

Inspiratiesheet

Doelgroep & ondernemende sport

Op deze inspiratiesheet vind je voorbeelden van beweegactiviteiten voor maatschappelijke doeleinden, die ondernemende sportaanbieders (kunnen) uitvoeren. De activiteiten zijn ingedeeld op basis van kwetsbare doelgroepen. Vaak kunnen ook andere ondernemende sportaanbieders in jouw gemeente dit aanbod uitvoeren.

Wil je aan de slag met specifieke doelgroepen of activiteiten? Of wil je sparren over andere mogelijkheden? Neem dan contact op met onze projectleider sport/zorg/welzijn, Rachèl van Barneveld, via rachel@pos.nl.

➤ **Bekijk deze sheet ter inspiratie voor het inzetten van ondernemende sport om lokale maatschappelijke doelen voor kwetsbare inwoners te behalen.**

Cijfers over kwetsbare doelgroepen & ondernemende sport

Er zijn vier (kwetsbare) doelgroepen die het minst bewegen en alle vier sporten vaker bij ondernemende sportaanbieders dan bij verenigingen (CBS, 2019-2023).*

Een aantal interessante cijfers:



Volwassenen in een lage sociaaleconomische positie (SEP)

24% sport wekelijks, en **31%** voldoet aan de beweegrichtlijn. Van degenen die sporten, sport minstens **38%** bij ondernemers tegenover **24%** bij verenigingen.



Volwassenen met een niet-westerse migratieachtergrond

42% sport wekelijks, en **39%** voldoet aan de beweegrichtlijn. Van degenen die sporten, sport **54%** bij ondernemers tegenover **19%** bij verenigingen.



Volwassenen met een beperking

23% sport wekelijks, en **21%** voldoet aan de beweegrichtlijn. Van degenen die sporten, sport minstens **45%** bij ondernemers tegenover **23%** bij verenigingen.



65-plussers

36% sport wekelijks, en **38%** voldoet aan de beweegrichtlijn. Van degenen die sporten, sport **44%** bij ondernemers tegenover **36%** bij verenigingen.

*Later dit jaar verwachten we nieuwe cijfers van het RIVM over deze doelgroepen; op basis daarvan werken we dit document bij.

Inhoudsopgave

Doelgroep: 0-4-jarigen	03
Doelgroep: 4-18-jarigen	04
Doelgroep: mentale uitdagingen	05
Doelgroep: overgewicht	06
Doelgroep: chronische aandoening of beperking	07
Doelgroep: afstand tot onderwijs/arbeidsmarkt	08
Doelgroep: lage SEP	09
Doelgroep: senioren	10

Doelgroep 0-4-jarigen (inclusief eerste 1000 dagen)

Activiteiten voor deze doelgroepen sluiten aan bij onder andere onderstaande thema's/programma's

- **GALA**
 - Kansrijke start
- **Sportakkoord**
 - 0-4-jarigen



Voorbeelden van mogelijkheden

- Verzorgen beweegaanbod voor bijvoorbeeld:
 - De jongste jeugd (Voetjebal, Monkey Moves, Panasj)
 - Vrouwen voor/na zwangerschap
 - Peuterscholen & opvang
- Scholing voor professionals in voorscholen & opvang, voor hun beweegaanbod
- Gezonde leefstijl gedurende zwangerschap



Meer informatie?



+31 6 42075512



rachel@pos.nl

Doelgroep 4-18-jarigen

Activiteiten voor deze doelgroepen sluiten aan bij onder andere onderstaande thema's/programma's

➤ Sportakkoord

- Verhogen sportdeelname en verlagen sportuitval bij jongeren (12-18-jarigen)

➤ Kennismakingsprogramma's sportstimulering (via sportbedrijf)



Voorbeelden van mogelijkheden

➤ Kennismakingslessen op scholen en opvang

➤ Samenwerking met verenigingen voor bijv. aanvullende training voor selectieteams

➤ Samenwerking met verenigingen voor behouden 12-18-jarige jeugd (bijv. fitnessaanbod naast het reguliere verenigingsaanbod)

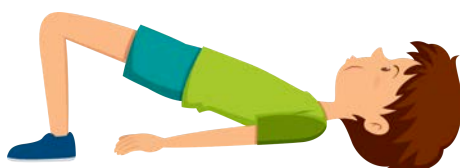
➤ Swapgym Rotterdam

➤ Obstacle runs op school YU MAN RACE

➤ Judo en jeugdfitness op school Club den Edel

➤ Freerunning

➤ Sportaanbod bij open sportparken



Meer informatie?



+31 6 42075512



rachel@pos.nl

Doelgroep

Mentale uitdagingen

Activiteiten voor deze doelgroepen sluiten aan bij onder andere onderstaande thema's/programma's

➤ GALA

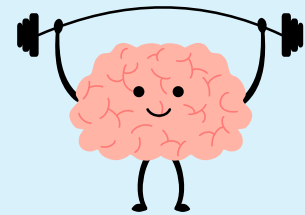
- Mentale weerbaarheid en gezondheid

➤ Sportakkoord

- Effectievere toeleiding van inactieve mensen naar sport

➤ Integraal Zorgakkoord (IZA)

- Gezond leven en preventie



Voorbeelden van mogelijkheden

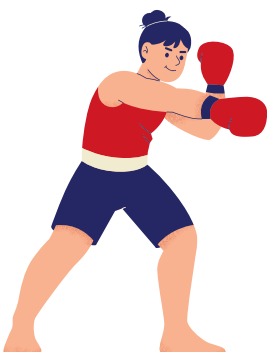
➤ Beweegaanbod met mentale begeleiding

- Vanuit eigen expertise of in samenwerking met experts
- Boulderhal Delfts Bleau - Beweegprogramma re-integratie i.s.m. GGD
- Boksclub Bommel - vechtsport incl. psycholoog en jeugd- en gezinsprofessional, onderdeel van jeugdzorgketen

➤ Weerbaarheid door (vecht)sport

- Tabonon Zwolle - vechtsport, zorg en welzijn
- Top Fit Hoogeveen - dans en weerbaarheid

➤ Opleiden bsc & sportaanbieders i.s.m. Augeo



Meer informatie?



+31 6 42075512



rachel@pos.nl

Doelgroep Overgewicht

Activiteiten voor deze doelgroepen sluiten aan bij onder andere onderstaande thema's/programma's

➤ GALA

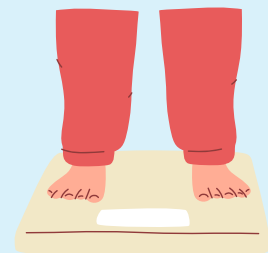
- Overgewicht
- Gezonde leefstijl
- Ketenaanpak

➤ Sportakkoord

- Effectievere toeleiding van inactieve mensen naar sport

➤ Integraal Zorgakkoord (IZA)

- Gezond leven en preventie



Voorbeelden van mogelijkheden

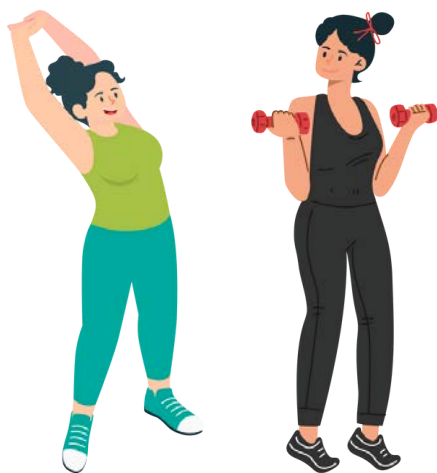
➤ Integraal (beweeg)programma tegen overgewicht

➤ Active Life – Wellness Profi Center

➤ Slow Sports

➤ Ketenaanpak Kind naar Gezonder Gewicht (KNGG) – ook voor volwassenen

- I.s.m. GLI bij fitness- of preventiecentra
- XFITTI



Meer informatie?



+31 6 42075512



rachel@pos.nl

Activiteiten voor deze doelgroepen sluiten aan bij onder andere onderstaande thema's/programma's

➤ **GALA**

- Overgewicht
- Gezonde leefstijl

➤ **Sportakkoord**

- Effectievere toeleiding van inactieve mensen naar sport



Integraal Zorgakkoord (IZA)

- Gezond leven en preventie

➤ **Lokale inclusie Agenda Sport en bewegen (LIA)**

➤ **VNG 'Iedereen doet mee'**

➤ **Strategie Sporten met een handicap**



Voorbeelden van mogelijkheden

➤ **Aangepast beweegaanbod, met professionele begeleiding**

- Meervoudig aanbod in preventiecentra
- Nationale Diabetes Challenge
- Parkinson boksen
- SlowRun
- Feellife Purmerend
- Uniek sporten
- Basic Fit – Adaptive Fit Programma



Meer informatie?



+31 6 42075512



rachel@pos.nl

Doelgroep

Afstand tot onderwijs/arbeidsmarkt

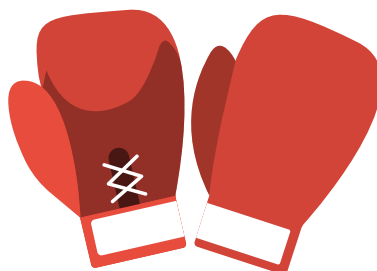
Activiteiten voor deze doelgroepen sluiten aan bij onder andere onderstaande thema's/programma's

- Participatie
- Jeugd(zorg)
- Criminaliteit en veiligheid
- Sportakkoord
 - Effectievere toeleiding van inactieve mensen naar sport



Voorbeelden van mogelijkheden

- Re-integratie- of preventieve programma's met sport als middel
 - Out of the box - Boxercise
 - Turn-Over
- Sport als onderdeel van een re-integratieprogramma
- Extra sportaanbod voor jongeren die (verhoogde kans hebben op) uitvallen
- Beweegaanbod binnen NPLV wijken
 - Preventie met Gezag



Meer informatie?



+31 6 42075512



rachel@pos.nl

Doelgroep Lage SEP

Activiteiten voor deze doelgroepen sluiten aan bij onder andere onderstaande thema's/programma's

> GALA

- Terugdringen gezondheidsachterstanden
- Overgewicht
- Gezonde leefstijl



> Sportakkoord

- Effectievere toeleiding van inactieve mensen naar sport

> Armoedebeleid

Voorbeelden van mogelijkheden

> Fitness Loont

> Jeugdfonds Sport & Cultuur en Volwassenenfonds Sport & Cultuur

- Veel aanvragen bij ondernemende sportaanbieders

> BasicFit

> Vechtsport in de schilderswijk - Bettah Boxing Gym



Meer informatie?



+31 6 42075512



rachel@pos.nl

Doelgroep Senioren (Inclusief eenzaamheid)

Activiteiten voor deze doelgroepen sluiten aan bij onder andere onderstaande thema's/programma's

➤ GALA

- Ketenaanpak valpreventie
- Versterken sociale basis

➤ Sportakkoord

- Effectievere toeleiding van inactieve mensen naar sport

➤ Integraal Zorgakkoord (IZA)

- Gezond leven en preventie



Voorbeelden van mogelijkheden

➤ Valpreventie

- Wel gescreend, maar komt niet in aanmerking voor de interventie
- Interventie gevolgd, maar geen structureel vervolgaanbod
- Interventie/cursus valpreventie
- Reggy Laatsch Freerunning – valpreventie

➤ Ouderenfonds Beweegweek

➤ NestorGym

➤ Gezond Out Bootcamp



Meer informatie?



+31 6 42075512



rachel@pos.nl