

# Evaluatie Sportinstuif voor mensen met een verstandelijke beperking



Gemeente Oost Gelre

Apeldoorn, juni 2014

## Resultaten van de eerste meting

Dr. ir. Rianne Honigh-de Vlaming, onderzoeker (epidemioloog)

Ir. Caroline Timmerman-Kok, onderzoeker (epidemioloog)



# Voorwoord

Dat sporten leuk is, was goed te zien aan de gezichten van de deelnemers en vrijwilligers van de Sportinstuif. Op 29 maart 2014 werd in Lichtenvoorde fanatiek tennis, dynamic tennis, badminton en (schuif)tafeltennis gespeeld. De Sportinstuif werd georganiseerd om mensen met een verstandelijke beperking en racketsportverenigingen uit de gemeente Oost Gelre kennis met elkaar te laten maken. Met als doel dat mensen met een verstandelijke beperking enerzijds vaker gaan sporten en anderzijds willen en kunnen integreren in reguliere sportverenigingen.

In het rapport dat voor u ligt worden de resultaten van de evaluatie van deze Sportinstuif beschreven.

Wij wensen u veel plezier bij het lezen van dit rapport en hopen dat het de gemeente, buurtsportcoach en sportverenigingen verder helpt bij het stimuleren van beweging en participatie van mensen met een beperking.

Apeldoorn, juni 2014

Onderzoekers:

Rianne Honigh-de Vlaming en Caroline Timmerman-Kok

Met dank aan: Cobi Izeboud

# Inhoudsopgave

1	Kort & krachtig	2
2	Inleiding	3
3	Onderzoeksmethode	4
4	Resultaten	5
5	Conclusies en aanbevelingen	8
6	Tot slot	9
	Literatuur	10



# 1 Kort & krachtig

## 1.1 Inleiding

Gemeente Oost Gelre heeft sport en bewegen hoog in het vandel staan. Uit onderzoek is bekend dat volwassenen met een verstandelijke beperking minder sporten en bewegen dan hun leeftijdsgenoten zonder beperking. De gemeente wil daarom sport en bewegen door mensen met een verstandelijke beperking stimuleren. Daarnaast vindt de gemeente het belangrijk dat mensen met een beperking volledig meedoen in de samenleving en ook integreren binnen sportverenigingen.

Eén van de activiteiten die in dit kader wordt georganiseerd is de Sportinstuif die op 29 maart 2014 werd gehouden. De Sportinstuif beoogt een wederzijdse kennismaking tussen mensen met een beperking en verschillende racketsportverenigingen in de gemeente Oost Gelre. Daarnaast biedt de Sportinstuif mensen met een beperking de gelegenheid om lid te worden van één van deze verenigingen. Het Uitburo en de gemeente hebben vooraf aangegeven de Sportinstuif als geslaagd te zien wanneer 15-20 mensen met een beperking de instuif bezoeken en 5 van deze bezoekers ook lid wordt van een vereniging. Daarnaast hopen zij dat badmintonvereniging LBC, die dit jaar voor het eerst aanwezig is op de Sportinstuif, de intentie uitspreekt een sportaanbod voor mensen met een beperking te willen creëren.

## 1.2 Methodes

Het onderzoek bestond uit twee onderdelen:

- 1) **Individuele interviews met 19 mensen met een verstandelijke beperking die aan de Sportinstuif meededen.**
- 2) **Een groeps gesprek met zeven vertegenwoordigers van de racketsportverenigingen die zichzelf op de Sportinstuif presenteerden.**

In het onderzoek zijn de volgende zaken bestudeerd: bereik, waardering, gedrag, determinanten van gedrag en omgevingsdeterminanten.

## 1.3 Conclusies

### **Bereik: Beoogde aantal bezoekers behaald**

Er zijn 23 mensen met een beperking komen sporten. Dit is iets meer dan de beoogde 15-20 deelnemers die de gemeente ten doel had gesteld.

### **Doelgroep niet bereikt**

De Sportinstuif heeft met name mensen met een beperking bereikt die sporten leuk vinden en al regelmatig sporten. De beoogde doelgroep van verstandelijk beperkten die nog niet of weinig sporten en bewegen is niet bereikt.

### **Waardering: Sportinstuif zeer gewaardeerd door aanwezigen**

Zowel de bezoekers met een beperking als de vertegenwoordigers van de sportverenigingen zijn zeer tevreden over het verloop van de Sportinstuif.

### **Gedrag:**

#### **Wederzijdse kennismaking leidt nog niet tot verdere integratie**

De meeste bezoekers van de sportinstuif hebben niet de intentie om in het algemeen vaker te gaan sporten, vaker één van de aangeboden racketsports te gaan doen of lid te worden van een (racket)sportvereniging.

### **Determinanten van gedrag:**

#### **Deelnemers sporten al genoeg**

De bereikte doelgroep al behoorlijk sportief is. Dit is belangrijkste reden om niet vaker te willen gaan sporten of geen lid te willen worden van een sportvereniging.

### **Omgevingsdeterminanten:**

#### **Badmintonvereniging nog niet klaar voor verstandelijk beperkten**

De vertegenwoordigers van de badmintonvereniging hebben de Sportinstuif als zeer positief ervaren, maar zien op korte termijn geen mogelijkheden binnen hun vereniging om mensen met een beperking mee te laten sporten. De andere aanwezige verenigingen hebben al een sportaanbod voor mensen met een beperking.

## 1.4 Aanbevelingen

Om ook mensen met een verstandelijke beperking te bereiken die nog niet of heel weinig sporten wordt aanbevolen om in de eerste plaats de begeleiders van de doelgroep persoonlijk te informeren en te faciliteren. Daarnaast liggen er kansen voor het stimuleren van sport en bewegen binnen de eigen vertrouwde woonomgeving van de doelgroep.

## 2 Inleiding

### 2.1 Overgewicht en bewegen

Ruim de helft (53%) van de volwassen mannen en 44% van de vrouwen in Nederland heeft te kampen met (ernstig) overgewicht (Brink, 2013). De prevalentie overgewicht in de gemeente Oost-Gelre is lager dan gemiddeld in Nederland, maar nog altijd zorgelijk. Van de volwassen mannen heeft 49% (ernstig) overgewicht en van de vrouwen 40% (GGD NOG, 2013). Er is weinig onderzoek gedaan naar het voorkomen van overgewicht onder mensen met een verstandelijke beperking. De onderzoeken die gedaan zijn wijzen er op dat overgewicht in deze doelgroep minstens zo vaak of vaker voorkomt dan onder de algemene populatie (Pollers, 2007; Evenhuis, 2014; De Winter, 2012).

Gemeente Oost Gelre heeft sport en bewegen hoog in het vandel staan. Uit onderzoek van de GGD blijkt dat 72% van de volwassenen in de gemeente voldoet aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB)<sup>1</sup> en 23 % aan de Fitnorm<sup>2</sup>. Dit is hoger dan gemiddeld in de regio Noord- en Oost-Gelderland (68% resp. 21%). Ook blijkt dat 41% van de volwassenen in de gemeente Oost Gelre gebruik maakt van de sport- en bewegingsactiviteiten die worden aangeboden. Het gemiddelde in de regio ligt op 33%.

Uit landelijk onderzoek blijkt verder dat ongeveer 80% van de mensen met een verstandelijke beperking niet voldoet aan de NNGB. Ook de sportdeelname van mensen met een verstandelijke beperking is lager dan van mensen zonder beperking. Plezier en ontspanning blijken de belangrijkste redenen om te sporten voor mensen met een beperking die in een instelling wonen. De belangrijkste knelpunten bij sport en bewegen van cliënten zijn gebrek aan personeel en vrijwilligers, onvoldoende vervoer, onvoldoende financiële middelen van cliënten en andere activiteiten van de instelling die veel tijd in beslag nemen (Heijden, 2013).

De gemeente Oost Gelre wil sport en bewegen door mensen met een verstandelijke beperking graag stimuleren en hiermee overgewicht en lichamelijke klachten bij deze doelgroep op langere termijn verminderen of voorkomen.

### 2.2 Meedoen in Oost Gelre

De gemeente vindt het daarnaast belangrijk dat mensen met een beperking volledig meedoen in de samenleving. Deze ambitie past goed binnen de verantwoordelijkheden van de gemeente bij de invoering van de nieuwe Wet Maatschappelijke Ondersteuning. Concreet betekent dit dat de gemeente graag ziet dat mensen met een beperking deelnemen aan het reguliere verenigingsleven in de gemeente. Een mooi voorbeeld hiervan is de inzet van mensen met een beperking bij de voorbereidingen van het jaarlijkse bloemencorso. Ook ziet de gemeente graag dat mensen met een beperking integreren binnen sportverenigingen.

De gemeente heeft een buurtsportcoach aangesteld die zich specifiek richt op het stimuleren van sport en bewegen door mensen met een verstandelijke beperking. De buurtsportcoach is verbonden aan het Uitburo van De Lichtenvoorde, een zorgaanbieder voor mensen met een verstandelijke beperking.

### 2.3 Sportinstuif

Eén van de activiteiten die in dit kader is georganiseerd is de Sportinstuif die op 29 maart 2014 werd gehouden. In 2013 heeft de eerste editie van de Sportinstuif plaatsgevonden. De doelgroep van de Sportinstuif zijn volwassenen met een verstandelijke beperking – thuiswonend of in een instelling wonend - die niet of weinig sporten en bewegen. De Sportinstuif beoogt een wederzijdse kennismaking tussen mensen met een beperking en verschillende racketsportverenigingen in de gemeente Oost Gelre. Daarnaast biedt de Sportinstuif mensen met een beperking de gelegenheid om lid te worden van één van deze verenigingen. Het Uitburo en de gemeente hebben vooraf aangegeven de Sportinstuif als geslaagd te zien wanneer 15-20 mensen met een beperking de instuif bezoeken en 5 van deze bezoekers ook lid wordt van een vereniging. Daarnaast hopen zij dat badmintonvereniging LBC die dit jaar voor het eerst aanwezig is op de Sportinstuif de intentie uitspreekt een sportaanbod voor mensen met een beperking te willen creëren.

<sup>1</sup> Nederlandse Norm Gezond Bewegen: Tenminste vijf dagen per week 30 minuten matig intensieve lichaamsbeweging.

<sup>2</sup> Fitnorm: Drie dagen per week tenminste 20 minuten intensieve lichaamsbeweging.

## 2.4 Onderzoeksvraag

De gemeente heeft het Evaluatiebureau Publieke Gezondheid gevraagd om:

1. De evaluatie van de Sportinstuif onder mensen met een beperking en onder vertegenwoordigers van de racketsportverenigingen uit te voeren. Het gaat hier om een meting direct na de instuif en een tweede meting na 3 maanden. Hierbij wordt gekeken naar:
  - Bereik: Hoeveel mensen met een verstandelijke beperking hebben de Sportinstuif bezocht en is dit naar verwachting?
  - Waardering: Hoe ervaren de deelnemers en aanwezige sportverenigingen de Sportinstuif?
  - Gedrag: Hoe is het huidige sportgedrag van de deelnemers en zijn zij van plan na de Sportinstuif meer te gaan sporten? Zijn de deelnemers van plan om lid te worden van een sportvereniging?
  - Determinanten van gedrag: Wat is de motivatie van de deelnemers om (vaker) te sporten en lid te worden van een sportvereniging? Wat zijn belemmeringen om (vaker) te sporten of lid te worden van een sportvereniging?
  - Omgevingsdeterminanten: Hebben de aanwezige sportverenigingen een aanbod voor mensen met een beperking? Zijn de sportverenigingen bereid en in staat om de vereniging open te stellen voor mensen met een beperking? Wat zijn bevorderende en belemmerende factoren?
2. Een evaluatieadvies te geven over een derde evaluatiemeting van de sportinstuif na een jaar en de evaluatie van andere activiteiten ter bevordering van sport en bewegen door mensen



met een beperking in de nabije toekomst.

## 3 Onderzoeksmethode

Het evaluatieonderzoek bestond uit twee onderdelen, namelijk een onderzoek onder mensen met een beperking die de Sportinstuif bezochten en een onderzoek onder de vertegenwoordigers van de racketsportverenigingen die zichzelf presenteerden op de Sportinstuif.

### 3.1 Onderzoek onder mensen met een verstandelijke beperking

Nadat de bezoekers waren uitgesport werden zij gevraagd om mee te werken aan een interview. De interviews zijn afgenomen door vijf vrijwilligers van het Uitburo die gewend zijn om te werken met mensen met een verstandelijke beperking. De interviews duurden ongeveer 10-15 minuten. Na afloop van het interview ontvingen de deelnemers als dank een 'goody bag' (een tasje met flyers).

### 3.2 Onderzoek onder sportverenigingen

Na afloop van de Sportinstuif heeft – onder het genot van een lunch – een evaluatiegesprek plaatsgevonden met zeven vertegenwoordigers van de racketsportverenigingen: (Schuif)tafeltennis- & Dynamic tennisvereniging LITAC (3 personen), (Schuif)tafeltennisvereniging De Toekomst (1 persoon), Badmintonvereniging LBC72 (2 personen), Tennisvereniging TCB (1 persoon). Daarnaast waren een stagiair van De Lichtenvoorde, de buurtsportcoach en een onderzoeker van het Evaluatiebureau aanwezig. Het gesprek werd geleid door de buurtsportcoach die ook de Sportinstuif heeft gecoördineerd.

Meer informatie over de evaluatiemethoden is te vinden in de aparte bijlage 'Handreiking: Het schrijven van een Evaluatieplan'. Hierin zijn ook de interviewprotocollen opgenomen.

## 4 Resultaten

### 4.1 Resultaten bij mensen met een verstandelijke beperking

#### Bereik

Negentien van de 23 bezoekers hebben meegedaan aan het interview (83%), hiervan was het merendeel man (63%). De leeftijd van de respondenten varieerde van 9 tot 35 jaar (tabel 1). Drie mensen wilden niet meedoen aan het onderzoek en één persoon kon niet praten en kon daarom niet geïnterviewd worden. De mate waarin de respondenten verstandelijk beperkt waren, hun communicatieve vaardigheden en hun motorische vaardigheden waren zeer divers. Eén van de respondenten zat in een rolstoel. Het gemiddelde rapportcijfer voor hoe leuk de respondenten het vinden om te sporten en hoe gezond zij zichzelf vinden is ruim een 9.

Tabel 1. Kerngegevens deelnemers aan Sportinstuif

Aantal bezoekers	23
Aantal respondenten	19
% mannen	63%
gemiddelde leeftijd (min. – max.)	23,3 jr. (9-35jr.)
Gemiddeld rapport cijfer (min. – max.)	
‘Hoe leuk vind je het om te sporten?’	9,3 (5,5-10)
‘Hoe gezond voel jij je?’	9,3 (8-10)
Algemene waardering Sportinstuif	8,7 (4-10)

De meeste respondenten zijn door hun begeleiders meegenomen naar de Sportinstuif (n=11). Drie mensen zijn geïnformeerd door hun ouders, twee via school en drie via een schriftelijke aankondiging (mail/ poster). De meeste respondenten zijn samen met hun begeleider en andere cliënten van de woongroep gekomen (15). Zij hadden gezamenlijk vervoer. Van de mensen die alleen zijn gekomen kwam er één lopend, één met de regio-taxi en één met z'n vader. Alle respondenten hebben zelf meegesport op de Sportinstuif. Vier van de respondenten hebben alle sporten uitgeprobeerd, 17 mensen hebben getennist, 12 mensen hebben gebadmintond en zeven mensen hebben (schuif)tafeltennis gespeeld.

#### Waardering Sportinstuif

De meeste respondenten vonden de ochtend (erg)leuk. Eén persoon vond het sporten niet leuk, maar de ochtend wel gezellig. Het gemiddelde cijfer voor de Sportinstuif was een 8,7. Negen respondenten gaven een 10. De laagste score was een 4, deze persoon vond het niet leuk de bal door de hoopel te gooien.

De waardering van de sporten hangt bij een aantal respondenten samen met hoe goed het spelletje ging. Twee respondenten gaven aan sommige onderdelen makkelijk te vinden en één persoon gaf aan het sporten moeilijk te vinden. Twee mensen benoemden blij te zijn met de begeleiding of uitleg. Vier mensen noemden het samen sporten, het ontmoeten van anderen en gezelligheid als positief onderdeel van de Sportinstuif.

Het merendeel van de respondenten vond het tennissen het leukst. De belangrijkste reden om een sport het leukst te vinden was dat het makkelijk of goed ging of omdat men had gewonnen. Tien respondenten vonden alles leuk of konden niets noemen wat ze niet zo leuk vonden tijdens de Sportinstuif. Bij drie respondenten die een bepaalde sport niet leuk vonden was de reden dat het niet goed lukte. Eén persoon vond een onderdeel te makkelijk en daarom niet leuk.



#### Gedrag en determinanten van gedrag

##### Sportdeelname nu

Bijna alle respondenten sporten al regelmatig (n=18). Negen personen sporten één dag in de week, vier personen twee dagen in de week en vier personen drie dagen per week. Eén persoon sport zeven dagen in de week, zij fietst zes dagen per week thuis op een hometrainer. De sporten die worden gedaan zijn zwemmen (6), tennis (5), fitness (4), voetbal (2), paardrijden (2), gymnastiek (2), badminton (1), volleybal (1), basketbal (1), racefietsen (1), hometrainer (1) en 'sport en spel' (1). Zeven respondenten geven aan meer dan één sport te doen.

Eén persoon sport alleen, de andere respondenten sporten met anderen. Er wordt het meest samen gesport met andere bewoners of cliënten, teamgenoten of een ongedefinieerd 'groepje mensen'. Twee mensen sporten samen met hun moeder. Ouders en begeleiders hebben er vaak voor gezorgd dat de respondent in aanraking is gekomen met de sport.

De meeste respondenten worden met de auto door hun ouders (5) of door (regio)taxi/ een 'busje' (4) gebracht en gehaald. Zes respondenten gaan soms of altijd lopend of fietsend naar hun sportactiviteit, al dan niet onder begeleiding.

Waarom de respondenten de sport die ze doen leuk vinden is heel divers (Zie tabel 2). Veelal vinden ze een bepaald onderdeel erg leuk om te doen. Ook 'uitdaging' wordt genoemd als motivatie. Tien respondenten kunnen niet bedenken wat ze niet leuk vinden aan de sport(en) die ze doen. Dat iets moeilijk is, is vaak een reden om een sport of onderdeel niet leuk te vinden.

**Tabel 2. Voorbeelden van redenen waarom deelnemers sporten wel of niet leuk vinden**

Sport	Leuk, omdat	Niet leuk, omdat
Tennis	Samen zijn Ontspanning Gezelligheid	Blessures
Fitness	De apparaten Je wordt er sterker van Gezelligheid	Gewichten instellen, want dat is moeilijk. Het springkussen, want ik kan niet goed springen.
Voetbal	Doelpunten maken Keeper en aanvoerder zijn Plezier maken	Verliezen
Paardrijden	In galop Er valt veel te leren	Het is wel een groot dier Het paard rossen
Zwemmen	Lekker in het water Kletsen met m'n moeder	Water is te koud
Gymnastiek	Springen in het zand Uitvoeringen Toestellen Over de bank lopen, ringzwaaien	De rekstok, want dan moet je heel goed vasthouden
Wielrennen	Ontspannen na een drukke dag	Vallen en lekke banden
Algemeen	Wedstrijdjes De uitdaging	Alles is leuk Niets is niet leuk

## Sportdeelname in het verleden

Tien respondenten hebben vroeger een andere sport gedaan en zijn daarmee gestopt. Redenen om te stoppen waren: blessures, te moe, geen aansluiting met de groep, te bang voor wedstrijden, certificaat behaald dus doel bereikt, een andere sport was leuker en de sport was niet geschikt. Twee mensen geven aan hun oude sport wel weer te willen gaan doen.

## Sportdeelname in de toekomst

Naar aanleiding van de Sportinstuif wil een aantal respondenten nog wel een keer gaan tennissen (6), tafeltennissen (4) of badmintonnen (3), omdat ze het erg leuk hebben gevonden. Twee van deze personen zijn al lid van een van de verenigingen. Zes personen geven aan misschien wel lid te willen worden van een racketsportvereniging, drie hiervan geven aan dit eerst te moeten overleggen. De vraag 'Denk je

dat het lukt om iedere week te gaan sporten als je lid bent van een club en waarom?' is moeilijk te beantwoorden. Van de mensen die lid zouden willen worden denken er vier dat dit wel gaat lukken en twee weten het nog niet.

Veel respondenten (13) vinden het ook lastig om aan te geven waarom ze geen lid willen worden van één van de sportverenigingen van de Sportinstuif of een andere sportvereniging. Het hebben van genoeg ander activiteiten of verplichtingen is drie keer genoemd als reden om geen lid te willen worden van een vereniging.

## Bewegen voor vervoer en in vrije tijd

Een aantal respondenten gaan een of meer keer per week lopend (6) of fietsend (2) naar hun (vrijwilligers)werk, dagbestedingsactiviteit of school. De meeste mensen gaan met de bus of taxi.

Tien personen gaan een of meer dagen per week een stuk wandelen,, twee personen wandelen 1 of 2 keer per maand en één persoon wandelt incidenteel met de avondvierdaagse. Gemiddeld wandelt men 50 minuten per keer (range 20-120 min). Vier respondenten gaan meerdere dagen per week fietsen en vier respondenten fietsen incidenteel bij mooi weer. Gemiddeld fietst men 36 min per keer (range 5-60 min). Twee respondenten tuinieren één keer per week een half uur en één respondent tuiniert ongeveer één keer per maand.



## 4.2 Resultaten van sportverenigingen

### Bereik

De aanwezigen van de groepevaluatie constateren dat het totaal aantal bezoekers lager was dan in 2013. Er waren met name minder begeleiders. Er zijn 23 mensen met een beperking komen sporten. Vorig jaar waren er 28 mensen uit de doelgroep en 16 begeleiders. Er waren veel dezelfde mensen als vorig jaar. De meeste deelnemers sporten al vaker. De doelgroep van mensen met een beperking die nog niet sport is volgens de aanwezigen niet bereikt.

Men is van mening dat de Sportinstuif voor veel deelnemers een laagdrempelig uitje is, omdat het gratis is. Met het huidige publiek is de Sportinstuif een 'gesubsidieerd dagje uit'. De aanwezigen stellen zichzelf de vraag of dat erg is. Er is kennelijk wel behoefte aan dergelijke sportactiviteiten. Wellicht kan een dergelijke sportdag dan ook vaker per jaar worden georganiseerd (bv. 4x per jaar). De doelstelling wordt dan wel anders.

De vertegenwoordigers van de sportverenigingen merkten op geen aankondigingen van de Sportinstuif te hebben gezien in de lokale kranten. De buurtsportcoach vertelde dat er wel persberichten naar de lokale kranten zijn gestuurd en dat op de websites van een aantal kranten wel een bericht is verschenen. Daarnaast heeft de buurtsportcoach een email gestuurd naar een adressenbestand met mensen met een verstandelijke beperking. Op deze manier worden vaker activiteiten van het Uitburo aangekondigd.

#### Door de sportverenigingen gesignaleerde knelpunten t.a.v. bereik:

- Voor begeleiders is het een hele onderneming om met een groep cliënten naar een activiteit als de Sportinstuif te komen (zie tekstbox 1).
- Begeleiders moeten 'kwalitatief goede' zorg leveren. Vrijtijdsbesteding valt formeel niet binnen het takenpakket van begeleiders. Daarom is het lastig tijd vrij te maken voor een activiteit als de Sportinstuif.

#### Suggesties van sportverenigingen ter verbetering van het bereik

- Om de doelgroep beter te bereiken moeten in de eerste plaats de begeleiders beter worden bereikt.
- Bij begeleiders van woongroepen moet beter bekend worden dat vanuit het Uitburo en VIT vrijwilligers kunnen worden geregeld om cliënten naar de Sportinstuif te brengen en te begeleiden.
- Benader begeleiders en vrijwilligers van woongroepen persoonlijk.
- Schrijf direct een artikeltje voor de lokale kranten i.p.v. een persbericht. Benadruk daarin waarom het belangrijk is dat mensen met een beperking meer gaan sporten.
- Benader de kranten via je persoonlijke netwerk.

### Waardering

De aanwezigen vonden de ochtend zeer geslaagd. Zij zijn van mening dat zowel de deelnemers als de vrijwilligers van de ochtend hebben genoten. Daarnaast zijn de aanwezigen erg te spreken over de algehele organisatie van de Sportinstuif. Ook is men zeer tevreden over de accommodatie, de sporthal van Litac. Doordat alle speelvelden vanuit de kantine te zien zijn, is de betrokkenheid van de kijkers groot. De vrijwilligers van de sportverenigingen merkten dat de bezoekers vaak even aangemoedigd moesten worden om actief mee te gaan doen. Ook moeten ze 'bij de hand' worden genomen om ook andere sporten te proberen. Hier kan een volgende keer beter op worden ingespeeld.

De Sportinstuif is wel centraal geopend met een welkomstwoord, maar niet centraal afgesloten. Deze afsluiting werd door de aanwezigen gemist en zou wel op prijs gesteld worden.

#### Suggesties van sportverenigingen ter verbetering van de organisatie:

- Zorg voor een gastheer/-vrouw die de bezoekers welkom heet en op gang helpt.
- Zorg voor een meer vast programma i.p.v. een vrije inloop. Bijvoorbeeld: ontvangst met koffie en thee en gelegenheid tot omkleden; welkomstwoord; een uur sporten waarbij na elke 15 min wordt gerouleerd; pauze; een uur vrij sporten; afsluitend woordje.
- Denk van te voren na over alternatieve spelvormen voor mensen met een beperking. Bijvoorbeeld tennissen met een ballon.
- Nodig voor de evaluatie alle vrijwilligers uit, zowel van De Lichtenvoorde als van de sportverenigingen, en niet alleen de contactpersonen van de sportverenigingen. Ook de andere vrijwilligers kunnen een waardevolle bijdrage leveren. Daarnaast toon je met het aanbieden van een lunch waardering voor hun inzet.
- Belangrijk om in het draaiboek op te nemen dat een microfoon wordt geregeld voor het welkomstwoord en slotwoord.

#### Tekstbox 1. Ervaren barrières van woongroep-begeleiders om naar de Sportinstuif te gaan.

"Wij zijn hier met zeven cliënten van het logeershuis en dat is toch een hele organisatie. We hebben alle ouders moeten bellen voor sportkleding. Daarnaast moest een taxi worden geregeld."

"Tsjja, als de helft van de groep het wel leuk vindt om naar een activiteit als de Sportinstuif te gaan en de andere helft niet, dan wordt het lastig om te gaan."



## Omgevingsdeterminanten

### Sportaanbod

De badmintonvereniging was dit jaar voor het eerst aanwezig op de Sportinstuif. De vrijwilligers van deze vereniging waren erg enthousiast. Het niveau van de deelnemers viel hen mee, ze hadden verwacht dat de deelnemers meer moeite zouden hebben met het spelletje. De vereniging ziet integratie van mensen met een beperking nog niet op korte termijn gebeuren.

(Schuif)tafeltennisvereniging De Toekomst geeft aan volgend jaar niet meer deel te willen nemen aan de Sportinstuif aangezien LITAC nu ook aangepast tafeltennis aanbiedt en zij zelf wat betreft locatie (Lochem) verder weg zitten. De Toekomst kan volgend jaar wel flyers in de goodiebag doen, zodat bezoekers die dichterbij Lochem wonen toch naar De Toekomst kunnen.

Het viel op dat één trainer van de Tennisvereniging Beltrum (TCB) hele leuke oefeningen bedacht. De aanwezigen geven aan dat het erg prettig is binnen je vereniging een trainer te hebben die affiniteit heeft met de doelgroep. Een gespecialiseerde trainer is vaak erg duur. Het is wellicht wel mogelijk om de eigen trainers/ vrijwilligers te laten trainen door een professionele trainer (train de trainer).

### Bevorderende en belemmerende factoren

De tijd voor de groepsevaluatie was te kort om te bespreken welke factoren bevorderend dan wel belemmerend zijn om mensen met een verstandelijke beperking te laten integreren binnen de vereniging.

Een van de aanwezigen vertelt dat zij gehoord heeft dat sommige ouders van kinderen met een beperking geen geld hebben om een sportvereniging te betalen. Volgens de buurtsportcoach zouden de kosten geen belemmering hoeven zijn. De gemeente stelt vanuit minimabeleid geld ter beschikking voor kinderen tot 18 jaar om te kunnen sporten. Mensen met een beperking ouder dan 18 jaar hebben een uitkering of een inkomen. Zij zouden in principe het lidmaatschap van een sportvereniging moeten kunnen betalen.

Naast het minimabeleid van de gemeenten kunnen fondsen worden aangeschreven voor financiële ondersteuning. De aanwezigen constateren dat die bij veel ouders en professionele begeleiders niet bekend is. Daarnaast hebben professionele begeleiders vaak geen tijd om aan fondsenwerving te doen. De suggestie wordt gedaan om een klein draaiboek te maken met instructies voor het aanvragen van subsidies.

## 5 Conclusies en aanbevelingen

### 5.1 Conclusies

#### Bereik

##### Beoogde aantal bezoekers behaald

Er zijn 23 mensen met een beperking komen sporten. Dit is iets meer dan de beoogde 15-20 deelnemers die de gemeente ten doel had gesteld.

##### Doelgroep niet bereikt

De Sportinstuif heeft met name mensen met een beperking bereikt die sporten leuk vinden en al regelmatig sporten. De beoogde doelgroep van verstandelijk beperkten die nog niet of weinig sporten en bewegen is niet bereikt.

#### Waardering

##### Sportinstuif zeer gewaardeerd door aanwezigen

Zowel de bezoekers met een beperking als de vertegenwoordigers van de sportverenigingen zijn zeer tevreden over het verloop van de Sportinstuif.

#### Gedrag

##### Wederzijdse kennismaking leidt nog niet tot verdere integratie

De meeste bezoekers van de sportinstuif hebben niet de intentie om in het algemeen vaker te gaan sporten, vaker één van de aangeboden racketsports te gaan doen of lid te worden van een (racket)sportvereniging.

#### Determinanten van gedrag

##### Deelnemers sporten al genoeg

De bereikte doelgroep al behoorlijk sportief is. Dit is belangrijkste reden om niet vaker te willen gaan sporten of geen lid te willen worden van een sportvereniging.

#### Omgevingsdeterminanten

##### Badmintonvereniging nog niet klaar voor verstandelijk beperkten

De vertegenwoordigers van de badmintonvereniging hebben de Sportinstuif als zeer positief ervaren, maar zien op korte termijn geen mogelijkheden binnen hun vereniging om mensen met een beperking mee te laten sporten. De andere aanwezige verenigingen hebben al een sportaanbod voor mensen met een beperking.

## 5.2 Aanbevelingen

Om de beoogde doelgroep – mensen met een verstandelijke beperking die weinig sporten en bewegen – te bereiken wordt een andere wervingsstrategie aanbevolen. De aanwezigen van het groepsinterview hebben zelf als suggestie aangedragen om professionele en vrijwillige begeleiders van de doelgroep persoonlijk te benaderen. Bij een persoonlijke benadering kunnen zorgen over vervoer, begeleiding en kosten worden weggenomen.

Daarnaast blijkt uit onderzoek dat een persoonlijke uitnodiging en met iemand mee gaan naar een activiteit kan helpen om barrières voor deelname te overwinnen (Lezwijn, 2011). Te denken valt aan een 'maatjes-project' waarin verenigingsleden, mensen met een beperking uitnodigen om mee te doen en wegwijs te maken in de vereniging.

Tenslotte wordt aangeraden om na te denken over andere interventiestrategieën om mensen met een beperking meer te laten bewegen. Het stimuleren van sport en bewegen binnen de vertrouwde woonomgeving is mogelijk laagdrempeliger dan een eenmalige activiteit buiten de deur.

## 6 Tot slot

Tot slot enkele kanttekeningen ten aanzien van de uitvoering van het onderzoek.

### 6.1 Onderzoek onder mensen met een verstandelijke beperking

Bij het opstellen van de interviewvragen voor de deelnemers is nagedacht over het cognitieve niveau van de doelgroep. Tijdens de interviews bleek echter dat de vragen voor de meeste bezoekers behoorlijk lastig waren en onvoldoende aansloten op hun belevingswereld. In de eerste plaats waren veel geïnterviewden niet goed in staat om nuance aan te brengen wanneer om hun mening werd gevraagd. Hierdoor zijn heel hoge rapportcijfers gegeven voor de algemene waardering van de Sportinstuif. Ook het motiveren van een mening was voor veel respondenten moeilijk. Daarnaast waren zij onvoldoende in staat om voor de lange termijn in te schatten of zij vaker willen sporten, lid willen worden van een sportvereniging en of meer sporten ook uitvoerbaar is. Tenslotte duurde het interview voor veel deelnemers te lang. Hierdoor waren zij in de loop van het interview minder geconcentreerd. De interviewers voelden zich daarom genoodzaakt om snel door de vragen heen te gaan.

Met bovengenoemde punten dient rekening te worden gehouden bij het interpreteren van de resultaten. Desondanks levert het onderzoek waardevolle inzichten op.

### Vervolg van het onderzoek

Slechts drie van de 19 geïnterviewde deelnemers hebben aangegeven mee te willen doen aan het tweede interview na drie maanden. Dit is een te klein aantal om een representatief beeld te krijgen van de situatie na drie maanden. Daarnaast gaven de meeste geïnterviewden aan al regelmatig te sporten en geen interesse te hebben om vaker te gaan tennissen, badmintonnen of (schuif)tafeltennissen. Daarom is het niet aannemelijk dat een tweede ronde interviews veel nieuwe informatie zal opleveren.

Het Evaluatiebureau stelt daarom voor om af te zien van de geplande tweede (na 3 maanden) en derde meting (na 1 jaar).

### 6.2 Onderzoek onder sportverenigingen

Doordat de tijd die beschikbaar was voor het groepsinterview beperkt was, is alleen gesproken over het bereik en de waardering van de Sportinstuif. Er is niet gesproken over de integratie van mensen met een beperking binnen de sportverenigingen en de ervaren stimulerende en belemmerende factoren. De buurtsportcoach is goed op de hoogte van het aanbod van de aanwezige racketsportverenigingen. Indien hier behoefte aan is kan het Evaluatiebureau de gemeente in de toekomst ondersteunen met een onderzoek rondom de bereidheid van sportverenigingen om mensen met een (verstandelijke) beperking te laten integreren in de vereniging en de stimulerende en belemmerende factoren die zij hierbij ervaren.

# Literatuur

Brink CL van den (RIVM), Blokstra A (RIVM). Hoeveel mensen hebben overgewicht? In: Volksgezondheid Toekomst Verkenning, Nationaal Kompas Volksgezondheid. Bilthoven: RIVM, <<http://www.nationaalkompas.nl>> Nationaal Kompas Volksgezondheid\Determinanten\Persoonsgebonden\Overgewicht, 25 september 2013. versie 4.15, 20 maart 2014

GGD Noord- en Oost-Gelderland. Rapportage Monitor volwassenen en ouderen 2012.

Evenhuis H. Gezond ouder met een verstandelijke beperking: Resultaten van de GOUD studie 2008-2013. Erasmus MC, 2014

Heijden A van, Dool R van den, Lindert C van, Breedveld K. Onbeperkt sportief: monitor sport-en beweegdeelname van mensen met een handicap. Mulier Insituut, 2013.

Lezwijn J. Towards salutogenic health promotion. Organizing healthy ageing programs a te local level. Wageningen University, Wageningen, 2011.

Pollers S, Bayate M, Miedema-Loo HH. Overgewicht bij volwassen mensen met een lichte of matige verstandelijke handicap wonend in een instelling: het stellen van de diagnose en meetmethoden. Erasmus Universiteit,, 2007

Winter CF de, Bastiaanse LP, Hilgenkamp TIM, Evenhuis HM, Echteld MA. Overweight and obesity in older people with intellectual disability. *Research in Developmental Disabilities*, 2012: 33 (2), 398-405

Beleidsmakers in de Volksgezondheid staan voor de lastige opdracht om bij afnemende financiële ruimte antwoorden te vinden voor toenemende gezondheidsproblemen onder de bevolking. Dat vraagt om ingrijpende keuzes, om verantwoorde keuzes, om te verantwoorden keuzes.

Het Evaluatiebureau Publieke gezondheid is specialist in het verkrijgen van praktische informatie over interventies in de publieke gezondheid. Het Evaluatiebureau biedt beleidsmakers handvatten waarmee zij ingrijpende keuzes op verantwoorde wijze kunnen maken. Dat doen we in alle gevallen praktisch, verbazingwekkend betaalbaar, en met academisch gestoelde kennis. Zo maken we beleidsmakers sterker.



Evaluatiebureau Publieke Gezondheid

Postbus 51

7300 AB Apeldoorn

088 - 443 37 05

[info@evaluatiebureau.nl](mailto:info@evaluatiebureau.nl)

[www.evaluatiebureau.nl](http://www.evaluatiebureau.nl)

Initiatief van:



Partners:



© Evaluatiebureau Publieke Gezondheid – juni 2014

Overname van gegevens is toegestaan, mits voorzien van bronvermelding.