



Nieuwsbrief Fit & Vitaal - maart 2026



Beste inwoners van de gemeente Dinkelland,

Het carnavalsseizoen ligt inmiddels weer achter ons. Opnieuw hebben talloze vrijwilligers zich met hart en ziel ingezet voor optochten, wagenbouw, galavoorstellingen en alle andere activiteiten die deze periode zo bijzonder maken. Hun betrokkenheid laat zien hoe sterk ons verenigingsleven is. Die saamhorigheid en inzet vormen een stevig fundament voor sport, cultuur en vitaliteit in onze gemeente.

Afgelopen maand keken we ook massaal naar de Olympische Winterspelen. Sporters van over de hele wereld lieten zien wat toewijding, discipline en doorzettingsvermogen kunnen opleveren. Hun prestaties inspireren jong en oud om zelf in beweging te komen, of dat nu op het ijs, in de sporthal of buiten in de natuur is. Sport verbindt, geeft energie en brengt het beste in mensen naar boven.

Met de lente in aantocht verplaatsen steeds meer activiteiten zich weer naar buiten. De dagen worden langer en dat biedt volop kansen om samen actief te zijn. Of je nu deelneemt aan een vereniging, recreatief sport of gewoon geniet van een wandeling: elke vorm van beweging draagt bij aan een fitte en vitale gemeente.

Ik wens iedereen een actief en gezond voorjaar toe!

Met sportieve groet,

Wethouder Richard de Way

Gemeenteraadsverkiezingen 2026: jouw stem telt!

Op woensdag 18 maart 2026 zijn de gemeenteraadsverkiezingen. Op die dag kies jij wie jou de komende vier jaar vertegenwoordigt in de gemeenteraad.

De gemeenteraad neemt besluiten over onderwerpen die jou direct raken. Denk aan sportvoorzieningen, cultuur, duurzaamheid, zorg, woningbouw en de inrichting van jouw wijk of dorp. Door te stemmen heb je invloed op de koers van onze gemeente en laat je weten wat jij belangrijk vindt.

Een sterke lokale democratie begint bij betrokken inwoners. Ga daarom stemmen en draag bij aan een toekomstbestendige, vitale en leefbare gemeente. Jouw stem telt!

Aan de slag met een gezonde sportomgeving? Vraag nu gratis rook- en vapevrije borden aan



Wil jouw sportvereniging bijdragen aan een gezonde en veilige sportomgeving? Dan is dit het moment om in actie te komen. Van 2 tot en met 16 maart loopt de NOC*NSF-actie waarbij sportverenigingen gratis "Rookvrij is ook Vapevrij"-borden kunnen aanvragen.

Met deze borden laat je als vereniging duidelijk zien dat roken én vpen niet thuishoren op het sportterrein. Zo geef je het goede voorbeeld aan jeugd en jongeren en draag je bij aan een sportomgeving waarin gezondheid centraal staat.

Vraag de gratis rook- en vapevrije borden aan via [deze link](#). Samen maken we sport rook- en vapevrij!

Subsidietip: Nationaal Fonds voor de Sport

In 2026 komt het Nationaal Fonds voor de Sport met drie open oproepen gericht op verschillende maatschappelijke vraagstukken. Op 15 april 2026 opent de oproep Fysieke Gezondheid. Deze oproep is gericht op het ondersteunen van projecten waarin sport wordt ingezet om de fysieke gezondheid van mensen te verbeteren die door omstandigheden minder of niet (kunnen) sporten en bewegen.

De tweede oproep, de oproep Mentale Gezondheid, opent 1 juni 2026 en is gericht op het verbeteren van de mentale gezondheid door sport in te zetten om stress te verminderen, zelfvertrouwen te vergroten en mensen positief in het leven te laten staan.

De laatste oproep, de oproep Sociale Cohesie, opent op 1 oktober 2026 en is gericht op organisaties in de sport die zich richten op het versterken van de sociale cohesie in de wijk of in het dorp, door buurtgenoten met verschillende achtergronden samen te brengen en waardevolle ontmoetingen te creëren via sport.

De subsidie bedraagt bij alle drie de oproepen maximaal € 10.000,-.

Over het fonds

Het Nationaal Fonds voor de Sport wil iedereen actief aanzetten tot sporten en bewegen en het mogelijk maken dat iedereen via sport kan werken aan een goede fysieke en mentale gezondheid, zich persoonlijk kan ontwikkelen en zich kan verbinden met anderen.

Sluit jouw project aan bij een van deze oproepen? Bereid dan nu je subsidieaanvraag voor!

Meer subsidietips

Column dorpsondersteuner

Door de dorpsondersteuner van Lattrop- Breklenkamp, Noord Deurningen, Tilligte

Verbinding en lef in het dorp

Het begon met een simpel idee. Een paar jonge vrouwen uit het dorp dachten: Waarom organiseren we niet eens iets? Niet voor een vereniging of een verplichting, maar gewoon, omdat het leuk is. Omdat het dorp leeft, als je het maar de kans geeft.

Een idee met grote betekenis

En zo ontstond het plan: een wijnproefavond op een prachtige plek midden in ons dorp, vol geschiedenis, stilte en nu dus... een proeverij. In maart 2026 zal het zover zijn, maar het mooiste is eigenlijk nu al gebeurd: het initiatief.

Mooi om te zien is ook dat ze contact zochten met mij en ik meteen enthousiast aan kon schuiven. Niet om het over te nemen, maar om te ondersteunen. Om ruimte te bieden, mee te denken, en vooral: het initiatief bij de mensen zelf te laten. Zo ontstaat echte samenwerking, van onderop, met vertrouwen en betrokkenheid.

Een bruisend dorp

Want in een tijd waarin dorpen vaak worden weggezet als “stil” of “uitstervend”, laten deze vrouwen, met steun uit het dorp, zien dat er wel degelijk reuring is. Dat er jonge mensen zijn die zich willen verbinden, niet alleen online maar ook echt, met elkaar, aan tafel, in gesprek.

Wat het gaat worden? Geen idee. Misschien wordt het druk, misschien blijft het klein. Maar het feit dat het initiatief er is, zegt alles. Over lef, over verbondenheid, over willen bijdragen aan de plek waar je woont. Het laat zien dat het niet veel nodig heeft om iets moois in gang te zetten. Alleen een paar mensen die denken: waarom niet?

En zo wordt deze proeverij meer dan een avondje proeven. Het wordt een teken van leven. Van samenzijn. Van toekomst. Het dorp bruist, en dat mag best gevierd worden.



Fit & Vitaal, hét platform voor zichtbaarheid!

Beste vereniging,

Wil je meer inwoners bereiken en laten zien wat jullie organiseren? Dan is **fitenvitaal.nu** dé plek om zichtbaar te zijn! Op dit platform zoeken inwoners naar sportieve, culturele en sociale activiteiten in hun eigen omgeving.

Door je vereniging aan te melden en jullie activiteiten te plaatsen:

- Vergroten jullie je zichtbaarheid in de regio
- Bereiken jullie eenvoudig nieuwe deelnemers
- Staat jullie aanbod overzichtelijk in de activiteitenkalender
- Maken jullie het inwoners makkelijk om mee te doen
- Laten jullie ook aan andere verenigingen zien dat jullie actief zijn én meedoen

Het aanmelden is eenvoudig. Maak een profiel aan voor je vereniging en voeg daarna zelf activiteiten toe. Zo houdt je de regie over jullie aanbod en blijft de informatie altijd actueel.

[Aanmelden](#)

Na carnaval... tijd voor balans en bezinning

Na een periode van gezelligheid, feest en misschien nét iets te veel lekkers, breekt voor veel mensen een andere tijd aan: de vastenperiode. Van oudsher is dit een moment van bezinning, bewustwording en het maken van nieuwe keuzes.

Vasten betekent vandaag de dag niet alleen minder of anders eten. Het kan ook gaan over:

- Bewuster omgaan met voeding en alcohol
- Tijd nemen voor rust en ontspanning
- Minder schermtijd en meer aandacht voor elkaar
- Extra aandacht voor bewegen en gezondheid
- Iets goeds doen voor een ander

De periode na carnaval is voor veel mensen een mooi moment om even stil te staan. Wat geeft energie? Wat kost energie? Waar wil je meer of minder aandacht aan geven?

Het hoeft niet groots of streng te zijn. Juist kleine, haalbare stappen maken verschil. Denk aan een week zonder frisdrank, elke dag een wandeling, of bewust een moment van stilte inbouwen.

Zo wordt de tijd na carnaval niet alleen een afsluiting van het feest, maar ook een nieuw begin, met ruimte voor balans, vitaliteit en aandacht.

Column buurtsportcoaches Dinkelland

Succesvolle voorjaarsvakantie vol sport en plezier!

Tijdens de voorjaarsvakantie hebben de buurtsportcoaches weer een prachtig programma neergezet. In verschillende kernen deden veel

kinderen enthousiast mee aan sportieve en uitdagende activiteiten. Van leuke spelvormen tot kennismaken met verschillende sporten: het was een week vol beweging, plezier en nieuwe ervaringen.

De opkomst was geweldig en het enthousiasme van de kinderen werkte aanstekelijk. Er werd fanatiek meegedaan, samengewerkt en vooral veel gelachen. Mooi om te zien hoe sport en spel zorgen voor verbinding én energie!

Heb je de vakantieactiviteiten gemist? Geen zorgen! Ook ná de vakantie blijven de buurtsportcoaches zorgen voor extra beweegmomenten.

Elke week organiseren de buurtsportcoaches een Naschools Sportmoment

In verschillende kernen worden elke week naschoolse sportmomenten georganiseerd. Hier kunnen kinderen na schooltijd lekker bewegen, nieuwe sporten ontdekken en samen plezier maken onder begeleiding van de buurtsportcoaches.

Bekijk het weekoverzicht met locaties en tijden hierboven en sluit gezellig aan!

Samen blijven we bouwen aan een fitte en vitale jeugd.



Weekoverzicht Naschools Sportmoment

Elke week zorgen wij voor een extra sportmoment!

In verschillende kernen organiseren wij een naschools sportmoment voor kinderen op de basisschool. We doen allerlei leuke en uitdagende sport- en spelactiviteiten. Zodat kinderen lekker kunnen bewegen, nieuwe sporten kunnen ontdekken en vooral veel plezier hebben.



Locatie en tijden

Kern	Dag	Tijd	Locatie
Rossum	Maandag	14.30-15.30 uur	De Rosswiede
Ootmarsum	Dinsdag	15.00-16.00 uur	De Schalm
Tilligte	Woensdag	14.30-15.30 uur	Terra Nova
Weerselo	Donderdag	14.30-15.30 uur	't Trefpunt
Saasveld	Donderdag	15.00-16.00 uur	Gymzaal Saasveld

NBSS Heb je vragen, mail ons dan: buurtsportcoaches@fitenvitaal.nl
Meer informatie? Kijk op de website: www.fitenvitaal.nl

Stichting Leergeld

Mensen met een lager inkomen hebben niet altijd het voorrecht om eenvoudig deel te nemen aan sport, cultuur of educatie. Maar wist je dat de gemeente Dinkelland hiervoor ook budget heeft?

In Nederland leeft 1 op de 12 kinderen in armoede. Deze kinderen kunnen niet meedoen aan activiteiten die voor hun leeftijdsgenootjes heel normaal zijn, alleen omdat er niet genoeg geld is.

Wat kan Stichting Leergeld Dinkelland voor jouw kind betekenen?

Stichting Leergeld kan financieel steun bieden bij sportbeoefening, culturele vorming en speciale schoolkosten. Dit geldt voor gezinnen met een lager inkomen. Met deze middelen kun je bijvoorbeeld de contributie betalen, maar ook sportmaterialen of een muziekinstrument aanschaffen.

Ook verenigingen kunnen naar Stichting Leergeld verwijzen op hun website, waardoor gezinnen die hulp nodig hebben gemakkelijker de weg vinden naar ondersteuning.

Meedoen Budget

Naast Stichting Leergeld bestaat er ook het Meedoen Budget. Dit is een jaarlijkse bijdrage van €188,00 om ook vanaf 18 jaar deel te nemen aan sport, cultuur of onderwijs. Dit kan naast contributie bijvoorbeeld ook gebruikt worden voor een bezoek aan de bibliotheek.

Neem voor meer informatie contact op met Schakel Dinkelland via info@schakeldinkelland.nl of 0541-854401.



Volg ons ook online!



Facebook



Instagram



Website

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}.
Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#).

Bent u nog niet ingeschreven voor de nieuwsbrief, maar wilt u wel op de hoogte blijven van de laatste ontwikkelingen? [Meld u dan hier aan!](#)