

SKick



**Sport
Fryslân**

Een sportkick voor iedere Fries!

Uitgave najaar 2016

Foto: Martin de Jong

Sport Op Basisscholen

“De tofste gymles ever”

Bij Sport Fryslân staat het plezier van sport en bewegen voorop. Sport zorgt er ook voor dat kinderen hun motoriek verbeteren en gemakkelijker bewegen. Daarom moet je zorgen dat kinderen de gymlessen leuk vinden.

lees verder op pagina 5

Vitaliteitsalliantie

Een gezamenlijke lobby

Meer vitale Friezen: daar zet de Vitaliteitsalliantie Fryslân zich voor in. Want wie vitaal is, heeft meer plezier in het leven, voelt zich energiever en is minder vaak ziek. De alliantie bestaat uit een mix van doeners en denkers.

lees verder op pagina 11

Jongeren op gezond gewicht (JOGG)

Jongeren op gezond gewicht (JOGG)

Eén op de zeven kinderen heeft overgewicht. In sommige wijken is dat zelfs al één op de drie kinderen. Met JOGG gaat Sport Fryslân samen met gemeenten de strijd aan tegen overgewicht.

lees verder op pagina 12

De duurzame sportaccommodatie

Gebruik je energie liever op het veld

Fryslân kent maar liefst 1550 sportverenigingen, waarvan 425 een eigen accommodatie hebben. De eerste deelnemende verenigingen investeren met behulp van Sport Fryslân in duurzame maatregelen. Wie volgt?

lees verder op pagina 14

SKick

Een sportkick voor iedere Fries!

Meer dan 200.000 Friese inwoners bewegen onvoldoende en daardoor sterven er jaarlijks 350 Friezen, dat is er dus bijna elke dag één. Het is de schokkende uitkomst van een analyse die wij onlangs deden. Hoe kunnen wij er samen met u voor zorgen dat mensen voldoende bewegen? Beweeg de hele dag door. Het kan al simpel: neem de trap in plaats van de lift, laat kinderen hardlopend naar de gymzaal gaan, stel als werkgever tijd beschikbaar om te gaan bewegen. Wist u overigens dat u er energiekere medewerkers voor terug krijgt? Er zijn geen redenen om niet te gaan sporten en bewegen. De tinkwize moet veranderd worden, sporten en bewegen moet een gewoonte worden. Daar werken we samen aan met de provincie, gemeenten, verenigingen, commerciële en maatschappelijke partners, vrijwilligers en de inwoners van Friesland. Gezamenlijk aan de slag voor een vitaal Fryslân. Daarin wil Sport Fryslân vooroplopen.

Zo is er een gezamenlijke lobby ontstaan met Zorgbelang Fryslân, ROS Friesland, De Friesland Zorgverzekeraar, GGD Fryslân, wat we de vitaliteitsalliantie noemen. We hebben ons eigen laboratorium: sportlab.frl. Waarin we samen met onze partners experimenteren en nieuwe initiatieven als de Daily Mile op de Friese scholen gaan introduceren. Dit betekent dat we gaan testen wat de effecten zijn als kinderen elke schooldag een halve kilometer gaan rennen.

Elke dag weer bedenken we samen hoe wij Friezen in beweging krijgen, in het bijzonder de 200.000 Friezen die onvoldoende bewegen. Hoe we dat doen? Kijk maar eens in deze SKick (Sport Kick). Dit is wat wij doen. Waarom? Wij vinden dat iedereen het recht heeft om te kunnen sporten of bewegen om het plezier en de gezondheidsvoordelen te ervaren die daarbij horen. U toch ook? Doe met ons mee!

 sportfryslan.nl

mail naar info@sportfryslan.nl of bel ons op 0513 – 630 660

200.000 FRIESE INWONERS
BEWEGEN TE WEINIG



Inhoudsopgave

<i>Sportwerkgever Fryslân</i>	<i>p 3</i>
<i>Jeugdsportfonds Friesland</i>	<i>p 4</i>
<i>Sport op Basisscholen</i>	<i>p 5</i>
<i>Lekker Fit Fryslân</i>	<i>p 6</i>
<i>S(C)ool on Wheels</i>	<i>p 7</i>
<i>Buurtsportcoach</i>	<i>p 8</i>
<i>Sporten voor speciaal onderwijs</i>	<i>p 9</i>
<i>Sociale domein</i>	<i>p 10</i>
<i>Vitaliteitsalliantie</i>	<i>p 11</i>
<i>Jongeren Op Gezond Gewicht</i>	<i>p 12</i>
<i>Bobsport</i>	<i>p 13</i>
<i>De duurzame sportaccomodatie</i>	<i>p 14</i>
<i>Fryske Sport yn dyn klasse</i>	<i>p 15</i>
<i>Aangepast sporten</i>	<i>p 16</i>

ONS EIGEN
SPORTLABORATORIUM

Sportlab.frl

IEDEREEN HEEFT HET RECHT
OM TE KUNNEN SPORTEN

SPORTEN EN BEWEGEN MOET EEN
GEWOONTE WORDEN



Op een rijtje

250

Friese sportverenigingen

450

trainers

99

aangesloten gymnastiekverenigingen

88

voetbalclubs

Inmiddels hebben 250 Friese sportverenigingen het werkgeverschap voor 450 trainers ondergebracht bij Sportwerkgever Fryslân. Met bijna 100 aangesloten verenigingen is gymnastiek onze grootste tak van sport, op de voet gevolgd door 88 voetbalclubs. Andere sportverenigingen zijn o.a. tennis, korfbal, zwemmen, paardrijden en omni-verenigingen.

Goed werkgeverschap in sportieve handen

Als bestuur van een sportvereniging bent u verantwoordelijk voor het werkgeverschap van de trainers die bij uw club werkzaam zijn. Ook de uitvoering van de taken die daarbij horen, valt onder de verantwoordelijkheid van het bestuur.

Dat brengt nogal wat werkzaamheden en verplichtingen met zich mee. Want wat doet u als de trainer ziek is? Of als er een conflict is? Heeft u een contract met de trainer afgesloten? Sportwerkgever Fryslân ondersteunt Friese sportverenigingen daar al sinds jaar en dag bij.



“Dat je als vereniging terug kunt vallen op je sportwerkgever en weet dat zij meezoeken naar een oplossing, dat geeft veel rust.”

Akke Heeringa, trainster Paardensportvereniging Poptaruiters

sportwerkgeverfryslan.nl

WIJ WETEN ALLES OVER OPSTELLEN
CONTRACT, CONFLICT EN ONTSLAG,
SALARIS BETALING EN ZIEKTEVERZUIM

Ziet u verstopte armoede?

Jeugdsportfonds Friesland

Wij zijn op zoek naar intermediairs!

Ook in Friesland zijn er veel kinderen die vanwege financiële redenen niet lid van een sportvereniging kunnen worden. Het Jeugdsportfonds Friesland helpt deze kinderen. Werkt u met deze kinderen? Word intermediair en bied ze een sportkans!



Hoe wordt u intermediair?

Werkt u in het onderwijs, de jeugdhulpverlening, schuldhulpverlening of gezondheidszorg? Als professional weet u als geen ander wat kinderen nodig hebben. U bent goed op de hoogte van de thuissituatie en weet dat een kind om financiële redenen niet kan sporten. U kunt als professional –heel simpel - online een aanvraag indienen voor een bijdrage waarmee het kind een jaar lang kan sporten. Het kind mag zelf de sport en vereniging uitkiezen.



GEEN FINANCIËLE MIDDELEN,
TOCH SPORTEN DANKZIJ
INTERMEDIAIR

Hier doen we het voor:

“Het Jeugdsportfonds is bedoeld voor ouders die zelf niet de financiële middelen hebben om hun kinderen te kunnen laten sporten. Dit was ook het geval bij mij thuis. Door echter tot mijn 18e gebruik te maken van het Jeugdsportfonds, voetbal ik nu jaren later met veel plezier in Nieuweschoot 1 en ben ik ook nog bijna klaar met de CIOS sportopleiding. Ik wil tegen ouders zeggen die in aanmerking komen voor het Jeugdsportfonds Friesland: gebruik het, want het heeft mij erg veel sportplezier gebracht in het leven!”

Jamie, 20 jaar, Nieuweschoot

friesland.jeugdsportfonds.nl

Het werkt zo:



Meld u aan via aanvragen.jeugdsportfonds.nl



Voldoet u aan de criteria? Dan krijgt u toegang tot het aanvragensysteem.



Vervolgens kunt u één of meerdere kinderen aanmelden.

Samen geven we de tofste gymles ever

Bij Sport Fryslân staat het plezier van sport en bewegen voorop. Tegelijkertijd zorgt sport er ook voor dat kinderen hun motoriek verbeteren en gemakkelijker bewegen. Om dat te bereiken moet je zorgen dat kinderen de gymlessen leuk vinden, lol hebben en actief meedoen. De tofste gymles begint met Sport op Basisscholen van De Friesland Zorgverzekeraar en Sport Fryslân.

PLEZIER STAAT VOOROP!

Sport op Basisscholen zorgt voor:

- structurele aandacht voor sport op school
- goede ontwikkeling van motorische vaardigheden
- stimuleren van kinderen om te kiezen voor een actieve gezonde leefstijl, ook op latere leeftijd
- betere doorstroom naar de sportvereniging, waardoor kinderen in hun vrije tijd ook sporten

“Lekker leren begint bij lekker in je vel zitten. Door Sport op Basisscholen kun je je sportieve talent ontdekken waardoor je lekker in je vel kan zitten.”

Frans Veltman, wethouder gemeente De Fryske Marren

Op een rijtje

In 2016 ondersteunen 55 vakleerkrachten van Sport Fryslân in 22 gemeenten de gymles. We zijn actief op 277 van de 413 Friese basisscholen, waarmee 30.240 kinderen wekelijks een kwalitatief goede gymles krijgen. Dat is 51% van alle Friese basisschoolleerlingen.

 sportopbasisscholen.nl

22

gemeenten

55

vakleerkrachten

30.240

Friese kinderen krijgen
wekelijks een goede
gymles

dat is
51%

van alle Friese
basisschoolleerlingen!



Foto: Lenus van den Broek

Het lekkerste lespakket van Fryslân!

Een goed ontbijt in de ochtend, op de fiets naar school en een voedzame lunch tussen de middag. Met het project 'Lekker Fit! Fryslân' wil Sport Fryslân basisschoolkinderen op een leuke manier een gezonde leefstijl aanleren. Dat doen we met proefjes in de klas, maar ook door de ouders er bij te betrekken.

Lekker Fit! Fryslân biedt basisscholen:

- een verrassend lespakket met daarin werkboekjes voor de leerlingen van groep 1 t/m 8
- opdrachten op school en voor thuis: kinderen gaan bijvoorbeeld met ouders gezonde boodschappen doen. – Kijk eens wat voor leuk ervaring dat oplevert!
- twee beweeglessen van een vakleerkracht voor alle kinderen op school
- een gastles van een voedingsdeskundige
- sportkennismakingscursussen van lokale sportverenigingen

“Het is prachtig om te zien hoe we kinderen én ouders bereiken met Lekker Fit.”

Gerrit Bloem, SBO De Súdwester in Sneek

➔ sportfryslan.nl/onderwijs

EEN GEZONDE
LEEFTSTIJL

Op een rijtje

94

scholen gebruiken
het lespakket

14.000

kinderen weten hoe ze
gezond moeten eten,
bewegen en leven

In vier jaar tijd is het aantal scholen dat gebruik maakt van het lespakket 'Lekker Fit! Fryslân' gestegen naar 94 scholen. In 2012 begonnen we met o kinderen, in 2016 hebben we al meer dan 14.000 leerlingen bereikt, die nu weten hoe ze gezond moeten eten, bewegen en leven.

Ervaar zelf hoe het is om te leven en sporten met een handicap

(S)cool on Wheels

Op een rijtje

4.500

kinderen hebben het ervaren hoe het is om te leven en te sporten met een handicap

In drie jaar tijd hebben Fonds Gehandicaptensport, de Rabobank en Sport Fryslân met (S)cool on Wheels ruim 4.500 kinderen via 150 clinics laten ervaren hoe het is om te leven en te sporten met een handicap.

150

clinics

Met (S)Cool on Wheels:

- mogen basisschoolkinderen al hun vragen stellen aan iemand met een lichamelijke handicap gaan ze zelf aan de slag tijdens een gymles rolstoelbasketbal
- ervaren ze hoe het is om in een rolstoel te zitten en gehandicapt te zijn

Dus vraag bij ons een clinic aan!

“Dat je nog zo goed kunt sporten met en handicap, dat had ik niet gedacht. Het was leuk om rolstoelbasketbal eens te proberen. Eigenlijk kun je nog best veel als je in een rolstoel zit, en is het helemaal niet zo zielig als het lijkt.”

Sabine, deelnemster (S)cool on Wheels in Wijnjewoude

➤ sportfryslan.nl/onderwijs

ERVAREN HOE HET IS OM GEHANDICAPT TE ZIJN



(S)cool on Wheels

Sportkracht in het veld

‘Onze buurtsportcoaches zorgen ervoor dat het sport- en beweegaanbod goed aansluit bij de behoeften van onze inwoners. Tevens wordt door de inzet van de buurtsportcoaches het organiserend vermogen van de sportverenigingen in Opsterland versterkt. Door de kennis die Sport Fryslân in huis heeft, spelen ze vakkundig in op lokale situaties en leveren zo maatwerk voor gemeente Opsterland. En daar zijn we enorm blij mee’.

Piet van Dijk, wethouder gemeente Opsterland

➤ sportfryslan.nl/buurtsportcoach

VERBINDENDE
SCHAKEL

Op een rijtje

55

buurtsportcoaches

15

gemeenten

Met onze 55 buurtsportcoaches in 15 gemeenten zorgen we er voor dat de Friezen in beweging komen. Voor deze buurtsportcoaches is Sport Fryslân de werkgever. De buurtsportcoach is de verbindende schakel tussen gemeente, onderwijs, sportverenigingen, welzijn- en zorginstellingen om sport- en beweegaanbod in de buurt te organiseren. Samen met de buurtsportcoaches helpen wij de lokale sport- en beweegaanbieders en zorgen we voor:

- een gevarieerd aanbod van buitenschoolse sport- en beweegactiviteiten op basisscholen, kinderopvangcentra en peuterspeelzalen.
- kwalitatieve beweglessen op basisscholen
- sport- en beweegactiviteiten voor mensen die niet tot weinig bewegen. En dat ze meedoen.

Sportkennismaking op het speciaal onderwijs is nog altijd hard nodig

Het zijn veelal de gezelligste sportevenementen van het jaar: de Special Olympics Regionale Spelen, de sportclinics, de sportdagen en het G-voetbaltoernooi 4 tegen 4 die Sport Fryslân organiseert voor leerlingen van het speciaal basisonderwijs. Deze sportieve dagen zijn echter niet alleen ontzettend leuk voor de deelnemers, maar bovendien ook hard nodig. Uit onderzoek van Sport Fryslân blijkt dat slechts 25 procent van de leerlingen op het speciaal onderwijs structureel aan sport doet. Werk aan de winkel voor ons, samen met het Speciaal Onderwijs in Friesland!

“Een sportief event is voor de kinderen een stimulans om in hun vrije tijd ook te gaan sporten”

Berber van der Krieke, medewerker Sport Fryslân

Slechts
25%

van de leerlingen op het speciaal onderwijs doet structureel aan sport



Sporten voor speciaal onderwijs

To do list voor het onderwijs:

- ✓ Verwijs kinderen door naar de sportverenigingen in de buurt (kijk op uniekssporten.nl voor tips!)
- ✓ Creëer ruimte voor lessen over een gezonde leefstijl
- ✓ Doe gezellig mee aan de sportevenementen

Een drempel lager

“Een sportief evenement is voor de kinderen een stimulans om in hun vrije tijd ook te gaan sporten”, legt Berber van der Krieke uit. “We merken in de praktijk dat de drempel voor het kennismaken met nieuwe sporten voor veel leerlingen door middel van een clinic, sportdag of evenement lager komt te liggen. Een aantal van deze evenementen wordt daarom ook opengesteld voor kinderen die niet op het speciaal onderwijs zitten, maar wel op de dagbesteding of in een woonvorm wonen. Zo tref je nog eens anderen en wordt het echt een dagje uit.”

 uniekssporten.nl

ZO TREF JE NOG EENS
ANDEREN EN WORDT HET
ECHT EEN DAGJE UIT

Sporten en bewegen voor ouderen

Sociale domein

Nu Fryslân vergrijst én het overheidsbeleid- het sociale domein- gericht is op zelfredzaamheid, is het belangrijk om in te zetten op een leefstijl waarmee senioren hun gezonde levensjaren verlengen. Sport en bewegen vormen essentiële onderdelen van deze gezonde leefstijl. Vandaar dat Sport Fryslân inzet op sport als middel. Sociaal Vitaal is één van de voorbeelden.

Sociaal Vitaal zorgt ervoor dat mensen lekkerder in hun vel zitten, zich vitaler voelen en daardoor minder snel naar de huisarts stappen. We werken aan conditie, balans en kracht, zowel fysiek als mentaal. Daarnaast zetten we sport in als een bindend middel in de strijd tegen eenzaamheid onder ouderen.

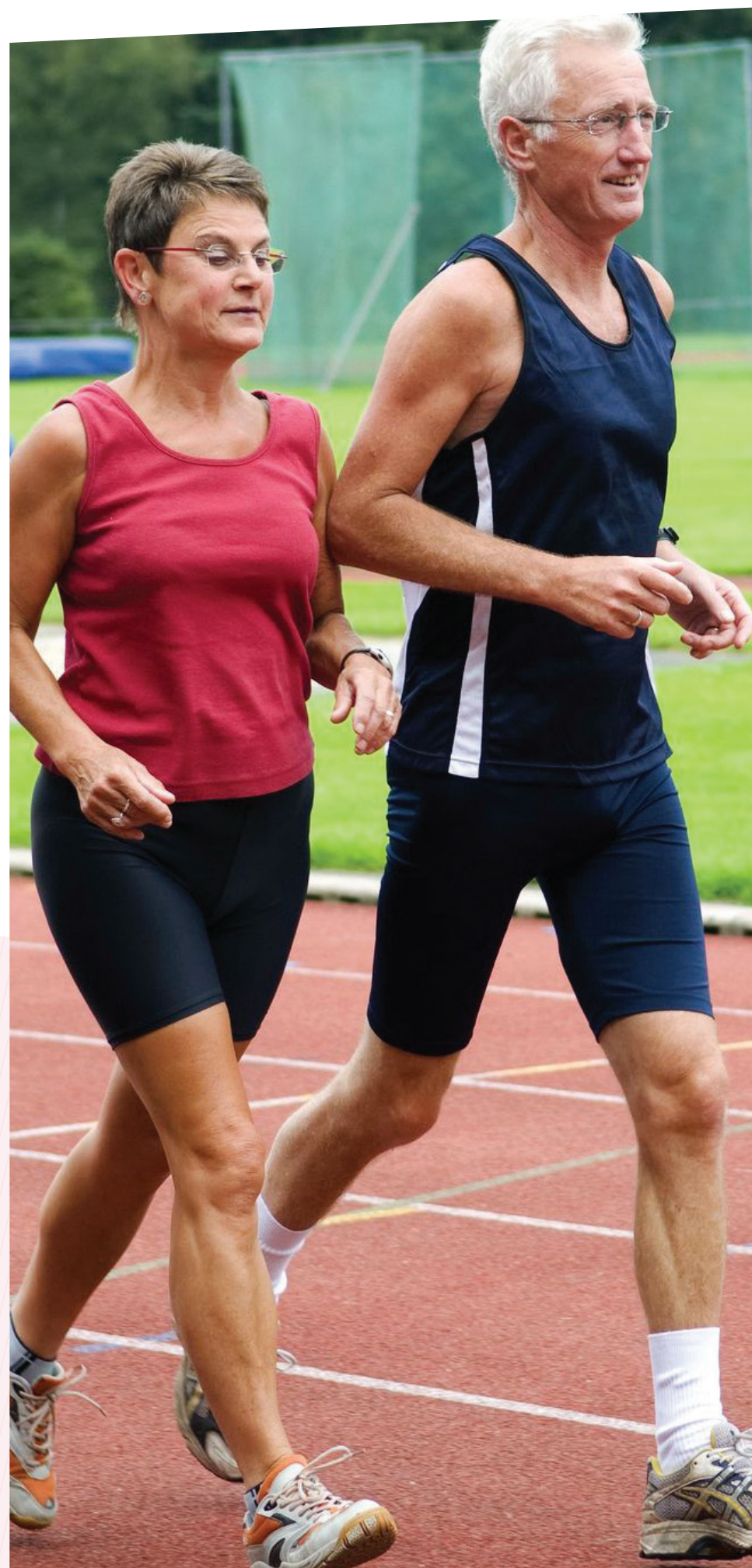
“Hoe meer we aan het welbevinden van mensen doen, des te beter ze in hun vel zitten en des te langer ze ook gezond zullen blijven. We nemen preventieve maatregelen om dat welbevinden te vergroten.”

Jos van der Horst, wethouder gemeente Smallingerland

Sociaal Vitaal, het werkt!

‘Sociaal Vitaal’ is een landelijke aanpak die Sport Fryslân voor het eerst in de gemeente Smallingerland (Drachten) uitvoert. En mét succes want:

- nog altijd bewegen veertig ouderen wekelijks een uur lang tijdens een gezellige bijeenkomst
- een kwart van de deelnemers gaf in de tweede fit-test aan minder eenzaam te zijn
- daarnaast bleek de beenkracht van de deelnemers sterk te verbeteren



Op een rijtje

43%

van de ouderen
voelt zich vaak
eenzaam

117.000

senioren in
Friesland

181.600

senioren wonen in
2040 naar verwachting
in Friesland

In Friesland wonen ruim 117.000 mensen van 65 jaar of ouder, waarvan 43 procent zich vaak eenzaam voelt. De verwachtingen zijn dat er in 2040 181.600 Friese senioren zijn. Dit is een grote toename, waardoor ook meer van gemeenten verwacht wordt om sport als middel in te zetten om senioren weerbaarder, zelfstandiger, fitter en socialer te maken en te houden.

➤ sportfryslan.nl/sociaalvitaal

Een gezamenlijke lobby op het gebied van vitaliteit

Gezond eten, volop bewegen en op een goede manier met stress omgaan is leuk! Vanuit deze positieve flow werkt Vitaliteitsalliantie Fryslân. Meer vitale Friezen: daar zet de Vitaliteitsalliantie Fryslân zich voor in. Want wie vitaal is, heeft meer plezier in het leven, voelt zich energiever en is minder vaak ziek.

Als netwerkorganisatie en verbinder heeft Sport Fryslân een centrale rol in de Vitaliteitsalliantie Fryslân. De alliantie bestaat uit een perfecte mix van doeners en denkers, met verschillende netwerken en heel veel kennis. Daardoor heeft de alliantie een groot bereik en durven we groot te denken om zo met elkaar bij te dragen aan een vitale provincie.



EEN PERFECTE MIX VAN
DOENERS EN DENKERS!

sportfryslan.nl/alliantie

De vitaliteitsalliantie is een samenwerking tussen:



Beweging in de haarvaten van de samenleving

Eén op de zeven kinderen heeft overgewicht. In sommige wijken is dat zelfs al één op de drie kinderen. Met het project Jongeren Op Gezond Gewicht (JOGG) gaat Sport Fryslân samen met gemeenten de strijd aan tegen overgewicht. Samen zorgen we ervoor dat kinderen gezonder eten en meer bewegen.

JOGG zorgt voor dat:

- er een lokale, duurzame, intersectorale aanpak is om overgewicht bij jongeren (0-19 jaar) effectief aan te pakken
- er een samenwerking is tussen publieke en private partijen
- gemeenten de eerste zes maanden één dag per week ondersteuning krijgt van een JOGG-coach
- de JOGG-coach aan de slag gaat met het maken van een (netwerk)analyse, een plan van aanpak, het vormen van werkgroepen en het organiseren van activiteiten en bijeenkomsten

➤ sportfryslan.nl/jogg

➤ nuchterovergewicht.nl

“Het mes snijdt aan twee kanten: enerzijds wordt het blikveld van de kinderen verruimd. Ze worden enthousiast voor een bepaalde sport of voor een andere manier van koken en/of eten.

“Anderzijds levert het de aanbieders nieuwe leden of klanten op. Een win-winsituatie.”

Elles van der Kooij, JOGG-regisseur gemeente Harlingen

SAMEN DE STRIJD AAN
TEGEN OVERGEWICHT

Op een rijtje

12

Friese
gemeenten

samen met



Sport
Fryslân

GGD Fryslân

Sport Fryslân gaat samen met GGD, ROS Friesland en 12 Friese gemeenten (Smallingerland, Harlingen, Vlieland, Terschelling, Ameland, Schiermonnikoog, De Fryske Marren, Leeuwarden, Heerenveen, Weststellingwerf, Tytsjerksteradiel en Achtkarspelen) mee in de strijd voor een beter gewicht bij jongeren!

ROS Friesland

Een Bob, daar scoor je altijd mee!

ALCOHOL EN AUTORIJDEN
GAAN GEWOON NIET SAMEN!

Na een wedstrijd of training is het tijd voor een gezellige derde helft. Sport Fryslân vindt dat verenigingen de verantwoordelijkheid hebben om sporters en supporters te attenderen op het feit dat alcohol en autorijden niet samengaan. Doen jullie ook mee aan onze Bobsport-campagne?

Bob komt bij jullie langs

Sportverenigingen kunnen bij ons het gratis promotiemateriaal bestellen. En het promotieteam, dat blaastesten afneemt, is te reserveren.



“De Bobsportcampagne heeft een speels karakter en past bij ons. Dat is waarom de Bobsportcampagne uitstekend werkt.”

Voetbalvereniging ONT, Opeinde

sportfryslan.nl/bobsport

Op een rijtje

36

reclameborden van de campagne
geplaatst rondom de Friese velden

540

sportverenigingen ontvangen
jaarlijks een bobsport-
materialenpakket

Meer dan
540 sportverenigingen
ontvangen jaarlijks een
Bobsport-materialenpakket.
Ons promotieteam bezoekt maar
liefst 130 sportevenementen om
campagnemateriaal uit te delen. Er zijn
inmiddels 36 reclameborden van de
campagne geplaatst op Friese
sportvelden.

130

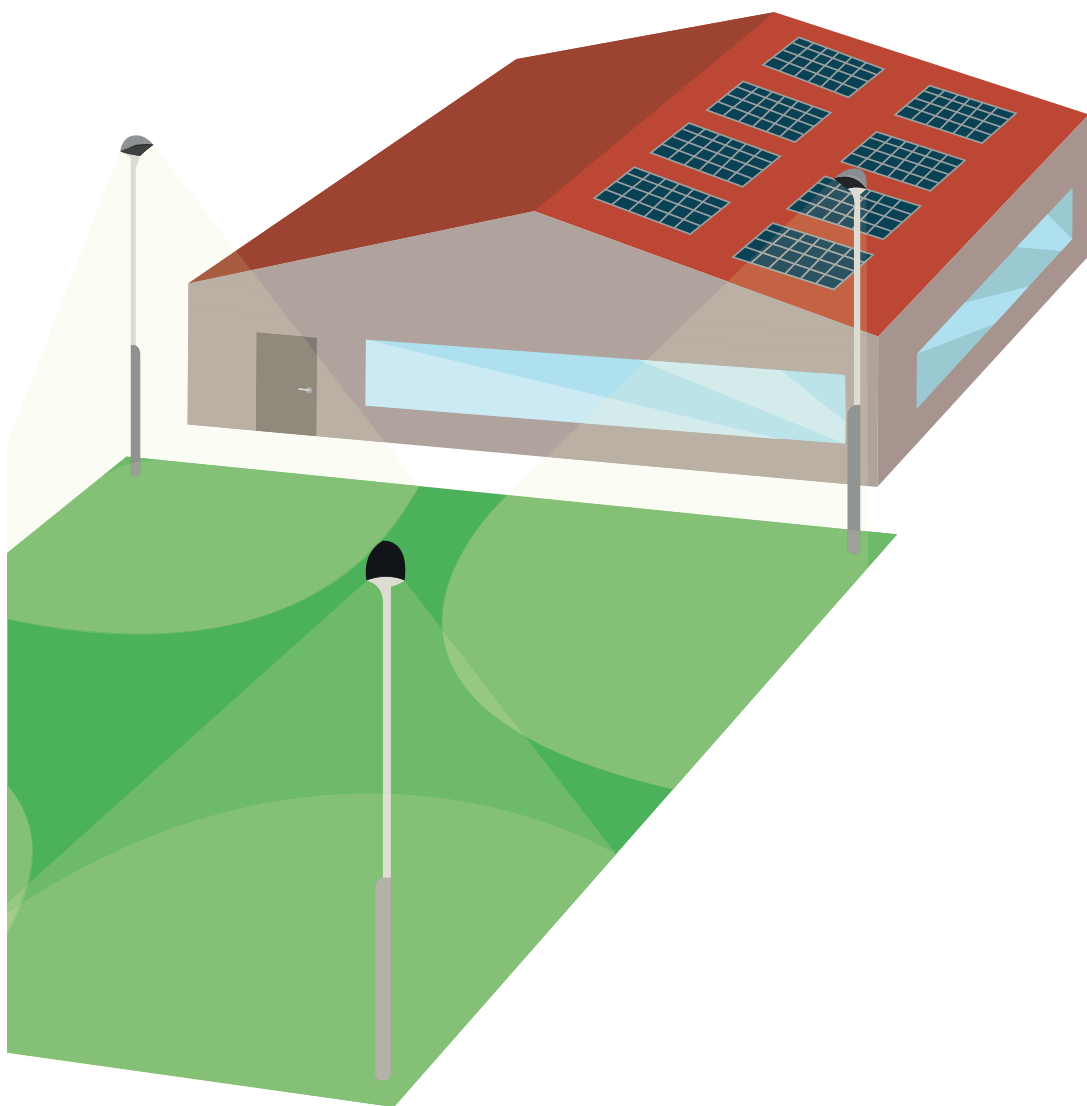
bezochte evenementen
door het promotieteam



Gebruik je energie liever op het veld!

De duurzame sportaccommodatie

Sport en bewegen zorgt voor nieuwe energie. Maar tegelijkertijd kost een sportieve dag ook de nodige energie. Denk aan de verwarming van de kantine, de verlichting op het sportveld of het verwarmen van water tijdens het douchen. Sport Fryslân helpt verenigingen om dit energieverbruik van hun accommodatie te verlagen en stimuleert het gebruik van (eigen opgewekte) groene energie.



Sport Fryslân helpt sportverenigingen door:

- het organiseren van informatiebijeenkomsten in Friese gemeenten en workshop 'energiebesparend gedrag'
- het aanbieden van een energiebesparingsadvies
- het aanreiken van financieringsmogelijkheden (helpen bij subsidieaanvraag)

En door:

- verenigingen te helpen hoe zij hun vrijwilligers hierbij in kunnen zetten
- samen plannen te maken om lokale bedrijven in te schakelen voor bijvoorbeeld installatie en onderhoud van technische voorzieningen

➤ sportfryslan.nl/energie

“Dankzij het energiebesparingsrapport hebben we goed inzicht gekregen in de mogelijkheden om te besparen op energie.

Met de verkregen subsidie hebben we voordelig kunnen investeren in de benodigdheden daarvoor.”

Anne Machiela, voorzitter SC Veenwouden

SPORTEN EN BEWEGEN
ZORGT VOOR NIEUWE
ENERGIE

Op een rijtje

Fryslân kent maar liefst 1550 sportverenigingen, waarvan 425 een eigen accommodatie hebben. De eerste deelnemende verenigingen investeren in duurzame maatregelen. Wie volgt?

425

verenigingen met een
eigen accommodatie

1.550

sportverenigingen
in Friesland

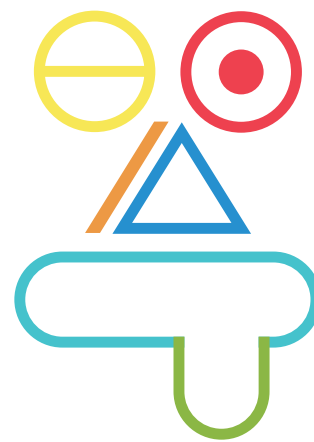
Bûter, brea en griene tsiis; Fryske sport heart yn ús ûnderwiis!

Fryske sport yn dyn klasse

Tijdens de gymles een Fryske sport uitproberen? Kies voor 'Fryske sport yn dyn klasse' en zie hoeveel plezier kinderen hebben in fierljeppen, keatsen en/of Frysk damjen!

Hoe kunt u de kinderen (groep 5 t/m 8) kennis laten maken met de Fryske sporten?

- **Lear:** in het gratis lespakket (duur 45 minuten) staan verschillende lessen over de Fryske sporten
- **Doch:** doe het! Meld 'dyn klasse' aan voor leuke clinics
- **Belibje:** Bezoek een museum of kom eens naar een sportwedstrijd #schoolreisje?



FRYSKE
SPORT
YN DYN
KLASSE

DE 6 FRYSKE SPORTEN IN 1 PAKKET

Op een rijtje

50

scholen gebruiken
het lespakket

150

clinics

6.000

basisschoolleerlingen
deden mee

Via het project 'Fryske sport yn dyn klasse' kwamen sinds september 2015 via 150 clinics meer dan 6.000 basisschoolkinderen uit de groepen 5 t/m 8 in aanraking met één van de zes Fryske sporten. Het lespakket wordt inmiddels door 50 scholen gebruikt. In 8 gemeenten organiseerden buurtsportcoaches activiteiten met Fryske sporten.

Sport Fryslân maakt dit mogelijk met 21 partners, waaronder sportbonden, CIOs, verenigingen, ijshallen, onderwijskoepels en overheden. Samen zorgen we er voor dat ieder kind dat van de basisschool komt, weet welke Fryske sporten er zijn.

 fryskesportyndynklasse.frl



Foto: Martin de Jong

“Dit is best leuk, jonge!
Meester, meie wy dit faker
dwaan?”

Jente de Jong, deelnemer aan project Fryske sport yn dyn klasse

Wat is jouw excuus?

Als ik kan sporten
kan jij het ook

Aangepast sporten

Nieuwe aanpak: Wat is jouw excuus?

Op dit moment is slechts 10% van de Friezen met een lichamelijke handicap lid van een sportvereniging. Dit moet anders: in 2018 moet dit 15% zijn! Sport Fryslân nam het voortouw en gaat nu met alle Friese gemeenten ervoor zorgen dat de gehandicaptensport op de kaart komt.

Met de campagne 'Wat is jouw excuus' laten gehandicapte sporters op verschillende manieren zien dat iedereen kan sporten! En dat het sportaanbod in Friesland te vinden is op uniekssporten.nl

 uniekssporten.nl

Olivier van de Voort, zwemmer

Een initiatief van:



**Sport
Fryslân**

VFG
vereniging van
frieze gemeenten

Vind de sport die bij jou past op
uniekssporten.nl