



HEROES IN BEWEGING

2023 - 2025



Samenvatting

Heroes in Beweging 2023 – 2025

Gezonde en actieve leefstijl voor mensen met een beperking

Meerjarenbeleidsplan van Stichting Special Heroes Nederland

Special Heroes: een gezonde en actieve leefstijl voor mensen met een beperking

Missie

Special Heroes Nederland maakt zich sterk voor een duurzame gezonde en actieve leefstijl van mensen met een beperking door deelname aan een passend en breed aanbod mogelijk te maken op het gebied van sport en bewegen, kunst en cultuur, werk en participatie, eten en drinken, ontspanning en relaties, en natuur en techniek.

Visie

De stichting werkt vanuit de visie dat mensen met een beperking dezelfde rechten en kansen verdienen als ieder mens en het geen betoog behoeft dat de kwaliteit van leven aantoonbaar wordt verbeterd door structureel actief te zijn en gezond te leven. De uitdaging is ieder mens met een beperking naar eigen keuze, op eigen niveau en waar mogelijk in eigen omgeving activiteiten aan te bieden ter bevordering van een gezonde leefstijl.

Doel

Ons doel is om de structurele randvoorwaarden te creëren voor een gezonde leefstijl van mensen met een beperking en deze door onze programma's duurzaam te doen toenemen. Een gezonde en actievere leefstijl leidt tot een betere persoonlijke ontwikkeling, tot meer welbevinden en verbetering van de kwaliteit van leven.

Werkwijze

Samen met partners uit het speciaal onderwijs, de gehandicapten- en revalidatiezorg, sport, cultuur en overheid brengen we duurzaam verandering in de leefstijl van mensen met een beperking. Dit doen we door:

- Behoeften inventarisatie onder de doelgroep en partners;
- Ontwikkelen en implementeren van programma's en producten, die bijdragen aan een duurzame gezonde en actieve leefstijl en verankering in aanpalende domeinen
- Het verbinden van sectoren, thema's en partijen (landelijk, regionaal, lokaal) door ze op gedeelde ambities te laten samenwerken.

Ambities doelen en activiteiten

Voor 2023 – 2025 heeft Stichting Special Heroes Nederland een drietal strategische lijnen voor de komende jaren:



Figuur 1. Drie strategische lijnen binnen Special Heroes Nederland voor 2023-2025

Om te kunnen voldoen aan de behoefte van de afnemers (met name scholen en instellingen) heeft Special Heroes de afgelopen jaren naast aanbod in Sport en Bewegen ook aanbod op nieuwe thema's ontwikkeld. De thema's Kunst en Cultuur, Voeding en Gezondheid, Werk en Participatie zijn opgenomen in het portfolio voor de afnemers. Dit met als doel in te kunnen spelen op de verschillende behoeften van kinderen, jongeren en volwassenen met een beperking, degenen die hen begeleiden of verzorgen én de maatschappelijke trend die gericht is op een integrale duurzame aanpak van gezonde en actieve leefstijl. Vanaf 2021 maakt Special Heroes Nederland daarom de kanteling van werken vanuit specifiek thematisch aanbod naar focus op een passend en **Heroes All Inclusive** programma (integraal) voor een gezonde en actieve leefstijl. Daarbij streven we naar meer en effectieve samenwerkende lokale coalities die dit totaalaanbod duurzaam aanbieden aan de doelgroep. Met dit integrale aanbod vergroten we de keuzes, plezier en duurzame participatie van de doelgroep.

Het integrale aanbod gezonde en actieve leefstijl bestaat uit een aantal themalijnen (sport & bewegen, kunst & cultuur, voeding & gezondheid, werk & participatie) die op basis van erkende interventies ontwikkeld zijn. In de vorm van menukaarten krijgen scholen, instellingen, verenigingen en gemeenten de mogelijkheid om zelf de inhoud en processtappen/planning te bepalen om toe te groeien naar een integraal

programma gezonde en actieve leefstijl binnen hun organisatie. We streven naar All Inclusive, maar de keuze van de school/instelling is leidend om meer/minder te doen of in stappen naar All Inclusive toe te groeien.

De thematische lijnen zijn in nauwe co-creatie met de organisaties ontwikkeld en in co-creatie vindt doorontwikkeling de komende jaren plaats, zodat er steeds weer aanvullingen op de menukaart zullen zijn. Zo zien we een sterke behoefte aan kennis op de thema's ontspanning en vriendschap, met aandacht voor slapen, schermtijd, eenzaamheid, relaties, en daarnaast natuur en techniek, met aandacht voor bijvoorbeeld moestuinieren. Op deze thema's ontwikkelen we de komende jaren een passend aanbod. Aansluitend op de les- of leerlijnen die in het onderwijs passen. Vanaf augustus 2021 is er een basis van alle programmalijnen beschikbaar en kunnen scholen, instellingen, verenigingen en gemeenten hieruit kiezen en deze inzetten voor hun doelgroepen en mee door ontwikkelen als ze daar belangstelling voor hebben (= meedenken en/of pilots uitvoeren).

Ook binnen de zorg voor mensen met een verstandelijke beperking is groeiende behoefte aan kennis over leefstijl en passende aanpakken die gezonde leefstijl bevorderen. Op dezelfde wijze als binnen het onderwijs geven we hieraan invulling door de themalijnen de komende jaren geschikt te maken voor deze doelgroep. Dit gebeurt in nauwe afstemming met de zorg.

Om ervoor te zorgen dat steeds meer mensen met een beperking profiteren van deze integrale benadering is het van belang zoveel mogelijk instellingen en scholen te bereiken met ons programma. Met **Heroes impact** streven we de volgende groeidoelstelling na:

Tabel 1. Landelijke groeistrategie

| | Huidig | 2023 | 2024 | 2025 |
|---------------------|--------|------|------|------|
| Scholen | 125 | 150 | 200 | 250 |
| Instellingen | 25 | 30 | 35 | 40 |
| TOTAAL | 150 | 180 | 235 | 290 |

Om onze ambitie te realiseren voor de doelgroep denken we in mogelijkheden. Meedoen is heel gewoon, en dat maken we mogelijk door speciale aandacht (passende programmalijnen, producten, diensten, op eigen niveau en in eigen omgeving) en een zo breed en passend mogelijk samenhangend aanbod. Door aandacht voor de samenwerking met onze intermediairs (tot achter de voordeur, hands-on, co-creërend, denkend in win-win en in mogelijkheden) willen we steeds meer organisaties en mensen inspireren om mee te doen met het realiseren van gezamenlijke missie/ambities. In ons kennisteam worden leerlijnen ontwikkeld, kennis verzameld i.s.m. kennispartners en monitoringsinstrumentarium ontwikkeld. In onze ontwikkelteams worden de leerlijnen geconcretiseerd met thematisch samenhangend aanbod en werken interne en externe medewerkers/experts samen aan het ontwikkelen en voor implementatie gereed maken van programmalijnen, methodieken, kennisplatforms en eventsstructuren.

Groei in de aantallen afnemers vraagt om een evenredige groei en ontwikkeling van onze interne ondersteuningsorganisatie, onze **Heroes support**. Ons programmasupportteam zorgt voor procesoptimalisatie, communicatie-/marketingplannen en ontwikkeling en beheer van website, campus en werkplaats. De uitvoering vindt plaats in regioteams. Deze verspreiden kennis bij afnemers en dragen zo bij aan een zo groot mogelijke deelname aan programma's op lokaal/regionaal niveau en aan verankering. Projectleiders in de regioteams zijn verantwoordelijk voor het initiëren van lokale samenwerkingen met scholen, instellingen en verenigingen. Coördinatoren ondersteunen tenslotte bij het initiëren van strategische, (boven) lokale en regionale samenwerkingsverbanden (zoals stichtingsbesturen scholen, gemeenten, provincies) en zijn verantwoordelijk voor landelijke partnerships en voor het contract-/relatiebeheer van deze partnerships (zoals ministeries, fondsen, bedrijven, universiteiten/hbo).