

Projectplan Beweegtuin en Beweegroutes Langedijk



Werkgroep Buiten Bewegen:

Naam	Organisatie	Betrokkenheid /Motivatie
Henk Heemskerk	Loopschool Together.	Looptrainer/ actieve buurtbewoner
Angela Rozendaal	Aerofit	Trainer sportcentrum/ actieve buurtbewoner
Denice van Appeldoorn	Actief Sport & Events	Sportmakelaar / actieve buurtbewoner
Rick Dekker	Actief Sport & Events	Buurtsportcoach/ actieve buurtbewoner

Adviseur: Pascale d'Hooge 'Rayonmanager Nijha'

Inhoudsopgave

Samenvatting.....	2
Inleiding.....	2
Aanleiding.....	2
Doel en resultaten.....	2
Doelgroep	3
Situering locatie	3
De Beweegtuin:.....	3
Onderhoud en Beheer kosten	4
Activiteiten en resultaten	4
Ontmoeten	4
Sporten en bewegen	5
Beweegroutes.....	5
De opening van de Beweegtuin.....	5
Exploitatie.....	5
Kostenraming.....	5
Bijlage 1: Uitslag enquête onderzoek buurtbewoners.....	7
Bijlage 2. Offerte Nijha	8

Samenvatting

In dit project wordt samen met inwoners, verenigingen, maatschappelijke (sport) organisaties en de gemeente een stuk grond ingericht tot een uitdagende ontmoetingsplek. Deze Beweegtuin is bedoeld voor alle Langedijkers, van jong tot oud. Met dit project wil de werkgroep Buiten Bewegen de openbare ruimte in Langedijk uitdagender maken en meer mensen stimuleren tot (samen) bewegen. Daarnaast vergroot de Beweegtuin niet alleen voor meer uitdaging, maar bevordert het de gezondheid, vergroot het de sociale cohesie en wordt de openbare ruimte optimaal benut.

Inleiding

Dorpskern Langedijk, onderdeel van de gemeente Dijk & Waard is een gemeente waarbij de openbare ruimte niet uitdagend is voor verschillende doelgroepen. De sport en speelplekken zijn vrij gedateerd en ontbreekt de uitdaging. Voor kinderen tussen de 0 en 7 jaar oud zijn de speelplekken geschikt, voor de oudere jeugd zijn deze plekken niet uitdagend genoeg. Het sportaanbod voor ouderen in de buitenlucht is in de minimaal te noemen. En dat terwijl in de gemeente 6000 mensen 65 jaar of ouder is, wat neerkomt op ongeveer 20 procent van de inwoners.

Het is duidelijk dat er op gebied van ontmoeten en sporten in de buitenlucht het één en ander ontbreekt. Dit projectplan is bedoeld om de inwoners van dorpskern Langedijk een plek te geven waar men kan bewegen en ontmoeten op een manier die bij de desbetreffende doelgroep past., Daarbij draagt het bij aan de bewegingsintensiteit en activiteit en bevordert het de fysieke en mentale gezondheid van de inwoners.

Aanleiding

Vanuit het sportbeleid van de gemeente Langedijk en het Sportakkoord Langedijk zijn er verschillende bijeenkomsten geweest met als doel prioriteit te stellen aan de items genoemd in het Sportbeleid. Vanuit de prioriteit "Toegankelijkheid openbare ruimte" is er een werkgroep gevormd "Buiten Bewegen". De groep bestaande uit sportaanbieders, inwoners, buurtsportcoach en kindercoach is vervolgens actief gaan onderzoeken waar behoefte aan is in Langedijk met als doel meer mensen te laten bewegen in de buitenlucht waarbij ook ontmoeten en sociale contacten belangrijk is.

Doel en resultaten

Het doel van het project is het realiseren van een multifunctionele Beweegtuin die de leefbaarheid van Langedijk vergroot. Dit door een groene, duurzame en multifunctionele openbare ruimte in te richten waar mensen elkaar ontmoeten, kunnen verblijven en ongedwongen kunnen sporten en bewegen. We creëren een plek waar verenigingen en sport en welzijnsorganisaties elkaar opzoeken en in gezamenlijkheid activiteiten ontplooiën voor alle inwoners uit Langedijk, zodat mensen meer en structureel buiten komen en elkaar treffen.

Het project draagt bij aan de leefbaarheid van Langedijk doordat diverse doelgroepen (jong en oud) elkaar hier ontmoeten en in beweging komen. Deze buitenruimte is een schakel tussen de verschillende voorzieningen die er reeds zijn of er nog gaan komen.

Onze droom:

" In de Beweegtuin komen verschillende groepen, jong en oud, iedereen heeft de kans om er te kunnen bewegen en sporten. Opa's en oma's met elkaar maar ook zeker met de kleinkinderen, de

basisschooljeugd die na schooltijd met elkaar bezig is en ook zeker de jongeren die in een calisthenicsrek hangen. Uiteindelijk raken alle doelgroepen met elkaar verbonden en kunnen ze door de Beweegtuin ook het gesprek met elkaar aangaan”

Om onze droom te kunnen visualiseren hebben we een promofilmje op kunnen nemen! De link hiervan is hier te

vinden <https://www.facebook.com/actiefsportenevents/videos/472026417225629>

Doelgroep

De Beweegtuin wordt een verzamelplek voor jong en oud. Een samenwerking met de buurt, omliggende basisscholen, het Jan Arentsz, sportaanbieders, zorg en welzijn.

Situering locatie

De Beweegtuin komt in een wijk waar veel jonge gezinnen naar toe trekken en waar ook veel ouderen wonen. Het is in de nabijheid van twee basisscholen, drie appartementencomplexen met veel senioren en centraal in het dorp gelegen. Hierdoor kunnen veel doelgroepen gebruik maken van de beweegtuin. De beoogde locatie voor deze beweegtuin is het grasveld van de korte weide waar nu alleen twee doeltjes op staan.

De Beweegtuin:

De invulling van de Beweegtuin is tot stand gekomen door verschillende bijeenkomsten te organiseren waar doelgroepen samen konden komen en ideeën konden aandragen. Daarnaast is er een enquête verspreid onder de buurtbewoners en dorpsbewoners. Op deze manier konden verschillende toekomstige gebruikers hun wensen kenbaar maken. We hebben alle ideeën geïnventariseerd en zijn tot de volgende samenstelling van de Beweegtuin gekomen:

- Calisthenicsopstelling voor de jeugd, jongeren vanaf 12 jaar en volwassenen.
- Een voetbalveld voor zowel de jeugd als voor ouderen.
- Een atletiek baantje voor elke doelgroep.
- Beweegbankjes voor ouderen.
- Een jeu des boules baan.
- Een (beach) volleybalveld.
- Een bootcamp work-out gedeelte voor elke doelgroep.
- Uitdagende speelplek voor de basisschooljeugd.

In het bestand **‘Nijha Beweeg & Ontmoetingsplek Langedijk’ (bijlage 1)** is een concept tot stand gekomen waarbij de ideeën tot uiting zijn gekomen. Dit concept raakt de combinatie van bewegen, ontspannen en ontmoeten. De exacte invulling van de Beweegtuin is afhankelijk van de wensen en eisen van de stakeholders en de beschikbare ruimte. Dit wordt nader uitgewerkt na participatie.

Onderhoud en Beheer kosten

We weten dat er voor dagelijks beheer en onderhoud (onderhoud, inspectie, reparaties, etc.). Reserveert de gemeente dijk en waard 10% van de investering. Daarbij komt een vervangingsreserve van 7% per jaar. De gemeente hanteert een gemiddelde levensduur van een toestel van 15 jaar. uitgaande dat er een beweegtuin van €300.000 wordt neergelegd. Moet er rekening gehouden worden met;

€30.000 beheer en onderhoud

€21.000 vervangingsreserve

Als stuurgroep hebben wij hierover nagedacht en willen voor een stukje inkomsten zorgen.

Hoe

Door jaarlijks een twee grote buitensport events te organiseren. Waarbij inwoners mee kunnen doen aan uitdagende en leuke sport activiteiten. De sponsor gelden en entreekaartje gaan in het potje voor beheer en onderhoud.

Ook willen wij programmering op de beweegtuin zetten. zien bewegen doet bewegen.

Zo creëren we wekelijks een aantal betaalde uren op verschillende tijden waarbij sportprofessionals gebruik kunnen maken van de beweegtuin. Dit worden betaalde uren, de inkomsten hiervan gaan ook in het potje voor beheer en onderhoud.



Activiteiten en resultaten

Ontmoeten

De kern van het plan is erop gericht spontane en georganiseerde ontmoetingen te realiseren. Dit wordt mogelijk gemaakt door diverse faciliteiten samen te brengen binnen de Beweegtuin. De betrokken organisaties gaan activiteiten organiseren en trekken daarin gezamenlijk op. Voorbeelden van activiteiten die er plaats kunnen vinden zijn: valpreventie voor ouderen, jeu de boules,

calisthenics workshops, bootcamp, beachvolleybaltoernooi. Ook zien we graag dat ouderen met kleinkinderen hier naartoe komen zodat ze samen kunnen bewegen.

Sporten en bewegen

Het is de bedoeling dat de Beweegtuin voor iedereen toegankelijk en uitdagend wordt. Denk hierbij aan mensen in een rolstoel of die slecht ter been zijn. De (oudere) jeugd en de volwassenen kunnen zich uitleven in het calisthenicsrek, het atletiek gedeelte en het (beach) volleybalveld. Volwassenen en ouderen kunnen aan de slag op de beweegbankjes en de jeu de boules baan is voor iedere doelgroep leuk. Ook kunnen ouderen met een rollator gebruik maken van de atletiekbaan. Daarnaast kunnen sportorganisaties/verenigingen in de Beweegtuin terecht voor bootcamp en fitnessstrainingen in het bootcamp work-out gedeelte. De Buurtsportcoach heeft aangegeven hier graag sportevenementen voor de jeugd en ouderen aan te willen bieden om zo de Beweegtuin onder aandacht te brengen bij de Langedijker. Jongeren die calisthenics beoefenen hebben aangegeven graag te willen helpen door clinics aan te bieden en zo de mensen meer te laten bewegen.

Beweegroutes

De Beweegroutes die we voor ogen hebben lopen door de hele gemeente en hebben als doel om de Langedijker al lopend aan het (extra) bewegen te krijgen. Langs de routes staan er verschillende bordjes/paaltjes klaar die aangeven welke oefeningen onderweg uitgevoerd kunnen worden. Denk hierbij aan 10 keer een squat, of een muurzet tegen een bruggetje of muur. Op deze manier worden op een hele laagdrempelige manier spierversterkende oefeningen aangeboden die voor iedereen toegankelijk zijn. Deze Beweegroutes lopen langs allerlei sociale instellingen voor jong en oud naar een centrale plek, namelijk de Beweegtuin als startpunt en/of eindpunt.

De opening van de Beweegtuin

De werkgroep Buiten Bewegen is van plan om de opening van de Beweegtuin groots neer te zetten. Samen met een aantal verenigingen, die sporten aanbieden die in de Beweegtuin beoefend kunnen worden, zorg en welzijnsorganisatie, de buurtbewoners en de werkgroep “Buiten Bewegen” wordt de opening georganiseerd. De werkgroep heeft goede contacten met de Buurtsportcoach en Sportmakelaar uit Langedijk die een verbindende rol hebben binnen de gemeente. Op deze manier zorgen we voor een aantrekkelijk aanbod bij de opening waarbij elke doelgroep samen in beweging komt. Dat is het doel van de Beweegtuin en Beweegroutes, en dat willen we op dat moment ook zeker terug laten komen.

Exploitatie

We zijn van plan dit projectplan in te dienen bij de gemeente en samen te kijken of we de Beweegtuin kunnen realiseren in de gemeente Dijk & Waard. Ons opzet is dat de gemeente de Beweegtuin gaat onderhouden en beheren. Het ontwerp en de inrichting worden getoetst op beheer en onderhoud en de kosten worden zo laag mogelijk gehouden.

Kostenraming

Het is lastig om vooraf te bepalen hoeveel geld de Beweegtuin en alle voorzieningen eromheen gaan kosten. We zijn een samenwerking aangegaan met Nijha en zij hebben een kostenraming gemaakt van de ideeën die er in dit plan gepresenteerd zijn. Het is een projectplan waarbij nog niet vaststaat of alle voorzieningen daadwerkelijk gerealiseerd kunnen worden. De kostenraming is door Nijha in een overzichtelijk document verwerkt waarbij alle

onderdelen van de Beweegtuin zijn onderverdeeld. Al deze onderdelen met bijbehorende kosten maken samen een geschat bedrag van €305.174,10. Zie bijlage 2; ***'Nijha Kostenraming Langedijk'***.

Bijlage 1: Uitslag enquête onderzoek buurtbewoners

In maart 2022 heeft de werkgroep Buiten Bewegen een online enquête gehouden onder de bewoners van de Langeweide, Korteweide en omliggende straten. Op deze manier is betrokkenheid bij het project Beweegtuin met de omwonende gerealiseerd. Zij konden middels een enquête aangeven wat ze van de huidige voorzieningen vonden en wat zij graag zouden willen zien in de nieuwe situatie. Deze inbreng is meegenomen voor het aanpassen van het ontwerp. Ongeveer 170 enquêtes zijn ingevuld door buurtbewoners. Hieronder staan een aantal punten die uit de enquête als resultaat naar voren zijn gekomen:

Staan de buurtbewoners positief of negatief tegenover de huidige situatie van het grasveld?

Positief: +/- 40 procent

Negatief: +/- 55 procent

Geen antwoord: +/- 5 procent

Inwoners die positief zijn over de huidige situatie geven aan er veel ruimte is en waarbij de groene omgeving gerespecteerd wordt. Er is genoeg ruimte voor kinderen om te bewegen en de locatie straalt rust uit en is ideaal om een rondje met de hond te lopen. Inwoners die negatief zijn over de huidige situatie geven aan dat de locatie vooral gebruikt wordt door hondenbezitters om de hond uit te laten. Het ligt er vol met hondenpoep en er zijn zelfs mensen die hun kinderen daar niet laten sporten. Voor de rest is de locatie weinig uitdagend en wordt het zelden gebruikt om te bewegen.

Specifieke wensen vanuit de bewoners:

1. Krachttraining/fitness/calisthenics.
2. Klimactiviteiten voor de jeugd.
3. Balsporten area/pannavoetbalkooi.
4. Beweegtoestellen voor ouderen..
5. Verschillende ondergronden om te bewegen.

De specifieke wensen vanuit de bewoners staan in volgorde van meest gevraagd naar iets minder gevraagd. Nog steeds zijn de punten 4 en 5 ontzettend gewild, maar is de vraag naar punt 1 t/m 3 groter.

Bijlage 2. Offerte Nijha

Nijha BV Beweeg- en ontmoetingsplek Langedijk KOSTENRAMING

Datum 29-11-2021

Balsporten		
Cunet ontgraven kunstgras en zitrand	m2 € 12,00 (115)	€1.380,00
Leveren en verwerken zandbed t.b.v. kunstgras en zitrand	m2 € 25,00 (115)	€ 2.875,00
Leveren en leggen kunstgras met sportfoam, kleur blauw + belijning	m2 € 70,00 (95)	€ 6.650,00
Leveren en leggen tegelverharding, incl. cunetwerkzaamheden	m2 € 60,00 (52)	€ 3.120,00
Stelpost onvoorzien	st. € 5.000,00	€ 5.000,00
Minidoelen zwart	st € 1.199,00 (2)	€ 2.398,00
Swish, in hoogte verstelbare 3X3 basketbalinstallatie	st € 8.678,00	€ 8.678,00
		€ 30.101,00
Outdoor Fitness		
Cunet ontgraven kunstgras	m2 € 8,00 (115)	€ 920,00
Leveren en verwerken zandbed t.b.v. kunstgras	m2 € 25,00 (105)	€ 2.625,00
Leveren en leggen kunstgras met sportfoam, kleur groen + signing	m2 € 70,00 (105)	€ 7.350,00
Leveren en leggen tegelverharding, incl. cunet werkzaamheden	m2 € 60,00 (52)	€ 3.120,00
Stelpost onvoorzien	st. € 5.000,00	€ 5.000,00
Beweegbank	st. € 9.500,00	€ 9.500,00
Crosstrainer	st. € 3.839,00	€ 3.839,00
Back	st. € 3.783,00	€ 3.783,00
Chest	st. € 3.893,00	€ 3.893,00
Kratos Crunch	st. € 2.001,00	€ 2.001,00
Pull Up	st. € 2.791,00	€ 2.791,00
		€44.822,00
Kracht		
Cunet ontgraven kunstgras en constructie	m2 € 8,00 (170)	€ 1.360,00
Leveren en verwerken zandbed t.b.v. kunstgras en constructie	m2 € 25,00 (170)	€ 4.250,00
Leveren en leggen kunstgras met veldemping T60, kleur grijs + signing	m2 € 100,00 (135)	€ 13.500,00
Stelpost onvoorzien	st. € 5.000,00	€ 5.000,00
Kratos Calisthenics Park Small	st. € 12.000,00	€ 12.000,00
		€ 36.110,00