



NAAR EEN SOCIAAL GEZONDE SAMENLEVING: BENUT DE PREVENTIEVE KRACHT VAN SPORT

Wij, Stichting Life Goals Nederland, maken ons zorgen over de grote groep mensen in Nederland die door ons sociale vangnet valt. Het aantal dak- en thuislozen is in 10 jaar tijd verdubbeld, de wachtlijsten van de GGZ worden alsmar langer en jongeren hebben steeds minder perspectief op een baan. Voor de coronacrisis zat al 4% van alle Nederlanders in een zeer kwetsbare positie (een combinatie van laagopgeleid, laag inkomen, uitkeringsgerechtigd en een slechte gezondheid)¹. Deze groep is de laatste 2 jaar nog veel groter geworden, wat schrikbarende gevolgen voor het welzijn van mensen heeft.

SPORT = PREVENTIE

Een effectief instrument om mensen weerbaar te laten zijn, in plaats van kwetsbaar, is sport. Sport heeft een krachtige preventieve werking. Zowel op het gebied van fysieke en mentale gezondheid als gedrag. Het zorgt voor een vitaal en actief leven en het maakt mensen veerkrachtig². Vooral jongeren hebben baat bij de preventieve werking die sport heeft. Het helpt aantoonbaar bij het verbeteren van de Positieve Gezondheid en het maken van positieve keuzes richting werk en studie. De Life Goals programma's en projecten laten dit ook zien³. Bovendien is sport een goede economische keuze: €1 investeren in

sport levert €2,50 op⁴. Als je deze euro inzet voor sport voor mensen in een kwetsbare positie is het rendement nog hoger⁵.

Daarom roept Stichting Life Goals Nederland de lokale overheid op om sport voor mensen in een kwetsbare positie een structureel en integraal onderdeel te laten zijn van het sociaal- en gezondheidsbeleid. Stichting Life Goals Nederland is graag betrokken bij het vormgeven van dit beleid.

1 Wennekers, J. B. (2019). [De Sociale Staat van Nederland](#).

2 Bailey et al. (2013). Physical activity: an underestimated investment in [human capital](#)?

3 Stichting Life Goals Nederland (2021). [Impact van Life Goals](#)

4 Rebel, Mulier Instituut (2019). [De SROI van Sport en Bewegen](#)

5 Society Impact (2019). [Wat is Life Goals waard?](#)

Hierbij doen wij 5 suggesties om te werken aan een sociaal gezonde gemeente met sport als preventiemiddel.

1. Zet de preventieve kracht van sport in tijdens het vormen van de gemeenteraden

Met de gemeenteraadsverkiezingen voor de deur is dit het moment om sport als preventiemiddel een integraal onderdeel te maken van het sociaal en gezondheidsbeleid. Juist lokaal, in een brede coalitie kun je het verschil maken. Werk samen met sport-, zorg-, en welzijn-organisaties aan een breed gedragen beleid waar preventie met sport als middel een centrale positie heeft.

2. Buurtsportcoach: opschalen en bijscholen

Hoewel de Buurtsportcoachregeling mooie resultaten laat zien, zijn er te veel kwetsbare groepen die niet of nauwelijks worden bereikt. Nog niet alle gemeenten maken maximaal gebruik van de Buurtsportcoachregeling. Als er nog ruimte is om op te schalen, zorg dan dat deze extra fte's specifiek worden ingezet voor kwetsbare groepen. Zij redden het niet zonder de professionele begeleiding die Buurtsportcoaches bieden. Bovendien wordt het echte verschil voor een vitale samenleving gemaakt door het in beweging brengen van kwetsbare groepen.

Daarnaast is er een duidelijke behoefte aan meer kennis over kwetsbare doelgroepen⁶. Daarom moeten zij beter toegerust worden om sport effectief in te zetten als preventiemiddel. Een manier

daartoe is het bijscholen van Buurtsportcoaches tot Maatschappelijk Sportcoach. Zo raken zij dieper tot in de haarvaten van de samenleving en worden zij samen met zorg- en welzijnspartijen beter toegerust om de preventieve kracht van sport te verzilveren.

3. Sport in het Preventie Akkoord Mentale Gezondheid

De roep om een Nationaal Preventie Akkoord Mentale Gezondheid vanuit verschillende maatschappelijke organisaties is groot. Wij onderschrijven deze oproep en gelukkig is hier gehoor aan gegeven in het nieuwe coalitieakkoord⁷. Mentale weerbaarheid wordt onderdeel van het Preventieakkoord. Gebruik dit bij het vormgeven van de lokale Preventieakkoorden. Maak sport een essentieel onderdeel van het werken aan de preventie van mentale gezondheid en leg dit vast in het lokale preventieakkoord.

4. Gebruik de Maatschappelijke Diensttijd om kwetsbare jongeren te activeren

De Maatschappelijke Diensttijd (MDT) heeft zichzelf de afgelopen jaren bewezen als project dat zorgt voor participatie en het ontwikkelen van belangrijke maatschappelijk vaardigheden van jongeren. De MDT-interventie *Set Your Life Goals*⁸ richt zich specifiek op jongeren die thuis zitten. Door samen te sporten ontdekken zij hun talenten en werken ze aan maatschappelijke participatie. Zet dit soort kant-en-klare interventies in om jongeren te inspireren en te motiveren om te werken aan hun toekomst.

6 Mulier Instituut (2021). [De stand van zaken bij de inzet van buurtsportcoaches](#).

7 [Coalitieakkoord](#) 'Omzien naar elkaar, vooruitkijken naar de toekomst' (2021)

8 Stichting Life Goals Nederland (2021). [Set Your Life Goals](#)

STICHTING LIFE GOALS NEDERLAND

Stichting Life Goals Nederland zet zich al ruim 10 jaar in om via sport sociaal kwetsbare doelgroepen te betrekken bij de samenleving. Wij hebben daarvoor een succesvolle aanpak ontwikkeld die erkend is als [interventie in het sociaal domein](#). Een belangrijk onderdeel van onze aanpak is de samenwerking tussen gemeenten, zorginstellingen en sportverenigingen. Gezamenlijk zetten wij in 30 gemeenten de preventieve werking van sport in om bij te dragen aan vitaliteit, leefbaarheid en participatie. Daarmee bereiken we jaarlijks duizenden kwetsbaren die we via onze eigen impact monitor volgen. Naast onze impact in de praktijk zetten we ons in breder in om sport voor mensen in een kwetsbare positie toegankelijk te maken. Dit doen wij o.a. als partner in de Alliantie Sport en Bewegen voor Iedereen.