

LIVING LABS

**SAMEN INNOVEREN IN
SPORT EN BEWEGEN**

Een handreiking



Inhoudsopgave: (klik op een hoofdstuk)

• De living labs in kaart	3
• Inleiding	4
• Les 1 Investeer in netwerkvorming en luister goed naar behoeften van mensen	5
• Les 2 Sta open voor veranderingen	9
• Les 3 Onderschat de rol van de labregisseur niet	11
• Les 4 Denk vanaf het begin na over verankering	14
• Les 5 Deel successen	16
• Over de living labs: theoretische achtergrond	19
• Nawoord	22
• Colofon	23



LIVING LAB	GEMEENTE	ONDERWIJNSINSTELLING
1 Positief Pedagogisch Sportklimaat	Amersfoort	Hogeschool Utrecht
2 M&Gezond	Emmen	Hanze Hogeschool
3 Bewegvriendelijk Vinkhuizen	Groningen	Hanze Hogeschool
4 Samenwerking in Beweging	Groningen	Hanze Hogeschool
5 Sport- en Beweglab Haarlem	Haarlem	INHolland
6 Waarde van bewegen Harderwijk	Harderwijk	Windesheim
7 Living Lab Lingewaard	Lingewaard	Hogeschool Arnhem en Nijmegen
8 Tijd voor Toekomst	Oldambt	Hanze Hogeschool
9 Living Lab Achterhoek	Oost-Gelre en Montferland	Hogeschool Arnhem en Nijmegen
10 Living lab Oss	Oss	Hogeschool Arnhem en Nijmegen
11 Living Lab Hydrotherapy	Rheden	Hogeschool Arnhem en Nijmegen
12 Een steuntje in de Utrechtse Heuvelrug	Utrechtse Heuvelrug	Hogeschool Utrecht
13 Vollenhove in Beweging	Zeist	Hogeschool Utrecht

G5

LIVING LAB	GEMEENTE
• Haags Sportkwartier	Den Haag
• Esports Rotterdam	Rotterdam
• Zwemles van de toekomst	Eindhoven
• Challenges Utrechts Sportakkoord	Utrecht
• Positieve Sportcultuur	Amsterdam



INLEIDING

In 2019 startten vijftien Living Labs Sport en Bewegen, samen met nog vijf andere labs in de vijf grote steden (G5). De tijd was er rijp voor, het beleid van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) bood ruimte aan inwoners en lokale partners om een rol te spelen in het realiseren van de ambities uit het Nationaal Sportakkoord. Dat gaf de impuls bij ZonMw en Sportinnovator om te starten met Living Labs Sport en Bewegen. Living labs zijn open, levende laboratoria waar onderzoek en innovatie plaatsvindt om samen met bewoners een antwoord te vinden op maatschappelijke uitdagingen. Ze zijn per definitie actiegericht, stellen de eindgebruiker centraal, doen aan co-creatie, maken gebruik van verschillende (onderzoeks-)methoden, werken samen met de overheid, maatschappelijke organisaties, bedrijven en werken in de praktijk.

De beginfase van de labs was een zoektocht naar het vinden van de focus van het lab en het vormen en versterken van lokale netwerken. Deze ontdekkingsreis waarin de labs simpelweg samen met de doelgroep aan de slag gingen, leidde ertoe dat allerlei laagdrempelige beweeginterventies in de Living Labs Sport en Bewegen het licht zagen.

Zo begon het Living Lab Bewegvriendelijk Vinkhuizen met een wandelroute en werden er ommetje *challenges* georganiseerd in het living lab de Achterhoek. De living labs zorgden voor een nieuwe dynamiek rondom soms verrassende samenwerkingsrelaties en voor meer participatie van bewoners. In de tweede fase gingen de labs aan de slag met de geleerde lessen en werden de innovatieve oplossingen geïmplementeerd en getest. Alles met als doel om bewoners duurzaam in beweging te krijgen.

Samenwerking is in de living labs dé sleutel tot succes. Zo zijn de labs de afgelopen jaren met steun van Katapult regelmatig samengekomen om kennis uit te wisselen en van elkaar te leren. Diezelfde samenwerking is ook verantwoordelijk voor het feit dat dit magazine de wereld in is geholpen. De labs delen hun ervaringen van de afgelopen jaren graag, ter inspiratie en om te gebruiken als leidraad en daarom hebben we uit hun naam de vijf belangrijkste lessen opgeschreven. Ze bieden praktische handvatten voor iedereen die werkt aan het opstarten en succesvol uitbouwen van een Living Lab Sport en bewegen.



1

INVESTEER IN HET NETWERK EN LUISTER GOED NAAR BEHOEFTE EN WENSEN VAN GEBRUIKERS

EEN NETWERK OPZETTEN

De kracht van een living lab bestaat uit de waardevolle samenwerking tussen veel verschillende partijen; sporters, patiënten, buurtbewoners, vrijwilligers, buurtsportcoaches, beleidsmedewerkers van gemeenten en professionals uit andere werkvelden, samen vormen ze het netwerk van een living lab. Besteed daarom bij het starten van een living lab al aandacht aan het opzetten van een goed netwerk. Zo'n netwerk ontstaat door het *'geduldig opbouwen van contacten én een enthousiasmerend projectleiderschap'*.

Dit leidt er volgens Ard Sprinkhuizen van Vollenhove in Beweging toe dat de partners *'zowel formeel als informeel graag relaties met elkaar opzoeken en aangaan.'*¹ Johan van Herpen van Esports Rotterdam benoemt expliciet dat *'het cruciaal is dat de eindgebruikers vanaf het begin een plek aan tafel hebben.'*² In lijn hiermee vult Jesse Offringa van Living Lab Oldambt aan dat de betrokken leerlingen van de leerlingenraad daarin een positieve rol speelden door de andere leerlingen op school enthousiast te maken.³



ANDERS DAN 'GEWONE' PROJECTEN

In dat werken vanuit een netwerk onderscheidt een living lab zich van reguliere projecten bij een gemeente.⁴ Johan van Herpen van Esports Rotterdam noemt dat het voor een gemeente nog niet zo vanzelfsprekend is: *'Daarin verschilt een living lab echt met hoe we projecten doorgaans aanpakken.'*⁵ Ook in de gemeente Lingewaard ervaren de betrokken beleidsmedewerkers een andere manier van werken: *'Op het gemeentehuis weet je goed wat er speelt, maar in een living lab wordt het echt heel concreet'.* Vergeleken met een regulier project is een living lab steviger verbonden met het werkveld doordat de sporters, patiënten of buurtbewoners tijdens het hele proces een volledige netwerkpartner zijn.



DE UITDAGING BEPAAL JE SAMEN

De problemen, of positiever gezegd, de uitdagingen van het lab bepaal je altijd samen met de netwerkpartners. Living labs zijn uitermate geschikt om zogenoemde 'wicked problems' op te lossen. Dat zijn complexe problemen waarvoor, volgens Frank van Eekeren van het Haags Sportkwartier, nooit slechts één antwoord te vinden is. Net zoals er ook geen eindpunt is, want de oplossing voor een wicked problem is nooit klaar of af. ⁶ Als het netwerk gevormd is, onderzoeken de partners met elkaar wat de rode draad van de ervaren problemen is, zonder hiervoor direct al oplossingen aan te dragen. Het is in deze fase van belang om dié uitdagingen te benoemen waarin alle partners zich herkennen. Dat vergt tijd en energie. Een labregisseur zei hierover: *'Het is niet efficiënt, wel effectief!'* ⁷ Dat hele proces van bouwen aan een netwerk en vaststellen van uitdagingen waar je samen achter staat kost dus veel tijd en koffie drinken, maar die investering betaalt zich terug.



SPREEK DEZELFDE TAAL

Het netwerk van een living lab bestaat uit mensen met uiteenlopende achtergronden, levensfasen, beroepen en ervaringen en die diversiteit is gelijk de kracht van een living lab. Om ondanks die verschillen goed te kunnen samenwerken is het belangrijk om een gemeenschappelijke en herkenbare taal te ontwikkelen die door iedereen gesproken wordt, zowel door de partners als de doelgroep en eindgebruikers. Die taal is per definitie helder, zonder vakjargon, afkortingen en complexe uitdrukkingen. Want pas als je elkaar goed begrijpt kun je samen een uitdaging bepalen. Een betrokken ervaringskundige uit het living lab uit Harderwijk zei hierover: *'Het is gaaf om gehoord te worden en te kunnen vertellen wat voor mij belangrijk is.'*⁸



2

STA OPEN VOOR VERANDERINGEN

AMBITIES VASTLEGGEN

Typerend voor een living lab is dat er geen sprake is van vooraf vastgestelde doelstellingen of een vastomlijnd plan van aanpak om doelstellingen te realiseren. Frank van Eekeren van het Haags Sportkwartier schreef hierover: *'Je moet een living lab niet inzetten als een methodiek voor burgerparticipatie bij jouw beleidsdoelen. Het doel vaststellen is onderdeel van het proces, niet een gegeven.'*⁹

Als je het als netwerk eens bent over welke uitdagingen je aanpakt, is de volgende stap om samen na te denken over de doelstellingen. Het vastleggen van deze ambities is een allereerste aanzet om tot pilots van oplossingen te komen. De ambities geven immers richting aan de experimenten die in het lab worden ingezet. Deze doelen worden na verloop van tijd door het opdoen van waardevolle ervaringen meestal aangescherpt of aangepast.

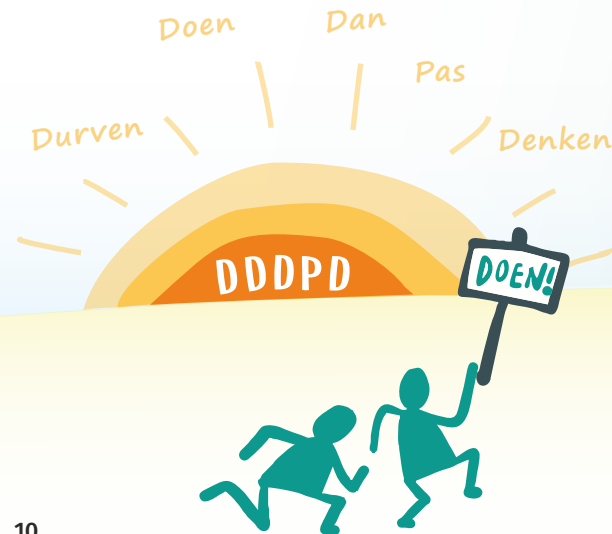
EXPERIMENTEREN

Experimenteren is het sleutelwoord voor de manier waarop een living lab een uitdaging aanpakt. Jesse Offringa van Living Lab Oldambt: *'Begin klein, zoals wij met onze pilot. Leer van je fouten, en sluit aan bij de energie die ontstaat als je dingen samen doet.'*¹⁰ Door samen kleine pilots te ontwikkelen en experimenten op te zetten leren de partners binnen het netwerk. Met deze ervaringen pak je samen vervolgens de *wicked problems* aan. Probeer daarbij als het even kan aan te sluiten bij initiatieven uit het werkveld. Dit zorgt niet alleen voor draagvlak, het maakt op termijn ook de verankering van het living lab makkelijker. Pas op basis van de ervaringen de vastgestelde doelen aan en stel ook het proces daaraan bij. Uit de evaluatie van de living labs blijkt dat je in een living lab niet *'bang moet zijn om stappen terug te zetten'*. Johan van Herpen van living lab Esports Rotterdam zegt hierover dat de grote ruimte om te experimenteren juist het voordeel van een lab is. *'Er mag ook iets mislukken.'*



DURVEN DOEN EN DAN PAS DENKEN

Experimenteren en werken zonder vastomlijnd plan vraagt om een ondernemende houding en een neus voor het spotten van nieuwe ontwikkelingen en kansen. Binnen de wereld van Sport en Bewegen zijn mensen *'naast denkers ook doeners.'*¹¹ Deze combinatie van analyseren en handelen past uitstekend in het flexibele proces van een living lab. Twee stappen vooruit, om dan weer een stap terug durven te zetten. Willy Evers uit Living Lab Lingewaard herkent dit: *'Mijn gouden tip: DDDPD: durven, doen en dan pas denken. Dus gewoon beginnen en tijdens het proces bij-én opschakelen. Dan kom je samen ergens.'*¹² Goed kunnen omgaan met teleurstellingen is daarbij een belangrijke voorwaarde voor netwerkpartners. Want hoe moeilijk het ook is, bij het werken aan *wicked problems* past het om regelmatig een stap terug te moeten zetten.¹³



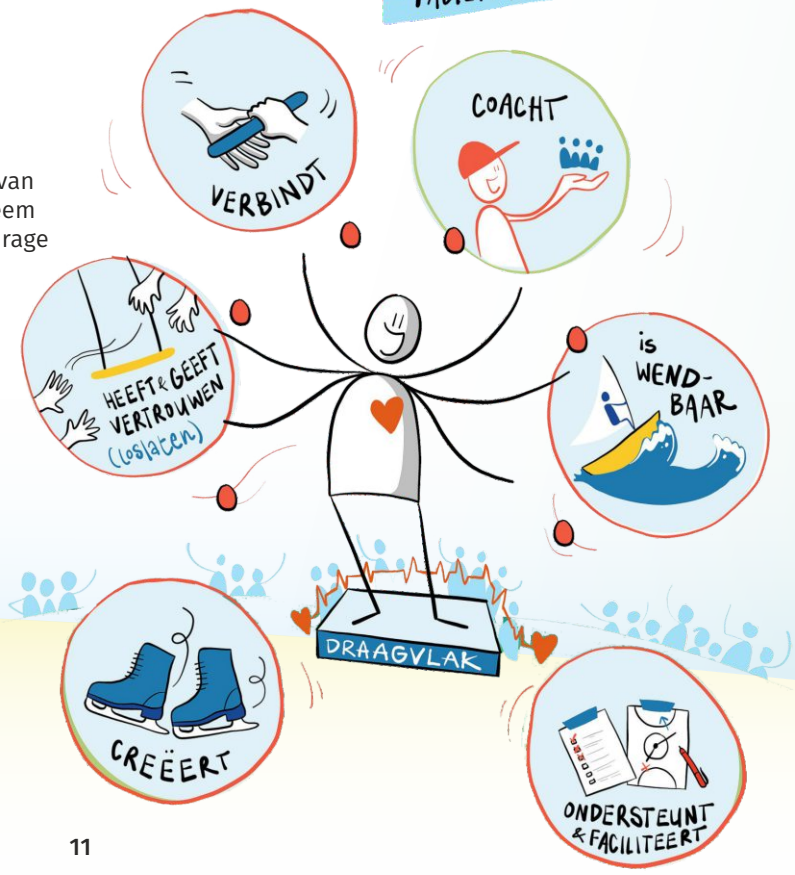
3

ONDSCHAT DE ROL VAN DE LABREGISSEUR NIET

HET NETWERK ONDERHOUDEN

De Living Labs Sport en Bewegen hebben allemaal een labregisseur vanuit een gemeente of een hogeschool. Een labregisseur is een facilitator van innovatie die het netwerk van een living lab actief ondersteunt. De labregisseur agendaert het probleem bij de verschillende netwerkpartners. De betrokken partijen moeten zich ervan bewust worden dat er sprake is van een gedeeld probleem en zij moeten er allen van overtuigd zijn dat ze een bijdrage kunnen leveren aan het oplossen van deze uitdaging. Het is de taak van de labregisseur om de betrokken partijen in dit proces te verbinden.

de
LAB-REGISSEUR
FACILITATOR VAN INNOVATIE



VAARDIGHEDEN VAN EEN LABREGISSEUR ¹⁴

Werken in een living lab kan spannend zijn omdat er geen projectplan klaar ligt en de doelen niet vooraf gedefinieerd zijn. De labregisseur moet daarom stevig in zijn/haar schoenen staan en bij iedere afweging het belang van het lab voor ogen houden. Door de netwerkpartners individueel te coachen kan een labregisseur bij de partners ‘koudwatervrees overwinnen’ zoals Pijke den Ambtman, de labregisseur van Oss dit proces verwoordt. Het kost bovendien de nodige tijd om gedeeld eigenaarschap realiseren, daar moet een labregisseur oog voor hebben. Het past bij een labregisseur om alle partners vertrouwen te geven. Dit is essentieel en typerend voor een living lab omdat de partijen die om tafel zitten zo verschillend zijn. Inwoners, professionals, beleidsmedewerkers en sporters moeten samen tot overeenstemming komen op lastige onderwerpen. Dat zorgt soms voor

wrijving; inwoners moeten de vrijheid ervaren zich uit te spreken tegen professionals als ze vinden dat die bepaalde situaties anders verwoorden dan zij ze beleven. In dit proces van ondersteunen en coachen is een labregisseur wendbaar. Wendbaar zijn betekent volgens de huidige labregisseurs: voornemens en plannen durven loslaten en ruimte geven aan situaties die zich voordoen tijdens de experimenten. Wendbaar zijn past bij experimenteren en fouten durven maken.



CREATIEF WERKEN

Een living lab gebruikt bij voorkeur creatieve werkwijzen om inwoners bij het lab te betrekken en hun problemen te achterhalen. Voorbeelden hiervan zijn inspiratieboeken, tekeningen van kinderen op thema's als buitenspelen, of een debat met de kinderraad van een basisschool. Daarnaast zet een lab deze creatieve werkwijzen ook in om te stimuleren om tot innovatieve, mogelijke oplossingen voor het gedeelde probleem te komen. Het is de kunst voor de labregisseur om niet meteen op zoek te gaan naar antwoorden en oplossingen maar de tijd te nemen om het probleem écht te begrijpen. Vooral in de wereld van sport en beweging waar mensen veelal actiegericht zijn, is het een uitdaging om de rust te nemen het onderliggende probleem scherp te krijgen. Een labregisseur vervult in een lab dus verschillende rollen. Enkele labs werken met duo regisseurs om deze verschillende rollen goed te kunnen vervullen.

VERBINDEN ZONDER ONMISBAAR TE WORDEN

Voor een labregisseur is het de uitdaging om tijdens het gezamenlijk bouwen aan het netwerk altijd voor ogen te houden dat het erbij hoort om op termijn een stapje terug te zetten. Zodra het netwerk gebouwd is en het living lab 'staat', moet er immers sprake zijn van 'gedeeld eigenaarschap binnen het living lab.'¹⁵ Want het living lab is van iedereen, van alle netwerkpartners. Door voortdurend voor alle partners win-win-situaties te creëren ontstaat de noodzakelijke verbinding waarin de partners het belang zien van het voortbestaan van het lab. Daardoor ontstaat het draagvlak voor de toekomst van het living lab.



4

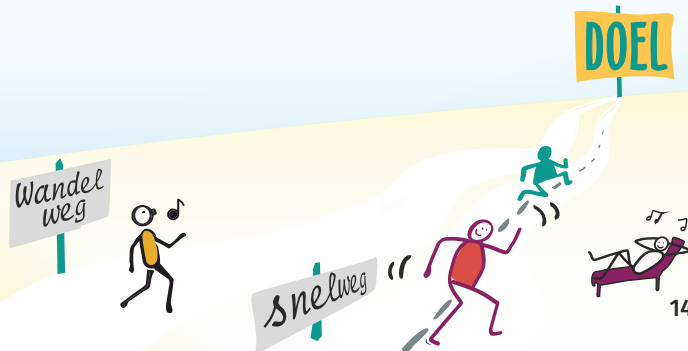
DENK VANAF HET BEGIN NA OVER VERANKERING

BORGING VAN EEN LIVING LAB

De grootste uitdaging bij het realiseren van een living lab is om stil te staan bij het voortbestaan op de langere termijn: de borging of ook wel verankering. Is het lab eenmaal gerealiseerd volgt gelijk de opdracht om het netwerk ook voor de langere termijn effectief te laten zijn. Het nadenken over verankering start al vanaf het begin. Het is waardevol om een lab op te bouwen uit (deels) bestaande netwerken omdat die toegang bieden tot verschillende doelgroepen en diversiteit aan kennis.¹⁶ Wanneer een lab voortborduurdt op bestaande samenwerkingsverbanden is dat een slimme strategie voor het verankeren op lange termijn. Oude samenwerkingsverbanden zijn namelijk al toekomstbestendig. Kanttekening: hierbij geldt uiteraard het aloude credo: 'als je doet wat je deed, dan krijg je wat je kreeg'. Bouwen op bestaande samenwerkingsverbanden vraagt wel om een transformatie van die samenwerkingsverbanden naar een lab.

'VOLG HET TEMPO VAN HET LIVING LAB'

Om een living lab te verankeren voor de toekomst is het zaak dat er sprake is van gemeenschappelijk eigenaarschap en daarvoor is het cruciaal om het tempo van het living lab te volgen. Als alle netwerkpartijen gezamenlijk het proces en tempo bepalen dan blijven de initiatieven namelijk ook van het netwerk. Dat gaat niet vanzelf; professionals, vrijwilligersorganisaties, sportverenigingen en betrokken buurtbewoners kennen een ander tempo. Professionals zijn geneigd om sneller te willen dan de andere partijen. Het is immers hun werk, zij willen doelen realiseren en hebben hiervoor nú tijd vrijgemaakt. Toch is het een vereiste dat het lab het tempo afstemt op de tragere partijen. Wanneer het lukt om in een gedeeld tempo successen te realiseren ontstaat de lokale trots die zo waardevol is voor het gevoel van gedeeld eigenaarschap. En dat helpt om het lab en haar netwerk te borgen.



VERANKERING IN FYSIEKE ONDERDELEN

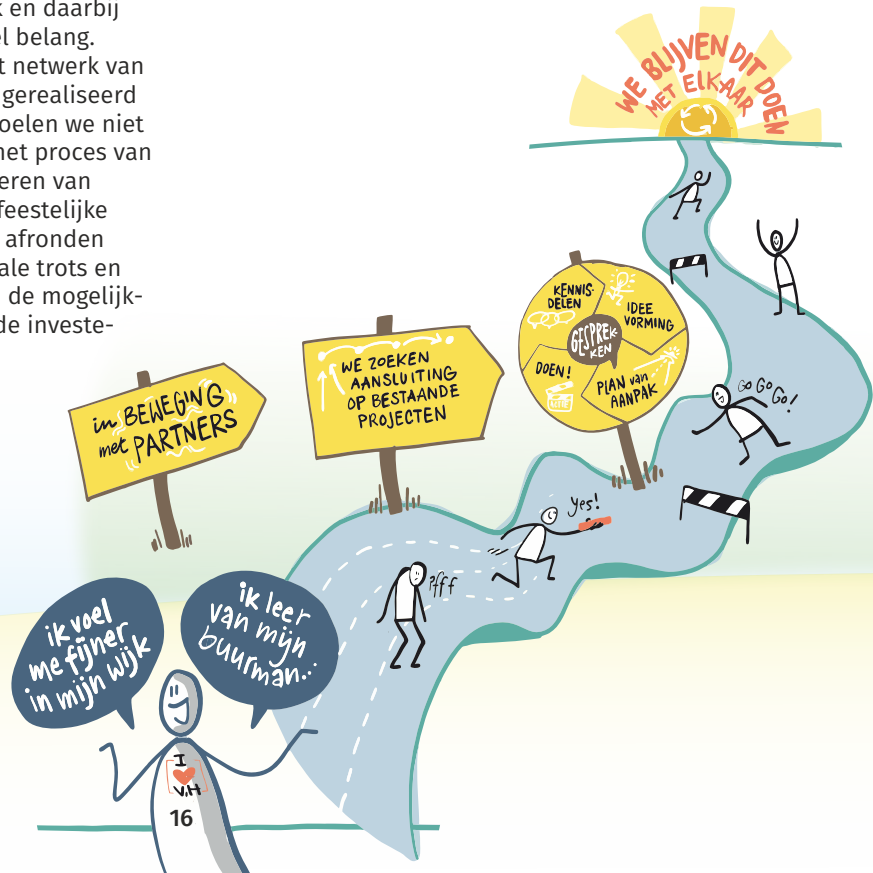
Living labs streven naar 'sociale innovatie', maar zo'n begrip is weinig tastbaar. Probeer daarom om innovaties zoveel mogelijk tastbare onderdelen te geven, dan worden de resultaten ook tastbaarder. Denk bijvoorbeeld aan het werken vanuit een buurthuis waar veel bewoners komen,¹⁷ zoals Living Lab M&Gezond deed. Ard Sprinkhuizen van Vollenhove in Beweging geeft aan dat fysieke aanpassingen in de (openbare) ruimte zoals bankjes, beweegtuinten of wandelroutes de sociale innovatie ook tastbaarder maken.¹⁸ Deze aanpassingen bevorderen ontmoetingen en de totstandkoming van nieuwe sportmogelijkheden. Vier de realisatie van de aanpassingen vervolgens met een feestelijke opening. Daarmee verstevig je niet alleen het netwerk, je geeft ook ruchtbaarheid aan de initiatieven die het lab ontwikkelt. Door samen de successen te vieren en te delen groeit bovendien de lokale trots.



5 DEEL SUCCESSEN

SUCCESSEN DELEN DOE JE SAMEN

Een living lab is actief in de dagelijkse praktijk en daarbij is een nauwe samenwerking van fundamenteel belang. Niet alleen in het lab zelf, maar ook buiten het netwerk van het living lab. Deel daarom alle successen die gerealiseerd worden óók buiten het netwerk. Daarmee bedoelen we niet alleen het informeren over de voortgang van het proces van een living lab, maar zeker ook het feestelijk vieren van gerealiseerde mijlpalen. Zoals gezegd dragen feestelijke openingen, het startschot van een pilot of het afronden van een (deel van een) experiment bij aan lokale trots en gedeeld eigenaarschap. Het geeft alle partijen de mogelijkheid om aan hun achterban te laten zien wat de investeringen van het living lab opleveren.



TERUGKOPPELING NAAR BETROKKENEN

Wanneer het living lab onderzoek uitzet om de wensen van een gemeenschap in kaart te brengen, is het belangrijk om de onderzoeksresultaten vlot terug te koppelen naar de betrokkenen én de gemeenschap. Zorg ervoor dat je in die terugkoppeling aansluit bij de beleving en verwachting van de betrokkenen. Saaie onderzoeksrapportages, data-analyses of dikke rapporten passen niet bij sportverenigingen en betrokken buurtbewoners. De labregisseur van Living Lab Oldambt: *'Pas je communicatie en de vorm waarin je dit doet aan.'*¹⁹ De ouders van kinderen van een basisschool in Oldambt werden bijvoorbeeld betrokken via een filmpje van de kinderen. Aanvullend hierop vertelde de labregisseur dat het bij alle communicatie-uitingen van

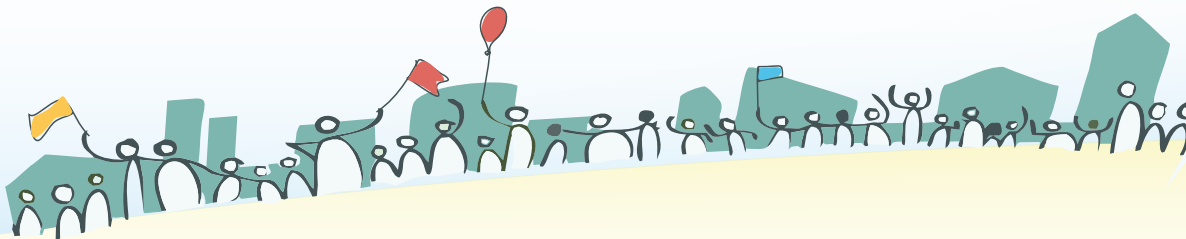
belang is om vakjargon en stigmatiserende woorden te vermijden.²⁰ Dit advies sluit aan bij het ontwikkelen van een gemeenschappelijke taal waar we bij de eerste les naar verwezen. Deze gemeenschappelijke taal is ook onmisbaar in de communicatie buiten het lab. In Lingewaard is in het living lab via inspiratieboeken²¹ onderzoek gedaan naar de wensen en dromen van dorpsbewoners voor een openbare sport- en recreatieplas. De resultaten uit dit onderzoek werden via aantrekkelijke factsheets teruggekoppeld aan de inwoners.





FEESTELIJKE ACTIVITEITEN

Living labs richten zich vaak op het verbeteren van wijken, buurten en gemeenschappen. Vier de successen die hiervoor gerealiseerd zijn liefst met de gehele gemeenschap. Daarmee geef je de lokale initiatieven de waardering die ze verdienen. Successen vieren levert bovendien persmomenten, fotoreportages en aandacht op. Deze aandacht heeft een positief effect op vervolgstappen binnen een lab, het bereiken van mogelijk nieuwe partners, het informeren van de achterban en het huldigen van betrokken vrijwilligers. Bijkomend voordeel is dat de huidige partners het nut inzien van wat ze doen en dit willen doorzetten.

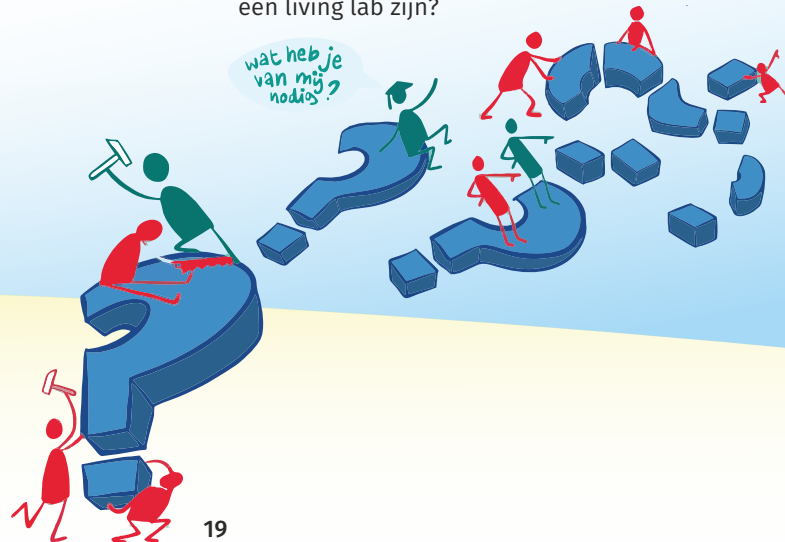


Over de living labs: theoretische achtergrond








Uit de vijf lessen blijkt natuurlijk al het een en ander over het living lab: wat het inhoudt, wat het met zich mee brengt en hoe het er uit ziet. Maar wat is een living lab volgens de theorie? Er bestaat geen eenduidige definitie van, maar wij houden de definitie van Het Rathenau Instituut uit 2017 aan waarin het als volgt wordt beschreven:

'Een living lab is zowel een fysieke locatie als een gezamenlijke aanpak, waarin verschillende partijen experimenteren, cocreëren en testen in een levensechte omgeving, (...)' ²²

De definitie bevat drie kernelementen: co-creatie met burgers, oplossingen voor maatschappelijke uitdagingen en de wijk of buurt fungeert als experimenteeromgeving. Living labs verschillen van gewone laboratoria, niet alleen in de ruimte waarin het experiment wordt uitgevoerd, maar ook in termen van instrument en de aard van de werkzaamheden. Een living lab is in menig opzicht anders dan 'gewone' onderzoeksmethoden, en ook anders dan andere samenwerkingsverbanden zoals Fieldlabs. Wat zijn de voorwaarden waaraan een living lab moet voldoen wil het officieel een living lab zijn?



Een living lab bevat altijd de volgende elementen:

-  **Een gezamenlijke uitdaging:** de uitdagingen van het lab bepaal je samen met het netwerk.
-  **Verbindende schakel:** de labregisseur is de verbinder tussen alle partijen in het netwerk.
-  **Een divers netwerk van samenwerkingspartners:** in het netwerk van een living lab moeten veel sterk uiteenlopende partners zitten. Dit zorgt ervoor dat alle groepen betrokken worden en geeft een afspiegeling van de maatschappij.
-  **Hoge betrokkenheid van de partners:** als de partners veel tijd en energie steken in het lab houdt dat de samenwerking levend.
-  **Samen creëren:** met zijn allen samen iets maken, dus ook met de mensen die straks gebruik maken van de innovatie.
-  **In de praktijk werken:** doordat het experimenteren in de praktijk plaatsvindt kan het idee gelijk in de maatschappij getoetst worden. Hierin verschilt een living lab van een Fieldlab of een *University lab*.
-  **Verskillende werkvormen en strategieën:** een living lab zoekt oplossingen voor problemen die in een specifieke omgeving spelen, en daarom zijn er voor de verschillende problemen en omgevingen ook andere werkvormen en strategieën nodig.²³

Hoe werkt dit dan?

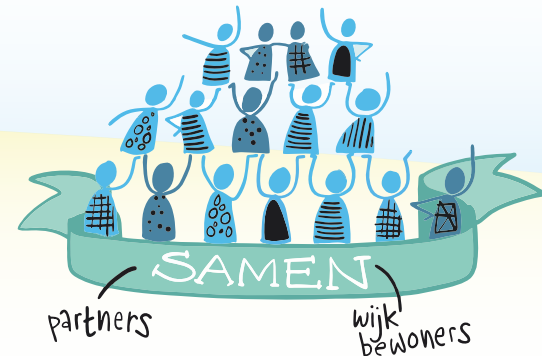
In de ideale situatie is een living lab een middel om sneller tot betere innovaties te komen. Door de juiste partijen samen te laten werken wordt beter aangesloten bij wat nodig is. Door de kern van een living lab zijn ze erg veranderlijk, toch zijn er vier activiteiten te benoemen die living labs vrijwel altijd doorlopen:

1. Een netwerk vormen
2. Gezamenlijke uitdaging(en) vaststellen
3. Experimenteren met oplossingen
4. Leren, evalueren en bijstellen

Deze vier globale handelingen zijn deels ook terug te vinden in het model van Design Thinking, één van de modellen waarmee de Living Labs Sport en Bewegen de afgelopen drie jaar werkten.

Andere tools die de living labs gebruikten:

- **5 fasen van design thinking**
- **5 kernelementen van een living lab**
- **Kennisuitwisseling in bijvoorbeeld de Walk & Talks van Katapult**
- **Maatschappelijke businessmodellen**
- **Experiment canvas**
- **Commitmentkaart**



Nawoord

'Ik hoop dat de verhalen in dit magazine over de Living Labs Sport en Bewegen u enthousiast hebben gemaakt om zelf aan de slag te gaan. Ik kan het u aanraden. Deze living labs zijn namelijk een prachtig voorbeeld van de wijze waarop hogescholen, lokale organisaties en burgers op een succesvolle en effectieve manier samenwerken om meer mensen in beweging te krijgen.

ZonMw en Sportinnovator zijn twee jaar geleden gestart met de Living Labs Sport en Bewegen vanuit de wens om professionals en burgers meer te betrekken bij onderzoek en innovatie op het gebied van sporten en bewegen. De manier van werken in een living lab is een goed voorbeeld van het steeds sterkere praktijkgericht onderzoek van hogescholen. Het is een perfect model om actie en onderzoek te combineren, waarbij alle betrokken partijen vanuit hun eigen expertise bijdragen.

In de living labs wordt op een creatieve manier gewerkt aan innovatieve oplossingen om mensen te verleiden meer te gaan bewegen. De oplossingen worden bedacht en ontwikkeld samen met de beoogde gebruikers en getest in de dagelijkse praktijk. De labs leveren daarmee een aantoonbare bijdrage aan concrete maatschappelijke opgaven, zoals het vitaal ouder worden, het verhogen van de sportdeelname van mensen met

een laag inkomen of het verbeteren van de motorische vaardigheden van kinderen.

Dat zijn complexe vraagstukken, die vragen om een benadering vanuit verschillende invalshoeken en uitwisseling van kennis en ervaring op zowel lokaal, regionaal als nationaal niveau. Living labs dragen daar op een waardevolle manier aan bij. De uitkomsten zijn tot nu toe veelbelovend. Daarom blijven ZonMw en Sportinnovator deze aanpak ondersteunen.

Ik wil de Living Labs Sport en Bewegen dan ook hartelijk danken voor het bundelen van hun ervaringen in dit magazine. Het is van groot belang dat de kennis die de afgelopen jaren is opgedaan, wordt doorgegeven. Met dit heldere overzicht van 'lessons learned' kunnen anderen hun voordeel doen. Bovendien kunnen we met de opgedane kennis deze werkwijze de komende jaren verder ontwikkelen.

Gezamenlijk werken aan oplossingen voor een vitaler Nederland, daar gaan we voor!'

*Geri Bonhof, Topteam Sportinnovator
Oud-voorzitter College van Bestuur Hogeschool Utrecht,
oud-docente bewegingsonderwijs*



Colofon

Dit is een initiatief van de Living Labs Sport en Bewegen gefaciliteerd door ZonMw en Sportinnovator. De publicatie kwam tot stand met ondersteuning van Katapult door de input en ervaringen van de G5 en de 13 living labs te bundelen. Meer informatie over de living labs vind je samen met de bronnen en de digitale versie van deze publicatie op www.zonmw.nl/livlabs



Tekst

Sanne Cobussen, Hogeschool Arnhem en Nijmegen
Martijn Pepers, Platform Talent voor Technologie

Redactie

Angélique Klifford, Platform Talent voor Technologie

Illustraties

Buro BRAND, Den Haag
Bannink Publiciteit, Leimuiden

Vormgeving

Bannink Publiciteit, Leimuiden

Drukwerk

Drukproef, Krimpen a/d IJssel

December 2022

© Living Labs Sport en Bewegen. Voel je vrij om de inhoud van deze publicatie te gebruiken maar vermeld daarbij wel even de bron.



Bronnen

- 1 Bron: https://publicaties.zonmw.nl/fileadmin/user_upload/Evaluatie_netwerkfase_living_labs_sport_en_bewegen_2020.pdf Pagina 7 gevonden op 27 september 2022 17:18 uur
- 2 Bron: [Living Lab: zo verbindt Rotterdam jongeren en clubs via esports – Allesoversport.nl](https://www.allesoversport.nl) gevonden op 27 september 2022 17:22 uur
- 3 Bron: https://www.hanze.nl/assets/kccares/sportwetenschap/Documents/Public/Rapport_tage%20Tijd%20voor%20Toekomst%20obs%20Houwingham.pdf pagina 14 gevonden op 28 september 2022 om 09:45 uur
- 4 Bron: <https://www.binnenlandsbestuur.nl/ruimte-en-milieu/burgers-beweging-krijgen> gevonden op 19 december 2022 om 09:14 uur
- 5 Bron: [Living Lab: zo verbindt Rotterdam jongeren en clubs via esports – Allesoversport.nl](https://www.allesoversport.nl) gevonden op 27 september 2022 17:22 uur
- 6 Bron: <https://www.allesoversport.nl/thema/beleid/living-labs-het-antwoord-op-de-sport-en-beweegvragen-in-je-gemeente/> gevonden op 27 september 2022 17:34 uur
- 7 Bron: https://publicaties.zonmw.nl/fileadmin/user_upload/Evaluatie_netwerkfase_living_labs_sport_en_bewegen_2020.pdf Pagina 10 gevonden op 27 september 2022 17:18 uur
- 8 Bron: [Harderwijk: sporten en bewegen om weer stabiliteit te vinden - ZonMw Digitale Publicaties](https://www.allesoversport.nl/thema/beleid/living-labs-het-antwoord-op-de-sport-en-beweegvragen-in-je-gemeente/) gevonden op 27 september 2022 17:36 uur
- 9 Bron: <https://www.allesoversport.nl/thema/beleid/living-labs-het-antwoord-op-de-sport-en-beweegvragen-in-je-gemeente/> gevonden 27 september 2022 17:38 uur
- 10 Gevonden: [Oldambt: verrijkte schooldag voor een gezondere leefstijl - ZonMw Digitale Publicaties](https://www.allesoversport.nl/thema/beleid/living-labs-het-antwoord-op-de-sport-en-beweegvragen-in-je-gemeente/) gevonden 27 september 2022 18:25 uur
- 11 Bron: [Living Labs Sport en Bewegen: lessen uit de eerste fase - ZonMw Digitale Publicaties](https://www.allesoversport.nl/thema/beleid/living-labs-het-antwoord-op-de-sport-en-beweegvragen-in-je-gemeente/) gevonden op 27 september 18:53 uur
- 12 Bron: [Lingewaard: samen sporten bij het buitenbad in Gendt - ZonMw Digitale Publicaties](https://www.allesoversport.nl/thema/beleid/living-labs-het-antwoord-op-de-sport-en-beweegvragen-in-je-gemeente/) gevonden op 27 september 18:55 uur
- 13 Bron: [https://www.allesoversport.nl/thema/meedoen-door-sport-en-bewegen/living-labs-haartem-zet-in-op-meer-sportdeelname-vmbo-ers-en-praktijkschoolleerlingen/\(paragraaf-meer-begeleiding-en-ouderbetrokkenheid\)](https://www.allesoversport.nl/thema/meedoen-door-sport-en-bewegen/living-labs-haartem-zet-in-op-meer-sportdeelname-vmbo-ers-en-praktijkschoolleerlingen/(paragraaf-meer-begeleiding-en-ouderbetrokkenheid)) gevonden op 19 december 2022 om 09:24 uur
- 14 Bron van de illustratie: <https://publicaties.zonmw.nl/samen-bereiken-we-meer/living-labs-sport-en-bewegen-lessen-uit-de-eerste-fase/> gevonden 27 september 2022 19:05 uur
- 15 Bron: https://publicaties.zonmw.nl/fileadmin/user_upload/Evaluatie_netwerkfase_living_labs_sport_en_bewegen_2020.pdf Pagina 7 gevonden op 27 september 2022 17:18 uur
- 16 https://publicaties.zonmw.nl/fileadmin/user_upload/Evaluatie_netwerkfase_living_labs_sport_en_bewegen_2020.pdf Pagina 10 gevonden op 28 september 2022 09:38 uur
- 17 https://publicaties.zonmw.nl/fileadmin/user_upload/Evaluatie_netwerkfase_living_labs_sport_en_bewegen_2020.pdf Pagina 13 gevonden op 28 september 2022 09:36 uur
- 18 Bron: overleg met labregisseur uit Zeist
- 19 Bron: https://publicaties.zonmw.nl/fileadmin/user_upload/Evaluatie_netwerkfase_living_labs_sport_en_bewegen_2020.pdf p13 gevonden 28 september 2022 om 09:49 uur
- 20 Bron: https://publicaties.zonmw.nl/fileadmin/user_upload/Evaluatie_netwerkfase_living_labs_sport_en_bewegen_2020.pdf p13 gevonden 28 september 2022 om 09:49 uur
- 21 Toelichting over inspiratieboeken: <https://www.allesoversport.nl/thema/beweegstimulering/met-inspiratieboeken-op-zoek-naar-de-sport-en-beweegvragen-van-inwoners/>
- 22 Bron: [Titel \(rathenau.nl\)](https://www.rathenau.nl)
- 23 Bron: [About us – European Network of Living LabsEuropean Network of Living Labs \(enoll.org\)](https://www.enoll.org)

