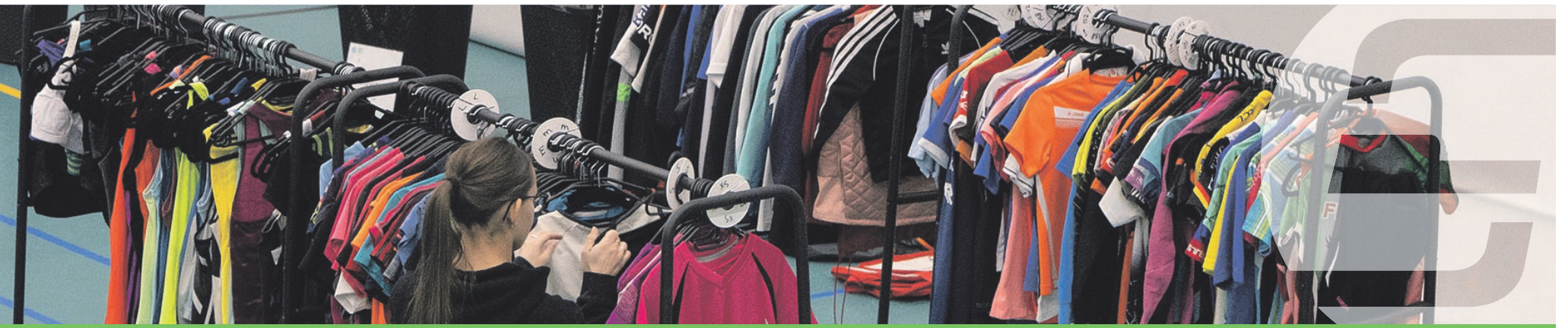




www.sportbedrijf.nl



www.sportbedrijf.nl

## Fietscheck, fietstocht en certificaat voor deelnemers Doortrappen

Op woensdag 8 november organiseerden Sportbedrijf Lelystad en partners de gratis informatiedag Doortrappen om senioren te motiveren aandacht te besteden en maatregelen te nemen aan de eigen fietsveiligheid.



### Wat is Doortrappen?

Doortrappen is een fietsveiligheidsprogramma voor senioren van het ministerie van Infrastructuur en Waterstaat. Het programma bestaat jaarlijks uit één of meerdere bijeenkomsten om aandacht te besteden aan de veiligheid op de fiets. Dit geldt voor zowel de normale fiets als de e-bike, een fiets met elektrische trapondersteuning. "De ambitie is immers dat senioren zo lang mogelijk veilig blijven fietsen, want het is gezond, zorgt voor sociaal contact en vergroot de zelfredzaamheid", vertelt Froukje van 't Hoff, buurtsportcoach Senioren & Zorg van Sportbedrijf Lelystad.

### Waarom Doortrappen?

De afgelopen jaren zijn steeds meer senioren gaan fietsen. Door de toename van het aantal fietsers is ook het aantal fietsongelukken toegenomen. Problemen bij het op- en afstappen, het niet tijdig opmerken van obstakels en het maken complexe manoeuvres zijn redenen dat senioren relatief vaker gewond raken bij een ongeval. "Met het organiseren van een actieve informatiedag wil een aantal organisaties aandacht besteden aan de fietsveiligheid van Lelystadse senioren", aldus van 't Hoff.

### Uitleg en fietscontrole tijdens informatiedag

Op woensdag 8 november werd er aandacht besteed aan de fietshelm, de fiets of e-bike en waar je op moet letten bij de aanschaf daarvan. In het vervolg doen deelnemers mee aan de workshops over

verkeersveiligheid en verantwoord vallen. Alle deelnemers kregen een deelnemerscertificaat uit handen van Piet van Dijk.

"Sinds 1993 is het aantal fietskilometers van 50-plussers met maar liefst 60 procent gestegen. Dat is positief, het houdt de fietsers gezond, in beweging en ook sociaal actief. En daarom is het extra mooi dat er zoveel Lelystedelingen hebben meegedaan met Doortrappen! Alle deelnemers waren enthousiast. Onze ambitie is in 2026 tot de beste fietssteden van Nederland te behoren, waar iedereen veilig en met plezier kan blijven fietsen!", vertelt de wethouder.

### Meer informatie

In 2024 zal de informatiedag Doortrappen maar liefst twee keer worden aangeboden. Vragen over Doortrappen kunnen gesteld worden bij Froukje van 't Hoff, buurtsportcoach Senioren & Zorg bij Sportbedrijf Lelystad, via [info@sportbedrijf.nl](mailto:info@sportbedrijf.nl).



## SPORTSPULLENBANK

Gezocht: Kindersportspullen voor Sportspullenbank

Door het succes van de Sportspullenbank dit jaar, vliegen de sportspullen als warme broodjes over de toonbank. Vooral de behoefte aan sportspullen voor kinderen is groot. Daarom is Sportbedrijf Lelystad voor 2024 hard op zoek naar kindersportspullen, maar gewone sportspullen zijn ook altijd welkom.

### Sportspullen voor maximaal 3 euro per stuk

De Sportspullenbank zamelt goede en herbruikbare sportspullen in om deze vervolgens aan te bieden aan Lelystedelingen die het financieel zwaar hebben voor maximaal 3 euro per stuk. Met een toegangskaart zijn deze inwoners vijf keer in het jaar in het weekend welkom bij Sportbedrijf Lelystad, waar de Sportspullenbank is gevestigd. Het geld dat hiermee is opgehaald wordt altijd volledig geïnvesteerd in kosten die de Sportspullenbank maakt. Het afgelopen jaar is dit initiatief

uitgegroeid tot een waar begrip in de stad. Veel Lelystedelingen wisten hun weg naar één van de veertien inzamelputten te vinden om hier spullen te doneren.

### Lever jouw sportspullen in en help daarmee een ander

Om ervoor te zorgen dat er ook in 2024 tijdens de openingsmomenten van de Sportspullenbank voldoende 'nieuwe' sportspullen zijn, met name voor kinderen, doet Sportbedrijf Lelystad de volgende oproep aan alle Lelystedelingen: "Heeft u nog sportspullen of -kleding, met name voor kinderen, in de kast liggen, die niet meer worden gebruikt? Lever deze dan zo spoedig mogelijk in bij één van de 14 inzamelputten in Lelystad. Zo helpt u een andere inwoner om mee te kunnen doen aan sport- en beweegactiviteiten."

## Maak kennis met sporten in Lelystad met Scholierensport!

Scholierensport is hét sportstimuleringsprogramma voor alle basis- en voortgezet onderwijs in Lelystad. Scholierensport biedt een uitgelezen kans om (nieuwe) sporten te ontdekken. In 2024 worden de sportactiviteiten georganiseerd gedurende de maanden maart, april, mei en juni, en elke cursus kost slechts 4 euro. Dit is dé gelegenheid om kennis te maken met het diverse aanbod van sporten dat de sportaanbieders in Lelystad te bieden hebben.

Momenteel wordt het aanbod van alle sportclubs samengebracht in het welbekende Scholierensportboekje. Dit handige boekje, dat in februari op alle basisscholen wordt verspreid, presenteert een overzicht van de diverse sportmogelijkheden. Vanaf dat moment kunnen enthousiaste kinderen zich ook direct inschrijven voor de sportieve avonturen die voor hen in het verschiet liggen.

Mis deze unieke gelegenheid niet om de veelzijdige wereld van sport te verkennen, schrijf je in voor Scholierensport en ontdek de sport die bij jou past!



In 2024 opent de Sportspullenbank op zondag 18 februari, zaterdag 6 april, zaterdag 22 juni, zaterdag 14 september en zondag 24 november, van 15.00 tot 17.00 uur.

### Extra informatie

Voor het vinden van een inzamelput bij u in de buurt kijkt u op [www.sportbedrijf.nl/sportspullenbank](http://www.sportbedrijf.nl/sportspullenbank). Ervaart u zelf financiële problemen en ontvangt u daarom graag een toegangskaart voor de Sportspullenbank? Neem dan contact op met de Sportspullenbank via [sportspullenbank@sportbedrijf.nl](mailto:sportspullenbank@sportbedrijf.nl).



## Nieuw partnership draagt bij aan een vitaal Lelystad



Sportbedrijf Lelystad zet zich in voor een vitale stad. Dat doen wij niet alleen. Bij zowel de uitvoering als de financiering van sport- en beweeginitiatieven worden lokale partners betrokken. Mede dankzij die betrokkenheid blijven initiatieven bestaan en kunnen we nieuwe activiteiten starten om meer mensen in beweging te brengen. RAM Mounts Benelux is één van die bedrijven die in de verbinding een stapje verder gaat. Sinds kort zijn zij Maatschappelijk Partner van Sportbedrijf Lelystad. Mede dankzij hun support kan het Online Routeplatform voortbestaan en verder worden uitgebreid!

### Werknemers zijn het belangrijkste kapitaal

RAM Mounts Benelux bestaat sinds 2015 en is inmiddels met twee zusterbedrijven uitgegroeid tot een organisatie met ongeveer 29 werknemers. "Ons belangrijkste kapitaal," zegt eigenaar Cornelis van Putten. "Daarom doen wij er binnen onze mogelijkheden alles aan om een gezonde leefstijl en een goede werk- en privébalans te stimuleren. Gezondheid is niet voor iedereen vanzelfsprekend. In dit geval kijken we naar wat we wél kunnen doen. En dat trekken we graag breder, zoals het partnership met Sportbedrijf Lelystad."

*Cornelis: "Als inwoner van de stad vind ik het routeplatform echt een aanwinst. De natuur in Lelystad is erg mooi en je kunt steeds weer een andere route ontdekken. Op de manier die jij zelf wilt. Lekker in de buitenlucht, even je hoofd leegmaken en sportief bezig zijn."*

### Verbinden van verschillende werelden

Bij alles wat RAM Mounts Benelux doet, staat verbinding centraal; over de weg, het water en door de lucht. RAM Mounts Benelux is namelijk specialist en exclusieve distributeur van montageoplossingen voor bijna alle toepassingen en apparaten, zoals telefoons en tablets. Vanuit het magazijn in Lelystad worden alle producten verder over de Benelux verspreid. Daarnaast leveren ze maatwerk en specifieke klantproducten.

*Cornelis: "Hoe mooi is het dat wij het 'online routeplatform' kunnen ondersteunen. Het platform past perfect bij onze organisatie waarmee we oplossingen leveren om werelden met elkaar te verbinden. Bij het routeplatform doe je dat in principe ook: je maakt het mogelijk dat inwoners op een laagdrempelige manier hun eigen stad kunnen ontdekken. En mooie routes kunnen afleggen, op de fiets, te voet, te paard of zelfs in een kano of sup. Ook als je minder mobiel bent, zijn er mooie routes om te doen."*

*Eelco Derks: "Sportbedrijf Lelystad is erg blij met RAM Mounts Benelux als nieuwe partner die helpt om maatschappelijke sport- en beweegprojecten mogelijk te maken. Het is mooi om samen met Lelystadse bedrijven te bouwen aan een vitaal Lelystad."*

Ook Maatschappelijk Partner worden? Kijk op [www.sportbedrijflelystad.nl/partners](http://www.sportbedrijflelystad.nl/partners). Benieuwd naar het online routeplatform? Kijk op [www.sportinlelystad.nl](http://www.sportinlelystad.nl). Meer weten over RAM Mounts Benelux? Ga naar [www.rammounts.nl](http://www.rammounts.nl).

## Beweegaanbod senioren Sportbedrijf Lelystad 2023-2024

Anmelden of meer activiteiten zien?



### Waterbever in Beweging

Sporten onder begeleiding van een deskundige sportinstructeur in de grote sportzaal van buurtcentrum De Waterbever. Op een gezellige en laagdrempelige manier werken deelnemers aan hun uithoudingsvermogen, spierkracht, balans, coördinatie en lenigheid. Na afloop is er gelegenheid voor een gezellig kopje koffie/thee.

- 📍 Buurtcentrum de Waterbever, Voorstraat 313.
- 🕒 Elke maandag van 15.00 tot 16.30 uur.
- 🎫 Een strippenkaart van € 40,00 voor 11 lessen (gratis proefles).
- 📞 [info@sportbedrijf.nl](mailto:info@sportbedrijf.nl) of tel. (0320) 285 385

### Beweeglessen Leykackers

Op een gezellige en laagdrempelige manier werken deelnemers aan hun uithoudingsvermogen, spierkracht, balans, coördinatie en lenigheid. Na afloop is er gelegenheid voor een gezellig kopje koffie/thee.

- 📍 Buurtkamers Het Ravelij, Het Ravelij 181.
- 🕒 Elke dinsdag van 13.00 tot 14.00 uur.
- 🎫 Een strippenkaart van € 40,00 voor 11 lessen (gratis proefles).
- 📞 [info@sportbedrijf.nl](mailto:info@sportbedrijf.nl) of tel. (0320) 285 385

### Badminton groep

Op een gezellige en laagdrempelige manier werken deelnemers aan hun uithoudingsvermogen, spierkracht, balans, coördinatie en lenigheid. Na afloop is er gelegenheid voor een gezellig kopje koffie/thee.

- 📍 Buurtkamers Het Ravelij, Het Ravelij 181.
- 🕒 Elke dinsdag van 13.00 tot 14.00 uur.
- 🎫 Een strippenkaart van € 40,00 voor 11 lessen (gratis proefles).
- 📞 [info@sportbedrijf.nl](mailto:info@sportbedrijf.nl) of tel. (0320) 285 385



## LOL na School: naschools activiteitenprogramma in Lelystad Oost

Ieder kind gelijke kansen, dat is de gedachte achter het programma LOL na school. Vanaf eind januari start het nieuwe LOL na School programma weer, het naschoolse activiteitenprogramma voor kinderen en jongeren van basis- en middelbare scholen in Lelystad Oost. Via de website [lolna.school.nl](http://lolna.school.nl) kunnen kinderen en jongeren zich aanmelden voor activiteiten in hun eigen wijk of school. Een greep uit het aanbod: zwemles, segway, kickboksen, dansen, muziekles, koken en nog veel meer!

### LOL na School

Lol school streeft er naar de wereld, kansen en mogelijkheden voor kinderen in Lelystad Oost te vergroten. Voor lang niet alle kinderen is het vanzelfsprekend om na schooltijd bij een vereniging te sporten of muziek-, dans- of toneellessen te volgen. Met het LOL na School programma krijgen kinderen de kans hun wereld te verbreden. Boyd Besselink, docent bij de Segway Scholentour, zet hierover: "Het is ontzettend waardevol en mooi om kinderen iets te kunnen bieden waar er anders geen mogelijkheden voor zijn. Kinderen krijgen kansen om activiteiten te beoefenen die hun wereld vergroot en waarmee ze zichzelf op verschillende gebieden kunnen ontwikkelen."

### "It takes a village to raise a child."

Binnen LOL na School werken Stichting Christelijk Primair Onderwijs (SCPO) Lelystad, Stichting SchOOL, Kubus Lelystad, Sportbedrijf Lelystad en Welzijn Lelystad samen aan een verlengde schooldag voor kinderen in Lelystad Oost. "Het mooie aan dit programma is dat we een breed aanbod hebben" zegt directeur-bestuurder Eelco Derks van Sportbedrijf Lelystad. "School is een veilige plek in de wijk voor ons allemaal en we willen ervoor zorgen dat alle kinderen zich zo breed mogelijk kunnen ontwikkelen. Samen gaan we daarvoor zorgen."

Voor vragen en informatie mbt het sportprogramma, neem contact op met Martijn Nederlof, coördinator LOL na School van het Sportbedrijf Lelystad via [m.nederlof@sportbedrijf.nl](mailto:m.nederlof@sportbedrijf.nl).

Kijk op [www.lolna.school.nl](http://www.lolna.school.nl) voor meer informatie over het aanbod en de mogelijkheden om aan te melden.

LOL NA SCHOOL

