

MEERJARENBELEIDSPLAN

2026 - 2030



Samen bewegen naar een inclusieve samenleving

Landgraaf, 8 april 2026

1. Inleiding

Only Friends Limburg zet zich sinds haar oprichting in voor het bevorderen van een inclusieve samenleving waarin sport en bewegen voor iedereen toegankelijk zijn. Daarbij staat de overtuiging centraal dat mensen met een beperking van grote toegevoegde waarde zijn voor onze samenleving. Zij brengen perspectieven, ervaringen en kwaliteiten mee waar we als samenleving van leren en door groeien.

Only Friends Limburg wil bijdragen aan de ontwikkeling van mensen – niet alleen fysiek, maar ook sociaal en mentaal. Sport en bewegen vormen hierbij een krachtig middel om talenten zichtbaar te maken, zelfvertrouwen te vergroten en ontmoeting te stimuleren.

In de afgelopen zeven jaar is de organisatie uitgegroeid tot een verbindende speler binnen Parkstad Limburg, met een sterk netwerk van sportverenigingen, onderwijsinstellingen, zorg- en welzijnspartners, gemeenten en bedrijven. Vanuit deze stevige basis bouwt Only Friends Limburg verder aan een samenleving waarin iedereen kan meedoen en zich kan ontwikkelen.

Dit meerjarenbeleidsplan 2026–2030 beschrijft de strategische koers van Only Friends Limburg voor de komende beleidsperiode. Het plan vormt het kader voor verdere ontwikkeling, samenwerking en opschaling van activiteiten en dient als richtinggevend document voor bestuur, partners en financiers.

2. Terugblik 2019–2025

2.1 Ontwikkeling van de organisatie

Only Friends Limburg is opgericht vanuit de overtuiging dat sport en bewegen krachtige instrumenten zijn voor inclusie, ontmoeting en persoonlijke ontwikkeling. Vanuit deze visie – waarin de kracht, talenten en waarde van mensen met een beperking centraal staan – is in de periode 2019–2025 een stevig fundament gelegd, zowel organisatorisch als inhoudelijk.

De organisatie heeft zich ontwikkeld tot een netwerkorganisatie waarin samenwerking en samen leren centraal staan, met als doel mensen te ondersteunen in hun ontwikkeling en volwaardige deelname aan de samenleving.

2.2 Bereikte resultaten

In samenwerking met sportverenigingen (BDC'90, VV Schaesberg, BC Trilan, Achilles Top), zorg- en welzijnsinstellingen (Radar, NOVIZorg/Levanto, JENS, Welsun) en onderwijspartners zijn diverse inclusieve beweeginitiatieven ontwikkeld en uitgevoerd. Hiermee is bijgedragen aan het vergroten van participatie, zelfvertrouwen en veerkracht van deelnemers.

Het sport- en beweegaanbod van Only Friends Limburg is in de afgelopen jaren verbreed en bestaat onder andere uit handbal, voetbal, badminton, wandelen, jeu de boules, framerunning en de beweegactiviteit 't Stift. In 2025 is in Kerkrade, in samenwerking met Woonzorg Elisabeth Stift en Levanto, een wekelijkse beweegactiviteit en jeu de boules gestart. Hiermee is een extra laagdrempelige voorziening gerealiseerd voor bewoners en deelnemers in de directe leefomgeving.

Only Friends Limburg richt zich daarbij niet alleen op leden, maar nadrukkelijk ook op deelnemers die willen aansluiten bij activiteiten en zich verbonden voelen met de beweging. De doelgroep bestaat primair uit mensen met een mentale of fysieke beperking, maar iedereen die met ons wil meedoen is welkom. Juist deze open benadering draagt bij aan ontmoeting, wederzijds begrip en inclusie in de praktijk.

Deelnemers nemen actief deel aan zowel structurele activiteiten als lokale en regionale evenementen. Voorbeelden hiervan zijn de jaarlijkse deelname aan de Trappenmarathon, waar Only Friends Limburg inmiddels al vijf jaar op rij aan meedoet, en de Avond4daagse in Landgraaf. Deze activiteiten versterken niet alleen de fysieke gezondheid, maar ook het gevoel van erbij horen en samen iets bereiken.

Daarnaast is een structurele verbinding met het onderwijs gerealiseerd, onder andere via Movare, waardoor inclusie en bewegen een plek hebben gekregen in de leefwereld van kinderen en jongeren.

Een belangrijk en zichtbaar resultaat is de realisatie van de Beweegtuin. Deze fungeert als fysieke ontmoetingsplek waar mensen samenkomen, van elkaar leren en zich kunnen ontwikkelen. De Beweegtuin is daarmee niet alleen een voorziening, maar ook een krachtig symbool van de inclusieve ambities van Only Friends Limburg.

2.3 Leerpunten

De ervaringen uit de afgelopen periode laten zien dat:

- duurzame impact ontstaat door samenwerking tussen meerdere domeinen, waarin kennis en expertise worden gebundeld;
- inclusie wordt versterkt door plekken waar ontmoeting en samen bewegen centraal staan;
- ontwikkeling van mensen en initiatieven tijd, continuïteit en structurele verankering vraagt voor blijvend effect.

3. Visie en kernwaarden

3.1 Visie

Only Friends Limburg streeft naar een inclusieve samenleving waarin iedereen kan meedoen en zich kan ontwikkelen. Daarbij staat de overtuiging centraal dat mensen met een mentale of fysieke beperking van toegevoegde waarde zijn voor de samenleving.

Door sport en bewegen als middel in te zetten, creëren we plekken waar mensen elkaar ontmoeten, van elkaar leren en samen groeien. Only Friends Limburg draagt bij aan een samenleving waarin talenten worden gezien, zelfvertrouwen wordt versterkt en iedereen – op zijn of haar eigen manier – volwaardig kan deelnemen.

3.2 Kernwaarden

Inclusiviteit

Iedereen is welkom om mee te doen. We richten ons primair op mensen met een beperking, maar staan open voor iedereen die zich verbonden voelt met onze beweging.

Verbinding

We brengen mensen, organisaties en domeinen samen en bundelen kennis en expertise om impact te vergroten.

Ontmoeting

We creëren laagdrempelige plekken en activiteiten waar mensen elkaar ontmoeten, zich gezien voelen en erbij horen.

Veerkracht en ontwikkeling

We stimuleren persoonlijke groei, zelfvertrouwen en eigen regie door sport en bewegen.

Samen leren en ontwikkelen

We leren van en met elkaar – deelnemers, professionals en partners – en bouwen samen aan een inclusieve samenleving.

Deze kernwaarden vormen de leidraad voor alle activiteiten en samenwerkingen van Only Friends Limburg.

4. Maatschappelijke context en positionering

Maatschappelijke ontwikkelingen op het gebied van gezondheid, welzijn en sociale cohesie vragen om preventieve en verbindende oplossingen. Sport en bewegen spelen hierin een steeds belangrijkere rol als middel om participatie, gezondheid en inclusie te bevorderen.

Only Friends Limburg positioneert zich als regionale verbinder tussen sport, onderwijs, zorg, welzijn, gemeenten en het bedrijfsleven binnen Parkstad Limburg. Door deze domeinen met elkaar te verbinden en expertise te bundelen, draagt de organisatie bij aan duurzame en inclusieve oplossingen dichtbij inwoners.

De komende beleidsperiode wordt ingezet op het verder versterken van deze positie. Dit betekent onder andere een actievere profilering richting het bedrijfsleven, waarbij Only Friends Limburg bijdraagt aan een inclusievere arbeidsmarkt en organisaties inspireert om mensen met een beperking een volwaardige plek te geven.

Daarnaast wordt ingezet op een sterkere positionering richting gemeenten, met als doel structurele samenwerking en financiering te realiseren. Only Friends Limburg werkt hierbij toe naar duurzame afspraken, onder andere via IKS-constructies, en een stevige verankering binnen lokaal en regionaal beleid.

Ook wordt gestreefd naar erkenning op provinciaal niveau, waarbij Only Friends Limburg zich positioneert als een maatschappelijk krachtige speler binnen Limburg die bijdraagt aan inclusie, gezondheid en sociale samenhang.

5. Strategische doelstellingen 2026–2030

Hoofddoelstelling

Only Friends Limburg draagt structureel bij aan een inclusieve samenleving door sport, bewegen en ontmoeting toegankelijk te maken voor iedereen. Daarbij wordt de komende jaren nadrukkelijk ook de verbinding gezocht met andere domeinen, zoals cultuur en onderwijs, om participatie en ontwikkeling verder te versterken.

Strategische subdoelstellingen

1. **Versterken en uitbreiden van inclusieve sport- en beweegvoorzieningen**
Het verder ontwikkelen en uitbreiden van een divers en laagdrempelig sport- en beweegaanbod, passend bij de behoeften en mogelijkheden van deelnemers.
2. **Verdiepen en verbreden van regionale samenwerkingsverbanden**
Het versterken van bestaande samenwerkingen en het aangaan van nieuwe partnerschappen, onder andere met culturele partners zoals De Oefenbunker en Pinkpop, om ook op het gebied van muziek en dans inclusieve deelname te stimuleren.

3. **Uitbreiden van samenwerking binnen het onderwijs**

Naast het primair onderwijs wordt de samenwerking uitgebreid naar middelbaar en hoger beroepsonderwijs, zoals Vista College (MBO) en Zuyd Hogeschool (HBO), om inclusie, bewegen en maatschappelijke betrokkenheid breder te verankeren in de ontwikkeling van jongeren en professionals.

4. **Vergroten van maatschappelijke bewustwording en draagvlak voor inclusie**

Het zichtbaar maken van de kracht en waarde van inclusie door het delen van inspirerende voorbeelden en het betrekken van inwoners, organisaties en bedrijven.

5. **Duurzame verankering van initiatieven in lokaal en regionaal beleid**

Het realiseren van structurele inbedding van activiteiten en samenwerkingen, zodat continuïteit en impact op de lange termijn geborgd zijn.

6. Programmalijnen

6.1 Beweegtuin: doorontwikkeling en verankering

De Beweegtuin vormt een centrale ontmoetingsplek en het kloppend hart van Only Friends Limburg. Het is een plek waar mensen samenkomen, bewegen, elkaar ontmoeten en van elkaar leren. In de beleidsperiode 2026–2030 wordt ingezet op:

- verdere programmering en intensiever gebruik door diverse doelgroepen;
- uitbreiding met aanvullende inclusieve voorzieningen, zoals een blindentuin;
- inzet van de Beweegtuin als leer- en ontwikkelomgeving voor onderwijs, zorg, welzijn en vrijwilligers;
- het versterken van de functie als laagdrempelige plek waar deelnemers – met en zonder beperking – zich welkom voelen en zich kunnen ontwikkelen.

6.2 Onderwijs en jeugd

Only Friends Limburg blijft investeren in structurele samenwerking met onderwijsinstellingen, met als doel inclusie en bewegen vroegtijdig te integreren in de leefwereld van kinderen en jongeren.

Naast de bestaande samenwerking met het primair onderwijs wordt de verbinding uitgebreid naar middelbaar en hoger beroepsonderwijs, zoals Vista College (MBO) en Zuyd Hogeschool (HBO). Hiermee wordt niet alleen bijgedragen aan de ontwikkeling van jongeren, maar ook aan het opleiden van toekomstige professionals die werken vanuit een inclusieve visie.

6.3 Sportverenigingen, zorg en welzijn

Only Friends Limburg ondersteunt sportverenigingen bij het ontwikkelen en versterken van inclusief sportaanbod en verbindt deze met zorg- en welzijnspartners. Door kennis en expertise te bundelen wordt deelname voor diverse doelgroepen mogelijk gemaakt.

Het sport- en beweegaanbod blijft zich ontwikkelen en bestaat onder andere uit handbal, voetbal, badminton, wandelen, jeu de boules, framerunning en laagdrempelige beweegactiviteiten zoals 't Stift. Ook worden nieuwe initiatieven, zoals de wekelijkse activiteiten in Kerkrade, verder uitgebouwd.

6.4 Cultuur, sport en jongerenparticipatie

Only Friends Limburg verbindt sport en bewegen nadrukkelijk met cultuur, zoals muziek en dans, om een bredere doelgroep te bereiken en nieuwe vormen van participatie mogelijk te maken.

Samenwerkingen met lokale partners, zoals De Oefenbunker en Pinkpop, bieden kansen om inclusie zichtbaar en beleefbaar te maken in de leefwereld van jongeren.

Daarnaast wordt, onder andere in samenwerking met de Rabobank Coöperatie, verkend hoe initiatieven zoals FC Straat en 3x3 basketbal kunnen bijdragen aan laagdrempelige participatie, ontmoeting en talentontwikkeling.

6.5 Bedrijfsleven en werk

Only Friends Limburg versterkt de verbinding met het bedrijfsleven om bij te dragen aan een inclusievere arbeidsmarkt. Doel is om bedrijven te inspireren en te ondersteunen bij het creëren van kansen voor mensen met een mentale of fysieke beperking.

Dit gebeurt onder andere door:

- het zichtbaar maken van talenten en mogelijkheden van deelnemers;
- het stimuleren van inclusief werkgeverschap;
- het ontwikkelen van samenwerkingen gericht op participatie, dagbesteding, stages en werk;
- het verbinden van bedrijfsleven, onderwijs en zorg om duurzame ontwikkel- en werktrajecten mogelijk te maken.

6.6 Regionale uitbreiding en positionering

Only Friends Limburg breidt haar activiteiten gefaseerd uit van Landgraaf en Kerkrade naar andere gemeenten binnen Parkstad Limburg, met aandacht voor lokale behoeften en duurzame partnerschappen. Tegelijkertijd wordt gewerkt aan een sterkere positionering van Only Friends Limburg als regionale en provinciale speler. Door samenwerking met gemeenten, onderwijs, zorg, welzijn en bedrijfsleven wordt gebouwd aan structurele inbedding, financiering en erkenning van de maatschappelijke waarde van de organisatie.

7. Samenwerking en partnerschap

Samenwerking vormt de basis van de werkwijze van Only Friends Limburg. De organisatie verbindt sport, onderwijs, zorg, welzijn, gemeenten, cultuur en het bedrijfsleven rondom gedeelde maatschappelijke opgaven.

Door het bundelen van kennis, expertise en netwerken ontstaat meerwaarde voor deelnemers en wordt gewerkt aan duurzame oplossingen dichtbij inwoners. Partnerschap betekent gezamenlijk eigenaarschap, verantwoordelijkheid en de bereidheid om over domeinen heen samen te werken.

Only Friends Limburg zet de komende jaren in op het verder verdiepen en verbreden van deze samenwerkingen, met specifieke aandacht voor:

- structurele samenwerking met gemeenten;
- versterking van de verbinding met onderwijs (PO, MBO en HBO);
- uitbreiding van partnerschappen met het bedrijfsleven gericht op inclusief werk;
- samenwerking met culturele partners om participatie te verbreden.

8. Organisatie en governance

Only Friends Limburg is een netwerkorganisatie waarin bestuur, professionals, vrijwilligers en deelnemers samen werken aan een inclusieve samenleving.

De organisatie kenmerkt zich door korte lijnen, een open cultuur en een sterke verbinding met de praktijk. De inbreng van deelnemers en hun ervaringen vormt een belangrijke basis voor de verdere ontwikkeling van activiteiten en beleid.

Heldere governance, transparante besluitvorming en goede afstemming met partners waarborgen een effectieve en betrouwbare uitvoering van het beleid. Daarbij wordt ingezet op verdere professionalisering, passend bij de groeiende rol en positionering van de organisatie in de regio en provincie.

9. Communicatie en profilering

Communicatie speelt een belangrijke rol in het zichtbaar maken van de maatschappelijke waarde van Only Friends Limburg. De communicatie richt zich op:

- het zichtbaar maken van inclusieve initiatieven en concrete resultaten;
- het delen van inspirerende praktijkverhalen van deelnemers, ervaringsdeskundigen en partners;
- het vergroten van bewustwording over de kracht en waarde van inclusie;
- het positioneren van Only Friends Limburg als regionale en provinciale speler;
- het versterken van de zichtbaarheid richting gemeenten, bedrijfsleven en maatschappelijke partners.

Door actief te communiceren wordt niet alleen draagvlak gecreëerd, maar ook nieuwe samenwerking en participatie gestimuleerd.

10. Monitoring en evaluatie

De voortgang van het beleidsplan wordt structureel gevolgd en geëvalueerd. Daarbij is niet alleen aandacht voor resultaten, maar ook voor de impact op deelnemers en de samenleving. Dit gebeurt door:

- jaarlijkse monitoring van doelstellingen en activiteiten;
- periodieke evaluaties met partners uit verschillende domeinen;
- het ophalen van ervaringen van deelnemers en betrokkenen;
- structurele reflectie en bijsturing waar nodig.

Op deze manier blijft Only Friends Limburg leren en ontwikkelen, samen met haar netwerk.

11. Financieel kader

De uitvoering van dit beleidsplan wordt mogelijk gemaakt door bijdragen van gemeenten, fondsen, sponsors en samenwerkingspartners.

Only Friends Limburg zet in op duurzame financiering, met een sterke focus op structurele bijdragen van gemeenten en langdurige samenwerkingsafspraken. Daarnaast wordt actief gezocht naar nieuwe financieringsbronnen en samenwerkingen met het bedrijfsleven.

Het doel is om te komen tot een stabiele financiële basis die past bij de maatschappelijke rol en groeiambities van de organisatie, inclusief verankering binnen lokale, regionale en provinciale structuren.

12. Slotbeschouwing

Met dit meerjarenbeleidsplan zet Only Friends Limburg een duidelijke en toekomstgerichte koers uit voor de periode 2026–2030.

De organisatie bouwt voort op een stevig fundament en ontwikkelt zich verder als verbindende en maatschappelijk krachtige speler binnen Parkstad Limburg en de provincie Limburg. Door te blijven samenwerken, kennis te bundelen en mensen centraal te stellen, wordt bijgedragen aan een inclusieve samenleving waarin iedereen kan meedoen en zich kan ontwikkelen.