

# Ouderen in het gemeentelijk sport- en beweegbeleid

Wikke van Stam

Sofie Vrieswijk

The logo for Mulier Instituut, featuring a stylized yellow swoosh above the text.  
**mulier** instituut

# Inleiding

In Nederland hebben we te maken met vergrijzing. In 2040 zijn er naar verwachting bijna twee keer zo veel 75+ers als in 2019 (RIVM, 2019). Naast dat dit meer zorgkosten met zich meebrengt (in 2040 meer dan een verdubbeling in de kosten voor ouderenzorg t.o.v. 2019) (RIVM, 2019), verwachten we een grotere groep ouderen met bewegachterstanden. Om ouderen (preventief) gezond te houden en ze mee te laten doen in de samenleving, worden ouderen een steeds belangrijkere doelgroep in het sport- en beweegbeleid. In de Monitor Lokaal Sportbeleid (2020) is te lezen dat gemeenten in hun sportbeleid zich vaak op de doelgroep ouderen richten (met 84% van de gemeenten de tweede doelgroep na 'jeugd'). In veel lokale sportakkoorden die recent gesloten zijn, komen woorden voor die te maken hebben met ouderen (zie figuur 1). In dit rapport zoomen we in op het beleid van gemeenten op sport en bewegen voor ouderen, en blikken we kort vooruit op de toekomst.

**Figuur 1. Woordenwolk van meest voorkomende woorden in de lokale sportakkoorden gericht op ouderen (n=290 akkoorden)**



Bron: documentanalyse lokale sportakkoorden, 2020 en aanvulling in 2021, Mulier Instituut

## Wie zijn de ouderen waar gemeenten zich op richten?

Twee derde (67%) van de gemeenten die beleidsdoelstellingen hebben voor sporten en bewegen voor ouderen werkt niet met een specifieke leeftijdsgrens als het over ouderen gaat, blijkt uit een peiling onder 126 gemeenten. Een derde (33%) van deze gemeenten hanteert wel specifieke leeftijdsgrenzen (15% heeft een leeftijdsgrens vanaf een bepaalde leeftijd en 18% heeft leeftijdsgrenzen, maar de exacte grens wisselt per onderdeel). Van de gemeenten die aangeven een specifieke leeftijdsgrens vanaf een bepaalde leeftijd te hanteren, worden 55+ en 65+ het vaakst genoemd. Van de gemeenten die aangeven dat leeftijdsgrenzen er zijn maar dat het wisselt per onderdeel, zeggen de meesten dat dit komt omdat ze een bepaalde activiteit laten aansluiten op de beoogde doelgroep. Voor de ene activiteit kunnen dat kwetsbare 70+ers zijn, en voor de andere vitale 55+ers.

Ook uit interviews met gemeenteambtenaren (n=7) komt een wisselend beeld naar voren als het gaat om wie nu met een 'oudere' wordt bedoeld. Bijna alle gemeenten geven aan maatwerk te willen leveren: alle ouderen moeten kunnen meedoen, ongeacht de leeftijd, achtergrond, beperking of financiën. Sommige gemeenten maken in hun beleid onderscheid in de vitaliteit van ouderen, terwijl anderen dat overlaten aan uitvoeringsorganisaties. De intensiteit en doelgroep verschilt vanuit wie het aanbod is georganiseerd: de sportvereniging betreft vaak de iets fittere ouderen, terwijl verzorgingshuizen of fysiotherapeuten ouderen die minder fit zijn vaker als doelgroep hebben. De pensioenleeftijd lijkt een belangrijk startpunt om mensen te benaderen voor ouderensport, omdat ze dan een nieuwe levensfase ingaan met een andere fysieke belasting en tijdsindeling.

# Beleidsdoelstellingen

De meeste gemeenten in Nederland (85%) hebben beleidsdoelstellingen opgesteld voor sporten en bewegen voor ouderen (niet in figuur). Hiervan heeft ongeveer de helft specifieke doelstellingen en valt het bij de andere helft onder het algemene sport- of ouderenbeleid (figuur 2).

**Figuur 2. Gemeentelijke beleidsdoelstellingen voor sporten en bewegen voor ouderen (in procenten, n = 140)**

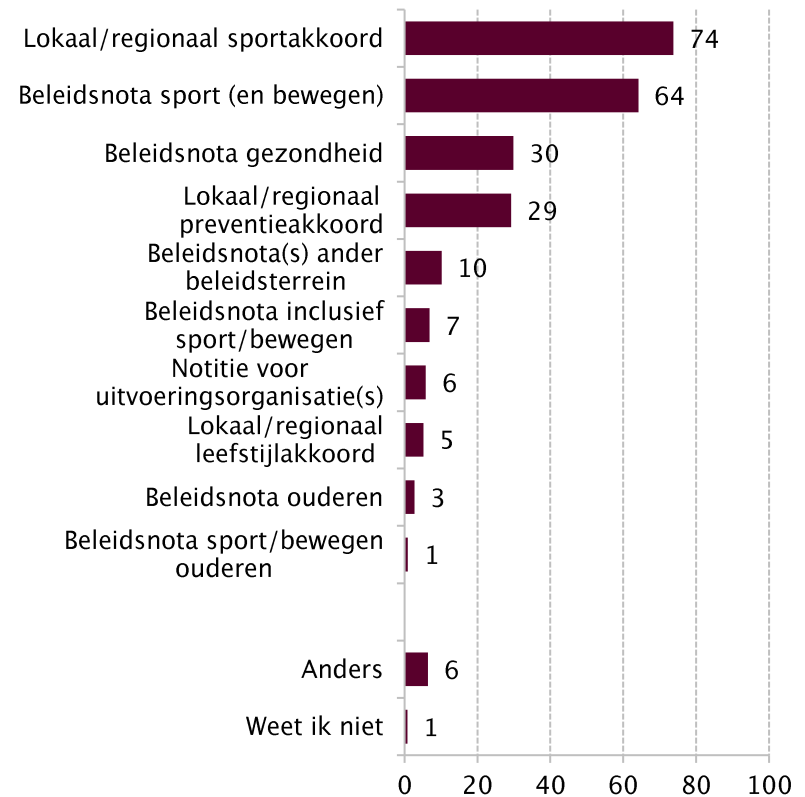


Bron: VSG gemeentetepeiling, voorjaar 2021

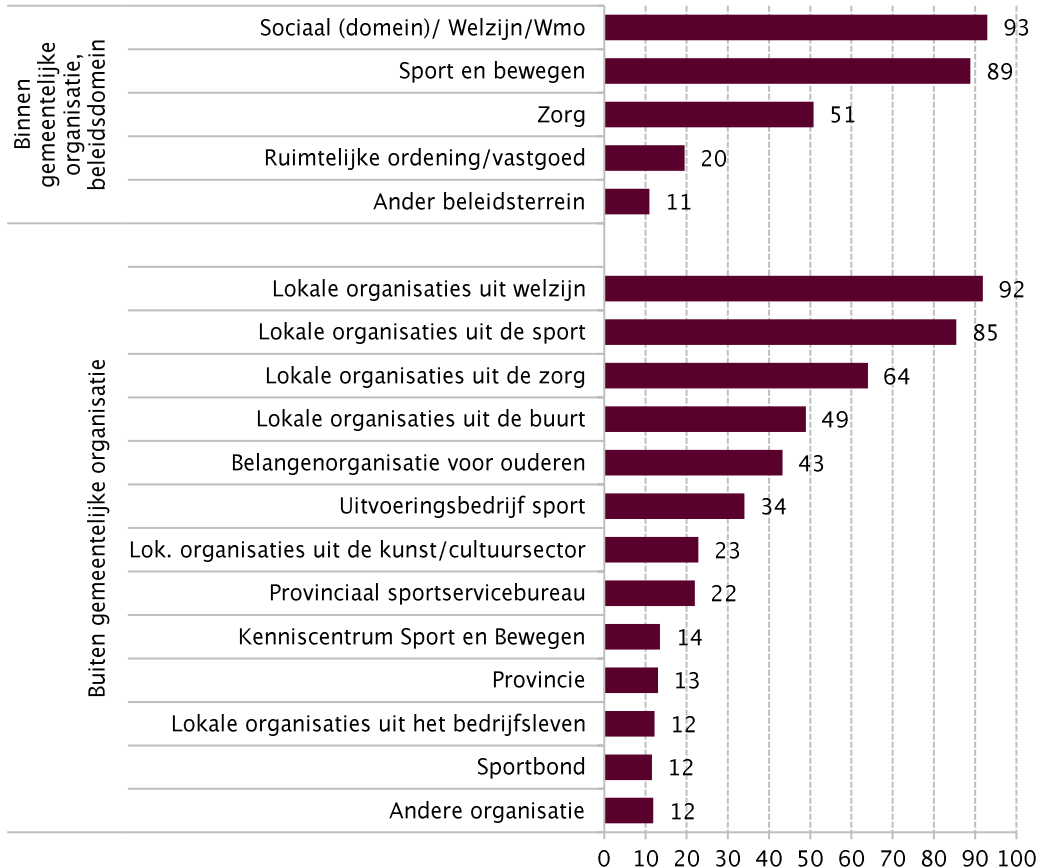
Er zijn verschillende beleidsstukken waarin gemeenten doelstellingen kunnen vastleggen. De gemeenten die doelstellingen hiervoor hebben, geven het vaakst aan dit te hebben vastgelegd in het lokale/regionale sportakkoord en/of in de beleidsnota sport (figuur 3). Dit beeld komt terug in de interviews. Beleidsdoelstellingen op het gebied van sport en bewegen voor ouderen vallen vaak onder bredere doelstellingen van de gemeente. Denk aan doelen als ‘iedereen in de gemeente aan het sporten/bewegen krijgen’ of ‘focus op kwetsbaren’.

In sommige gevallen wordt vervolgens onder die bredere doelen wel expliciet gemaakt wat dan voor ouderen beoogd wordt. In andere gevallen blijft dat vager en zijn bijvoorbeeld budgetten niet expliciet toegewezen. Gemeenten waar dat het geval is, geven aan dat in de uitvoering pas keuzes worden gemaakt.

**Figuur 3. Plek waar de gemeentelijke doelstellingen zijn vastgelegd (in procenten, meer antwoorden mogelijk, n=126)**



**Figuur 4. Partijen met wie de gemeente samenwerkt bij het realiseren van beleid en/of activiteiten voor sporten en bewegen voor ouderen (in procenten, meer antwoorden mogelijk, n=140)**



Bron: VSG gemeentepijling, voorjaar 2021

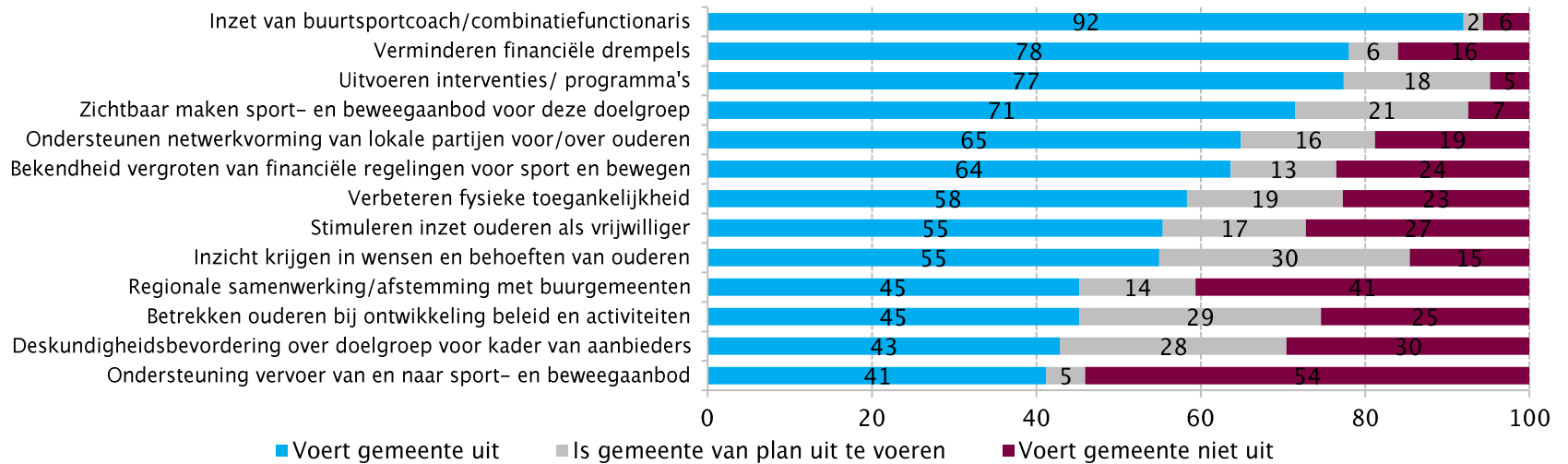
Toelichting: Bij de andere beleidsterreinen vullen gemeenten verschillende bereidsterreinen in, zoals gezondheid, armoede, accommodaties, recreatie/vrije tijd en verkeer.

Uit de vragenlijst onder gemeenten blijkt dat bij het realiseren van beleid voor ouderen veel wordt samengewerkt met een aantal beleidsterreinen binnen de gemeente (met name sport/bewegen, sociaal domein, welzijn) en met organisaties buiten de gemeentelijke organisatie (figuur 4). Ook de geïnterviewde gemeenten geven een hele opsomming van samenwerkingspartners, in lijn met figuur 4. Sport- en preventieakkoorden hebben bijgedragen samenwerkingen op te zetten of uit te bouwen. Ondanks dat samenwerking wel bestaat, kan dit volgens gemeenten op veel plekken nog beter.

Buurtsportcoaches hebben een belangrijke taak, want zij werken vaak als verbinder tussen de gemeentelijke beleidsterreinen, de organisaties in de praktijk en inwoners. Sportverenigingen worden gezien als belangrijke uitvoerders. Sommige geïnterviewde gemeenten proberen hun verenigingen actief te motiveren om breder te kijken dan alleen hun eigen ledenbestand en aanbod voor andere doelgroepen zoals ouderen te gaan aanbieden. Twee geïnterviewde gemeenten hebben een specifieke ouderensportvereniging. Dit zijn multi-sport-verenigingen die inspelen op de behoeften van ouderen, met trainers die veel expertise hebben van de doelgroep.

Een enkele geïnterviewde gemeente heeft goed contact met een partner met naamsbekendheid (zoals een bekende voetbalclub). Door deze naam te koppelen aan de uitvoering worden meer mensen bereikt en betrokken.

**Figuur 5. Beleidsinstrumenten die de gemeente uitvoert voor sport en bewegen voor ouderen (in procenten, n=140)**



Bron: VSG gemeentetepeiling, voorjaar 2021

Gemeenten proberen vaak zo veel mogelijk inwoners bij bestaand sportaanbod terecht te laten komen. Maar dit past niet altijd. In figuur 5 is te zien dat gemeenten veel verschillende beleidsinstrumenten inzetten om sport en bewegen onder ouderen te bevorderen. Het meest wordt daarbij de inzet van een buurtsportcoach benoemd. In 86 procent van de gemeenten die aangeven gebruik te maken van de inzet van een buurtsportcoach (n=128) is er een buurtsportcoach in de gemeente specifiek gericht op ouderen. In totaal wordt 305 fte aan buurtsportcoaches in Nederland ingezet op de doelgroep ouderen (Van Stam et al., 2021).

Lees ook het [rapport](#) 'Buurtsportcoaches brengen ouderen in beweging'

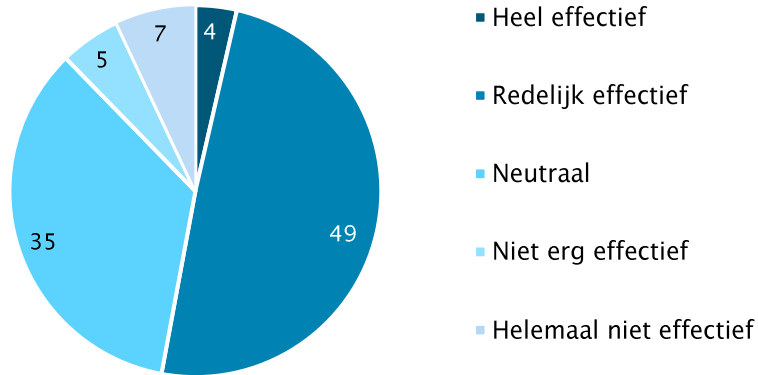
Tijdens de interviews gaven veel gemeenten aan hulp te kunnen bieden met de uitvoering van de sport- en beweegactiviteiten voor ouderen als hiervoor vragen komen vanuit bewoners zelf (of van een sportvereniging of de buurtsportcoach), maar zich niet proactief met de uitvoering van sport- en beweegaanbod bezig te houden. Walking Sports (bijvoorbeeld walking voetbal of walking hockey) wordt door de meeste ondervraagde gemeenten genoemd als aanbod dat goed past bij de doelgroep ouderen.

*“Walking Sports zijn verschillende sport- en beweegactiviteiten op aangepast tempo voor de oudere doelgroep. Zij kunnen op deze manier de sport die ze vroeger deden weer oppakken of nieuwe sporten uitproberen. De sport vindt plaats bij en door de sportvereniging zelf, waardoor deelnemers betrokken zijn bij de vereniging. Ze kunnen daar dan ook vrijwilliger worden. Verenigingen die dit willen neerzetten worden gefaciliteerd door de gemeente.”*



# Succesfactoren

**Figuur 6. Effectiviteit van sport- en beweegbeleid voor ouderen volgens beleidsmedewerkers in hun gemeente (in procenten, n=140)**



Bron: VSG gemeentepijling, voorjaar 2021

## Succesfactoren

Meer dan de helft van de gemeenten geeft aan dat hun sport- en beweegbeleid voor ouderen redelijk of heel effectief is (figuur 6). 73 procent van de gemeenten die sport- en beweegbeleid voor ouderen hebben (n=130; niet in figuur) ervaart succesfactoren in het uitvoeren van beleid voor sport en bewegen voor ouderen. De meest genoemde of opvallende succesfactoren in de interviews worden beschreven binnen verschillende thema's:

### Bereiken en werving van de doelgroep

- + Ambassadeurs/kartrekkers die worden ingezet vanuit de doelgroep om andere ouderen te motiveren voor sport en bewegen. Zij kennen iedereen in de buurt en op die manier voelen ouderen zich vertrouwd.
- + Een krachtige partner met grote naamsbekendheid helpt enorm in het bereik en de werving van deelnemers.

### Sport- en beweegaanbod

- + De ideeën kunnen het beste vanuit de ouderen zelf komen, of vanuit partijen in de wijk dicht bij de ouderen. Randvoorwaarde daarbij is wel dat inwoners moeten weten wat er mogelijk is. De gemeente heeft daar een brengende rol in.
- + Trainers inzetten die goed opgeleid zijn en echt oog hebben wat een oudere motorisch kan, is essentieel. Een goede opleiding van de trainers is erg belangrijk, want naast trainingsvaardigheden is er meer nodig voor deze doelgroep bijvoorbeeld goed eerste hulp kunnen verlenen en in kunnen spelen op de behoefte aan sociaal contact.
- + Een persoonlijke benadering (in plaats van een generalistische benadering) is belangrijk om sportstimulering voor ouderen te laten werken.

### Gemeentelijk sport- en beweegbeleid

- + Zorgen dat de ambtenaar vanuit de gemeente dicht bij de inwoners staat en de betrokkenheid vanuit de ambtenaar groot is. Daardoor wordt het voor de inwoners niet 'door' de gemeente, maar 'met' de gemeente. Als dit niet mogelijk is omdat de gemeente daarvoor te groot is, is het inzetten van een buurtsportcoach die de verbinding maakt tussen inwoners en ambtenaar ook een goede optie.
- + Korte lijntjes binnen de gemeentelijke organisatie.
- + Sport moet integraal opgepakt worden.

### Samenwerken met partners

- + De gemeente verkleint de 'beren op de weg' die partners zien. Als een vereniging bijvoorbeeld opziet tegen het invoeren van een heel nieuw programma voor ouderen op de vereniging omdat er niet veel vrijwilligers zijn, kan de gemeente voorstellen om te beginnen met clinics. Dat geeft een sneeuwbaaleffect, het wordt zichtbaar en er is daarna hopelijk enthousiasme om een stapje verder te gaan.

## Knelpunten

Slechts een klein deel van de gemeenten ervaart het eigen beleid als niet erg effectief (5%, zie figuur 6). Toch ervaart 62 procent van de ondervraagde gemeenten die sport- en beweegbeleid voor ouderen hebben (n=130; niet in figuur) knelpunten in het uitvoeren van beleid voor sport en bewegen voor ouderen. De meest genoemde of opvallende knelpunten in de interviews worden beschreven binnen verschillende thema's:

### Bereiken en werving van de doelgroep

- Het bereiken van ouderen, zeker als die niet geïnteresseerd zijn in sport en bewegen, moet beter. Dit komt onder andere door gebrekkige computervaardigheden, laaggeletterdheid of taalachterstand.

### Sport- en beweegaanbod

- Beter nadenken over tijdstip van organiseren van aanbod. Voor mensen die met pensioen zijn werkt overdag vaak goed, maar als je iemand van 55 jaar ook onder ouderen schaarst kan het sporten beter 's avonds of in het weekend plaatsvinden.
- Inwoners die met eigen initiatieven komen moeten meer/beter ondersteund worden.
- Meer borging en duurzaamheid van het sport- en beweegaanbod voor ouderen. Door incidentele akkoorden en impulsen (bijvoorbeeld het sportakkoord) is de toekomst van geldstromen vaak onzeker voor gemeenten, en kan er nu (nog) niet doorgepakt worden (bijvoorbeeld door middel van aanstellen van een sportparkmanager).

### Gemeentelijk sport- en beweegbeleid

- De gemeente zou in het kader van bewegen voor ouderen nog meer aandacht kunnen geven aan de beweegvriendelijke openbare ruimte. Daar

zitten haakjes naar andere beleidsterreinen en relevante thema's (zoals de klimaatdoelen).

- De wrijving/het onbegrip wegnemen of op z'n minst bespreekbaar maken over processen bij overheidsorganisaties. Binnen de gemeente laat besluitvorming vaak langer op zich wachten dan dat lokale partijen nodig hebben om zich voor te bereiden op een nieuw plan.
- Beter ondersteunen van lokale sportorganisaties om ouderen (en andere specifieke kwetsbare doelgroepen) nadrukkelijker te gaan bedienen.
- Verkokering tussen verschillende beleidsafdelingen van de gemeente tegengaan. De wil om bij elkaar te komen is er maar de verschillende politieke agenda's sluiten niet altijd bij elkaar aan.
- Meer 'uitvoeringshandjes' bij gemeenten waar de buurtsportcoaches een coördinerende rol hebben vanuit de gemeente of met een specifieke taak zijn weggezet bij partners. Een project bedenken en opzetten lukt nu goed, maar er mist nog vaak iemand die een dag fysiek erbij kan zijn en mee kan helpen.

### Samenwerken met partners

- Nog intensievere samenwerking vanuit sport met de zorgpartijen zoals fysiotherapeuten en huisartsen. Er is vaak al wel een samenwerking waarin de zorgpartijen bijvoorbeeld mensen doorsturen naar sport, maar het zou goed zijn als er nog meer uit die samenwerking gehaald wordt.
- Gemeenten waar de buurtsportcoaches een uitvoerende rol hebben en veel 'op het veld' staan, moeten hun verbindende kracht gebruiken om gemeentelijke beleidsterreinen en lokale partners samen te brengen.

# Conclusie en aanbevelingen

## Conclusie

Het merendeel van de gemeenten in Nederland richten zich in hun sportbeleid vaak op de doelgroep ouderen en hebben ook beleidsdoelstellingen opgesteld voor sport en bewegen voor ouderen. De meeste gemeenten zijn erg positief over hun sport- en beweegbeleid voor ouderen, vinden hun beleid effectief en ervaren veel succesfactoren in het uitvoeren van dit beleid. Toch benoemen zij ook veel knel- en verbeterpunten. Hieruit maken we op dat er ruimte voor verbetering is in de wijze waarop gemeenten de sport- en beweegdeelname van ouderen stimuleren. Gemeenten doen er goed aan de volgende aanbevelingen ter harte te nemen.

## Aanbevelingen

### Bereiken en werving van de doelgroep

Het is van belang dat alle ouderen, ook die niet geïnteresseerd zijn in sport en bewegen, te bereiken voor het beweeg- en sportaanbod. Hierbij moet gedacht worden aan een manier die bij deze doelgroep past, zoals mond-tot-mond reclame of huis aan huis bezorging van folders of flyers bij buurthuizen neerleggen. Zoals eerder benoemd, zouden hiervoor ambassadeurs vanuit de doelgroep kunnen worden ingezet maar ook buurtsportcoaches kunnen hierin een rol spelen. Zij werken vaak als verbinder tussen de gemeentelijke beleidsterreinen, de organisaties in de praktijk en de inwoners.

### Sport- en beweegaanbod

Bij het sport- en beweegaanbod voor ouderen is het cruciaal dat trainers worden ingezet die goed opgeleid zijn en weten hoe ze met deze doelgroep moeten werken. Om het aanbod te borgen en duurzaam te maken, is het belangrijk dat het goed aansluit op de interesses en het niveau van de ouderen. Gemeenten hebben hierin een belangrijke rol, zij moeten ervoor zorgen dat de ouderen weten wat allemaal mogelijk is op

het gebied van sport en bewegen in de gemeente. Ook zou meer gehoor gegeven kunnen worden aan ouderen die zelf met initiatieven komen om het aanbod nog beter te laten beklijven bij de doelgroep.

### Gemeentelijk sport- en beweegbeleid

Buurtsportcoaches zijn voor gemeenten een veel gebruikt beleidsinstrument voor het sport- en beweegbeleid voor ouderen. Toch beperkt het totaal aantal fte buurtsportcoaches dat zich in Nederland richt op het sport- en bewegen voor ouderen zich tot een klein aandeel van het totaal aan buurtsportcoaches in Nederland (305 van de 2.788 fte in Nederland) (Van Stam et al., 2021). Om daadwerkelijk het verschil te kunnen maken, is het verstandig als gemeenten overwegen een groter aandeel van de inzet van buurtsportcoaches te richten op de doelgroep ouderen.

Gemeenten geven ook aan dat alles valt of staat met de financiële middelen die daar tegenover staan, en dat hangt af van landelijke en lokale politiek. Gemeenten geven aan dat door de decentralisatie van de jeugdzorg een aantal jaar geleden alle budgetten onder druk zijn komen te staan, wat ook merkbaar is in de sociale basisinfrastructuur en uiteindelijk dus ook de ouderensport. Het is voor gemeenten vaak lastig om in geld uit te drukken wat de winst is van de inzet van hun sport- en beweegbeleid op ouderen. Het is dus belangrijk om bij het neerzetten van het sport- en beweegbeleid voor ouderen rekening te houden met het (afwezige) financiële motief.

Tot slot is het aan te raden om de winst en/of de resultaten van het gemeentelijk sport- en beweegbeleid te volgen en monitoren om te zien wat het sport- en beweegbeleid uiteindelijk voor de ouderen oplevert.



# Vervolg aanbevelingen

## Samenwerken met partners

Gemeenten werken bij het realiseren van beleid voor ouderen veel samen met een aantal beleidsterreinen binnen de gemeente (met name sport/bewegen, sociaal domein, welzijn) en met organisaties buiten de gemeentelijke organisatie. Ondanks de vele samenwerkingen die er al zijn, geven gemeenten aan dat zij meer samenwerking zouden willen met het sociale domein en zorgpartijen zoals fysiotherapeuten en huisartsen. Dit zou kunnen door bijvoorbeeld het opzetten van gezamenlijke projecten.

Ook zouden gemeenten lokale sportorganisaties beter kunnen ondersteunen om ouderen (en andere specifieke kwetsbare doelgroepen) nadrukkelijker te gaan bedienen. Bijvoorbeeld door een behapbaar uitvoeringsprogramma waarin partijen precies weten wat van hen verlangd wordt. Of door het helpen vinden van geschoolde trainers of bestaande trainers helpen scholen.

## **Verantwoording**

Voor dit onderzoek is in voorjaar 2021 een vragenlijst naar alle 352 gemeenten in Nederland uitgezet via het VSG gemeentepanel. 140 beleidsmedewerkers (sport en bewegen) hebben deze vragenlijst ingevuld. Aanvullend zijn in de zomer van 2021 zeven beleidsmedewerkers sport/bewegen geïnterviewd, die de gemeenten Berg en Dal, Den Haag, Goeree-Overflakkee, Meierijstad, Smallingerland, Twenterand en Venray vertegenwoordigden.

Het onderzoek is uitgevoerd in het kader van een verdiepende monitor naar inclusief sporten en bewegen die het Mulier Instituut met subsidie van VWS uitvoert naar vijf verschillende bevolkingsgroepen, waaronder ouderen.

## **Referenties**

1. RIVM (2019). Infographic Impact van de vergrijzing.
2. Stam, W. van, Heijnen, E. & Vrieswijk, S. (2021). Monitor Brede Regeling Combinatiefuncties. Utrecht: Mulier Instituut.
3. Hoogendam, A., Ruikes, D. & Hoekman, R.H.A. (2020). Monitor Lokaal Sportbeleid 2020. Utrecht: Mulier Instituut.
4. Vrieswijk, S. & Stam, W. van (2021). Buurtsportcoaches brengen ouderen in beweging. Utrecht: Mulier Instituut.



Lees ook het rapport 'Buurtsportcoaches brengen ouderen in beweging'

[www.mulierinstituut.nl](http://www.mulierinstituut.nl)  
[@mulierinstituut](https://twitter.com/mulierinstituut)

**mulier** instituut