

GEZOND IN MIDDEN-DRENTHE

Terugblik 2021 – 2022

Samen werken wij aan een vitaal en verenigd Midden-Drenthe



82

Ambassadeurs waaronder 25 sportclubs

05

Woonzorgcentra

03

Supermarkten

03

Restaurants

05

Huisartsen

07

Fysio

08

Scholen

13

Andere organisaties en inwoners

Volgers juni 2021



442



182

Volgers juni 2022



637



233



VITAAL OUDER WORDEN EN IEDEREEN DOET MEE

Iedereen hoort er bij en kan mee doen; vitaal ouder worden, bewegen en gezonde leefstijl is voor iedereen bereikbaar

- Sporthoekje in Weggeefwinkel Smilde
- Bevoorrading Sporthoekje via gevonden kleding e.d. bij sporthallen driemaandelijks door vrijwilliger opgehaald en naar weggeefwinkel gebracht
- Bakfiets door MD en persmoment
- Annie Londo Inloop en voorlichting over ontspannen slapen (2 bijeenkomsten: 7 en 5 deelnemers)
- Presentatie valpreventie/voeding ouderenwerk PCOB (40 deelnemers)
- Doortrappen: fietsgroep Smilde en Beilen (gemiddeld 8 deelnemers) en 3-wielerclinic (80 deelnemers)
- Nieuw Balinge eigen fitnessruimte
- Rollator Wandelclub Westerbork (25 deelnemers, vrijwilligers en begeleiders)
- G-sport onderdeel Midden Drenthe Zomercup: School Renn4 Hoogeveen betrokken (20 kinderen)
- Na positieve evaluatie voorbereiding voor een uitgebreider vervolg op g-sport onderdeel Midden Drenthe Zomercup
- Workshop "Het nieuwe fietsen" vanuit VVN (8 deelnemers)
- Bij fietsvierdaagse spiegels uitdelen in juli
- Sportaanbod toegankelijk gemaakt voor Oekraïense vluchtelingen middels lijst met contactpersonen sportclubs die persoonlijk benaderd waren
- Fitter Brein Kick off (20 deelnemers)
- Voorbereiding sport & minima en sport & beperking



GEZONDE LEEFSTIJL

Overal is toegang tot gezond eten en drinken en is de omgeving rookvrij; verkleinen gezondheidsachterstanden door bewegen, eten en drinken en een rookvrije omgeving.

- Campagne Stoptober; kick off en stoepondersteuning
- Nieuw watertappunt in Westerbork. Zijn er nu 5 in totaal
- Individuele begeleiding cliënten leefstijlcoaching (2x)
- In Westerbork heeft de Jumbo het certificaat 'Gezonde super' behaald
- Bezig met de voorbereidingen Gezonde super Smilde en Beilen
- Gezond in Westerbork netwerkbijeenkomst (20 personen)
- EK Veldrijden side Events (gezonde VAM-burger)
- Vers uit de tuin: 34 moestuinders/ buurtmoestuinen delen de oogst
- Gezondheidsmarkten in Westerbork (46 gratis leefstijlchecks), Beilen (66) en Smilde (42) met de gezonde huiskamer
- Kindermenu: op de gezondheidmarkt in Smilde is klas geweest en het winnende recept onthuld en meisje in het zonnetje gezet. Nieuwe receptenboekjes aan klas uitgereikt
- Drijber is met startbudget van GiMD maandelijks gezond koken voor de buurt in het dorpshuis gestart (20 personen 1e keer)
- Duurzaamheidsmarkt Hoogersmilde met kraam GiMD gestaan (voelbox, smoothiefiets en vers fruit)
- Voorbereiding gesprekken met projectleider gezondheidsambassadeurs voor nieuwe doorstart na Corona en verbreding projectdoel
- Platforms Gezond in Westerbork, Blijf in contact Westerbork en Gezond in Smilde ondersteunen
- Gezond gewicht Proscop
- Voorbereiding gezonde buurtomgeving (rookvrij, gezonder voedingsaanbod en verantwoord alcoholbeleid) en gezonde werkvloer



GEZONDE & VITALE VERENIGING

Alle verenigingen hebben de basis op orde en handelen toekomstgericht.

- 4x overleg Vereniging 2.0 (platform van 8 verschillende sportclubs MD)
- Voorbereidingen voor op weg naar een rookvrije generatie
- EHBSO cursus georganiseerd voor de sportclubs (9 deelnemers)
- BMX en fietsclinic Westerbork – 8 deelnemers
- 8 vergaderingen Midden Drenthe Zomercup (10 deelnemende voetbalclubs MD)
- Midden Drenthe Zomercup: 136 teams, 455 wedstrijden, 900 spelers en 16 categoriën
- Eerste bijeenkomst jonge sportbestuurders (4 deelnemers)
- Sessies GiMD sportakkoord fysiek en online op 3 en 4 november
- Nieuwe sport- en gezondheidsakkoord verstuurd naar ambassadeurs met uitnodiging voor deelname aan werkgroep (per ambitie één werkgroep)
- Gezonde sportomgeving: rookvrij, gezonder voedingsaanbod en verantwoord alcoholbeleid (8 gestart en 2 inmiddels rookvrij)
- Voorbereiding Gezonde sportomgeving: rookvrij, gezonder voedingsaanbod en verantwoord alcoholbeleid voor rest sportclubs Midden Drenthe
- Platform Sportief Beilen ondersteunen
- Onthulling KV Vitesse Rookvrije borden en topprestatiebadges rookvrij



VAN JONGSAF AAN IN BEWEGING

Kinderen zijn van jongs af aan vaardig in bewegen

- Lasergamen (vakleerkrachten Beilen, Smilde en Westerbork) 259 kinderen
- BMX en fietsclinics op scholen Westerbork
- Dikke banden en loopfietsrace Beilen (40 deelnemers)
- Buitenspeeldag 8 juni (8 speeltuinen)
- Sportmiddag Westerbork 25 maart; clinic's van handbal, judo en tennis (90 kinderen)
- Schoolmoestuiniëren (6 scholen)
- Summerbreakactiviteiten zomer 2021: Westerbork 90 kinderen, Smilde 120 kinderen, Beilen ging vanwege regen niet door
- Summerbreakactiviteiten 2022 zijn in voorbereiding
- Naschoolse activiteiten (NSA): per leerkracht gemiddeld 25 kinderen per week per locatie; 4 locaties; dus ongeveer 100 kinderen per week
- Sportdag Smilde scholen gepimpt water en gezonde snack (338 kinderen)
- Sportdag Beilen scholen gepimpt water en gezonde snack (379 kinderen)
- Sportdag scholen Westerbork gepimpt water en gezonde snack (242 kinderen)
- Schoolsportboekje naar alle scholen