



Sport en bewegen in de opvang

Eindrapportage van
drie jaar onderzoek

Rianne Verwijs
Niels Hermens

Sport en bewegen in de opvang

Eindrapportage van drie jaar onderzoek

Rianne Verwijs
Niels Hermens

Maart 2013



Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport



Inhoud

Voorwoord De opvang in beweging	5
Samenvatting	7
1 Inleiding	9
2 Sport en Bewegen bij de instellingen	13
2.1 Hoe denken instellingen over Sport en Bewegen?	13
2.2 Omvang en aard van het aanbod	14
3 Inbedding van het aanbod	19
3.1 Beschikbare faciliteiten	19
3.2 Medewerkers Sport en Bewegen	20
3.3 Budgetten en overige financieringsmogelijkheden	22
3.4 Samenwerking met de sportsector	24
3.5 Gesignaleerde knelpunten en succesfactoren	25
4 Bereiken en motiveren	29
4.1 Bereik	29
4.2 Motivaties voor meedoen	30
4.3 Wat betekent Sport en Bewegen voor cliënten?	31
5 Conclusies en aanbevelingen	33
5.1 Belangrijkste bevindingen	33
5.2 Handvatten voor de toekomst	35
Bijlage	
Onderzoeksverantwoording	37

Voorwoord De opvang in beweging

In 2010 startte Federatie Opvang een groot programma: *Meedoen!* De belangrijkste pijler in dit programma is Sport en Bewegen. Het doel van het programma is sport en bewegen mogelijk maken voor cliënten in de opvanginstellingen, maar niet als een geïsoleerd tijdverdrijf. Eén van de belangrijke doelstellingen van dit programma was en is sport en beweging in te bedden in de begeleiding die professionals bieden. Sport en bewegen wordt dan ook gebruikt om de participatie van cliënten in de opvang een impuls te geven.

Sport en bewegen kan mensen helpen op verschillende terreinen: de gezondheid verbetert mentaal en fysiek, sociaal isolement wordt doorbroken en vooral het zelfbeeld wordt versterkt. Kortom, mensen zelf ervaren een betere kwaliteit van leven, maar ook de omgeving is over het algemeen positiever ten opzicht van mensen die zich actief tonen.

Dat sport en beweging een toegevoegde waarde heeft, is voor het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport geen nieuws. Drie jaar lang hebben zij het project substantieel gesteund. Niet in de laatste, omdat voor echt kwetsbare groepen een adequaat sportaanbod nog ontbrak. Breedtesport in de breedste zin van het woord is met deze steun mogelijk gemaakt.

Natuurlijk is drie jaar kort. De opvang was eigenlijk een onbekende in de sportwereld. Andersom waren slechts weinig opvanginstellingen al actief met sport en bewegen bezig en kenden maar weinig instellingen de weg binnen de sportwereld. De ontmoeting tussen twee werelden werkt echter uitdagend en is dus inspirerend. Er zijn partners gezocht en gevonden als NOC*NSF, de Verenigde Nederlandse Gemeenten (VNG) en anderen. Voor het grote sportevenement op Papendal zijn bedrijven als DHL en ABN-AMRO als sponsors gevonden. Voor het internationale evenement in het eerste jaar 2010 in Enschede, Social Inclusion Games Nederland, is steun gevonden bij woningbouwcorporaties, gemeenten en het Internationaal Olympisch Comité (IOC).

De instellingen werkten hard om de deskundigheid van professionals op het terrein van Sport en Bewegen te vergroten. Directeuren, managers en begeleiders zijn uitgedaagd om mee te doen. Met trots bieden wij deze eindrapportage van drie jaar onderzoek naar sport en bewegen aan. We danken alle betrokken partners, de opvanginstellingen en natuurlijk de cliënten voor hun inzet en steun. Na drie jaar kunnen we zeggen dat er echt een vooruitgang is geboekt. Natuurlijk moeten we verder en dat doen we ook. Dankzij de inzet van een bijdrage van het ministerie van VWS voor het brede programma Meedoen, waarbinnen sport en bewegen nog een onderdeel van uitmaakt, gaan we verder en leggen we - zo gaat dat bij sport en bewegen - de lat weer een stukje hoger.

Jan Laurier
Voorzitter Federatie Opvang

Samenvatting

Federatie Opvang voerde van 2010 tot begin 2013 het programma ‘Meedoen!’ uit, financieel gesteund door het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. De pijler ‘Sport en Bewegen’ van dit programma had als doel sporten en bewegen mogelijk te maken voor cliënten in lidinstellingen voor maatschappelijke opvang, vrouwenopvang en beschermd en begeleid wonen. Uitgangspunt was het positieve effect van sport en bewegen en de bijdrage die het kan leveren aan verdere participatie.

Het Verwey-Jonker Instituut voerde in opdracht van Federatie Opvang in de afgelopen drie jaar onderzoek uit naar trends en ontwikkelingen op het gebied van Sport en Bewegen in de opvang. In drie achtereenvolgende jaren, 2010, 2011 en 2012, zijn instellingen voor maatschappelijke opvang, vrouwenopvang en/of begeleid en beschermd wonen bevraagd aan de hand van een digitale enquête. Aanvullend op de laatste meting is een beperkt aantal interviews met medewerkers Sport en Bewegen en met cliënten gehouden. Deze rapportage presenteert de opbrengsten van drie jaar Sport en Bewegen in de opvang.

In de afgelopen drie jaar ontwikkelden steeds meer instellingen een sport- en beweegaanbod. Binnen dit aanbod is de variëteit van vormen toegenomen. Ook zien we dat het aandeel structurele activiteiten in het aanbod toeneemt. Er zijn verschillende aanwijzingen dat Sport en Bewegen gedurende het programma ‘Meedoen!’ sterker ingebed is geraakt bij de opvanginstellingen. Er is meer structureel aanbod, meer instellingen beschikken over medewerkers die Sport en Bewegen als vast onderdeel in hun takenpakket hebben en het aandeel instellingen met een apart sportbudget is licht toegenomen. Er is verder een toenemend draagvlak voor (het belang van) sporten en bewegen bij de instellingen en wordt er meer samengewerkt met bestaande sportaanbieders, zoals sportverenigingen, sportafdelingen van gemeenten, fitnesscentra en sportaccommodaties.

Het belangrijkste knelpunt voor sport- en beweegaanbod bij instellingen is onvoldoende budget. Veel instellingen financieren sport en bewegen (grotendeels) met projectsubsidies. Hierdoor blijft het een uitdaging om structureel aanbod te verzorgen. Ongeveer de helft van de instellingen is bekend met de Sportimpuls en de helft daarvan heeft bij de Sportimpuls een subsidieaanvraag ingediend. Echter, slechts een zeer beperkt deel van het sport- en beweegaanbod waar via de Sportimpuls een aanvraag voor kan worden ingediend, is gericht op de doelgroepen van de instellingen.

Het lijkt erop dat instellingen steeds bewuster omgaan met het bereik van hun sport- en beweegaanbod. De hele sector lijkt ervan doordrongen dat het motiveren en activeren van cliënten van groot belang is. Tegelijkertijd zien we echter ook dat instellingen, ondanks een toename in het registreren van bereik, nog niet voldoende zicht hebben op het concrete bereik – zowel in absolute als in relatieve zin – van hun sport- en beweegaanbod. Ook introduceren nog weinig instellingen hun cliënten al tijdens de intake met de mogelijkheden van sport en bewegen. Of sport en bewegen daadwerkelijk deel uitmaakt van begeleiding binnen de opvang, is daardoor vaak nog steeds afhankelijk van de individuele hulpverlener.

De belangrijkste motivaties voor meedoen van cliënten zijn: het verbeteren van de gezondheid, afleiding en om sociale contacten op te doen. Cliënten die deelnemen zijn vaak positief, vooral de grootschalige evenementen lijken hen te enthousiasmeren en verder te motiveren.

Tegelijkertijd ervaren cliënten vaak drempels om te kunnen meedoen. Het is voor cliënten een grote stap om voor een eerst keer deel te nemen aan sport- en beweegactiviteiten. Sommigen schamen zich voor hun fysieke gesteldheid, anderen vinden het contact met nieuwe mensen moeilijk. Ook zijn de cliënten van deze instellingen vaak kwetsbare mensen, die soms uit zeer onveilige situaties komen, veel hebben meegemaakt en kampen met problemen op diverse gebieden. Dit kan de drempel voor deelname aan sport- en beweegactiviteiten verhogen. Ten slotte zijn er diverse drempels van praktische aard.

Het motiveren van cliënten in de praktijk komt vaak voort uit het enthousiasme, de betrokkenheid en de creativiteit van de medewerkers Sport en Bewegen. Tegelijkertijd blijft het een knelpunt om deze kwetsbare doelgroepen (blijvend) te motiveren.

Concluderend zien we dat er veel vorderingen zijn gemaakt. De algemene trend is positief waar het gaat om het draagvlak voor, de inbedding van en het aantal sport- en beweegactiviteiten voor cliënten in opvanginstellingen. Dat laat echter onverlet dat er ook nog belangrijke uitdagingen wachten om het aanbod te versterken en uit te breiden. De resultaten geven aanleiding tot de volgende vijf aanbevelingen:

1. Zorg samen met de sportaanbieder voor een positieve sociale context.
2. Zorg ervoor dat Sport en Bewegen een onderdeel wordt van ieder behandelplan.
3. Zorg voor kennisdeling tussen opvanginstellingen.
4. Benut landelijk beleid.
5. Ontwikkel succesvolle sportieve methodieken binnen de hulpverlening.

1 *Inleiding*

Federatie Opvang, de brancheorganisatie voor instellingen voor maatschappelijke opvang, beschermd en begeleid wonen en vrouwenopvang (zie kader), heeft in 2009 een visie op Meedoen ontwikkeld, getiteld 'Meedoen betekent zoveel meer'. Daarin staan de eigen kracht en verantwoordelijkheid van mensen, hun mogelijkheden en hun wensen centraal. Het project Meedoen! Sport en Bewegen is één van de drie pijlers van het brede programma Meedoen! dat op basis van deze visie is uitgewerkt. De andere twee pijlers van het programma zijn 'Sociale activering en betaald werk' en 'Kunst, cultuur en zingeving'. Het programma startte in 2010 en eindigt in maart 2013 en wordt financieel ondersteund door het ministerie van VWS. Specifiek voor de pijler Sport en Bewegen werd voor drie jaar een budget toegezegd. Het brede programma Meedoen! stopt niet in 2013 maar loopt de komende jaren door.

Federatie Opvang

Federatie Opvang is de brancheorganisatie voor 62 instellingen voor maatschappelijke opvang, beschermd en begeleid wonen en vrouwenopvang. Deze instellingen zijn – soms over verschillende locaties – verspreid over geheel Nederland. De maatschappelijke opvang en vrouwenopvang ondersteunen mensen in een maatschappelijk kwetsbare of onveilige situatie. Het gaat daarbij onder meer om opvang en ondersteuning van dak- en thuislozen, slachtoffers van huiselijk en eengerelateerd geweld, tienermoeders, kinderen met traumatische ervaringen, slachtoffers van mensenhandel, ex-gedetineerden en dakloze jongeren. De instellingen helpen cliënten bij opvang, zorg en begeleiding. Wat cliënten zelf kunnen, de eigen kracht, staat centraal. Een traject is gericht op het weer kunnen meedoen in de samenleving.

Belang van sport en bewegen

Sport en bewegen is een eerste stap naar participatie en zelfredzaamheid van cliënten van opvanginstellingen, zo is de gedachte van Federatie Opvang. Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt ook dat sporten en bewegen positieve gezondheidseffecten heeft en dat het daarnaast kan bijdragen aan de positieve mentale, sociale en cognitieve ontwikkeling van mensen. De kans op positieve effecten van sporten en bewegen wordt groter wanneer de activiteit plaatsvindt onder bepaalde sociale condities. Zo vormen de pedagogische vaardigheden van trainers een belangrijke factor. Begeleiders van hulpverleningstrajecten – denk aan opvang van dak- en thuislozen of slachtoffers van huiselijk geweld – hebben door de fysiek en sociaal gecontroleerde omgeving invloed op de condities waaronder de sportactiviteit plaatsvindt. Hierdoor kunnen begeleiders binnen opvanginstellingen sport gericht gebruiken voor het bereiken van begeleidingsdoelen, zoals het vinden van zinvolle dagbesteding, het vergroten van het gevoel van eigenwaarde of re-integratie in de samenleving.¹

1 Boonstra, N. & Hermens, N. (2012). Sport als medicijn. In: Uitermark, J., Gielen, A.J. & Ham, M. (red.) *Wat werkt nu werkelijk? Politiek en praktijk van sociale interventies*. Amsterdam: Van Gennep.

Kortom, sport- en beweegactiviteiten kunnen onder de juiste sociale condities voor cliënten van opvanginstellingen bijdragen aan het bereiken van hun begeleidingsdoelen. Daarom heeft Federatie Opvang Sport en Bewegen benoemd als één van de pijlers van hun programma 'Meedoen betekent zoveel meer'. Dit had ten eerste als doel een substantiële groei van sportdeelname onder cliënten. Daarnaast moest het ervoor zorgen dat er bij de instellingen meer beleid op sport, gezonde voeding en persoonlijke verzorging kwam. Verder waren ook uitbreiding van het sportnetwerk van de instellingen en het vergroten van kennis over sport bij de medewerkers van de instellingen belangrijke doelstellingen.

Sport en bewegen bij opvanginstellingen nader onderzocht

Het Verwey-Jonker Instituut heeft de afgelopen drie jaar onderzoek gedaan naar de trends en ontwikkelingen op het gebied van sporten en bewegen bij instellingen die zijn aangesloten bij Federatie Opvang. In deze rapportage bespreken we deze ontwikkelingen en beantwoorden we de volgende onderzoeksvragen:

Op welke wijze wordt binnen de opvanginstellingen die zijn aangesloten bij Federatie Opvang aandacht gegeven aan de mogelijkheden die sport en bewegen bieden voor hun cliënten? Welke ontwikkelingen en trends kunnen hierin worden waargenomen ten opzichte van de start van het project Meedoen! Sport en Bewegen begin 2010?

Het onderzoek

Het doel van het onderzoek is zicht krijgen op trends en ontwikkelingen bij opvanginstellingen, die zijn aangesloten bij Federatie Opvang. Daarom is in drie achtereenvolgende jaren, 2010, 2011 en 2012, bij een groep instellingen een identieke vragenlijst afgenomen. Instellingen is onder meer gevraagd hoe zij tegenover sport en bewegen staan, wat de aard en het bereik van hun aanbod zijn, hoe zij binnen hun organisatie sport en bewegen inpassen en met wie zij samenwerken. Ook is gevraagd naar kansen, knelpunten en behoeften die zij signaleren bij het aanbieden van sport en bewegen. Voor gedetailleerde informatie over de opzet en uitvoering van het onderzoek verwijzen wij naar de Bijlage Onderzoeksverantwoording.

Ieder jaar zijn alle bij Federatie Opvang aangesloten instellingen benaderd voor deelname aan het onderzoek. Aan de eindmeting namen 53 verschillende (locaties van) instellingen mee. Hiervan nam ongeveer driekwart eerder deel aan de Nulmeting en/of de Tussenmeting. Aan de Nulmeting in 2010 namen 50 unieke locaties deel; aan de Tussenmeting 55. Ongeveer 85 procent van de instellingen heeft met een of meerdere locaties deelgenomen aan het onderzoek.

De kenmerken van de instellingen die op de verschillende meetmomenten aan het onderzoek hebben deelgenomen komen overeen. Het zijn instellingen die maatschappelijke opvang, maar ook (combinaties met) vrouwenopvang en beschermd en begeleid wonen bieden. Een deel van de instellingen heeft aanvullend aan het reguliere aanbod een ggz-erkenning of biedt ook ambulante hulp, jeugdzorg, reclassering of ouderenzorg.

Leeswijzer

In hoofdstuk 2 gaan we allereerst in op hoe men aankijkt tegen sport en bewegen en op de trends en ontwikkelingen in de aard en omvang van het sport- en beweegaanbod. Welke sport- en beweegactiviteiten worden aangeboden? Vinden deze structureel of incidenteel plaats en binnen of juist buiten de eigen instelling? En hoe heeft het sport- en beweegaanbod zich tussen 2010 en 2012 ontwikkeld? In hoofdstuk 3 bespreken wij in hoeverre en op welke wijze instellingen met een aanbod dit ingebed

hebben en welke veranderingen we hierin zien. Aan bod komen beschikbare faciliteiten bij de instellingen, aanwezigheid van medewerkers Sport en bewegen, het hebben van een sportbudget en samenwerking met de sportsector. Tot slot geven we een overzicht van gesignaleerde knelpunten en succesfactoren. Het vierde hoofdstuk beschrijft het bereiken van cliënten, de motivaties voor meedoen en de betekenis van sport en bewegen voor cliënten. In hoofdstuk 5 sluiten we af met conclusies en enkele aanbevelingen.

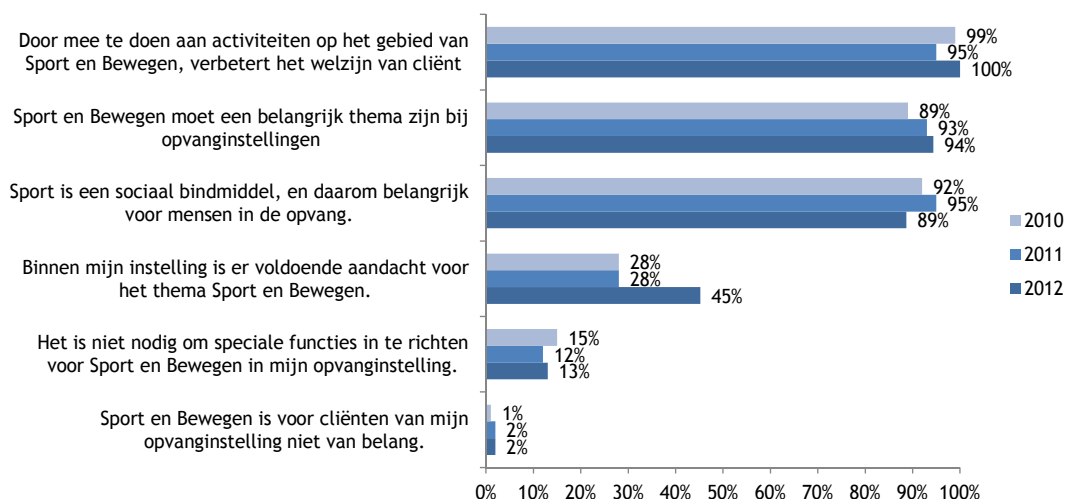
2 *Sport en Bewegen bij de instellingen*

In dit hoofdstuk zetten we uiteen hoe bij de instellingen over Sport en Bewegen wordt gedacht. De aanvullende interviews, afgenomen bij enkele medewerkers van opvang instellingen, geven een beeld van de redenen waarom zij sport en bewegen ervaren als een zinvol onderdeel van de begeleiding van cliënten. Daarnaast worden het sport- en beweegaanbod en de ontwikkelingen op dit gebied toegelicht.

2.1 *Hoe denken instellingen over Sport en Bewegen?*

Tijdens de programmaperiode hebben medewerkers van de instellingen driemaal stellingen voorgelegd gekregen over het belang dat zij hechten aan sport en bewegen in de opvang (zie figuur 2.1). In 2012 zijn alle deelnemers van mening dat deelname aan sport- en beweegactiviteiten het welzijn van cliënten verbetert. In 2010 en 2011 was dit ook zeer hoog: 95% of meer. Ook vinden instellingen nog meer dan voorheen – van 89% in de 2010 tot 94% in 2012 – dat sporten en bewegen een belangrijk thema moet zijn binnen instellingen. Iets minder instellingen dan voorheen, maar nog steeds een aanzienlijke groep (89%), vindt sport een belangrijk sociaal bindmiddel.

Figuur 2.1 Stellingen Sport en Bewegen, % (helemaal) mee eens



Het opvallendste verschil zien wij bij de stelling die gaat over de aandacht in de eigen organisatie voor Sport en Bewegen. Het aandeel instellingen dat vindt dat er voldoende aandacht voor is, is sterk toegenomen: van 28% in 2010 en 2011 naar maar liefst 45% in 2012.

Het aandeel instellingen dat het niet nodig vindt om speciale functies in te richten voor Sport en Bewegen in de eigen opvanginstelling, is onverminderd laag (gemiddeld 13%). Dit geldt nog sterker voor instellingen die vinden dat Sport en Bewegen voor hun cliënten niet van belang is (gemiddeld slechts 2%).

Waarom begeleiders sport en bewegen gebruiken

Uit de aanvullende interviews die wij hebben afgenomen bij enkele instellingen blijkt dat begeleiders sport- en beweegactiviteiten gebruiken voor het bereiken van verschillende doeleinden. Er zijn begeleiders die het gebruiken als alternatieve manier om in contact te komen met hun cliënten. Het maakt het contact gelijkwaardiger en het verlaagt voor cliënten de drempel om te praten, zeker als de begeleiders zelf ook meedoen met sport en bewegen, zo vertellen twee begeleiders:

‘Wij sporten mee met de cliënten. Een groot voordeel is dat je de cliënten meemaakt tijdens het sporten en het is ook gelijkwaardig, we doen allemaal mee. We staan niet aan de zijkant toe te kijken.’

(activiteitenbegeleider, instelling voor maatschappelijke opvang)

‘Ik geloof niet in wekelijkse bureaugesprekken. Tijdens het sporten kun je net zo goed met de doelgroep praten over de doelen van de begeleiding.’

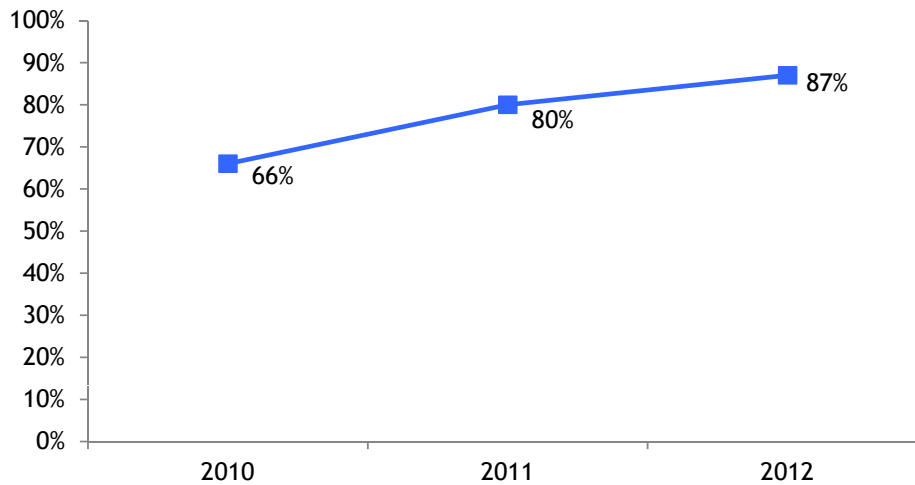
(coördinator sport, instelling voor maatschappelijke opvang)

Daarnaast gebruiken begeleiders sport- en beweegactiviteiten als middel om individuele doelen van hun cliënten te bereiken. Een doelstelling van een begeleidingstraject kan bijvoorbeeld zijn dat een cliënt vier uur per dag gaat werken in een restaurant. Als deze cliënt op dat moment nog helemaal geen dagbesteding heeft, is dit echter een grote stap, zo vertelt een begeleider bij een Amsterdamse opvanginstelling. Hij gebruikt een paar dagen per week één of twee uur sporten en bewegen dan als een soort tussenstap. Een begeleider van een instelling voor maatschappelijke opvang in het oosten van Nederland gebruikt sport bij bijna alle leefgebieden die onderdeel uitmaken van het begeleidingsplan, zoals lichamelijk functioneren, psychisch functioneren, functioneren in relatie tot anderen, sociale contacten, scholing en een zinvolle dagbesteding.

2.2 Omvang en aard van het aanbod

Maar liefst 46 van de 53 deelnemende instellingen hebben in 2012 een aanbod sport en bewegen. Het aandeel instellingen met een aanbod is hiermee in de programmaperiode opgelopen van 67% in 2010, 80% in 2011 tot 87% in 2012. De ontwikkeling is zichtbaar gemaakt in figuur 2.2.

Figuur 2.2 Aandeel instellingen met sport- en beweegaanbod 2010-2012



Instellingen met een sport- en beweegaanbod bieden vaak meerdere activiteiten aan. Voetbal, fitness en zwemmen zijn over hele de meetperiode de populairste takken van sport: iets meer dan de helft van de instellingen biedt deze activiteiten aan. Andere sporten die verschillende instellingen aanbieden zijn: dans (één op de vijf instellingen), yoga, basketbal en wandelen (één op de tien instellingen). Opvallend is dat een activiteit als intensief wandelen in opkomst lijkt te zijn. In 2011 werd dit nog nauwelijks genoemd.

Niet alleen het aantal instellingen met sport- en beweegaanbod stijgt, we zien ook een toename in de vormen van sport die instellingen aanbieden. Zowel het aandeel instellingen dat verenigingssport aanbiedt (van 13% in 2010 naar 24% in 2012), als het aandeel instellingen dat commerciële sport zoals fitness aanbiedt (van 39% in 2010 naar 47% in 2012) is toegenomen. Ook het aandeel instellingen met activiteiten buiten, zoals straatvoetbal en hardlopen, is toegenomen: van 48% van de instellingen in 2010 naar 67% in 2012.

Voorbeelden van sport- en beweeg aanbod bij instellingen

Stichting Neos Eindhoven biedt wekelijks drie sport- en beweegactiviteiten aan: een keer per week intensief wandelen, een keer per week extreme *BodyBoost*, een combinatie van Tae Bo en zelfverdediging en twee keer per week een voetbalactiviteit. Voor de wandelactiviteit verzamelen de deelnemers op een vaste plek bij een park in de stad. Bodyboost vindt plaats in een beschikbaar gestelde zaal van een lokale basisschool en is net als de voetbaltrainingen, ook toegankelijk voor mensen die begeleiding krijgen bij andere opvanginstellingen in de gemeente. De voetbaltrainingen vinden twee keer per week in de avonden plaats in een vaste sporthal die de opvanginstelling huurt. Verder nemen de cliënten deel aan voetbaltoernooien. Alle drie de activiteiten worden begeleid door een externe trainer.

Het structurele sport- en beweegaanbod van HVO Querido in Amsterdam bestaat uit zwemmen, fitnessactiviteiten in een revalidatiecentrum, voetbal en tennislessen. Voetbal, tennis en fitness vinden plaats in een accommodatie die de opvanginstelling huurt. Het zwemmen is tijdens uren dat het zwembad openbaar toegankelijk. Dat is volgens de sportcoördinator van de opvanginstelling positief: *‘Dan zien andere mensen dat deze doelgroep niet gek is en het is voor onze cliënten leuk om contact te hebben met andere mensen dan alleen hun lotgenoten.’* Naast het structurele aanbod is er incidenteel sportaanbod. Eens per jaar is er een sportdag voor cliënten van de opvanginstelling, er wordt deelgenomen aan de sportdag voor opvanginstellingen op Papendal, de Dutch Street Cup, en aan toernooien tussen opvanginstellingen onderling.

Woonzorginstelling Humanitas in Hengelo organiseert iedere doordeweekse dag een sport- of beweegactiviteit. Dit zijn hardlopen, softbal, basketbal, fitness, zwemmen en trefbal, maar ook darten en sjoelen voor mensen met wat meer fysieke klachten. Om de kans op deelname te vergroten, vinden de vaste sportactiviteiten plaats binnen de eigen groep. Sommige activiteiten vinden plaats op een accommodatie van een sportvereniging, andere activiteiten waar weinig ruimte voor nodig is, zoals fitness, vinden plaats in de locatie van de instelling. Naast de wekelijkse activiteiten neemt de instelling met de cliënten op incidentele basis deel aan sportevenementen, zoals toernooien voor opvanginstellingen of sportdagen, maar ook aan hardloopwedstrijden die voor iedereen toegankelijk zijn. De cliënten van de instelling zijn geheel vrij om wel of niet deel te nemen aan de sport- en beweegactiviteiten, maar worden hiertoe wel gestimuleerd.

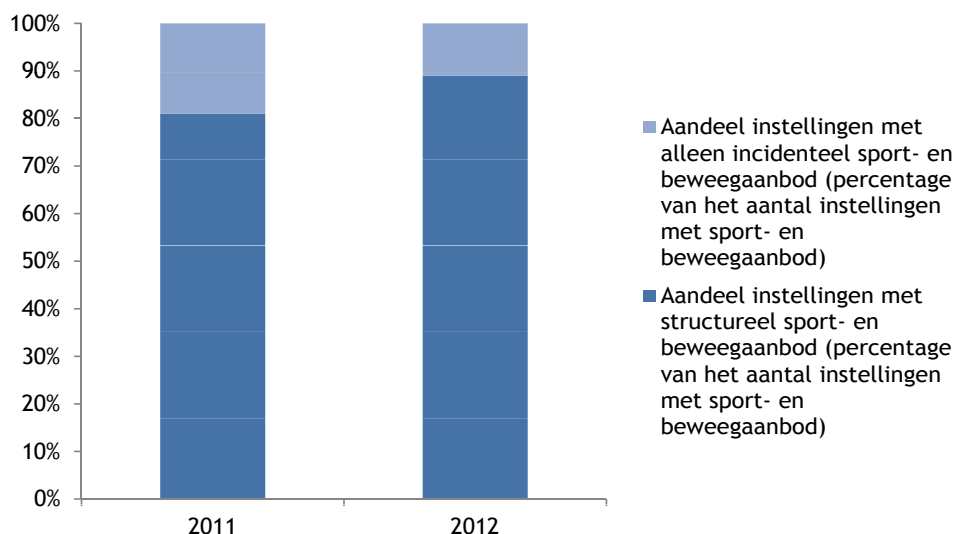
Sport- en beweegaanbod voor diverse doelgroepen

Het sport- en beweegaanbod van de instellingen is gericht op diverse doelgroepen, vanzelfsprekend samenhangend met de aard en de doelgroep van de instellingen. De sport- en beweegactiviteiten zijn in 2012, net als in 2010 en 2011, hoofdzakelijk gericht op mannen en/of vrouwen vanaf 19 jaar. Vrouwen zijn als doelgroep licht oververtegenwoordigd, waarschijnlijk doordat een deel van de instellingen alleen vrouwen als doelgroep heeft. Bij negen instellingen is het sport- en beweegaanbod gericht op kinderen tot 18 jaar, bij drie instellingen op jonge vrouwen/tienermoeders. Er zijn ook instellingen die hun sport- en beweegaanbod (deels) richten op doelgroepen met specifieke problematiek, zoals psychiatrische en/of verslavingsproblemen, geweld in afhankelijkheidsrelaties, autisme, motorische problemen en sociaal isolement.

Toename in structureel sport- en beweegaanbod

Sport- en beweegaanbod krijgt bij steeds meer instellingen een structurele plek. Nog slechts één op de tien instellingen met sport- en beweegaanbod biedt geen structurele activiteiten aan. Negen van de tien instellingen met sport- en beweegaanbod, biedt dit structureel aan. Dat wil bijvoorbeeld zeggen: wekelijks zwemmen, voetballen of hardlopen of mensen de mogelijkheid bieden om te fitnessen met een strippenkaart. In 2011 bood een kleiner deel van de instellingen met sport- en beweegaanbod dit aan op structurele basis: acht van de tien (zie figuur 2.3).

Figuur 2.3 Instellingen met incidenteel en/of structureel sport- en beweegaanbod in 2011 en 2012 ²



Van de instellingen met structureel sport- en beweegaanbod heeft ongeveer twee derde ook incidenteel aanbod. Voorbeelden hiervan zijn schaatsen in de wintermaanden, een eenmalig sporttoernooi of deelname aan jaarlijkse evenementen, zoals de landelijke sportdag op Papendal voor instellingen die zijn aangesloten bij Federatie Opvang of de internationale Social Inclusion Games (zie kader op p. 18).

Aantal instellingen zonder sport- en beweegaanbod neemt af

Er zijn ook instellingen *zonder* sport- en beweegaanbod, of instellingen waar op het moment van het onderzoek (nog) geen sport- en beweegaanbod was. We zien dat het aandeel instellingen zonder sport- en beweegaanbod tijdens de programmaperiode is afgenomen van één op de drie instellingen in 2010 tot iets meer dan één op de tien in 2012 (het betrof zeven instellingen). In 2011 had één op de vijf instellingen geen sport- en beweegaanbod. Onder de instellingen zonder aanbod bevinden zich instellingen voor maatschappelijke opvang, vrouwenopvang en begeleid en beschermd wonen.

Er zijn verschillende redenen waarom deze instellingen geen sport- en beweegaanbod hebben. Meestal ligt het aan een gebrek aan financiële middelen. Ook noemen zij tijdgebrek, onvoldoende deskundigheid bij begeleiders of geen prioriteit. Ten slotte zijn er ook instellingen die cliënten wel aanmoedigen te gaan sporten buiten de instelling, maar waar binnen de instelling geen sport- en beweegmogelijkheden zijn.

Aantal instellingen met ander gezondheidsbevorderend aanbod neemt af

Sport en bewegen zijn belangrijke aspecten van een gezonde leefstijl. Andere aspecten van een gezonde leefstijl die ook aandacht kunnen krijgen in instellingen, zijn gezondheid en persoonlijke verzorging. Binnen het programma Meedoen! is er dan ook aandacht voor deze aspecten. In deze paragraaf bespreken we of en hoe de aandacht van de instellingen voor de thema's zich tijdens het programma Meedoen! heeft ontwikkeld. In de enquête is slechts een enkele vraag opgenomen over of men aanbod heeft op het gebied van ander gezondheidsbevorderend aanbod en zo ja, waar dit dan uit bestaat. Inzicht in de achtergronden van de ontwikkelingen is daarom beperkt.

² Pas vanaf 2011 is instellingen gevraagd of hun sport- en beweegaanbod incidenteel en/of structureel is.

Het aandeel instellingen dat activiteiten aanbod heeft op de thema's gezonde voeding en persoonlijke verzorging is afgenomen. In 2010 en 2011 bood iets minder dan twee derde van de instellingen activiteiten aan op deze thema's. In 2012 heeft nog ongeveer de helft van de geënquêteerde instellingen activiteiten op het gebied van gezonde voeding en persoonlijke verzorging. Deze activiteiten zijn overigens zeer divers. Ze lopen uiteen van het gezamenlijk koken van gezonde maaltijden tot het geven van tips over een gezonde leefstijl, en gezond koken met een klein budget en het bieden van douchegelegenheid. Vooral de activiteiten gezamenlijk koken en adviseren over het aanschaffen en bereiden van gezonde voeding met een klein budget worden door veel instellingen aangeboden.

Belangrijkste bevindingen sportaanbod bij instellingen

- Het belang van Sport en Bewegen voor cliënten van instellingen wordt breed onderschreven.
- De aandacht voor Sport en Bewegen lijkt toe te nemen binnen instellingen.
- Steeds meer instellingen hebben een sport- en beweegaanbod, van twee derde van de instellingen in 2010 naar bijna negen op tien instellingen in 2012.

Papendal 'Bewegen is Meedoen'

De afgelopen twee jaar is op het sportpark Papendal een grote 'Bewegen Is Meedoen' dag gehouden. In 2011 met 850 deelnemers en in 2012 met 1.000 deelnemers uit het hele land. Op de dagen konden mensen individueel en in teams aan de slag op verschillende niveaus. Voor beginners waren er *clinics* om kennis te maken met sport en bewegen, voor de meer geoefende sporters toernooien.



Beide dagen waren zo succesvol dat Federatie Opvang zich sterk maakt om hier een vervolg aan te geven, of zoals de staatssecretaris tijdens haar bezoek 2012 zei:

'Hier zie ik met eigen ogen dat deze dag ontzettend veel positieve energie geeft. Iedereen is zo gemotiveerd en serieus bezig! Sporten en bewegen is heel waardevol. Het kan de eigen kracht van mensen versterken op weg naar een zelfstandig bestaan.'

Social Inclusion Games 2010

Met de Social Inclusion Games werd in 2010 een groot internationaal evenement georganiseerd met elf deelnemers uit tien landen. Een week lang werden tal van sporten beoefend, maar was ook ruimte voor spel en muziek in een fantastische sfeer. Van laagdrempelige activiteiten tot voetballen op een behoorlijk niveau; alles was mogelijk op de campus van Universiteit Twente. De Olympische gedachte 'meedoen is belangrijker dan winnen' werd hier optimaal beleefd. Vandaar ook dat het Internationaal Olympisch Comité besloot om hun patronage te verbinden aan dit evenement. Er wordt in contact met enkele landen geprobeerd dit een structureel vervolg te geven.

Bron: Federatie Opvang

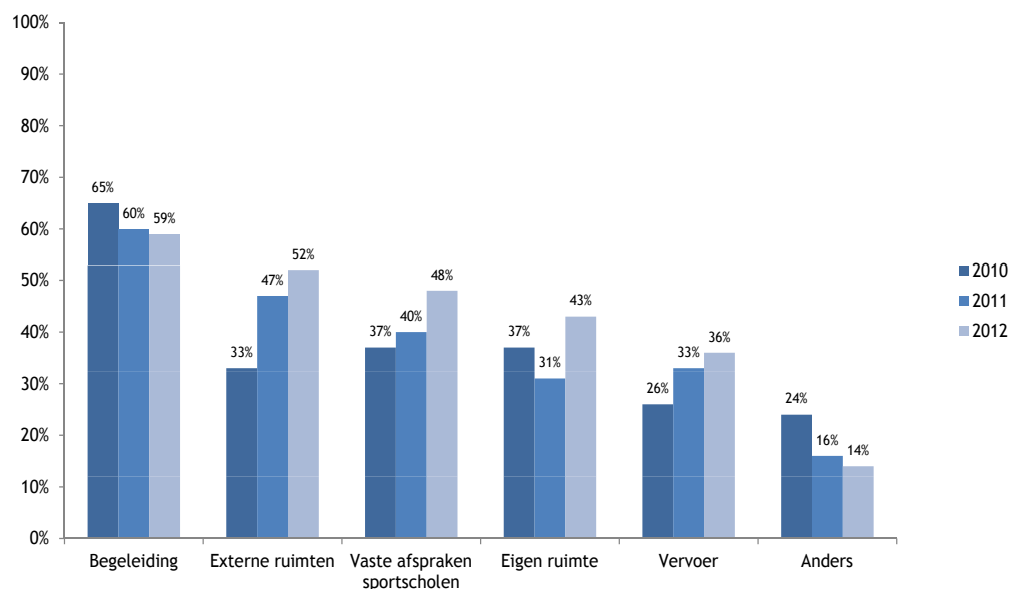
3 *Inbedding van het aanbod*

De resultaten in hoofdstuk 2 laten zien dat het sport- en beweegaanbod binnen opvanginstellingen de afgelopen jaren is toegenomen. Daarnaast bieden steeds meer instellingen sport- en beweegactiviteiten aan op structurele basis, wat wil zeggen dat wekelijks op vaste momenten sport- en beweegactiviteiten plaatsvinden. In dit hoofdstuk beantwoorden we de vraag in hoeverre sport en bewegen is geïntegreerd in de dienstverlening van de instellingen. Zijn er binnen de instelling voldoende faciliteiten beschikbaar voor het sport- en beweegaanbod? Hebben de instellingen beleid ontwikkeld op dit gebied? Is er capaciteit beschikbaar om medewerkers aan te wijzen die zich bezighouden met sport- en beweegactiviteiten?

3.1 *Beschikbare faciliteiten*

De instellingen hebben voor hun sport- en beweegaanbod de beschikking over verschillende faciliteiten. Het aandeel instellingen dat gebruik maakt van externe ruimten is de afgelopen jaren toegenomen van een derde naar iets meer dan de helft van de instellingen. Ook het aantal instellingen dat vaste afspraken heeft met sportscholen en het aantal instellingen dat vervoer naar de sportaccommodaties inzet, zijn toegenomen. Het aandeel instellingen dat vanuit de instelling begeleiding biedt aan cliënten is licht afgenomen: van twee derde naar iets minder dan zes op tien instellingen. Dit kan samenhangen met het gegeven dat het gebruik van externe ruimten, vaste afspraken met sportscholen en de beschikking over vervoer zijn toegenomen in de afgelopen drie jaar. Figuur 3.1 geeft bovenstaande bevindingen schematisch weer.

Figuur 3.1 Faciliteiten voor sport- en beweegaanbod bij de instellingen (meerdere antwoorden mogelijk, 2010 - 2012)



In een open vraag in de enquête is specifiek gevraagd welke faciliteiten volgens de instellingen nodig zijn om slachtoffers van huiselijk geweld te laten sporten en bewegen. Allereerst vinden de respondenten het belangrijk dat bij de sport- en beweegactiviteiten wordt gezorgd voor een sociaal veilige omgeving, vooral als deze activiteiten plaatsvinden buiten de eigen instelling. Daarnaast vinden zij het belangrijk dat de privacy gewaarborgd is en dat bij sport- en beweegaanbod binnen de vrouwenopvang wordt gewerkt met vrouwelijke instructeurs en begeleiders. Een aantal instellingen wijst erop dat deze groep in eerste instantie, of zelfs alleen maar, in de beschermde omgeving van de eigen instelling kan sporten en bewegen. Verder noemen meerdere instellingen kinderopvang als belangrijke faciliteit. Tot slot zijn heldere afspraken speciaal voor deze doelgroep belangrijk, zoals een professional stelt: *'Afspraken maken binnen de groep over aanraken, plotseling handelen en een stopregel invoeren'*.

3.2 Medewerkers Sport en Bewegen

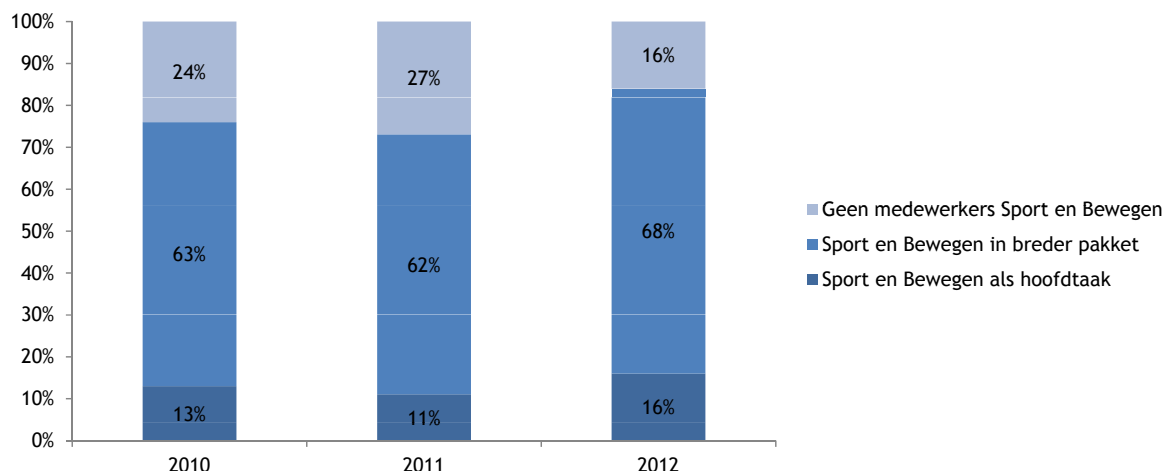
Als instellingen een sport- en beweegaanbod hebben, hebben zij ook professionals of vrijwilligers nodig – intern of extern – die dit aanbod in de praktijk uitvoeren, coördineren en begeleiden. Instellingen hebben aangegeven in hoeverre zij deze medewerkers in huis hebben en extern inhuren. Ook zien we wat hun taken inhouden.

Steeds meer instellingen met medewerkers Sport en Bewegen

Het aantal instellingen met één of meerdere medewerkers met Sport en Bewegen in hun werkpakket is de afgelopen drie jaar toegenomen. In 2010 en 2011 had ongeveer driekwart van de instellingen met sport- en beweegaanbod een medewerker met Sport en Bewegen als hoofdtaak of als taak binnen een breder takenpakket. In 2012 is dit bij 84% van de deelnemende instellingen het geval. Van deze groep

heeft een minderheid Sport en Bewegen als hoofdtak of enige tak (16%), bij de meesten (68%) is Sport en Bewegen een nevtak. De ontwikkeling is weergegeven in figuur 3.2.

Figuur 3.2 Aandeel instellingen met medewerkers Sport en Bewegen, als hoofdtak of als nevtak 2010 - 2012



Wie zijn de medewerkers Sport en Bewegen?

Wanneer instellingen medewerkers in dienst hebben die verantwoordelijk zijn voor sport en bewegen, gaat het vrijwel altijd (ook) om eigen werknemers. Het gebruik van ingehuurde derden wisselt tijdens de programmaperiode, met een piek in 2012: meer dan een kwart van de instellingen huurt derden als medewerker Sport en Bewegen in. Verder zien we dat instellingen voor het sport- en beweegaanbod in toenemende mate gebruik maken van vrijwilligers.

Ongeveer een vijfde van de instellingen doet een beroep op vrijwilligers die al werken binnen de instelling (in 2010 was dit nog 14%). Ook is er een lichte toename in samenwerking met vrijwilligers van sportclubs waarmee wordt samengewerkt. Verder zetten ook stagiaires, medewerkers Sport van de gemeente en professionals van sportscholen zich in voor sport en bewegen binnen opvanginstellingen.

Het takenpakket van de medewerkers Sport en Bewegen bestaat tijdens de programmaperiode vooral uit het organiseren (bijvoorbeeld contacten onderhouden met sportscholen), uitvoeren en begeleiden van sportactiviteiten en het motiveren van cliënten. Soms horen hier ook taken bij als het ontwikkelen van sportbeleid, het verantwoorden van het gebruik van trajectgelden aan Sociale Zaken en Werkgelegenheid, het werven van fondsen, het bewaken van het groepsproces en het aansturen van collega's op het thema Sport. Een professional van een instelling voor beschermd en begeleid wonen beschrijft een divers takenpakket:

'Sportactiviteiten standaard aanbieden, eenmalige evenementjes organiseren of bijwonen met cliënten, ook andere dagbestedingactiviteiten opzetten, registratie, kas bijhouden, et cetera.'

Stimuleren van Meedoen persoonsafhankelijk

Of instellingen sport- en beweegaanbod hebben, is sterk afhankelijk van de begeleiders die er werken. Dit blijkt uit de drie interviews die we hebben afgenomen bij medewerkers van de instellingen. Begeleiders die potentie zien in sport als middel bij het bereiken van de begeleidingsdoelen van cliënten,

zullen eerder op zoek gaan naar mogelijk sport- en beweegaanbod dan begeleiders die hier geen potentie in zien, zo blijkt uit de interviews. Een activiteitenbegeleider vertelt bijvoorbeeld:

‘Sport en bewegen leeft nog te weinig onder de personeelsleden van deze instelling. Het zou mooi zijn als we in de toekomst sportactiviteiten ook als dagbesteding zouden kunnen opvoeren. Dat kan een reden zijn voor cliënten om te kiezen voor sportaanbod.’

Een andere professional geeft aan dat het soms lastiger is om begeleiders te stimuleren sport- en beweegactiviteiten als middel te gebruiken in de begeleidingsplannen, dan om de cliënten zelf aan het sporten en bewegen te krijgen. Volgens een medewerker van een Amsterdamse opvanginstelling is dit een aandachtspunt, omdat hierdoor het risico bestaat dat cliënten die baat zouden hebben bij sporten en bewegen, niet de mogelijkheid krijgen dit te doen.

Kortom, volgens de geïnterviewde begeleiders moeten alle cliënten de mogelijkheid krijgen aange-reikt om deel te nemen aan sport- en beweegactiviteiten. Zij wijzen er op dat dit zou kunnen door sporten en bewegen een integraal onderdeel te maken van het intakegesprek. Deelname moet echter volgens hen niet verplicht worden gesteld. Zo vertelt een professional:

‘Het zou eigenlijk een verplicht onderdeel moeten zijn van het intakegesprek, maar geen verplicht onderdeel van het begeleidingstraject. Er zijn natuurlijk mensen die echt niet willen sporten. Dan is kijken al een belangrijke stap.’

Deze bevinding sluit aan bij ander onderzoek naar sportactiviteiten binnen organisaties uit de sociale sector.³

3.3 Budgetten en overige financieringsmogelijkheden

Behalve over medewerkers moeten instellingen ook kunnen beschikken over financiële middelen. In de metingen is daarom gevraagd in hoeverre instellingen een apart sportbudget hebben of toegang tot andere budgetten en fondsen.

Aandeel instellingen met sportbudget neemt toe

Het aandeel instellingen met een apart sportbudget is gedurende het programma Meedoen! toegenomen van 17% in 2010 naar 25% in 2012. Niettemin beschikt nog steeds driekwart van de instellingen niet over een budget dat specifiek is gereserveerd voor sport en bewegen. Net als in 2010 en 2011 hebben instellingen voor maatschappelijke opvang in 2012 relatief vaker een apart sportbudget dan instellingen voor vrouwenopvang.

De instellingen zonder apart sportbudget financieren de sport- en beweegactiviteiten uit verschillende andere budgetten. Vooral gemeentelijke bijdragen / Wmo-budgetten worden hiervoor aangewend. Twee instellingen besteden een deel van hun budget voor dagbesteding aan sport- en beweegactiviteiten en twee andere instellingen financieren dit vanuit de AWBZ.

Daarnaast weten verschillende instellingen de weg te vinden naar lokale en landelijke fondsen, zoals het Oranjefonds en de Rabobank Foundation. Ten slotte zijn er instellingen die gebruik maken

3 Hermens, N., Jansma, A. & Marissing, E. van (2013). *Sportverenigingen in beeld bij de Wmo. De rol van de gemeente bij de samenwerking tussen de sociale sector en sportverenigingen*. Utrecht: Verwey-Jonker Instituut.

van het Jeugdsportfonds. Dit fonds betaalt de contributie van sportverenigingen tot € 225 per jaar voor jeugdigen onder de 18 jaar, die leven in gezinnen waar de financiële middelen ontbreken om lid te kunnen zijn van een sportvereniging. Dit beeld is consistent over de drie meetjaren.

De instellingen geven het geld dat beschikbaar is voor Sport en Bewegen, vanuit specifiek budget of andere bronnen, vooral uit aan de kern van de sportactiviteit. Zo worden hiermee hoofdzakelijk de activiteiten zelf en de huur of andere kosten voor de faciliteiten betaald. In vergelijking met 2011 gebruiken meer instellingen het sportbudget voor het inhuren van derden, zoals externe trainers. In mindere mate gebruiken instellingen het sportbudget voor lidmaatschapskosten van sportverenigingen, de reiskosten naar de sportaccommodatie en kinderopvang tijdens het sporten en bewegen.

Ontwikkelingen landelijk en lokaal sportbeleid

Recente ontwikkelingen in het landelijk beleid bieden nieuwe mogelijkheden voor financiering van medewerkers Sport en Bewegen en/of sport- en beweegaanbod binnen instellingen. Ten eerste kunnen sportaanbieders sinds de zomer van 2012 jaarlijks via de Sportimpuls een subsidieaanvraag indienen voor het opzetten van een nieuwe project. Er kunnen aanvragen worden ingediend voor één van de 60 projecten die onderdeel uitmaken van de Menukaart⁴ van het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB). In theorie zouden ook opvanginstellingen, eventueel in samenwerking met een sportaanbieder zoals een sportvereniging of een fitnesscentrum, een subsidie kunnen aanvragen. Het overgrote deel van de beweegprogramma's waar een aanvraag voor kan worden ingediend, is echter gericht op andere doelgroepen dan waar de opvanginstellingen mee werken, voornamelijk jeugd.

Ten tweede heeft het ministerie van VWS geld beschikbaar gesteld voor het aanstellen van 2.900 fte Buurtsportcoaches. Het doel van de Buurtsportcoaches is de sportsector en andere sectoren, zoals de jeugdsector of de maatschappelijke opvang, met elkaar te verbinden. De gedachte is dat hierdoor meer Nederlanders de mogelijkheid krijgen dichtbij huis te sporten. Gemeenten kunnen aanvragen indienen voor de functie van Buurtsportcoach en wanneer deze wordt gehonoreerd, wordt 40% procent van de aanstelling van de coach gefinancierd door het rijk. De overige 60% moet komen van de gemeente of van de organisatie waar de Buurtsportcoach werkzaam is.

In de laatste meting hebben we de instellingen gevraagd of zij op de hoogte zijn van deze beleidsontwikkelingen en in hoeverre zij er gebruik van maken. Bijna de helft van de instellingen (45%) weet van de Sportimpuls. Van deze 23 instellingen hebben er tien een subsidieaanvraag ingediend voor het opzetten van sport- en beweegaanbod. De dertien instellingen die geen aanvraag hebben ingediend, hebben hier om uiteenlopende redenen van afgezien. Bij sommige instellingen is sporten en bewegen nog onvoldoende ingebed om hier een subsidie voor te kunnen aanvragen, andere instellingen weten niet goed of zij als organisatie een aanvraag kunnen indienen. Vier instellingen werken inmiddels op de een of andere manier met een Buurtsportcoach.

4 Zie <http://www.effectiefactief.nl/menukaart/> voor de Menukaart van Sportimpuls.

3.4 Samenwerking met de sportsector

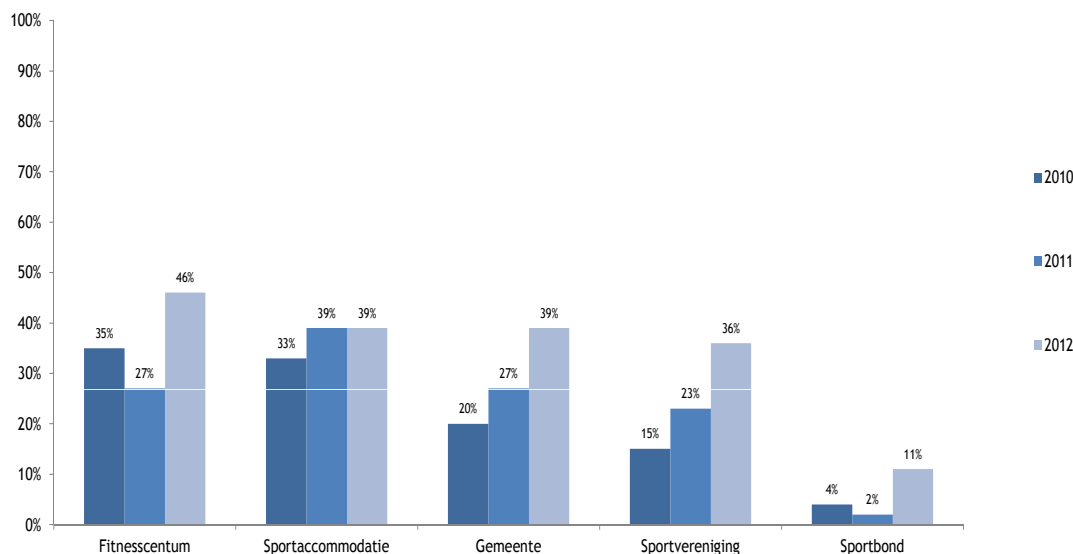
In hoeverre sporten en bewegen cliënten in de bestaande infrastructuur van voorzieningen en faciliteiten? We zien dat instellingen hier vorm aan geven in de samenwerkingsverbanden die zij aangaan.

Meer samenwerking, vooral met fitnesscentra en sportaccommodaties

Het aandeel instellingen dat bij de organisatie en uitvoering van het sport- en beweegaanbod samenwerkt met één of meer andere partijen, is licht toegenomen: van zeven op tien in 2010 naar acht op tien in 2012. De meeste instellingen werken samen met één of enkele andere partijen. Zes instellingen werken met meer dan tien andere partijen samen, twee hiervan zelfs met meer dan twintig.

In figuur 3.3 is weergegeven met welke organisaties en instellingen de geïnterviewde opvanginstellingen samenwerkten tijdens de programmaperiode. De instellingen werken op het gebied van Sport en Bewegen vooral samen met fitnesscentra (toegenomen van 35% naar 46%) en sportaccommodaties (toegenomen van 33% naar 39%). Afspraken met fitnesscentra gaan vooral over gereduceerde tarieven waartegen cliënten abonnementen kunnen aanschaffen. Enkele instellingen hebben met fitnesscentra afspraken gemaakt over aparte sporturen voor hun cliënten. Bij de sportaccommodaties gaat het vooral om afspraken met zwembaden en sporthallen over de mogelijkheden om hun cliënten daar te laten sporten.

Figuur 3.3 Samenwerking met organisaties en instellingen op het gebied van Sport en Bewegen (meerdere antwoorden mogelijk) 2010 - 2012



Samenwerking gemeenten en sportverenigingen neemt toe

Uit figuur 3.3 vallen nog enkele relevante bevindingen op te maken. De samenwerking tussen opvanginstellingen en de sportsector is ook op andere terreinen toegenomen. Zo is het aandeel instellingen dat samenwerkt met de afdeling Sport van de gemeente (of een beleidsmedewerker Sport) de afgelopen jaren toegenomen: van 22% procent van de instellingen in 2010 naar 39% eind 2012. Deze samenwer-

king gaat in de meeste gevallen over subsidieafspraken voor Sport en Bewegen in de opvang en over de toegang tot sportfaciliteiten.

Ook werken steeds meer instellingen samen met sportverenigingen. In 2010 werkte ongeveer één op de zes instellingen samen met één of meer sportverenigingen. Eind 2012 doet meer dan een derde van de instellingen dit, voornamelijk om de accommodatie van de sportvereniging te kunnen gebruiken op momenten dat deze leeg staat en om het voor cliënten mogelijk maken lid te zijn van een sportvereniging.

Randvoorwaarden voor sporten op een sportvereniging

Sporten en bewegen op een sportvereniging is voor cliënten van opvanginstellingen een belangrijke stap naar re-integratie of participatie in de samenleving. De samenwerking tussen instellingen en sportverenigingen is de afgelopen jaren weliswaar toegenomen, maar sporten op een sportvereniging blijft voor een deel van de mensen uit de maatschappelijke opvang of de vrouwenopvang een grote stap, zo blijkt uit de interviews met de begeleiders. Een begeleider van een instelling uit Oost-Nederland vertelt dat nog weinig van hun cliënten daadwerkelijk lid worden van een sportvereniging. Ze moeten zich er eerst veilig voelen en afhankelijk van de achtergrond van een cliënt vraagt dit ook een flinke tijdsinvestering van de begeleider vanuit de instelling. Het kan nodig zijn dat deze de eerste paar keer meegaat naar de sportverenigingen en de cliënt vervolgens een periode haalt en brengt. Om het te verduidelijken, geeft ze het voorbeeld van Ladygym. Het lukte niet om cliënten daar zelf naar toe te laten gaan omdat hun leefwereld botste met die van de andere deelnemers. Zij voelden zich niet thuis bij de vrouwen die voornamelijk over koetjes en kalfjes praatten.

Ook vanuit de sportverenigingen vergt deelname van cliënten van opvanginstellingen de nodige aanpassingen. Zo merkt een begeleider op dat trainers en andere sportleiders die met deze doelgroep omgaan, moeten beschikken over specifieke vaardigheden:

‘De trainers moeten ook wat meer kunnen dan alleen de training uitzetten omdat het een lastige groep is om mee te werken. Ze zijn lange tijd uitgesloten geweest en hebben veel tegenslag gehad, waardoor ze moeilijk tegen kritiek kunnen. Als een trainer ze dan aanspreekt op dingen die ze niet goed doen, kunnen ze zo stoppen met sporten.’

Bij elkaar genomen lijkt het erop dat een lidmaatschap van een sportvereniging alleen is weggelegd voor de cliënten die graag sporten en die al wat meer structuur hebben in hun leven. Niettemin blijft ook voor deze groep de contributie een (te) grote uitgave, vertellen de geïnterviewde begeleiders.

3.5 *Geïdentificeerde knelpunten en succesfactoren*

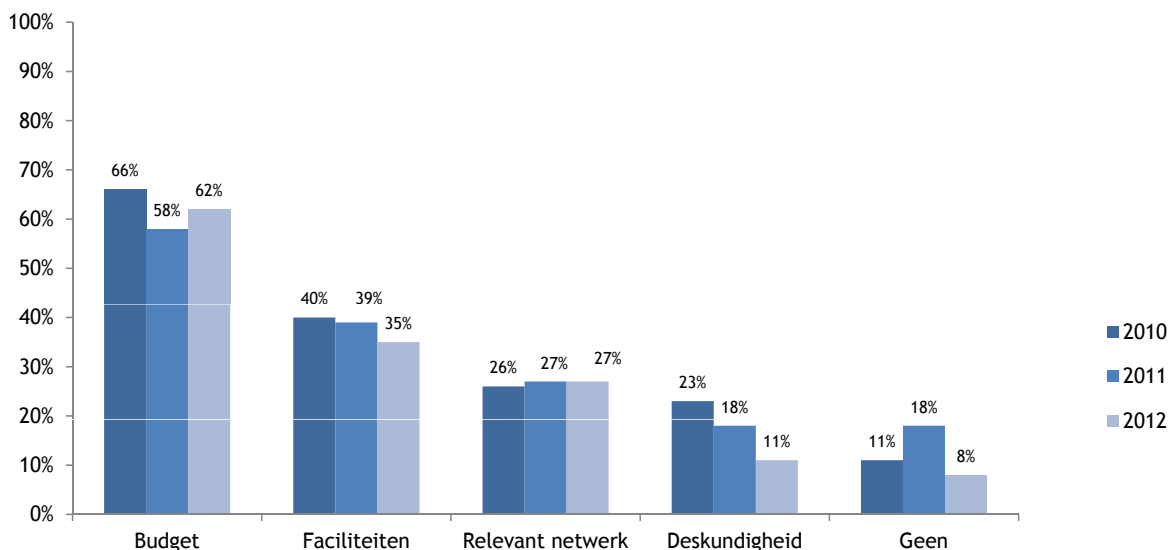
Instellingen met sport- en beweegaanbod ervaren bij de uitvoering ervan diverse praktische knelpunten, maar signaleren tegelijkertijd diverse succesfactoren.

Budget en geschikte sportfaciliteiten grootste knelpunten

Onvoldoende budget voor sport en bewegen binnen opvanginstellingen is net als eerdere jaren het belangrijkste praktische knelpunt. Na een aanvankelijke daling in 2011, noemt in 2012 ruim zes op de tien instellingen dit als knelpunt. Geen of niet beschikbare sportfaciliteiten wordt ook vaak als knel-

punt genoemd maar is tussen 2010 en 2012 licht afgenomen, van 40% naar 35%. Opvallend is verder dat het aandeel instellingen zonder een netwerk met relevante instellingen of organisaties op het gebied van sport en bewegen, niet is afgenomen in de afgelopen drie jaar. Dit blijft voor ruim een kwart van de instellingen een knelpunt.

Figuur 3.4 Gesignaleerde knelpunten bij de uitvoering van sport- en beweegaanbod 2010 - 2012 (meerdere antwoorden mogelijk)



De deskundigheid op het thema Sport en Bewegen lijkt te zijn toegenomen bij de instellingen met sport- en beweegaanbod. Het aandeel instellingen waar naar eigen zeggen sprake is van onvoldoende deskundigheid op dit gebied, is afgenomen van 23% in 2010 naar 11% in 2012. Dit kan samenhangen met het feit dat er vanuit Federatie Opvang een programma voor deskundigheidsbevordering heeft plaatsgevonden in 2011 en 2012. Per instelling kregen twee professionals een tweedaagse training. Hierin stond meer kennis van de sportwereld centraal en hoe hiermee beter samen te werken. Ook werd aandacht geschonken aan mogelijkheden van financiering en het motiveren van cliënten.

Overige knelpunten die professionals noemen, zijn: onvoldoende bezetting in de organisatie, onvoldoende motivatie bij cliënten en onvoldoende motivatie bij de medewerkers. Een leidinggevende die de enquête heeft ingevuld vult bijvoorbeeld aan dat sport en bewegen ‘nog echt moet gaan leven bij de begeleiders’.

Knelpunten instellingen zonder aanbod

Omdat ten tijde van de eindmeting slechts zeven van de geënquêteerde instellingen (nog) geen sport- en beweegaanbod hadden, kunnen we geen harde conclusies trekken over de knelpunten die zij op dit gebied ervaren. Toch geven de antwoorden op de enquête enig inzicht in de belemmeringen die deze instellingen ervaren. Er wordt bijvoorbeeld genoemd dat er binnen de instelling nog geen ‘sportminded cultuur’ is. Daarnaast komt het voor dat er onvoldoende mogelijkheden zijn op de eigen locaties, al dan niet in combinatie met een gebrek aan financiën en tijd.

De meeste instellingen zonder sport- en beweegaanbod zouden dit in de toekomst wel graag willen. Voor deze instellingen wordt dit mogelijk als er meer geld beschikbaar komt, als er een verantwoorde-lijke medewerker voor dit thema wordt aangewezen en als er meer inzicht is in de sportbehoeften van hun cliënten, zo blijkt uit de enquête.

Motiveren en activeren belangrijkste ervaren succesfactoren

Hierboven benoemden wij knelpunten die instellingen ervaren bij de organisatie en uitvoering van sport- en beweegaanbod. We hebben hen vervolgens ook gevraagd naar factoren die deze knelpunten wegnemen of verminderen, zogenaamde succesfactoren.

Een overgrote meerderheid van de instellingen (negen op de tien), vindt kennis bij medewerkers over hoe cliënten te motiveren en activeren tot sporten en bewegen een essentiële vaardigheid. Het belang dat men hieraan hecht is toegenomen in de afgelopen drie jaar: van 89% van de instellingen in 2010 tot 94% in 2012. Een tweede succesfactor, die een groot deel van de respondenten noemt, is de kennis van de doelgroep. Het aandeel instellingen dat hier belang aan hecht ligt gedurende de programmaperiode tussen de 85 en 90%.

Kennis van sportactiviteiten gedurende de hele periode van het programma Meedoen! Sport en Bewegen is de derde succesfactor, die in de periode 2010 tot 2012 door ruim een kwart van de instellingen wordt genoemd. Iets minder dan de helft van de instellingen zou graag de kennis en vaardigheden bij hun medewerkers Sport en Bewegen vergroten. Dit is ongeveer gelijk aan 2011, maar iets meer dan in 2010. De behoeften op dit gebied lopen uiteen. Er zijn instellingen die willen leren van de ervaringen bij andere instellingen en er zijn zeer specifieke op de sport gerichte wensen, zoals: *‘meer kennis van hardlooptheorie en oefeningen’* en *‘specifieke sportactiviteiten beter onder de knie krijgen’*.

Vanuit Federatie Opvang heeft in 2011 en 2012 een programma voor deskundigheidsbevordering plaatsgevonden waar deze als belangrijk aangemerkte aspecten zijn geadresseerd: kennis van de sportwereld en kennis over (het motiveren van) de cliënten.

Ten slotte vinden instellingen het belangrijk dat cliënten, maar ook medewerkers, op een laagdrempelige manier kunnen kennismaken met sport en bewegen. Dit kan door de organisatie van incidentele sport- en beweegactiviteiten en deelname aan eenmalige of jaarlijkse landelijke sport- en beweegevenementen. Twee van de drie medewerkers die wij hebben geïnterviewd vertellen bijvoorbeeld dat een eerste bezoek aan de Social Inclusion Games ertoe heeft geleid dat zij inzagen wat sport kan betekenen voor de doelgroepen waar zij mee werken, zoals dak- en thuislozen, mensen met een psychiatrische beperking en slachtoffers van huiselijk geweld. Dit soort evenementen lijken het fundament te zijn voor het gebruik van sport in de hulptrajecten.

Belangrijkste resultaten inbedding sport- en beweegaanbod

- Instellingen met een sport- en beweegaanbod hebben steeds vaker medewerkers Sport en Bewegen in dienst: in 2012 geldt dit voor 84% van de instellingen.
- Het stimuleren van meedoen is vaak afhankelijk van de medewerkers Sport en Bewegen.
- Het aandeel instellingen met een apart budget voor Sport en Bewegen neemt toe: van 17% in 2010 naar 25% in 2012.
- Samenwerking met andere partijen op het gebied van Sport en Bewegen neemt licht toe: van circa 70% naar circa 80% van de instellingen. Instellingen werken vooral samen met fitnesscentra (46%) en sportaccommodaties als zwembaden en sporthallen (39%).
- Ook de samenwerking met gemeenten (van 20% naar 39%) en met sportverenigingen (van 15% naar 36%) neemt toe.
- Onvoldoende budget (62% in 2012) en een gebrek aan beschikbare sportfaciliteiten (35%) zijn de belangrijkste ervaren knelpunten in het aanbod van sport en bewegen.
- Het kunnen motiveren en activeren van cliënten tot meedoen is volgens instellingen de voornaamste succesfactor (94% in 2012), gevolgd door kennis van de doelgroep (84%).

4 *Bereiken en motiveren*

Hoeveel cliënten in opvanginstellingen worden nu bereikt met de sport- en beweegactiviteiten? En wat zijn hun motieven om mee te doen? Deze vragen beantwoorden we in dit hoofdstuk vanuit het perspectief van de instellingen. Aanvullend wordt met voorbeelden uit korte interviews met cliënten beschreven hoe zij het sporten en bewegen ervaren en wat het voor hen betekent.

4.1 *Bereik*

Registratie van bereik neemt toe, schatting blijkt lastig

Het aandeel instellingen dat registreert wat het bereik is van het sport- en beweegaanbod onder hun cliënten, is in de afgelopen drie jaar licht toegenomen. In 2010 en in 2011 hield ongeveer tweederde van de instellingen dit structureel of voor sommige doelgroepen/gevallen bij. In 2012 is dit toegenomen naar ruim 70%. Instellingen die het bereik registreren, doen dit meestal via een digitaal registratiesysteem, per activiteit met aanwezigheidslijsten of een centrale persoon voert het uit.

Ondanks dat instellingen steeds vaker hun bereik registreren, vinden zij het zeer lastig om een schatting te geven van het aantal cliënten dat zij bereikten in het afgelopen jaar, en vervolgens welk aandeel dit is van hun totale cliëntpopulatie. Daarbij is afzonderlijk gevraagd naar het bereik van het structurele aanbod en het incidentele aanbod. Slechts een derde van alle instellingen met een sport- en beweegaanbod kan hiervan een schatting geven. Door grote verschillen in aard en schaalgrootte van de deelnemende instellingen kunnen gemiddelden bovendien een vertekend beeld geven, zeker bij een dergelijke kleine groep.

In de afgelopen drie jaar schatten instellingen in dat zij gemiddeld met hun structurele sport- en beweegaanbod 45 tot 50 cliënten bereikten. Het aandeel cliënten dat men schatte te bereiken lag ongeveer op een kwart.

Het aantal cliënten dat wordt bereikt met incidenteel sport- en beweegaanbod, schat men iets hoger in, maar dat hangt mogelijk samen met grootschalige evenementen zoals de Social Inclusion Games en Papendal. Instellingen schatten gemiddeld in dat zij met incidenteel aanbod ongeveer 50 tot 70 cliënten bereikten, wat zij schatten op een aandeel van gemiddeld ruim een kwart. Zoals gezegd dienen deze schattingen met enige voorzichtigheid te worden geïnterpreteerd.

Introductie met het sportaanbod

De wijze waarop sport- en beweegaanbod bij cliënten van de instellingen wordt geïntroduceerd, is de afgelopen jaren vrijwel ongewijzigd gebleven. In de helft van de instellingen worden cliënten tijdens begeleidingsgesprekken geattendeerd op sport en bewegen. Ongeveer 15% van de instellingen introduceert de mogelijkheid van deelname aan sport- en beweegactiviteiten tijdens het intakegesprek met

de cliënt. Bij enkele instellingen worden cliënten op eigen verzoek geïnformeerd over de mogelijkheden om te sporten. Daarnaast wijzen enkele instellingen hun cliënten op specifieke activiteiten, zoals de Papendal Sportdag, en zijn er instellingen waar het een vast onderdeel van het behandelingsprogramma.

4.2 *Motivaties voor meedoen*

Wat zijn in de beleving van de professionals de belangrijkste motivaties van cliënten om deel te nemen aan sport- en beweegactiviteiten? Instellingen noemen drie belangrijke redenen waarom cliënten deelnemen aan dit soort activiteiten: om hun gezondheid te verbeteren, om afleiding te hebben/verveling tegen te gaan en om in contact te komen met andere mensen (zie kader).

Top 3 Motivatie cliënten voor Meedoen 2010-2012

1. Verbeteren gezondheid en/of conditie
2. Afleiding / tegengaan van verveling
3. Contacten met anderen

De top 3 van motivatie voor deelname aan sport- en beweegactiviteiten is de laatste twee jaar hetzelfde gebleven. In 2010 noemden respondenten iets vaker 'gezelligheid' als motief voor deelname dan 'contacten met anderen'.

Incidenteel aanbod als stimulans

Uit de interviews met enkele cliënten bleek ook dat grootschalige incidentele evenementen als katalysator of aanjager kunnen fungeren voor meedoen bij meer structureel aanbod. Van meedoen aan evenementen als de Social Inclusion Games gaat een grote motiverende werking uit, zo blijkt uit de interviews. De cliënten zien het als hoogtepunten. Het vergroot hun leefwereld omdat zij er met nieuwe mensen in contact komen en deelnemen aan een activiteit op een andere plek in het land, buiten hun dagelijkse leefwereld. De externe evenementen maken op hen een grote indruk, zo blijkt uit het volgende antwoord van een cliënt op de vraag wat hem het meest is bijgebleven van de sportactiviteiten.

'De finaledag van de voetbalcompetitie in de zomer van 2011. We stonden in de kwartfinales en we verloren door een fout van de scheidsrechter. Dat was balen want toen mochten we niet naar Parijs.'

Drempels voor meedoen bij cliënten

Cliënten ervaren soms ook drempels voor het meedoen aan sporten en bewegen. Ongeveer driekwart van de instellingen met sport- en beweegaanbod merkt dat cliënten drempels ervaren. Dit is een lichte toename ten opzichte van 2010. Voorbeelden van veelgenoemde drempels zijn vooral van praktische aard: gebrek aan kinderopvang, onvoldoende privacy (bijvoorbeeld abonnementen op naam) en, vooral bij slachtoffers van huiselijk geweld die in de opvang verblijven, veiligheid. Daarnaast kan er sprake zijn van psychische problematiek en van schuldenproblematiek waardoor cliënten de contributie of de

kosten voor een abonnement niet kunnen dragen. Een medewerker van een instelling voor vrouwenopvang licht toe:

‘Wat wij het moeilijkst vinden, is vrouwen te motiveren om te gaan sporten of bewegen. In onze ogen is het goed voor ze maar door de crisis waarin ze verkeren en de (vaak) aanwezige depressie wordt het moeilijk.’

Voor het betalen van de contributie of een sportabonnement kunnen aanvragen worden ingediend bij daarvoor bestemde fondsen of gemeentelijk budgetten. Het Jeugdsportfonds is hiervan een voorbeeld voor jeugdigen uit gezinnen met lage inkomens. In veel gemeenten bestaat voor mensen met lage inkomens de mogelijkheid tot (gedeeltelijke) vergoeding van kosten die verbonden zijn aan sportdeelname.⁵ Een geïnterviewde instelling voor maatschappelijke opvang heeft een andere oplossing. Vijf cliënten van de instelling onderhouden de accommodatie van een sportvereniging en ontvangen in ruil daarvoor vijf gratis lidmaatschappen. Dit blijkt echter niet overal succesvol. Bij een Amsterdamse instelling voor maatschappelijke opvang is de ervaring dat sportverenigingen hier niet altijd voor openstaan en dat sommige sportverenigingen van cliënten verwachten dat zij drie uur schoonmaken voor een uurtje sporten.

4.3 *Wat betekent Sport en Bewegen voor cliënten?*

Wetenschappelijk onderzoek laat zien dat sporten en bewegen in een omgeving met de juiste sociale condities bijdraagt aan de ontwikkeling van sociale vaardigheden en zelfvertrouwen⁶. Bij jongeren in de jeugdhulpverlening zijn dit bijvoorbeeld de pedagogische vaardigheden van de trainers en het type sport. Ook uit de gesprekken met de drie begeleiders en uit eerder onderzoek⁷ blijkt dat trainers over bepaalde vaardigheden moeten beschikken. Om de doelgroepen van de maatschappelijke opvang en de vrouwenopvang structureel aan het sporten te krijgen, moeten zij bijvoorbeeld op een positieve wijze worden benaderd. Negatieve ervaringen of het gevoel dat de cliënt niet wordt gewaardeerd kan zorgen voor een verminderde motivatie tot sportdeelname (zie ook het kader ‘Randvoorwaarden voor sporten op een sportvereniging’ in hoofdstuk 3).

In de korte interviews die we voor dit onderzoek hebben afgenomen met enkele cliënten hebben we gevraagd naar hoe zij de sport- en beweegactiviteiten ervaren. Hierin komt naar voren dat zij door de sportactiviteiten meer zelfvertrouwen krijgen, dat zij het sporten als leuk en gezellig ervaren en dat zij door het sporten even afleiding hebben van de dagelijkse problemen. Onderstaand kader illustreert de ervaringen.⁸

-
- 5 Zie bijvoorbeeld: Klein, M. van der, Toorn, J. van der, Nederland, T. & Swinnen, H. (2011). *Sterk en samen tegen armoede. Gemeenten en maatschappelijk middenveld in het Europees Jaar ter bestrijding van armoede en sociale uitsluiting*. Utrecht: Verwey-Jonker Instituut.
- 6 Haudenhuyse, R.P., Theeboom, M. & Coalter, F. (2012): The potential of sports-based social interventions for vulnerable youth: implications for sport coaches and youth workers, *Journal of Youth Studies*, 15:4, 437-454.
- 7 Hermens, N., Jansma, A. & Marissing, E. van (2013). *Sportverenigingen in beeld bij de Wmo. De rol van de gemeente bij de samenwerking tussen de sociale sector en sportverenigingen*. Utrecht: Verwey-Jonker Instituut.
- 8 De interviews zijn afgenomen met cliënten die al een langere periode sporten. Het is onduidelijk of dit representatief is voor alle cliënten in de maatschappelijke en/of vrouwenopvang, maar het geeft wel een inzicht in het breder palet aan ervaringen met sport en beweegactiviteiten.

Ervaringen cliënten met sporten en bewegen

Zelfvertrouwen door sport: ‘Zo’n gevoel had ik heel lang niet meer gehad’

Meerdere cliënten en begeleiders noemen trots en zelfvertrouwen als resultaten van sportdeelname. Een cliënt vertelt: *‘Met de sportactiviteiten kun je doelen stellen en creëren die steeds een stapje verder gaan. Ik zou niet weten of ik zonder de sportactiviteiten mezelf op dezelfde manier zou hebben ontwikkeld als nu.’* Een begeleider van een opvanginstelling geeft aan dat de vrouwen die deelnemen aan de sportactiviteiten zich steeds zekerder gaan voelen. In het begin zijn ze erg kwetsbaar, maar na verloop van tijd krijgen ze steeds meer lef, vertelt ze. Het zelfvertrouwen van de cliënten van opvanginstellingen lijkt extra toe te nemen als ze deelnamen aan sportevenementen buiten de instelling, zoals openbare trimlopen. Eén van hen vertelt bijvoorbeeld: *‘Na het lopen van de hardloopwedstrijd was ik echt trots op mezelf. Zo’n gevoel had ik al heel lang niet meer gehad.’*

Sport als afleiding: ‘Even weg van de sores’

Deelname aan sportactiviteiten zorgt voor cliënten van opvanginstellingen voor afleiding, zo blijkt uit de interviews bij drie opvanginstellingen. *‘Even los komen van je problemen doet al heel veel.’* Een deelnemer aan de sportactiviteiten van één van de opvanginstellingen vertelt dat ze tijdens het sporten aan andere dingen kan denken. Sporten en bewegen maakt haar hoofd ‘leeg’: *‘Het zorgt even voor een ander gevoel.’* Ook de begeleiders vertellen dat sportactiviteiten hun cliënten belangrijke afleiding kunnen geven. Eén van hen vertelt hierover bijvoorbeeld: *‘We gebruiken sport- en beweegactiviteiten om mensen uit de apathie te krijgen, nieuwe positieve ervaringen te laten beleven en alternatieve activiteiten te laten ondernemen. (...) Sporten is voor hen een manier om even uit de negativiteit te zijn... even geen gezeur. Het is een uitlaatklep en geeft ze even iets te doen in plaats van dat ze ergens op straat staan.’*

Sociale contacten: ‘Sport is leuk en gezellig’

‘Sport is leuk en gezellig en iedereen heeft respect voor elkaar.’ Dit vertelt een cliënt van een opvanginstelling. Tijdens sportactiviteiten is het volgens hem eenvoudig om contact te leggen. Hij voegt hieraan toe dat hij er ook leert omgaan met anderen: *‘Ik heb ook meer inzicht gekregen in omgaan met anderen. Nu weet ik bijvoorbeeld hoe ik moet reageren op bepaalde personen.’* Een cliënt van een andere opvanginstelling heeft door deelname aan softbal geleerd om minder agressief te reageren op momenten dat het tegenzit. Toen hij net sportte, werd hij bijvoorbeeld kwaad op medespelers die niet goed speelden of op scheidsrechters die in zijn ogen onterechte beslissingen namen. Dat doet hij nu niet meer, hij geeft nu vooral tips aan andere cliënten van de opvanginstelling die meedoen aan softbal.

Belangrijkste resultaten bereik en motivatie cliënten

- Steeds meer instellingen houden het bereik van cliënten met hun aanbod bij (ruim 70% in 2012). Tegelijkertijd blijkt het bereik lastig in te schatten.
- De belangrijkste motieven voor meedoen van cliënten zijn het verbeteren van de gezondheid, afleiding en het aangaan van sociale contacten.
- Van deelname aan grootschalige incidentele evenementen kan een motiverende werking uitgaan.
- Cliënten van opvanginstellingen ervaren vooral drempels op het gebied van kinderopvang, privacy/ anonimiteit en veiligheid.

5 *Conclusies en aanbevelingen*

In dit rapport hebben wij de bevindingen gepresenteerd van het onderzoek naar de trends en ontwikkelingen op het gebied van Sport en Bewegen bij instellingen die zijn aangesloten bij Federatie Opvang. De trends en ontwikkelingen hebben betrekking op de periode 2010 tot en met 2012. Het programma 'Meedoen! Sport en Bewegen' loopt door tot in 2013. Instellingen die maatschappelijke opvang, vrouwenopvang en/of beschermd en begeleid wonen bieden, vulden op drie momenten een digitale enquête in: in 2010 de zogenoemde Nulmeting, in 2011 de Tussenmeting en als laatste de Eindmeting. Deze enquête bevat vragen over hoe zij vormgeven aan hun sport- en beweegaanbod en welke kansen en knelpunten zij hierbij zien. Aanvullend is een klein aantal interviews gehouden met cliënten en sportmedewerkers in instellingen om de bevindingen te verrijken en te verdiepen.

Na de derde en laatste meting maken wij de balans op en tekent zich een helder beeld af. We zien dat er tijdens de programmaperiode vorderingen zijn gemaakt, maar dat instellingen tevens drempels ervaren bij het aanbieden van activiteiten op het gebied van sport en bewegen.

5.1 *Belangrijkste bevindingen*

De belangrijkste bevindingen na drie jaar onderzoek naar sport en bewegen zijn als volgt.

Sport en bewegen sterker ingebed bij de instellingen

Allereerst valt op dat steeds meer instellingen een sport- en beweegaanbod hebben ontwikkeld in de afgelopen drie jaar. Binnen dit aanbod is de variëteit van sport- en beweegvormen toegenomen. Ook zien we dat het aanwezige aanbod voor een groter deel uit structurele activiteiten bestaat. Er zijn steeds meer instellingen met wekelijks terugkerend aanbod.

Structurele sport- en beweegactiviteiten zijn belangrijk om sport te kunnen gebruiken als middel bij het bereiken van hulpverleningsdoelen. Van incidenteel sportaanbod, zoals sporttoernooien of grootschalige evenementen, kan daarnaast een belangrijke motiverende werking uitgaan. Het is voor cliënten een manier om op een laagdrempelige wijze kennis te maken met sport en bewegen. Daarnaast is het voor de cliënten een dag waar zij nog lang met plezier op terugkijken. Deelname aan dergelijke activiteiten kan als stimulans dienen voor deelname aan structureel aanbod van de instelling.

Er zijn verschillende aanwijzingen dat sport en bewegen gedurende het programma 'Meedoen!' van Federatie Opvang beter ingebed is geraakt bij de opvanginstellingen. Er is meer structureel aanbod, meer instellingen beschikken over medewerkers die Sport en Bewegen als vast onderdeel in hun takenpakket hebben en het aandeel instellingen met een apart sportbudget is licht toegenomen naar één op de vier instellingen. Ook zien we een toenemend draagvlak voor (het belang van) sport en

bewegen bij de instellingen en wordt er meer samengewerkt met bestaande sportaanbieders, zoals sportverenigingen, sportafdelingen van gemeenten, fitnesscentra en sportaccommodaties.

Het belangrijkste knelpunt voor sport- en beweegaanbod bij instellingen is onvoldoende budget. Veel instellingen financieren Sport en Bewegen bovendien (grotendeels) met projectsubsidies. Hierdoor blijft het een uitdaging om structureel sport- en beweegaanbod te verzorgen. Ongeveer de helft van de instellingen is bekend met de Sportimpuls en de helft daarvan heeft bij de Sportimpuls een subsidieaanvraag ingediend. Echter, slechts een zeer beperkt deel van het sport- en beweegaanbod waar via de Sportimpuls een aanvraag voor kan worden ingediend, is gericht op de doelgroepen van de instellingen.

Kwetsbare doelgroepen activeren en motiveren

Het lijkt erop dat instellingen steeds bewuster omgaan met het bereik van hun sport- en beweegaanbod. De hele sector lijkt ervan doordrongen dat het motiveren en activeren van cliënten van groot belang is. De instellingen zijn het gedurende de programmaperiode nog belangrijker gaan vinden dat medewerkers Sport en Bewegen kennis hebben van de doelgroep. Dit vinden zij belangrijker dan kennis op het gebied van sport. Hieruit concluderen we dat instellingen meer belang hechten aan de context waarin de sportactiviteit plaatsvindt dan aan de inhoud van de sportactiviteit.

Tegelijkertijd zien we echter ook dat instellingen, ondanks een toename in het registreren van bereik, nog niet voldoende zicht hebben op het concrete bereik – zowel in absolute als in relatieve zin – van hun sport- en beweegaanbod. We zien verder dat nog weinig instellingen hun cliënten al tijdens de intake informeren over de mogelijkheden van sport en bewegen. Of sport en bewegen daadwerkelijk deel uitmaakt van begeleidingstrajecten binnen opvanginstellingen is daardoor nog steeds afhankelijk van de individuele hulpverlener. Er zijn hulpverleners die belang hechten aan sport en bewegen, maar er zijn ook hulpverleners die de waarde van sport en bewegen binnen begeleidingstrajecten van cliënten nog onvoldoende op het netvlies hebben.

De belangrijkste motivaties voor meedoen van cliënten zijn: het verbeteren van de gezondheid, als afleiding en om sociale contacten op te doen. Cliënten die deelnemen zijn vaak positief, vooral de incidentele (grootschalige) evenementen lijken een positieve uitwerking te hebben op de cliënten. Tegelijkertijd ervaren de cliënten vaak drempels om te kunnen meedoen. Het is voor hen een grote stap om voor een eerste keer deel te nemen aan sport- en beweegactiviteiten. Sommigen schamen zich voor hun fysieke gesteldheid, anderen vinden het contact met nieuwe mensen moeilijk. Ook zijn de cliënten van deze instellingen vaak kwetsbare mensen, die soms uit zeer onveilige situaties komen, veel hebben meegemaakt en kampen met problemen op diverse gebieden. Dit kan de drempel voor deelname aan sport- en beweegactiviteiten verhogen. Ten slotte zijn er diverse drempels van praktische aard, zoals de mogelijkheden van kinderopvang, privacy en het niet hebben van sportkleding, die cliënten kunnen weerhouden van sporten en bewegen.

Het motiveren in de praktijk komt vaak voort uit het enthousiasme, de betrokkenheid en de creativiteit van de medewerkers Sport en Bewegen. Tegelijkertijd blijft het een knelpunt om deze kwetsbare doelgroepen (blijvend) te motiveren. De begeleiders die wij hebben geïnterviewd proberen de cliënten te motiveren tot deelname door hen eerst als toeschouwer te laten deelnemen aan de sportactiviteit. Een andere manier is in eerste instantie sporten en bewegen binnen de instelling en vervolgens deelnemen aan sportaanbod buiten de instelling.

5.2 *Handvatten voor de toekomst*

Federatie Opvang benoemde sport en bewegen als één van de pijlers van het programma Meedoen!. Dit had als doel een substantiële groei van sportdeelname onder cliënten in de opvang te realiseren. Daarnaast moest het ervoor zorgen dat er bij de instellingen meer beleid op sport, gezonde voeding en persoonlijke verzorging kwam. Verder waren ook uitbreiding van het sportnetwerk van de instellingen en het vergroten van kennis over sport bij de medewerkers van de instellingen belangrijke doelstellingen.

Concluderend zien we dat er veel vorderingen zijn gemaakt. De algemene trend is positief waar het gaat om het draagvlak voor, de inbedding van en het aantal sport- en beweegactiviteiten voor cliënten in opvanginstellingen. Dat laat echter onverlet dat er nog belangrijke uitdagingen liggen om het bestaande aanbod te versterken en uit te breiden. De resultaten leiden tot vijf aanbevelingen. Deze zijn gebaseerd op het algemene beeld na drie jaar onderzoek naar sport en bewegen in de opvang, maar vooral ook op opmerkingen en vragen van professionals uit de sector.

1. *Zorg samen met de sportaanbieder voor een positieve sociale context*

De resultaten van dit onderzoek laten zien dat de samenwerking met sportaanbieders is toegenomen, waardoor cliënten van opvanginstellingen kunnen sporten op bestaande sportaccommodaties en binnen bestaande verbanden. Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat sporten en bewegen onder bepaalde sociale omstandigheden bijdraagt aan de participatie en zelfredzaamheid van mensen. Juist begeleiders van opvanginstellingen kunnen sturen op deze sociale context. Wanneer er sprake is van sportdeelname bij bestaande sportaanbieders, is een goede samenwerking tussen opvanginstelling en sportaanbieder van belang. Trainers en andere begeleiders moeten over vaardigheden beschikken die hen helpen in de omgang met deze kwetsbare doelgroep.

2. *Zorg ervoor dat sport en bewegen een onderdeel wordt van ieder behandelplan*

Niet iedere hulpverlener is bekend met wat meedoen aan sporten en bewegen kan betekenen voor de participatie en zelfredzaamheid van cliënten. Als instellingen sport en bewegen door cliënten willen stimuleren, kunnen de sportcoördinatoren en sportgeoriënteerde begeleiders dit niet alleen. Om cliënten voor wie sport en bewegen belangrijk kan zijn en/of die de behoefte hebben te sporten en bewegen ook de kans te geven dit te doen, zou sport een vast onderdeel moeten zijn van het behandelplan van iedere cliënt. Hiermee worden ook medewerkers Sport en Bewegen gesteund die in hun eentje de ‘kar moeten trekken’ en wordt de sportbehoefte van cliënten niet vergeten door medewerkers die hier in eerste instantie niet aan zouden denken. Federatie Opvang kan een belangrijke rol hebben bij het stimuleren hiervan.

3. *Zorg voor kennisdeling tussen opvanginstellingen*

Sport- en beweegaanbod raakt steeds meer ingebed binnen opvanginstellingen, maar staat op veel plekken nog in de kinderschoenen. Het delen van ervaringen met sport- en beweegaanbod tussen instellingen blijft daarom een belangrijk punt van aandacht. Instellingen moeten elkaar vragen stellen over welk type sport- en beweegaanbod past bij welke doelgroep, welke voorwaarden de kans op positieve effecten van sportdeelname vergroten en over de samenwerking met sportaanbieders. Federatie Opvang kan de kennisdeling stimuleren.

4. *Benut landelijk beleid*

De Sportimpuls en de regeling voor Buurtsportcoaches bieden opvanginstellingen, zij het beperkt, nieuwe mogelijkheden voor het aanvragen van subsidie voor sport- en beweegaanbod. Via de Sportimpuls kunnen instellingen samen met sportaanbieders subsidie aanvragen voor het opzetten van nieuw sportaanbod. Echter, de meeste interventies of projecten waarvoor een aanvraag kan worden ingediend zijn gericht op jeugd, het onderwijs of de wijk. Het zou zinvol zijn als de Sportimpuls zou worden uitgebreid met interventies gericht op de doelgroepen van opvanginstellingen. Daarnaast kan Federatie Opvang het aanvragen van Buurtsportcoaches bij gemeenten ondersteunen.

5. *Ontwikkel succesvolle sportieve methodieken binnen de hulpverlening*

In lijn met het voorgaande kan Federatie Opvang samen met een aantal instellingen die ervaring hebben met sport- en beweegaanbod succesvolle methodieken ontwikkelen voor hun doelgroep. Deze kunnen vervolgens worden opgenomen in de Sportimpuls Menukaart, waardoor het in de toekomst voor instellingen eenvoudiger wordt om samen met sportaanbieders aanvragen in te dienen. Onderzoek naar de werkzame elementen van deze interventies en het beschrijven van de methodiek zijn daarbij belangrijk.

Bijlage Onderzoeksverantwoording

Aanleiding en doel het onderzoek

Om zicht te krijgen op de opbrengsten van het programma Meedoen! bij opvanginstellingen heeft Federatie Opvang het Verwey-Jonker Instituut gevraagd een onderzoek uit te voeren naar de wijze waarop Sport en Bewegen aandacht krijgt binnen lidinstellingen voor maatschappelijke opvang, vrouwenopvang en beschermd en begeleid wonen. Het uitvoeren van een onafhankelijke meting is mede geïnitieerd op verzoek van het ministerie van VWS, financier van het programma Meedoen!.

Het onderzoek bestond uit drie metingen; een Nulmeting in 2010, een Tussenmeting in 2012 en een Eindmeting in 2012. Dit design maakt het mogelijk om trends en ontwikkelingen in kaart te brengen. Aan het einde van de programmaperiode kan de balans opmaakt worden over de wijze waarop opvanginstellingen zich ontwikkelen op het gebied van sport en bewegen en op welke vlakken zij knelpunten en kansen ervaren.

De probleemstelling van het onderzoek luidt:

Op welke wijze wordt binnen de opvanginstellingen die zijn aangesloten bij Federatie Opvang in 2012 aandacht gegeven aan de mogelijkheden die sport en bewegen bieden voor hun cliënten? Welke ontwikkelingen en trends kunnen hierin worden waargenomen ten opzichte van de start van het project Meedoen! Sport en Bewegen begin 2010?

De probleemstelling valt uiteen in de volgende deelvragen.

- Hoe oordelen professionals in opvanginstellingen over het thema Sport en Bewegen in opvanginstellingen?
- Wat is de aard van het sportaanbod van opvanginstellingen (incidenteel vs. structureel)?
- In hoeverre is Sport en Bewegen geïntegreerd in de dienstverlening van de instellingen?
- In hoeverre wordt er gebruik gemaakt van eigen faciliteiten en/of samenwerking in een netwerk?
- Welke belemmeringen en randvoorwaarden constateren de professionals bij het aanbieden van Sport en Bewegen?
- In hoeverre hebben professionals in opvanginstellingen behoefte aan (meer) kennis en vaardigheden op het gebied van Sport en Bewegen?
- In hoeverre zijn ontwikkelingen en trends waar te nemen in bovenstaande thema's wanneer we de eindmeting vergelijken met voorgaande metingen?
- Zijn er verschillen (in ontwikkeling) in bovenstaande thema's waar te nemen wanneer gekeken wordt naar kenmerken van de instelling (verschil vrouwenopvang/maatschappelijke opvang)?

Onderzoeksopzet

Om vorderingen in het aanbod van sporten en bewegen voor cliënten te kunnen vaststellen en om de opbrengsten van programma Meedoen! na drie jaar te kunnen beoordelen, is gekozen voor een onderzoeksdesign met drie metingen: een Nulmeting in 2010, een Tussenmeting in 2011 en een Eindmeting in 2012. Instellingen zijn bevraagd via een digitale enquête. Daarnaast zijn in 2012 enkele korte interviews met cliënten (n=3) en medewerkers (n=5) gehouden in een drietal instellingen⁹, ter verdieping en verrijking van de resultaten.

Voorafgaand aan de Nulmeting is in overleg met de opdrachtgever een vragenlijst opgesteld die op drie momenten kon worden afgenomen. De vragen gaan onder meer in op hoe instellingen tegenover sport en bewegen staan, wat de aard en het bereik van hun aanbod is, hoe zij binnen hun organisatie sport en bewegen inpassen en met wie zij samenwerken. Ook is gevraagd naar kansen, knelpunten en behoeften die zij signaleren bij aanbieden van sport en bewegen.

De vragenlijst is gelijk gebleven tijdens de drie metingen, met uitzondering van enkele kleine aanscherpingen in formulering, het toevoegen van een vraag over incidenteel en structureel aanbod vanaf de tweede meting en het toevoegen van vragen over de Sportimpuls en Buurtsportcoaches in de laatste meting.

De vragenlijst is ingelezen in het *online* enquêteprogramma NetQuest en de *routing* (aantrekkelijke weergave en de verschillende routes in de vragenlijst) is getest door onderzoekers voordat de vragenlijst opengesteld werd, om er zeker van te zijn dat de respondenten alleen die vragen zouden krijgen die voor hen relevant waren. Ingevulde enquêtes zijn aan de hand van het statistische programma SPSS geanalyseerd.

Werving en respons

Ieder jaar zijn alle bij Federatie Opvang aangesloten instellingen benaderd voor deelname aan het onderzoek. Om de respons te verhogen, heeft de federatie vooraf een aankondiging verstuurd naar alle lidinstellingen met een verzoek tot medewerking. Vervolgens heeft het Verwey-Jonker Instituut de uitnodiging voor de enquête met bijgaande internetlink verstuurd in een mailing aan de instellingen. Voor de mailing konden wij gebruik maken van het adressenbestand van Federatie Opvang en in de Tussenmeting en Eindmeting van de verzamelde e-mailadressen van respondenten uit de eerdere meting(en).

Om de respons te optimaliseren stonden de online enquêtes gemiddeld drie tot vier weken open. Als responsverhogende maatregelen zijn na één tot anderhalve week e-mailrappels verstuurd en na twee tot drie weken telefonische rappels aan de instellingen die nog niet hadden deelgenomen. Aan de Eindmeting namen uiteindelijk 53 verschillende (locaties van) instellingen mee. Hiervan nam ongeveer driekwart eerder deel aan de Nulmeting en/of de Tussenmeting. Aan de Nulmeting in 2010 namen 50 unieke locaties deel; aan de Tussenmeting 55. De respons was hiermee circa 85 procent.

Aanvullende interviewronde

Gelijktijdig aan de digitale enquête vonden tijdens de Eindmeting enkele verdiepende kwalitatieve interviews plaats bij in totaal drie instellingen. Doel van deze interviews is het nader duiden en specificeren van de bevindingen en de mogelijkheid om bevindingen te illustreren met praktijkvoorbeelden.

⁹ Deelnemende instellingen zijn Stichting Neos Eindhoven, Humanitas Onder Een Dak, HVO Querido. Namens Federatie Opvang danken wij hen voor hun medewerking aan de interviews met medewerkers en cliënten.

Bij elk van de drie instellingen is minimaal een cliënt en een professional geïnterviewd. De selectie van interviewkandidaten is vooraf afgestemd met de opdrachtgever.

Inzicht in trends en ontwikkelingen

Met de drie metingen wordt het mogelijk zicht te krijgen op trends en ontwikkelingen in het sport- en beweegaanbod en de kansen en knelpunten die instellingen hierin zien.

De kenmerken van de instellingen die op de verschillende meetmomenten aan het onderzoek hebben deelgenomen, komen overeen. Het zijn instellingen die maatschappelijke opvang, maar ook (combinaties met) vrouwenopvang en beschermd en begeleid wonen bieden. Ook zien we dat in alle drie de metingen de provincies Zuid-Holland, Noord-Brabant, Utrecht en Noord-Holland het meest vertegenwoordigd zijn.

Deze onderzoeksopzet staat niet gelijk aan een zuivere *effectmeting* van (onderdelen van) het programma 'Meedoen! Sport en Bewegen'. Willen we een studie die inzicht geeft in de verbetering in fysiek en psychisch welbevinden van cliënten door een specifieke ingreep, dan vergt dat een andere onderzoeksopzet. Wel biedt de gekozen onderzoeksopzet een helder beeld van de wijze waarop Sport en Bewegen aandacht krijgt in de opvanginstellingen en de ontwikkelingen hierin in de periode van het Programma 'Meedoen!'.

Colofon

Opdrachtgever	Federatie Opvang - Karen van Brunschot, projectleider 'Meedoen!'
Financier	Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport
Auteurs	Drs. L.M. Verwijs Drs. N.J. Hermens
Omslag	Ontwerppartners, Breda
Uitgave	Verwey-Jonker Instituut Kromme Nieuwegracht 6 3512 HG Utrecht T (030) 230 07 99 E secr@verwey-jonker.nl I www.verwey-jonker.nl

De publicatie kan gedownload en/of besteld worden via de websites:
<http://www.verwey-jonker.nl> en <http://www.opvang.nl>

ISBN 978-90-5830-563-3

© Verwey-Jonker Instituut, Utrecht 2013.

Het auteursrecht van deze publicatie berust bij het Verwey-Jonker Instituut.

Gedeeltelijke overname van teksten is toegestaan, mits daarbij de bron wordt vermeld.

The copyright of this publication rests with the Verwey-Jonker Institute.

Partial reproduction of the text is allowed, on condition that the source is mentioned.



Federatie Opvang voerde van 2010 tot begin 2013 het programma 'Meedoen!' uit, met financiering van het ministerie van VWS. Een van de doelen was sporten en bewegen mogelijk te maken voor cliënten in lidinstellingen voor maatschappelijke opvang, vrouwenopvang en beschermd en begeleid wonen. Het deelproject Meedoen! Sport en Bewegen moest hiervoor de basis leggen. Niet alleen binnen de instellingen, maar vooral ook daarbuiten werd aandacht gevraagd voor sport en bewegen voor deze groepen. Uitgangspunt was het positieve effect van sport en bewegen en de bijdrage die het levert aan verdere participatie. Drie jaar is dan ook hard gewerkt aan het organiseren van activiteiten, het trainen van professionals, het opbouwen van netwerken en het neerzetten van enkele grote sportevenementen.

Het Verwey-Jonker Instituut onderzocht in opdracht van Federatie Opvang wat deze inspanningen voor sport en bewegen binnen de instellingen hebben opgeleverd. Dit gebeurde in drie achtereenvolgende metingen in 2010, 2011 en 2012.

Deze rapportage presenteert de opbrengsten van drie jaar sport en bewegen in de opvang. De resultaten zijn bemoedigend. Zo krijgt sport en bewegen vaker een structurele plaats binnen de instellingen. Ook hebben meer en meer instellingen een sport- en beweegaanbod. Daarnaast krijgt het motiveren en activeren van cliënten om te participeren in de sport, meer aandacht. De resultaten bieden belangrijke inzichten in de vorderingen van instellingen, maar ook in de uitdagingen voor de toekomst.

