaren. Denk aan de opleiding De Beweegreis, die inmiddels tot vijftig nieuwe beweegclubjes heeft geleid, Drenthe beweegt Samen op RTV Drenthe, waarmee dagelijks senioren in beweging komen, en De Veilige Kleedkamer, waarmee we werken aan een sociaal veilige en inclusieve sportomgeving. Tegelijkertijd is er volop ruimte voor nieuwe ontwikkelingen. Zo werken we aan de Beweegstart voor kinderen van 0 tot 4 jaar, een aanpak gericht op de mentale weerbaarheid van jongeren en de vijfsterrenclub, waarin plezier en ontwikkeling centraal staan. En we hebben een stevige ambitie voor de openbare ruimte: van Drenthe het 'Scandinavië van Nederland' maken als het gaat om gezond bewegen in de leefomgeving.

Drenthe is wereldkampioen samenwerken. Ook landelijke partners zien steeds vaker hoe we hier gezamenlijk vormgeven aan sport- en beweegbeleid en beschouwen onze aanpak als inspiratie voor andere regio's.
Maar met samenwerken alleen zijn we er niet. We willen vooral resultaat boeken. De Drentse beweegachterstanden zijn nog niet ingelopen en ook in Drenthe zijn de sociaaleconomische gezondheidsverschillen groot. Daarom blijven we samen bouwen aan aanpakken die werken en daadwerkelijk verschil maken.

1.3 Buurtsportcoaches

De buurtsportcoach speelt een onmisbare rol in het stimuleren van sport en bewegen in Drenthe. Verspreid over heel Drenthe zijn buurtsportcoaches actief die zich dagelijks inzetten om inwoners van alle leeftijden in beweging te krijgen en te houden. Door hun verbindende rol brengen zij sport, onderwijs, zorg en welzijn samen en maken zij lokaal het verschil.

In hun werk maken de Drentse buurtsportcoaches écht het verschil in de praktijk. Ze stimuleren kinderen om van jongs af aan te bewegen, maken sport en

bewegen toegankelijk voor doelgroepen voor wie dit niet vanzelfsprekend is, versterken sportclubs en dragen bij aan een gezonde en beweegvriendelijke omgeving.

Samenwerking vormt de basis onder al deze thema's. Een mooi voorbeeld hiervan is de gezamenlijke Buurtsportcoach-dag, waar buurtsportcoaches uit heel Drenthe samenkomen om kennis te delen, inspiratie op te doen en ervaringen uit te wisselen. Hier ontstaan nieuwe ideeën en worden bestaande initiatieven verder versterkt.
Ook via diverse platforms weten buurtsportcoaches elkaar goed te vinden. Of het nu gaat om online netwerken, regionale overleggen of samenwerkingen met gemeenten, scholen, zorginstellingen en sportaanbieders, de lijnen zijn kort en de betrokkenheid is groot. Dit maakt het mogelijk om snel in te spelen op lokale behoeften en kansen.
Wat de buurtsportcoach zo krachtig maakt, is de combinatie van werken op deze vier pijlers en het sterke netwerk waarin zij opereren. Door kennis te delen, samen op te trekken en elkaar te versterken, bouwen zij dagelijks aan een omgeving waarin bewegen voor iedereen vanzelfsprekend wordt.

1.4 In dit magazine

In deze derde editie van het Drenthe beweegt magazine – voorheen het #EenLevenLangBewegen magazine – nemen we je opnieuw mee in onze praktijk. We delen ervaringen, ontwikkelingen en verhalen die laten zien hoe we samen werken aan een Drenthe waarin iedereen de kans krijgt om een leven lang te bewegen.

Ook ben ik blij dat vier sleutelfiguren uit onze programma's een bijdrage aan dit magazine wilden leveren: lector Remo Mombarg, regenboogambassadeur Henk Niemijer, deelnemer aan De Beweegreis Eric Schuringa en beweegruimte-expert Vincent Luyendijk. Dank voor jullie bijdrage!

Ben je nog niet betrokken bij Drenthe beweegt, maar wel nieuwsgierig geworden? Zie dit magazine dan vooral als een uitnodiging om met ons in gesprek te gaan, ideeën uit te wisselen en samen nieuwe kansen te ontdekken.

Veel leesplezier!

Hans Slender
programmaregisseur
Drenthe beweegt

2. Programmalijn 1: JongLeren

2.1 Algemene informatie

JongLeren is een programma dat zich richt op -1 jaar tot en met 12 met een doorkijk naar 21 jaar. Het richt zich op kinderen, hun ouders en hun omgeving met als doel dat dit programma leidt tot verhoging van het beweegkapitaal. Keywords zijn:
spelen, plezier en vaardigheid.

Werken aan een complex vraagstuk vraagt om een aanpak op verschillende vlakken. Dat geldt zeker voor bewegingsarmoede en de gevolgen ervan. Natuurlijk moeten we ervoor zorgen dat mensen die niet bewegen, maar dat wel willen, in beweging komen. Tegelijkertijd is het minstens zo belangrijk om ervoor te zorgen dat mensen in beweging blijven. Bijna iedereen beweegt als kind immers voldoende; de uitdaging is om dat gedurende het hele leven vast te houden.

In het verleden kreeg JongLeren weinig prioriteit, omdat de effecten pas op langere termijn zichtbaar zijn en de verantwoordelijkheid voor bewegen bij de jeugd verdeeld en niet altijd duidelijk is. Sinds 2025 kiezen we er bewust voor om hier wél op in te zetten. Vanuit de overtuiging dat duurzame verandering tijd vraagt, zien we JongLeren als een programma dat meerdere programmaperiodes binnen Drenthe beweegt nodig heeft. Het gezamenlijke belang is groot en partners zijn bereid hierin samen op te trekken. We geloven dat juist deze langdurige en gezamenlijke aanpak uiteindelijk het meest effectief is om bewegingsarmoede terug te dringen. De kern van het programma is om het beweeg- en sportkapitaal van onze jeugd te vergroten, zodat bewegen een vanzelfsprekend onderdeel wordt van het hele leven. Iets waar je op kunt vertrouwen, plezier aan beleeft en op kunt terugvallen, juist ook op moeilijke momenten. We zien motorische vaardigheden daarbij als een belangrijke gezondheidsvaardigheid: een stevige basis die iedereen nodig heeft om een leven lang met vertrouwen en plezier te kunnen bewegen.

Kinderen die op jonge leeftijd met plezier meer en beter leren bewegen, vullen hun beweegbatterij. Niet alleen met motorische vaardigheden, maar ook met zelfvertrouwen, sociale contacten en een

sportieve identiteit. Wanneer bewegen van jongs af aan een vanzelfsprekend onderdeel van het leven is, heeft dat invloed op het beweeggedrag gedurende de hele levensloop.

Mensen met een goed gevulde beweegbatterij vinden in verschillende levensfasen makkelijker een sport- of beweegactiviteit die bij hen past. Ook na ingrijpende life-events zijn zij beter in staat om bewegen opnieuw een plek in hun leven te geven.

Kortom:
Jong geleerd is oud gedaan!

'Een kind dat nooit tegenwind trotseert, leert ook minder om met weerstand om te gaan — letterlijk én figuurlijk'.

2.2 Interview Remo Mombarg

Lector Bewegingsonderwijs en Jeugdsport – onderzoeker

Waarom bewegen de levensader is van de ontwikkeling van kinderen

Bewegen is veel meer dan gezond gedrag of een manier om vrije tijd in te vullen. Het is in wezen de motor van de ontwikkeling van kinderen en eigenlijk van ieder mens. Ontwikkeling begint bij bewegen. Via beweging maken kinderen hun eerste contact met de wereld: niet via taal, maar via voelen, grijpen, rollen, kruipen, lopen, vallen en weer opstaan. In die zin vormt bewegen de basis van vrijwel alle andere ontwikkelingsdomeinen: sociaal, emotioneel, cognitief en fysiek.
Later in het leven lijkt dit soms om te draaien. De nadruk verschuift dan naar denken, plannen, analyseren en schermgebruik. Daardoor dreigen we te vergeten hoe fundamenteel beweging eigenlijk is. Dat is problematisch in een samenleving waarin individualisering en polarisatie toenemen. Terwijl juist bewegen en sport kunnen verbinden: mensen komen letterlijk en figuurlijk in contact met elkaar, ongeacht achtergrond of niveau.

Wat is een goed beweegklimaat voor jonge kinderen?

Een goed beweegklimaat is een omgeving waarin ieder kind de kans krijgt zijn of haar potentieel te ontwikkelen. Dat betekent dat kinderen precies die prikkels krijgen die passen bij hún ontwikkelingsniveau: niet te veel druk, maar zeker ook niet te weinig uitdaging. In de praktijk gaat het daar nog weleens mis. Soms worden kinderen overvraagd doordat prestaties te centraal staan. Andere keren is de omgeving juist motorisch te arm: er zijn te weinig mogelijkheden om vrij te bewegen, te ontdekken, te klimmen, te rennen of te balanceren.

Belangrijk hierbij is het onderscheid tussen veel prikkels en de juiste prikkels. Een digitale omgeving kan heel veel impulsen geven, maar motorisch juist arm zijn. Een kind kan cognitief overprikkeld raken terwijl het lichaam nauwelijks wordt uitgedaagd. Een goed beweegklimaat draait daarom om rijke motorische ervaringen: variatie, ruimte, materialen en kansen om te experimenteren, risico's te nemen en zichzelf fysiek te leren kennen.

De rol van ouders: groot, maar onderdeel van een groter systeem

Ouders spelen een belangrijke rol in het stimuleren van beweging. Zij kunnen actief gedrag vanzelfsprekend maken, kinderen uitnodigen om te spelen en grenzen stellen aan schermgebruik. Maar hun rol staat nooit op zichzelf. Niet elk gezin heeft dezelfde mogelijkheden. Geld, ruimte, veiligheid in de buurt, tijd en eigen ervaringen met sport spelen allemaal mee. Bij gezinnen waar ouders zelf weinig positieve ervaringen hebben met bewegen, werkt dit vaak onbedoeld door naar de volgende generatie. Tegelijkertijd moeten we erkennen dat kinderen soms te veel worden ontzorgd. Als zij overal naartoe worden gebracht, weinig zelf hoeven te doen en steeds minder fysieke inspanning ervaren, ontneem je ze kansen om motorisch en mentaal weerbaar te worden. Een kind dat nooit tegenwind trotseert, leert ook minder om met weerstand om te gaan — letterlijk én figuurlijk.

Kansen om bewegen beter te verankeren

Er liggen veel kansen om bewegen beter te verankeren in kinderopvang, onderwijs en thuis. De urgentie wordt breed erkend, maar onze samenleving is sterk ingericht op gemak, verleiding en energiebesparing. Boodschappen worden bezorgd, contact verloopt via apps en vermaak vindt plaats achter een scherm. De mens is van nature geneigd energie te sparen, en juist daarom is de moderne wereld bijna té comfortabel geworden. Maatregelen die ruimte maken voor fysiek gedrag en direct menselijk contact zijn cruciaal. Het beperken van mobiele telefoons op school is daar een goed voorbeeld van. Het dwingt jongeren om weer met elkaar te praten, samen te spelen, samen problemen op te lossen. Dat kan soms ongemakkelijk voelen, maar precies daar begint ontwikkeling

Kernboodschap voor ouders en beleidsmakers

De belangrijkste boodschap is eenvoudig: bewegen en sport zijn geen bijzaak, maar een fundament. Ze vormen een motor voor persoonlijke groei én een sociale reddingsboei in een individualiserende samenleving. Via bewegen leren kinderen niet alleen hun lichaam kennen, maar ook zichzelf en de ander. En minstens zo belangrijk: bewegen is leuk. Het biedt avontuur, vrijheid en een wereld die kinderen mogen ontdekken.
Onze opdracht is ervoor te zorgen dat ieder kind die ontdekkingstocht kan maken. Zodat de volgende generatie niet alleen wéét dat bewegen belangrijk is, maar vooral ervaart hoe waardevol en vormend het werkelijk is.

2.3 Succesverhaal:

Professionals bundelen krachten voor een sterke start: het belang van bewegen voor het jonge kind.

Eind november kwamen in het Hof van Saksen ruim 60 enthousiaste professionals uit zorg, welzijn, kinderopvang, onderwijs, sport en gemeenten samen voor een bijzondere bijeenkomst over het belang van bewegen voor het jonge kind. Een dag die in het teken stond van inspiratie, verbinding en het vergroten van kennis over wat vroegtijdige beweegstimulering kan betekenen voor iedereen, maar zeer zeker voor gezinnen die te maken hebben met armoede of een kwetsbare start.

Waarom deze dag?

Bewegen lijkt vanzelfsprekend, maar voor veel jonge kinderen is dat niet zo. Armoede, beperkte speelruimte, onvoldoende kennis of stress binnen gezinnen kunnen ervoor zorgen dat kinderen minder bewegen en daardoor kansen missen in hun ontwikkeling. Met deze bijeenkomst wilden de organisatoren laten zien dat vroeg investeren in beweging een enorme impact heeft op de motorische, cognitieve én sociaal-emotionele ontwikkeling van een kind.

Inspirerende inzichten

Tijdens het plenaire programma werden deelnemers meegenomen in de nieuwste inzichten over:

- Hoe bewegen bijdraagt aan de gezonde ontwikkeling van het jonge kind;
- De invloed van armoede en stress op beweeggedrag en ontwikkeling;
- De rol van professionals in het creëren van kansrijke beweegmomenten, juist in gezinnen waar dat minder vanzelfsprekend is.

De zaal werd geraakt door voorbeelden uit de praktijk, en veel deelnemers gaven aan opnieuw te zijn geconfronteerd met het feit dat bewegen geen luxe is, maar als een belangrijke basisvaardigheid en-voorwaarde voor een gezonde start.

Vier krachtige workshops

In de middag volgden deelnemers één van de vier praktijkgerichte workshops, allen gericht op het versterken van hun eigen werkpraktijk:

1

Kansrijke Start:
voor ieder kind een gezonde en kansrijke start van zijn of haar leven. Door bewegen hier onderdeel van te maken proberen we nog meer impact te maken in provinciale en lokale coalities.

2

BeweegStart
Vanaf het begin maken we een kind gratis lid van Sportclub Drenthe waarmee we iedereen informeren, ondersteunen en mogelijk begeleiden om van jongs af aan bewegen onder de aandacht te brengen (en houden).

3

BeweegMonitor
Hoe krijgen we de motorische vaardigheden van jonge kinderen inzichtelijk én wat doen we daar dan mee?

4

Spelenderwijs gezond leren eten - Spoony
Over hoe gezond – samen met voldoende bewegen – samen de basis zijn voor een sterke, energieke en evenwichtige ontwikkeling. Door kook-, speel- en beweegactiviteiten te combineren zijn kinderen enthousiast, actief en betrokken en daardoor leren ze makkelijker; plezier is de sleutel tot succes

De workshops zaten vol, leverden levendige gesprekken op en zorgden ervoor dat deelnemers met concrete handvatten naar huis gingen.

Verbinding als sleutel

Wat deze dag interessant maakte, was niet alleen de inhoud, maar vooral de ontmoeting tussen professionals die in verschillende domeinen werken, maar dezelfde missie delen: kinderen in Drenthe een stevige basis geven om op te groeien, met plezier te spelen en (nog beter) leren bewegen.

Nieuwe samenwerkingen werden gesmeed, vervolgafspraken gemaakt, en meerdere deelnemers gaven aan meer gezamenlijk op te willen trekken in de wijk, het dorp of de gemeente.

De bijeenkomst heeft niet alleen kennis vergroot, maar ook energie en urgentie gebracht. Het is duidelijk dat Drenthe vol professionals zit die zich willen inzetten voor een goede start voor ieder kind: Samenbouwen aan een Drenthe waarin ieder kind, ongeacht achtergrond, dagelijks beweegt, speelt en groeit.

2.4 Uitgelichte projecten

BeweegStart 1

De inhaalslag die nodig is om beweging een gelijkwaardige plek te geven binnen Kansrijke Start zodat we ongelijk investeren voor gelijke kansen. Omdat we willen dat ALLE kinderen tussen -1 en 4 jaar de aandacht voor bewegen ontvangen die ze ook écht nodig hebben.

Koplopers 2

Met deze aanvoerders delen en halen we kennis en willen we de nieuwste ideeën tot uitvoering brengen. Zij zorgen voor korte lijnen, directe verbindingen binnen en creëren voorbeelden voor het werkveld.

Dynamische schoolweek 3

Een week lang de hele school in het teken van meer bewegen, minder stilzitten, meer buiten en veel minder binnen. Inspirerend, vernieuwend, maar ook confronterend en leerzaam.

Nieuwsgierig naar meer verdieping over het deelprogramma JongLeren? Open hier het online magazine.

3. Programmalijn 2: Onze Club

3.1 Algemene informatie

Onze Club is een programma dat zich richt op het versterken van sport- en beweegaanbieders in de breedste zin van het woord: van sportverenigingen en fitnesscentra tot informele wandel-, fiets- en beweeggroepen. Het doel is dat iedere inwoner een sport- of beweegclub kan vinden die aansluit bij zijn of haar behoeften en waar men zich welkom en thuis voelt. Centraal in Onze Club staan de kernwaarden sociaal, veilig, gezond en kwaliteit.

Het programma richt zich niet primair op het vergroten van sportdeelname, maar op het verbeteren van de kwaliteit van het sport- en beweegaanbod. Door clubs te ondersteunen in hun organisatiekracht, begeleiding en sportklimaat, wordt uitval voorkomen en blijft sport en bewegen voor meer mensen aantrekkelijk en duurzaam. Onze Club erkent de grote diversiteit en autonomie van aanbieders. Clubs hebben hun eigen drijfveren, identiteit en verantwoordelijkheden. Het programma is daarom faciliterend van aard en sluit aan bij wat past bij de cultuur en ambitie van de club. Samen met aanbieders wordt gewerkt aan een positieve sportomgeving waarin plezier, ontwikkeling en veiligheid centraal staan.

Een belangrijk onderdeel van Onze Club is de ontwikkeling richting de 5-sterrenclub. Clubs starten met een basissster en kunnen vervolgens werken aan vier thema's: groei en ontwikkeling, positief coachen, sociaal en zorgzaam handelen en een veilige en gezonde omgeving. De sterren staan niet voor sportieve prestaties, maar voor een positieve clubcultuur en kwalitatief goede begeleiding.

De uitvoering en borging van Onze Club vindt plaats via het platform Sportclub Drenthe, waarin SportDrenthe, gemeenten, sportbonden en andere partners samenwerken. Zo draagt Onze Club bij aan een toekomstbestendig, divers en inclusief sport- en beweeglandschap in Drenthe.

3.2 Interview: Een veilig sportklimaat: voorwaarde voor sportplezier, gezondheid en welzijn

Een interview met Regenboogambassadeur van de provincie Drenthe, H. Niemeijer.

Een veilig sportklimaat gaat niet alleen over het voorkomen van incidenten, maar over de vraag of mensen zich überhaupt durven en willen aansluiten bij een sportvereniging. De cijfers liegen er niet om: honderdduizenden Nederlanders voelen zich niet welkom in de sport. Onveilige situaties, zoals pesten, uitsluiting, discriminatie of grensoverschrijdend gedrag, zorgen ervoor dat mensen afhaken of nooit beginnen. Dat heeft directe gevolgen voor gezondheid en welzijn. Wie zich niet veilig voelt, beweegt minder. Sociale veiligheid is daarmee geen bijzaak, maar een essentieel fundament onder sportdeelname, sportplezier en een vitale samenleving.

Toenemende aandacht, maar ook blijvende opgaven

De afgelopen jaren is binnen de sportsector het besef gegroeid dat sociale veiligheid structureel aandacht vraagt. Steeds meer sportclubs erkennen dat onveiligheid niet alleen voorkomt bij ‘anderen’, maar ook binnen de eigen vereniging kan spelen. Tegelijkertijd weten we dat vooral vrouwen, LHBTI+-personen en sporters met een migratieachtergrond nog steeds vaker negatieve ervaringen rapporteren.

Wat hoopvol is, is dat het gesprek opener wordt. Clubs durven vaker te benoemen dat ze hiermee worstelen en zoeken actief naar ondersteuning. Die beweging is belangrijk, want sociale veiligheid ontstaat niet vanzelf. Het vraagt om bewustwording, duidelijke normen en een cultuur waarin mensen elkaar durven aan te spreken.

Gerichte inzet in Drenthe

In Drenthe wordt sociale veiligheid in de sport niet aan het toeval overgelaten. Gemeenten, sportorganisaties en maatschappelijke partners werken samen aan een gezamenlijke ambitie: iedereen moet zich welkom en veilig kunnen voelen in de sport.

Een belangrijk instrument daarbij is De Veilige Kleedkamer. Dit programma ondersteunt sportverenigingen bij het voeren van het gesprek over veiligheid en inclusie, het ontwikkelen van gedragen afspraken en het creëren van een open clubcultuur. De focus ligt niet alleen op

regels en protocollen, maar vooral op gedrag, omgangsvormen en onderlinge verantwoordelijkheid.

Van regels naar cultuur

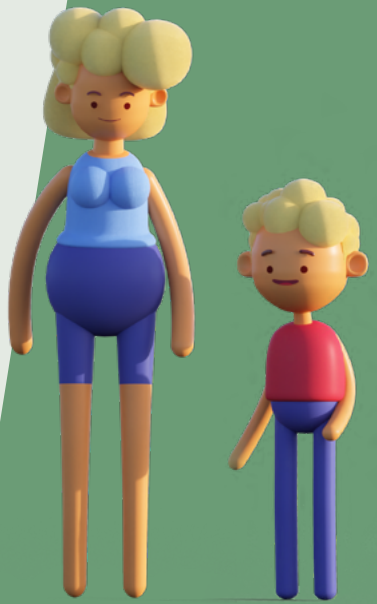
Sportclubs worden binnen dit traject niet aangesproken vanuit verplichting, maar uitgenodigd tot reflectie. De centrale vraag is steeds: *wat voor club willen we zijn?* Door bestuurders, trainers, vrijwilligers en leden te betrekken, ontstaat eigenaarschap. Sociale veiligheid wordt zo geen dossier van één persoon, maar een gedeelde verantwoordelijkheid. Juist die cultuuraanpak maakt het verschil. Een veilige sportomgeving ontstaat niet door een eenmalige workshop of een document in de la, maar door blijvende aandacht en herhaling in de praktijk.

Structurele borging is cruciaal

Het is belangrijk dat sportclubs sociale veiligheid structureel opnemen in hun beleid. Dat geeft duidelijkheid over normen en verwachtingen, en biedt houvast als er zich een lastige situatie voordoet. Clubs die dit goed organiseren, blijken weerbaarder en toekomstbestendiger. Ze houden leden langer vast en trekken ook nieuwe sporters aan die zich eerder niet welkom voelden.

Wat levert een veilig sportklimaat op?

De opbrengst is groot. Sporters ervaren meer plezier en blijven langer actief. Trainers en coaches werken in een prettiger en professioneler klimaat. Besturen bouwen aan sterke verenigingen met een positieve reputatie. En bovenal: sport vervult weer zijn maatschappelijke functie als plek van ontmoeting, ontwikkeling en verbinding.



Iedereen heeft een rol

Trainers en coaches zijn bepalend voor de dagelijkse sfeer op het veld en in de kleedkamer. Bestuurders zorgen voor de randvoorwaarden en het beleid. Ouders spelen een belangrijke rol langs de lijn: door voorbeeldgedrag, door respectvolle communicatie en door signalen serieus te nemen. Sociale veiligheid ontstaat pas wanneer al deze rollen elkaar versterken.

Blik vooruit: wat is nog nodig?

De komende jaren blijft het nodig om te investeren in bewustwording, begeleiding en kennisdeling. Meer sportclubs bereiken, trainers scholen en ervaringen uitwisselen. Ook monitoring is belangrijk, zodat zichtbaar wordt wat werkt en waar bijsturing nodig is. Alleen zo ontstaat een duurzaam en breed gedragen veilig sportklimaat.

Mijn rol als Regenboogambassadeur

Als Regenboogambassadeur van de provincie Drenthe zet ik me in voor inclusie en sociale veiligheid, onder andere binnen de sport. Binnen De Veilige Kleedkamer vervul ik een verbindende rol tussen beleid, sportpraktijk en maatschappelijke partners. Juist door het gesprek aan te gaan waar het soms schuurt, ontstaat ruimte voor verandering.

De Drentse aanpak wekt inmiddels ook internationale belangstelling. Niet omdat Drenthe het ‘beter weet’, maar omdat de combinatie van lokale betrokkenheid, praktische ondersteuning en focus op cultuurverandering laat zien dat vooruitgang mogelijk is. Die uitwisseling versterkt ook weer de praktijk hier in Drenthe.

Een boodschap aan sportclubs

Aan sportclubs wil ik meegeven: wacht niet tot er iets misgaat. Begin het gesprek, stel vragen en durf te leren. Sociale veiligheid hoeft niet meteen perfect geregeld te zijn, maar vraagt wel om commitment en aandacht. Elke stap die je zet, maakt de sport toegankelijker, veiliger en leuker – voor iedereen.

3.3 Succesverhaal: Een gezonde sportomgeving voor iedereen: Korvesta laat zien dat het kan

Bij Korfbalvereniging Korvesta staat plezier in sport al jaren voorop. Maar de club wilde méér betekenen voor haar leden en bezoekers. Een rookvrij terrein hadden ze al ingevoerd, net als een verantwoord alcoholbeleid. De volgende stap was het gezonder maken van de sportomgeving, met speciale aandacht voor de kantine. Geen kleine opgave, want het was voor de club een nieuw en onbekend terrein.

Eerste stap: aanhaken bij de Nationale Sportweek

Tijdens de Nationale Sportweek in 2021, toen Coevorden hostcity was, gingen buurtsportcoaches samen met JOGG-Teamfit coach Wineke Holtrop op pad langs sportverenigingen. Korvesta ontving een gezondheidspakket met producten en inspiratie voor een gezondere kantine. De interesse was er direct. Al snel volgde een afspraak en begon het traject.

Stap voor stap werken aan verandering

De eerste gesprekken vonden plaats met voorzitter Theo Blauw, Patrick Ridderbos (buurtsportcoach), Yvonne en later Ilona vanuit de club. Samen met Wineke keken ze naar drie thema's: roken, alcohol en voeding. De grootste winst was te behalen op het gebied van gezonde voeding.

Wineke bracht de huidige situatie in kaart, hielp bij het stellen van ambities en gaf advies op maat. In meerdere bijeenkomsten werd gewerkt aan het toevoegen van gezonde opties, het zichtbaar maken van deze keuzes én het opnemen van alles in het beleid van de vereniging.

Zichtbare impact in en rond de kantine

De veranderingen zijn inmiddels duidelijk merkbaar. In de kantine vind je tegenwoordig geen frituur meer, wel appelpartjes, popcorn, suikervrije ranja en kleinere porties snoep.

Gezondere producten zoals bruinbrood en waterijsjes zijn goedkoper dan ongezondere alternatieven en vallen meer op in de prijslijst. De waterkan staat standaard klaar op de bar en zelfs bij de jongste jeugd – de kangoeroes – ligt er fruit.

Bezoekers reageren positief. Tijdens rustmomenten krijgen tegenstanders naast limonade ook appelpartjes, iets wat vaak als verrassend én waardevol wordt ervaren. Door gezonde keuzes te

stimuleren en goed uit te leggen waarom die worden gemaakt, krijgt de vereniging veel waardering.

Een inspiratie voor andere clubs

Korvesta laat zien dat je als sportvereniging op alle drie de gezondheidsthema's – roken, alcohol en voeding – stappen kunt zetten. En dat je dit niet alleen hoeft te doen. Met ondersteuning vanuit JOGG-Teamfit en de inzet van betrokken bestuursleden is de club uitgegroeid tot een mooi voorbeeld in de regio.

Op woensdag 21 mei 2025 werd dit bekroond met een bijzonder moment: Korvesta ontving het bord *Gezonde Sportomgeving* uit handen van wethouder Joop Slomp. De club kreeg drie Topprestatiebadges toegekend voor hun inzet op rookvrij beleid, verantwoord alcoholgebruik én een gezond voedingsaanbod. Een resultaat om trots op te zijn.

"Korvesta laat zien dat het wél kan: een sportomgeving waarin gezond gedrag de norm is."

"Korvesta, een club voor mooie en plezierige korfbalbeleving, en dat in een gezonde sportomgeving."

Ilona Elzinga, bestuurslid Korvesta

3.4 Uitgelichte projecten

Drenthe Sport Duurzaam 3.0 richt zich op het versterken van het netwerk binnen gemeenten om gezamenlijk de opgaven op het gebied van verduurzaming aan te pakken. Daarnaast blijven we sportclubs ondersteunen bij het verduurzamen van hun accommodatie.

Door middel van samenwerking, communicatie en begeleiding worden sportverenigingen geholpen bij het nemen van energiebesparende maatregelen en het zetten van concrete stappen richting een duurzamere sportomgeving.

Teamfit is het project vanuit de Gezonde Marke om de sportvereniging te helpen bij een gezondere sportomgeving. Hierbij is er aandacht voor gezonder voedingsaanbod, rookvrije sportterreinen en verantwoord alcoholbeleid. Een JOGG-Coach gezonde locaties begeleidt sportlocaties en -evenementen kosteloos en geeft daarbij praktische tips en tools. Dit doen we samen met o.a. NOC*NSF, het Voedingscentrum, de Rookvrije Generatie, sportbonden en gemeenten.

Vanuit SportDrenthe werken we nauw samen met de Rabobank. Vanuit het Rabo Clubsupport bieden we ondersteuning en hulp op maat voor clubs en verenigingen. Wil je jouw club financieel toekomstbestendig maken, meer aandacht vestigen op inclusie of het clubhuis verduurzamen? Het hele jaar door kun je jouw club aanmelden voor een traject, waarna je op basis van een screening wordt ingedeeld in een ondersteuningsgroep. Dit kan zijn middels 1-op-1 begeleiding, maar ook workshops en masterclasses die gedurende het jaar worden georganiseerd.

Meer informatie over de inzet van het programma Onze Club in Drenthe kun je vinden op:
Homepagina - Sportclub Drenthe

#OnzeClub

4. Programmalijn 3: Een Leven Lang Bewegen

4.1 Algemene informatie

Een Leven Lang Bewegen is één van de vier programmalijnen binnen het brede provinciale programma Drenthe beweegt. Waar Drenthe beweegt staat voor een sterke preventieve infrastructuur en een gezonde leefstijl voor alle inwoners, richt deze programmalijn zich specifiek op de 35 procent van de Drenten die wel willen bewegen, maar bij wie het niet lukt om dit structureel vol te houden.

In Drenthe zien we dat fysieke inactiviteit zelden een kwestie is van onwil. Het gaat vaker om drempels: gezondheidsklachten, ingrijpende levensgebeurtenissen, sociale onzekerheid of het ontbreken van passend aanbod. Een Leven Lang Bewegen verbindt sport, zorg en welzijn om deze drempels systematisch te verlagen. We versterken de samenwerking met zorg en welzijn als vindplaats en begeleiden inwoners stap voor stap in hun Beweegreis.

Via de Beweegreis en de opleiding tot beweegcoach ondersteunen we Buurtsportcoaches en professionals om beter aan te sluiten bij de leefwereld, motivatie en mogelijkheden van inwoners. Tegelijkertijd werken we samen met lokale aanbieders aan duurzaam, laagdrempelig en passend beweegaanbod dat aansluit bij verschillende levensfasen.

De ambitie is helder: minder uitval, snellere herstart na impactvolle momenten en een structurele verankering van bewegen als onderdeel van het dagelijks leven. Zo bouwen we binnen Drenthe beweegt aan een provincie waarin iedereen, ongeacht leeftijd of achtergrond, de kans krijgt om in beweging te blijven. Niet tijdelijk, maar een leven lang

"Veel sportprofessionals denken: trek je schoenen aan en ga rennen. Maar zo werkt het voor veel mensen helemaal niet."

4.2 Interview: "Bewegen begint bij mensen, niet bij sport"

de beweegreis van
Eric Schuringa

Voor Eric Schuringa uit Assen is bewegen nooit een rechte lijn geweest. Soms gaat het goed, soms minder. Maar juist die ervaringen maken zijn verhaal waardevol. Want wat Eric meemaakte in een lokale beweegclub hielp niet alleen hemzelf, maar droeg ook bij aan nieuwe inzichten voor het programma *Een Leven Lang Bewegen* in Drenthe.

Waarom sporten niet voor iedereen vanzelfsprekend is

Als Eric terugkijkt op zijn jeugd, was bewegen eigenlijk heel normaal. Hij groeide op op een boerderij en fietste dagelijks lange afstanden naar school. Buiten spelen, helpen bij het werk en kilometers maken op de fiets zorgden ervoor dat hij altijd in beweging was.

"Vroeger ging dat gewoon vanzelf," vertelt Eric. *"Je fietste naar school, je was buiten aan het werk of aan het spelen. Bewegen hoorde er gewoon bij."*

Later veranderde dat. Rond zijn twintigste kreeg Eric te maken met mentale problemen en medicatie. Daardoor werd bewegen steeds lastiger. Niet omdat hij niet wist dat het goed was, maar omdat er simpelweg andere dingen speelden.
"Alles moet een beetje kloppen in je leven," zegt hij. *"Als je mentaal niet goed zit, wordt het moeilijk om ook nog met jezelf aan de slag te gaan."*

Bewegen werd daardoor vooral iets wat moest voor zijn gezondheid en gewicht. Maar dat is niet altijd makkelijk vol te houden.

"Als je veel beweegt en je ziet weinig resultaat, kan dat ook demotiverend zijn. Dan denk je al snel: waar doe ik het eigenlijk voor?"

De kracht van een persoonlijke uitnodiging

Het moment dat Eric opnieuw in beweging kwam, begon met iets heel kleins: een telefoontje.

Via een leefstijlprogramma werd hij benaderd door Sarah, die samen met Hans een nieuwe beweegclub wilde starten. In plaats van een algemene oproep, nodigde ze mensen persoonlijk uit. Dat bleek precies het zetje dat Eric nodig had.

"Als ik alleen een flyer had gezien, was ik waarschijnlijk niet gegaan," vertelt hij. "Maar doordat ze mij persoonlijk belde, voelde het anders. Toen dacht ik: ik ga gewoon eens kijken."

De eerste bijeenkomst vond plaats bij de wielerbaan in Assen. Daar bleek al snel dat het niet alleen om sporten ging. Er werd eerst koffie gedronken, ervaringen gedeeld en daarna samen bewogen. Soms met sport en spel, soms met muziek of eenvoudige oefeningen. *"Het was eigenlijk gewoon een gezellig clubje,"* zegt Eric lachend. "We deden van alles. Sport en spel, dansen, een beetje competitie soms. Maar vooral samen." Soms heb je gewoon iemand nodig die zegt: kom, we gaan

Wat Eric vooral bijbleef, was de sfeer in de groep. Iedereen had zijn eigen verhaal en zijn eigen drempels. Juist daardoor voelde het veilig.

"Alleen bewegen lukt mij vaak niet. Maar als iemand zegt: kom, we gaan een stukje wandelen, dan ga ik wel."

"Vanaf het begin voelde ik me welkom. Iedereen was open over wat hij of zij meemaakte. Dat maakte het makkelijk om zelf ook eerlijk te zijn."

Voor Eric werd duidelijk hoe belangrijk het sociale aspect van bewegen is.
"Alleen komt er bij mij weinig van. Ik heb echt iemand nodig die zegt: kom, we gaan een stukje wandelen."
In de groep gebeurde dat vanzelf. Mensen vertelden wat ze hadden gedaan, motiveerden elkaar en bouwden zelfs vriendschappen op.
"Een vriend uit de groep is helemaal gaan hardlopen. Dat is voor hem nu bijna een gewoonte geworden."

Van ervaringsverhaal naar provinciaal programma

Het verhaal van Eric bleef niet alleen binnen de beweegclub. Hij werd ook betrokken bij bijeenkomsten waarin professionals, onderzoekers en beleidsmakers nadachten over het programma Een Leven Lang Bewegen in Drenthe.

Daar werd duidelijk hoe waardevol ervaringsverhalen zijn.

"Voor mij was het eigenlijk gesneden koek om te vertellen waar ik tegenaan loop," zegt Eric. *"Maar voor professionals was dat blijkbaar heel interessant."*
Tijdens deze gesprekken werd bijvoorbeeld gesproken over een model dat mensen helpt bij hun Beweegreis.

In eerste instantie werd dat een beweegladder genoemd.
Maar dat riep bij Eric een ander gevoel op. *"Bij een ladder lijkt het alsof je onderaan staat en omhoog moet klimmen,"* vertelt hij. *"Maar zo voelt het helemaal niet."*
Dat inzicht leidde uiteindelijk tot een andere manier van kijken: de beweegbalk. Daarop staat niet een hiërarchie centraal, maar het idee dat iedereen zich op een eigen plek bevindt in zijn of haar Beweegreis.

Soms heb je veel begeleiding nodig. Soms minder. Maar iedereen is al ergens in beweging.
"Het voelde goed dat onze ervaringen daarin werden meegenomen," zegt Eric. *"Dat mensen echt luisterden."*

Bewegen met het leven mee

Voor Eric zelf blijft bewegen iets dat komt en gaat. Soms lukt het goed, soms minder. Dat hoort volgens hem ook bij het leven.

"Een leven lang bewegen klinkt heel mooi," zegt hij. *"Maar er gebeuren in een leven ook allerlei dingen. Verhuizen, verlies, mentale problemen. Dan schuift bewegen soms naar de achtergrond."*

Toch blijft hij proberen om weer nieuwe stappen te zetten. Zo wil hij binnenkort weer beginnen met slow running, een rustige vorm van hardlopen.

"Je moet blijven proberen," zegt hij. *"Bewegen is nooit verkeerd."*

Bewegen begint bij mensen

Als Eric één boodschap heeft voor professionals in sport en bewegen, dan is het deze: begin niet bij sport, maar bij mensen.

"Veel sportprofessionals denken: trek je schoenen aan en ga rennen. Maar zo werkt het niet voor iedereen."

Volgens hem begint het met luisteren. *"Praat eerst met mensen die moeite hebben met bewegen. Begrijp waarom dat zo is. En bouw het van daaruit op."*

Want uiteindelijk is bewegen meer dan alleen sport.

"Het gaat om samen zijn, elkaar motiveren en een plek hebben waar je je welkom voelt. Van daaruit kan alles beginnen."

"Een leven lang bewegen klinkt mooi, maar het leven beweegt ook. Soms lukt het wel, soms even niet."

Lessen voor beweegprofessionals uit het verhaal van Eric:

Het verhaal van Eric laat zien dat mensen die moeite hebben met bewegen vaak andere drempels ervaren dan professionals verwachten. Uit zijn ervaringen komen een aantal belangrijke lessen naar voren.

1

Begin bij het verhaal van mensen
Bewegen start niet bij sportactiviteiten, maar bij begrijpen wat er speelt in iemands leven.

2

Persoonlijke uitnodiging werkt
Een telefoontje of persoonlijke benadering kan het verschil maken om iemand daadwerkelijk te laten komen.

3

Sociale veiligheid is cruciaal
Een groep waarin mensen zich welkom en begrepen voelen, verlaagt de drempel om mee te doen.

4

Samen motiveert
Voor veel mensen is bewegen makkelijker als iemand hen uitnodigt, stimuleert of samen op pad gaat.

5

Bewegen is geen rechte lijn
Ups en downs horen bij een Beweegreis. Acceptatie daarvan helpt om mensen duurzaam betrokken te houden.

4.3 Succesverhaal: Drenthe beweegt Samen, brengt Drenthe in beweging

Binnen het programma Een Leven Lang Bewegen, onderdeel van het bredere provinciale programma Drenthe beweegt, werken partners in Drenthe samen aan één duidelijke ambitie: inwoners helpen om gedurende hun hele leven in beweging te blijven. Vooral voor de groep Drenten die wel wil bewegen maar waarbij dat nog niet lukt, zoeken we naar laagdrempelige vormen die aansluiten bij hun dagelijks leven. Een mooi voorbeeld van zo'n toegankelijke aanpak is Drenthe beweegt Samen, een initiatief dat laat zien hoe kleine dagelijkse momenten van beweging een groot verschil kunnen maken.

Drenthe beweegt Samen is het dagelijkse beweegprogramma op RTV Drenthe en een samenwerking tussen SportDrenthe, RTV Drenthe, Media Atelier, Gezonde Marke en diverse lokale partners. Iedere dag kunnen inwoners vanuit hun eigen woonkamer meedoen met eenvoudige oefeningen die rustig worden uitgelegd door herkenbare Drentse beweegtrainers. Juist deze toegankelijkheid maakt het programma waardevol voor mensen die minder snel aansluiten bij een sportvereniging of beweeggroep, zoals ouderen, mensen die herstellen van ziekte of inwoners met een beperking. Het programma bereikt een groot publiek.

Met dagelijks duizenden kijkers en een jaarlijks bereik van tienduizenden Drenten is Drenthe beweegt Samen voor veel inwoners een vast moment geworden om even in beweging te komen. Voor sommige deelnemers vormt het zelfs een herkenbare structuur in de dag en een extra stimulans om actief te blijven. Daarmee laat het programma zien hoe een regionale omroep een belangrijke rol kan spelen in het stimuleren van gezond gedrag.

De impact blijft echter niet beperkt tot de televisie. Drenthe beweegt Samen werkt steeds sterker door in de praktijk. Zorgorganisaties, Buurtsportcoaches en welzijnsorganisaties gebruiken de oefeningen bijvoorbeeld tijdens activiteiten in buurthuizen en woonzorglocaties. Zo ontstaat een directe verbinding tussen het programma en lokale beweeginitiatieven.

Dat zien we bijvoorbeeld bij Noorderboog, waar bewegen en ontmoeten een

belangrijke rol spelen in het dagelijks leven van bewoners. Denise Hasebos van Noorderboog vertelt:

"Omdat we bewegen en ontmoeten zo belangrijk vinden, sluiten we graag aan bij Drenthe beweegt Samen. Het programma helpt ons om bewoners, die gebruik maken van ons online activiteitenaanbod, op een eenvoudige en plezierige manier in beweging te krijgen."

Ook in de lokale praktijk ontstaan mooie voorbeelden. In Meppel wordt een beweeggroep inmiddels voortgezet door het Leger des Heils, nadat deze eerder werd begeleid door buurtsportcoach Liane van Elp. Zij ziet hoe belangrijk het sociale aspect van bewegen is:

"De impact is dat mensen wekelijks komen voor een kop koffie en gezamenlijk bewegen. Het gaat niet alleen om de oefeningen, maar ook om de sociale verbondenheid. Mensen zijn trouw aan de beweeggroep, ook al is het vrijblijvend."

Deze voorbeelden laten zien hoe een televisieprogramma kan uitgroeien tot een bredere beweging. Door de verbinding tussen media, zorg, welzijn en sport ontstaat een netwerk dat inwoners op verschillende manieren ondersteunt om in beweging te blijven.

Drenthe beweegt Samen bewijst daarmee dat toegankelijke initiatieven een grote impact kunnen hebben. Het programma brengt bewegen letterlijk in de huiskamer, inspireert organisaties om ermee aan de slag te gaan en draagt zo bij aan een vitaler en socialer Drenthe.

4.4 Uitgelichte projecten

Gezonde leefstijl club [De Wolden]
Maak kennis met de Gezonde Leefstijl Club (GLC), een gezellige en laagdrempelige club voor iedereen uit de gemeente De Wolden die wil werken aan een gezonde leefstijl.
De GLC draait om gezondheidsbevordering op een ontspannen en leuke manier. Denk aan een mix van inspannende en ontspannende activiteiten, met aandacht voor beweging, voeding én mentale gezondheid.

- Groepsactiviteiten met een vleugje competitie en veel gezelligheid
- Lezingen en presentaties over voeding en gezondheid, verzorgd door o.a. diëtisten, huisartsen en leefstijlcoaches
- Nieuwe sporten uitproberen
- Samen leren en ervaringen delen over gezond leven

De GLC is ontstaan als vervolg op de GLI-programma's (Gecombineerde Leefstijlinterventie), waarin deelnemers twee jaar lang werkten aan een gezondere leefstijl. De club biedt een fijne structuur om dit op een leuke manier voort te zetten – samen met anderen.

Beweegcoach Ralko over de GLC:
"Deze groep deelnemers willen graag actief zijn en hun kennis delen. Echter voelen ze zich niet echt thuis in het bestaande aanbod. Juist daarom is het bijzonder dat ze samen een plek hebben gecreëerd wat wel erg passend is bij alle deelnemers van deze groep. De Gezonde Leefstijl Club is een beweeg/leefstijl club waar iedereen zich welkom en thuis voelt."

Young Northfield: jongeren in beweging in Noordenveld

In de gemeente Noordenveld is beweegclub Young Northfield gestart: een laagdrempelige en kosteloze plek waar jongeren van 12 tot 21 jaar samen kunnen bewegen, sporten en plezier maken. Elke donderdag komen jongeren samen in Roden voor wisselende

activiteiten zoals sport, spel en creatieve workshops. De club is ontstaan vanuit de wens om jongeren die weinig bewegen of geen aansluiting vinden bij een sportvereniging toch in beweging te krijgen. Met gemiddeld twintig deelnemers per activiteit groeit de groep snel. Young Northfield biedt jongeren een veilige plek om elkaar te ontmoeten, talenten te ontdekken en plezier te beleven aan bewegen.

Beweegcoach Stefano Tienstra: *"Het is mooi om te zien dat de jeugd een plek heeft waar ze graag sporten en bewegen, ze missen de beweegclub als het een keer niet door gaat"*

Beweegreis opleiding

De Beweegreis-opleiding ondersteunt Buurtsportcoaches en professionals uit sport, zorg en welzijn bij het begeleiden van inwoners naar duurzaam bewegen. In de opleiding leren deelnemers beter kijken naar de persoonlijke situatie, motivatie en belemmeringen van mensen die wel willen bewegen maar moeite hebben om dat vol te houden.

De aanpak richt zich niet alleen op sport en bewegen, maar ook op gedragsverandering, vertrouwen en het stap voor stap opbouwen van een actieve leefstijl. Door deze brede blik kunnen professionals inwoners beter begeleiden in hun eigen Beweegreis en hen verbinden met passend aanbod in de buurt. Zo draagt de Beweegreis-opleiding bij aan een sterkere lokale samenwerking en een vitalere samenleving.

Meer informatie over de inzet van het programma Een Leven Lang Bewegen in Drenthe kun je vinden op: Homepage - Meedoen

#Eenlevenlangbewegen

5. Programmalijn 4: Beweegruimte

5.1 Algemene informatie

Ons programma

Binnen de programmalijn Beweegruimte van Drenthe beweegt werken we aan een leefomgeving die uitnodigt om in beweging te komen. Een omgeving waarin ruimte is om te spelen, sporten, wandelen, fietsen en elkaar te ontmoeten. Beweegruimte draait daarbij om meer dan voorzieningen alleen. Het gaat om het creëren van plekken waar bewegen dichtbij, aantrekkelijk en vanzelfsprekend is.

Ambitie

Onze ambitie is dat inwoners van Drenthe meer mogelijkheden ervaren om dichtbij huis te bewegen. Of het nu gaat om een wandeling door de buurt, een spelend kind op een aantrekkelijke speelplek of een sportieve route door het dorp, bewegen moet een logische keuze worden. Zo dragen we bij aan een gezonde, leefbare en sociale omgeving in Drenthe.

Visie

We geloven dat de woon- en leefomgeving een belangrijke rol speelt in hoe mensen bewegen. Beweegruimte ontstaat niet alleen door nieuwe sport- of speelvoorzieningen te bouwen, maar ook door bestaande ruimte slimmer en aantrekkelijker te gebruiken. De openbare ruimte moet aansluiten bij verschillende leeftijden, interesses en mogelijkheden van inwoners, zodat iedereen zich uitgenodigd voelt om in beweging te komen.

Onze koers

De komende jaren werken we vanuit een integrale aanpak waarin gezondheid, ruimtelijke ontwikkeling en participatie samenkomen. We stimuleren samenwerking, delen kennis en ondersteunen concrete initiatieven in gemeenten en buurten. Zo bouwen we stap voor stap aan een Drenthe waarin natuur, ruimte en beweging vanzelfsprekend met elkaar verbonden zijn.

5.2 Interview: Bewegen begint als je de voordeur uit stapt

Een interview met beweegruimte expert **Vincent Luyendijk**

Stel je voor.
Een zomerse ochtend in Drenthe. Mistflarden trekken langzaam weg boven een weiland. Een groepje kinderen fietst richting school. Een oudere buurman wandelt naar het dorp voor zijn dagelijkse boodschap. Een moeder duwt een kinderwagen over een schaduwrijk pad langs een sloot. Niemand denkt bewust na over bewegen. Ze doen het gewoon. Precies dat is volgens Vincent Luyendijk het geheim van een beweegvriendelijke leefomgeving.

Niet omdat er ergens een sportveld ligt. Of een beweegtoestel. Of een hardlooproute. Maar omdat bewegen vanzelfsprekend voelt.

"Eigenlijk vind ik het jammer dat we het woord beweegvriendelijke omgeving nodig hebben. Dat betekent dat er blijkbaar ook veel omgevingen zijn die dat niet zijn."
Vincent Luyendijk is auteur, onderzoeken en veelgevraagd spreker op het gebied van gezonde en duurzame leefomgevingen. Vanuit zijn fascinatie voor Scandinavische landen kijkt hij met een frisse blik naar de manier waarop wij onze dorpen, wijken en steden inrichten. En juist in Drenthe ziet hij enorme kansen.

De basis ligt niet op het sportveld

Wanneer het gesprek over beweegruimte gaat, verwacht je misschien verhalen over speelplekken, sportparken of fitnessroutes.
Vincent begint ergens anders. Bij de stoep. Bij het fietspad. Bij de dagelijkse route naar school, werk of supermarkt.

Want wat gebeurt er als lopen en fietsen niet vanzelf gaan? Dan pakken we de auto. Dan blijven kinderen binnen. Dan verdwijnt bewegen langzaam uit het dagelijks leven.

"Lopen en fietsen vormen het fundament onder alles. Als die basis niet op orde is, waarom zouden we ons dan druk maken over sportplekken of speeltuinen?"
In gedachten wandelen we door een willekeurig Drents dorp.

De ruimte is er. De rust ook.
Maar dan volgt direct de vraag die Vincent vaak stelt:
Kun je hier eigenlijk prettig van A naar B lopen? Kun je veilig fietsen?
Voor recreanten is daar vaak een duidelijk antwoord op. Drenthe beschikt immers over prachtige wandel- en fietsroutes. Maar voor het dagelijkse gebruik ligt het ingewikkelder.

Tijdens een bijeenkomst hoorde Vincent het verhaal van een moeder uit Drenthe. Haar kind woont buiten het dorp. De school ligt op fietsafstand. Toch gaat het kind iedere ochtend met de auto. Niet uit gemak. Maar uit veiligheid. De route loopt langs een smalle weg waar auto's en landbouwverkeer voorbij razen.
"Het is eigenlijk bijzonder als het voor toeristen allemaal goed geregeld is, maar voor schoolgaande kinderen niet."

Het voorbeeld blijft hangen. Want precies daar zit de uitdaging voor de toekomst. Niet alleen investeren in recreatief bewegen. Maar in dagelijks bewegen. In de route naar school. Naar de winkel. Naar de sportclub. Naar elkaar.

Wat als Drenthe denkt als Scandinavië?

Vincent wordt vaak gevraagd naar voorbeelden uit Scandinavië, daar anders naar ruimte wordt gekeken.
Neem een regenbui. In Nederland denken we al snel aan waterafvoer. In Scandinavië kijken ze verder. Hoe kan die plek ook een speelplek worden? Een ontmoetingsplek? Een beweegplek? Een park? Een hardlooproute? Een avontuurlijke omgeving voor kinderen?
"Als we iets doen aan waterberging, moeten we direct de vraag stellen: kunnen we dit ook inzetten voor sport, spelen of bewegen?"

In een Zweedse gemeente zag hij tientallen voorbeelden waar klimaatadaptatie en bewegen samensmelten tot één verhaal. Dat idee zou volgens hem ook perfect bij Drenthe passen. Juist omdat ruimte hier nog geen schaars goed is.

Het geluid van spelende kinderen

Misschien wel het meest bevlogen praat Vincent over kinderen. In Zweden krijgen scholen soms tien keer zoveel buitenruimte als in Nederland. Buiten spelen, leren en ontdekken worden daar niet gezien als extraatje. Het is de norm. Stel je een schooldag voor.

Geen lokalen die ophouden bij het hek. Maar lessen in het bos. Een rekensom aan de rand van een sloot. Biologie tussen de bomen. Een buitenlokaal midden in de natuur.

“De vraag is eigenlijk: breng je groen naar kinderen of breng je kinderen naar groen?”

Voor Drenthe voelt dat bijna logisch. De natuur ligt immers vaak letterlijk om de hoek. Toch gebeurt het nog lang niet overal. En precies daar ziet Vincent een kans. Want wie het gedrag van de volgende generatie wil veranderen, moet beginnen bij hun omgeving.

Samenwerken vanuit één ambitie

Een beweegvriendelijke omgeving ontstaat niet alleen buiten op straat. Ook binnen het gemeentehuis wordt de basis gelegd. Volgens Vincent werken veel afdelingen nog vanuit hun eigen opgave: sport, mobiliteit, gezondheid, klimaat of ruimtelijke ontwikkeling. Terwijl ze uiteindelijk allemaal aan hetzelfde doel werken.

“We zijn met z’n allen van de afdeling Gezond en Gelukkig Leven.”

Die manier van denken kan volgens hem het verschil maken. Want een waterbergingsproject kan tegelijkertijd een beweegplek worden. Een groenere wijk helpt zowel tegen hittestress als tegen bewegingsarmoede.
Daarom pleit Vincent ervoor om vaker over de grenzen van beleidsvelden heen te kijken. niet vanuit afzonderlijke afdelingen, maar vanuit een gezamenlijke vraag:
Wat draagt bij aan een gezond en gelukkig leven voor inwoners?

56 graden op de speelplek

Dan komt het gesprek op klimaatadaptatie. Een onderwerp dat steeds vaker samenvalt met bewegen. Vincent vertelt over een warme zomerdag waarop hij met een infraroodthermometer een plein onderzocht. Het asfalt tikte bijna vijftig graden aan. Een stukje verderop, onder een groep bomen, scheelde het tientallen graden. Vijftig meter afstand. Een wereld van verschil.
“Op een speelplek van 56 graden vind je geen kinderen. Zo simpel is het.”

Het beeld is direct herkenbaar. Een verlaten speelplaats in de volle zon. Een bankje waar niemand zit. Een fietspad zonder schaduw. Terwijl een paar meter verderop onder bomen juist leven ontstaat. Mensen zoeken elkaar op. Kinderen spelen. Wandelaars blijven hangen. Bewegen volgt de kwaliteit van de omgeving. Niet andersom.

Luisteren naar de mensen die buiten zijn

Hoe maak je dan betere keuzes? Volgens Vincent begint dat niet achter een bureau, maar op straat. Bij de wijkbeheerder. Bij de buurtsportcoach. Bij de jongerenwerker. Bij de mensen die dagelijks zien wat er gebeurt. Waar kinderen spelen. Waar ouderen elkaar ontmoeten. Waar mensen juist wegblijven.

"Zij horen en zien dingen die wij vanaf kantoor nooit meekrijgen."
Misschien is dat wel de grootste les. Een beweegvriendelijke omgeving ontwerp je niet alleen. Die ontdek je samen. Door te luisteren. Door te kijken. Door aanwezig te zijn.

Het Drenthe van de toekomst

Als Vincent vooruitkijkt, ziet hij een provincie die niet bekendstaat om één bijzondere sportvoorziening. Of één iconisch project. Hij ziet iets veel groters. Een provincie waar kinderen vanzelfsprekend lopend of fietsend naar school gaan. Waar klimaatadaptatie en bewegen één verhaal vormen. Waar buiten zijn niet iets is wat je organiseert, maar iets wat vanzelf gebeurt. En waar andere regio's komen kijken hoe dat gelukt is.

"Dan komen delegaties uit binnen- en buitenland naar Drenthe, omdat hier de combinatie tussen klimaatadaptatie en bewegen écht is gelukt."

Misschien begint die toekomst wel heel dichtbij. Op de stoep voor je huis. Op de route naar school. Langs een fietspad onder een rij bomen. Of op dat ene bankje waar buurtgenoten elkaar ontmoeten. Het ontstaat op de plekken waar bewegen begint: zodra je de voordeur uitstapt.

5.3 Succesverhaal: Terugblik succesvolle workshop ‘Vuistregels voor een beweegvriendelijke omgeving’

Binnen de programmalijn Beweegruimte van het programma Drenthe beweegt staat integraal samenwerken centraal. Bewegen in de leefomgeving gaat niet alleen over sporten, spelen of gezondheid. Het gaat juist ook over het verbinden van deze onderwerpen met ruimtelijke ontwikkeling, sociale kwaliteit en de inrichting van de omgeving. Een mooi voorbeeld hiervan is de bijeenkomst over Vuistregels voor een beweegvriendelijke omgeving, die is georganiseerd in samenwerking met SportDrenthe, RIVM en Kenniscentrum Sport & Bewegen.

Tijdens de bijeenkomst kwamen deelnemers uit verschillende werkvelden samen. Ruimtelijke ontwikkeling, gezondheid, sport, participatie en leefomgeving werden niet los van elkaar bekeken, maar juist in samenhang. Een beweegvriendelijke omgeving ontstaat namelijk wanneer kennis, ideeën en ervaringen worden gedeeld over domeingrenzen heen.

Aan de hand van de vuistregels en bouwstenen van het RIVM en Kenniscentrum Sport & Bewegen gingen deelnemers in gemengde groepen aan de slag. Ieder kreeg een rol, zoals inwoner, ecoloog, beleidsadviseur, sociaal beleidsmedewerker, verkeerskundige of projectontwikkelaar. Zo werd samen verkend hoe verschillende belangen kunnen worden verbonden in één omgeving. Projectontwikkeling bracht bijvoorbeeld aandacht voor kosten en onderhoud, terwijl sociaal beleid het belang van inclusie, gelijke kansen en gemengde wijken benadrukte.

De gesprekken lieten zien hoe waardevol het is om samen te kijken naar de leefomgeving. Door elkaar beter te begrijpen, ontstaan niet alleen nieuwe inzichten, maar ook praktische handvatten voor gemeenten en partners die in de praktijk aan de slag willen.

Door integraal te werken en over grenzen van domeinen heen te kijken, wordt stap voor stap gebouwd aan een Drenthe waar bewegen een vanzelfsprekend onderdeel is van het dagelijks leven. In het landschap van Drenthe, waar ruimte en gemeenschap elkaar ontmoeten, krijgt bewegen steeds meer een plek in de directe leefomgeving van inwoners.

Het succes van deze bijeenkomst zit in de combinatie van inspiratie, praktische toepasbaarheid en samenwerking. Beweegruimte is daarmee niet alleen een ruimtelijke opgave, maar vooral een maatschappelijke kans om de gezondheid en leefkwaliteit en toekomst in Drenthe te versterken.

5.4 Uitgelichte projecten

Schoolpleinen Revolutie Drenthe

De Schoolpleinen Revolutie Drenthe is een initiatief van SportDrenthe, in samenwerking met IVN Noord en Kunst & Cultuur Drenthe. Het project helpt scholen hun plein te transformeren tot een groene, beweegvriendelijke en inspirerende omgeving. Zo krijgen kinderen meer ruimte om te spelen, ontdekken en bewegen, wat bijdraagt aan hun fysieke, emotionele en cognitieve ontwikkeling. Inmiddels zijn in Drenthe 30 schoolpleinen vernieuwd. In 2026 worden nog eens 13 schoolpleinen aangepakt.

Speelruimtebeleid

Hoewel er veel kennis beschikbaar is over buitenspelen, vindt de toepassing in de praktijk nog maar mondjesmaat plaats. In de gemeente Tynaarlo mochten wij meekijken in de ontwikkeling van het speelbeleid.

Samen met KennisLab BIOR Noord wordt kennis over spelen vertaald naar praktische stappen in de leefomgeving, zodat beleid zichtbaar wordt op straat, in het groen en in de buurt.

Meer Ruimte voor Sport

Drenthe kent ruimte, natuur en mooie landschappen. Is er in Drenthe meer ruimte voor sport, bewegen en ontmoeten in de buitenlucht? Samen met partners en in opdracht van NOC*NSF wordt gezocht naar kansen in het landschap, de natuur en de dorpen.

Meer informatie over de inzet van het programma Beweegruimte in Drenthe kun je vinden op: Homepagina - Infrastructuur

#Beweegruimte

6. Drenthe beweegt bijeenkomsten

6.1 Terugblik:

Eerste Jeugdsport Symposium zet toon voor toekomst van jeugdige sporters in Drenthe - SportDrenthe

Op vrijdag 7 november 2025 vond in het stadion van FC Emmen het eerste Jeugdsport Symposium plaats, een initiatief van SportDrenthe, Talenthub Noord, Carmelcollege Emmen, Topsport NOORD en FC Emmen. Trainers, sportdocenten, beleidsmakers en clubondersteuners kwamen samen om kennis te delen en in gesprek te gaan over de toekomst van de jeugdsport.

Met inspirerende bijdragen van experts en diverse praktijkgerichte workshops kregen deelnemers nieuwe inzichten en handvatten aangereikt om jongeren met plezier, veiligheid en ontwikkeling centraal te laten sporten.

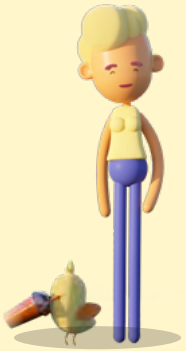
De bijeenkomst werd afgesloten met de ondertekening van het convenant Sportclub Drenthe, waarmee gemeenten, sportbonden en regionale partners hun samenwerking versterken om sportclubs toekomstbestendig te maken. Daarmee vormde het symposium een belangrijke stap in de verdere ontwikkeling van de jeugdsport in Drenthe.

6.2 Terugblik:

Terugblik bijeenkomst 'Bewegen van het jonge kind' - SportDrenthe

Op 27 november 2025 bracht SportDrenthe professionals uit verschillende werkvelden samen tijdens de bijeenkomst 'Bewegen van het jonge kind'. Centraal stond het belang van bewegen in de eerste levensjaren, een periode waarin de basis wordt gelegd voor een leven lang gezond en met plezier bewegen.

De bijeenkomst maakte onderdeel uit van het deelprogramma Jong Leren binnen het Drents beweegbeleid 2025–2028. Deelnemers kregen inzicht in hoe zij vanuit hun eigen rol kunnen bijdragen aan een omgeving waarin bewegen voor jonge kinderen vanzelfsprekend is. De middag bood inspiratie, kennisdeling en waardevolle ontmoetingen rondom een gezamenlijke ambitie: kinderen een sterke beweegbasis meegeven voor de toekomst.



Bekijk hier de aftermovie

Drenthe beweegt bijeenkomst 'Bewegen van het jonge kind'

6.3 Terugblik:

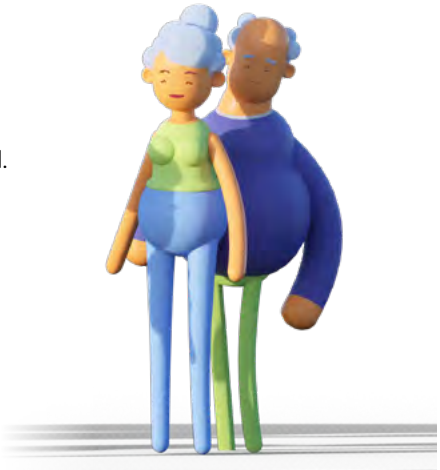
Terugblik bijeenkomst #eenlevenlangbewegen - SportDrenthe

Op 26 juni 2025 kwamen ervaringsdeskundigen, onderzoekers, beleidsmakers en praktijkprofessionals samen in Veenhuizen voor de bijeenkomst *#EenLevenLangBewegen*.

Centraal stond de vraag hoe mensen in beweging kunnen blijven wanneer het leven verandert, bijvoorbeeld door een nieuwe baan, gezinsuitbreiding of andere ingrijpende gebeurtenissen.

Met inspirerende inzichten van onderzoeker Sara Wiertsema en verdiepende gesprekken in kleine groepen werd verkend hoe beweeggedrag verandert gedurende het leven en welke kansen er zijn om beweging onderdeel te laten blijven van het dagelijks leven.

De bijeenkomst bood waardevolle uitwisseling van ervaringen, nieuwe inzichten en praktische ideeën om inwoners in iedere levensfase te ondersteunen bij een actieve leefstijl.



7. Ruimte om te stralen

7.1 Special Olympics Nationale Spelen 2028 komen naar Drenthe

Van 9 tot en met 11 juni 2028 staat Drenthe in het teken van sport, ontmoeting en inclusie. Dan vinden de Special Olympics Nationale Spelen plaats: het grootste sportevenement voor mensen met een verstandelijke beperking in Nederland. Een evenement waar plezier, talent en meedoen belangrijker zijn dan winnen.

Dat de Spelen naar Drenthe komen, is geen toeval. De toekenning is het resultaat van een unieke samenwerking tussen alle twaalf Drentse gemeenten, de provincie Drenthe, sportverenigingen, vrijwilligers, maatschappelijke organisaties en het bedrijfsleven. Samen laten zij zien waar Drenthe voor staat: betrokkenheid, samenwerking en de kracht van naoberschap.

"Wij hebben er alle vertrouwen in dat Drenthe prachtige Special Olympics Nationale Spelen in 2028 gaat neerzetten. De bidcommissie was zeer te spreken over de samenwerking tussen alle Drentse gemeenten en de betrokkenheid van sportverenigingen, vrijwilligers, maatschappelijke organisaties en het bedrijfsleven. Ik weet zeker dat de deelnemers gaan genieten van de Drentse gastvrijheid en dat we samen sport, inclusiviteit en talent gaan vieren."

Erik de Winter,
voorzitter Special Olympics Nederland

Fotograaf: Kim Stellingwerf

7.2 Meer dan een sportevenement

De Special Olympics gaan over veel meer dan sport alleen. Ze laten zien wat sport kan betekenen voor mensen: plezier, zelfvertrouwen, ontmoeting en erbij horen. De Nationale Spelen bieden duizenden sporters de kans om hun talenten te laten zien en zichzelf te ontwikkelen. Tegelijkertijd inspireren zij heel Nederland om anders te kijken naar mensen met een verstandelijke beperking.

Met de komst van de Spelen onderstreept Drenthe dat sport en bewegen voor iedereen toegankelijk moet zijn. Het evenement brengt sport, zorg, onderwijs, gemeenten, verenigingen en inwoners samen rondom één gezamenlijke ambitie: een provincie waarin iedereen de ruimte krijgt om te stralen.

7.3 Heel Drenthe doet mee

Bijzonder aan deze editie is dat de Spelen niet op één centrale locatie plaatsvinden, maar verspreid worden over de hele provincie. Iedere Drentse gemeente levert een bijdrage aan het evenement. Daarmee wordt zichtbaar hoe sterk de regionale samenwerking is.

Op basis van de aanwezige accommodaties, verenigingen en expertise is een conceptverdeling van de sporten gemaakt. Zo staan onder andere atletiek, zwemmen, handbal, volleybal, basketbal, korfbal en zeilen op verschillende locaties in Drenthe gepland. Ook de populaire sporten hockey en voetbal worden verdeeld over meerdere gemeenten. Daarnaast vinden diverse side-events plaats, onder meer een knallende opening bij het TT Circuit Assen en het Olympisch Dorp bij Landal Aelderholt..

7.4 Ruimte om te stralen

Het centrale thema van de Spelen is ‘Ruimte om te stralen’. Een thema dat perfect past bij Drenthe. Hier is ruimte om te bewegen, elkaar te ontmoeten en talenten te ontdekken. Ruimte om jezelf te zijn en om samen successen te vieren.

Om de organisatie in goede banen te leiden wordt een stichting opgericht onder voorzitterschap van Jetta Klijnsma.

Samen met gemeenten, vrijwilligers, sportverenigingen en vele partners wordt de komende jaren gewerkt aan een evenement dat niet alleen drie dagen duurt, maar ook een blijvende impuls geeft aan inclusief sporten en bewegen in Drenthe.

“Het is een voorrecht om bij te dragen aan deze Special Olympics Nationale Spelen. Ik kijk ernaar uit om samen met alle Drentse gemeenten, de provincie Drenthe, vrijwilligers en partners te bouwen aan een geweldig evenement waar iedereen kan meedoen en meetelt. Met dit evenement krijgen sporters echt de ruimte om te stralen.”

Jetta Klijnsma,
voorzitter Stichting Special Olympics Nationale Spelen Drenthe 2028

Special Olympics 2028 - SportDrenthe
lees verder

8. Vooruitblik

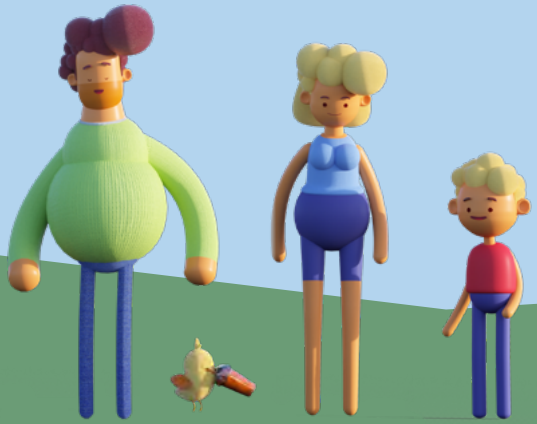
Terwijl we verder bouwen aan de ambities van Drenthe beweegt 2025-2028, kijken we met vertrouwen vooruit naar een sportieve en gezonde toekomst in Drenthe. De komende periode zetten we de volgende stappen in de ontwikkeling van onze programma's. We versterken de samenwerking tussen sport, onderwijs, zorg, welzijn en de fysieke leefomgeving, zodat bewegen voor iedere Drent steeds vanzelfsprekender wordt.

We blijven vernieuwen, kennis delen en succesvolle initiatieven verder brengen. Concrete acties, met en door inwoners, dat is waar Drenthe beweegt voor staat! Tegelijkertijd bereiden we ons voor op mooie mijlpalen, zoals de komst van de Special Olympics Nationale Spelen 2028 naar Drenthe. Dat biedt een unieke kans om samen te laten zien waar onze provincie voor staat: een inclusieve samenleving waarin iedereen mee kan doen.

Er is nog genoeg werk te doen, maar juist de kracht van onze samenwerking geeft vertrouwen. Samen blijven we werken aan een Drenthe waarin sport en bewegen bijdragen aan een gezonde, vitale en verbonden samenleving.

Hans Slender
programmaregisseur
Drenthe beweegt

Drenthe beweegt



Dit magazine is een uitgave van SportDrenthe.

SportDrenthe
zet mensen in beweging

Drenthe beweegt
Hof van Parijs 10C
9403
DA Assen

T. 0592 – 749 311
M. info@sportdrenthe.nl

Bekijk onze website
Drenthe beweegt