

# Inclusief sporten en bewegen

Woensdag 12 december 2018

Lilian van den Berg  
Kenniscentrum Sport



# Inclusief sporten en bewegen

Nationaal Sportakkoord:

‘Iedere Nederlander kan een leven lang plezier beleven aan sporten en bewegen.’



# Inclusief sporten en bewegen

Bij inclusief sporten gaat het erom dat iedereen:

- met plezier kan meedoen;
- zich welkom voelt;
- erbij hoort;
- geaccepteerd wordt;
- eigen sportkeuzes kan maken.

De kunst is verschillen tussen mensen te respecteren en de overeenkomsten te benadrukken.

# Context

Meedoen aan sport is niet voor iedereen vanzelfsprekend. De reden waarom mensen minder deelnemen aan sport kent op individueel niveau verschillende redenen, bv:

- Gezondheid.
- Ontbreken van kennis over gezonde leefstijl en gezondheidsvoordelen.
- Geen/weinig/negatieve ervaring.
- Sociale belemmering.
- Praktische belemmeringen.



# Elke Stap Telt in Tilburg



# Strategische doelstellingen - landelijk

- Inclusief sporten en bewegen wordt als vanzelfsprekend ervaren bij (potentiële) sporters, sport- en beweegaanbieders, sportbonden, gemeenten en overheden en andere betrokken organisaties (bewustwording).
- Inclusief sporten en bewegen borgen in regionale en/ of lokale akkoorden.
- Het wegnemen van belemmeringen. Hiermee wordt de toegankelijkheid van de sport bevorderd.

# Lokale aanpak

- Bewustwording (agenderen, stimuleren kennisuitwisseling).
- Opzetten, versterken en uitbreiden van lokale en/of regionale samenwerking.
- Opzetten, versterken en uitbreiden van passend sport- en beweegaanbod.
- Stimuleren en begeleiden van potentiële sporters naar sport- en beweegaanbod.
- Wegnemen belemmeringen (financieel, praktisch, vindbaarheid regelingen).

# Integrale aanpak

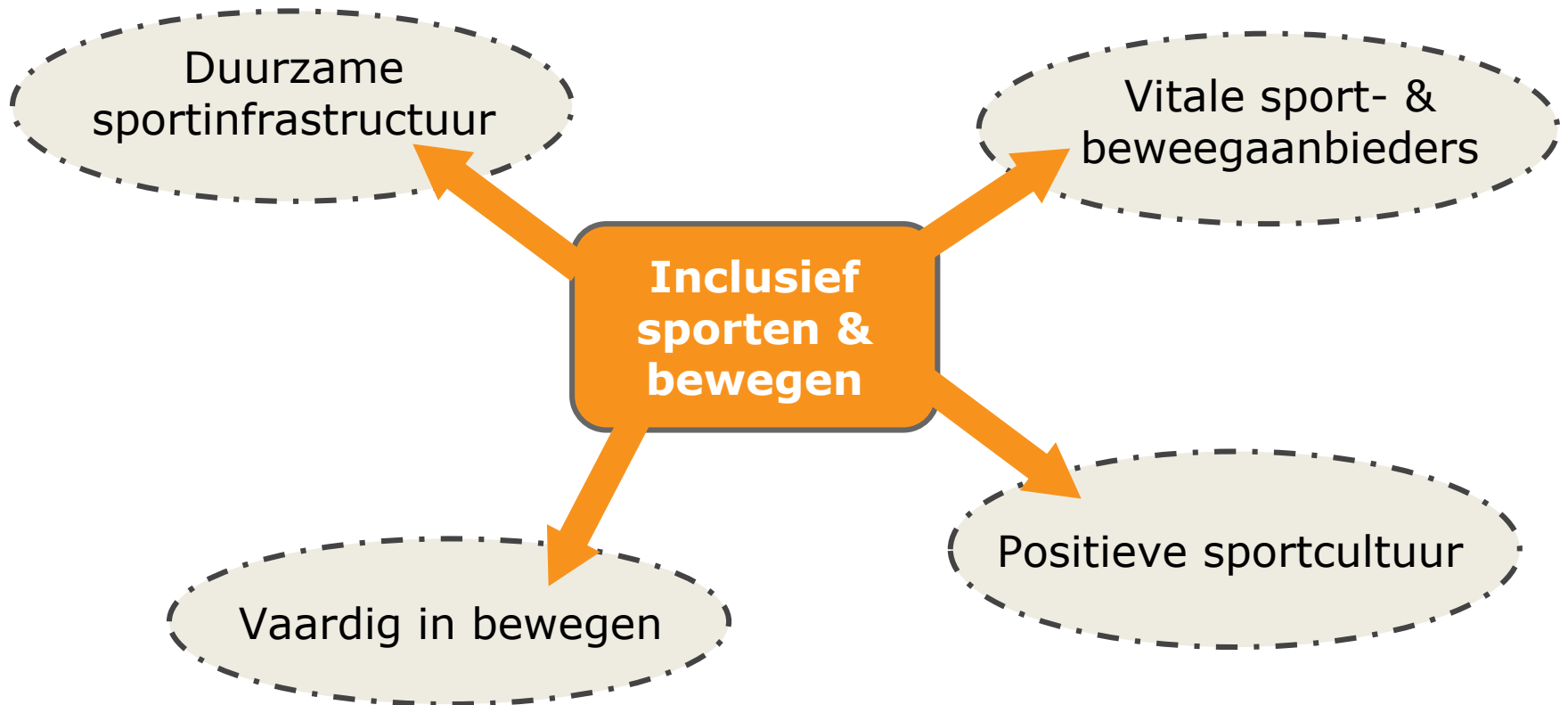
- Benut beschikbare kennis over de verschillende kwetsbare groepen en wat meer bewegen voor hen betekent.
- Maak gebruik van (erkende) interventies en goede voorbeelden.
- Betrek andere domeinen en de doelgroepen zelf.
- Neem concrete afspraken op in het lokale of regionale sportakkoord in uw gemeente of regio. Denk hierbij inclusief!

Nationaal Sportakkoord:

*'Iedereen moet zich welkom voelen in de sport. Sporten moet mogelijk zijn voor iedereen die wil meedoen.'*



# Tot slot: integraal = écht integraal



# Wat is hiervoor nodig?

- Verbeterpunten.
- Wat is hiervoor nodig?.
- Vervolg.

Lilian van den Berg

[lilian.vandenbergh@kcsport.nl](mailto:lilian.vandenbergh@kcsport.nl)

06-10990168





# Sportdeelnemerscijfers

Mensen met een chronische aandoening  
52%

Mensen met een lichamelijke beperking  
35%

Ouderen (65+)  
43%

Mensen met een migratieachtergrond  
43%

Lager opgeleiden  
36%

Lesbische/ homoseksuele en biseksuele personen 57%

Nederlanders van 12 jaar en ouder (inclusief deze groepen), sport gemiddeld 1x per week:

**NL:** 57% **ZL:** 44%

Volw. met motorische beperking, 1x p/wk sporten:

 **kenniscentrum sport**  
25% 19%

(laagste van NL)

# Belemmeringen

- Financiële toegankelijkheid
- Praktische toegankelijkheid
- Sociale toegankelijkheid
- Culturele opvattingen
- Vindbaarheid
- Persoonlijke belemmeringen



# Sportaanbod

- Clublidmaatschap blijft achter.
- Een kwart deel (of minder) van de sportclubs stelt zich open voor nieuwe doelgroepen. Bereidheid groeit!
- Top 3 meest beoefende sporten:

## Motorisch\* VG

1. Fitness
2. Zwemmen  
2. Voetbal
3. Joggen  
3. Zwemmen

## Chronisch\*

1. Fitness
2. Joggen
3. Zwemmen

## 55+ (gezond)

1. Fitness
2. Joggen
3. Tennis

