

# NIEUWSBRIEF LOKAAL BEWEEG- EN SPORTAKKOORD HEEL OOST GELRE BEWEEGT

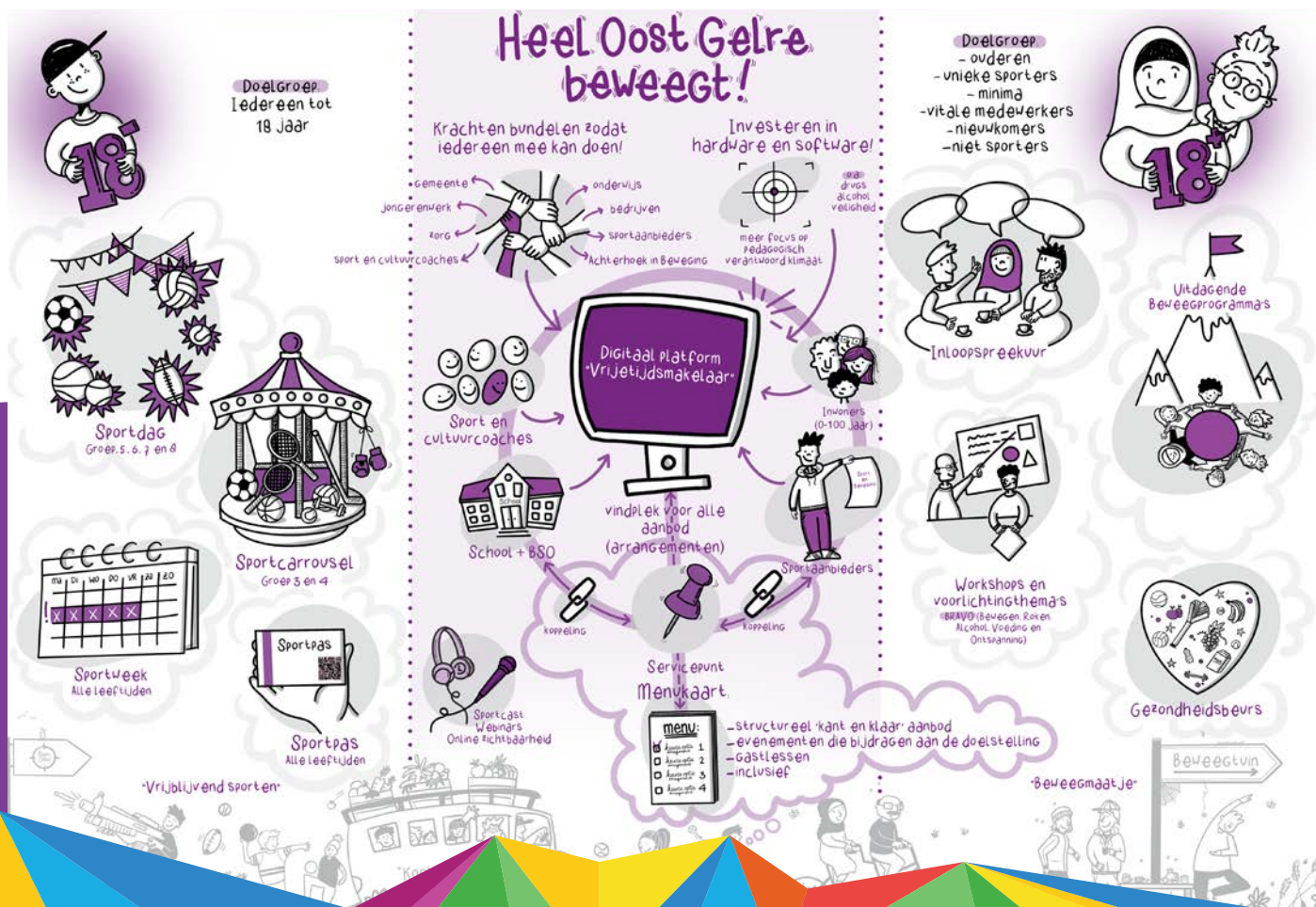
EDITIE DECEMBER 2021

De laatste nieuwtjes,  
informatie en tips van  
het Lokaal Beweeg-  
en Sportakkoord  
Heel Oost Gelre  
Beweegt

## INFOGRAPHIC HEEL OOST GELRE BEWEEGT

## Heel Oost Gelre beweegt

Via deze nieuwsbrief delen we graag met u wat de afgelopen weken gebeurd is rondom het Lokaal Beweeg- en Sportakkoord. Beide ambitieteams en de stuurgroep hebben de plannen concreet en visueel gemaakt. De onderstaande infographic geeft duidelijk weer welke gezamenlijke ambities er zijn en hoe we deze ambities gaan behalen.



Heel  
Oost Gelre  
beweegt

## AMBITIETEAM VOLWASSENEN EN SENIOREN - HET WANDELUURTJE EEN SUCCES!

Vanuit het Lokaal Beweeg- en Sportakkoord Oost Gelre is het wandeluurtje opgestart. Elke zaterdag wandelen, gezellig samen zijn en koffiedrinken. Onze coach (wandeluurtje) Loes Lageschaar, vertelt u er graag meer over.

Elke zaterdag proberen we om 10 uur onze wandeling te starten. Soms is het nog even wachten tot de laatsten hun kop koffie op hebben en dan vertrekken we. Onze wandeltocht begint altijd door het Wentholtpark en vanuit daar bepalen we samen met elkaar hoe groot we onze ronde gaan maken.

We wandelen in duo's, gezien de veiligheid en de coronamaatregelen. Tijdens de wandeling ontstaan er vaak hele mooie, open en persoonlijke gesprekken. Er wordt onderweg veel gelachen en er worden grappen gemaakt. Het is altijd gezellig samen en voor je het weet is het uur alweer voorbij. We zijn dan allemaal lekker in beweging geweest en hebben fijn bijgekletst. Na afloop sluiten we altijd samen af met een kop koffie bij Den Diek.

Het oorspronkelijke idee was om tijdens dit uur ook te gaan fietsen met diegene die niet (goed) kunnen wandelen. Samen met Henri (onze vaste en trouwe vrijwilliger, die we hebben leren kennen tijdens het inloopspreekuur) heb ik de eerste zaterdag een duofiets opgehaald in Zieuwent. Er waren drie mensen die een ronde gingen fietsen met Henri op de duofiets. Jammer genoeg hebben we de fiets voor de daaropvolgende weken moeten annuleren. Het is onmogelijk om 1,5 meter afstand te houden op een duofiets. Hopelijk kunnen we dit in het nieuwe jaar weer oppakken.

In december gaan we nog één zaterdag (18 december) samen wandelen. Zaterdag 25 december doen we dat niet, dan is het namelijk 1<sup>e</sup> kerstdag.

### HEEFT U ZIN OM MEE TE GAAN?

Meld u dan even aan bij Loes Lageschaar (coach)  
06-13627066 / [info@leefmetloes.nl](mailto:info@leefmetloes.nl)

Voor vragen kunt u ook terecht bij  
Jos Porskamp, beweegmakelaar Oost Gelre,  
[beweegmakelaar@oostgelre.nl](mailto:beweegmakelaar@oostgelre.nl)

Heel  
Oost Gelre  
beweegt



DOWNLOAD DE  
**OMMETJE-APP**  
EN LOOP MEE

## Ambitie 4 vanuit het Lokaal Beweeg- en Sportakkoord het beter inzichtelijk maken van het beweeg- en sportaanbod in Oost Gelre

Een lang gekoesterde wens in Oost Gelre is het inzichtelijk maken van het beweeg- en sportaanbod. Dit is ook duidelijk naar voren gekomen tijdens de ontwikkeling van het Lokaal Beweeg- en Sportakkoord. En het goede nieuws is dat het ook daadwerkelijk gaat gebeuren! Sport- en cultuurcoaches Talie en Eva zijn volop in gesprek met Fervent Digital uit Lichtenvoorde. Hierbij volgt een korte update:

### NIEUW PLATFORM: [WWW.VRIJETIJDSMAKELAAR.NL](http://WWW.VRIJETIJDSMAKELAAR.NL)

Het complete vrijetijdsaanbod verdeeld over de categorieën; sport & bewegen, kunst & cultuur, ontmoeting en vrijwilligerswerk, komt op het digitale platform te staan. Organisaties en verenigingen krijgen een belangrijke taak om de actuele informatie aan te leveren. De sport- en cultuurcoaches van Oost Gelre zijn ambassadeurs van het platform. Gezamenlijk met de aanbieders gaan zij het platform vullen en actueel te houden.

#### Begin 2022 online

Het platform gaat een belangrijke functie spelen in het behalen van de overige ambities uit het Lokaal Beweeg- en Sportakkoord. Wij houden u uiteraard op de hoogte van de ontwikkelingen.

vrije  
tijds  
makelaar

### AMBITIETEAM VOLWASSENEN EN SENIOREN – HET LOKALE OMMETJE

Dagelijks wandelen is hartstikke gezond! Niet alleen voor je lijf maar ook voor je brein.

De gemeente Oost Gelre en gemeente Montferland starten in januari met 'Het Lokale Ommetje'.



#### Vanaf 17 januari ga je 10 weken lang de strijd met elkaar aan

We dagen bedrijven, verenigingen en teams (bijvoorbeeld vriendengroepen, burens of collega's) uit om dagelijks een wandeling te maken. Elke groep bestaat uit minimaal vijf personen en het doel is om meer dan 1.000 mensen in beweging te krijgen!

#### Welke bedrijven doen mee aan Het Lokale Ommetje?

Vanuit het Lokaal Beweeg- en Sportakkoord ziet het ambitieteam volwassenen en senioren kansen om de vitale medewerker uit te dagen om mee te doen. Lokale partners Leef met Loes, Leefstijl coaching en TeamFitaal proberen bedrijven te stimuleren om mee te doen.

#### Begin januari volgt er meer informatie

Dat betekent niet dat je nu stil hoeft te zitten. Maak alvast een team: spoor je vereniging, je buurvrouwen/-mannen of het bedrijf waar je werkt aan om mee te doen. *Heb je nog vragen? Laat het dan weten aan Michiel Krabbenborg, beleidsmedewerker Sport, via [m.krabbenborg@oostgelre.nl](mailto:m.krabbenborg@oostgelre.nl)*

## GEZOCHT:

# VRIJWILLIGERS VOOR WERKGROEP SPORTWEEK OOST GELRE

Binnen de ambitieteams en de stuurgroep is het idee ontstaan om een sportweek in Oost Gelre te organiseren. Hiervoor zijn we op zoek naar vrijwilligers! Door middel van een werkgroep kunnen ideeën uitgewisseld worden en uiteindelijk een passende sportweek voor Oost Gelre georganiseerd worden. Het ideaalplaatje is dat er vanuit verschillende organisaties vrijwilligers aansluiten. Hiervoor doen wij graag een beroep op de partners van het lokaal beweeg- en sportakkoord.

### HEB JE INTERESSE?

Laat het dan weten door een mail te sturen naar [m.krabbenborg@oostgelre.nl](mailto:m.krabbenborg@oostgelre.nl).

## CONTACT

Wilt u ook betrokken zijn bij de plannen van het Lokaal Beweeg- en Sportakkoord? Heeft u vragen of tips en suggesties?

Neem dan contact op met de stuurgroep of een ambitieteam van Heel Oost Gelre Beweegt! en stuur een e-mail naar [m.krabbenborg@oostgelre.nl](mailto:m.krabbenborg@oostgelre.nl)

