

HIGHLIGHTS JAARVERSLAG 2019





In 2019 ging het project lekker actief zijn tweede en laatste jaar in. Lekker actief is een project die onze gezondheid wil verbeteren. Daarvoor wordt er gewerkt rond drie parameters die een directe invloed hebben op de gezondheid: voldoende bewegen, gezonde voeding en het doorbreken van zitgedrag.

In maart en september samen werden er 46 sessies opgestart en namen 1.296 senioren gedurende 12 weken deel. Zo staat de teller na twee jaar lekker actief op **99 sessies, 125 deelnemende trefpunten** en **2.896 deelnemers**.

ONDERZOEK

- 2 -

Het onderzoek, door KULeuven, naar de **effecten van het project** werd opnieuw uitgevoerd in 10 deelnemende trefpunten (interviewgroepen) en 10 controlegroepen. Daarnaast werd ook een onderzoek gedaan naar de **effecten van de inzet van vrijwilligers** (onderzoek leiderschap) in 10 interviewgroepen en 10 controlegroepen.



1 op 4 deelnemers was (nog) geen lid van OKRA-SPORT+.

1 op 7 deelnemers behoorde tot de categorie 'niet fysiek actief'.

In het najaar werden lesgevers van Ferm (voorheen KVLV) opgeleid. Zij gaan in 2020 met lekker actief aan de slag.





SPORTFONDS VOLLEYBAL



In 2019 werd het sportfonds uitgetest voor onze volleybalcompetitie in West-Vlaanderen. Het doel van dit sportfonds is om bestaande volleybalploegen te versterken, op maat te ondersteunen en onderlinge uitwisseling van knowhow te stimuleren. De ploegen die intekenen kunnen zich inzetten voor verschillende actiepunten. De focus ligt onder andere op het vinden van nieuwe spelers, het maken van promotie (krantenartikel, website, facebook...), aanwezigheid op de multiavond/algemene vergadering, inzetten op ethisch verantwoord sporten...

In ruil voor acties en inzet krijgen ploegen **een label** en ontvangen ze ondersteuning op maat.

Zes West-Vlaamse ploegen tekenden in op het Sportfonds.

- 5 -



1 ploeg
kreeg goud



2 ploegen
kregen zilver

JEUGDVRIENDELIJKE CLUB



Een stijging van het aantal jeugdleden met bijna 45% sinds de start van dit initiatief in 2013.

Clubs die in dit project stappen streven een kwaliteitsverbetering van de jeugdwerking en een stijging van de jeugdleden na. Door te voldoen aan verschillende criteria (zoals meer actieve gediplomeerde jeugdtrainers, gediplomeerde jeugdscheidsrechters, jaarlijkse evaluatie van de vaardigheden, beter materiaal, beleidsplan voor de jeugdwerking, gediplomeerde jeugdcoördinator, verhoging van de fair-play, verlagen van de drop-out...) kunnen ze hiervoor ook extra middelen verdienen.

Dit jaar tekenden **18 krachtbalclubs** (of de helft van de clubs) hierop met succes in.

Er werden dit jaar **11 jeugdlabels** uitgereikt.



- ◆ KBC Sint-Michiels
- ◆ KRB Jabbeke
- ◆ 't Klaverken Buggenhout
- ◆ KBC Male



- ◆ Sporting Brugge
- ◆ DW Koekelare
- ◆ H.O. Beitem
- ◆ KBK Inchtegem
- ◆ Krachtbal Snellegem
- ◆ Botterken Baasrode
- ◆ Grenskracht Menen



HERO CONSTRUCT
Dourbe
• NIEUW • RENOVATIE
• ALGEMEEN
Wijkgebouwen • 1000 Colonne
info@heroconstruct.be www.heroconstruct.be

voetbal

AANBOD



Het is voor het sportieve aanbod dat mensen aansluiten bij een sportclub. En dat is er binnen OKRA-SPORT+ meer dan voldoende. Bekijk het overzicht hiernaast maar eens. En dan hebben we het niet eens gehad over de sport die enkel in onze federatie wordt aangeboden: **krachtbal**.

- ◆ Wandelen
- ◆ Fietsen
- ◆ Dans
- ◆ Petanque
- ◆ ...
- ◆ kubb
- ◆ wandelvoetbal
- ◆ volleybal
- ◆ gym
- ◆ zwemmen
- ◆ motorrijden
- ◆ ...



Heel wat van deze sporten worden **lokaal in de trefpunten of clubs** aangeboden. Het aanbod wordt nog **versterkt door** de vele regionale, provinciale en nationale initiatieven zoals sportdagen, toernooien, wandel-, fiets-, jogging- en mountainbikecriteria en petanque-, biljart-, volleybal- en krachtbalcompetities.

- 8 -



Dit jaar werden er, over de drie sportieve afdelingen heen, **827 bovenlokale activiteiten** georganiseerd.

Krachtbal stond op 19 juni in Deinze voor het eerst op het programma van een OKRA-SPORT+omnisportdag.

Op 23 augustus werd het VLOM, **Vlaams OKRA-SPORT+ Motortreffen**, boven het doopvond gehouden.

De SeLenJo (Senioren Lente Jogging) op 8 mei voor het laatst werd gelopen.

KADEROPLEIDING

Binnen **onze federatie** worden er regelmatig bijscholingen en vormingen voorzien voor sportverantwoordelijken, trainers en scheidsrechters. Dit jaar waren er dat **67** in totaal begeleid door onze medewerkers en gespreid over de onderwerpen:

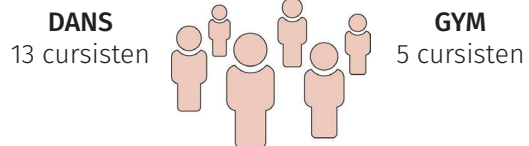
- ◆ Gemeenschapsdans
- ◆ Lijndans
- ◆ Lekker actief
- ◆ GDPR
- ◆ Wandelen met GPS of smartphone
- ◆ Initiatie wandelvoetbal
- ◆ Didactiek zitgym en -dans
- ◆ EHBO
- ◆ Mijnlidenbeheer
- ◆ Wegcode + uitpijlen (wandelen of mountainbike)
- ◆ Vernieuwing en verjonging van volleybalploegen
- ◆ Scheidsrechters krachtbal
- ◆ Strandkrachtbal
- ◆ Minikrachtbal

Vlaamse Trainersschool



Brasschaat

Cursus initiator Dans en Gym voor senioren



Stage voor initiator **krachtbal**
11 cursisten

- 9 -



Als federatie is het belangrijk om te werken met gediplomeerde lesgevers. Dit jaar kenden we een **stijging** 12 naar 14%.

FAIR-PLAY

Sport is emotie. Zonder emotie zou sport ook maar een saaie boel worden. Maar in sommige gevallen lopen de emoties, bij winst of verlies, hoog op. Mensen die in het dagelijkse leven als rustig en evenwichtig bekend staan veranderen tijdens wedstrijden soms in een kruidvat. Dit geldt voor spelers, begeleiders, clubbestuurders, publiek... en is van alle leeftijden.

Sport is emotie. Maar het moet te allen tijde ook aantrekkelijk en plezierig blijven. Vandaar dat fair-play hoog in het vaandel wordt gedragen. In onze competities hebben we daar oog voor. Zo wordt er elk weekend:

- ♦ bij elke **jeugdcompetitiewedstrijd krachtbal** aandacht aan besteed en wordt er op het einde van het seizoen een **oorkonde uitgereikt**.
- ♦ bij elke **competitiewedstrijd volleybal** door de scheidsrechter fairplaypunten gegeven aan de wedstrijd. De laureaten worden gehuldigd met een **oorkonde en fairplayprijs**.





Een goede begeleiding is essentieel voor onze werking en een dienstverlening die graag en veel geven binnen de federatie. Onze medewerkers waren in de loop van het jaar weer veel onderweg voor begeleiding van regionale werkgroepen, provinciale stuurgroepen, nationale of provinciale sportcommités, scheidsrechtersbijeenkomsten, initiaties, voordrachten, planningsvergaderingen, werkgroepen adhoc...



Er werden **190** begeleidingsmomenten ingevuld in onze agenda.

WIST JE DAT...

... **Mandy** Van Goethem onze ploeg kwam versterken als administratief medewerker.

... binnen onze **krachtbalcompetitie** won 't **klaverken Buggenhout** de titel in de hoogste reeks en won **KBC St. Michiels** de beker. In de hoogste damesreeks won 't **Botterken Baasrode** de dubbel.

... vzw OKRA-SPORT+ **1.094 clubs** heeft.

... vzw OKRA-SPORT+ **53.065 leden** telt waarvan 51.825 gesubsidieerde leden.

... 636 clubs of 58% van de clubs hun ledenadministratie **digitaal** beheren. Een stijging van 50 clubs of 6% ten opzichte van 2018.

... kwb Geel Larum 2.048 wandelaars ontving, het hoogste aantal in onze **wandelcriteriums**.

... de **instagrampagina** @eenlevenlangsporten gelanceerd werd en de #eenlevenlangsporten op de wereld losgelaten werd.

... Dat een leven lang sporten **geen loze woorden** zijn wordt aangetoond door ons jongste aangesloten lid (geboren op 3/12/2014) over de oudste actieve krachtbalspeler (31/10/1948).