

# Buizingen Bruist!

Een nieuw sportief leven blazen op het kaatsplein Buizingen

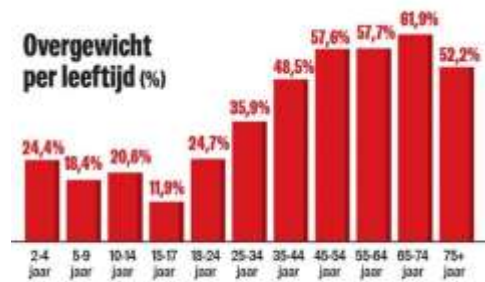


Een initiatief genomen door Halse Burgers:



## 1. Inleiding

Onderzoek heeft aangetoond dat de belangrijkste factoren met een negatieve impact op de gezondheid van de burger enerzijds het tekort aan beweging en anderzijds een ongezonde voeding is. De combinatie hiervan heeft geleid tot een explosieve groei van obesitas in alle leeftijdscategoriën. Sinds 1 oktober 2019 zijn er zelfs meer Belgen met overgewicht dan met een gezond gewicht.



De gevolgen van overgewicht zijn niet gering: hoger cholesterolgehalte, meer hart- en vaatziekten, meer kankergevallen. Daarboven leidt de extra druk op het lichaam door het overgewicht ook tot gewrichtsklachten, slaapapneu (en bijgevolg vermoeidheid), verminderde vruchtbaarheid, menstruatie- en incontinentieproblemen. En dan spreken we nog niet eens over de mentale gevolgen.

Gelukkig is het mogelijk deze negatieve spiraal om te buigen door aanpassing van onze levensstijl. Meer bewegen en sporten levert voordelen op, niet alleen fysiek maar ook op mentaal vlak:

- Je hart wordt sterker
- Je immuunsysteem verbetert
- Je gewicht verandert
- Je krijgt meer zelfvertrouwen
- Je wordt blij van beweging
- Je krijgt meer energie
- Je zit strakker in je vel
- Sterk blijven in het dagelijks leven
- Blessures voorkomen
- Sterke en gezonde botten
- Kwaliteit van leven verbetert

Volgens Hans Kluge van het WHO (World Health Organisation) is er dringend actie nodig op lokaal, regionaal én nationaal vlak. Laat Halle de eerste zijn die op lokaal vlak actie onderneemt om haar burgers gratis te laten sporten en zo een hele gemeenschap op sleeptouw neemt. Een quote van Michael Jordan: “ All you needed was one little match to start that whole fire”. Wij stellen voor om samen een lucifer te nemen en het sportvuur in elke Hallenaar aan te wakkeren.

## 2. Het project

Op 19 september 2021 viel het doek van de kaatsclub Buizingen "Amis Réunis". Marc Vanhasselt verklaarde onlangs op RingTv bij het afscheidstornooi dat dit park toch wel tot één van de mooiste kaatspleinen van België behoort. Het zou zonde zijn om de troeven van dit plein niet uit te spelen. Door de omvang van het terrein, de schaduw door de bomen en veel parkeergelegenheid in de buurt, heeft deze locatie het potentieel om een unieke trekpleister te worden in het Halse sportgeburen en een ontmoetingsplaats voor en van Hallenaren.



We willen dit plein gebruiken voor enerzijds de organisatie van sportlessen en anderzijds voor organisatie van evenementen al dan niet gelinkt aan sport.

We stellen voor om een container te plaatsen om daar het sportmateriaal op te bergen/te stockeren die we gebruiken voor de sportlessen. Zelf willen we instaan voor groepslessen zoals BBB (buik, benen, billen), Pump, Pilates, Bootcamps, step, ... en ook de container openstellen voor diegene die de klassieke fitness willen beoefenen.

We willen niet enkel sportevenementen organiseren maar ook op het plein bijvoorbeeld een filmavond op groot scherm of een paella eetfestijn organiseren, kortom, de Hallenaars laten genieten van sport en andere activiteiten en dit plein weer op de kaart te brengen in Halle.

Daarnaast zouden wij graag gebruiken maken de huidige chalet om de deelnemers een drankje te kunnen aanbieden na het sporten en alzo ook de toekomstige kosten te kunnen drukken.

Op termijn zouden we misschien zelfs een "spinningbox" kunnen plaatsen; dit is een container met fietsen om zou outdoor cycling te kunnen aanbieden. Wat een sportieve belevenis zou dit wel zijn?

Ons ultieme doel is Hallenaren te laten proeven van de voordelen van sporten in openlucht om zo ons steentje bij te dragen tot een gezonder Halle.



### 3. VZW Optimal Move

Om dit project te realiseren, hebben we opstartbudget nodig om al het nodige materiaal aan te kopen. Vandaar dat wij een beroep doen op het burgerbudget om deze kosten te dekken. Indien dit wordt goedgekeurd, wordt er een VZW opgericht die verantwoordelijk is voor de organisatie en uitbouw van dit project. Maarten Vanholst – wil deze VZW voorzitten. Deze VZW staat volledig in dienst van de Hallenaren waarbij zij **GRATIS** kunnen komen sporten (groepslessen en fitness). Iedereen is welkom, ongeacht kleur, leeftijd, geslacht, achtergrond, leeftijd, ... Sport is een gegeven dat iedereen bij elkaar brengt. De groepslessen worden gegeven door Vanholst Maarten en Dries Langie (beide leerkrachten LO) en de andere deelnemers aan dit project staan in voor het openhouden van de container voor de mensen die willen komen fitnessen buiten de groepslessen, helpen met het openhouden van de cafetaria, eetfestijn en dergelijke.

Uiteraard zal er na verloop van tijd materiaal moeten vervangen worden of nieuw aangekocht worden en zullen wij hiertoe ieder jaar inkomsten moeten genereren. Daarom zouden wij gebruik willen maken van de chalet dat er tot op heden staat om de deelnemers na de trainingen een drankje en hapje te kunnen aanbieden. Een eetfestijn, wafelverkoop, sponsors, ... zouden ook extra inkomsten in het laadje brengen om voorziene en onvoorziene kosten te dekken.

### 4. Bronnen

Internet artikels:

“Te dik is het nieuwe normaal: voor het eerst meer belgen met overgewicht dan met een gezond gewicht.” Geraadpleegd op 10 mei 2021. [https://www.nieuwsblad.be/cnt/dmf20190930\\_04637111](https://www.nieuwsblad.be/cnt/dmf20190930_04637111)

“België doet het niet goed: één op de vier kinderen en meer dan de helft van de volwassenen kampt met overgewicht.” Geraadpleegd op 10 mei 2021. [https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2022/05/03/who-obesitas-in-europa-neemt-epidemische-proporties-aan-en-le/?fbclid=IwAR1z7IenNCLTYMor-gy\\_tJz9ImTvvPHTTPsdRf6WX2E0dQQE5\\_QqVEFfDbM](https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2022/05/03/who-obesitas-in-europa-neemt-epidemische-proporties-aan-en-le/?fbclid=IwAR1z7IenNCLTYMor-gy_tJz9ImTvvPHTTPsdRf6WX2E0dQQE5_QqVEFfDbM)

“De (belangrijkste) voordelen van sport. Geraadpleegd om 10 mei 2021.” <https://drogespieren.nl/motivatie/de-belangrijkste-voordelen-van-sporten>

### 5. Bijlage

Zie bijlage voor de offerte van Strongbox. (Bedrijf dat instaat voor het leveren van sportcontainers).

Zie bijlage voor prijzen materiaal.

Afhankelijk van het verkregen budget zullen wij de beslissing maken welk materiaal wij aankopen. (wij mikken op ± 45 à 50 000)