

Welke aanpak werkt en wat leveren de beweegactiviteiten op? Buurtsportcoaches verbinden sport, welzijn en gezondheidszorg

Een buurtsportcoach werkt op het snijvlak van drie werkvelden: naast sport en bewegen ook de eerstelijnszorg en de welzijnssector. Zo verbindt hij of zij letterlijk, als persoon, die sterk gescheiden werelden.



Sporten en bewegen zijn belangrijke elementen van een gezonde leefstijl

Sporten en bewegen zijn een belangrijk element van een gezonde leefstijl en houden ons daarmee langer gezond en actief. Sport en bewegen vormen dus een belangrijk wapen in het preventiearsenaal. Maar hoe breng je mensen in beweging en vooral: hoe hóu je ze in beweging? Het ministerie van VWS stimuleert bewegen en sporten in de buurt door buurtsportcoaches die dit voor elkaar moeten krijgen (mede) te financieren.

Wageningen Universiteit en de Academische Werkplaats Amphi (Radboudumc) onderzoeken de aanpak en het effect van de buurtsportcoaches in de praktijk. De universiteiten vormden daartoe een consortium met het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB), fysiotherapeuten (het KNGF), de Vereniging Sport en Gemeenten en de Regionale Ondersteuningsstructuren. Verder worden ze gesteund door landelijke sportkoepels, gemeenten en andere werkgevers van buurtsportcoaches zoals GGD-en en welzijnsinstellingen.

Het onderzoek wordt door ZonMw gefinancierd in het kader van het Onderzoeksprogramma Sport. Het Mulier Instituut doet ook in 18 gemeenten onderzoek naar de inzet van de buurtsportcoaches die door het ministerie van VWS wordt gefinancierd. Doel is om inzicht te krijgen in de betrokkenheid van de buurtsportcoaches bij lokale resultaten en de succes- en faalfactoren die hierop van invloed zijn. Beiden onderzoeken worden met elkaar afgestemd.

Doorstroom

'Uit eerdere experimenten weten we dat de doorstroom van de eerste lijn naar beweeg- en sportactiviteiten achterblijft bij de verwachtingen. Hoe kun je dat nou verbeteren?', zegt projectleider dr. ir. Annemarie Wagemakers van Wageningen Universiteit. 'Het is voor de praktijk heel belangrijk om te weten hoe je het zo kunt aanpakken dat al die tijd en moeite die er in de samenwerking gestoken wordt ook echt helpt, dat er daadwerkelijk activiteiten tot stand

komen. En voor het beleid is de vraag wat die buurtsportcoach nou eigenlijk opbrengt: worden de deelnemers aan beweegactiviteiten fitter en in welke mate dan? Dat telt als straks de co-financiering van VWS beoordeeld wordt en VWS en gemeenten moeten besluiten of ze doorgaan met de buurtsportcoach.'

Programma Sport

Het Onderzoeksprogramma Sport versterkt wetenschappelijk onderzoek voor (top)sport en bewegen en genereert toepasbare kennis op het terrein van presteren, meedoen en vitaal voor beleid, praktijk en onderwijs. Het programma wordt uitgevoerd door Technologiestichting STW, NWO-Geesteswetenschappen en ZonMw. Opdrachtgevers zijn het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, NOC*NSF en Nationaal Regieorgaan Praktijkgericht Onderzoek SIA. Meer informatie: www.sportonderzoek.com

Gescheiden werelden

Medeaanvrager dr. Gerard Molleman van de Academische Werkplaats Amphi (Radboudumc) is ook manager bij de GGD in Nijmegen. Die organisatie werkt al jaren met 'gezondheidsmakelaars'; Molleman spreekt dus uit ervaring. 'Preventie is heel belangrijk, daar is iedereen het over eens, maar daarmee ben je er nog niet. De huisarts kan een patiënt wel aanraden om wat meer te bewegen, maar waar die dat dan zou moeten doen... De eerstelijnszorg en de sport zijn volstrekt gescheiden werelden. Hoe gaan we die brug slaan? Een echte link ontstaat alleen als er in de buurt iemand zichtbaar én samen met partners activiteiten organiseert.'

De onderzoekers brengen in tien verschillende gemeenten in kaart hoe de buurtsportcoach te werk gaat en welke randvoorwaarden en omstandigheden belangrijk zijn om de ambities waar te maken. Fysiotherapeuten meten met de recent ontwikkelde en voor dit doel aangevulde Fysiofitscan wat het effect van de activiteiten is op de gezondheid en de motivatie van de deelnemers. Hieruit kan idealiter een *toolkit* voor buurtsportcoaches ontstaan. Binnen het consortium wordt ook gewerkt aan andere praktijkgerichte resultaten, bijvoorbeeld een competentie- en een functieprofiel voor de buurtsportcoach.

De buurtsportcoach in de praktijk 'Wij zijn de bruggenbouwers'

Sandra Soppe en Janienke Huiting zijn buurtsportcoaches in de gemeente Eemsmond. Die gemeente bestaat uit een kleine twintig dorpen en buurtschappen op het sterk vergrijzende Noord-Groninger platteland. Sandra en Janienke zijn in

Sportimpuls

In het programma Sportimpuls wordt nauw samengewerkt met buurtsportcoaches. Bij 93% van de projecten is een buurtsportcoach betrokken. De Sportimpuls maakt deel uit van het VWS-programma Sport en Bewegen in de Buurt en biedt lokale sport- en beweegaanbieders de kans om mensen aan het sporten en bewegen te krijgen en te houden. Hierbij wordt gebruik gemaakt van succesvol sport- en beweegaanbod (interventies) van de Menukaart Sportimpuls. Het is van belang dat het sportaanbod aansluit bij de vraag van de doelgroep, aanvullend is op de bestaande situatie in de buurt en dat wordt samengewerkt met lokale organisaties. Naast de Sportimpuls zijn er ook de Sportimpuls Jeugd in lage inkomensbuurten en de Sportimpuls Kinderen sportief op gewicht.

dienst van het Groninger Huis voor de Sport, een organisatie die het sportbeleid voor de Groninger gemeenten uitvoert. Ze organiseren in Eemsmond een scala aan activiteiten voor jong en oud: 'sportieve opvang' voor basisschoolkinderen, een beweeggroep voor ggz-cliënten en eentje voor mensen met een verstandelijke beperking, valpreventiecurssussen voor ouderen en nog veel meer. Voor elke activiteit brengen zij de relevante partners bij elkaar.

'Deze mensen zouden anders niet sporten'

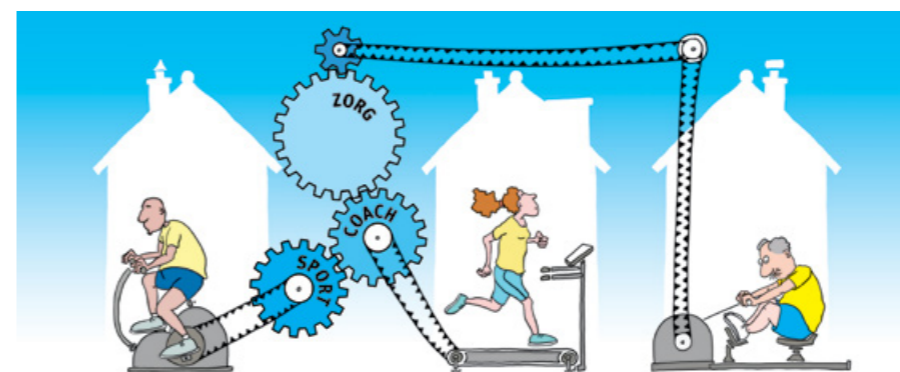
'De beweeggroep voor ggz-cliënten organiseren we samen met een plaatselijke zorgboerderij en met de regionale ggz-aanbieder Lentis. De deelnemers komen zelfstandig of met een busje naar de sporthal en er komen begeleiders van de zorgboerderij en van een woonvoorziening in Uithuizen mee', vertelt Sandra. 'Deze mensen zouden anders niet sporten. De een kan fysiek heel veel en de ander weinig, maar dat doet er niet toe. Het is een vertrouwde groep, ze hebben allemaal respect voor elkaar. Het gaat niet om het presteren, maar om het meedoen. Sommigen blijven opeens een paar weken weg, dan zijn we al blij als we ze weer zien. Het komt ook voor dat iemand

de hele les aan de kant zit. Kennelijk levert dat voor hem toch iets op, hij wil er wél bij horen.' Idealiter zou deze beweeggroep overgenomen moeten worden door een reguliere sportvereniging en daar zijn nu gesprekken over gaande, zegt Janienke. 'Sommige verenigingen kunnen moeilijk iets extra's doen naast hun gewone activiteiten. Maar we werken eraan, ze staan er steeds meer voor open.' Een mooi voorbeeld daarvan is dat er door de voetbalverenigingen uit drie verschillende dorpen een gezamenlijk G-team – voor kinderen met een verstandelijke beperking – is opgezet. Dat ondersteunen de buurtsportcoaches en de gemeente stelt een sporthal voor dit bijzondere team beschikbaar.

Kidsclub

Sandra en Janienke hebben een groot netwerk, en voor elke activiteit brengen ze de relevante partners bij elkaar. 'Wij zijn de bruggenbouwers.' Ze werken ook veel samen met het onderwijs, met de verschillende sportverenigingen en met allerlei zorgprofessionals. Een voorbeeld van dat laatste is de Kidsclub, een recent initiatief van een regionaal werkende maatschap van fysiotherapeuten. De Kidsclub is een traject voor kinderen die hetzij motorisch hetzij vanwege overgewicht of een sociaal-emotionele reden niet goed meekunnen in de gewone gymlessen. Het streven is om deze kinderen met een speciale aanpak en veel aandacht klaar te stomen om te kunnen meedoen bij een reguliere sportvereniging. Niet alleen de fysiotherapeuten maar ook een diëtiste en een opvoedkundige dragen daaraan bij. Sandra en Janienke helpen dit mee organiseren en vormen de liaison met de gemeente en met plaatselijke gymnastiekverenigingen.

99 Louwke Meinardi



Verbinding zorg, sport & bewegen