



MANAGEMENT SAMENVATTING
SPORTSTIMULERING IN DE OPVANG

Oktober 2009

Meedoen, de uitdaging

De sportvisie van de Federatie Opvang is onderdeel van het programma Meedoen van de Federatie Opvang. Het programma Meedoen is een actuele ontwikkeling omdat de opvang zich steeds verder weg ontwikkelt van de traditionele bed, bad en brood formule. De opvanginstellingen richten zich steeds meer op herstel en re-integratie. Hiervoor worden er lokaal allerlei programma's opgestart.

Meedoen is belangrijk omdat het bieden van structuur, het activeren en stimuleren van mensen uiteindelijk leidt tot een betere invulling van het leven van de cliënten. Meedoen wordt zo een aanjager voor de positieve ontwikkeling van mensen. Sport en bewegen zijn essentiële onderdelen binnen dit programma.

Bijgevoegd rapport "Sportstimulering in de Opvang" beschrijft en geeft een compleet beeld/kader wat de visie op sport voor de opvang is, hoe deze ingezet kan worden en wat de te nemen stappen voor de Federatie Opvang en haar leden zijn.

Dit document is een samenvatting van het rapport "Sportstimulering in de Opvang". Voor reflectie, nadere toelichting en achtergrond informatie verwijzen wij dan ook naar dit rapport met bijbehorende bijlagen.

De SportVisie van de Federatie Opvang

Sport en bewegen zijn belangrijk binnen de opvang. Het geeft de cliënten kader, is een uitlaatklep voor agressie, zorgt voor een gezonder lichaam en geest, benadrukt een aantal normen en waarden en stimuleert het leggen van sociale contacten. Maar het belangrijkste is dat sport en bewegen een bijdrage leveren aan het verbeteren van gevoel van eigenwaarde. De verhoging van deze eigen waarde zorgt voor een kans op een succesvoller re-integratie proces. Om deze redenen is het essentieel dat sport en bewegen een belangrijke plek krijgen in de opvang. Een plek die ervoor zorgt dat de cliënt zijn dag en week op een gezondere manier door komt en tevens de re-integratie naar de samenleving vergemakkelijkt.

Dat sport en bewegen een belangrijke plek behoort te krijgen blijkt wel uit het onderzoek Gezond aan de Slag (2007) in Rotterdam. Hieruit bleek dat de conditie van mensen met een bijstandsuitkering zéér slecht is. Zo slecht zelfs dat re-integratie projecten met deze mensen geen enkel effect zullen hebben zolang deze fysieke conditie zo slecht blijft. Een voorwaarde dus om de gezondheid van de cliënten in de opvang te willen en kunnen verbeteren.

Om deze redenen hebben wij de volgende sportvisie geformuleerd:

Sport en bewegen zijn belangrijke voorwaarden voor het succesvol begeleiden van cliënten binnen de opvang.

Sport en bewegen helen fysieke en mentale wonden en ze verbinden.

Sport en bewegen als basis voor het succesvol begeleiden van cliënten. Gezonder lichaam betekent vaak ook gezondere geest en vergroot de kans op zelfredzaamheid.

Maar er is meer dan alleen maar gezondheidsverbetering en zelfredzaamheid:

- Sport en bewegen zorgen voor een aanmaak van endorfine in de hersenen. Hierdoor kan de cliënt beter omgaan met stress en andere emotionele verwerkingen.
- Sport en bewegen verstevigen de relatie tussen cliënt en medewerker in de opvang.
- Sport en bewegen vergroten de kans op sociale contacten.
- Sport en bewegen geven de opvanginstellingen de mogelijkheid om maatschappelijke zakelijke netwerken, maatschappelijke allianties op te bouwen. Hierdoor kunnen kosten voor het organiseren van activiteiten omlaag en de re-integratie kansen van de cliënt omhoog. Denk



hierbij aan allianties met: scholen, woningcorporaties, gemeente, sportverenigingen, bedrijfsleven, welzijnsorganisaties etc.

Sport in de Opvang

Ondanks de erkenning van de positieve effecten van sport en bewegen binnen de opvang, hapert het in de uitvoering. Vaak is er een gebrek aan ruimtes waardoor bestaande algemene ruimtes professorisch worden omgetoverd tot sportzaal, worden de sport- en beweeglessen erbij gedaan door een medewerker van de opvanginstelling en is er geen kennis van de omgeving en/of netwerk met organisaties uit de buurt. Kennis van de omgeving en een netwerk binnen de omgeving die ervoor kunnen zorgen dat activiteiten kunnen worden gerealiseerd: scholen die helpen met de organisatie van een evenement, sportverenigingen die trainers leveren, de gemeente die een accommodatie ter beschikking stelt, de woningcorporatie die een project financiert en het bedrijfsleven die zorgt voor funding.

Landelijke ontwikkelingen

Er zijn tal van landelijke ontwikkelingen rondom het thema sport en bewegen waarbij de opvang kan aanhaken. Op het ogenblik worden sport en bewegen als belangrijk middel voor onze maatschappelijke uitdagingen gezien. Het kabinet zegt hierover:

"de maatschappelijke functie maakt sport gewild en kansrijk voor het realiseren van belangrijke kabinetdoelen: op het gebied van preventie en gezondheid, jeugdbeleid, onderwijs, waarden en normen, integratie, wijken, veiligheid en internationaal beleid"

Om deze kabinetsdoelen te realiseren worden sport en bewegen integraal in de samenleving ingezet. Sport- en bewegen als middel voor:

- Sociale cohesie: het brengt mensen los van cultuur, godsdienst en achtergrond dichter tot elkaar
- Gezondheid: meer en beter bewegen is goed voor lichaam en geest
- De economie: sport- en bewegen is een bloeiende bedrijfstak
- Pr en marketing: sport- en bewegen zijn uitstekende communicatiedragers

Omdat sport en bewegen een brede maatschappelijke relevantie hebben zijn er een aantal belangrijke plannen en programma's door de overheid in gang gezet. De belangrijkste programma's waarbij de opvang kan aanhaken zijn:

- Het Nationaal Actieplan Sport en Bewegen:
Met dit actieplan stimuleert de overheid bewegen onder de Nederlandse bevolking. De Nationale Norm Gezond Bewegen wordt hiervoor als minimale richtlijn gebruikt
- Het Olympisch Plan 2028:
Een plan waarmee Nederland gaat "Uitblinken op alle Niveaus". Sport en bewegen als middel voor de maatschappelijke uitdagingen door alle geledingen van de samenleving
- De combinatiefunctionaris:
De komende jaren worden hiervan 2500 fte's gecreëerd. Combinatiefunctionarissen zijn mensen die gaan werken aan de maatschappelijke functie van sport door o.a. de combinatie te maken tussen de sportvereniging, het onderwijs en de wijk

Bovenstaande ontwikkelingen bieden kansen voor de opvang om een succesvol sport- en beweegprogramma op te zetten. Door bovenstaande plannen en programma's zullen er in de nabijheid van vele opvanginstellingen activiteiten met sport- en bewegen worden opgestart. De maatschappelijke uitdagingen en niet de sportprestaties zullen hierin "leading" zijn. Een kans die de opvang met beide handen moet aanpakken.

Cliënten, medewerkers en lessons learned

Voor het implementeren van deze visie en het van daaruit realiseren van een sport- en beweegprogramma dient de opvang zich een aantal zaken te realiseren

Ten eerste is het belangrijk om de behoefte van de cliënten te inventariseren. De behoeften tussen MO en VO zullen anders zijn. Geweldservaring, fysieke gesteldheid, trots op eigen lichaam en verblijfsduur zijn enkele redenen die bepalend zijn voor de verschillende activiteiten. Het aanbod voor de VO zal veelal gericht zijn op wellness, dans en fitness, terwijl sporten als boksen en voetbal beter zullen werken binnen de MO.

Ten tweede zal er niet alleen naar de behoeften van de cliënten gekeken moeten worden om succesvol te zijn met sport en bewegen in de opvang. De medewerkers van de opvanginstellingen zijn een zeer belangrijke schakel in het succesvol begeleiden van de cliënten. Betrokkenheid, begrip en een positieve houding van de medewerkers naar een sport- en beweegprogramma zijn

van cruciaal belang voor het slagen van het programma. Zij zullen evenals de cliënten vanaf het begin betrokken moeten worden bij de realisatie van de verschillende sportactiviteiten.

Ten slotte is er een aantal good practices waarvan men kan leren. Uit een aantal succesvolle voorbeelden van sport- en beweegprojecten binnen de opvang en in onze maatschappij komt een aantal succesfactoren duidelijk naar voren. Deze succesfactoren zijn:

- Breed draagvlak: meerdere organisaties dragen de activiteit
- Beloningen : verschillende beloningsvormen worden gekoppeld aan het behalen van succes door de cliënt
- Professioneel kader: er is professioneel kader met verstand van sport en bewegen aanwezig
- Niet vrijblijvend: hoewel de sport- en beweegactiviteiten laagdrempelig zijn, is het bepalen van een aantal basisregels belangrijk
- Platform: een podium waar de prestaties "geshowd" kunnen worden
- Sluitende aanpak: de sport- en beweegactiviteit heeft op zichzelf staand geen tot weinig effect
- Spin in het web: er moeten veel verbinden worden gelegd

Stappenplan

Om te komen tot een beter en effectiever sportprogramma binnen de opvang is een aantal essentiële stappen nodig. Op deze manier ontstaat er een programma dat de doelstellingen van het programma Meedoen versterkt.

De volgordelijke stappen zijn:

- De centrale rol van de Federatie Opvang binnen het sportprogramma bepalen
- Het informeren van directeuren en medewerkers van de opvang over de sportmogelijkheden en sportkansen die er landelijk en lokaal zijn
- Betrekken van cliënten via de cliëntenraden bij de realisatie van een landelijk en lokaal sportprogramma
- Het geven van een prominentere rol aan sport binnen het begeleidingsmodel
- Het creëren van een sport- en beweegprogramma voor de opvang
- Het aanstellen nationale en lokale coördinatoren die zorgen voor de realisatie van het sportprogramma door o.a. het leggen van verbindingen met organisaties waarmee kan worden samengewerkt

- Het creëren van een groot (inter)nationaal evenement waarop de instellingen hun programma's kunnen afstemmen
- Het starten van een drie pilots om bovenstaande stappen 1 voor 1 te doorlopen, en zo ervaring te kunnen opdoen voor een landelijk sport en beweegprogramma

Als informatiebron naar de opvanginstellingen zal er een brochure met tips & trics worden gepresenteerd. Tips & trics over sport en beweegprogramma's, en tevens tips & trics over funding en sponsoring.

Sport en bewegen kunnen veel betekenen voor de opvanginstellingen. Daarnaast biedt de opvang bij uitstek een omgeving waarin sport zijn sociaal maatschappelijke gezicht kan laten zien. De landelijke trends geven aan dat er veel mogelijkheden liggen om met sport en bewegen binnen de opvang te scoren. Deze kans voor open doel mag niet worden gemist.