

VAN ZORGVERLENER NAAR SPORTVERENIGING



Verwijzen lokale fysiotherapeuten, huisartsen en praktijkondersteuners al door naar úw sportaanbod?

DOOR MAAIKE VAN MEERTEN EN PEET MERCUS

In de gezondheidszorg gaat de aandacht steeds meer uit naar gedrag en gezondheid en minder naar zorg en ziekte. Preventie van gezondheidsproblemen heeft de toekomst. Het biedt kansen aan zowel de zorg- als de sportsector. Samenwerking tussen zorg en sport geeft mogelijkheden om mensen met gezondheidsrisico's op een plezierige en toegankelijke manier naar gezonder gedrag en een actieve leefstijl te begeleiden.



NOC*NSF heeft zich samen met de sportbonden ten doel gesteld om de doorstroom van zorgverleners naar sportverenigingen en andere sportaanbieders te bevorderen.

Het samenwerken van sport met zorg- en welzijnsinstanties is een goede ontwikkeling, waarmee een sportorganisatie tevens haar maatschappelijke verantwoording naar buiten toe toont.

Succesvolle samenwerking

Eén van de conclusies is dat samenwerking tussen zorgverleners en sportaanbieders haalbaar is als:

- Sportaanbieders die dat willen en kunnen, zich goed voorbereiden op deelnemers die worden doorverwezen vanuit de zorg. Denk aan een kwalitatief aanbod en deskundige begeleiding.
- Zorgverleners (m.n. huisartsen, praktijkondersteuners en fysiotherapeuten) overtuigd raken om kennis te maken met lokaal sportaanbod. Alleen als er bekendheid en vertrouwen is gaan zij doorverwijzen en samenwerken.

- Het (lokale) matches tussen zorg en sport is verankerd, bijvoorbeeld via leefstijladviseurs, buurtsportcoaches of informatievoorziening via websites.

Voordelen

Door lokale inbedding van het ontwikkelde sportaanbod voor doelgroepen vanuit de zorg wordt de sportparticipatie van ouderen en chronisch zieken in de gemeente vergroot. Voor de verenigingen is het voordelig: er volgt een ledentoeename en er zijn trainingsmomenten overdag mogelijk, waardoor de sportaccommodatie beter wordt benut. Ook spreekt dit aanbod een ander type organisaties aan om mee samen te werken en kan het sponsorportfolio uitgebreid. Een ander pluspunt is dat de nieuwe sporters vaak ook vrijwilligerswerk gaan doen bij de vereniging.



Good practice 1: Valpreventie in Nijmegen

Vanuit een integrale aanpak werken in Nijmegen alle valpreventieprogramma's samen onder leiding van de GGD. Elk programma richt zich op een eigen doelgroep en wordt door een andere partij ten uitvoer gebracht. Zo bundelen fysiotherapeuten, ergotherapeuten, de GGD en Stichting Top Judo Nijmegen de krachten waardoor een doorverwijfsfunctie tussen de onderlinge programma's is ontstaan.

Good Practice 2: Van gymnastiek tot voetballen met 60-plussers

LAC Frisia 1883 is een van de voetbalverenigingen die met het aanbod is gestart. "Het begon met gymnastiek voor 60-jarigen. Met een enthousiaste docent lichamelijke opvoeding trainen ze op dinsdagmorgen. Eerst met vijf man, toen met tien en nu zijn er zo'n vijftieng man aan het trainen. Op hun manier en hun tempo." De vereniging heeft voor instromers vanuit de zorg een aanbod van fittesten, verschillende vormen van fitness- en looptrainingen. Daarnaast zijn er goede begeleiders, fysiotherapeuten en een fitnessruimte op de club. Via ROS Friesland is contact gelegd met fysiotherapeuten. Ook is Sport Fryslân betrokken bij het bekendmaken van het beweegaanbod bij de doelgroep.

Good Practice 3: Wandelfit in Utrecht

"Bij Wandelfit in Utrecht Overvecht is nauw samengewerkt met de lokale Beweegmakelaar: hij heeft gezorgd voor publiciteit in wijkbladen en hij heeft het programma bekend gemaakt bij de 1e-lijns zorg in de wijk, met name de fysiotherapeuten en beweegconsulenten. Dit heeft geleid tot meerdere aanmeldingen van deelnemers. Deze deelnemers hebben met veel plezier het volledige programma meegedaan en wandelen nu nog steeds in georganiseerd verband. Wandelfit en de contacten met de 1e-lijns zorg en welzijn zijn aanleiding tot een vervolprogramma, waarbij naast wandelen ook andere bewegvormen worden aangeboden. De Overvechtse beweegconsulenten spelen een sleutelrol in het doorverwijzen van potentiële deelnemers en ze hebben hun medewerking van harte toegezegd. Het programma is in januari 2013 officieel van start gegaan met een fittest en een kennismakingsmiddag. Al met al een erg succesvolle samenwerking!"

Concreet aanbod

Zes sportbonden hebben samen met NOC*NSF aanbod ontwikkeld dat zeer geschikt is in de samenwerking met zorg en welzijn. De sportbond zorgt samen met de lokale sportaanbieder voor samenwerking met de lokale zorg- en welzijnsorganisaties.

1. Bridgebond (NBB): 'Denken en Doen'
2. Gymnastiekunie (KNGU): 'Masters Trendweken'
3. Judobond (JBN): 'Fit, Veilig en Valbreken'
4. Skivereniging (NSKiV): 'Sneeuwfit'
5. Voetbalbond (KNVB): '7 tegen 7 voetbal'
6. Wandelbond (KNBLO-NL): 'Wandelfit'

Ook andere bonden zijn inmiddels enthousiast. De verenigingsondersteuner vanuit uw bond kan u hier ongetwijfeld meer over vertellen. ●

'Netwerkwijzer zorg, sport en bewegen' online

NISB zet haar kennis over 'samenwerken' en de 'netwerkaanpak' in om de verbinding te leggen tussen zorg, sport en bewegen. Deze kennis en de ervaringen staan sinds kort online. De Netwerkwijzer is een verzameling van goede voorbeelden, instrumenten, artikelen en praktisch toepasbare kennis over de verbinding tussen zorg, sport en bewegen. Denk aan succesfactoren en belemmerende factoren voor netwerkvorming, goede voorbeelden van de inzet van de Buurtsportcoach/Beweegmakelaar, de sociale beweegkaart en handige tools die ontwikkeld zijn voor en door professionals uit het werkveld. De leerervaringen die NOC*NSF en een zestal sportbonden hebben opgedaan in het kader van de Beweegkuur zijn hierin opgenomen.

Wij nodigen u uit om zelf eens een kijkje te nemen. Kijk op www.beweegkuur.nl onder het kopje netwerk zorg-sport, laat u inspireren en vind handvatten om direct aan uw eigen netwerk te bouwen. Daarnaast willen we u vragen om uw achterban te informeren over de Netwerkwijzer. Mocht u daarvoor aanvullende informatie of beeldmateriaal willen ontvangen, dan horen wij dat graag. Daarnaast zijn reacties, ideeën, aanvullingen of opmerkingen welkom bij marco.barten@nisb.nl of peet.mercus@nocnsf.nl.