

[Bekijk deze e-mail in je browser](#)

Route Gezond

Nieuwsbrief Ketenaanpak Valpreventie

Regio Kennemerland

11 juni 2026

Beste relatie,

Graag sturen we je een update over de Ketenaanpak Valpreventie. Heeft u per abuis hiervoor een testmail ontvangen? Dan kunt u deze verwijderen.

In deze update:

- [Even voorstellen](#)
- [Maandelijks digitaal vragenuur In Balans en Otago](#)
- [Fietsvideo](#)
- [Verbreding opleidingseisen In Balans](#)
- [Korte terugblik in cijfers: G7-rapportage Q1 2026](#)
- [Communiceren activiteiten](#)
- [Indexering geldt ook voor informatiebijeenkomsten](#)
- [Update documenten](#)

Mochten er vragen zijn aarzel dan uiteraard niet om contact met ons op te nemen en stuur deze nieuwsbrief ook vooral door.

Even voorstellen

Mijn naam is Ingeborg Hovius en per 1 april jl. ben ik bij Team Sportservice begonnen als projectleider valpreventie Heemstede-Zandvoort. Hiermee neem ik het stokje over van Duco Boukes.

Met mijn achtergrond als oefentherapeut Mensendieck en orthomoleculair therapeut hoop ik een positieve bijdrage te mogen leveren aan de valpreventie in de gemeente Heemstede en Zandvoort, zodat zoveel mogelijk senioren zo lang mogelijk een zelfstandig en actief leven behouden.

Mocht u vragen hebben ben ik te bereiken via ihovius@teamsportservice.nl of 088-2037385. Ik ben werkzaam op woensdag en donderdag.



Maandelijks digitaal vragenuur

Elke eerste dinsdag van de maand organiseert de valpreventie-stuurgroep van 12.00 tot 13.00 uur een digitaal vragenuurtje voor uitvoerders van valpreventie-interventies.

Heb je vragen over bijvoorbeeld de financiering, uitvoering of rapportage? Meld je dan aan voor dit webinar.

Geef je interesse ook door aan jouw valpreventiecoördinator, zodat hij/zij op de hoogte is van jouw vraag en mogelijk kan aanhaken.

Wat: Vragenuur In Balans en Otago

Eerstvolgende datum: 7 juli

Tijd: 12.00 – 13.00 uur

Digitaal vragenuur

Fietsvideo

Beweeg mee door Haarlem

Maak bewegen leuk én herkenbaar met de nieuwe fietsvideo uit Haarlem. In deze interactieve video worden oefeningen voor kracht en fitheid gecombineerd met mooie beelden, culturele plekken en interessante verhalen uit de geschiedenis van Haarlem.

De video is geschikt voor iedereen:

- fietsen op een hometrainer;
- meedoen vanuit een stoel;
- individueel thuis;
- of gezellig samen in groepsverband.

Ook zonder fiets kunnen de oefeningen eenvoudig worden gevolgd vanuit de stoel. Zo kan iedereen op een laagdrempelige manier werken aan kracht, balans en conditie.

Een leuke en actieve manier om in beweging te blijven én Haarlem beter te leren kennen!

Bekijk de video

Verbreding opleidingseisen In Balans

De opleiding tot In Balans-docent wordt toegankelijker voor een bredere groep professionals uit het sport- en beweegdomein. Daardoor ontstaan er meer mogelijkheden om het aanbod van effectieve valpreventieprogramma's uit te breiden én om de doorstroom naar structureel beweegaanbod voor ouderen te versterken. Het resultaat is een vernieuwd vooropleidingskader met drie toelatingsroutes. Deze zijn gebaseerd op de mate van theoretische achtergrondkennis en ervaring met het geven van beweglessen aan senioren.

Per scenario gelden passende voorwaarden, zodat de kwaliteit van de opleiding en de uitvoering van het programma gewaarborgd blijft.

De nieuwe instroommogelijkheden

Korte terugblik in cijfers – G7-rapportage Q1

2026

In het eerste kwartaal van 2026 zijn binnen de G7-gemeenten samen 50 nieuwe interventies gestart: 27 In Balans en 23 Otago.

Daarnaast zijn er in Q1 301 valrisicotesten afgenomen, waarvan 57 via route-gezond.nl. Van de 244 hadden 108 inwoners een laag risico, 125 een matig risico en 11 een hoog risico.

Communiceren

activiteiten

Via de website Route Gezond communiceren wij alle activiteiten van de G7 Ketenaanpak valpreventie.

Neem minimaal één maand voor de aanvang van jouw groep contact op met jouw valpreventiecoördinator en geef aan wanneer je start. Via Route Gezond worden inwoners van alle G7

gemeenten bereikt die mogelijk interesse hebben in jouw activiteit.

Communiceer je over jouw activiteit? Zorg er dan voor dat je Route Gezond altijd vermeldt in alle uitingen. Neem daarnaast contact op met jouw valpreventiecoördinator voor posters en flyers in de juiste huisstijl. Zo versterken we samen de herkenbaarheid van Route Gezond.



Indexering van tarieven per 1 januari geldt ook voor informatiebijeenkomsten

In onze nieuwsbrief van februari hebben we gecommuniceerd dat per 1 januari een indexering van 3,1% wordt toegepast op de groepsvergoeding van cursussen. Graag willen we nog benoemen dat deze indexatie ook geldt voor de informatiebijeenkomsten.

Dit betekent concreet:

- De €85,- per uur gaat naar €87,64 per uur.
- In totaal wordt er 1,5 uur voor de bijeenkomst gerekend (incl. 30 minuten reistijd) dus dat geeft een totaal van €131,45.

Update documenten

Er zijn kleine tekstuele verbeteringen gedaan aan het toelichtingsdocument en de fysieke T-lijsten. Bij de T-lijsten is het fysiek printbare formulier gewijzigd. De woorden 'valtraining' zijn aangepast naar 'valpreventie cursus.'

De nieuwste versies van deze documenten zijn vanaf nu beschikbaar op de pagina voor professionals op Route Gezond.

Heb je nog vragen? Neem dan contact op met de valpreventiecoördinator(en) in jouw regio.

Naar de pagina voor professionals

Deze update maandelijks ontvangen of doorsturen?

Wil je deze e-mail automatisch maandelijks in je eigen mailbox ontvangen? Schrijf je dan in via de onderstaande button *Inschrijven*. Wil je deze update doorsturen? Klik dan op de button *Doorsturen*.

Inschrijven

Doorsturen

Route  Gezond

Copyright (C) 2026 Ketenaanpak Valpreventie Kennemerland.

Onze adresgegevens zijn:

Wil je wijzigen hoe je deze mails ontvangt?

Je kunt [jouw gegevens aanpassen](#) of je [uitschrijven](#)