

Praktijkcase Eerstelijnszorg

Zo brengt SportMEE chronisch zieken structureel in beweging in Rotterdam Rijnmond



Zo brengt SportMEE chronisch zieken structureel in beweging in Rotterdam Rijnmond

Hoe verbind je zorg en sport in de praktijk? Een mooi voorbeeld is de sportconsulent Chronisch Zieken van SportMEE in Rotterdam Rijnmond. Deze professional begeleidt mensen met een chronische ziekte naar beweegaanbod, gebruikmakend van een stevig netwerk met lokale en regionale partners. Marjolijn de Boer (projectleider en sportconsulent) en Mirjam van den Bos (sportconsulent Chronisch Zieken) vertellen over het belang van expertise en een goede samenwerking met netwerkpartners.

→ Wat houdt het werk van de sportconsulent Chronisch Zieken in?

De sportconsulenten voor de doelgroep Chronisch Zieken begeleiden mensen met een chronische ziekte naar passend beweegaanbod. Deelnemers worden doorverwezen door (zorg)professionals of melden zichzelf aan. Vervolgens bespreken de consulent en cliënt de wensen, behoeften en mogelijkheden, voor een sportadvies op maat. Samen maken ze een plan en kiezen ze een passende beweegactiviteit. Zelfregie staat daarbij centraal: wat kan iemand zelf en waarbij is ondersteuning nodig? De consulent legt contact met de beweegaanbieder en kan indien gewenst meegaan naar proeflessen. Zo kan die beoordelen of het aanbod passend is en de aanbieder tips geven over hoe deze persoon het best kan worden begeleid, gezien de aandoening. Als de cliënt de juiste beweegactiviteit heeft gevonden, stopt de begeleiding. De consulent besteedt gemiddeld 8 uur per traject. Deze werkwijze heet de Warme Toeleiding en begon ooit als pilot bij team SportMEE van MEE Rotterdam Rijnmond, met twee consulenten. Dit is uitgegroeid tot een twaalfkoppig team. De werkwijze Warme Toeleiding van SportMEE is inmiddels [een erkende interventie](#).

→ Voor wie is de sportconsulent Chronisch Zieken bedoeld?

Deze consulenten helpen mensen van alle leeftijden met een chronische aandoening, die niet zelfstandig de stap naar een sport- of beweegaanbieder kunnen zetten. Het aantal aanmeldingen van mensen met een chronische aandoening neemt sterk toe. In de gemeente Rotterdam heeft SportMEE de opdracht gekregen twee sportconsulenten in te zetten die zich specifiek richten op mensen met diabetes type 2, hart- en vaatziekten en COPD.

→ Welke professionals en organisaties zijn betrokken?

Aanmeldingen komen vanuit (para)medische hoek, zoals huisartsen, fysio's en revalidatieprogramma's zoals Capri en vanuit Rijndam. Ook vanuit het sociaal domein komen verwijzingen. Denk aan het wijkteam en (speciaal) onderwijs voor de jeugd en welzijnscoaches. Verder wordt vanuit leefstijlprogramma's zoals de [gecombineerde leefstijlinterventie \(GLI\)](#) doorverwezen. Ook reguliere buurtsportcoaches kunnen doorverwijzen indien de expertise vanuit MEE nodig is. Om de Warme Toeleiding te realiseren, is samenwerking met bovenstaande partijen nodig. Een goed netwerk met enerzijds (zorg)professionals uit alle domeinen en anderzijds het sport- en beweegnetwerk is essentieel. Dit kunnen lokale buurtsportcoaches en verenigingsondersteuners zijn. In Rotterdam wordt bijvoorbeeld nauw samengewerkt met Rotterdam Sportsupport, Sportbedrijf Rotterdam, Topsport Rotterdam en de gemeente Rotterdam.

→ Wat zijn de resultaten?

SportMEE helpt jaarlijks ruim 1400 cliënten. Ruim 75 procent wordt lid van een sport- of beweegaanbieder. Dit wordt gemonitord en blijkt óók uit het jaarlijkse cliënttevredenheidsonderzoek. Daarin staan vragen volgens het [Human Capital Model](#), om ook andere aspecten te meten. Daaruit blijkt bijvoorbeeld dat de Warme Toeleiding eenzaamheid vermindert. De investering levert gemeenten dus een grote [Social Return On Investment \(SROI\)](#) op.

→ Wat is de rolverdeling binnen het netwerk?

SportMEE is als Warme Toeleider de schakel tussen (zorg)professionals enerzijds en het netwerk rondom sport- en beweegaanbieders anderzijds. De mate van zelfredzaamheid bepaalt welke ondersteuning nodig is. Als een verwijzing naar een website met beweegaanbod of een flyer niet voldoende is, kan SportMEE ingezet worden. Ook ondersteunt zij het sport- en beweegnetwerk



om passend aanbod te maken voor chronisch zieken. Dat doet ze door haar expertise te delen via consultatie en workshops aan sportaanbieders. Regulier bewegen is hierbij het uitgangspunt, en aangepast indien nodig. Daarnaast verzorgt SportMEE presentaties aan professionals in het sociaal domein over hoe ze bewegen bespreekbaar kunnen maken, bijvoorbeeld met de [Beweegcirkel](#).

→ **Hoe is het financieel geregeld?**

SportMEE wordt gefinancierd vanuit de negen gemeenten waar ze actief is. Dit gebeurt vanuit diverse budgetten (sport, WMO, preventie en SPUK/GALA). Het richt initiatief richt zich namelijk op mensen met een beperking en/of chronische aandoeningen en gaat dus verder dan sport en bewegen: het draait om participatie, zelfredzaamheid, gezondheid en kwaliteit van leven. De Warme Toeleiding is kosteloos voor cliënten, die alleen betalen voor de sportvereniging. Bij het kiezen van een passende beweegactiviteit houdt de consultant rekening met iemands financiële mogelijkheden. Fondsaanvragen doen de consultants alleen indien echt noodzakelijk. Wel vragen ze soms eenmalig een fonds aan, zoals het [Volwassenenfonds](#), als dat nodig is om de cliënt kennis te laten maken met bewegen.

→ **Wat zorgt voor een goede samenwerking?**

Het is belangrijk om onder de aandacht te blijven bij organisaties en professionals. Je moet continu (nieuwe) contacten opbouwen en versterken, mede vanwege personeelwisselingen. De consultants besteden ongeveer twee derde van hun tijd aan cliëntenbegeleiding, en een derde van hun tijd aan netwerkactiviteiten. Daarbij waarderen partners fysieke aanwezigheid. Zo gaan de consultants actief naar revalidatieprogramma's toe om hun gezicht te laten zien en voorlichting te geven. Ook direct contact met sportaanbieders helpt: doordat consultants meegaan naar proeflessen, bouwen ze een steeds steviger netwerk op. Verder draagt een terugkoppeling aan de doorverwijzer over het resultaat van de begeleiding bij aan een warme samenwerking. Tot slot is er een mailing die het netwerk op de hoogte houdt.



→ **Wat is een uitdaging in de samenwerking met de zorg?**

Het is uitdagend dat de zorgsector steeds verandert, mede door bezuinigingen. Ook vraagt het verbinden van zorg en sport meer dan alleen het opzetten van aanbod. De doorstroom vraagt een zorgvuldig proces. Het is bijvoorbeeld onrealistisch om te verwachten dat zorgprofessionals altijd tijd hebben om cliënten goed door te verwijzen. Daarom heb je professionals nodig met expertise van de doelgroep én het aanbod. Alle medewerkers van SportMEE worden ingewerkt via een expertiseprogramma en/of hebben vanuit eerdere werkervaring specifieke kennis. Zo werkte sportconsulent Chronisch Zieken Mirjam van den Bos voorheen als zorgprofessional in een revalidatiecentrum. Daarnaast werkt de organisatie gemeente- en wijkgericht, zodat iedere consulent alle lokale sport- en beweegaanbieders kent.

→ **Wat valt positief op in de samenwerking?**

Er is binnen de zorg steeds meer aandacht voor sport en bewegen. Daardoor delen partners hetzelfde doel: mensen laten bewegen voor een gezonder leven. Ook groeit de erkenning dat dit voor veel mensen lastig is door drempels zoals angst of onduidelijkheid over het aanbod. Steeds meer partijen beseffen dat we deze obstakels gezamenlijk kunnen wegnemen. Verder valt de meerwaarde op van een regionale samenwerking. Iemand die bijvoorbeeld in Rotterdam revalideert maar in een omliggende gemeente woont, kan ondersteund worden door SportMEE omdat zij actief is in het hele gebied van Rotterdam Rijnmond, Schiedam en Dordrecht. SportMEE onderzoekt de kansen om deze regionale aanpak verder uit te breiden, bijvoorbeeld met een groter dekkingsgebied.

→ **Wat zijn tips voor andere organisaties?**

- + Gebruik erkende interventies. Bekijk de [database met interventies](#).
- + Focus liever op het individu dan op het creëren van aanbod. Wat heeft de niet-sporter nodig om in beweging te komen? Welke drempels kun je wegnemen?
- + Zoek actief de samenwerking op via akkoorden. Denk aan [IZA](#), [GALA](#) en [het Sportakkoord](#).
- + Zorg voor een goed netwerk. Lokaal zijn veel partijen bezig met dezelfde thema's en doelgroepen. Zoek elkaar op en versterk elkaar.
- + Doe waar je goed in bent en laat andere partijen hún expertise inzetten. Maak goede afspraken over wie wat doet.

→ **Meer lezen?**

Lees [hier](#) meer over het werk van SportMEE in Rotterdam Rijnmond.

