

Notitie sporten en bewegen naar vermogen

Aan		Datum	22 augustus 2016
		Van	L.I. Lemmen
Onderwerp	Sporten en bewegen naar vermogen	Doorkiesnummer	030 - 28 63354
		E-mail	l.lemmen@utrecht.nl
Kopie		Bijlagen	

De nieuwe rol van de gemeente, per 1 januari 2015, biedt kansen voor de inzet van sport bij de ondersteuning van inwoners. In deze notitie worden de mogelijkheden die er liggen op het vlak van sporten en bewegen naar vermogen besproken. Het gaat hierbij om mensen voor wie de mogelijkheden om te sporten en/of te bewegen beperkt zijn.

Kansen

Onderstaand worden kansen genoemd voor sporten en bewegen naar vermogen in het algemeen. Vervolgens wordt ingegaan op vier specifieke onderwerpen: aangepast sporten, ouderen, sport en zorg en sport en werk/activering.

1. Passend sport- en beweegaanbod (specifiek voor doelgroep) inzichtelijk en vindbaar maken.

Begin 2016 is de website www.sportstad-utrecht.nl met daarop onder andere het Utrechtse sport- en beweegaanbod naar vermogen online gegaan. Ook de website www.jekuntmeer.nl geeft informatie over het aanbod in de regio Utrecht. Daarnaast is er een communicatieplan opgesteld om de zichtbaarheid en bekendheid van Sport doet Meer verenigingen (zie ook kans 3: versterken en continueren Sport doet Meer!) te vergroten. Het is echter nog relatief onbekend waar informatie over bestaand sport- en beweegaanbod naar vermogen gevonden kan worden. Ook wordt niet altijd duidelijk gecommuniceerd welke specifieke doelgroep aan het sportaanbod kan deelnemen. Het is dan ook belangrijk meer in te zetten op communicatie. De communicatievorm moet daarbij worden afgestemd op de doelgroep; digitale middelen zijn niet voor iedereen geschikt.

2. Initiatieven voor laagdrempelig sport- en beweegaanbod omarmen.

Er zijn verschillende laagdrempelige sport- en beweegactiviteiten in Utrecht. Doordat het aanbod beter aansluit bij de wensen en de mogelijkheden van de sporter is de kans groter dat men gaat sporten en bewegen. In 2017 organiseren we een initiatievenmarkt om het bestaand sport- en beweegaanbod 'naar vermogen' beter bekend te maken, te stimuleren dat partijen (Utrechtse sportwereld, andere partijen in het sociaal domein en sporters zelf) elkaar beter weten te vinden en om nieuwe initiatieven te ontwikkelen. Het uitwisselen van kennis en ervaring over laagdrempelige sport- en beweegactiviteiten en het matchen van vraag en aanbod staat hierbij centraal. Door nieuwe initiatieven te ondersteunen kan nieuw sport- en beweegaanbod van de grond komen voor mensen waarvoor de stap naar een sportvereniging (nog) te groot is. Hierbij wordt altijd uitgegaan van de uiteindelijke zelfredzaamheid van de initiatieven.

3. Versterken en continueren Sport doet Meer!.

Er zijn momenteel ongeveer vijftig Sport doet Meer verenigingen in Utrecht. Dit zijn sportverenigingen die een bredere maatschappelijk rol nemen door bijvoorbeeld sport- en beweegaanbod voor specifieke

Datum **22 augustus 2016**

groepen te organiseren/faciliteren en door werkervaringsplekken te bieden. Elk jaar komen er circa drie Sport doet Meer! verenigingen bij. We stimuleren en ondersteunen deze verenigingen; hiervoor is vanaf 2017 structureel € 50.000,- per jaar beschikbaar. Onderdeel van de ondersteuning is bijvoorbeeld het traject 'Maatschappelijk Verantwoord Verenigen' waarbij verenigingen hun maatschappelijke ambities uit kunnen werken. Het is belangrijk dat Sport doet Meer extra aandacht heeft voor mensen met een psychische beperking en chronisch zieken. Cursussen als de 'maatschappelijke sportcoach' kunnen sportkader en vrijwilligers ondersteunen in de begeleiding van deze personen.

4. Inzet van beweegmaatjes vergroten en versterken.

Beweegmaatjes bieden hulp bij bewegen en sporten en helpen bij het vinden van goed beweegaanbod. Hoewel er al veel beweegmaatjes zijn, is het belangrijk dat het aantal beweegmaatjes wordt uitgebreid om te kunnen voldoen aan de groeiende vraag. Daarbij is een belangrijk aandachtspunt dat de beweegmaatjes de juiste vaardigheden hebben en dat maatjesprojecten zoveel mogelijk plaatsvinden op basis van gelijkwaardigheid. In 2016 wordt een pilot uitgevoerd naar de inzet van beweegmaatjes bij mensen met een beperking. Hierbij wordt samengewerkt met organisaties die expertise hebben in het werken met maatjes. Tevens wordt ingezet op het werven en faciliteren van beweegmaatjes binnen de verenigingen. De ervaringen met deze pilot nemen we mee bij het inzetten van beweegmaatjes – ook voor andere specifieke groepen – in de toekomst. Voor het vergroten van het aantal beweegmaatjes kan ook worden gedacht aan de inzet van studenten van onder andere het ROC. We onderzoeken welke mogelijkheden hiervoor zijn.

Aangepast sporten

In Utrecht wonen ongeveer 30.000 mensen met een beperking, variërend van visueel of auditief beperkten tot chronisch zieken en verstandelijk beperkten. Uit onderzoek van het RIVM (2015) blijkt dat volwassenen met een lichamelijke beperking of chronische ziekte minder bewegen en sporten dan volwassenen zonder deze gezondheidsproblemen. Het is voor deze groep mensen vaak lastig om een geschikte vorm van bewegen en sporten te vinden. Ook hebben zij soms ondersteuning/begeleiding nodig bij bewegen en sporten.

Er gebeurt al veel op het gebied van aangepast sporten in Utrecht:

- In 2013 is de netwerkorganisatie Utrecht Sport op Maat opgericht. Binnen dit netwerk zetten verschillende Utrechtse organisaties, zowel organisaties voor mensen met een beperking als sportorganisaties, zich gezamenlijk in voor het vergroten van de sportparticipatie voor mensen met een beperking. Samenwerkingspartners zijn: de Hoogstraat Sport, Abrona, de Wilg, Reinaerde, VSU, gemeente Utrecht, Special Heroes, MEE, WKZ Kindersportcentrum en Harten voor Sport. Belangrijk is dat dit netwerk verder wordt verstevigd en uitgebreid.
- Er zijn in Utrecht 36 sportaanbieders met sportaanbod voor mensen met een beperking. Dit aantal groeit. Daarnaast is de Hoogstraat in samenwerking met het Wilhelmina Kinderziekenhuis en Harten voor Sport bezig met de oprichting van Only Friends Utrecht. Only Friends kent de structuur van een sportvereniging/club en brengt divers aanbod voor aangepast sporten op een fysieke locatie bij elkaar. Hiermee kan een nieuwe groep mensen

Datum **22 augustus 2016**

met een beperking worden bereikt. Verder worden diverse sportactiviteiten/evenementen georganiseerd voor mensen met een beperking. Zo is gehandicaptensport een van de hoofdthema's van de Nationale Sportweek die van 17 tot 24 september 2016 in Utrecht plaats vindt.

- Inwoners met beperking worden door consultants aangepast sporten ondersteund in het vinden van een passende sportvorm- en club. Ook zijn er twee combinatiefunctionarissen Special Heroes actief in het speciaal onderwijs.

De kosten van aangepast sporten vormen nog een belangrijk aandachtspunt. Door de U-pas regeling kan men gratis of tegen aantrekkelijke kortingen sporten. Verschillende mensen met een beperking hebben echter een financieel zwakke positie – net boven U-pas grens – en moeten hoge kosten maken om te kunnen sporten. Zij vinden sporten soms (te) duur. De kosten voor het vervoer van en naar de sportvereniging vormen tevens een belemmering. Dit probleem is moeilijk op te lossen. We zetten in op aanbod dichtbij de bewoners in de wijk en we onderzoeken met onze partners of er in andere gemeenten praktische oplossingen zijn, die ook in Utrecht toegepast kunnen worden.

Ouderen

Er is een groeiend aantal ouderen in de stad. Hoewel Utrecht een relatief 'jonge stad' is en blijft, stijgt het aantal 65-plussers in de (groeierende) bevolking van ruim 10 procent in 2015 naar 13,5 procent in 2030. Elk jaar komen er 700 tot 800 65-plussers bij. Daarnaast blijven ouderen, ook als ze kwetsbaar(der) worden, steeds langer thuis wonen en kampt een aanzienlijk deel met eenzaamheid. Dit vraagt om vernieuwing van de ondersteuning en zorg voor ouderen; sport kan hierin een belangrijke rol spelen. De positieve effecten van sporten en bewegen voor ouderen zijn namelijk groot, zowel op lichamelijk, geestelijk, mentaal en sociaal gebied.

Er zijn diverse sport- en beweegmogelijkheden voor ouderen in de stad. Er is regulier sportaanbod waar senioren aan deel kunnen nemen maar er zijn ook verschillende reguliere sportaanbieders met activiteiten specifiek voor senioren zoals zwemmen voor senioren. Daarnaast is er sportaanbod exclusief voor senioren zoals Oldstars Walking Football, georganiseerd door FC Utrecht.

Voor het verhogen van de sport- en beweegparticipatie onder ouderen is het belangrijk dat sport- en beweegaanbod wordt gecombineerd met een ontmoetingscomponent. Het kan zeker voor kwetsbare ouderen effectiever zijn om naar plekken te gaan waar ouderen elkaar reeds ontmoeten, bijvoorbeeld de bibliotheek en de dagondersteuning. We versterken daarom de inzet van beweegmakelaars die in gesprek gaan met betrokken partners over hoe bewegen gekoppeld kan worden aan deze ontmoetingsplekken. Daarnaast bekijken we de mogelijkheden die denksporten bieden voor de ouderen die (vooralsnog) minder aansluiting vinden bij sport- en beweegactiviteiten. Verder zijn we aangesloten bij de Stedelijke Ouderen Agenda die op 3 september 2015 door het Zilveren Kruis en de gemeente Utrecht is vastgesteld. We zien kansen voor interventies op het gebied van valpreventie, functionele training ouderen (FTO) en één aanpak voor thuiswonende ouderen.

Datum **22 augustus 2016**

Sport en zorg

In een ideaalbeeld zouden sport- en beweegaanbieders een deel van de zorg, die niet per definitie verleend hoeft te worden door professionele zorgaanbieders, over kunnen nemen. Het gewenste resultaat is dat het beroep dat op de professionele zorg wordt gedaan vermindert en de sociale basis die inwoners van Utrecht wordt geboden, wordt versterkt. Naast dat een sterke sociale basis een preventief middel is om de doorstroom naar de eerste- en tweedelijnszorg te voorkomen/verminderen, is een sterke sociale basis ook zeker een doel op zich.

De afgelopen jaren is er sterk ingezet op de samenwerking met de eerstelijns zorg. Er is geïnvesteerd in de structuur in de wijk tussen zorg en sportaanbieders; cliënten die uit de zorg komen hebben namelijk vaak extra begeleiding nodig voordat zij zelfstandig in het reguliere sportaanbod kunnen bewegen. Doel hiervan is mensen uit de zorg en het zorg-gerelateerd bewegen/sporten te halen. De beweegmakelaars zetten dit voort en hebben met alle Geïntegreerde Eerstelijns Zorg (GEZen) in Ondiep, West, Kanaleneiland en Overvecht en de gezonde wijknetwerken goed contact. Ook de buurtsportcoaches, bijvoorbeeld actief binnen de Jeugd zorg of het Leger des Heils, vergroten de kracht van sport binnen de zorg. Daarnaast ondersteunen we verschillende initiatieven om een goede doorverwijzing en warme overdracht te garanderen. Ook zijn er in elke wijk initiatieven voor betere ketensamenwerking voor kinderen met overgewicht.

Tot slot zijn we betrokken bij de besprekingen over de collectieve zorgverzekering voor minima. Het doel van de onderhandelingen met Zilverenkruis Achmea is beweegaanbod of gecombineerde leefstijl interventies op te nemen in de aanvullende verzekering, zowel voor volwassenen als voor jeugd. Dergelijk aanbod kan worden uitgevoerd door Utrechtse sport- en beweegpartners. Er wordt nu onderzocht wat er al aan preventief aanbod is in de stad voor Utrechtse met (potentieel) hoge zorgkosten, wat er reeds vanuit de huidige pakketten binnen de collectiviteit wordt vergoed en waar we nog winst kunnen behalen. De communicatie over de mogelijkheden van de pakketten en de samenwerking hierin met de buurtteams en gezondheidscentra, biedt kansen om meer Utrechtse minima aan beweegprogramma's deel te laten nemen.

Sport en werk/activering

Utrecht wil in 2018 het laagste werkloosheidspercentage van zijn geweest hebben. We dragen graag bij aan het bereiken van deze doelstelling. Het is daarom belangrijk dat de combinatie sport en werk/activering meer aandacht krijgt. De sport- en beweegsector kan namelijk een belangrijke bijdrage leveren aan het in beweging brengen van mensen naar een zinvolle dagbesteding of betaald werk. Zo leren werklozen dankzij sport allerlei vaardigheden die ze helpen in hun zoektocht naar een baan. Tevens kunnen sportverenigingen werkervaringsplekken bieden. Bovendien verhoogt een betere gezondheid de kans op werk.

In Utrecht bestaan al enkele projecten waarbij sport van betekenis is bij het zoeken naar een zinvolle dagbesteding of werk. Voorbeelden zijn sport netwerk(t), bewegen werkt!, FC Utrecht Trainee Cup, Trainerskracht en een werkervaringsproject bij Ladyfit. Verder organiseert Werk en Inkomen twee keer per jaar werkcontactdagen voor werkzoekenden die ondersteuning nodig hebben om aan het werk te

Datum 22 augustus 2016

komen. Deze werkcontactdagen worden door Indigo en Harten voor Sport aangevuld met 'Fit en Gezond', waarbij bewustwording over gezondheid (voeding en beweging) centraal staat.

We willen samen met onze partners structureler inzetten op de combinatie sport en werk/activering:

- We maken voor (sport)verenigingen inzichtelijk welke mogelijkheden er zijn om sport en werk te verbinden. Hierbij wordt gedacht aan subsidies en de mogelijkheden van *social return*. Dit doen we samen met Werk en Inkomen, het Uitvoeringsinstituut WerknemersVerzekeringen (UWV) en de Social Impact Factory.
- Sociaal ondernemerschap bij sportaanbieders wordt gestimuleerd. Er zijn werkplekken nodig voor mensen die niet op eigen kracht aan het werk kunnen komen. Sociaal ondernemers bieden juist deze mensen met afstand tot de arbeidsmarkt een kans. Dit zou in samenwerking kunnen met Utrechtse Werkbedrijven (UW), die mensen begeleidt op zoek naar werk. De gemeente ondersteunt sociaal ondernemers in het laten slagen van hun plannen, bijvoorbeeld via de Social Impact Factory. De mogelijkheden rondom social return bieden ook hier kansen.
- We ondersteunen, ook in samenwerking met Werk en Inkomen, vitale verenigingen die zich maatschappelijk inzetten door werkervaringsplekken te bieden met Sport doet Meer.
- We onderzoeken samen met Werk en Inkomen, de VSU en Harten voor Sport de mogelijkheden voor een 'bureau voor de sport'. Met dit 'bureau' hebben we een netwerk voor ogen waarin kennis en informatie wordt gedeeld en zo drempels voor initiatieven met betrekking tot sport en re-integratie worden verlaagd. Dit netwerk kan voor sportverenigingen of andere initiatiefnemers fungeren als aanspreekpunt voor vragen als zij activiteiten willen starten op het gebied van zinvolle dagbesteding of re-integratie. Het netwerk kan ook de vraagbaak zijn voor professionals die mensen naar sportverenigingen toe willen leiden.
- De Buurtteams signaleren een aanzienlijke onbenutte vrijwilligerscapaciteit onder sociaal kwetsbare bewoners in de stad. Het vergroten van de inzet van deze groep 'sociaal kwetsbare vrijwilligers' pakken we van twee kanten aan. Ten eerste door deze vrijwilligers de benodigde begeleiding te bieden. Ten tweede door te zorgen voor meer plekken, te beginnen bij sportverenigingen, waar zij terecht kunnen als vrijwilliger. In 2016 voeren VSU en Harten voor Sport een pilot uit waarbij, in samenwerking met onder andere de Buurtteams, onderzocht wordt welk vrijwilligerswerk geschikt is voor kwetsbare mensen, en wat verenigingen voor deze groep te bieden hebben. Aan de hand van de resultaten van deze pilot willen we de vrijwillige inzet de komende jaren verhogen.
- Binnen het veld van activering liggen kansen voor de sport. We stimuleren initiatieven door bijvoorbeeld de subsidieverstrekking Sociale Prestatie en Dag Ondersteuning.