

Stichting Maas en Waal in Beweging

Strategienota 2019-2024

Ons doel? De gezondste regio van
Nederland worden!

#maasenwaalfit



BENDE  **FIT**

Stichting Maas en Waal in Beweging

Strategienota 2019-2024

Inhoud

1. Inleiding	4
1.1 Maas en Waal in Beweging: een droom?	4
1.2 Het land van Maas en Waal.....	4
2. Missie	5
3. Visie	5
4. Doelen	6
4.1 Achtergrond	6
4.2 Probleem.....	7
4.3 Doelen.....	7
5. Strategie	8
5.1 Betrekken van inwoners.....	10
5.2 Het creëren van regionaal eigenaarschap	11
5.3 Communicatie	11
5.4 Resultaat	11
5.5 Afbakening	11
6. Organisatie	12
7. Wie hebben we nodig?.....	13
7.1 Inwoners.....	13
7.2 Partners.....	13
8. Huisvesting	13
9. Communicatie	13
10. Innovatie.....	14
11. Resultaat, monitoring en verantwoording.....	14
12. Financiering en budget	14
Bijlage 1 : Maas en Waal in Beweging volgens Business Canvas Model	16
Bijlage 2: Rationale achter de strategie van Maas en Waal in Beweging.....	17

Strategienota Maas en Waal in Beweging

*Wat nou als het kan: leven in de gezondste regio van Nederland.
Met als belangrijkste sleutelwoorden voeding, beweging en verbinding.
Verbinding door samen met inwoners en diverse lokale partijen laagdrempelige
en kleinschalige activiteiten te ontwikkelen die bijdragen aan samen fijn en gezond
leven voor iedere inwoner van Maas en Waal.*

1. Inleiding

1.1 Maas en Waal in Beweging: een droom?

In het najaar 2015 werd Jan van Herpen, huisarts te Druten, geïnspireerd door wat er zich afspeelde in de Franse dorpjes Fleurbaix en Laventie. In deze kleine gemeenschappen lukte het inwoners en lokale organisaties om in gezamenlijkheid overgewicht terug te dringen op een prettige manier.

1.2 Het land van Maas en Waal

Ook in de gemeenten Druten en West Maas en Waal kampen inwoners met overgewicht. Bij de volwassenen ligt dit percentage op 54% en bij ouderen van 65+ zelfs op 64%.

Jan van Herpen dacht: “Wat ze in Laventie kunnen, dat kunnen wij ook in het land van Maas en Waal.” En zo ontstond een gezamenlijke droom: samen fijn en gezond leven waarbij dagelijks bewegen en gezond eten en drinken voor alle inwoners van Druten en West Maas en Waal mogelijk en vanzelfsprekend is. Een estafettestokje werd het symbool voor het doorgeven van deze droom aan alle inwoners van Maas en Waal.

Om deze droom te realiseren werd in 2016 een initiatiefgroep samengesteld, bestaande uit regionale vertegenwoordigers van de gezondheidssector, het bedrijfsleven en het onderwijs. De initiatiefgroep heeft gedurende 2016 geïnventariseerd of er herkenning was van de problematiek rond overgewicht bij bedrijven, organisaties, verenigingen en gemeenten in het land van Maas en Waal. Uit de inventarisatie bleek draagvlak, maar vooral een vraag naar ondersteuning om gezonder eten en meer bewegen onder de aandacht te brengen binnen de gemeenschap. Dit heeft ertoe geleid dat in 2017 stichting Maas en Waal in Beweging is opgericht met de volgende missie:

2. Missie

“Samen fijn en gezond leven binnen de gemeenschap”

Het missiestatement en tevens motto van Stichting Maas en Waal in Beweging ‘samen fijn en gezond leven’ roept de vraag op wat gezond leven inhoudt.

De Wereldgezondheidsorganisatie definieert gezondheid niet alleen als de afwezigheid van ziekte of een handicap, maar als een toestand van volledig lichamelijk, geestelijk en sociaal welbevinden. Zij stelt dat deze hoogst haalbare standaard van gezondheid een fundamenteel recht van ieder mens is². De Wereldgezondheidsorganisatie gaat met deze definitie uit van een holistisch perspectief op het individu, waarbij aandacht is voor zijn totale behoeften. Uit deze definitie blijkt dat het beantwoorden van de vraag of een persoon gezond is vooral te maken heeft met de mate waarin iemand zich gezond voelt. Dit perspectief op gezondheid, waarin gezondheid als vorm van welbevinden wordt gezien, roept echter de vraag op wanneer dit welbevinden compleet is en of iedereen voor wie dit niet compleet is dan in meer of mindere mate ongezond zou zijn.

Volgens Machteld Huber³ is het daarom beter om bij de invulling van het begrip gezondheid niet uit te gaan van een volledige toestand van welbevinden, maar het vermogen van het individu om dit welbevinden te beïnvloeden. Het concept positieve gezondheid van Huber legt daarmee een accent op zowel de kracht als de verantwoordelijkheid van het individu voor zijn eigen gezondheid: door te leren omgaan met uitdagingen in het leven is een persoon in staat zijn gezondheid positief te beïnvloeden.

3. Visie

Het concept van positieve gezondheid sluit aan bij de missie van de stichting. In het streven naar samen fijn en gezond leven binnen de gemeenschap ontwikkelt stichting Maas en Waal in Beweging met inwoners initiatieven vanuit deze visie op gezondheid.

Gezonde voeding en voldoende beweging dragen bij aan gezondheid. Uit onderzoek blijkt dat een persoon fysieke, geestelijke en sociale uitdagingen beter aan kan wanneer men regelmatig (lieft dagelijks) lichamelijke activiteiten ontplooit. Een voedingspatroon met veel plantaardige en weinig dierlijke producten voorkomt overgewicht en obesitas. Door met stichting Maas en Waal in Beweging te richten op bewegen en voeding spelen we in op het dagelijks leven van de inwoners en wordt het praktisch toepasbaar.

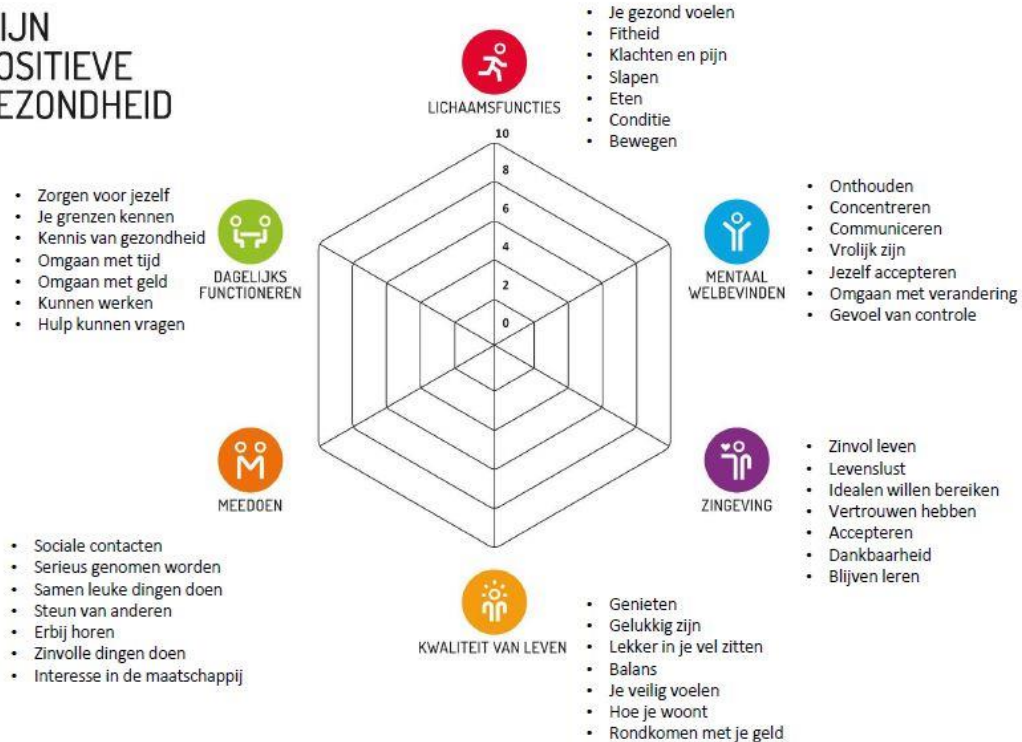
Daarbij kijken we vanuit een breed perspectief naar gezondheid. Het concept van positieve gezondheid kent hiertoe zes pijlers:

1. Lichaamsfuncties
2. Mentaal welbevinden
3. Zingeving
4. Kwaliteit van leven
5. Meedoen
6. Dagelijks functioneren

² World Health Organization Europe (1986). *Constitution of WHO*.

³ <https://iph.nl/positieve-gezondheid/>

**MIJN
POSITIEVE
GEZONDHEID**



Bron: Institute for Positive Health

Bij de kleinschalige, laagdrempelige initiatieven die stichting Maas en Waal in Beweging samen met inwoners ontplooit, worden voeding en beweging (lichaamsfuncties) als uitgangspunt genomen. Het samen ontwikkelen van initiatieven is kansrijk wanneer de stichting en inwoners met elkaar betekenis weten te geven aan een ambitie die door iedereen gedragen wordt. Participatie (meedoen) is dus van groot belang om met inwoners te komen tot samen fijn en gezond leven in het land van Maas en Waal.

Daarbij geeft het woord ‘samen’ duiding aan gezamenlijke activiteit binnen de gemeenschap. Het woord ‘fijn’ geeft duiding aan het gevoel je ergens goed bij te voelen. De woorden ‘gezond leven’ hebben betrekking op de keuzes die mensen maken om hun gezondheid te verbeteren, zowel op fysiek, geestelijk als sociaal vlak. Stichting Maas en Waal in Beweging spreekt de intrinsieke motivatie van inwoners aan door gezond leven positief te benaderen, iets dat een fijn en goed gevoel oplevert. Door dit samen te doen, kan men hierin elkaar versterken.

4. Doelen

4.1 Achtergrond

In de Westerse samenleving is een toename zichtbaar van overgewicht en ernstig overgewicht. Over effectieve manieren om overgewicht op maatschappelijk niveau aan te pakken bestaat geen eenduidigheid. Bekend is dat de overgang naar een dieet met meer dierlijke producten in plaats van plantaardige voeding en een leven van fysieke arbeid naar een meer sedentaire levensstijl een rol spelen. Het hierop inspelen door de voedselindustrie en de verdergaande individualisering en technologische ontwikkelingen spelen daarbij eveneens een rol⁴. Ongezond gedrag, waaronder te weinig bewegen en te veel eten, is in Nederland de belangrijkste oorzaak van voorkombare ziekten en sterfte⁵. Als gevolg van toenemende behoefte aan zorg en stijging van ziektekosten zal deze ontwikkeling een grote druk uitoefenen op de samenleving⁶.

⁴ Dagevos en Munnichs (2009). *De obesogene samenleving: Maatschappelijke perspectieven op overgewicht*.

⁵ Brug, Van Assema, & Lechner (2017). *Gezondheidsvoorlichting en gedragsverandering: Een planmatige aanpak*.

⁶ RIVM (2018). *Volksgesondheid Toekomstverkenning 2018*.

4.2 Probleem

Binnen deze ontwikkelingen loopt een redelijk afgegrensd gebied van Nederland, het land van Maas en Waal, voorop. In deze regio blijkt uit onderzoek van GGD Gelderland-Zuid dat onder volwassenen 6% meer overgewicht en ernstig overgewicht voorkomt dan gemiddeld over heel Nederland (tabel 1). Uit de gegevens blijkt een trend waarin overgewicht onder inwoners in Maas en Waal toeneemt en momenteel zelfs ver boven het landelijk gemiddelde uitstijgt, oplopend tot 8% in de gemeente Druten.

Overgewicht geeft een verhoogde kans op verschillende aandoeningen als hart- en vaatziekten, diabetes mellitus, artrose, stemmingsstoornissen, enkele vormen van kanker, en gaat gepaard met afname van autonomie, en toename van zorg- en medische kosten. Huisartsen in de regio Maas en Waal onderschrijven deze problematiek.

Tabel 1: (cijfers uit de volwassen- en ouderenmonitor van GGD Gelderland-Zuid)

	Volw 19+ jr					
	2008-2010*		2012		2016	
	BMI 25+	BMI 30+	BMI 25+	BMI 30+	BMI 25+	BMI 30+
Druten	46-62%	12-17%	55%	15%	57%	18%
WMW	48-62%	11-15%	51%	15%	52%	15%
Gld-Zuid	Niet bekend		47%	12%	48%	13%
NL	Niet bekend		Niet bekend		49%	14%

*Geen exacte %bekend voor gehele groep

	Volw 19+ jr					
	2012			2016		
	NNGB*	Fruit**	Groente***	NNGB*	Fruit**	Groente***
Druten	58%	35%	44%	57%	37%	42%
WMW	54%	35%	45%	60%	38%	44%
Gld-Zuid	60%	36%	45%	62%	38%	47%
NL				63%		

*Nederlandse Norm Gezond Bewegen

** Eet dagelijks fruit

***Eet dagelijks groente

4.3 Doelen

Aan de hand van bovenstaande data heeft stichting Maas en Waal in Beweging zich vanuit haar streven naar samen fijn en gezond leven binnen de gemeenschap en vanuit haar visie op gezondheid zich de volgende doelen gesteld:

- In 2024 is de stijgende trend van het percentage inwoners van de gemeenten Druten en West Maas en Waal met een BMI hoger dan 25 gestabiliseerd of afgenomen (trendbreuk), wat structureel leidt tot minder patiënten met aan leefstijl gerelateerde aandoeningen.**
- In 2024 is het percentage inwoners dat hun 'ervaren gezondheid'⁷ waardeert met goed of zeer goed gestegen naar 80%.**

⁷ https://ggdgelderlandzuid.nl/wp-content/uploads/2016/09/GM-19-kort_Druten.pdf

Op basis van de meetgegevens van de volwassenmonitor (19+) van de GGD Gelderland-Zuid kan gemeten worden of er een trendbreuk behaald is en of de ervaren gezondheid gestegen is. Naast gegevens van GGD Gelderland-Zuid zullen gesprekken gevoerd worden met een groep inwoners die een representatief beeld geeft van de gemeenschap van de gemeenten Druten en West Maas en Waal. Deze gesprekken geven een beeld van de resultaten van activiteiten die door inwoners met stichting Maas en Waal in Beweging ontwikkeld worden, de verandering in keuzes die inwoners naar aanleiding hiervan maken ten aanzien van gezond leven en de ervaren gezondheid van inwoners.

Om daarvoor te zorgen zet stichting Maas en Waal in Beweging zich de komende jaren tot aan 2024 in om een brede maatschappelijke beweging te creëren en in stand te houden waarin naast inwoners zoveel mogelijk partijen uit bedrijfsleven, overheid, zorg en welzijn, en verenigingen participeren in gezondheid bevorderende initiatieven binnen de gemeenschap. Stichting Maas en Waal in Beweging vervult hierin een stimulerende, ondersteunende en verbindende rol. Zij zal de ontwikkeling van deze initiatieven aanjagen en coördineren en hiertoe een regionale campagne uitzetten met de naam Bendefit.

5. Strategie

Het bestuur van stichting Maas en Waal in Beweging heeft in overleg met de initiatiefgroep de strategienota opgesteld. Deze dient als leidraad om de genoemde doelen te realiseren.

Uitgangspunten voor deze strategienota zijn:

- Leidraad tot en met het jaar 2024
- Heldere en meetbare doelen
- Prognose/budget voor de eerste 3 jaar

Voor het opstellen van deze strategienota is gebruik gemaakt van het Canvas Model⁹ (bijlage 1).

Om de doelen te kunnen realiseren is draagvlak en een goede samenwerking met strategische partners van groot belang. In de afgelopen twee jaren is met veel energie gestart met het opbouwen van een duurzame relatie met tal van partners op zowel lokaal als regionaal niveau. Het betreft hier relaties met onder andere:

- Lokale bedrijven, non profit organisaties, verenigingen.
- Ondernemersverenigingen en businessclubs.
- Lokale en regionale overheden zoals de gemeenten Druten en West Maas en Waal.
- De gezondheidssector waaronder huisartsen, Radboud Universiteit Nijmegen, CWZ
- Onderwijsinstellingen zoals de Hogeschool Arnhem Nijmegen en het Maas en Waalse Pax Christi college.
- Rabobank Maas en Waal – Oost Betuwe.

Een belangrijk speerpunt van stichting Maas en Waal in Beweging is om het netwerk van deze strategische partners verder uit te breiden en relaties goed te onderhouden: voldoende draagvlak van deze partners is immers noodzakelijk om te kunnen blijven streven naar het land van Maas en Waal als gezondste regio van Nederland. Een aantrekkelijke bijvangst is bovendien dat een gezonde regio een aantrekkende werking heeft op bedrijfsactiviteiten en daarmee bijdraagt aan de economische ontwikkeling van de regio.

⁹ <https://www.kvk.nl/advies-en-informatie/innovatie/organisatievernieuwing/business-model-canvas/>

Het land van Maas en Waal omvat echter niet alleen de gemeenten Druten en West Maas en Waal. Uitgangspunt is daarom om op korte termijn ook samenwerking te zoeken met de gemeenten Beuningen en Wijchen en met bedrijven en maatschappelijke organisaties die in deze gemeenten zijn gevestigd.

In het aanjagen en coördineren van gezamenlijke initiatieven die bijdragen aan samen fijn en gezond leven richt stichting Maas en Waal in Beweging zich op de volgende speerpunten:

1. Betrekken van inwoners
 - a. Door samen met inwoners concrete, makkelijk realiseerbare initiatieven te ontwikkelen en uit te voeren
 - b. Door het creëren van onderlinge netwerken tussen inwoners en diverse lokale verenigingen, bedrijven en maatschappelijke organisaties
 - c. Door het communiceren over wat waar wanneer te doen is (een agenda)
2. Het creëren van regionaal eigenaarschap
 - a. Door met organisaties die dezelfde boodschap uitdragen en invoeren in eigen beleid (strategische partners) samen op te trekken in het streven naar samen fijn en gezond leven binnen de gemeenschap
 - b. Door met gemeenten en eerstelijns professionals te verkennen wat beter kan om een trendbreuk in overgewicht te realiseren. Zij zijn van groot belang in het scheppen van randvoorwaarden om de doelstelling van stichting Maas en Waal in Beweging kracht bij te zetten
 - c. Door het versterken van netwerken tussen inwoners, verenigingen, maatschappelijke organisaties, bedrijven en lokale overheid
3. Communicatie
 - a. Naar de verschillende doelgroepen op maat. Hierbij valt te denken aan de groep inwoners met een lage SES, aan de Turkse gemeenschap, maar ook aan de groepen ondernemers, professionals binnen zorg en welzijn etc.
 - b. Naar de inwoners toe en tussen de inwoners onderling
 - c. Door de missie van de stichting via verschillende kanalen blijvend uit te dragen, met het doel eenduidig en helder te zijn in kennis over voeding en bewegen en over de visie op positieve gezondheid.

Stichting Maas en Waal in Beweging vervult een stimulerende, ondersteunende en verbindende rol in het creëren van een brede maatschappelijke beweging naar samen fijn en gezond leven binnen de gemeenschap. Binnen deze beweging worden diverse (reeds bestaande) projecten en initiatieven aan elkaar verbonden en daarmee versterkt. Er bestaan allerlei kleinere en grotere projecten en interventies. Deze zijn echter vaak versnipperd en kennen in de meeste gevallen te weinig samenhang. Verbinding en duurzaamheid is noodzakelijk om met elkaar een stevige, collectieve impact binnen de gemeenschap te creëren. Stichting Maas en Waal in Beweging werkt volgens deze strategie voor collectieve impact. Met deze werkwijze sluiten we aan op inzichten uit praktijk en wetenschap over de wijze waarop men op een zo efficiënt en effectief mogelijke manier kan werken aan gezondheidsbevordering en gedragsverandering. In onze aanpak en afwegingen maken we daarnaast gebruik van de integrale aanpak volgens het model Gezond In De Stad (GIDS)¹⁰. Zowel de principes van de strategie voor collectieve impact als het model GIDS zijn opgenomen in bijlage 2.

De kracht van Maas en Waal in beweging is gelegen in een aantal werkzame elementen die met elkaar zorgen voor deze duurzaamheid en verbinding:

- Het gaat niet alleen om een intentie, maar om een duurzame inspanning om met elkaar aan een gezonde leefstijl op het gebied van voeding en beweging te werken, waarvoor ook middelen zijn vrijgemaakt om deze beweging te ondersteunen en een organiserend vermogen mee te geven.
- Met de werkvormen die stichting Maas en Waal in Beweging inzet, zoals ontmoetingsmogelijkheden in de vorm van structurele werkconferenties en inwonersavonden, brengen we partijen bij elkaar en bieden we een podium aan de vele activiteiten die op verschillende terreinen en door allerlei partijen georganiseerd worden. Stichting Maas en Waal

¹⁰ <https://www.gezondin.nu/>

in Beweging vervult hierin een stimulerende en verbindende rol: nieuwe coalities en mogelijkheden ontstaan wanneer partijen elkaar in dit verband ontmoeten en samen de dialoog aangaan. Bovendien creëert zij met de uitrol van de regionale campagne Bendefit een gezamenlijk gevoel bij inwoners en lokale organisaties 'erbij te willen horen'.

- Stichting Maas en Waal in Beweging gaat uit van wat organisaties in de regio reeds doen en verbindt dit aan andere partijen. Door gebruik te maken van het netwerk en de kennis van de stichting, wordt het voor de verschillende partijen mogelijk om vanuit hun reguliere taken en werkzaamheden gericht én gezamenlijk bij te dragen aan een beweging naar gezonde inwoners in een gezonde regio.
- Door de schaalgrootte zijn de lijnen kort en weet men elkaar makkelijk te vinden, terwijl het tegelijkertijd om een serieus aantal inwoners gaat (+/- 36.000) dat hiermee bereikt kan worden.
- Door samenwerking tussen inwoners, ondernemers, overheid, verenigingen en zorg en welzijn ontstaat een breed draagvlak voor een brede maatschappelijke beweging naar samen fijn en gezond leven binnen de gemeenschap.

Het betrekken van inwoners bij het ontwikkelen van initiatieven, het creëren van regionaal eigenaarschap en het inzetten van communicatie zijn dus drie belangrijke aandachtspunten voor stichting Maas en Waal in Beweging. Deze worden hieronder verder toegelicht.

5.1 Betrekken van inwoners

Stichting Maas en Waal in Beweging jaagt een beweging aan waarin met inwoners, professionals binnen zorg en welzijn, lokale overheid, verenigingen en bedrijven initiatieven worden ontwikkeld die een gezonde leefstijl stimuleren. Daarnaast zorgt zij voor coördinatie en borging van de initiatieven zodat veranderingen ten goede blijven bestaan. Voorbeelden hiervan zijn de ontwikkeling van wandelcafés, kookworkshops, dorpsportdagen en gezondheidschecks binnen bedrijven.

Om deze beweging in gang te zetten, te onderhouden en te laten groeien worden de hierboven genoemde partijen door stichting Maas en Waal in Beweging met elkaar in verbinding gebracht middels een Actiesymposium. Met dit symposium stimuleert en faciliteert stichting Maas en Waal in Beweging dialoog tussen verschillende partijen in de regio om te komen tot nieuwe, gezamenlijke gezondheid bevorderende initiatieven. Doel is om vanuit het Actiesymposium in gezamenlijkheid met de diverse partijen jaarlijks 10 nieuwe initiatieven te ontwikkelen. De gewenste situatie is dat deze initiatieven binnen een jaar gerealiseerd en gedragen worden door een werkgroep die bestaat uit een afvaardiging van diverse partijen.

Het Actiesymposium wordt jaarlijks herhaald. Het Actiesymposium vormt daarmee een markeerpunt waarop teruggeblikt wordt op behaalde resultaten en vooruit gekeken wordt naar nieuwe initiatieven. In de tussenliggende periode vervult stichting Maas en Waal in Beweging een ondersteunende en coördinerende rol ten aanzien van deze initiatieven.

Daarnaast worden inwoners en regionale partijen gestimuleerd om met elkaar initiatieven te ontwikkelen aan de hand van inwonersavonden die per (kerk)dorp of wijk door stichting Maas en Waal in Beweging worden georganiseerd. Tijdens deze avonden worden de initiatieven die voortkomen uit het Actiesymposium ter toetsing op draagvlak voorgelegd aan inwoners. Tevens geven deze avonden de mogelijkheid om te komen tot andere, aanvullende ideeën voor initiatieven. De focus op de afgebakende gemeenschap van een dorp of wijk maakt het mogelijk om op basis van draagvlak onder inwoners in een dorp of wijk plannen te concretiseren. De aanpak verhoogt de praktische uitvoerbaarheid, maar zorgt bovenal voor een grotere cohesie binnen de gemeenschap.

De bovenstaande strategie van de stichting leidt ertoe dat inwoners en regionale partijen betrokken raken en daadwerkelijk in actie komen. Bovendien zullen er netwerken ontstaan die de 'olievlek' naar samen fijn en gezond leven versterken en verder doen groeien.

5.2 Het creëren van regionaal eigenaarschap

Om niet alleen met inwoners aan de slag te gaan, maar er ook voor te zorgen dat alles om hen heen mee verandert, is het noodzakelijk met een aantal partijen een partnerschap aan te gaan. Zo is het bijvoorbeeld wenselijk dat de gemeenten Druten en West Maas en Waal de missie en visie van stichting Maas en Waal in Beweging ondersteunen door bijvoorbeeld thema's als gezond leven, voeding en beweging mee te nemen in beleid, subsidieverordeningen en vergunningen. Tevens stimuleert stichting Maas en Waal in Beweging de samenwerking met andere partijen op het gebied van gezond leven, waaronder huisartsen en andere professionals binnen zorg en welzijn, ondernemers, maatschappelijke organisaties en samenwerkingsverbanden zoals Actief Maas en Waal. Stichting Maas en Waal in Beweging stimuleert deze partijen om samen te verkennen wat zij zouden kunnen doen ten aanzien van beleid en uitvoering in het kader van samen gezond leven. Dit geldt zowel intern voor medewerkers binnen de organisatie als extern voor de producten of de diensten die ze uitdragen. Dit alles leidt ertoe dat er een omgeving ontstaat waarin gezond leven door gezonde voeding en voldoende beweging de norm is en waarin inwoners samen met regionale organisaties doordrongen zijn van hun eigenaarschap hierin.

5.3 Communicatie

Door het opzetten van een multimediaal communicatieplan en de uit te rollen campagne via onder andere presentaties, sociale media en website streven we ernaar alle initiatieven en activiteiten die in de regio op gang komen op gebied van gezond leven en gezonde voeding en beweging voortdurend onder de aandacht van de inwoners te brengen. Zo moeten voor alle inwoners toegankelijk en inzichtelijk zijn:

- de lokale & regionale agenda's,
- verslagen van bijeenkomsten en werkgroepen,
- uitleg over nieuwe initiatieven, inhoud, waar, wanneer en voor wie,
- hoogtepunten en succes verhalen.

Gezien de verschillende groepen waar we ons op richten, zullen de verschillende media en communicatievormen op maat worden ingezet om deze doelgroepen te bereiken.

Veelvuldig en oneindig communiceren over alle ontwikkelde initiatieven zal ertoe leiden dat inwoners de stichting actief weten te benaderen voor ondersteuning in het ontwikkelen van nieuwe gezondheid bevorderende initiatieven. Door de variëteit aan betrokkenen en initiatieven zullen veel mensen zich kunnen identificeren met de missie samen fijn en gezond leven binnen de gemeenschap.

5.4 Resultaat

Jaarlijks worden er minimaal tien projecten/initiatieven opgestart en gecommuniceerd die bijdragen aan de hierboven benoemde brede, maatschappelijke beweging. Deze worden met verschillende gremia geïnitieerd, uitgevoerd en geborgd. Stichting Maas en Waal in Beweging stimuleert, ondersteunt en verbindt deze initiatieven en communiceert hierover met een doordacht multimediaal communicatieplan.

5.5 Afbakening

Stichting Maas en Waal in Beweging richt zich op samen fijn en gezond leven binnen de gemeenschap, met een focus op voeding en beweging. Verder richt stichting Maas en Waal in Beweging zich voornamelijk op de doelgroep van 25 jaar en ouder. De stichting start zelf geen initiatieven op, maar stimuleert inwoners en regionale organisaties dit met elkaar te doen. Het eigenaarschap van de initiatieven ligt bij de inwoners en regionale organisaties.

6. Organisatie

Het bestuur van stichting Maas en Waal in Beweging wordt ondersteund door de leden van de initiatiefgroep en een aantal vrijwilligers. De reeds bestaande initiatieven hebben vele positieve reacties opgeleverd en is er grote vraag naar begeleiding en ondersteuning in het ontwikkelen van gezondheid bevorderende initiatieven bij bedrijven, organisaties en verenigingen. Met de huidige bezetting van bestuur, initiatiefgroep en vrijwilligers is het niet haalbaar om op een professionele wijze de gevraagde ondersteuning te leveren.

De organisatie is momenteel als volgt opgebouwd:

Stichting bestuur:

- Voorzitter
- Penningmeester
- Secretaris

Initiatiefgroep

- Specialisten GGD
Huisartsen, diëtisten, fysiotherapeutenOndernemers

Vrijwilligers

- Inwoners

De huidige organisatie is op dit moment onvoldoende geëquipeerd om inwoners, bedrijven, maatschappelijke organisaties en andere belanghebbenden te inspireren, te ondersteunen en te verbinden. Om de gestelde doelen te behalen en om deze rol te kunnen vervullen is een andere bezetting gewenst:

Samenstelling stichting bestuur:

- Voorzitter
- Penningmeester
- Secretaris
- Bestuurslid (2 maal vacant)
- Communicatiemedewerker (vacant, vergoeding gewenst)

Samenstelling regiegroep (voorheen de initiatiefgroep)

- Specialisten GGD
- Huisartsen, diëtisten, fysiotherapeuten
- Radboud Universiteit Nijmegen
- Ondernemers

Operationeel:

- Projectleider (vacant, vergoeding gewenst)
- Coördinatoren kerkdorpen (vacant)
- Projectbegeleiders (vacant)
- Vrijwilligers
- Stagiaires/onderzoekers

7. Wie hebben we nodig?

7.1 Inwoners

Voor de uitrol van een brede, maatschappelijke beweging ten aanzien van fijn en gezond leven binnen de gemeenschap is het noodzakelijk dit samen met inwoners te bewerkstelligen. Hiervoor werd al omschreven hoe het betrekken van inwoners van belang is om draagvlak te ontwikkelen voor de beweging en inwoners eigenaar te laten zijn van deze beweging. Door middel van het Actiesymposium, de inwonersavonden en communicatie door middel van een campagne verwerft stichting Maas en Waal in Beweging zich meer bekendheid en betreft zij inwoners actief bij de beweging.

7.2 Partners

Partners zijn nodig om in gemeenschap met elkaar en vanuit een gezamenlijke ambitie ten aanzien van gezond leven een beweging te creëren die inwoners ondersteunt in samen fijn en gezond leven. Voor partners betekent stichting Maas en Waal in Beweging een manier om de organisatie meer zichtbaar te maken binnen de gemeenschap, een uitbreiding op haar (kennis)netwerk, en een concrete invulling van haar eigen visie ten aanzien van gezond leven. Stichting Maas en Waal in Beweging ziet een organisatie als partner, wanneer zij voldoet aan beide van de onderstaande kenmerken:

Een organisatie is partner van stichting Maas en Waal in Beweging, wanneer deze organisatie

1. Gelooft in onze missie, onze visie ondersteunt en deze zelf ook uitdraagt
2. Bereid is bij te dragen aan een brede maatschappelijke beweging ten aanzien van samen fijn en gezond leven, in:
 - tijd en of
 - geld en of
 - kennis

8. Huisvesting

Om de activiteiten van de stichting op een professionele wijze vorm te geven, wordt gebruik gemaakt van bestaande kantoorwerkplekken van strategische partners

- Werkplek projectleider
- Werkplek administratief medewerker
- Vergader- en presentatieruimte

Vanuit dit kantoor kan het contact met de diverse stakeholders worden onderhouden.

Voor de ontwikkeling van het communicatieplan en ondersteuning tijdens de uitvoering ervan is de inzet van een betaalde communicatiemedewerker wenselijk.

9. Communicatie

Communicatie is een van de speerpunten om de missie samen fijn en gezond leven onder de aandacht brengen bij de inwoners van Maas en Waal. Hiertoe wordt door de stichting een communicatieplan opgesteld om alle doelgroepen te bereiken. Het communicatieplan geeft invulling aan:

- het uitrollen van de strategie van de stichting
- het in kaart brengen van stakeholders en de daarbij behorende wijze van communiceren
- de inzet van sociale media en hoe dit te onderhouden
- het ontwikkelen van de website van Maas en Waal in Beweging
- het opstellen persberichten voor lokale media (krant, lokale weekbladen, lokale radio en TV)
- het gericht inzetten van communicatiemiddelen voor een bepaald doel
- het begeleiden en adviseren in publiciteit voor activiteiten in dorpen en/of wijken

10. Innovatie

Door de samenwerking met Radboud Universiteit Nijmegen, de Hogeschool Arnhem Nijmegen en de GGD Gelderland-Zuid kan stichting Maas en Waal in Beweging gebruik maken van kennis over de laatste ontwikkelingen op het gebied van gezonde voeding en bewegen. Voor deze kennispartners is het mogelijk om onderzoek uit te voeren om inzicht te krijgen in de ontwikkelingen van de regio Maas en Waal op het gebied van zowel gezonde voeding en bewegen als de ervaren gezondheid van de inwoners.

11. Resultaat, monitoring en verantwoording

De GGD Gelderland-Zuid enquêteert de inwoners van Maas en Waal structureel over gezondheid, voeding en welzijn. De uitkomsten van deze enquête worden gerapporteerd in de GGD Gezondheidsmonitor. De resultaten van de Gezondheidsmonitor van de gemeenten Druten en West Maas en Waal kunnen worden gebruikt om het resultaat van de inspanningen van stichting Maas en Waal in Beweging inzichtelijk te maken. In deze Gezondheidsmonitor wordt onder andere gerapporteerd over het aantal inwoners met overgewicht en de ervaren gezondheid van inwoners. Deze gegevens corresponderen met de doelstellingen van stichting Maas en Waal in Beweging. Studenten van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen (HAN) verrichten tussentijdse metingen op subdoelen. Gesprekken met een groep inwoners die een representatief beeld vormt van de gemeenschap in Druten en West Maas en Waal worden door de stichting ingezet om verhalen op te halen (storytelling). Hiermee kan een beeld gekregen worden van de resultaten van de inspanningen van stichting Maas en Waal in Beweging en de invloed van de ontwikkelde initiatieven op gezond leven van inwoners. Tot slot wordt een jaarverslag opgesteld met een financiële rapportage die wordt gecontroleerd door een bevoegde accountant.

12. Financiering en budget

Om de activiteiten van Maas en Waal in Beweging te bekostigen zijn er financiële middelen nodig. Om de kosten te kunnen dekken zal er een flinke inspanning geleverd moeten worden om partijen te overtuigen een bijdrage te leveren om met elkaar de droom van stichting Maas en Waal in Beweging te realiseren. Mogelijke bronnen zijn:

- Sponsoring door bedrijven
- Schenkingen
- Ziektekostenverzekeraars
- Lokale overheid, regionale overheid, provinciale overheid en de landelijke overheid
- Schenkingen
- Diverse subsidie verstrekende instanties.

Een schatting van de benodigde financiële middelen voor de komende 3 jaar is op de volgende pagina weergegeven.

Voor het jaar 2019 zijn de benodigde middelen hoger i.v.m. met een aantal initiële uitgaven om de organisatie positioneren.

Budget Maas en Waal in Beweging de jaren 2019, 2020 en 2021 (aangegeven bedragen in Euro's):

Pos	Omschrijving	2019	2020	2021
1	Personeelskosten uitbreiding organisatie	50.000	50.000	50.000
2	Huisvesting	0	0	0
3	Uitvoering plan programmering	90.000	90.000	90.000
4	Communicatie	55.000	45.000	45.000
5	Verantwoording	5.000	5.000	5.000
	Totaal	200.000	190.000	190.000

Toelichting:

1. Personeelskosten uitbreiding organisatie
 - Projectleider € 50.000 (J)
2. Huisvesting
 - Jaarlijks huurbedrag € 0 (J)
3. Uitvoering plan programmering
 - Begeleiding projecten € 35.000 (J)
 - Inhuur specialisten € 20.000 (J)
 - Ondersteuning & training projectbegeleiders € 10.000 (J)
 - Organisatie jaarlijks symposium + bijeenkomsten € 25.000 (J)
4. Communicatie
 - Inhuur communicatie- en marketingspecialist € 25.000 (J)
 - Opstellen communicatiestrategie € 10.000 (I)
 - Communicatie ondersteuning brochures, filmpjes, social media, website € 20.000 (j)
5. Verantwoording
 - Opstellen en goedkeuring jaarrapportages € 5.000 (J)

(J) = Jaarlijks

(I) = Initieel

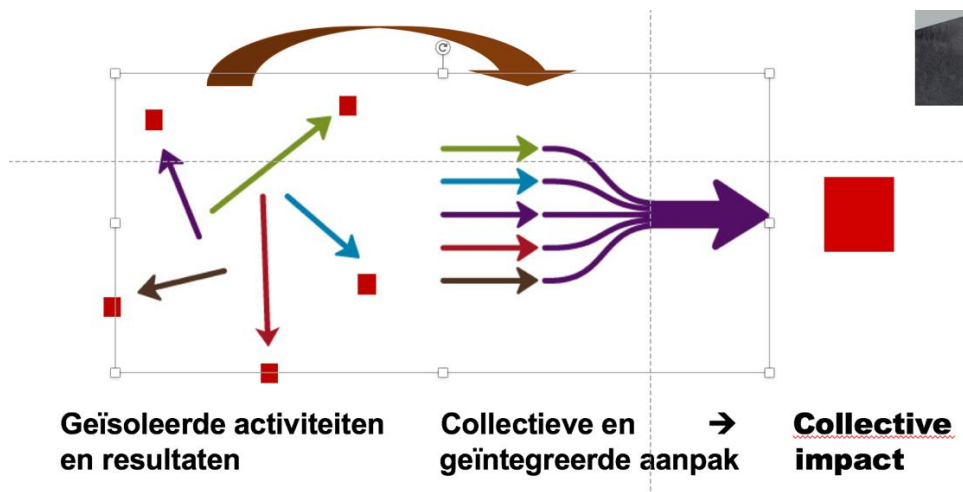
Bijlage 1 : Maas en Waal in Beweging volgens Business Canvas Model

Stichting Maas en Waal in Beweging – Business Canvas Model

Key partners	Kernactiviteiten	Waardepropositie	Relaties	Segmenten
Hoofdparters: Gemeente Druten Gemeente West Maas en Waal GGD Gelderland-Zuid Provincie Gelderland Rabobank Radboud UMC VEZN Partners: Buiten Adem CleverFit CWZ Dijkensport Beneden- Leeuwen Femme Vital Fruittuin de Zandroos Fox Fitness Hanzehuis Maasbommel M38 Meer Bewegen Voor Ouderen Nordic Walking Druten Spectrum Tech-Lokaal Maas en Waal Tennisvereniging LTC Horssen Tijssen Verspecialist Voedselbank Druten Voetbalclub AAC Olympia Horssen Volleybalvereniging Atalante Horssen	-ophalen: behoeften van inwoners t.a.v. samen fijn en gezond leven. Welke thema's spelen? Welke ideeën zijn er? -ontwerpen: Jaarlijks Actiesymposium waarop deelnemers in dialoog gaan om met elkaar nieuwe ideeën voor nieuwe initiatieven op te doen. Inwonersavonden op dorps- en/of wijkniveau om de ideeën vanuit het Actiesymposium aan inwoners voor te leggen, aan te vullen met nieuwe ideeën en werkgroepen te formeren. -organiseren: aansturen van de werkgroepen, ondersteunen, verbinden van initiatieven aan lokale organisaties. -werven: inwoners en organisaties die willen participeren in de initiatieven. -marketing: campagne Bendefit, nieuws verspreiden in lokale kranten, aankondigen initiatieven op website en via sociale media, bloggen.	Stichting Maas en Waal in Beweging stimuleert de dialoog tussen inwoners en organisaties in de regio Druten en West Maas en Waal, ten aanzien van samen fijn en gezond leven binnen de gemeenschap. Stichting Maas en Waal in Beweging verbindt en inspireert inwoners, lokale overheid, ondernemers, maatschappelijke organisaties en verenigingen binnen de regio, met als doel beweging naar samen fijn en gezond leven binnen de gemeenschap. De vertaling van deze beweging richt zich op gezamenlijke lokale en regionale initiatieven met een focus op voeding en beweging. Stichting Maas en Waal in Beweging ondersteunt inwoners en lokale organisaties in het nemen van regie over initiatieven die bijdragen aan samen fijn en gezond leven met professionele begeleiding.	-persoonlijk contact: in dialoog met inwoners en organisaties uit de verschillende segmenten. -communicatie: persoonlijke ontmoeting door dialoog, digitaal via website en sociale media. -co-creatie: alle deelnemers hebben mogelijkheid tot inbreng en vormgeven van activiteiten en initiatieven en zijn hier eigenaar van. -community: het bouwen aan een gemeenschap waarin in verbinding met elkaar fijn en gezond geleefd wordt.	-inwoners van de gemeenten Druten en West Maas en Waal -lokale overheid: gemeenten Druten en West Maas en Waal -regionale en lokale professionals zorg en welzijn -regionale en lokale (sport)verenigingen -regionale en lokale ondernemers
	Key resources -human resources: menskracht voor ontwerp, organisatie, werving en marketing -fysieke resources: locatie, catering, verbruiksmateriaal, drukwerk -intellectuele resources: expertise met betrekking tot gezondheid, gerelateerd aan de initiatieven.	Stichting Maas en Waal in Beweging versterkt de sociale cohesie tussen inwoners onderling en inwoners en lokale organisaties op het gebied van leefbaarheid, zorg en welzijn.	Kanalen Uitzoek campagne Bendefit: -face-to-face -social media: Instagram, Facebook, LinkedIn. -nieuwsbrief -website met blog -posters en flyers (drukwerk en digitaal).	
Kostenstructuur Waardegestuurd: focus ligt op waardecreatie in de vorm van de beweging zelf en de ontstane gezondheidbevorderende initiatieven (cloud van expertise en potentiële verbindingen). Outsourcing: key resources als locatie worden gefaciliteerd door partners.	Inkomstenstromen Geidelijke middelen door subsidies op regionaal, provinciaal en landelijk niveau. Revenu uit opbrengsten van de ontstane initiatieven wordt aangewend om kosten te dekken.			

Bijlage 2 : Rationale achter de strategie van Maas en Waal in Beweging

Met Maas en Waal in Beweging willen we de gezondheid van de inwoners van Druten en West Maas en Waal duurzaam verbeteren en een gezonde omgeving creëren. In plaats van allerlei kleine projecten, die vaak versnipperd, kortdurend en beperkt van aard zijn, wil stichting Maas en Waal in Beweging een aanpak realiseren die veel van deze projecten verbindt, versterkt en richt om een stevige impact binnen de gemeenschap te creëren.



Bron: Clemens Hosman¹¹

Inmiddels weten we uit onderzoek wat nodig is om echt effectieve gedragsverandering tot stand te brengen. Een integrale, omvattende en langdurige aanpak werkt, zo heeft het Franse Epode laten zien. Deze aanpak heeft internationaal veel navolging gehad en vormde ook de basis voor Jongeren op Gezond Gewicht in Nederland.

De principes van Collectieve Impact zijn de volgende:



Principes van Collective Impact

- Lokale organisaties werken samen aan het oplossen van belangrijk sociaal probleem via gemeenschappelijke agenda, visie op probleem en strategie van aanpak
- Doel alleen bereikt kan worden via effectieve samenwerking waarin alle partners hun specifieke krachten en expertise inzetten en slim op elkaar afstemmen
- Erkenning eigen identiteit, belangen, kracht en bijdrage van iedere partner in deze gemeenschappelijke onderneming en opbouwen van wederzijds vertrouwen
- Inzicht in hoe bijdragen van verschillende partners elkaar kunnen aanvullen en versterken: inzicht in het 'hoe' en meerwaarde van een collectieve, integrale aanpak
- Collectieve regie: slimme afstemming van bijdragen van alle partners via inzicht, regelmatig overleg, samenleren, gedeeld leiderschap en een gemeenschappelijke visie
- Informatie strategie: regelmatige informatie over behoeften, activiteiten, bereik, effecten
- Organisatievorm en communicatievorm voor duurzame samenwerking

Mede gebaseerd op: Kania & Kramer. *Collective impact* (SSIR, 2011); Embracing Emergence: How Collective Impact Addresses Complexity (2013)

Bron: Clemens Hosman

¹¹ Professor Doctor Clemens Hosman (psycholoog) is emeritus hoogleraar geestelijke gezondheidsbevordering aan de Radboud Universiteit Nijmegen.

De aanpak Gezond In De Stad (GIDS) volgt deze lijn van werken. Zij kennen 5 sporen:

- fysieke omgeving
- sociale omgeving
- gedrag & vaardigheden
- preventie & zorg
- participatie

Op basis van 8 pijlers:

- bestuurlijke betrokkenheid
- burgers zijn hoofdrolspelers
- differentiatie is essentieel
- monitoren voortgang en resultaten
- een procesgerichte aanpak
- publiek & privaat
- sociale marketing op alle niveaus
- synergie van verschillende circuits

Samengevat weten we wat wel en niet werkt bij de aanpak van bijvoorbeeld Gezond Gewicht:

1. Ga uit van van een integrale aanpak met zoveel mogelijk beleidsterreinen; inzetten op een mix van educatie en het creëren van voorzieningen en wetgeving; zowel op het individuele, sociale als fysieke domein.
2. Zorg voor stevige dekking op het strategische en politieke niveau: daarmee zet je een norm neer!
3. Verbind het strategische niveau met het tactische en operationele
4. Betrek de doelgroep, ook de intermediaire doelgroep (school, zorg, bedrijf, etc.) Doe daarbij aan *social marketing* om ze op een adequate manier te betrekken.
5. Koppel individuele en collectieve activiteiten: concreet koppel zorg en preventie
6. Kijk wat je aan publiek-private samenwerking kunt realiseren
7. Ondersteun met een duidelijke projectstructuur waarin mensen de tijd hebben om de beweging te ondersteunen; heb een enthousiasmerende en kundige projectleider.
8. Neem de tijd om steeds meer draagvlak te creëren en mensen of instanties aan te laten haken
9. Maak resultaten zichtbaar door onderzoek/evaluatie en communiceer hierover
10. Richt activiteiten zo in dat je gaat voor duurzame en structurele veranderingen en verankeringen. Dat betekent dat je gedurende langere tijd met een thema bezig moet zijn om succes te hebben.