

# Sportaal

Spelverdeler in sport



**Welkom bij de werksessie  
'Structureel in beweging'  
28 februari 2017**

**Nancy Gerritsen (n.gerritsen@sportaal.nl)**



**sportaal**

SPELVERDELER IN SPORT

# Sportaal: even voorstellen

- 🌀 Sportbedrijf in de gemeente Enschede
- 🌀 Gestart sinds 1 september 2016
- 🌀 Ruim 100 werknemers in dienst: exploitatie, beheer en onderhoud van accommodaties, sportstimulering, sport als middel etc
- 🌀 Accommodaties:
  - 🌀 3 zwembaden
  - 🌀 5 sporthallen, 3 sportzalen, 34 gymlokalen
  - 🌀 70 voetbalvelden, 9 korfbalvelden, 1 rugbyveld, 1 American football veld, 1 jeu de boules accommodatie, 1 atletiekbaan, 1 honkbalveld, 2 softbalvelden, 1 handboogschietbaan, 4 handbalvelden, 2 beachvolleybalvelden

## Missie van Sportaal

Sportaal stimuleert mensen om (samen) te sporten en te zwemmen. Dat doen we door sportactiviteiten te organiseren, voor veilige en schone sportaccommodaties te zorgen en sporten voor iedereen bereikbaar te maken. Wij zijn Sportaal, spelverdeler in sport.



# Sportaal

Spelverdeler in sport



# Wie zijn jullie?

Huisartsen, praktijkverpleegkundigen, fysiotherapeuten,  
praktijkondersteuners, managers zorg.....

Verwachtingen over deze werksessie?



**sportaal**  
SPELVERDELER IN SPORT

# Project 'zorg voor sport en bewegen'

*Binden en verbinden*

- ☞ Provinciaal project: 14 gemeenten uit Overijssel doen mee: Almelo, Borne, Dalfsen, Deventer, Enschede, Hardenberg, Hellendoorn, Hengelo, Hof van Twente, Losser, Oldenzaal, Olst-Wijhe, Raalte en Zwolle.
- ☞ Waarom dit project?
  - ☞ Aandacht om bewoners in kwetsbare situaties in beweging te brengen
  - ☞ Versterken van de samenwerking tussen de zorgprofessionals en de sport (realiseren ketenaanpak)
- ☞ Gezondheidszorg: kan een rol pakken in bereiken en motiveren van mensen
- ☞ Belemmeringen wegnemen en mensen adviseren, coachen en begeleiden naar gezond zelfstandig bewegen
- ☞ Doorverwijzing naar een sport- of beweegactiviteiten in de buurt van belang
- ☞ Bestaand en mogelijk (ver-)nieuwe(nde) aanbod
- ☞ Sportvereniging als ontmoetingsplek en zorgen voor sociale binding en participatie



**sportaal**  
SPELVERDELER IN SPORT

# Project 'zorg voor sport en bewegen'

- Ⓢ Doorstroom in de praktijk valt tegen, door meerdere redenen:
  - Ⓢ 1e lijns zorg niet bekend met (kwaliteit van) het aanbod en/of mogelijkheden
  - Ⓢ Doelgroep fysiek niet in staat om in te stromen in regulier aanbod
  - Ⓢ Laagdrempelige beweeggroepen ontbreken (woord 'sport' schrikt af!)
  - Ⓢ Financiële situatie doelgroep etc
- Ⓢ Versterken van de doorverwijsketen (hoe dan?)
- Ⓢ Versterken van de sport- en beweegmogelijkheden voor mensen in een kwetsbare situatie



# Project 'zorg voor sport en bewegen'

- 🌀 1) Lokale Kick-off
- 🌀 2) Vaststellen samenwerkingsafspraken
- 🌀 3) Coördineren van de verbinding tussen zorg en sport
- 🌀 4) Agendering van sport & bewegen binnen de sociale wijkteams
- 🌀 5) optimalisering van het sport- en beweegaanbod
- 🌀 6) Organisatie van de begeleiding naar het sport- en beweegaanbod op maat

→ Aanstelling van een buurtsportcoach sport – zorg  
(situatie Enchede)





# Good practices genoeg...

Van kwetsbare naar vitale ouderen door sport en bewegen

Voldoende bewegen maakt ouderen minder kwetsbaar.

Sport en bewegen kan helpen tegen eenzaamheid bij ouderen (2016)

Bewegen voor ouderen: krachttraining hoort erbij

## Maar pilots en projecten stoppen weer...

*Slechts 9% van de mensen die in aanmerking komen, doen mee aan specifieke interventies voor ouderen, zo blijkt uit het onderzoek*

Voor ouderen luidt het advies: vijf keer per week een half uur matig intensief bewegen, bijvoorbeeld door te wandelen, fietsen, golfen, zwemmen, de hond uit te laten of flink door te werken in het huishouden of in de tuin.

Doordat mensen steeds ouder worden, telt Nederland steeds meer fysiek kwetsbare mensen. In Nederland stijgt het aandeel 65-plussers van 16% (2,7 miljoen) in 2012 naar 25% (4,7 miljoen) in 2050. Van deze ouderen is 6 tot 11% kwetsbaar.



**sportaal**  
SPELVERDELER IN SPORT





## A. Groepen ouderen

1. Zorg met verblijf in een woonzorgcentrum

2. Thuiswonend met langdurige zorg

3. Thuiswonend met eerstelijnszorg

4. Leven zonder zorg



## B. Barrières en drivers

### Barrières (top 3)

1. Gebrek aan energie en niet kunnen volhouden van bewegen

2. Pijn en angst bij en voor bewegen

3. Gebrek aan support en ondersteuning

### Drivers (top 3)

1. Fysieke voordelen, direct en toekomstig

2. Plezier, ontspanning, gezelligheid

3. Advies en ondersteuning van zorgverleners en sociale omgeving



## C. Hoe bereiken en motiveren?

1. Contacten dichtbij huis benutten

2. Thuis beginnen

3. Met iemand mee of samen beginnen

4. Persoonlijk aanspreken en begeleiden

5. Aandacht hebben voor pijn, angst en gebrek aan energie

6. Zorgen voor plezier en ontspanning

7. Speciaal aanbod ontwikkelen



# Zorg en sport...wat kunnen we samen meer doen?

*Reactie op de stellingen*

- De zorg moet zich meer verdiepen in de sportmogelijkheden voor ouderen
- Ouderen doorverwijzen naar sport- en beweegmogelijkheden: ik zie geen rol voor mezelf
- De sportsector moet zich juist meer verdiepen in de zorgsector
- Sportverenigingen zijn niet in staat om de doelgroep ouderen het juiste aanbod te bieden
- Er gaat teveel geld naar de gezondheidszorg in Nederland (curatief) en er zou meer geïnvesteerd moeten worden in preventie



**sportaal**  
SPELVERDELER IN SPORT