

SPORT EN BEWEGEN VOOR MENSEN MET LVB



Marion Matthijssen | onderzoek & training
December 2022

INHOUDSOPGAVE

MANAGEMENTSAMENVATTING.....	3
1. Inleiding	4
<i>Aanleiding</i>	<i>4</i>
<i>Doel onderzoek.....</i>	<i>4</i>
<i>Onderzoeksvragen</i>	<i>4</i>
<i>Opzet onderzoek</i>	<i>4</i>
<i>Leeswijzer.....</i>	<i>5</i>
2. Documentenanalyse	6
<i>Inleiding.....</i>	<i>6</i>
<i>Definitie LVB.....</i>	<i>6</i>
<i>Prevalentie lvb.....</i>	<i>7</i>
<i>Oorzaken lvb.....</i>	<i>7</i>
<i>Sportdeelname mensen met een lvb.....</i>	<i>8</i>
<i>Aansluiting sportaanbod bij mensen met een beperking</i>	<i>9</i>
<i>Tips om mensen met lvb in beweging te krijgen.....</i>	<i>10</i>
3. Resultaten uit interviews	12
4. Videoportretten.....	19
5. Uitkomsten uit de focusgroepen.....	20
<i>Toegankelijk(er) maken van het (reguliere) aanbod.....</i>	<i>20</i>
<i>Motiveren van mensen met lvb om (weer) te gaan sporten.....</i>	<i>23</i>
6. Conclusies en aanbevelingen.....	28
Bijlagen.....	34
<i>Bijlage 1: overzicht deelnemers onderzoek.....</i>	<i>34</i>
<i>Bijlage 2: gesprekshandleiding interviews.....</i>	<i>35</i>
<i>Bijlage 3: gesprekshandleiding focusgroepen.....</i>	<i>37</i>
<i>Bijlage 4: aanvraagformulier voorlichting/training MEE Rotterdam Rijnmond.....</i>	<i>39</i>
<i>Literatuur.....</i>	<i>40</i>

MANAGEMENTSAMENVATTING

MANAGEMENTSAMENVATTING SPORT EN BEWEGEN VOOR MENSEN MET LVB

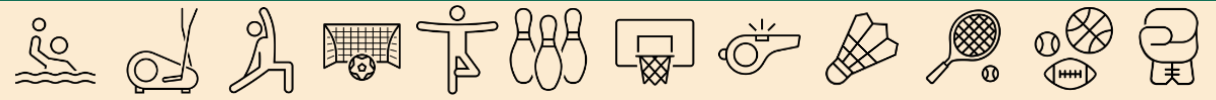
Van juli – november 2022 is onderzoek gedaan naar sport en bewegen voor mensen met LVB. Eerst zijn negen professionals vanuit verschillende organisaties bevroegd over de kansen en belemmeringen ten aanzien van sport en bewegen voor mensen met LVB. Vervolgens zijn er drie videoportretten gemaakt van mensen met lvb waarbij zij hun verhaal delen over hun sportparticipatie en waar zij zelf tegenaan lopen. Deze informatie is gebruikt om vervolgens in drie focusgroepen verder te praten over de wijze waarop het reguliere aanbod toegankelijk(er) gemaakt kan worden, de wijze waarop mensen met lvb gestimuleerd kunnen worden om (weer) te gaan sporten en de wijze waarop de samenwerking tussen de verschillende betrokken partijen vormgegeven kan worden.



aanpak

Aanbod beter laten aansluiten & stimuleren bestaand aanbod

- ❖ Toegankelijkheid verbeteren: fysiek, sociaal, qua communicatie en financieel.
 - ✓ Fysiek: voldoende, divers en laagdrempelig aanbod met passende sportactiviteiten. Het gaat om kleine en/of aangepaste groepen, wisselende tijden, lessen op maat, dichtbij huis of binnen de instelling.
 - ✓ Communicatie en sociaal: de instructeurs zijn bekwaam: ze kunnen duidelijke uitleg geven en hebben kennis van mensen met lvb.
 - ✓ Sociaal: minder nadruk op prestatie en meer nadruk op het belang van sporten, dat het fijn is, dat de sfeer goed is én het sociale aspect van sporten.
 - ✓ Financieel: er zijn voldoende financiële mogelijkheden om te kunnen sporten.
- ❖ De vindbaarheid verbeteren door het volledige aanbod in kaart te brengen, zodat mensen goed doorverwezen worden. Verder het laagdrempelig aanbod (bv vanuit Huizen van de Wijk) goed ontsluiten.
- ❖ De bereikbaarheid is heel belangrijk: óf de sportactiviteit dichtbij óf het vervoer is goed geregeld.
- ❖ Sportaanbieders ondersteunen met kennis over mensen met lvb. Bijvoorbeeld kennis en expertise delen met vanuit sportinstructeurs die al ervaring hebben met mensen met lvb.
- ❖ Inclusie is de norm bij de sportaanbieders.
- ❖ Manuren vrijmaken: om verbinding te maken tussen zorg en sport, te investeren in sportconsulenten, voor capaciteitsuitbreiding bij sportaanbieders, voor begeleiders die cliënten naar sport kunnen begeleiden, voor meer maatjes.



Het promoten van sport is belangrijk:

- ❖ Sportdagen, open dagen vanwege direct kennismaken en live beleving
- ❖ Sport Experience van Sportbedrijf Rotterdam kan verder gepromoot worden.
- ❖ Laagdrempelig aanbod van Huizen van de Wijk promoten en waarbij zorginstellingen kunnen aansluiten.
- ❖ Informatievoorziening via verschillende kanalen voor een groot bereik.
- ❖ Iedereen mag een keer een sportmaatje meenemen voor de 1-op-1 reclame
- ❖ Gemakkelijk vindbare filmpjes maken om mensen met lvb te enthousiasmeren.
- ❖ Mensen met lvb die al sporten inzetten als ambassadeurs.
- ❖ Inzetten op ontmoeten: bijvoorbeeld sportaanbieders gaan zelf op bezoek bij mensen met lvb.
- ❖ Bekende sporters inzetten om sport te promoten.
- ❖ Scholen gaan (nog) meer aandacht besteden aan gezondheid en daarmee sport.
- ❖ Het hele netwerk betrekken is belangrijk: onderwijs, zorg, welzijn, sport en gemeente.

Mensen met lvb bereiken

Mensen met lvb stimuleren

- ❖ Maatwerk is belangrijk: wat heeft iemand nodig om te gaan sporten (ondersteuning, mate van zelfredzaamheid).
- ❖ Gebruik maken van wat er al is, zoals de [beweegcirkel](#) (Kenniscentrum Sport en Bewegen) en sportconsulenten vanuit de gemeente en SportMEE.
- ❖ In geld: korting geven wanneer iemand anderen aandraagt als lid óf belonen.
- ❖ Gebruik maken van digitale middelen zoals apps, smartwatches.
- ❖ Beter uitleggen waarom sport belangrijk is.
- ❖ De nadruk leggen op het sociale aspect van sport: laagdrempeligheid, gezelligheid én een gezonde boodschap meegeven.

- ❖ Maak het aanbod passend: zoals kleine groepen, bekwame instructeurs, duidelijke uitleg, dichtbij huis.
- ❖ Creëer een goed netwerk met professionals vanuit sport, zorg, welzijn, onderwijs en gemeente.
- ❖ Zet meer in op kennisdeling, ontmoeten en elkaar over en weer informeren.
- ❖ Randvoorwaarden (financiën, manuren, vervoer, passende begeleiding) moeten in orde zijn.
- ❖ Ga uit van inclusief sporten met meer nadruk op de sociale component, dagbesteding, zelfstandigheid, zelfvertrouwen, ontspanning en gezondheidsvoordelen.
- ❖ Breng het volledige aanbod in kaart, en deel dit breed onder alle betrokkenen.
- ❖ Investeer in meer (in training en scholing van) buddy's en maatjes.
- ❖ Maak een communicatieplan over het promoten van sport bij mensen met lvb en zet in op promoten via diverse kanalen.
- ❖ Schakel met het onderwijs over het belang van de gezonde boodschap overbrengen.

Aanbevelingen

1. INLEIDING

Aanleiding

Vanuit de Sportnota 2021+ wordt ingezet op het doel dat inclusief sporten en bewegen als vanzelfsprekend wordt ervaren door sporters en sport- en beweegaanbieders. Dus ook mensen met een beperking hebben de mogelijkheid hebben om te kunnen sporten en bewegen. Waar mogelijk bij een aanbieder met reguliere aanbod, waar nodig en wenselijk op een aangepaste manier, bijvoorbeeld in een apart (G-)team. Om dit doel te bereiken er kennis nodig over de behoeften, stimulansen en belemmeringen die mensen met een beperking ervaren om te kunnen sporten en bewegen.

Nivel en Mulier Instituut hebben onderzoek uitgevoerd naar de aspecten die van belang zijn bij sportparticipatie van de doelgroep mensen met een licht verstandelijke beperking (LVB). Het Mulier Instituut heeft in het laatste onderzoek uit 2021 de doelgroep LVB minimaal kunnen bereiken, vanwege een minder geschikte onderzoeksmethode voor deze doelgroep.

De gemeente Rotterdam, Stichting Rotterdam Sportsupport en Sportbedrijf Rotterdam hebben behoefte aan meer kennis over hoe mensen met een LVB gestimuleerd kunnen worden om te sporten en te bewegen. De vraag is om te onderzoeken welke aanpak wel of niet werkt bij mensen met LVB. En hoe het (bestaande) aanbod afgestemd kan worden op mensen met LVB.

De behoefte is om in dit onderzoek diverse partijen samen te brengen om over deze vragen na te denken. Het gaat dan om de sport- en beweegaanbieders, ervaringsdeskundigen en professionals vanuit zorg, welzijn en onderwijs. Op deze manier kan er vanuit een bredere invalshoek kennis verzameld worden over het stimuleren van mensen met een LVB tot sporten en bewegen.

Doel onderzoek

Het onderzoek kent twee doelen:

1. Inzicht in de wijze waarop sportaanbieders hun aanbod en aanpak beter kunnen laten aansluiten op mensen met LVB, zodat meer mensen met LVB gaan sporten en bewegen.
2. Inzicht in de wijze waarop mensen met LVB beter bereikt kunnen worden om aan sportactiviteiten deel te nemen.

Onderzoeksvragen

1. Wat is de aard van het huidige aanbod dat er momenteel voor mensen met een LVB is?
2. Hoe kan gebruik van het aanbod dat er is gestimuleerd worden voor mensen met LVB?
3. Hoe kunnen sportaanbieders hun bestaand aanbod aanpassen en/of nieuw aanbod opstarten volgens de Sportregie methodiek zodat het aantrekkelijker wordt voor mensen met LVB?
4. Wie zijn degenen (personen of organisaties) die mensen met een LVB kunnen stimuleren tot sport- en beweegdeelname en wat hebben zij nodig?
5. Welke subgroepen voor mensen met een LVB zijn te onderscheiden voor bovenstaande vragen?

Opzet onderzoek

Om de onderzoeksvragen te kunnen beantwoorden is ervoor gekozen om diverse onderzoeksmethoden te gebruiken:

- Allereerst is aan de hand van een documentenanalyse bekeken wat er al bekend is over het onderwerp 'sport en bewegen voor mensen met lvb'.

- Vervolgens is contact gelegd met vier ervaringsdeskundigen met de vraag of zij hun verhaal over sport en bewegen wilden vertellen voor de camera. Deze videoportretten dienen om de sportbeleving van mensen met lvb daadwerkelijk in beeld te brengen.
- In negen 1-op-1 interviews zijn mensen vanuit diverse invalshoeken bevroegd over dit onderwerp, zowel vanuit zorg, welzijn en sport.
- Op basis van de informatie uit de interviews en videoportretten zijn drie focusgroepen georganiseerd om met een gemêleerd gezelschap (vanuit zorg, welzijn, sport en ervaringsdeskundigen) na te denken over oplossingen (stimuleren van sportaanbod voor mensen met lvb, toegankelijk maken van (regulier) aanbod en samenwerking tussen de verschillende disciplines).

Leeswijzer

In [hoofdstuk 2](#) wordt gepresenteerd wat er al bekend is over sporten en bewegen voor de mensen met lvb. Er wordt onder andere ingegaan op de definitie voor lvb, de prevalentie van lvb, oorzaken van lvb, sportdeelname en aansluiting van het sportaanbod op mensen met een beperking. In [hoofdstuk 3](#) staan de resultaten uit de negen interviews beschreven. In [hoofdstuk 4](#) zijn de videoportretten te zien van mensen met lvb over hun sportbeleving. [Hoofdstuk 5](#) is een beschrijving van de resultaten uit de drie focusgroepen. En in [hoofdstuk 6](#) staan de conclusies en aanbevelingen opgenomen. In de [bijlagen](#) is een overzicht opgenomen van deelnemende organisaties, de gehanteerde gesprekshandleidingen en een literatuuroverzicht.

2. DOCUMENTENANALYSE

Inleiding

Voorafgaand aan de uitvoering van het kwalitatieve onderzoek is eerst een aantal relevante stukken bestudeerd over het onderwerp 'sport en bewegen voor mensen met lvb'. Het gaat onder andere om rapporten van het Mulier Instituut, Nivel, de gemeente Rotterdam en Movisie. Een overzicht van de geraadpleegde documenten is te vinden in de [bijlage](#). Achtereenvolgens wordt in dit hoofdstuk ingegaan op [de definitie van een lvb](#), [de prevalentie van een lvb](#), [oorzaken van lvb](#), [sportdeelname van mensen met lvb](#), [aansluiting van het sportaanbod op mensen met lvb](#) en [tips om mensen met lvb in beweging te krijgen](#).

Definitie LVB

In Nederland worden meerdere definities voor de doelgroep mensen met een licht verstandelijke beperking (lvb) gehanteerd voor verschillende doelen en gebruikers, zoals professionals in de zorg, onderzoekers en beleidsmakers.

IQ-score, sociaal aanpassingsvermogen, bijkomende problematiek

Lange tijd stond in de definitie het IQ centraal. Veelal wordt er dan uitgegaan van een IQ-score tussen 50-70 voor mensen met een lvb. Als het gaat om zwakbegaafd, dan wordt uitgegaan van een IQ-score tussen 70-85. Maar mensen met een lvb vormen geen homogene groep. De ernst en de aard van een lvb kunnen van persoon tot persoon sterk verschillen. Een lvb kan samengaan met één of meerdere andere beperkingen, zoals niet-aangeboren hersenletsel (NAH), autisme of fysieke beperkingen. Daarnaast zijn er verschillen in intelligentieniveau. Verder spelen de mate waarin mensen problemen ondervinden op aspecten van het sociaal aanpassingsvermogen een rol (Ministerie van Financiën, 2019; Douma, 2018). Het (sociale) aanpassingsvermogen is namelijk een goede indicator voor de mate waarin die persoon kan voldoen aan de idealen van zelfredzaamheid en eigen verantwoordelijkheid. Geleidelijk aan kwam er ook aandacht voor de beperkte sociale redzaamheid, de medische, psychische en/of sociale problemen van mensen met een lvb en voor hun ondersteuningsbehoefte. Onder invloed van het veranderde burgerschapsideaal en in de context van een steeds veeleisender samenleving, zijn mensen met een lvb tegenwoordig kwetsbaarder dan voorheen. Verder spelen verschillen in opvoeding, sociale omgeving, onderwijs en informeel netwerk een rol. Ook door de tijd heen kunnen de aard en ernst van een lvb veranderen, bijvoorbeeld door ondersteuning of door ingrijpende veranderingen in de sociale omgeving (ook wel 'life-events' genoemd). In de praktijkdefinitie (De Beer, 2016) komen de bovengenoemde elementen samen en ligt de nadruk op de ondersteuningsbehoefte. Deze definitie is ontwikkeld voor gebruik door gemeenten en zorgaanbieders (Hoekstra e.a., 2018).

Praktijkdefinitie

Er is sprake van een lvb als er sprake is van een IQ score tussen de 50 en 85 en er een beperkt sociaal aanpassingsvermogen is op ten minste twee van de volgende gebieden: communicatie, zelfverzorging, zelfstandig kunnen wonen, zelfstandig beslissingen nemen, sociale en relationele vaardigheden, etc. Vaak wordt er ook bijkomende problematiek opgemerkt zoals leerproblemen, een psychiatrische stoornis (bij 50%), problemen in het gezin en sociale omstandigheden (De Beer, 2016).

Prevalentie lvb

Landelijk

Er zijn geen 'harde cijfers' over het aantal mensen in Nederland met lvb. Er is namelijk geen uniforme definitie en evenmin een centrale registratie van mensen waarbij lvb is vastgesteld. Een belangrijk kenmerk van lvb is juist dat deze beperking vaak niet herkend wordt. Volgens een schatting van het Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP) telde Nederland in 2018 ongeveer 1,1 miljoen inwoners met een lvb (Woittiez, Eggink & Ras, 2019). Dit komt neer op 6,4% van de Nederlandse bevolking. Deze cijfers gaan over alle Nederlanders, dus kinderen en volwassenen. In deze cijfers is uitgegaan van de praktijkdefinitie zoals hierboven vermeld.

Prevalentie lvb in Rotterdam

Uit onderzoek van OBI (Hoekstra e.a., 2018) blijkt dat Rotterdam naar schatting tussen de 56.000 en 100.000 inwoners heeft met een lvb (uitgaande van een IQ tussen de 50 en 85). In Rotterdam zijn er veel omgevingsfactoren die met lvb in verband kunnen worden gebracht, zoals armoede, stress en een minder gunstig opvoedingsklimaat. Hierdoor, en vanwege de complexiteit van de grootstedelijke samenleving, lijkt het waarschijnlijk dat het aantal mensen met een laag IQ dat problemen ondervindt, in Rotterdam groter is dan het landelijke gemiddelde. Het is dus aannemelijk dat de prevalentie van mensen met een lvb in Rotterdam hoger is dan het landelijke gemiddelde. In Rotterdam zijn er veel omgevingsfactoren die met lvb in verband kunnen worden gebracht, zoals armoede, stress en een minder gunstig opvoedingsklimaat. Hierdoor, en vanwege de complexiteit van de grootstedelijke samenleving, lijkt het waarschijnlijk dat het aantal mensen met een laag IQ dat problemen ondervindt in Rotterdam groter is dan statistisch te verwachten valt. Het is dus aannemelijk dat het aantal Rotterdammers met een lvb dat ondersteuning nodig heeft hoger is dan het landelijk gemiddelde.

Oorzaken lvb

Een lvb kan een groot aantal oorzaken hebben, die terug te vinden zijn in biologische, sociale en omgevingsfactoren. Mensen met een lvb ervaren beperkingen op het cognitieve vlak, het emotionele vlak en het sociale vlak. Voorbeelden zijn het moeite hebben met oorzaak-gevolg denken en plannen, beperkt taalgebruik en taalbegrip, beperkingen in geweten en empathisch vermogen en minder goed kunnen toepassen van leerervaringen in andere, vergelijkbare situaties. Voor jongeren met lvb gelden dezelfde risicofactoren voor het ontwikkelen van gedragsproblemen of psychiatrische stoornissen als voor jeugdigen zonder een lvb. Echter, door de kenmerken van de jongeren met lvb kunnen we concluderen dat deze jeugdigen een groter risico lopen op het ontwikkelen van deze problemen. Jeugdigen met een lvb hebben vanwege het vaker voorkomen van risicofactoren een drie tot vier keer grotere kans op emotionele problemen, gedragsproblemen en/of psychiatrische stoornissen dan normaal begaafde leeftijdsgenoten. Jeugdigen met een lvb groeien relatief vaak op in zogenoemde multiprobleemgezinnen. Ouders in deze gezinnen functioneren relatief vaak op lvb niveau. In veel gezinnen van kinderen met een lvb is er dus sprake van voortdurende spanningen op verschillende gebieden en kan men spreken van chronische stress. In deze gezinnen zijn maar weinig factoren aanwezig die een gezonde ontwikkeling en opvoeding van jeugdigen met een lvb bevorderen. Hierdoor hebben deze jeugdigen zelf een verhoogd risico om in de problemen te komen. Niet alle lvb-ouders ervaren problemen bij de opvoeding. Het hebben van een lvb betekent niet per definitie dat die ouder geen goede opvoeder zou kunnen zijn. Bijkomende problematiek, die vaker voorkomt bij iemand met een lvb, verhoogt wel het risico hierop (Hoekstra, 2018). Verbetering van de pedagogische- en sociale omstandigheden lijkt wezenlijk bij te dragen aan het terugdringen van de prevalentie van lvb.

Sportdeelname mensen met een lvb

Sportparticipatie

Volgens onderzoek van het Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP) participeren mensen met een lvb op verschillende terreinen minder dan mensen zonder verstandelijke beperking: 43% tegenover 74% (Eggink, Woittiez & De Klerk, 2020). Als het gaat over sportdeelname van mensen met lvb dan blijkt dat 40% van de mensen met een verstandelijke beperking aangeeft aan sport te doen, tegenover 68% van de respondenten zonder verstandelijke beperking (Eggink et al., 2020). Onderzoek van Nivel (2019) laat zien dat ongeveer de helft van de mensen met een lvb minimaal één keer per week aan sport doet. Dat is niet anders dan voor anderen. Mensen met een lvb kiezen er wel vaker voor individuele sporten te doen, zoals zwemmen, fitnessen, cardio- en krachttraining, wandelen, paardrijden, fietsen of mountainbiken. Sommigen gaan naar een 'gewone' sportvereniging en anderen sporten bij een sportvereniging of -groep specifiek voor mensen met een beperking.

Voordelen van sporten

Sport wordt als belangrijk beschouwd door mensen met een lvb om (het gevoel te hebben) mee te doen (Meys, 2016). Sporten en bewegen dragen bij aan meer zelfstandigheid, meer ontspanning, meer zelfvertrouwen, minder gezondheidsproblemen en meer kwaliteit van leven (Movisie, 2022).

De succesfactoren die bekend zijn in het meedoen zijn:

- Het belang van een sociaal netwerk;
- Het tijdig herkennen van een lvb;
- Toegankelijkheid.

Bij dat laatste gaat het om fysieke toegankelijkheid, toegankelijkheid door passende communicatie en door gastvrijheid richting mensen met een lvb (Movisie, 2022).

De meeste mensen sporten of bewegen graag met het oog op hun gezondheid, bijvoorbeeld om fit te blijven en overgewicht te voorkomen. Maar ook om te ontspannen, het hoofd leeg te maken. Sport en beweging kunnen voor mensen met lvb extra zinvol zijn omdat regelmatig bewegen en sporten negatieve gevoelens kan verminderen en de positieve gevoelens van zelfverzekerdheid kan versterken. Mensen met een lvb hebben meer dan anderen te maken met een slechte motoriek of overgewicht waardoor bepaalde dingen niet altijd goed lukken. Door te sporten worden een ongezond gewicht en/of motorische problemen tegengegaan, wat weer een positief effect heeft op de mobiliteit en zelfstandigheid.

Belemmeringen

Uit een rapport van de Kinderombudsman dat onlangs is verschenen blijkt dat veel activiteiten die georganiseerd worden voor kinderen met een verstandelijke beperking vaak gescheiden zijn van kinderen zonder beperking, dus niet inclusief (Gemeentelijke Kinderombudsman, 2022). De Kinderombudsman constateert in dit onderzoek dat kinderen inclusief moeten kunnen sporten en dat de gemeenten op dit moment onvoldoende inclusief aanbod hebben. Verder wordt geconstateerd dat er voor kinderen met een beperking vaak te weinig tijd en energie overblijft om naar activiteiten te gaan, wat kan leiden tot eenzaamheid. Ook hier wordt een aanbeveling gedaan voor voldoende inclusief aanbod van speeltuinen, sport en cultuur.

Factoren die het voor mensen met lvb extra lastig maken om voldoende aan sport of beweging te doen zijn:

- Remmende factoren;

- Moeheid en lichamelijke beperkingen;
- Meedoen in de samenleving kan jeugdigen en jongvolwassenen veel energie kosten, bijvoorbeeld doordat zij overvraagd worden;
- Ook kunnen zij vaker dan andere leeftijdgenoten last hebben van gezondheidsproblemen;
- Het vinden van de juiste balans tussen alle dagelijkse activiteiten kan voor iemand met een lvb lastiger zijn. Tijd maken voor sport hoort daar ook bij;
- De belangrijkste belemmering is de ervaren druk van teamsporten die vaak meerdere keren per week inzet vragen. Dit gevoel neemt toe wanneer er ook begeleiding nodig is om te kunnen sporten;
- Reizen en op (sport)afspraken komen kan lastiger zijn voor jeugdigen met een lvb, zeker wanneer zij nog jong zijn of nog niet zelfstandig kunnen reizen. Hoe dichterbij de sportlocatie hoe eerder zij in de gelegenheid zijn om zelf naar de locatie te gaan;
- Het belang van continuïteit en routine. Wanneer die wegvalt (bijvoorbeeld door een verhuizing) dan kan het zo zijn dat iemand met lvb de sport niet meer oppakt;
- De hoge kosten die soms gepaard gaan met sporten worden als een belemmering ervaren. Jeugdigen met een lvb groeien vaker op in gezinnen waar er financiële zorgen zijn, dit kan invloed hebben op de mogelijkheden om te sporten;
- De sfeer is belangrijk: voor jeugdigen met een lvb kan het een uitdaging zijn om mee te komen omdat zij meer moeite kunnen hebben met het begrijpen van sociale interacties en omgaan met de sfeer binnen sportteams.

Aansluiting sportaanbod bij mensen met een beperking

In 2019 heeft het Mulier instituut onderzoek gedaan naar de organisatie van sportaanbod voor mensen met een beperking (Van Stam e.a., 2018). Het gaat hier dus niet specifiek om mensen met een lvb. Daaruit blijkt dat bij de meeste fitnesscentra en zwemorganisaties mensen met een beperking sporten. Daarnaast bij ruim de helft van de sportverenigingen. Bij de meeste sportverenigingen zijn geen aparte groepen of speciale uren voor mensen met een beperking (84%). Fitnesscentra hebben wel vaak specifiek aanbod of één-op-één begeleiding voor sporters met een beperking (81%). Bij zwemorganisaties heeft ongeveer de helft dat (49%). Wanneer er aanpassingen zijn gedaan (wat vaak niet het geval is), dan gaat het veelal om een aangepaste groepsgrootte en een aangepast aantal begeleiders. Het aanbod is lang niet altijd structureel ingebed.

Voor het verwelkomen en behouden van mensen met een beperking zijn goede sfeer en draagvlak, goede en betrokken instructeurs en extra begeleiding en aandacht. Enthousiasme en bereidheid zijn van belang voor het opzetten van aanbod. De belemmeringen die gezien worden zijn het vinden van geschikte en gekwalificeerde instructeurs of vrijwilligers (bij verenigingen), het hebben van voldoende geschikte ruimte en financiën.

Veel sportaanbieders hebben geen ondersteuning gehad tijdens het werven van sporters en opzetten van aanbod voor mensen met een beperking. Qua ondersteuning moet gedacht worden aan:

- Betrokkenheid en bereidheid vanuit gemeenten;
- Opleidingsmogelijkheden en cursussen voor instructeurs;
- Ondersteuning in vinden van:
 - Financiën (subsidies en investeerders);
 - Geschikte vrijwilligers en trainers.

Advies voor het opzetten van (aangepast) sportaanbod vanuit sportverenigingen is het hebben van genoeg vrijwilligers, niet anders behandelen van de doelgroep en klein beginnen. Zwemorganisaties geven aan om het eerst goed te doordenken, met kleine groepen te beginnen en voldoende begeleiding te hebben. Ook fitnesscentra denken vooral aan goede begeleiding en geen aanbod organiseren vanuit commercieel oogpunt.

Wat helpend kan zijn:

- Samenwerken met andere sportorganisaties, zorginstellingen, onderwijsinstellingen, buurtsportcoach, gemeente of een commissie opzetten binnen de sportaanbieder (om de doelgroep beter te bereiken);
- Extra subsidies aanvragen en samenwerken met de gemeente (bij tekort aan financiële middelen);
- Promotie voor nieuwe instructeurs en samenwerking met andere sportaanbieders (bij tekort aan instructeurs).

Bij sportverenigingen met sporters met een beperking zegt de helft het aanbod voor mensen met een beperking niet structureel te hebben ingebed in de organisatie. Bij de meerderheid van de zwemorganisaties en fitnesscentra met sporters met een beperking is dit wel het geval. Meestal is het aanbod structureel ingebed doordat één of meer vaste personen binnen de organisatie hiervoor verantwoordelijk zijn. De meeste sportverenigingen (75%) hebben geen specifiek kader voor mensen met een beperking, terwijl dit maar voor een minderheid van de zwemorganisaties (34%) en fitnesscentra (39%) geldt.

Aanvullend heeft het Mulier Instituut in opdracht van de gemeente Rotterdam in 2021 onderzoek gedaan naar de sportmogelijkheden voor mensen met een beperking in Rotterdam (Van Lindert e.a., 2021). Dit is een vrij breed onderzoek wat zich richt op allerlei beperkingen. Inzoomend op de doelgroep mensen met een lvb kunnen daar een aantal belangrijke punten uit gefilterd worden:

- Aspecten die te maken hebben met de sociale toegankelijkheid (bijvoorbeeld voldoende divers aanbod en deskundige begeleiding) en de praktische toegankelijk (zoals betaalbare activiteiten, vervoer, sporthulpmiddelen) zijn samen met goede informatie over de mogelijkheden een belangrijke voorwaarde voor een goed functionerende stadsbrede programmering van sport- en beweegactiviteiten;
- Het ondersteunen van mensen met een beperking bij het overwinnen van persoonlijke drempels (zoals pijn, vermoeidheid en angst) is een belangrijke voorwaarde om ervoor te zorgen dat voldoende deelnemers aan activiteiten worden bereikt;
- Het verbeteren van de fysieke toegankelijkheid is van belang. Mensen met een beperking komen niet vanzelf naar een volledig aangepaste accommodatie. Zij moeten zich er prettig en veilig voelen, sociale contacten kunnen opdoen, de activiteiten kunnen doen met de medesporters die zij wensen, goede begeleiding krijgen, de afstand kunnen bereizen, het kunnen betalen en hun persoonlijke drempels hebben overwonnen. Dit zijn voorwaarden in een ingewikkelde puzzel van vraag en aanbod.

Tips om mensen met lvb in beweging te krijgen

Onlangs heeft [Stichting MEE](#) zes tips op een rijtje gezet om mensen met lvb in beweging te krijgen. Het gaat om de volgende tips:

1. Denk vanuit uitdagingen en zoek oplossingen

- Sluit aan bij persoonlijke interesse en mogelijkheden
- Ondersteun verenigingen met kennis rondom de doelgroep
- Maak aanbod passend in plaats van nieuw aanbod creëren

2. Bepaal de mate van zelfredzaamheid en daarmee de mate van ondersteuning:

De breedte van de beperking en de mate van zelfredzaamheid bepalen welke ondersteuning nodig is. Van zelfredzaam naar niet zelfredzaam:

- Niet zelfredzaam: 1 op 1 warme toeleiding door MEE
- Matig zelfredzaam: eenmalig advies (gesprek met buurtsportcoach, wijkteam, zorgprofessionals)

- Redelijk zelfredzaam: informatievoorziening (brochures, websites)
- Zelfredzaam: zelfstandig

3. Bepaal wat er nodig is om tot sportdeelname te komen:

- Juiste mate van ondersteuning
- Samenwerking van het netwerk sportaanbieders, sociaal domein en zorgprofessionals
- Beleid van de gemeente

4. Denk bij ondersteuning ook persoonlijke factoren en randvoorwaarden, zoals:

- Persoonlijke uitdagingen
- Financiën
- Vervoer

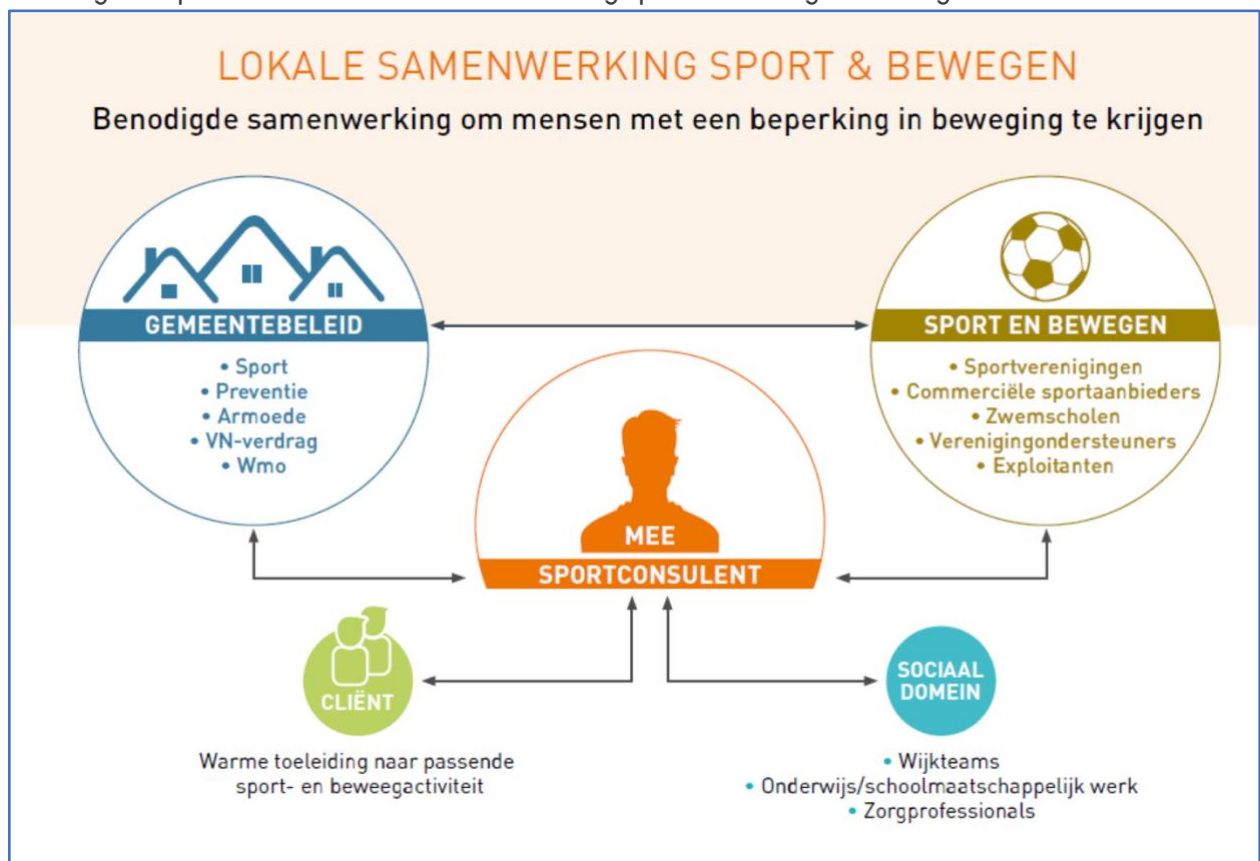
5. Betrek het netwerk: wie doet wat?

- Onderwijs, wijkteam, cliëntondersteuner (MEE), buurtsportcoach, combinatiefunctionaris, zorgprofessionals
- Sportaanbieders, exploitanten, verenigingsondersteuners etc.
- Gemeente

6. Luister naar ervaringsdeskundigen:

Prat met de doelgroep in plaats van over de doelgroep.

Stichting MEE presenteert de lokale samenwerking sport en bewegen als volgt:



3. RESULTATEN UIT INTERVIEWS

Respondenten

In aanvang zijn er negen interviews gehouden (1-op-1) om een beter beeld te krijgen van de sportparticipatie van mensen met lvb, waar mensen met lvb tegenaan lopen wanneer ze willen sporten en hoe de sportparticipatie verbeterd kan worden. In de [bijlage](#) is een overzicht opgenomen van de respondenten. Hieronder volgt een beschrijving van de resultaten uit deze interviews.

Subgroepen

Gevraagd is of er bepaalde subgroepen te benoemen zijn als het gaat om mensen met lvb. Uit de interviews blijkt dat men het lastig vindt om subgroepen te benoemen. Toch zijn er wel verschillende subgroepen naar voren gekomen, met name vanuit de zorginstellingen. Mensen maken subgroepen aan op basis van verschillende kenmerken, zoals op basis van culturele achtergrond, mate van zelfstandigheid, hoeveelheid zorg, dagbesteding en hoeveelheid problematiek.

Met betrekking tot de subgroepen zijn onderstaande zaken genoemd:

- De ‘gewone’ LVB-cliënt en de LVB plus cliënt die meer problematiek kent dan alleen LVB. Zij hebben bijvoorbeeld ook psychiatrische problematiek, verslavingsproblematiek en/of gedragsproblemen. Sommigen komen in aanraking met justitie.
- Het gaat om zoveel meer dan alleen IQ: het ontbreekt de doelgroep dikwijls aan conceptuele, sociale en/of praktische vaardigheden.
- Als het gaat om IQ, dan hebben mensen met lvb juist veelal wel een hoger sociaal en emotioneel IQ.
- Er zijn verschillen op het gebied van wonen, dagbesteding en begeleiding. Sommige mensen met lvb wonen zelfstandig of in een gezinssituatie en worden ambulantly begeleid, terwijl anderen binnen de instelling wonen. Ook zijn er mensen met lvb die gedurende de dag zorg krijgen en daarna naar huis gaan (dagbesteding).
- Specifiek wordt nog genoemd mensen met autisme, want die groep komt vaak naar voren als het gaat om mensen met lvb.

Ook wordt er onderscheid gemaakt naar culturele of sociale achtergrond, wat vaak wijkgebonden is in Rotterdam. Naast culturele verschillen kan er dan ook sprake zijn van een taalbarrière.

Wat verder veelvuldig benoemd is, is dat de verstandelijke beperking veelal slecht zichtbaar is. Mensen voelen zich vaak niet beperkt en kunnen hun eigen vaardigheden gemakkelijk overschatten. Zelf willen zij niet gezien worden als iemand met een verstandelijke beperking. Ook ouders van mensen met lvb realiseren zich niet altijd dat hun kind een verstandelijke beperking heeft. Zeker voor diegene die weinig ervaring hebben in het werken met de doelgroep, zoals bijvoorbeeld de reguliere sporttrainers, kan dit voor lastige situaties zorgen. Aan de andere kant is opgemerkt dat je als sportaanbieder soms juist wel signaleert dat er sprake is van een verstandelijke beperking.

Onder één van de geïnterviewde deelnemers bestaat behoefte aan een heldere omschrijving van de LVB doelgroep. Iemand anders merkt juist op dat een omschrijving van de lvb-doelgroep juist leidt tot ‘wij-zij’-denken wat de kloof alleen maar vergroot. Uitsluitend de cliëntinformatie die relevant is voor het sporten is voor deze sportaanbieders interessant.

Participatie LVB-doelgroep

Alle deelnemers geven tijdens de gevoerde gesprekken aan dat mensen met lvb te weinig participeren binnen het huidige sportaanbod en dat er ruimte is voor verbeteringen.

Zo wordt er gerefereerd aan een eerder onderzoek van het SCP (2020), waaruit is gebleken dat slechts 40 procent van de mensen met een verstandelijke beperking aan sport doet, in tegenstelling tot 68 procent van de mensen zonder een verstandelijke beperking. Verder lijkt het van belang om de term “sport” te definiëren, teneinde te komen tot een goed onderzoeksresultaat. Is bijvoorbeeld regelmatig wandelen ook sport?

Zowel vanuit zorg, sport en welzijn, wordt herkend dat mensen met lvb moeilijk aansluiting vinden bij het huidige sportaanbod. Van het aangepaste sportaanbod (de G-teams) wordt voornamelijk gebruik gemaakt door mensen met zwaardere handicaps. Vaak kunnen mensen met lvb zich niet identificeren met de “meer gehandicapte” medesporter en is bang om zelf het stempel “gehandicapt” te krijgen. Binnen het reguliere sportaanbod is er sprake van een zeer beperkte participatie van mensen met lvb. Wanneer er al sprake is van participatie, dan gaat het veelal om de individuele sporten (de fitnessschool) en zeer zelden om een teamsport. Meermaals wordt door de geïnterviewden genoemd dat het binnen het reguliere sportaanbod ontbreekt aan voldoende expertise om met mensen met lvb om te gaan.

Redenen minimale sportparticipatie

Er worden diverse redenen benoemd die de sportparticipatie van mensen met lvb bemoeilijken. De redenen zijn heel divers en hebben onder andere te maken met financiën, aanbod, vindbaarheid, bereikbaarheid, begeleiding en intrinsieke motivatie. In de interviews zijn de volgende punten naar voren gekomen:

Financiën
Het ontbreken van financiën om te gaan sporten. Er worden soms subsidies of giften vanuit fondsen toegekend voor de betaling van contributiegelden, maar deze zijn veelal voor de duur van slechts 1 jaar. Er is een tekort aan financiën voor het goed organiseren van vervoer en begeleiding.
Passend aanbod is belangrijk
Over passend aanbod zijn diverse opmerkingen gemaakt. Zo is de term ‘passend aanbod’ er al een om over na te denken. Aan de ene kant kunnen mensen met lvb zich onvoldoende identificeren met de medesporters, zowel binnen het aangepaste sportaanbod als binnen de reguliere sportverenigingen. Aan de andere kant bestaat bij passend aanbod het risico dat mensen met lvb in een hoekje worden geduwd en niet meer kunnen meedoen binnen het reguliere aanbod. Maar passend gaat ook over andere zaken. Zoals het tijdstip van de sportactiviteit wat niet altijd passend is voor de doelgroep. Sporten op een te vroeg tijdstip op de dag blijkt vaak onhaalbaar te zijn voor de doelgroep. Verder moet het aanbod niet groepsgericht zijn. Het stimuleren van sportparticipatie is maatwerk en dient individueel gericht te zijn, zo is opgemerkt. Aan de andere kant is duidelijk dat maatwerk echter kostbaar is. Tot slot is bij dit punt ook aangegeven dat bekeken dient te worden of de diversiteit in het sportaanbod groot genoeg is.
Vindbaarheid/bereikbaarheid
Er wordt door alle deelnemers die werkzaam zijn binnen zorg en welzijn aangegeven dat, wanneer de sportlocatie slecht bereikbaar is en vervoer niet of niet goed is geregeld, dit de mogelijke participatie van mensen met lvb ernstig belemmert. Vanuit een trainer van een G-team is aangegeven dat het voor de voetbalclub moeilijk te organiseren is om spelers vanuit huis op de club te krijgen. Door diverse deelnemers wordt benoemd dat zowel mensen met lvb, maar ook de sportlocaties waar zij kunnen sporten niet altijd goed vindbaar zijn. Het sportaanbod is niet overzichtelijk en de mensen met lvb worden niet altijd gevonden en bereikt.

Vereist veel van sportaanbieders

Er is onvoldoende kennis over en ervaring met mensen met lvb binnen een reguliere sportvereniging. Een goede match tussen sporter en trainer is echter essentieel. Verder wordt genoemd dat het veelal ontbreekt aan inzicht in hoe een reguliere sportschool gestimuleerd kan worden om zich in te zetten voor mensen met lvb. Behalve maatschappelijke betrokkenheid lijkt de reguliere sportschool weinig te “winnen” te hebben bij de participatie van mensen met lvb. Iedereen herkent dat de belasting van de vrijwilligers die bij de sportclubs werken nu al te groot is. Het is niet reëel om deze vrijwilligers extra te belasten met de komst van een ‘bijzondere doelgroep’. De extra inzet zou vanuit de zorgkant moeten komen en niet vanuit de kant van de sportvereniging, zo is meermaals opgemerkt.

Gedrag en motivatie van LVB-doelgroep

Om mensen met lvb blijvend aan het sporten te krijgen, zijn er tal van zaken waarvoor aandacht moet zijn en waar rekening mee gehouden dient te worden. Soms zijn er persoonlijke problemen die participatie in de weg staan, zoals verslaving (verslaving komt veel voor bij mensen met lvb), moeite hebben met vroeg opstaan en het “gemak” waarmee mensen met lvb zaken af kan doen met een “laat maar”. Wanneer de participatie te veel afhangt van de motivatie, is de kans van slagen van de participatie minimaal. De sportactiviteit dient aangereikt te worden en er moet niet alleen worden uitgegaan van het eigen initiatief van mensen met lvb. Iedereen geeft aan dat het een lange adem vraagt om de sportparticipatie structureel te laten zijn. Stimuleren van sportdeelname is slechts het begin, de grootste uitdaging is om de cliënt aan het bewegen te houden. Aanvullend ontbreekt het de ouders van kinderen met lvb weleens aan motivatie om de kinderen vanuit huis op de club te krijgen.

Sport heeft geen prioriteit

Iemand met een lvb kan kampen met diverse persoonlijke problemen. Vanuit de zorginstellingen wordt genoemd dat sport vaak niet de grootste prioriteit heeft binnen de begeleiding van de cliënt met lvb. Overige problemen van de cliënt lijken om voorrang te vragen en sport is dan al snel het ondergeschoven kind. Sportparticipatie lijkt dan ook beïnvloed te worden door de zwaarte van de problematiek van de cliënt.

Huidig aanbod voor LVB-doelgroep

Vanuit zorg en welzijn wordt door bijna alle deelnemers aangegeven dat er voldoende sportaanbod is binnen de gemeente Rotterdam, al kan het altijd beter. Er is een ruim aanbod aan reguliere sporten en daarnaast zijn er speciale G-teams, waar mensen met een handicap samen kunnen sporten. Het verdient volgens een groot deel van de geïnterviewden de voorkeur om geen speciaal en nieuw aanbod te creëren, het is beter om de LVB doelgroep te laten aansluiten bij het bestaande aanbod. Er dient echter zorgvuldig gekeken te worden hoe er zo optimaal mogelijk gebruik gemaakt kan worden van dit al bestaande aanbod. Want momenteel sluit het reguliere aanbod onvoldoende aan op de behoeften en mogelijkheden van mensen met lvb. Volgens meerdere respondenten die werkzaam zijn binnen de zorg, is het aanbod aan G-sporten te beperkt.

Vanuit sport zijn de meningen meer verdeeld. Een deel van de geïnterviewden deelt de mening dat mensen met lvb het beste aan kunnen sluiten bij het reguliere aanbod. Anderen zijn van mening dat mensen met lvb het beste kunnen aansluiten bij de G-teams, tenzij de cliënt dit zelf niet ziet zitten. Een groot deel van de geïnterviewden geeft echter ook aan dat G-teams niet aansluiten bij de behoeften van mensen met lvb. Zij kunnen zich vaak niet identificeren met de medesporter en is daarom niet gemotiveerd om zich aan te melden bij een G-team.

Aanpak sportparticipatie (samengevoegd met kansen)

Deelname aan sport geeft mensen met lvb heel veel kansen. Het maakt dat iemand zich ergens onderdeel van voelt, gemist wordt als hij/zij er niet is en ergens verwacht wordt. Daarnaast geeft sporten gezondheidsvoordelen en op sociaal gebied krijgt iemand kansen zich verder te ontwikkelen. De geïnterviewden zien voldoende kansen om mensen met lvb te laten aanhaken bij het reeds bestaande reguliere sportaanbod. Om dit succesvol te laten verlopen zal er echter wel voldoende aandacht moeten zijn voor een aantal essentiële zaken. De volgende aandachtsgebieden worden genoemd:

Motivatie van de cliënt

Aan mensen met lvb moet 'hard getrokken' worden om ze in beweging te krijgen en te houden, zo wordt meermaals aangegeven. Goede begeleiding is cruciaal. Vanuit zorg wordt aangegeven dat begeleiders de cliënt moeten (blijven) stimuleren. Er is een aantal zaken die positief werken op de motivatie van de cliënt:

- Belangrijk is dat het vervoer naar de sportaccommodatie goed geregeld moet zijn. Veel cliënten kunnen niet of moeilijk zelfstandig reizen.
- Er dient heldere informatie te zijn over de sportactiviteit. Locatie, tijdstip en duur moeten duidelijk zijn, dit houdt de drempel om deel te nemen aan een sportactiviteit laag.
- Er dient na afloop van de sportactiviteit aandacht te zijn voor de ervaring van de cliënt. Heeft hij/zij het fijn gehad, kunnen er dingen verbeterd worden etc.
- Vanuit Sportbedrijf Rotterdam wordt de methodiek Sportregie genoemd als mogelijk instrument om de motivatie van de cliënt en de kans op participatie te vergroten.

Sporten is meer dan bewegen

Binnen de begeleiding van de cliënt dient er meer aandacht te zijn voor het belang van sport. Begeleiders dienen hierin beter ondersteund te worden door de instelling, om met gedegen kennis het gesprek over sport aan te kunnen gaan met de cliënt. Het is ook gewenst dat er met cliënten gesproken wordt over een gezonde leefstijl en gezond eten.

Ook wordt door de deelnemers meermaals genoemd dat de gemeente en de WMO adviseurs in het kader van activering, meer aandacht kunnen hebben voor het belang van sporten. Sport is zoveel meer dan bewegen. Het is goed voor de fysieke gezondheid, maar ook in sociaal opzicht vervult de sportclub een belangrijke rol. Daarnaast geeft het een dagritme, vergroot het de zingeving en het zelfvertrouwen van de cliënt. Verder is het belangrijk dat mensen met lvb ervaren dat ze zich beter gaan voelen door te sporten. Het organiseren van sportdagen kan een stimulerend effect hebben op de doelgroep en bijdragen aan een positieve sportervaring.

Het reguliere en commerciële sportaanbod meer toegankelijk maken

Om mensen met lvb gemakkelijker te laten aansluiten bij reguliere en commerciële sportaanbieders is er een aantal zaken heel wenselijk. Zo dienen sporttrainers getraind te worden in het omgaan met mensen met lvb. Daarnaast moet er een cultuurverandering komen binnen sportverenigingen, waarbij prestatiegerichtheid een veel minder grote rol gaat krijgen. De nadruk moet veel meer komen te liggen op het feit dat sporten vooral fijn is om te doen. Verder dient ervoor gezorgd te worden dat een commerciële sportaanbieder geen geld verliest met het aanbieden van inclusief sporten. Het is van belang dat er minimaal 'break-even' gedraaid kan worden.

Vanuit sport wordt aangegeven dat de portefeuilles van sportaanbieders moeten worden uitgebreid. En verder is genoemd dat de voorkeur lijkt uit te gaan naar samenwerkingsverbanden met de kleine sportscholen, omdat daar wat gemakkelijker persoonlijke afspraken mee te maken zijn. Er dient gekeken te worden naar wat reguliere sportscholen kunnen betekenen voor mensen met lvb in het kader van maatschappelijke betrokkenheid.

Op dit moment ervaren mensen met lvb dat ze anders zijn wanneer ze sporten binnen het reguliere sportaanbod. Dit werkt niet motiverend. Het zou kunnen helpen wanneer ervaringsdeskundigen op verenigingen ervaringsverhalen te vertellen. In deze verhalen komt dan bijvoorbeeld naar voren wat het voor iemand met lvb betekent om aan te haken bij een regulier sportaanbod en wat het hem/haar allemaal oplevert. Denk aan bijvoorbeeld aan een verrijking in sociaal opzicht. Als je dat de reguliere sporters duidelijk maakt, dan zie je verandering en willen mensen daar graag aan meewerken, zo is aangegeven.

Meer manuren vrijmaken

In de gehouden interviews werd veel kritiek geleverd op het wegbezuinigen van essentiële functies die de taak hadden zorg en sport met elkaar te verbinden. Het is wenselijk dat er opnieuw gekeken wordt of er mogelijkheden zijn om meer manuren vrij te maken om de verbinding weer te maken tussen zorg en de sportwereld. Ook is de wens dat er meer geïnvesteerd gaat worden in sportconsulenten. Het succes van het inzetten van individueel sportadvies is inmiddels bewezen. Het vinden van een passend sportaanbod is maatwerk, wat helaas wel kostbaar is. Verder is benoemd dat de inzet van sportmaatjes en vrijwilligers zeer stimulerend werkt voor mensen met lvb. Indien haalbaar, zou het wenselijk zijn om meer sportmaatjes en vrijwilligers te werven.

Financiële ondersteuning

Alle geïnterviewden benoemen dat gebrek aan financiële middelen een belemmering is voor een goede continue sportparticipatie. Vaak kunnen mensen met lvb zelf geen contributiegeld betalen, de instelling heeft onvoldoende sportbudget en subsidies of giften van fondsen zijn vaak van tijdelijke aard. Om de sportparticipatie van mensen met lvb te laten slagen, dienen er financiële mogelijkheden te zijn ze te laten sporten.

Passende sportactiviteit

Naast de al aanwezige sportmogelijkheden, bestaat er behoefte aan activiteiten die tegemoet komen aan de specifieke sportbehoeften van de LVB doelgroep.

Er is behoefte aan activiteiten die zich richten op kleine groepen en in de eigen buurt of binnen de instelling plaatsvinden. Samen sporten wordt door de doelgroep vaak als makkelijker ervaren dan ergens in je eentje op af moeten stappen.

Tenslotte wordt vanuit de zorginstellingen benoemd dat spontaan georganiseerde sportactiviteiten binnen de woonvoorzieningen veelal op veel deelname kunnen rekenen.

Vindbaarheid sportaanbod en doelgroep

Vindbaarheid van mensen met lvb verdient de aandacht. Want het is soms lastig om mensen met lvb te vinden. En anderzijds is het aangepaste sportaanbod bij een sportclub niet altijd vindbaar voor mensen met lvb. Om de vindbaarheid te vergroten dient er allereerst een inventarisatie te komen van het huidige sportaanbod. De Huizen van de Wijk zouden hier een belangrijke rol in kunnen spelen, maar ook consulenten van de WMO in het kader van activering. Ook het handhaven van de directe link van Sportbedrijf Rotterdam met de scholen voor speciaal onderwijs middels Schoolsport010 is van groot belang.

Promoten sport en bewegen

Er zijn meerdere ideeën geopperd rondom de wijze waarop sport en bewegen gepromoot kan worden:

- Het stimuleren van sportdeelname via social media kan positief bijdragen;
- Vanuit een zorginstelling wordt aangegeven dat er zou een app ontwikkeld moeten worden, gericht op stimulering van sportdeelname en afgestemd op doelgroep;
- Vanuit sport wordt de app Scoor je PR! genoemd. Deze app zou mensen met een verstandelijke beperking moeten helpen om te gaan bewegen;
- Ook wordt flyer en als een goede manier gezien om de doelgroep te informeren over een activiteit;
- Tenslotte wordt meermaals aangegeven dat sport of een sportactiviteit gepromoot kan worden door het inzetten van een “bekende sporter”. Mensen met lvb zijn hier gevoelig voor en dat kan bijdragen aan de motivatie om zelf te gaan sporten.

Aandacht binnen onderwijs

Er zou meer aandacht voor bewegen en sport moeten zijn binnen het speciaal onderwijs. Onder andere Stichting Special Heroes en de sportconsulent speciaal onderwijs van Schoolsport010 zijn partijen die zich hiermee bezighouden.

Samenwerking zorg - sport

Om alle kansen goed te benutten zal er goed moeten worden samengewerkt tussen de zorginstellingen en de sportaanbieders. Speciaal Onderwijs dient ook vertegenwoordigd te zijn in deze samenwerking wordt opgemerkt.

VN verdrag

Door een van de geïnterviewden genoemd dat je gemeenten en organisaties de opdracht kunt geven om mensen met een beperking daadwerkelijk mee te laten doen op basis van het VN verdrag. Zij moeten dan in actie komen.



UITKOMSTEN INTERVIEWS

RESPONDENTEN

Ervaringsdeskundigen
 ASVZ
 Pameijer
 Stichting Middin
 Stichting STRAS
 Sportbedrijf Rotterdam
 MEE Rotterdam Rijnmond
 Stichting Rotterdam Sportsupport
 Special Olympics

PRAKTIJKDEFINITIE LVB

Er is sprake van een LVB als er sprake is van een IQ score tussen de 50 en 85 en er een beperkt sociaal aanpassingsvermogen is op ten minste twee van de volgende gebieden: communicatie, zelfverzorging, zelfstandig kunnen wonen, zelfstandig beslissingen nemen, sociale en relationele vaardigheden, etc. Vaak wordt er ook bijkomende problematiek opgemerkt zoals leerproblemen, een psychiatrische stoornis (bij 50%), problemen in het gezin en sociale omstandigheden.

PARTICIPATIE DOELGROEP LVB



Vindt moeilijk aansluiting binnen reguliere aanbod
 Sporten veelal individueel
 Lastig om zich te identificeren met G-teams
 Expertise om met doelgroep om te gaan ontbreekt vaak binnen regulier aanbod

REDENEN MINIMALE SPORTPARTICIPATIE



- Financiën
- Passend aanbod is van belang
- Bereikbaarheid en vindbaarheid moet op orde zijn
- Vereist veel van sportaanbieders
- Gedrag en motivatie LVB-doelgroep
- Sport heeft geen prioriteit

HUIDIG AANBOD DOELGROEP LVB



Er lijkt voldoende aanbod te zijn: zowel regulier als binnen G-teams

AANPAK SPORTPARTICIPATIE



- Passende sportactiviteiten
- Motivatie in stand houden
- Vindbaarheid sportaanbod én doelgroep
- Aanbod toegankelijk maken (fysiek, qua communicatie en gastvrijheid)
- Financiën, manuren
- Promoten sport en bewegen
- Aandacht binnen onderwijs
- Samenwerking zorg - sport



De uitdaging zit in aansluiten bij en passend maken van het bestaande aanbod.

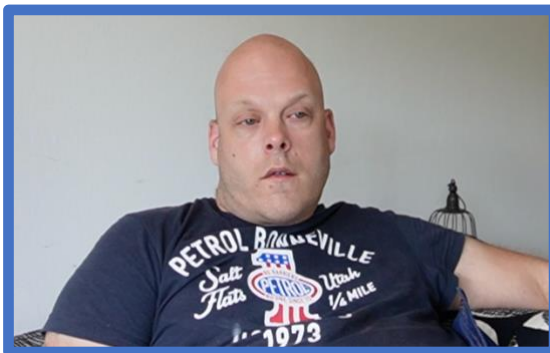
4. VIDEOPORTRETEN

Om een goed beeld te geven van de sportbeleving van mensen met lvb is er in dit onderzoek voor gekozen om vier ervaringsdeskundigen te portretteren. De portretten zijn gevarieerd en geven een goed beeld van waar mensen met lvb tegenaan kunnen lopen wanneer ze (gaan) sporten. Via onderstaande links is het mogelijk om de portretten te bekijken.

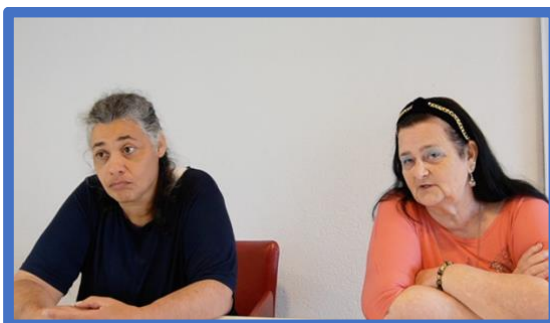
Kevin is 18 jaar en voetbalt in een G-team



Tim is in opleiding voor ervaringsdeskundige via de LFB



Jolanda en Betsie zijn ervaringsdeskundigen bij MEE Rotterdam Rijnmond



5. UITKOMSTEN UIT DE FOCUSGROEPEN

Tijdens de drie focusgroepen is vooral gezocht naar oplossingen. Aan de hand van de interviews was al een duidelijk beeld ontstaan van de participatie van mensen met lvb, de redenen dat de sportparticipatie achterblijft, het huidige aanbod voor mensen met lvb en de wijze waarop de sportparticipatie verbeterd kan worden. Deze resultaten zijn in het voorgaande hoofdstuk al gepresenteerd. In de focusgroepen zijn deze uitkomsten ook met de groep gedeeld en vervolgens is er ingezoomd op drie onderdelen. De resultaten uit deze drie focusgroepen staan in dit hoofdstuk beschreven. Achtereenvolgens wordt ingegaan op:

1. Toegankelijk(er) maken van het reguliere aanbod
2. Motiveren van mensen met lvb om (weer) te gaan sporten
3. Samenwerking van de verschillende partijen
4. De tien P's van Sportregie

Toegankelijk(er) maken van het (reguliere) aanbod

Inclusie is de norm

Inclusie zou de norm moeten zijn, zo wordt in één van de focusgroepen door een sportaanbieder opgemerkt. Een andere sportaanbieder opgemerkt dat de mix van mensen mét en zonder lvb juist zo waardevol is. Eén van de sportaanbieders geeft aan dat inclusie bij hen al de norm is, alhoewel soms van buitenaf wordt bepaald dat een deelnemer niet bij een bepaalde sportaanbieder past. Het lijkt dan niet altijd om het individu te gaan.

Om inclusie te bewerkstelligen is een paar ideeën geopperd:

- Laat de jeugdspelers uit een regulier team de training verzorgen bij een G-team;
- Laat de wedstrijden en trainingen van een G-team plaatsvinden op het hoofdveld om de zichtbaarheid te vergroten. Er zijn verenigingen die dit al doen.

Vindbaarheid

Om ervoor te zorgen dat mensen met lvb bij het bestaande aanbod terecht komen is een aantal zaken van belang.

Volledig aanbod in kaart brengen

Allereerst bestaat het gevoel vanuit Stichting Rotterdam Sportsupport dat niet het volledige aanbod in kaart is gebracht. Een goede inventarisatie van het bestaande aanbod is de eerste stap, voordat er goed doorverwezen kan worden. Waarschijnlijk zijn er nog meer activiteiten die voor mensen met lvb interessant kunnen zijn. Vooral de kleinere sportaanbieders zijn slecht vindbaar, ook op de website van de gemeente Rotterdam. Op de website [Beweegcoach](#) van Stichting Rotterdam Sportsupport wordt het sportaanbod van Rotterdamse sportverenigingen inzichtelijk gemaakt. Deze website probeert sport en deelnemer bij elkaar te brengen. Verder is de suggestie om alle kennis te bundelen op een soort van sociale kaart, gericht op sport en bewegen. Vanuit Stichting Rotterdam Sportsupport wordt aangegeven dat '[Uniek Sporten](#)' zaken al aardig in kaart heeft gebracht.

Mensen goed doorverwijzen

Vervolgens is het van belang om mensen goed door te verwijzen, en ook te weten wat hun wensen zijn.

Nadenken over laagdrempelig aanbod

Het sportaanbod dat vanuit 'Huis van de Wijk' wordt gerealiseerd is laagdrempelig. Bijna alle Huizen van de Wijk hebben de beschikking over een sportzaal. Het beweegaanbod van de Huizen van de Wijk staat niet opgenomen op de [website Beweegcoach](#), terwijl het hier om een laagdrempelig aanbod in de wijk gaat. Voorheen was er ook nog de 'sport-op-maat-dag' van

Stichting Rotterdam Sportsupport, wat tevens laagdrempelig was. Deze 'sport-op-maat-dag' bestaat sinds corona niet meer.

Bereikbaarheid - vervoer

Vervoer is vaak als struikelblok naar voren gekomen. Het is een absolute voorwaarde dat het vervoer van en naar de sportclub goed geregeld en betaalbaar is. Zonder goed en betaalbaar vervoer zal de sportparticipatie van mensen met lvb achterblijven.

'Dit is momenteel een drama', zo is opgemerkt vanuit een sportaanbieder.

Een andere sportaanbieder geeft aan dat het voor ouders met lvb momenteel te ingewikkeld is om vervoer te regelen voor hun kind. Vanuit zorg wordt aangegeven dat groepsvervoer heel prijzig is. Een groot nadeel is dat de hele woongroep dan naar dezelfde sportlocatie vervoerd wordt. Een praktijkvoorbeeld laat zien dat een jongen met lvb stopt met sporten door slecht vervoer: hij werd veel te laat vanuit Crooswijk met de belbus naar de sportactiviteit gebracht én te vroeg weer opgehaald, waardoor er nog 20 minuten sporten overbleef.

Een busje regelen kan wel €300,- kosten

Als idee wordt geopperd:

- Onderzoeken of het mogelijk is dat sportclubs een bus in bruikleen krijgen om leden op te halen. Het gebruik van een bus kan verdeeld worden over meerdere clubs. En de clubs kunnen kijken of ze hier vrijwilligers voor kunnen regelen.

Uitbreiding aanbod

Als het gaat om uitbreiding van het aanbod, dan gaat het niet om het realiseren van extra aanbod. Het gaat om capaciteitsuitbreiding binnen het bestaande aanbod. Dit is vanuit verschillende disciplines aangegeven. Het gaat dan om [betere begeleiding](#), sportaanbod verspreid over de dag én aangeboden op meerdere locaties.

Er lijken dus voldoende sportaanbieders te zijn, alleen ontbreekt het vaak nog aan deskundige begeleiding of lessen op maat. Vanuit zowel sport als zorg wordt aangegeven dat er behoefte is aan sportlessen verdeeld over de dag. Ook zou uitbreiding van het sportaanbod naar meerdere locaties wenselijk zijn, zodat de sportactiviteit dichterbij mensen met lvb wordt gebracht. Een sportaanbieder van budosporten vertelt bijvoorbeeld dat hij overdag meer les wil geven, zeker aangezien sommige mensen juist vooral overdag kunnen sporten. Deze sportaanbieder voelt zich hierin tegengewerkt en heeft het idee dat het per sport verschillend is of deze mogelijkheid geboden wordt. In dat kader spreekt de sportaanbieder over 'sportdiscriminatie'. Sportsupport Rotterdam vult aan dat budosporten juist belangrijk zijn als het gaat om omgangsvormen en hoe mensen zich tot elkaar verhouden.

De toppers prima! Maar de mensen waar het echt om gaat en om gezondheidsredenen zouden moeten sporten, die laten ze eigenlijk links liggen

Betere begeleiding

Een goede begeleiding is belangrijk om de toegankelijkheid te verbeteren. En qua begeleiding kan er een en ander verbeterd worden, zo blijkt uit de gesprekken. Verantwoorde begeleiding zorgt er namelijk voor dat het gemakkelijker wordt om mensen met lvb door te verwijzen naar de een sportaanbieder. Er is een aantal oplossingen genoemd voor betere begeleiding:

- Binnen de opleiding tot (sport)docent kan er meer aandacht worden besteed aan de bijzondere doelgroepen en hoe daarmee om te gaan. SPC Rijnmond werkt bijvoorbeeld veel samen met het Albeda Sportcollege. Het zou van enorme meerwaarde zijn wanneer studenten worden opgeleid om met bijzondere doelgroepen te werken.

- Train de trainer: het aanbieden van een training waarmee trainers worden toegerust om met specifieke doelgroepen, waaronder mensen met lvb, om te gaan. Vanuit een sportvereniging wordt aangegeven dat ze daar hele positieve ervaringen mee hebben.
- Een buddysysteem: leden die ergens goed in zijn helpen andere leden die wat meer hulp nodig hebben. Het kan bijvoorbeeld gaan om samen naar de club reizen, of hulp bij het sporten zelf. Vanuit een ervaringsdeskundige wordt aangegeven dat ze dit als zeer prettig ervaart.
- Uitleg aan mensen met lvb is heel belangrijk. Een andere vorm van uitleg, een eenvoudigere uitleg of iets meerdere keren uitleggen kan helpen om ervoor te zorgen dat mensen met lvb het goed begrijpen. Verder is een goede voorbereiding op sporten voor mensen met lvb van belang, zoals het feit dat je hartslag omhooggaat en dat je gaat zweten. Als iemand nooit heeft gesport kunnen dergelijke lichamelijke reacties angst oproepen. Geopperd wordt om te werken met visuele ondersteuning, zoals filmpjes óf het voorbeeld geven.
- Vanuit MEE Rotterdam Rijnmond wordt voorlichting en training gegeven gericht op specifieke doelgroepen, waaronder mensen met lvb (formulier in [bijlage](#)). De inhoud van de training wordt op maat gegeven, en kan dus ook interessant zijn voor sportaanbieders.

Kennis en expertise delen

Geopperd wordt om meer inzet te plegen op expertise delen. Er zijn al sportaanbieders die expertise hebben opgedaan in het betrekken van mensen met lvb. De bijscholing in het werken met deze doelgroep is nu niet heel toegankelijk en voor veel mensen te duur, wordt in het verlengde daarvan aangegeven.

Voorwaardescheppend

Er is een aantal opmerkingen gemaakt die gaan over het scheppen van goede voorwaarden:

- Binnen zorgorganisaties is het van belang dat medewerkers de opdracht én de tijd krijgen om met cliënten naar sportactiviteiten te gaan.
- Vanuit sport wordt gevraagd om 'minder hokjes' en één loket. Op dit moment is het vaak onduidelijk omdat sport, welzijn en cultuur elkaar overlappen.
- Bij de sportverenigingen wordt voornamelijk gewerkt met vrijwilligers. Het vraagt nu al veel tijd van vrijwilligers, en dat wordt alleen maar meer als er met veel partijen samengewerkt moet worden.
- Door een commerciële sportaanbieder is aangegeven dat ze niet altijd kostendekkend kunnen werken bij het realiseren van speciaal aanbod. Dat komt omdat er minder deelnemers kunnen deelnemen aan de speciale lessen vanwege de extra aandacht die de deelnemers nodig hebben. De subsidie die hiervoor wordt verstrekt is niet toereikend om kostendekkend te werken.
- Voor veel mensen met lvb is sporten een dure aangelegenheid, waardoor mensen het niet eens kunnen betalen om te gaan sporten. De hoop is uitgesproken dat sport financieel toegankelijker wordt.

Daar waar normaal 15 kinderen nodig zijn om een les kostendekkend te maken, zitten er in mijn dansles voor kinderen met een beperking maar 8 kinderen.

Buddysysteem

Vrijwilligers, maatjes, buddy's hebben een belangrijke rol. Er moet meer geïnvesteerd worden in maatjes die met mensen met lvb kunnen gaan sporten middels extra scholing of training.

Motiveren van mensen met lvb om (weer) te gaan sporten

Het sociale aspect van sport benadrukken

Vanuit SportMEE is aangegeven dat er drie aspecten een rol spelen in de sportparticipatie:



Meerdere keren is aangegeven dat het sociale aspect van sporten minstens zo belangrijk wordt gevonden als de sport zelf. Het gaat om laagdrempeligheid, gezelligheid én een gezonde boodschap meegeven. Hierover zouden gesprekken met de sportclubs wenselijk zijn. Bij het promoten van sport zou dat sociale aspect een veel prominentere rol moeten krijgen.

Een sportaanbieder geeft aan dat het belangrijk is dat iedereen zich thuis voelt: het gaat om een stuk herkenning, met elkaar praten en het feit dat iedereen gelijk is.

Promoten van sport

Het promoten van sport is belangrijk om mensen met lvb te bereiken en daar is een aantal voorbeelden bij genoemd:

- Meerdere keren is het organiseren van sportdagen genoemd. SportMEE organiseert bijvoorbeeld jaarlijks een sportdag. Een sportaanbieder geeft aan goede ervaringen te hebben met het organiseren van open dagen. Een ervaringsdeskundige benadrukt dat mensen met lvb sport liever 'live beleven' dan dat ze een filmpje zien of flyer krijgen: het meedoen en uitproberen werkt goed.
- Special Olympics heeft '[Play Unified](#)' waarbij mensen met en zonder beperking samen sporten. Daarnaast organiseren ze ook [KIDS](#) (Kinderen Integreren Door Sport), een sportdag waaraan kinderen met en zonder beperking meedoen. Ouders kunnen tijdens zo'n dag direct contact leggen met de sportclubs. Een dergelijke aanpak zouden ze ook voor volwassenen kunnen hanteren.
- Door Sportbedrijf Rotterdam is aangegeven dat ze jaarlijks samen met gemeente en sportaanbieders de Sport Experience organiseren, wat zich richt op regulier en speciaal onderwijs. Het is bedoeld om de jeugd (met en zonder beperking) gedurende een aantal weken kennis te laten maken met allerlei verschillende sporten. De bedoeling is dat er vanaf dit jaar niet alleen kennis wordt gemaakt met sporten binnen het reguliere aanbod, maar ook met sporten voor mensen met een beperking. Momenteel gaat het promoten van de Sport Experience via de scholen. De promotie zou breder aangepakt kunnen worden: bijvoorbeeld middels flyers in de wijken, via de Vraagwijzerloketten, via de woongroepen of ambulante begeleiding.
- Er zou meer gebruik gemaakt moeten worden van de Huizen van de Wijk:

- Zorginstellingen zouden kunnen aansluiten bij het laagdrempelige beweegaanbod van de Huizen van de Wijk.
- Het kan drempelverlagend werken wanneer sportclubs via de Huizen in de Wijk activiteiten gaan aanbieden. Dat vraagt nog wel om aanpassing vanuit de sportaanbieders en uiteindelijk zou het dan de bedoeling zijn dat men alsnog gebruik gaat maken van het aanbod op de locatie van de sportaanbieder.

Stichting Rotterdam Sportsupport geeft aan dat ze vijf jaar geleden de 'sport op maat'-dagen organiseerden. Toch haalden ze niet het gewenste effect uit deze dagen, omdat mensen bijvoorbeeld een activiteit hadden gevolgd die niet in de eigen woonomgeving werd aangeboden. Het lijkt erop dat maatwerk en een differentiatie naar wijken in Rotterdam heel belangrijk is.

Verdere ideeën die zijn genoemd om sport te promoten:

- De informatievoorziening moet via verschillende kanalen, want niet iedereen heeft de beschikking over een laptop of smartphone.
- Laagdrempelige promotie bij Huizen van de Wijk, in een krantje, bibliotheek of supermarkt.
- Promotie via social media voor de jongere doelgroep.
- Alle sporters mogen gratis een keer een sportmaatje meenemen. Het gaat dan om 1-op-1 reclame en een directe ervaring met sporten, wat veelal beter werkt.
- Gemakkelijk vindbare filmpjes maken om mensen lvb enthousiast te maken voor sport. Bijvoorbeeld filmpjes van hoe mensen sport ervaren. Aan de hand van deze filmpjes kunnen begeleiders bijvoorbeeld het gesprek aangaan met hun cliënten met lvb en eens gaan kijken bij een sportclub.
- Meer inzetten op ontmoeten. Bijvoorbeeld sportaanbieders die zelf op bezoek gaan bij mensen met lvb om ze te enthousiasmeren voor de activiteiten die ze te bieden hebben.
- Vanuit zorg is aangegeven dat het promoten van sport binnen de ambulante zorg een aandachtspunt is. Sportparticipatie moet een hogere prioriteit krijgen en het bewerkstelligen van bewustwording bij begeleiders zal nodig zijn.
- Verwijzers kunnen een belangrijke rol spelen in het promoten van sport (zoals Vraagwijzerloketten of persoonlijk begeleiders van mensen met lvb). Daarnaast zouden ervaringsdeskundigen die veel aan sport doen meer ingezet kunnen worden. MEE Rotterdam Rijnmond zet hier al op in.
- Om te kunnen promoten is het wel van belang dat mensen met lvb goed vindbaar zijn, bijvoorbeeld bij de woongroepen. Op die manier kan de informatie over sportactiviteiten veel beter verspreid worden.

Sporters zijn zelf de beste ambassadeurs

Wanneer ze meer met lvb-ers in contact komen, dan zorgt dit ervoor dat de angst verdwijnt.

Een flitsende naam ter vervanging van de naam 'g-team' of 'sporten met een beperking' zou wel gewenst zijn.

Zichtbaarheid

Er is een aantal zaken genoemd als het gaat over het zichtbaarder maken van sport voor mensen met lvb. In het algemeen wordt gesteld dat gezondheid (en daarmee sport) een veel prominentere plek in de opvoeding zou moeten krijgen. Scholen zouden hier al veel meer aandacht aan kunnen besteden.

Geopperd wordt om de impact van sport zichtbaar te maken door middel van de [‘Theory of Change’](#) (verandertheorie). Met een verandertheorie kan op een beeldende manier weergegeven worden hoe bepaalde activiteiten tot de gewenste verandering bij de doelgroep leiden. Hiervoor moet een aantal stappen uitgewerkt worden om tot het doel te komen. Het zichtbaar maken zal zorgen voor de verbinding van mensen, zo redeneert deze sportaanbieder.

Maatjes

Vanuit MEE Rotterdam Rijnmond wordt aangegeven dat het belangrijk is om te investeren in maatjes die ingezet kunnen worden om mensen met lvb zelfstandig te leren reizen. Wanneer zij zelf naar een sportclub kunnen reizen, neemt dat een deel van de belemmeringen rondom vervoer weg. Een ervaringsdeskundige benadrukt het belang van een vast iemand, zoals een maatje. Als een begeleider van het fitnesscentrum helpt, dan zou ze die hulp de volgende keer opnieuw willen, anders haakt ze af.

Motiveren van mensen met lvb

Het motiveren om te gaan sporten kan op meerdere manieren:

Maak gebruik van wat er al is

- Om mensen met lvb te motiveren om te gaan sporten zou meer gebruik gemaakt kunnen worden van de [‘beweegcirkel’](#). Deze is ontwikkeld door het Kenniscentrum Sport en Beweging. Het is een tool voor professionals om anderen stapsgewijs te helpen bij het begeleiden van bewegen of het motiveren tot meer bewegen.
- De gemeente heeft sportconsulenten in dienst die individueel met mensen op pad kunnen gaan. Vanuit SportMEE kunnen er ook mensen mee om te begeleiden.

Belonen

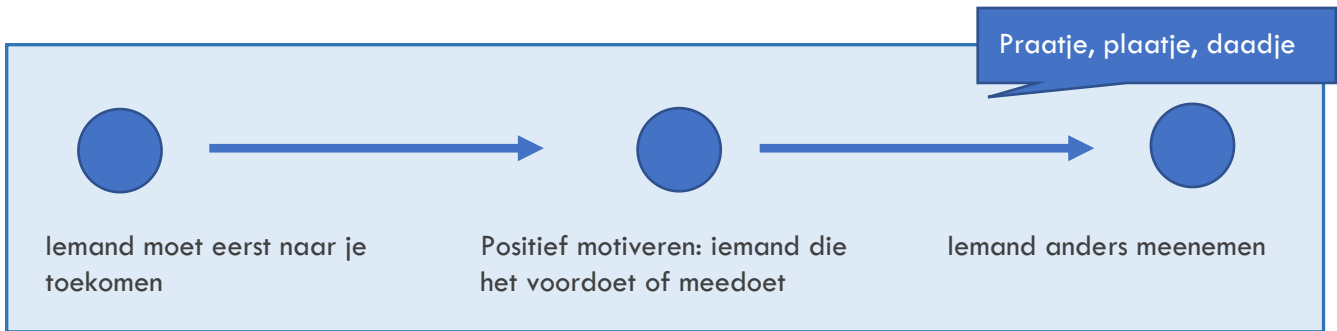
- Een andere manier van motiveren kan zijn het geven van korting op lidmaatschap wanneer iemand weer anderen aanraagt als lid. Of mensen aanbieden dat ze eerst een paar keer gratis mogen meedoen en dat ze daarna nog korting krijgen.
- Een beloningssysteem voor gezond leven zou mogelijk goed kunnen werken, is aangegeven vanuit zorg. Voorbeelden van belonen die genoemd worden zijn: een dagje Efteling (bij sport in groepsverband), een sportbidon, een medaille, een groepsfoto etc. Door een ervaringsdeskundige is daaraan toegevoegd dat complimentjes krijgen heel belangrijk zijn.

Digitale ondersteuning

- De inzet van digitale middelen kan helpen om mensen in beweging te krijgen. Gerefereerd wordt aan ‘Pokemon Go’ wat ervoor zorgde dat veel mensen op pad gingen. Apps en digitale horloges kunnen hulpmiddelen zijn om mensen bijvoorbeeld te leren om zelfstandig te reizen.
- Special Olympics heeft de [‘scoor-je-pr-app’](#) ontwikkeld, een gratis app met laagdrempelige oefeningen voor mensen met een verstandelijke beperking gemaakt. Aan de hand van de app krijgen mensen meldingen wanneer ze oefeningen moeten doen, maar ook wanneer ze iets gezonds moeten eten. Tijdens de coronaperiode zijn veel coaches hiermee aan de slag gegaan. En die hebben weer contacten met ouders en begeleiders, want niet iedereen kan er zelf mee aan de slag. Uiteraard is het wel van belang dat mensen dan digivaardig zijn en geïnteresseerd in apps.

Beter uitleggen waarom sport belangrijk is

- Een sportaanbieder geeft aan dat het belangrijk is om mensen met lvb het belang van sporten in te laten zien: er zou veel meer ingezet kunnen worden op reflectie.



Samenwerking van de verschillende partijen

Tijdens de focusgroepen blijkt duidelijk dat de verschillende partijen die met elkaar aan tafel zitten elkaar overwegend niet kennen. Het lijkt alsof er nog te weinig wordt samengewerkt tussen zorgaanbieders en sportaanbieders, terwijl daar wel behoefte aan is. Men is het erover eens dat sport en zorg elkaar meer mogen aanvullen. Bijvoorbeeld wanneer een sportaanbieder weinig ervaring heeft met mensen met lvb, dan zouden medewerkers vanuit zorginstellingen hierin kunnen ondersteunen. Er is een aantal ideeën geopperd om die samenwerking tot stand te brengen.

- Er is behoefte aan een goed netwerk, een forum waarin partijen elkaar kunnen vinden. Eventueel zouden kanalen als Facebook, LinkedIn of een whatsapp-groep hiervoor ingezet kunnen worden. Een tip is om een netwerk te beginnen met een duidelijke (onderzoeks)vraag, met als doel om hier zo snel mogelijk antwoord op te krijgen.
- Verschillende partijen hebben al overzichten van samenwerkingspartners of een sociale kaart. Zo heeft SPC Rijnmond een overzicht van alle partners gemaakt. Dat bleken er meer dan 60 te zijn. SportMEE heeft een sociale kaart die wellicht goed bruikbaar is.
- Om het gehele netwerk in kaart te brengen, moet zowel de vraag- als aanbodkant worden meegenomen. Het is van belang dat duidelijk is waar alle organisaties zich op richten. Het gaat om het sportaanbod, organisaties die randvoorwaardelijk een rol spelen (financieel en qua vervoer) en de sporters zelf (mensen met lvb, ouders, (zorg)instellingen, begeleiders). Aangegeven is dat van belang is om alle vindplaatsen eens op te schrijven.
- Het betrekken van opleidingen is meermaals genoemd. Bijvoorbeeld door voorlichtingen te organiseren bij opleidingen (zoals PABO) over omgaan met mensen met lvb. Ook is aangegeven dat opleidingen in zorg, welzijn en sport meer kunnen aanhaken bij dit thema. Zo kunnen stagiaires bijvoorbeeld een waardevolle rol spelen in het ondersteunen van mensen met lvb bij sportclubs. Vaak zien de opleidingen hier zelf allerlei obstakels zo wordt aangegeven vanuit een sportaanbieder. Het idee is om eens meer te kijken naar opleidingen in kunst, die hier al wat meer stappen in gezet hebben.
- Vanuit zorg is aangegeven dat ze behoefte hebben aan 'een portaal' waar ze een vraag kunnen neerleggen en waarbinnen ze dan vervolgens een match kunnen maken. Bijvoorbeeld 'ik zoek een sportzaal om een activiteit te organiseren', óf 'ik zoek een busje om mensen naar een sportaccommodatie te vervoeren'.
- Een zorginstelling benoemt dat je als organisatie zelf ook verantwoordelijk bent voor zichtbaarheid binnen coöperatieve samenwerkingsverbanden.
- Een verzoek vanuit een sportaanbieder is om netwerkbijeenkomsten te organiseren op tijdstippen dat sportaanbieders ook kunnen aansluiten, dus niet om 19u in de avond.
- Een idee is om speeddates te organiseren waaraan verschillende partijen deelnemen, zowel sportaanbieders als mensen met lvb.
- De sportregisseur vanuit Sportbedrijf Rotterdam speelt een hele belangrijke rol. Deze is een spin in het web, kan contacten leggen, partijen samenbrengen.

Los van de ideeën die hierboven zijn genoemd is nog opgemerkt dat het belangrijk is om met kleine initiatieven te beginnen, waarbij kleine doelen gesteld worden.

Begin met kleine groepen bevroegen mensen, vervolgens zal het vanzelf groter groeien. Iedere persoon die in beweging is gekregen is er één.

Een ander punt van belang zijn de financieringsstromen waarmee zorginstellingen te maken hebben. Soms worden zaken gefinancierd vanuit een subsidie, dan vanuit een indicatie, dan vanuit de gemeente of vanuit justitie. Als de zorgaanbieder de hoofdaannemer is dan moeten ze alles verantwoorden. In de geldstroom moet duidelijkheid zitten voordat zaken besloten worden. Het gaat dan om bepaalde doelen behalen, hoe de begeleider dat gaat doen, wat uitbesteed kan worden. De ervaring is dat ze eerst kijken naar 'de brandjes die geblust moeten worden'. De eerste focus bij een cliënt ligt bijvoorbeeld bij de financiën op orde brengen en later pas op vrijetijdsbesteding, waar sport onderdeel van uitmaakt.

Vanuit sport is aangegeven dat het aantrekkelijk moet zijn voor de sportaanbieder om iets nieuws, of extra's op te starten. Samenwerking lijkt daarin heel belangrijk: bijvoorbeeld een dansdocent die op de woonvoorziening dansles komt verzorgen óf de gemeente die gemeentelijke sportaccommodaties beschikbaar stelt óf sportaanbod via buurthuizen.

6. CONCLUSIES EN AANBEVELINGEN

Conclusies

Wat is de aard van het huidige aanbod dat er momenteel voor mensen met een LVB is?

Het huidige aanbod voor mensen met lvb bestaat uit de speciale G-teams en het reguliere aanbod waar mensen met lvb gebruik van kunnen maken. Onderzoek van Nivel (2019) laat zien dat mensen met een lvb vaker kiezen voor individuele sporten zoals zwemmen, fitness, cardio- en krachttraining, wandelen, paardrijden, fietsen of mountainbiken. Sommigen gaan naar een 'gewone' sportvereniging en anderen sporten bij een sportvereniging of -groep specifiek voor mensen met een beperking. Uit onderzoek van het Mulier Instituut (2019) blijkt dat bij de meeste fitnesscentra en zwemorganisaties en bij de helft van de sportverenigingen mensen met een beperking sporten. Overigens gaat het dan niet specifiek over mensen met lvb. Fitnesscentra hebben vaak specifiek aanbod of één-op-één begeleiding voor sporters met een beperking (81%). Bij zwemorganisaties heeft ongeveer de helft dat (49%). Bij de meeste sportverenigingen zijn geen aparte groepen of speciale uren voor mensen met een beperking (84%). Wanneer er aanpassingen zijn gedaan (wat vaak niet het geval is), dan gaat het veelal om:

- Een aangepaste groepsgrootte;
- Een aangepast aantal begeleiders;
- Trainers die weten hoe ze mensen met lvb moeten begeleiden in sport;
- Speciale lessen aan mensen met een beperking: veelal gaat het dan ook om lessen met aangepaste groepsgrootte en een duidelijke manier van uitleggen.

Als het gaat om het aanbod voor mensen met lvb, dan is het overigens lang niet altijd structureel ingebed. Of het aangepaste aanbod is niet vindbaar voor mensen met lvb.

Als het gaat om het aanbod aan G-sporten, dan is dat volgens sommigen nog te beperkt. Ook wordt opgemerkt dat dit vaak niet aansluit bij de behoeften van mensen met lvb.

Hoe kan gebruik van het aanbod dat er is gestimuleerd worden voor mensen met LVB?

Er is in dit onderzoek heel veel gezegd over gebruik van het aanbod stimuleren voor mensen met lvb. Het gaat om de volgende punten:

- Er moet veel aandacht zijn voor het motiveren en gemotiveerd houden van mensen met lvb: duidelijke informatie, aandacht voor de ervaring, Sportregie methodiek inzetten, belonen, sportconsulenten van SportMEE inzetten en inzet van digitale middelen;
- Het belang van sporten moet benadrukt worden: een gezonde leefstijl, gezond eten, activering, dagritme, zelfvertrouwen krijgen, welbevinden en in sociaal opzicht;
- De toegankelijkheid van het sportaanbod moet verbeterd worden: zowel fysiek, sociaal als financieel. Het gaat dan om voldoende, divers en laagdrempelig aanbod. Maar ook sporttrainers die kunnen omgaan met mensen met lvb, minder nadruk leggen op prestatie en meer op het feit dat sporten fijn is en het sociale aspect van sport benadrukken;
- Manuren vrijmaken: om de verbinding te maken tussen zorg en sport, te investeren in sportconsulenten, voor begeleiders om cliënten te begeleiden naar sport en om meer maatjes te werven;
- Financiële mogelijkheden creëren zodat mensen met lvb kunnen sporten;
- Passende sportactiviteiten: activiteiten gericht op kleine groepen, op wisselende tijden, dichtbij huis of binnen de instelling;

- Promotie van sport en bewegen voor mensen met lvb: oa. via social media, apps, gemakkelijke filmpjes, flyeren, sportdagen, bekende sporters, Sport Experience, via sportaanbod van Huizen van de Wijk, door een sportmaatje mee te nemen, verwijzen vanuit Vraagwijzer;
- De samenwerking tussen zorginstellingen en sportaanbieders moet verbeterd worden, of zelfs nog worden opgestart;
- De vindbaarheid van het huidige sportaanbod moet verbeterd worden door het in kaart brengen van het volledige aanbod, mensen goed door te verwijzen en na te denken over een laagdrempelig aanbod;
- De bereikbaarheid moet goed zijn: bij voorkeur is de sportvoorziening dichtbij huis of het vervoer van en naar de sportclub moet goed geregeld zijn;
- Binnen het bestaande aanbod is aanpassing en capaciteitsuitbreiding wenselijk in de vorm van:
 - Qua begeleiding: betere, geschikte, betrokken en/of extra (vrijwillige) instructeurs, een aangepast aantal (vrijwillige) instructeurs;
 - Lessen op maat;
 - Aangepaste groepen;
 - Nadruk op goede sfeer, enthousiasme en bereidheid;
 - Sportaanbod verspreid over de dag en aangeboden op meerdere locaties;
- De kennis en expertise vanuit sportaanbieders die al ervaring hebben met mensen met lvb zou veel meer gedeeld kunnen én moeten worden.

Hoe kunnen sportaanbieders hun bestaand aanbod aanpassen en/of nieuw aanbod opstarten volgens de Sportregie methodiek zodat het aantrekkelijker wordt voor mensen met LVB?

De Sportregie methodiek van Sportbedrijf Rotterdam is een gebiedsgerichte en wijkgerichte aanpak. Het doel van deze methodiek is om heel Rotterdam aan het sporten te krijgen en te houden en om een optimaal, passend sport- en beweegaanbod te creëren in de stad voor iedere levensfase. Wat men wil bereiken is een duurzaam, structureel en vraaggericht aanbod waarbij geïnvesteerd wordt in een intensieve relatie. Dit is gebaseerd op social marketingonderzoek, waarbij gekeken wordt naar de houding t.o.v. bewegen, motivaties en barrières, belangrijke randvoorwaarden in het aanbod, hoe de doelgroep te bereiken en met ze te communiceren. Achter de Sportregie methodiek zit het SportRegie marketingmodel wat bestaat uit 10 p's. De bedoeling is dat het SportRegie marketingmodel redeneert vanuit de doelgroep en een totaaloverzicht voor de sportaanbieder biedt. Als gekeken wordt naar de 10 P's in relatie tot dit onderzoek dan kan daar de volgende invulling aan gegeven worden. Deze invulling is van belang voor de sportaanbieders om hun aanbod aantrekkelijker te maken voor mensen met lvb.

Op de volgende bladzijde staan de 10 p's uitgewerkt op basis van de uitkomsten van dit onderzoek. Sportaanbieders zouden het sporten voor mensen met lvb aantrekkelijker kunnen maken door veel meer uit te gaan van inclusief sporten. Mensen met lvb hebben veelal andere redenen om te gaan sporten dan 'reguliere sporters'. Zij willen ergens bij horen, zich fijn voelen, misschien nieuwe contacten opdoen, een dagbesteding hebben. Het sociale aspect weegt zwaarder dan het fysieke (prestatie) aspect. Bijkomend leidt het tot meer zelfstandigheid, zelfvertrouwen en ontspanning. In de promotie richting mensen met lvb, is eenvoudige communicatie een voorwaarde en deze zal op verschillende manieren ingezet moeten worden. Verder is het van groot belang dat de sportaanbieder beschikt over trainers die specifieke kennis hebben van mensen met lvb. Een sportaanbieder kan daarnaast nadenken over een buddysysteem waarbij mensen elkaar kunnen helpen en ondersteunen. De bereikbaarheid is van groot belang. Wanneer een sportaanbieder iets kan betekenen in het vervoer van mensen met lvb, zou dan van enorme meerwaarde zijn. Of een sportaanbieder kan wellicht het aanbod verspreiden over verschillende locaties en tijdstippen.

Persona

Mensen met lvb: wonen zowel thuis met veelal ambulante begeleiding, als in instellingen. Gesproken wordt over de 'gewone LVB-cliënt' en de 'LVB-cliënt met bijkomende problematiek'. Het gaat om mensen met een IQ-score tussen de 50 en 85 met een beperkt sociaal aanpassingsvermogen op ten minste twee gebieden (zoals communicatie, zelfverzorging, zelfstandig wonen, sociale vaardigheden). Vaak is er sprake van bijkomende problematiek op gebieden van leren, psychiatrische stoornissen, problemen thuis.

Prijs

Sport voor mensen met lvb financieel toegankelijk, bv door volwassenfonds, structurele subsidies of investeerders. Binnen instellingen financiële ruimte om sporten mogelijk te maken. Voldoende financiën om vervoer te regelen. Anderzijds de focus op wat sporten kan opleveren voor mensen met lvb (zie prepositie, positionering en product).

Personeel

Begeleiding van mensen met lvb is belangrijk. Het gaat vooral om duidelijke uitleg. Trainers en sportdocenten zouden specifieke kennis moeten hebben van mensen met lvb om goed te kunnen aansluiten. Begeleiding kan ook bestaan uit een buddysysteem waarbij leden andere leden gaan helpen (kan gaan om samen reizen of samen sporten). Met train de trainer waarbij trainers worden toegerust om met specifieke doelgroepen om te gaan zijn goede ervaringen opgedaan.

Partners

De intermediairs zijn SportMEE, zorginstellingen, speciaal onderwijs, vraagwijzerloketten of mensen uit het netwerk. Daarnaast is het van belang dat er een goed netwerk is waarin alle partijen vanuit sport, zorg en welzijn elkaar kunnen vinden.

Proces

Hele proces dat iemand met lvb gaat doorlopen wanneer hij/zij gaat sporten.

Prepositie

De reden voor de doelgroep om te gaan sporten zit minder op sportprestatie maar veel meer op:

- Ergens onderdeel van uitmaken;
- Dagbesteding en activering;
- Gezondheidsvoordelen behalen;
- Op sociaal gebied de kans krijgen om te ontwikkelen

Positionering

Voor mensen met een licht verstandelijke beperking draagt sporten bij aan meer zelfstandigheid, zelfvertrouwen en ontspanning.

Product

Het belangrijkste voordeel voor mensen met lvb om te gaan sporten lijkt het sociale aspect te zijn. Het gaat om de laagdrempeligheid, de gezelligheid en bijkomend de gezonde boodschap meegeven.

Plaats

Toegankelijkheid (zowel sociaal als fysiek) moet in orde zijn. Het gaat om voldoende, divers, laagdrempelig aanbod verspreid over de stad en verspreid over diverse momenten van de dag. Laagdrempelig kan bv via Huizen van de Wijk. Mensen moeten zich er prettig en veilig voelen, sociale contacten kunnen opdoen, de activiteiten kunnen doen met de medesporters die zij wensen, goede begeleiding krijgen, de afstand kunnen bereizen.

Promotie

Promotie moet via diverse kanalen gebeuren:

- Aan de hand van sportdagen, waar mensen kunnen ervaren;
- Flyers in wijken (supermarkten, buurthuizen, huizen van de wijk ed)
- Social media
- Via verwijzers als vraagwijzers
- Via woongroepen of ambulante begeleiding die mensen kunnen stimuleren tot bewegen
- Een sportmaatje meenemen, als vorm van 1-op-1 promotie en ervaren
- Gemakkelijk vindbare filmpjes maken
- Inzetten op ontmoeten tussen sport en mensen met lvb

Wie zijn degenen (personen of organisaties) die mensen met een LVB kunnen stimuleren tot sport- en beweegdeelname en wat hebben zij nodig?

In dit onderzoek zijn meerdere personen of organisaties naar voren gekomen die mensen met LVB kunnen stimuleren tot sport- en beweegdeelname.

Ervaringsdeskundigen

Ervaringsdeskundigen die zelf sporten zouden andere mensen met lvb kunnen vertellen wat het sporten en bewegen voor hen betekent. Dat kan bijvoorbeeld ook in een (promotie-)filmpje. Maar zij zouden ook andere mensen met lvb kunnen meenemen naar hun sportaccommodatie, waarbij ze een buddy zijn voor degene die meegaat.

SportMEE

SportMEE heeft sportconsulenten in dienst die op zoek kunnen gaan naar een passende sport voor mensen met lvb.

Zorg

Begeleiders kunnen een stimulerende en motiverende rol spelen voor mensen met lvb. Ambulante begeleiders zouden mensen kunnen stimuleren of motiveren tot sportdeelname. Op dit moment zijn er vaak te weinig manuren beschikbaar om begeleiders hiervoor in te zetten.

Sport

Vanuit sport zouden meer trainers zich kunnen specialiseren in het begeleiden van mensen met lvb. Verder zouden sportaanbieders wellicht voor een wat andere uitstraling kunnen kiezen, zodat iedereen zich welkom voelt om te komen sporten. Zoals eerder gezegd hebben mensen met lvb veelal een andere reden om te gaan sporten dan 'reguliere sporters'. Ontmoeting tussen sportaanbieders en mensen met lvb is een belangrijke. Mensen met lvb raken vaak enthousiast als ze het kunnen zien, beleven. Er zou meer aandacht voor begeleiding van mensen met lvb besteed kunnen worden binnen de sportopleidingen. Verder is geopperd om train-de-trainer in te zetten, waardoor al meer ervaren trainers anderen gaan trainen in omgaan met mensen met lvb.

Welzijn

Vanuit welzijn wordt er ook ingezet op activering en participatie. De Huizen van de Wijk hebben zelf vaak de beschikking over een sportruimte en organiseren laagdrempelige activiteiten voor wijkbewoners. Zij zouden meer kunnen betekenen in het stimuleren van sportdeelname door mensen met lvb.

Op dit moment is het aanbod van de Huizen in de Wijk bijvoorbeeld niet opgenomen op de website [beweegcoach](#). Dat zou al een mooie stap kunnen zijn.

Gemeente

De gemeente kan een rol spelen in het faciliteren van een en ander. Vraagwijzerloketten zouden bijvoorbeeld geattendeerd kunnen worden op doorverwijzen van mensen met lvb naar sportaanbieders. Verder is er wellicht een rol weggelegd voor de gemeente als het gaat om het in kaart brengen van het volledige aanbod, het opbouwen van een goed netwerk (zorg, sport, welzijn en gemeente) en het organiseren van bijeenkomsten met alle partijen.

Welke subgroepen voor mensen met een LVB zijn te onderscheiden voor bovenstaande vragen?

Het blijft heel lastig om een goed antwoord te krijgen op deze vraag. Wanneer alleen al wordt gevraagd naar de subgroepen voor mensen met lvb, dan valt op dat deze vraag al lastig te beantwoorden is. De doelgroep is zeer gemêleerd en varieert van mensen die zelfstandig thuis kunnen wonen, al dan niet met ambulante begeleiding tot mensen die in een instelling wonen met redelijk intensieve begeleiding. Als het gaat om het bereiken van mensen met lvb, dan is het belangrijk om goed te kijken naar de vindplaatsen van mensen met lvb. Wanneer ze nog op school zitten, of binnen een instelling wonen, dan is het gemakkelijk om ze te bereiken. Maar er zijn ook veel mensen met lvb die thuis wonen, en die zijn dan weer lastiger te bereiken.

Wat heel duidelijk naar voren komt, is dat het veelal maatwerk vereist om mensen met lvb te koppelen aan de juiste sportaanbieder. En daarna is het van belang om te blijven motiveren om ze in beweging te houden.

Aanbevelingen

Uit het onderzoek komt een aantal aanbevelingen naar voren:

Aanbod

- Maak het aanbod passend: kleinschalig, dichtbij, binnen de instelling, voldoende begeleiding etc;
- Ga uit van inclusief sporten met meer nadruk op de sociale component, dagbesteding, zelfstandigheid, zelfvertrouwen, ontspanning en gezondheidsvoordelen.
- Breng het volledige aanbod in kaart, en betrek daarbij ook de kleinere sportaanbieders.
- Bundel alle informatie op een soort van sociale kaart, gericht op 'sport en bewegen'.
- Deel het volledige aanbod breed onder alle betrokkenen.
- Maak meer gebruik van het laagdrempelige aanbod vanuit Huizen van de Wijk.

Instructeurs, begeleiding

- Investeer in het opleiden van sportinstructeurs;
- Betrek sportopleidingen en kijk of er meer aandacht mogelijk is voor het werken met bijzondere doelgroepen;
- Zet (meer) in op train de trainer, waarbij trainers gaan leren om met bijzondere doelgroepen om te gaan;
- Werk als sportclub aan een buddysysteem: leden die ergens goed in zijn helpen andere leden (kan gaan om sporten zelf, maar ook vervoer);
- Maak gebruik van de voorlichtingen die vanuit MEE Rotterdam-Rijnmond worden gegeven;
- Werk eventueel met andere sportaanbieders samen bij tekort aan goede instructeurs.

Maatwerk

Er moet meer maatwerk geleverd worden om mensen met lvb naar sport te begeleiden. De doelgroep is enorm divers (zowel qua IQ, zelfredzaamheid, eventueel bijkomende problematiek etc). Begin daarbij met kleine stapjes.

Netwerk, samenwerking

- Creëer een goed netwerk met professionals vanuit sport, zorg, welzijn, onderwijs en gemeente:
 - Elkaar kennen en het netwerk in kaart brengen is van belang, het gaat hierbij zowel om de vraag- als de aanbodkant. Maak daarbij gebruik van het voorwerk dat al gedaan is (bv SPC Rijnmond, MEE Rotterdam-Rijnmond);

- Organiseer speeddates waaraan allerlei verschillende partijen deelnemen om elkaar te leren kennen;
- Maak gebruik van middelen zoals een forum, whatsapp-groepen, een portaal, LinkedIn of Facebook;
- Goede samenwerking is heel belangrijk om de doelgroep beter te kunnen bereiken;
- Zet meer in op kennis en expertise delen, ontmoeten en elkaar over en weer informeren;
- Begin met een kleine groep bevlogen mensen en breid vervolgens uit.
- Schakel met het onderwijs over het belang van de gezonde boodschap overbrengen.
- Kijk naar het betrekken van opleidingen vanuit zorg, welzijn, sport, kunst. Stagiaires kunnen bijvoorbeeld een waardevolle rol spelen in het ondersteunen van mensen met lvb bij sporten.

Ervaringsdeskundigen, maatjes

- Maak meer gebruik van ervaringsdeskundigen, sportmaatjes, buddy's. Bijvoorbeeld voor voorlichting, vervoer, meegaan naar sportactiviteiten, promotiefilmpjes.
- Zorg voor voldoende opleidingsmogelijkheden voor maatjes en buddy's.
- Laat alle sporters met lvb een keer iemand gratis nemen naar de sportclub.
- Investeer in meer (in training en scholing van) buddy's en maatjes.

Randvoorwaarden

- Randvoorwaarden (financiën, manuren, vervoer, passende begeleiding) moeten in orde zijn.
- Qua vervoer is de suggestie om te onderzoeken of sportclubs een busje in bruikleen krijgen om leden te vervoeren.
- Binnen zorginstellingen zouden medewerkers de opdracht en de tijd moeten krijgen om met cliënten mee te gaan naar sportactiviteiten.

Promotie, communicatie, stimuleren

- Maak een communicatieplan over het promoten van sport bij mensen met lvb en zet in op promoten via diverse kanalen.
- Werk vormen van digitale ondersteuning uit die helpend kunnen zijn om mensen met lvb in beweging te krijgen én te houden (denk aan apps).
- Denk na over een beloningssysteem wat helpend kan zijn om mensen met lvb in beweging te krijgen én te houden.
-

BIJLAGEN

Bijlage 1: overzicht deelnemers onderzoek

organisatie	Naam en functie
Zorg en welzijn	
ASVZ	Anne Rosendaal, teamleider
Stichting STRAS/Accent Avondschoon	Gerben Lems, directeur
Stichting Middin	Hanneke Woudt, zorgmanager
Pameijer	<ul style="list-style-type: none"> • Chris van der Putten, kwaliteitsmedewerker • Cindy Smits, junior productontwikkelaar
MEE Rotterdam Rijnmond	<ul style="list-style-type: none"> • Marjolijn de Boer, sportconsulent en projectleider SportMEE • Yvonne Hendriks, groepsvoorlichting • Wilma Bruinen, groepsvoorlichting • Liesbeth van den Nieuwenhuizen, groepsvoorlichting
SOL Welzijn	Femke Hartendorp
Ervaringsdeskundigen	
MEE Rotterdam Rijnmond	<ul style="list-style-type: none"> • Elevania van Gijzen, ervaringsdeskundige MEE RR • Jolanda, ervaringsdeskundige MEE RR • Betsie de Korte, ervaringsdeskundige MEE RR
RVV Blijdorp	Kevin, speller G-team
Sterkplaats Rotterdam	Tim, ervaringsdeskundige Sterkplaats
Sport	
Free to Move	Chantalle Chapusot
Feijenoord Handbal	Nicolien de Wit
RVV Blijdorp	Muel van Bunge, trainer G-team
Stichting Plons	Diana de Winter, bestuur
Stichting Misiconi	Joop Oonk
Special Olympics	<ul style="list-style-type: none"> • Natascha Bruers, evenementen • Rachel Richardson, manager marketing en communicatie
Sportschool Kimaita	Peter van der Sluis, eigenaar
Sport Performance Centre Rijnmond	Maarten Stiggelbout, buurtsportcoach en coordinator maatschappelijk programma
Gemeente, Sportsupport en Sportbedrijf	
Gemeente Rotterdam	Karina van Schaik, beleidsadviseur
Sportbedrijf Rotterdam	<ul style="list-style-type: none"> • Robert-Jan Tamis, productspecialist afdeling Sportprogrammering • Roderique van der Weele, sportregisseur • Eva van Stiphout, sportregisseur • Belinda Janszen, sportregisseur
Stichting Rotterdam Sportsupport	<ul style="list-style-type: none"> • Kim Santbulte, projectleider • Fieke de Goede, vervangt Kim

Bijlage 2: gesprekshandleiding interviews

Inleiding

Gemeente Rotterdam, Stichting Rotterdam Sportsupport en Sportbedrijf Rotterdam hebben behoefte aan meer kennis over hoe mensen met LVB gestimuleerd kunnen worden om te sporten en te bewegen. Ik ga daarom in gesprek met verschillende organisaties en ervaringsdeskundigen inzicht te krijgen in de wijze waarop sportaanbieders hun aanbod en aanpak beter kunnen laten aansluiten op mensen met LVB, zodat ze meer gaan sporten en bewegen. Daarnaast willen we inzicht krijgen in de wijze waarop we mensen met LVB kunnen bereiken om aan sportactiviteiten deel te nemen.

Voorstellen

Naam, functie

Openingsvraag

- Wat is jouw relatie met de LVB-doelgroep?
- Werk je zelf met de doelgroep LVB?
- Welke subgroepen zie jij?

Participatie

Hoe zou jij de participatie van de LVB-doelgroep momenteel omschrijven?

(doorvragen naar verschillende subgroepen)

Huidige aanbod

- Kun je vanuit jouw perspectief iets vertellen over het huidige aanbod? *(wat is er, wat is er niet, op wat voor locaties, waar is het aanbod, is het specifiek gericht op bepaalde subgroepen, is het aangepast sporten?)*
- Hoe zou je aanbod kunnen stimuleren?

Aanpak sportparticipatie

- Ken jij een voorbeeld van een bepaalde aanpak om sportparticipatie te stimuleren die wel werkt bij de LVB-doelgroep?
- En wat werkt juist niet?
- Welke partijen/ personen kunnen mensen met een LVB stimuleren om te gaan sporten/ welke rol de sociale omgeving speelt (wie kan de doelgroep stimuleren).
- Hoe bereik je de doelgroep mensen met LVB?

Kansen & belemmeringen

- Welke kansen zie je als het gaat om het stimuleren van sportparticipatie?
- En welke belemmeringen zie je?

Belangrijke partijen

Welke partijen zouden nog meer betrokken moeten worden bij dit onderzoek?

Tips

Wat is volgens jou van belang om mee te nemen in de groepsgesprekken?

Bijlage 3: gesprekshandleiding focusgroepen

Voorstellen

1. Marion stelt zich kort voor
2. Wie bent u? (functie, link met de doelgroep LVB): naambordjes neerzetten

Presentatie uitkomsten interviews & vertoning filmpje

Marion presenteert de uitkomsten uit de interviews en vertoont een van de videoportretten. Alle deelnemers krijgen een rode/groene kaart. Tijdens de presentatie wordt per slide gevraagd of de resultaten al dan niet herkenbaar zijn. Indien mensen een rode kaart opsteken zal gezocht worden naar nuancerings/aanvulling.

OPZET SESSIE

We gaan nu vooral kijken naar oplossingen, kansen en mogelijkheden. Dat doen we in drie verschillende blokken. In de brainstorm nemen we de punten uit het vooronderzoek en daar gaan we op voortborduren. Jullie hebben allemaal een infographic waarin al uitkomsten (tot nu toe) gepresenteerd staan. We gaan vooral met elkaar kijken hoe we deze informatie kunnen aanvullen met oplossingen en ideeën. Op tafel liggen (of aan de muur hangen) grote vellen papier. Daarop zijn onderstaande thema's opgenomen.

HOE KUNNEN WE HET HUIDIGE AANBOD TOEGANKELIJK(ER) MAKEN?

Hoe gaan we van huidig aanbod naar passend aanbod?

1. Moet er nog extra aanbod bij? (*uit het vooronderzoek blijkt van niet*)
2. Personeel: wat wordt verwacht van personeel en wat verwacht de doelgroep? Hoe krijg je dat voor elkaar? Wat moeten sportaanbieders doen?
3. Vindbaarheid/bereikbaarheid sportaanbod (**p**laats: denk aan locatie aantrekkelijk en toegankelijk maken, openingstijden, dichterbij brengen, aanwezig zijn)
4. Hoe maken we de weg naar de sportaanbieder gemakkelijker?
5. Hoe gaan we om met financiën?

HOE KUNNEN WE DE DOELGROEP MENSEN MET LVB MOTIVEREN OM TE GAAN SPORTEN?

6. Mensen met LVB (**p**ropositie: hoe zien ze sporten, welke behoefte hebben ze en waarom gaan ze?)
7. Vindbaarheid en bereikbaarheid doelgroep LVB. Hoe vinden we mensen met een LVB die wellicht nog nergens in beeld zijn?
8. Sporten is meer dan bewegen (**p**roduct: welke voordelen, wat bereik je ermee?)
9. Ideeën voor promotie (**p**romotie: boodschap, tone of voice, kanalen)
10. Wat verwachten mensen met LVB van de sportaanbieders?

ORGANISATIE & RANDVOORWAARDEN

11. Welke rol hebben verschillende partners? (zorg, sport, welzijn, gemeente). Rol van (speciaal) onderwijs
12. Samenwerking verschillende partners (**p**artners: wie kan je helpen om aanbod te versterken)

SAMENVATTING

Korte samenvatting van wat we met elkaar hebben opgehaald aan informatie. Zijn er nog aanvullingen?

Tot slot

Heeft u tot slot nog iets wat u wilt meegeven wat van belang kan zijn voor deze beleidsevaluatie?

Bijlage 4: aanvraagformulier voorlichting/training MEE Rotterdam Rijnmond



Aanvraagformulier voorlichting/training/test MEE Rotterdam Rijnmond

Naam instelling/organisatie	
Adres instelling/organisatie	
Naam contactpersoon	
Telefoonnummer	
E-mail	
Adres voorlichting/training	
Invalidentoilet aanwezig	
Lift aanwezig	
Datum aanmelding	
Doelgroep	
Aantal deelnemers	
Soort voorlichting/training: visueel, auditief, motorisch, LVB, autisme, NAH, chronisch ziek of motorische vaardigheden jonge kinderen	
Voorlichting van 1½ uur of training van 2½ uur?	
Online of live?	
Beamer/smartboard aanwezig (alleen bij ASS en LVB)?	
Test van brief/website/flyer/app?	
Specifieke wensen	
Voorstel data	
Voorstel tijd	
Heeft deze groep al eerder voorlichting/training van MEE gehad?	
Opmerkingen	

Graag terugsturen naar: groepsvoorlichting@meerrotterdam.nl

Literatuur

- Beer, de Y. (2016). *Kompas Licht verstandelijke beperking. Definitie, aspecten en ondersteuning*. Uitgeverij SWP, Amsterdam.
- Douma, J. (2018). *Jeugdigen en (jong)volwassenen met een licht verstandelijke beperking: Kenmerken en de gevolgen voor diagnostisch onderzoek en (gedrags)interventies*. Utrecht: Landelijk Kenniscentrum LVB.
- Eggink, E., I. Woittiez & M. de Klerk (2020). *Maatwerk in meedoen: Een vergelijking van zelfredzaamheid, hulpbronnen en kwaliteit van leven tussen mensen met en zonder een verstandelijke beperking*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Gemeentelijke Kinderombudsman (2022). *Hoor en zie mij! Ervaringen van kinderen en jongeren met een beperking in het dagelijks leven*.
- Haarman, H. H. Voss & H. Boeije (2019). *Sporten en bewegen door mensen met een lichte verstandelijke beperking Belemmeringen en mogelijkheden*. Utrecht, Nivel.
- Hoekstra L., P. van de Looij-Jansen, E. Mandos, A. de Vos (2018). *Lvb in gemeentelijk beleid en praktijk*. Gemeente Rotterdam, Onderzoek en Business Intelligence.
- Lindert, C. van, K. Wezenberg-Hoenderkamp, M. De Jonge, D. Ruikes, M. Noordzij en L. Van der Meijde (2021). *Sport in Rotterdam toegankelijk voor iedereen? Onderzoek naar de sportmogelijkheden voor mensen met een beperking in Rotterdam*. Utrecht, Mulier Instituut.
- Meys, A. (2016). *Meedoen in de samenleving: wat hebben mensen met een licht verstandelijke beperking daarvoor nodig?* Nijmegen: Regionaal Platform Ervaringskennis (RPE).
- Ministerie van Financiën. (2019). *Interdepartementaal beleidsonderzoek Mensen met een licht verstandelijke beperking*. Den Haag: Ministerie van Financiën.
- Schrijver, E., D. van Eden, E. Damhuis & E. Hofman (2022). *Meedoen met een licht verstandelijke beperking. Literatuurverkenning over vrijetijdsbesteding door mensen met een licht verstandelijke beperking*. Utrecht, Movisie.
- Stam, W. van, A. Brandsema, M. De Jonge, S. Maasdam en C. Van Lindert (2018). *De organisatie van sportaanbod voor mensen met een beperking*. Utrecht, Mulier Instituut.
- Wieland J. (2016). *Psychopathology in borderline intellectual functioning. Explorations in secondary mental health care*. Universiteit Leiden.