

# Sport stimuleren is een goedkope manier om op meer aspecten dan gezondheid te scoren

Peter Horsten  
& Simon de Wijs



## Nationaal Sportakkoord biedt veel aanknopingspunten

*Peter Horsten en Simon de Wijs zijn beiden onderzoeker en docent bij Leisure en Events van Breda University of Applied Sciences.*

*Om het thema 'sport for a better world' af te tasten is een interview gehouden met Hugo van der Poel, directeur van het Mulier Instituut. Het doel van het Mulier Instituut is bijdragen aan goed onderbouwd beleid, gericht op de bevordering van sport, sportief bewegen en versterking van de sportsector. Dit doel wordt nagestreefd door onder meer het uitvoeren van kwalitatief en kwantitatief sportonderzoek, monitoring van de Nederlandse sportsector en beleidsprogramma's en door ter reflectie en duiding te fungeren als 'kritische vriend' van de sportsector.*

### Welke essentiële veranderingen neem jij waar binnen de sportwereld, die blijf geven van een toegenomen verantwoordelijkheid om bij te dragen aan een betere wereld?

Belangrijk is dat in juni 2018 een eerste nationaal Sportakkoord afgesloten werd, getiteld *Sport verenigt Nederland*. Het akkoord werd ondertekend door het Rijk, VSG/VNG (gemeenten) en NOCNSF. Een 70-tal sportorganisaties tekenden mee op een zestal deelakkoorden. Eén deelakkoord betreft de *duurzame sportinfrastructuur*, met daarin drie belangrijke elementen.

Allereerst de verduurzaming van sportaccommodaties. Omdat het Rijk geen beleid had op accommodaties, is dat nog niet zo eenvoudig. Er zijn nauwelijks gegevens in kaart gebracht en er is geen sportwet in Nederland. Gemeenten zijn autonoom en vrij om niets te doen. En als ze wel iets doen, dan bepalen ze zelf hoe. Met het deelakkoord komt daar verandering in. Nu zijn er algemeen geldende streefwaarden en maatregelen die stimuleren dat richting sportvastgoed actie ondernomen wordt om bij te dragen aan de verbetering van het klimaat. Van energiebesparende maatregelen zoals zonnepanelen op daken van clubhuizen tot het isoleren van zwembaden.

Ten tweede zijn er ontwikkelingen rondom de beweegvriendelijke omgeving. Er is veel dynamiek en groei op het gebied van bewegen in de openbare ruimte, zoals fietsen en wandelen, maar ook freerunning, obstakelruns, mountainbiken, bootcamps en skaten. Alles gebeurt veelal nog op de oude infrastructuur die binnen het voormalige openluchtrecreatiebeleid is gerealiseerd. Dat beleid is echter verdwenen en voor veel zaken, zoals onderhoud of verbetering, is geen rijksbudget meer. Fietspaden, wandelpaden, pleintjes, waterpartijen en parken moeten de enorme groei van dit bewegen opvangen. Nu komt er een nieuwe omgevingswet aan waar heel veel wetgeving samenkomt wat betreft het beperken van milieu- en gezondheidsrisico's, maar waar ook aandacht besteed wordt aan gezondheidsbevorderende aspecten. Er zijn gemeenten die al vooruitlopen hierop met hun omgevingsvisies en daarin wordt bijvoorbeeld gekeken naar de geschiktheid voor openbaar sportgebruik, naar overgangen tussen stad en platteland en naar de diversiteit aan routes die er moeten komen. Tot slot is er een derde aspect omtrent fysieke toegankelijkheid. Sportaccommodaties moeten aanpassingen doen waardoor mensen met een beperking a) toegang hebben; b) binnen gebruik kunnen maken van kleedkamers, toiletten, sportvoorzieningen en kantine; en c) bij calamiteiten eenvoudig en snel de accommodatie kunnen verlaten. Zwembaden kijken bijvoorbeeld naar liften om mensen zwemwater in te laten gaan en naar hogere watertemperaturen.



Hugo van der Poel



Bepaalde motorische vaardigheden bij kinderen leiden tot overgewicht, angst en uitsluiting.



**Is er naast fysieke toegankelijkheid ook aandacht voor de meer sociale aspecten die kunnen bijdragen tot uitsluiting? Bijvoorbeeld voortkomend uit het niet welkom voelen door ander taalgebruik, niet het juiste netwerk hebben of andere sociaal-maatschappelijke verschillen.**

Dat krijgt aandacht onder het deelakkoord *inclusief sporten* wat stelt dat sport voor iedereen toegankelijk moet zijn; voor mensen met een beperking, ouderen, migranten, enzovoorts. Mooi dat er een fysieke toegankelijke accommodatie zijn, maar dan wil je ook nog een sportaanbod dat geschikt is voor al die groepen plus een cultuur waarin eenieder zich welkom voelt.

Alle sportbonden, en in het verlengde alle verenigingen, zorgen voor een aangepast aanbod dat tegemoet komt aan de diversiteit in onze samenleving. Dat is best een uitdaging, want groepen zijn soms heel klein. Dan moet je het regionaal organiseren om vooral bij teamsporten voldoende volume te krijgen. Het is een onmogelijke opgave om elk zwembad op elke beperking aan te passen. Misschien moet je juist kijken hoe het ene zwembad beter geschikt is voor mensen met een visuele beperking en een ander voor mensen in een rolstoel.



**De uitdaging is uitstroom tegengaan en instapmogelijkheden creëren voor ouderen.**

Het 'Jeugdfonds Sport en Cultuur' is een van de partijen die betrokken is bij dit deelakkoord. Het stimuleert dat kinderen in armoedesituaties kunnen sporten, door de kosten van contributie of soms ook materialen te vergoeden. Het is nooit genoeg, maar er gebeurt best veel op dit gebied. De website 'Uniek Sporten' biedt een gebruiksvriendelijk en overzichtelijk informatiepunt wat er in de omgeving aan aangepast aanbod is voor diverse groepen.

**Verenigingen hebben, vooral in de periferie, te maken met teruglopende ledenaantallen. Gaan daardoor belangrijke voorzieningen in met name kleine gemeenschappen verdwijnen of zie je andere scenario's?**

Leden zijn belangrijk voor het behoud van de vereniging, omdat inkomsten op de eerste plaats afhankelijk zijn van contributie van leden plus uitgaven in de kantine als afgeleide daarvan. Wat je echter ziet in dorpen is dat het aantal voorzieningen terugloopt, maar dat sportverenigingen desondanks vaak degene zijn die pas het laatste omvallen. Bij winkels en banken gelden puur economische afwegingen en deze verplaatsen zich door de krimp meer naar kerngemeenten. De overheid heeft wel de taak om functies te bieden, maar trekt zich ook terug, omdat het bekostigingssysteem maakt dat functies onrendabel worden. Met het vertrek van ziekenhuizen en scholen en bibliotheken tot gevolg. Sportorganisaties zingen het langer uit, door de belangrijke basis van vrijwilligers. Sportorganisaties worden meer vanuit sociale dan economische afwegingen geleid. Onder aanvoering van NOC\*NSF en de sportbonden zie je wel een aantal verschuivingen. Enerzijds verbreding van sportaanbod bij verenigingen. Biedt naast voetbal bijvoorbeeld fitness, yoga, bridge en andere vormen van voetbal, zoals walking voetbal (dorpen vergrijzen immers) aan. Anderzijds de kantine gebruiken voor andere (ambulante) doeleinden. Kan de bibliotheek of huisartsenpost er bijvoorbeeld maandelijks huisvesten of is een spreekuur van de fysiotherapeut mogelijk? Kunnen sportaccommodaties als sociaal cultureel centrum van het dorp fungeren? Zo ja, dan vindt de gemeente het ook relevanter om de vereniging te blijven steunen.



**Er zijn algemeen geldende streefwaarden en maatregelen die stimuleren dat sportvastgoed bijdraagt aan klimaatverbetering.**

Het deelakkoord rondom *vitaal sportaanbod* richt zich in brede zin op het vitaal houden en toekomstigbestendig maken van verenigingen. Oplossingen zijn bijvoorbeeld gericht op scholingsaanbod om verenigingsbestuurders ondernemender te maken, vrijwilligersvergoedingen te verhogen of samenwerkingen of andere vormen van lidmaatschap te stimuleren.

**Wordt daarin ook ingegaan op omgang met fanatieke ouders en vervelende fans rondom het veld?**

Het deelakkoord *positieve sportcultuur* is deels gericht op veiligheid en geweldsincidenten rondom het veld. Iedereen moet overal veilig, zorgeloos en met plezier kunnen sporten. Misstanden zoals bedreiging van scheidsrechters of scheldende ouders langs de kant dienen te worden voorkomen. Daarnaast is het deelakkoord ook gericht op het pedagogische klimaat. Tegenwoordig hebben sportverenigingen te maken met overbezorgde en veeleisende ouders met vaak 1 kind, dat uniek en in potentie de nieuwe Naomi van As is. Daarvoor moet jouw kind dan wel goed worden begeleid. Heeft de trainer een diploma? Waarom zit mijn kind niet in de selectie? Dat zijn veelgestelde vragen. En ouders zijn beducht voor mogelijke gevaren binnen kleedkamers en in de relatie tussen spelers en trainers. Er is een klimaat ontstaan dat het allemaal perfect geregeld moet zijn. Verenigingen moeten oog krijgen voor meer dan het eerste team. Ontwikkelingsprogramma's gericht op train de trainer en intervisievormen ondersteunen de verenigingen daarbij.

**Staat die roep om professionaliteit niet haaks op de ontwikkeling dat kinderen steeds minder fysieke activiteiten doen en meer met passief mediagebruik bezig zijn? Is dat de nieuwe realiteit?**

Er is een deelakkoord om kinderen *van jongs af aan vaardig in bewegen* te maken. Dit is ingegeven door de zorg ten aanzien van de motorische ontwikkeling van kinderen die inderdaad terugloopt. Kinderen van nu bewegen minder op elke denkbare manier. Bewegen is ook meer en meer omgeven met een



toegenomen perceptie van gevaar. Kinderen klimmen niet meer in een boom, zeker niet zonder helm. Buitenspelen wordt ervaren als risicovol. Vertrouw je jouw kind bijvoorbeeld buiten omringd door het drukke verkeer? Sociale media helpen hierbij ook niet. Enerzijds door het beeld dat er continu verschrikkelijke dingen kunnen gebeuren, maar ook doordat men hierdoor nog minder buiten beweegt. Dit zijn problematische ontwikkelingen, omdat vaardigheid in bewegen op jonge leeftijd moet groeien. Daarmee wordt het repertoire aan motorische vaardigheden beperkt, wat weer leidt tot allerlei problematische vicieuze cirkels. Kinderen krijgen overgewicht. Kinderen worden bang. Kinderen worden uitgesloten.

**Zie jij wat betreft motorische ontwikkeling andere doelgroepen of uitdagingen waar (te) weinig aandacht voor is?**

Alle groepen zijn wel in beeld met toegesneden en gedifferentieerd aanbod. Een grote uitdaging blijft de vergrijzing van de bevolking. Die gaat echt enorm hard. 80+, 90+, en mensen met meerdere aandoeningen worden hele grote groepen. We krijgen gemeenten waar de meerderheid straks 60+ is. We hebben dit op het netvlies en zien dit gebeuren, maar we zijn nog niet voldoende doorgedrongen wat het allemaal vergt om voor die enorme aantallen aangepast aantrekkelijk sportaanbod te organiseren.

**Wat voor relevante aanpassingen zijn er nodig?**

Het adagium van jong geleerd is oud gedaan, moet herbezien worden. Sport was vooral georiënteerd op instroom uit de jeugd. Dat moet uitgebreid worden met het tegengaan van de uitstroom, zodat mensen langer blijven sporten. Verenigingen moeten nadenken hoe je mensen op latere leeftijd nog kunt aanzetten met een sport te beginnen en hoe zij deze nieuwe sport kunnen aanleren. Stel je bent 60 en je wilt gaan handballen, kan dat nog? In meerdere sporten ontstaan aangepaste vormen. Denk aan walking voetbal met 7 tegen 7 op half veld of padel in relatie tot tennis. Deze vernieuwingen zijn met name gericht op het langer vasthouden van bestaande leden.

Maar wat kunnen we bijvoorbeeld met al die vrouwen die vroeger niet konden voetballen en nu op latere leeftijd, door de populariteit van vrouwenvoetbal, alsnog besluiten dat te willen doen? Daar ligt een mooie uitdaging voor heel veel takken van sport. Uitstroom tegengaan en instapmogelijkheden creëren voor ouderen. Zoek bijvoorbeeld trainers die het leuk vinden om met deze uitdagingen en groepen om te gaan.

**Is deelname aan sport eerlijk verdeeld en een democratisch goed?**

Sport was in beginsel louter een mannelijke en elitaire activiteit, maar na WO I werd sport ook iets voor de arbeidersklasse. We voerden dan wel geen oorlog, maar het leger was wel gemobiliseerd. De soldaten dienden fysiek in vorm te blijven en daarom werd er veel gesport op de kazernes. Na de demobilisatie werd het sporten meegenomen naar de dorpen. In het interbellum ontstond arbeidersvoetbal en na WO II democratiseerde de sport verder. Ook vrouwen gingen aan sport doen en ouderen en kinderen werden betrokken, omdat mensen eerder en langer gingen sporten. Wat sportdeelname betreft kun je stellen dat sporten ondertussen voor iedereen is. Maar binnen het trainerskader of bij besturen van verenigingen en bonden zien we daarentegen nauwelijks vrouwen. En de deelname aan sportverenigingen door niet-westerse groepen ligt een stuk lager. Dat laatste heeft erg geleiden onder de politisering van dit onderwerp onder het kabinet Rutte I, dat werd gesteund door Wilders. Zwemmen voor Islamitische vrouwen werd politiek en kwam onder druk te staan.

Ondanks dat sportbeleid geen verplichting is voor gemeenten, hebben steden volop aandacht voor sportdeelname in achterstandswijken. Geld uit gemeentefondsen komt er voornamelijk doordat gemeenten sport erkennen als verdienstelijk goed. Waardevol voor het individu en de maatschappij. Goed voor de gezondheid. Bestrijding van eenzaamheid. Het opdoen van maatschappelijke vaardigheden. Sport levert een positieve bijdrage aan het welzijn. Bovendien blijkt dat de grootste

gezondheidswinst te halen is bij achterstandsgroepen. Uit onderzoek blijkt dat mensen in achterstandswijken veel grotere kans hebben vroegtijdig te overlijden of ziek te worden, terwijl ook blijkt dat zij minder deelnemen aan sport. De meeste gemeenten zetten daarom in op breedtesport, vanwege de verwachte positieve effecten. Niet voor niets is voetbal de goedkoopste en ook zwaarst gesubsidieerde sport. Het gros van het geld van gemeenten gaat naar voetbalvelden, zwembaden en sporthallen.



**Met de verbreding van 'sport' naar 'sport en bewegen' lijkt een meer open verdeling van mogelijkheden voor iedereen te ontstaan. Is er ook een valkuil?**

De afbakening van de sportwereld is een interessant discussiepunt. Op het moment dat bewegen (denk aan fietsen, wandelen of fitness) toegevoegd wordt komen accenten meer en meer op gezondheid te liggen. Het is natuurlijk prima 'het bewegen' meer te stimuleren en te faciliteren voor een effect op gezondheid. Maar stimuleer je nadrukkelijker 'de sport', dan scoor je op veel meer effecten. Denk aan het nut van sportverenigingen op terreinen zoals sociale en democratische vaardigheden, vrijwilligersparticipatie, leren samenwerken, ervaring opdoen met besturen, talentontwikkeling of sporten in competitieverband. We moeten oog houden voor de andere waarden die sport maatschappelijk heeft. Natuurlijk is gezondheid belangrijk maar ook levenslessen als leren doorzetten, discipline krijgen, met elkaar winst vieren en tegenslagen verwerken, zijn zaken die in de sportwereld misschien wel meer dan in welke andere wereld ook geleerd worden. Uit onderzoek blijkt dat kinderen van 8 tot 10 jaar al deze belangrijke levenslessen oppikken. Ze herkennen aspecten van teambased working, gezamenlijk verantwoordelijkheidsbesef, en het feit dat je als team ergens voor staat. Deze educatieve waarde is een duidelijke meerwaarde van sport ten opzichte van bewegen. Sport stimuleren is feitelijk een goedkope manier om op meerdere aspecten dan gezondheid te scoren.

**Fotografie**  
• Mulier Instituut (pagina 21)