

EFFECT VAN LIFE GOALS FESTIVALS OP KWETSBARE MENSEN

In samenwerking met de Universiteit Utrecht heeft Stichting Life Goals Nederland onderzoek gedaan naar de effecten van Life Goals Festivals op kwetsbare doelgroepen. Life Goals Festivals zijn sport- en beweegevenementen georganiseerd door Life Goals partners.

ER ZIJN INTERVIEWS GEHOUDEN MET

- Twee medewerkers van Life Goals Nederland
- Organisatoren van vier Life Goals Festivals in 2022
- Tien deelnemers van vier verschillende Life Goals Festivals zowel tijdens het Life Goals Festival als een maand na het Life Goals Festival



WELKE ASPECTEN VAN EEN LIFE GOALS FESTIVAL ZORGEN ERVOOR DAT KWETSBARE DOELGROEPEN DOORGAAN MET SPORTEN EN BEWEGEN?

RESULTATEN

De deelnemers gaven aan dat onderstaande aspecten van een Life Goals Festival van invloed zijn op het doorgaan met sporten en bewegen:

- **Plezier** vanwege het verbeteren van een voor de deelnemer al bekende sport en het kennismaken met een nieuwe sport;
- **Begeleiding** vanwege het bieden van mentale steun, enthousiasmeren om te sporten en het 'leren' van een nieuwe sport;
- **Structuur** vanwege de wekelijkse sportmomenten en periodieke festivals;
- **Verbinding** door het gezamenlijk sporten;
- **Groepsgevoel** door de verschillende achtergronden en problematieken;
- **Sociaal contact** en het leren van communicatieve vaardigheden;
- Het hebben van een **stip op de horizon** voor de deelnemers om naartoe te werken.

in samenwerking met



WELKE ASPECTEN VAN EEN LIFE GOALS FESTIVAL ZORGEN VOOR EEN POSITIEVE ERVARING ONDER KWETSBARE DOELGROEPEN?

RESULTATEN

De deelnemers gaven aan dat onderstaande aspecten van een Life Goals Festival zorgen voor een positieve ervaring:

- Een sportevenement met **soortgelijken**;
- De **laagdrempeligheid** om mee te willen doen, uitgedaagd te worden en zelfvertrouwen op te doen;
- De **activiteiten** die georganiseerd worden (deelnemers hebben een voorkeur voor voetbal, ook bij de side-events);
- De **begeleiding** voor en tijdens het evenement;
- De **voorzieningen** (het verzorgen van een goede lunch, goede velden, mooie omgeving, uitdelen van prijzen)
- Het **socialiseren** en verbeteren van bestaande sociale kringen;
- De **structuur** vanwege de wekelijkse sportmomenten in de voorbereiding tot een festival.

Er zijn vier korte termijn effecten van de Life Goals Festivals gevonden:



Verbetering van sociale vaardigheden



Verlagen van drempels



Vergroten van zelfvertrouwen



Het ontstaan van plezier ten aanzien van sport

AANBEVELINGEN

De Universiteit Utrecht doet de volgende aanbevelingen aan Life Goals Nederland en haar partners om Life Goals Festivals nog succesvoller te laten zijn:

1. Behoefteteonderzoek naar de sporten die de deelnemers tijdens de wekelijkse sportmomenten en de Life Goals Festivals willen beoefenen.
2. Side-events voor kinderen om het zo makkelijker te maken voor ouders om naar de Life Goals Festivals te komen.
3. Sportactiviteiten opsplitsen in laagdrempelig en prestatiegericht zodat deelnemers vervuld worden in hun behoefte.

in samenwerking met



Universiteit Utrecht

Het hele onderzoek in samenwerking met de Universiteit Utrecht is [hier](#) te vinden.

www.stichtinglifegoals.nl