



Factsheet

Wat is de sociaaleconomische waarde van sport en bewegen?

Sport en bewegen heeft verschillende positieve en negatieve effecten. Maar wat zijn precies die effecten en wat levert dit op voor de maatschappij? In deze factsheet nemen we je mee in de sociaaleconomische waarde van sport en bewegen. Wij laten zien wat de effecten zijn, wat sport en bewegen in euro's kan opleveren en wat jij hier als buurtsportcoach verder mee kunt.

Welke effecten heeft sport en bewegen?

Om de waarde van sport en bewegen uit te leggen, beginnen we bij het [Human Capital Model](#). Hierin staan 80 verschillende effecten op het gebied van sport en bewegen. Dit model is in 2013 ontwikkeld door Richard Bailey en medeonderzoekers. Op basis van een literatuurstudie hebben zij de effecten van sport en bewegen verdeeld in zes verschillende waarden. Deze waarden staan op de volgende pagina.





Fysieke waarde:

deze waarde beschrijft de effecten van sport en bewegen op onze gezondheid. Sport en bewegen verkleint het risico op bepaalde ziektes en aandoeningen. Daarnaast worden botten en spieren sterker.



Emotionele waarde:

sport en bewegen beïnvloedt de mentale gezondheid. Sport en bewegen kan zorgen voor plezier en minder stress. Ook depressie en angstklachten kunnen verminderd worden door sport en bewegen, mits dit in een veilige omgeving gebeurt.



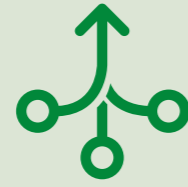
Persoonlijke waarde:

sport en bewegen is een mooie manier om verschillende vaardigheden aan te leren, zoals discipline, sportiviteit en het stellen van doelen. Hierbij is een veilige omgeving en de nadruk leggen op deze vaardigheden van belang.



Sociale waarde:

deze waarde beschrijft hoe sport en bewegen kan bijdragen aan sociale vaardigheden, een sociaal netwerk en meer maatschappelijke betrokkenheid. Een voorwaarde is dan wel, dat sport en bewegen voor iedereen toegankelijk moet zijn.



Intellectuele waarde:

voldoende bewegen helpt voor de concentratie en de verwerkingssnelheid van informatie. Er zijn aanwijzingen dat sport en bewegen ook het leren positief kan beïnvloeden, maar deze resultaten zijn niet eenduidig.



Financiële waarde:

al deze verschillende waarden zorgen ervoor dat iemand productiever is en minder vaak verzuimt. Daarnaast zorgt de kleinere kans op ziektes voor minder zorgkosten. Dit bespaart de samenleving veel geld.

Positieve Gezondheid

Positieve Gezondheid is een andere manier van kijken naar gezondheid. In plaats van gezondheid te zien als de aan- en afwezigheid van ziekte, kijkt Positieve Gezondheid breder. Hierbij gaat het om de eigen regie op een zinvol en gezond leven. Om dit te bereiken is sport en bewegen een mooi middel. Het Human Capital Model en het spinnenweb van Positieve Gezondheid hebben veel raakvlakken met elkaar.

‘Lichaamsfuncties’ van Positieve Gezondheid komt overeen met de fysieke waarde van het Human Capital Model: je gezond voelen, fit zijn, klachtenvrij zijn en conditie staan hier centraal.

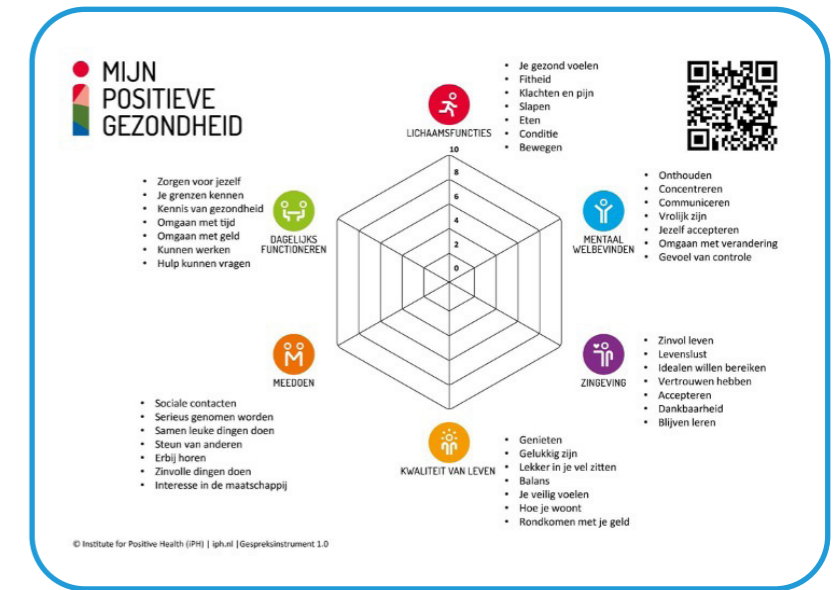
‘Mentaal welbevinden’ heeft overeenkomsten met de intellectuele waarde van het Human Capital Model: door sport en bewegen is de concentratie beter, het helpt cognitieve achteruitgang bij ouderen tegen te gaan en bevordert de verwerkingsnelheid van informatie. Hiernaast heeft het overeenkomsten met de persoonlijke waarde van het Human Capital Model: sport en bewegen helpt bij het aanleren van bepaalde levensvaardigheden en dit helpt bij het voelen van zelfmanagement en mentale veerkracht.

‘Mentaal welbevinden’ en ‘Kwaliteit van leven’ van Positieve Gezondheid hebben overeenkomsten met de emotionele waarde van het Human Capital Model: door sport en bewegen zit je beter in je vel en heb je minder kans op angsten en depressie.

‘Meedoen’ van Positieve Gezondheid heeft overeenkomsten met de sociale waarde van het Human Capital Model: via sport heb je de mogelijkheid om aan een sociaal netwerk te bouwen en iemand maatschappelijk betrokken te maken.

‘Dagelijks functioneren’ van Positieve Gezondheid heeft overeenkomsten met de financiële waarde van het Human Capital Model: door minder risico op bepaalde ziekten is er een lager ziekteverzuim en mensen die actief zijn hebben een hogere productiviteit. Sport en bewegen heeft dus invloed op het kunnen werken en op je werk goed kunnen uitvoeren.

‘Zingeving’ van Positieve gezondheid raakt aan de algehele voordelen van sport en bewegen: sport en bewegen geeft een bepaald doel in het leven.



Lees meer over de effecten van Human Capital Model in het artikel [Effecten van sporten en bewegen in het Human Capital Model](#).

Om deze effecten te behalen is er een aantal [werkzame elementen](#) die richting geven om een interventie of beweegprogramma in te richten.



Wil je nog meer uitleg over hoe het Human Capital Model werkt en wat je er mee kan, bekijk dan dit [webinar](#).



Kenniscentrum Sport & Bewegen heeft het oorspronkelijke model van Bailey doorontwikkeld in een **interactief model**. Hier vind je per effect een omschrijving, achtergrondartikelen, erkende interventies en producten die helpen het effect te bereiken. Ook staan daar de contactgegevens van inhoudelijke experts van Kenniscentrum Sport & Bewegen.



Lichaamsfuncties



Mentaal welbevinden



Zingeving



Kwaliteit van leven



Meedoen



Dagelijks functioneren



Lees hier het artikel met de koppeling tussen het Human Capital Model en Positieve Gezondheid:

[Hoe dragen sport en bewegen bij aan Positieve Gezondheid](#)

Praktijkvoorbeelden en een stappenplan vind je in het artikel:

[Hoe pas je Positieve Gezondheid toe in de praktijk?](#)

Ook deelname aan kunst en cultuur draagt bij aan Positieve Gezondheid

Volgens LKCA beseffen we steeds meer dat deelnemen aan kunst- en cultuuractiviteiten tot onze basisbehoeften behoort en bijdraagt aan een betere kwaliteit van leven. Dat is belangrijk bij het voorkomen en verminderen van o.a. eenzaamheid.

Deelnemers aan culturele activiteiten ervaren volgens wetenschappelijk onderzoek en de WHO onder andere meer levensvreugde, betrokkenheid en waardering. Kunst zet in beweging. Bij culturele activiteiten ligt de focus op mogelijkheden – niet op beperkingen.

LKCA heeft een [praatplaat](#) ontwikkeld, geïnspireerd op [het spinnenweb van Positieve Gezondheid](#), die inzicht geeft in de effecten van kunst en cultuur: hoe deelname aan kunst en cultuur helpt tegen eenzaamheid. Er zijn veel onderdelen die ook voor sport en bewegen gelden. Hierdoor speelt sport en bewegen eenzelfde soort rol bij eenzaamheid als deelnemen aan kunst en cultuur.

Wat kunnen buurtsportcoaches hiermee?

Sport en bewegen levert dus op verschillende vlakken voordelen op. Hierdoor zie je met wie het handig is om samen te werken, omdat deze domeinen ook voordeel hebben van sport en bewegen. Per effect zijn er interventies die je kan toepassen, die helpen dit effect teweeg te brengen. Lees hier in onderstaand kader meer over.

Inzetten van interventies

- Bekijk per effect de interventies die hierbij passen in het [Human Capital Model](#)
- Een overzicht van alle erkende sport- en beweginginterventies vind je in de [database sport- en beweginginterventies](#). Je kan filteren op de doelgroep die je wilt bereiken en op welk doel je met de interventie wilt bereiken. De interventies zijn beoordeeld van 'goed beschreven' tot 'sterke aanwijzingen voor effectiviteit' waardoor in te schatten is wat voor impact de interventie heeft.

Monitoring en Evaluatie interventies

Met het instrument [MEIVO](#) monitor en evalueer je eenvoudig jouw sport- en beweegprojecten. Hierdoor krijg je inzicht in het verbeteren van jouw aanpak. Daarnaast kan je potentiële investeerders onderbouwd overtuigen van de maatschappelijke meerwaarde van het project. heeft.

Artikelen over evaluaties van interventies:

- [Hoe het terugdringen van diabetes waarde heeft voor de maatschappij](#)
- [Sport als succesvol middel bij vijf verschillende interventies](#)
- [Een integrale aanpak van valpreventie zorgt voor kostenreductie en minder druk op de zorg](#)

Wat kunnen we uitdrukken in euro's?

Ecorys heeft in opdracht van Kenniscentrum Sport & Bewegen [onderzoek](#) gedaan naar de sociaaleconomische waarde van sport en bewegen. In drie hoofdgroepen (zie hieronder) hebben zij geïnventariseerd voor welke effecten voldoende bewijslast is, of hiervan ook een onderbouwde kwantificering beschikbaar is en ten slotte of deze effecten ook in geld uitgedrukt kunnen worden.

1. Gezondheid

Door [voldoende te sporten en bewegen](#) is de kans op bepaalde (chronische) ziektes lager. Dit draagt bij aan de kwaliteit van leven en de levensverwachting van een persoon. Daarnaast bespaart dit op zorgkosten. Daarentegen zorgt de hogere levensverwachting voor verhoogde zorgkosten. Hiervoor is in de opbrengsten gecorrigeerd. Sport en bewegen kan ook leiden tot blessures, wat weer zorgt voor meer kosten.

Wanneer één **5 tot 24-jarige** aan de beweegrichtlijnen gaat voldoen bespaart hij/zij over de rest van zijn/haar leven (Ecorys, 2021):

Wanneer één **25 tot 54-jarige** aan de beweegrichtlijnen gaat voldoen bespaart hij/zij over de rest van zijn/haar leven (Ecorys, 2021):

Wanneer één **55-plusser** aan de beweegrichtlijnen gaat voldoen bespaart hij/zij over de rest van zijn/haar leven (Ecorys, 2021):

Gezondheid

| | |
|-----------------------------|-----------------------|
| Besparing zorgkosten | + € 2.500 - € 4.500 |
| Toename kwaliteit van leven | + € 20.000 - € 45.000 |
| Toename levensverwachting | + € 500 - € 1.500 |
| Toename blessures | - € 1.500 |

Gezondheid

| | |
|-----------------------------|-----------------------|
| Besparing zorgkosten | + € 3.000 - € 6.000 |
| Toename kwaliteit van leven | + € 25.000 - € 53.000 |
| Toename levensverwachting | + € 1.000 - € 2.500 |
| Toename blessures | - € 500 |

Gezondheid

| | |
|-----------------------------|----------------------|
| Besparing zorgkosten | + € 2.500 - € 4.000 |
| Toename kwaliteit van leven | + € 9.000 - € 19.000 |
| Toename levensverwachting | + € 1.000 - € 2.000 |
| Toename blessures | - € 200 |

2. Arbeid

Voldoende sporten en bewegen maakt werknemers productiever. Omdat mensen die sporten en bewegen een kleiner risico hebben op ziektes is het ziekteverzuim van een actieve werknemer ook lager dan van iemand die niet aan de beweegrichtlijnen voldoet. Lees [in dit artikel](#) meer over de relatie tussen sport en bewegen en productiviteit en de besparingen voor de werkgever.

Wanneer één **5 tot 24-jarige** aan de beweegrichtlijnen gaat voldoen bespaart hij/zij over de rest van zijn/haar leven (Ecorys, 2021):

Wanneer één **25 tot 54-jarige** aan de beweegrichtlijnen gaat voldoen bespaart hij/zij over de rest van zijn/haar leven (Ecorys, 2021):

Wanneer één **55-plusser** aan de beweegrichtlijnen gaat voldoen bespaart hij/zij over de rest van zijn/haar leven (Ecorys, 2021):

Arbeid

| | |
|--------------------------------|----------------------|
| Toename arbeids-productiviteit | + € 6.500 - € 14.000 |
| Afname ziekteverzuim | + € 1.500 - € 3.500 |

Arbeid

| | |
|--------------------------------|----------------------|
| Toename arbeids-productiviteit | + € 5.000 - € 12.000 |
| Afname ziekteverzuim | + € 1.000 - € 3.000 |

Arbeid

| | |
|--------------------------------|-------------------|
| Toename arbeids-productiviteit | + € 500 - € 1.000 |
| Afname ziekteverzuim | + € 100 - € 300 |

3. Sociale waarde

Sport en bewegen draagt ook bij aan sociale waarde, maar dit is minder goed in euro's uit te drukken. Er zijn aanwijzingen dat sport en bewegen leerprestaties positief beïnvloedt. Dit is gewaardeerd met €7.000 per persoon die aan de beweegrichtlijnen gaat voldoen, verdeeld over de rest van zijn of haar leven. Daarnaast heeft sport en bewegen invloed op het verminderen van criminaliteit. Plezier en sociaal kapitaal zijn (nog) niet in euro's uit te drukken.

Wanneer één **5 tot 24-jarige** aan de beweegrichtlijnen gaat voldoen bespaart hij/zij over de rest van zijn/haar leven (Ecorys, 2021):

Wanneer één **25 tot 54-jarige** aan de beweegrichtlijnen gaat voldoen bespaart hij/zij over de rest van zijn/haar leven (Ecorys, 2021):

Wanneer één **55-plusser** aan de beweegrichtlijnen gaat voldoen bespaart hij/zij over de rest van zijn/haar leven (Ecorys, 2021):

| Sociaal | | Sociaal | | Sociaal | |
|--------------------------|-----------|--------------------------|--------|--------------------------|--------|
| Afname criminaliteit | + € 50 | Afname criminaliteit | + € 0 | Afname criminaliteit | + € 0 |
| Toename sociaal kapitaal | + € PM | Toename sociaal kapitaal | + € PM | Toename sociaal kapitaal | + € PM |
| Toename plezier | + € PM | Toename plezier | + € PM | Toename plezier | + € PM |
| Afname schooluitval | + € PM | Afname schooluitval | + € 0 | Afname schooluitval | + € 0 |
| Toename leerprestaties | + € 7.000 | Toename leerprestaties | + € 0 | Toename leerprestaties | + € 0 |



Artikelen over de sociaaleconomische waarde:

- [Wat is de sociaaleconomische waarde van sporten en bewegen?](#)
- [De waarde van sport en bewegen – Allesoversport.nl](#)
- [Hoe maak je kosten en baten van sportinvesteringen beter zichtbaar?](#)
- [Speeltuinen: waardevol voor maatschappij, toch een financieel tekort](#)
- [Nederlanders bewegen minder in de coronacrisis. Wat is de schade?](#)
- [De waarde van wandelen – Allesoversport.nl](#)

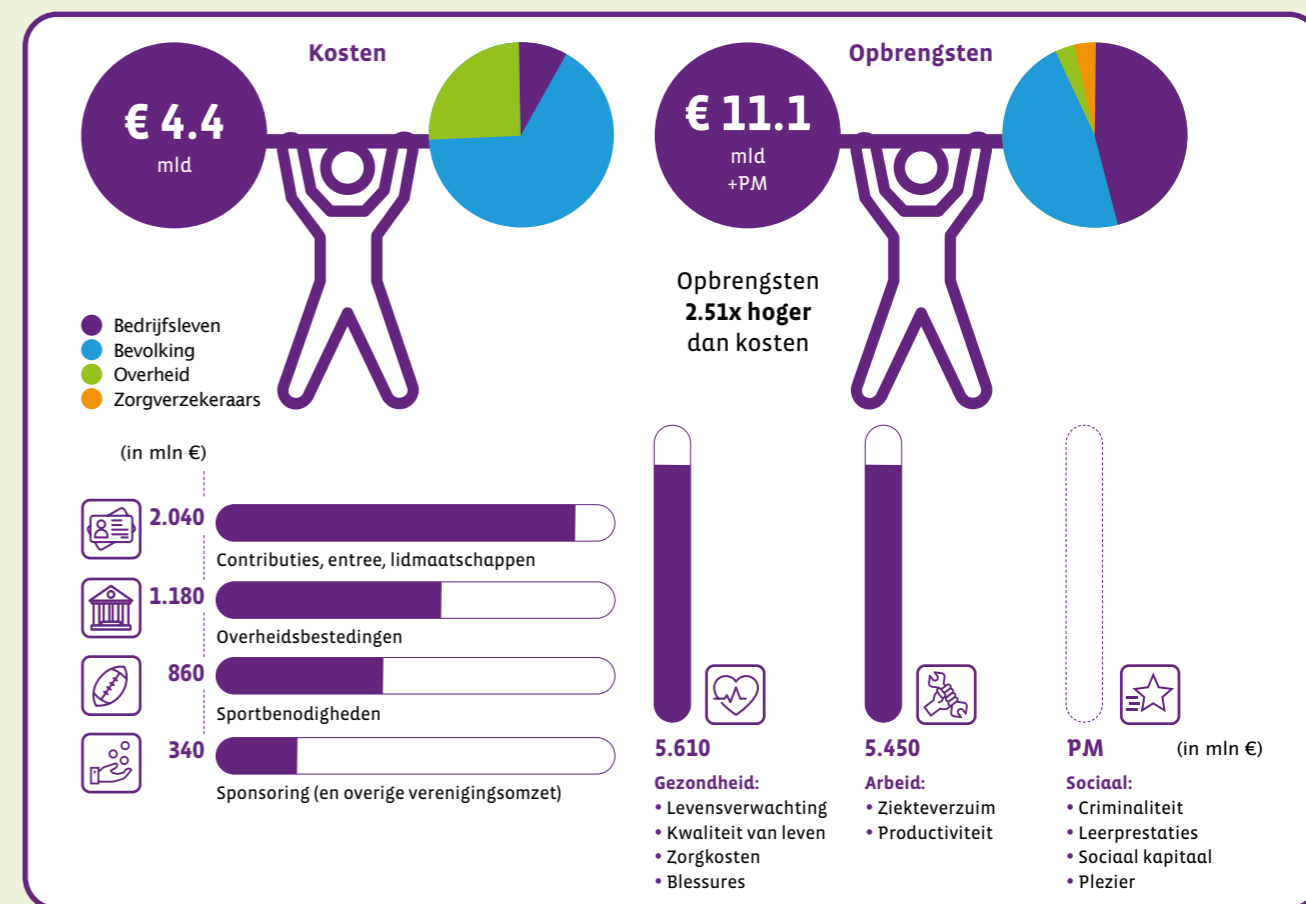
Wat kunnen buurtsportcoaches hiermee?

Deze sociaaleconomische waarde helpt bij het zoeken naar samenwerkingspartners, investeerders, sponsors of co-financiering voor sport- en beweegactiviteiten. Door deze waarde weet je op welke vlakken de maatschappij profiteert van sport en bewegen. Ook helpt het bij het verantwoorden van investeringen in sport en bewegen, het onderbouwen van sport- en beweegbeleid of het overtuigen van anderen van de waarde van sport en bewegen.

De SROI van sport en bewegen in Nederland

Hoe kunnen we dan laten zien dat de investeringen in sport en bewegen iets opleveren voor de maatschappij? Op basis van de resultaten van het onderzoek van Ecorys hebben Rebel en het Mulier Instituut in 2019 (met data van 2016/2017) onderzoek gedaan naar de Social Return on Investment (SROI) van sport en bewegen oftewel het maatschappelijk rendement van de investeringen in sport en bewegen. Dit rendement wordt in Nederland geschat op 2,51. De maatschappelijke opbrengsten zijn dus 2,51x zo hoog als de kosten. Oftewel: alle investeringen samen leveren maatschappelijke meerwaarde op! De opbrengsten zijn berekend op basis van het percentage inwoners dat aan de beweegrichtlijn voldoet.

Meer lezen? [Zie hier het onderzoek.](#)



Voor wie zijn de kosten en baten?

Uit de onderzoeken komt dat het individu het meeste voordeel heeft van voldoende sport en bewegen, maar zij investeren zelf ook het meest. Gemeenten investeren meer in sport en bewegen dan ze er direct van profiteren. Maar gemeenten profiteren juist ook van een gezondere en gelukkigere bevolking. Het bedrijfsleven heeft in absolute aantallen de meeste baat bij een bevolking die sport en beweegt.



De lokale SROI

De lokale waarde van sport en bewegen is in te schatten door gebruik te maken van het [SROI Dashboard](#). In het dashboard vind je cijfers over de beweegrichtlijnen, gemeentelijke uitgaven en bijvoorbeeld hoe beweegvriendelijk de omgeving is. Vergelijk deze cijfers met het landelijk gemiddelde of een groep vergelijkbare gemeenten.



Artikelen over de SROI:

- [Investeren in sport en bewegen heeft maatschappelijke meerwaarde](#)
- [SROI doorgronden en vergelijken met andere gemeenten levert nieuwe inzichten op](#)
- [Maatschappelijke waarde van sport en bewegen: Nederland vs Engeland](#)
- [De SROI van sport en bewegen in Ede](#)
- [De SROI van sport en bewegen in Almere](#)

Houd rekening met:

- Causaliteit tussen de effecten is niet altijd vastgesteld.
- Sport en bewegen heeft ook negatieve effecten en is niet voor iedereen toegankelijk.
- De sociaaleconomische waarde is berekend voor de gemiddelde Nederlander en moet worden gezien als een indicatie.
- Voor de sociaaleconomische waarde zijn de verwachte baten teruggerekend naar het huidige moment. Een baat vandaag weegt relatief zwaarder dan over een aantal jaren.
- De cijfers van de SROI zijn gebaseerd op data uit 2016-2017 en de studie van Ecorys is opnieuw uitgevoerd in 2021.
- De berekeningen zijn gebaseerd op de Beweegrichtlijnen.



Wat kunnen buurtsportcoaches hiermee?

Vergelijk de SROI en de sport- en beweegcijfers van jouw gemeente met anderen en krijg inzicht in jouw eigen situatie. Voor meer informatie over de lokale data, zie het kader 'benutten van lokale sport- en beweegdata'.

De SROI helpt in de zoektocht naar factoren die de lokale beweegcijfers beïnvloeden en verklaren. Werk hiervoor samen met de beleidsadviseur sport van jouw gemeente. Daarnaast krijg je inzicht in de partijen bij wie de opbrengsten van sporten en bewegen terecht komen. Ook biedt het handvatten voor gesprekken op andere terreinen dan sport. De SROI wordt dan ook veel gebruikt als gesprekstool. Ga dus met de partijen om tafel!

Benutten van lokale sport- en beweegdata

Om sport- en beweegbeleid te onderbouwen is het belangrijk om de juiste data te hebben. In de handreiking '[werken met lokale data in de sport](#)' vind je handvatten om de juiste lokale data te vinden en deze op de juiste manier te gebruiken.

Hoe laat je de waarde van een buurtsportcoach zien?

Het is nog niet mogelijk om de waarde van een buurtsportcoach zelf in euro's uit te drukken. Maar je kan wel de effecten van het werk van een buurtsportcoach beter in kaart brengen.

Om te laten zien wat het werk van een buurtsportcoach oplevert is het [Buurtsportcoach Kompas](#) ontwikkeld. Met dit kompas krijg je inzicht in aantallen, doe je het goed en doe je het goede, waarbij een koppeling wordt gemaakt met de eerder genoemde dimensies van Positieve Gezondheid.

Het Buurtsportcoach Kompas heeft de volgende doelen:

1. Ondersteunen van buurtsportcoaches met het verzamelen van informatie over hun resultaten zodat zij hun werkwijze kunnen verbeteren.
2. Uitvoeringsorganisaties en gemeenten helpen de activiteiten en inzet van de buurtsportcoach te bespreken en evalueren. En zo te toetsen of de doelen van de sport- en beweegactiviteiten worden gehaald.
3. Bewustwording creëren van de impact van een buurtsportcoach, zowel lokaal als landelijk.

Daarnaast is Kenniscentrum Sport & Bewegen bezig een handreiking 'Monitoren' te ontwikkelen om teamleiders van buurtsportcoaches te helpen met het inzichtelijk maken van de effecten van de inzet van buurtsportcoaches. Deze handreiking laat zien hoe je komt tot de opzet en uitvoering van monitoring, waarom dit belangrijk is, hoe je hierover in gesprek gaat met de gemeente, hoe je jouw activiteiten kan koppelen aan gemeentelijke doelen en welke tools je hierbij kunnen helpen. Hierdoor ontstaat meer inzicht in de wijze waarop de activiteiten van een buurtsportcoach kunnen bijdragen aan realisatie van verschillende doelen in het gemeentelijk beleid. De handreiking komt begin 2022 online.

Deze factsheet is gepubliceerd in december 2021 en met de grootste zorgvuldigheid samengesteld.

www.sportindebuurt.nl

070 – 373 80 53 of info@sportindebuurt.nl



@sportindebuurt

Deze factsheet is een initiatief van de partners **Brede Regeling Combinatiefuncties** en geschreven door **Kenniscentrum Sport & Bewegen** met medewerking van **Sportbedrijf Drachten**.

