

Vitaal in beweging

2025

Het team van vitaal in beweging bestaat uit zes beweegmakelaars, een leefstijlmakelaar en een sport- en beweegconsulent. Samen bieden we maatwerk voor elke beweegvraag, of het nu gaat om sporten, gezonder leven of het vinden van een passende activiteit. Met tijd, aandacht en een persoonlijke benadering zorgen we ervoor dat iedereen zich op zijn gemak voelt. Dit maakt dat we een groot deel van de mensen die bij ons komen daadwerkelijk in beweging krijgen.

Beweegmakelaars

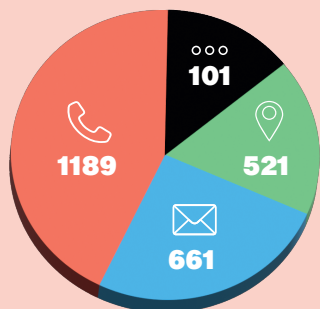


Waar we trots op zijn

In 2025 hebben de beweegmakelaars 835 mensen begeleid. Daarvan zijn er inmiddels 677 minimaal één uur per week aan het sporten.

Contactmomenten

Van de mensen die we begeleid hebben zijn al wekelijks aan het bewegen na onze interventie



GLI beweeggroepen

10 groepen
180 deelnemers
1 uur wekelijks

Senioren

onderdeel van **accres**
voor elkaar

Beweeghalftuurtjes

Er wordt 1 keer per week een halftuurtje gesport.

8 tot 10
deelnemers
per locatie

Doortrappen

Aantal proefritten op een driewieler

40

Aantal gesprekken over veilig fietsen

55

24
vrijwilligers
opgeleid

Vitaliteitsdag

Totaal aantal bezoekers: 220

Aantal deelnemende verenigingen

19

Aantal fitchecks

70

Aantal gezondheidchecks

70

Valpreventie

Aantal valrisico-testen met de smartfloor

70

Golden Sports

Seniorenportgroep, om wekelijks één uur actief te bewegen.

4
groepen

6 momenten
80 deelnemers

Leefstijlloket

Gecombineerde Leefstijl Interventie

Huisarts Slaapapneutest (huisarts)
Fysiotherapeut
Verslavingszorg Diëtist
Psycholoog Leefstijlcoach
Psychomotorische therapie
Beweegmakelaar
Leefstijlapotheek
Ontmoetingsplekken
Sportaanbod
Schuldhulpverlening
Stoppen met roken hulp

sportservice
apeldoorn