

## RAPPORT

# Aanbevelingen voor een inclusief georganiseerd beweegaanbod voor kinderen

Op basis van een participatief actieonderzoek 'Buurt in Beweging', met kinderen met overgewicht, hun ouders en beweegaanbieders

**Anna Buysens en Joline Goossens**



## Inhoud

|  |    |
|--|----|
| In het kort.....   | 3  |
| Inleiding.....   | 4  |
| Participatief actieonderzoek.....                                      | 5  |
| Participatieve sessies met de kinderen.....                            | 5  |
| Kwalitatieve interviews met ouders.....                                | 7  |
| Kwalitatieve interviews met beweegaanbieders.....                      | 7  |
| Klankbordgroep en andere experts .....                                 | 8  |
| Ethiek en vertrouwen in het onderzoek .....                            | 8  |
| In gesprek met kinderen, ouders & beweegaanbieders .....               | 9  |
| Naar de beweegclub? De beslissing om al dan niet in te schrijven ..... | 10 |
| De volgende horde: Inschrijven voor een beweegaanbod.....              | 10 |
| Kost en de UiTPAS .....  | 10 |
| Veiligheid en sociaal welbevinden.....                                 | 11 |
| Communicatie.....  | 11 |
| Locatie .....  | 12 |
| Aanbod, wachtlijsten en complexe inschrijvingsprocedures .....         | 12 |
| Gezondheidsvaardigheden .....  | 12 |
| Belang van ondersteuning .....   | 12 |
| Blijven bewegen .....  | 13 |
| De aard van de beweegoefeningen .....                                  | 13 |
| Conflicten tussen kinderen en coachingstijl .....                      | 13 |
| De subtiele impact van overgewicht.....                                | 14 |
| Conclusies en aanbevelingen .....                                      | 15 |
| Toeleiders.....  | 16 |
| Beweegaanbieders.....  | 16 |
| Beleid.....  | 17 |
| Opleiding en onderwijs .....   | 17 |
| Referenties .....  | 18 |
| Verder lezen? .....  | 18 |
| Bijlage: Buurt in beweging .....                                       | 19 |

## Colofon

Auteurs: Anna Buysens & Joline Goossens, gezondheidspromotoren Wijkgezondheidscentrum Brugse Poort

Dit rapport werd geschreven op basis van de inzichten uit het project Buurt in Beweging.

In samenwerking met

- De kinderen, ouders en beweegaanbieders die meewerkten aan het project Buurt in Beweging
- De medewerkers van het Wijkgezondheidscentrum Brugse Poort en in het bijzonder Silke Nolf, Marjolein Tratsaert, Isabelle Willems en Caroline Spildooren
- Maité Verloigne en Marieke De Craemer, Universiteit Gent

- Klankbordgroepleden Tanja Moens/Katrien De Clercq (Sport Vlaanderen), Kim Schutyser (Sportdienst Gent), Laura Thys/Ayfer Dönmez (Jeugddienst Gent), An Keppens, Dimitri Vrancken & Eef Thoen (Artevelde Hogeschool), Wendy Van Lippevelde (Universiteit Gent), Alexine Van de Weghe (Logo gezond plus), Siegfried Robben (Sportaround), Stefaan Vervaet en Davy van den Heede (wijkregie Brugse Poort).

Vormgeving en lay-out: Magelaan.be

Dit project werd mogelijk gemaakt door de financiële steun van het Sociaal Innovatiefonds (Stad Gent).

## In het kort

### Aanleiding

Overgewicht op kinderleeftijd heeft grote gevolgen. Tevens zijn maatschappelijke kwetsbaarheid en overgewicht met elkaar geassocieerd en creëren ze ook extra uitdagingen wanneer ze samen voorkomen. De combinatie van twee kwetsbaarheden resulteert in nieuwe en complexe drempels die het moeilijk maken voor kinderen om een gezonde levensstijl aan te houden. Regelmatig bewegen is een belangrijk factor om gezond te leven, ook bij kinderen uit kwetsbare gezinnen. Helaas ervaren kwetsbare kinderen en kinderen met overgewicht vaak verschillende drempels om door te stromen naar een georganiseerd beweegaanbod en het bewegen vol te houden.

### Doel

Buurt in Beweging bracht samen met kinderen, ouders en beweegaanbieders drempels in kaart en ging op zoek naar oplossingen om te (blijven) bewegen binnen het georganiseerde beweegaanbod

### Methodiek

Voor het project Buurt in Beweging gebruikten we de methode van het participatief actieonderzoek. Het project stelde participatie voorop als principe doorheen het volledige onderzoeksproces. Aangezien we met verschillende actoren — kinderen, ouders en beweegaanbieders — aan de slag zijn gegaan, gebruikten we diverse methodieken. Tijdens het project hebben we niet enkel kennis vergaard maar zijn we ook meteen tot actie overgegaan.

### Experten

Aan het project namen 18 kinderen deel, evenveel meisjes als jongens tussen 8 en 13 jaar. De kinderen waren op het vlak van etniciteit erg divers, met onder andere roots in Ghana, Bulgarije, Egypte, Slowakije, Filipijnen, Libië, Irak, Albanië, Turkije en België. Ook 14 ouders werden betrokken als ook vijf beweegaanbieders bij wie de kinderen ingeschreven werden. Daarnaast gaven verschillende actoren advies tijdens individuele gesprekken of op de drie klankbordbijeenkomsten, zoals beweegaanbieders die veel ervaring hebben met het inclusief werken, onderwijspartners, de stad Gent en actoren uit de wijk Brugse Poort waar het project plaatsvond.

### Resultaten

Het project resulteerde in enkele acties met en voor de kinderen in functie van duurzaam bewegen voor iedereen. Daarnaast verzamelden we een rijke set aan informatie en aanbevelingen rond inclusiviteit binnen het georganiseerde beweegaanbod. Deze aanbevelingen zijn gericht naar zowel toeleiders, beweegaanbieders, beleid en opleiding en onderwijsactoren.

# Inleiding



Uit de studie van Kind & Gezin en Zorg & Gezondheid van 2020 blijkt dat 1 op 5 Gentse kinderen tussen 2 en 14 jaar te zwaar is, wat hoger is dan het Vlaams gemiddelde van 15% (Vancoppenolle et al., 2020). Hoewel genetische en biologische factoren een invloed kunnen hebben op het ontstaan van overgewicht bij kinderen, zijn het vooral socio-economische en culturele invloeden die een belangrijke rol spelen (Lee & Yoon, 2018). Ook Vlaamse cijfers bevestigen deze associatie. Zo toonde de studie van Kind & Gezin en Zorg & Gezondheid (2020) aan dat de prevalentie van overgewicht bij kinderen die opgroeien in kansarmoede op alle leeftijden aanzienlijk groter is dan die van andere kinderen. Overgewicht op kinderleeftijd heeft grote gevolgen. Onderzoek toont aan dat kinderen met overgewicht of obesitas een grote kans hebben om obees te blijven op volwassen leeftijd. Daarnaast hebben deze kinderen een groter risico hebben op chronische aandoeningen zoals diabetes en cardiovasculaire aandoeningen (WHO, 2016) alsook op psychologische problemen omwille van pestgedrag en discriminatie (Rankin et al., 2016). Maatschappelijke kwetsbaarheid en overgewicht zijn niet alleen met elkaar geassocieerd, maar vormen ook extra uitdagingen wanneer ze samen voorkomen. De combinatie van twee kwetsbaarheden resulteert in nieuwe en complexe drempels die het moeilijk maken voor kinderen om een gezonde levensstijl aan te houden.

Regelmatig bewegen is een belangrijke pijler in de aanpak van overgewicht bij kinderen, ook bij kinderen uit kwetsbare gezinnen. Toch sporten kinderen uit een gezin met lagere socio-economische status minder vaak en langdurig binnen een georganiseerd beweegaanbod (Owen et al., 2022). Ook andere bronnen beschrijven de drempels die kinderen uit kwetsbare gezinnen ervaren (Reijgersberg & Van der Poel, 2014; Hoogendoorn & Hollander, 2016; Deelen et al., 2018). Andere literatuur focust dan weer op de uitdagingen die kinderen met overgewicht ervaren om te (blijven) bewegen (Zabinski et al., 2003; Ooms, 2017; Beck et al., 2018). Er is echter weinig terug te vinden over het samenspel van overgewicht en andere kwetsbaarheden op de beweegkansen van kinderen.

Voor het participatief actieonderzoek werkten we samen met kinderen tussen 6 en 12 jaar die deelnamen aan het programma 'Samen Gezond Groeien'. Dit multidisciplinair programma bestaat sinds 2015 in Wijkgezondheidscentrum Brugse Poort en bestaat uit de begeleiding van kinderen en hun gezin door hun huisarts, de diëtist, een kinesitherapeut en de beweegcoach. Binnen dit programma bewegen de kinderen wekelijks samen. Deze beweegmomenten dienen als opstap naar het georganiseerde beweegaanbod. Vanuit de getuigenissen en ervaringen van deze kinderen en hun ouders gingen we samen aan de slag rond 'Bewegen binnen het georganiseerde beweegaanbod' en inventariseerden we samen de mogelijke drempels en gingen we op zoek naar oplossingen.

Dit rapport kadert in een breder project waarbij in een tweede fase bewegen in de publieke ruimte werd

onderzocht. We stonden samen stil bij wat ervoor zorgt dat de kinderen zich goed voelen en aangezet worden tot bewegen in de publieke ruimte.

In het eerste deel van dit rapport gaan we dieper in op de gebruikte methodiek. Vervolgens beschrijven we de ervaringen van kinderen, ouders en beweegaanbieders met betrekking tot bewegen binnen het georganiseerde beweegaanbod. We eindigen met concrete aanbevelingen voor toeleiders, beweegaanbieders, beleid en opleiding en onderwijsactoren.

## Participatief actieonderzoek

Voor het project Buurt in Beweging gingen we aan de slag met de methode van het participatief actieonderzoek. Participatief actieonderzoek heeft als doel 'de gezondheid te verbeteren en gezondheidsongelijkheid te verminderen door de mensen te betrekken die op hun beurt acties ondernemen om hun gezondheid te verbeteren' (Baum et al., 2006, p. 854). Via het participatief actieonderzoek wil men niet enkel kennis genereren maar ook handelen (Migchelbrink, 2016). Participatief actieonderzoek zet participatie voorop als principe doorheen het onderzoek. Aangezien we met verschillende actoren – kinderen, ouders en beweegaanbieders – aan de slag gingen, waarbij elke groep divers samengesteld was, was het belangrijk verschillende niveaus en manieren van participatieve betrokkenheid te erkennen en respecteren (ICPHR, 2013). Dit deden we door te werken met diverse methodieken bestaande uit zowel participatieve sessies met de kinderen, participatieve observaties, interviews als gesprekken met stakeholders. Participatief actieonderzoek wordt gekenmerkt door de onvoorspelbaarheid van onderzoeksuitkomsten aangezien het onderzoek vorm krijgt doorheen het traject en in interactie met de participanten. Het onderzoek wilde niet tot absolute kennis komen maar wilde verschillende onderbelichte perspectieven en de verschillende ervaringen met betrekking tot het georganiseerd beweegaanbod zorgvuldig zichtbaar maken.

### Participatieve sessies met de kinderen

Tijdens drie sessies in de lente van 2021 gingen we samen met de kinderen, die deelnemen aan het 'Samen Gezond Groeien'-programma, aan de slag met de vragen 'wat maakt het moeilijk voor jou om naar een georganiseerd beweegaanbod te gaan?' en 'wat is er nodig zodat jij graag naar een georganiseerd beweegaanbod gaat?'. 18 kinderen namen deel aan de participatieve sessies: 7 kinderen aan de eerste sessie, 17 aan de tweede en 15 aan de derde, telkens ongeveer evenveel meisjes als jongens tussen 8 jaar en 13 jaar. De kinderen zijn op vlak van etniciteit erg divers met onder andere roots in Ghana, Bulgarije, Egypte, Slowakije, Filipijnen, Libië, Irak, Albanië, Turkije en België. De sessies gingen telkens door na een beweegmoment in kader van het multidisciplinair programma 'Samen Gezond Groeien'. Op die manier moesten kinderen zich niet extra verplaatsen en gaf het de kans aan de onderzo-



kers en de kinderen om elkaar op een speelse manier te leren kennen tijdens het beweegmoment.

Om de kinderen op een voor hen comfortabele manier te laten participeren, gebruikten we diverse methodieken: een theater-, teken-, poppenkast- en stellingenmethodiek. De selectie en een eerste uitwerking van de methodieken gebeurde door enkele onderzoekers aan de Universiteit Gent, vakgroep Volksgezondheid en Eerstelijnszorg en vakgroep Revalidatiewetenschappen. Deze werden dan verder verfijnd en uitgewerkt door de onderzoekers van het Wijkgezondheidscentrum. Na elke sessie bespraken de onderzoekers van het Wijkgezondheidscentrum en van de Universiteit Gent de ervaringen met de methodiek. Op basis daarvan werden nieuwe methodieken voorgesteld of gebruikte methodieken aangepast. Bij het begin van elke sessie was er ruimte voor kennismaking en de creatie van een sfeer van vertrouwen. De zorgverleners waarmee de kinderen reeds een band hadden waren aanwezig tijdens de sessies. De sessies werden niet opgenomen op aangeven van een van de kinderen. Er werd gewerkt met notities tijdens en na de sessies. De onderzoekers namen een faciliterende rol op, gericht op het samenbrengen van de participanten en het faciliteren van ervaringsuitwisseling, eigen aan het participatief actieonderzoek (ICPHR, 2013).

Tijdens de eerste participatieve sessie werd samen met de kinderen onderzocht waarom het bewegen in georganiseerd verband soms niet zo leuk is. Hiervoor gebruikten we de 'theater' techniek en de de 'teken' tech-

niek. Door telkens verschillende methodieken aan te bieden aan de kinderen konden ze zelf kiezen op welke manier ze wilden participeren. Bij beide technieken werd gewerkt met een casus zodat de kinderen op een veilige manier konden deelnemen omdat ze niet over zichzelf moesten vertellen maar zich inleefden in de kinderen uit de casussen. We schetsten een startsituatie waarop de kinderen een vervolg moesten bedenken over wat er precies zou gebeurd zijn waardoor de kinderen uit de casus het bewegen niet fijn vonden. Via de 'theater'-techniek konden de kinderen hun ideeën uitbeelden. Omdat de groep te klein was werd er niet gewerkt met een publiek maar werd gespeeld en ondertussen onderling uitgewisseld over wat er precies zou kunnen gebeurd zijn. We merkten dat sommige kinderen gemakkelijk aan de slag gingen met de opdracht, andere kinderen moesten extra gestimuleerd worden. Ook bij het tekenen, een participatieve techniek die vaak gebruikt wordt bij kinderen om complexere zaken te kunnen begrijpen (Noonan et al., 2016), werd vertrokken vanuit een concrete casus waarbij de kinderen tekenden wat volgens hen gebeurd was waardoor de kinderen uit de casus het sporten niet zo leuk vonden. De focus bij deze methodiek ligt niet op de kwaliteit van de tekening, maar wel op het tekenproces en de informatie in de tekening. Zo was het belangrijk dat tijdens de activiteit voldoende werd benadrukt dat alle tekeningen waardevol waren. Nadien volgde aan de hand van de tekeningen een kort groeps gesprek om dieper in te gaan op wat er zou kunnen gebeurd zijn en deze te lin-

ken aan hun eigen ervaringen binnen het georganiseerde beweegaanbod.

Na deze en ook de volgende sessies legden de verschillende onderzoekers de verzamelde data en participatieve observaties samen. Niet enkel wat de kinderen aanbrachten tijdens de sessies werd gecapteerd, dat gebeurde ook met observaties rond omgevingsfactoren, de interactie van de kinderen met deze omgeving alsook non-verbale elementen. Via reflectie en aftoetsing met de externe partner, Universiteit Gent, werden telkens tussentijdse conclusies geformuleerd. Bij het begin van elke volgende sessie toetsten we deze conclusies bij de kinderen af.

Tijdens de tweede participatieve sessie werd nagedacht rond oplossingen voor drempels die werden verzameld tijdens de eerste sessie. Dit deden we aan de hand van de 'theater' techniek en 'poppenkast' techniek. Deze keer kregen de kinderen drie casussen waarbij zij in groepjes de situatie naspeelden voor elkaar maar aanpasten zodat het verhaal anders en beter verloopt. Met deze techniek gingen kinderen op zoek naar oplossingen (Demos, z.d.) voor drempels die ze ervaren binnen het georganiseerde beweegaanbod. We merkten dat we als begeleiders tijdens deze tweede sessie een minder directieve en meer faciliterende rol opnamen waardoor een meer interessante dialoog op gang kwam en kinderen zelf meer de ruimte namen om te delen. Een variant op het theater is de poppenkast, waarbij de kinderen de situatie niet zelf uitbeelden maar aan de hand van poppetjes op een scène. We merkten dat de jongere kinderen eerder kozen voor de poppenkastmethodiek. Het was echter moeilijk om bij deze jongere groep voldoende de focus te houden bij het verbeelden van een situatie en de mogelijke oplossingen, en niet te vervallen in discussie rond wie met welk poppetje mocht spelen.

Tijdens de laatste sessie maakten we gebruik van een stellingenspel waarbij we de bevindingen uit de vorige sessies via stellingen aan de kinderen voorlegden. Dit stellingenspel bestond uit 17 stellingen, met stellingen zoals:

*'Ik zou het leuk vinden als de juf vanaf de eerste sportles streng is en ons hard laat werken, desnoods met straf,' 'De juf of meester moet mij helpen om nieuwe kinderen te leren kennen in de sportclub.' of 'Er is een oefening tijdens de sportles waarbij je moet springen over een kegel, maar het lukt je niet zo goed. De juf laat je de oefening doen met een kleinere kegel, zodat je er wel over kan springen. Vind je dit goed of niet goed?'*

Via beweging naar een bepaalde positie namen de kinderen per stelling hun eigen standpunt in. Bij elke stelling stelde de begeleider verdiepende vragen waardoor een uitwisseling plaatsvond tussen de kinderen. Het was interessant om te zien hoe de methodiek aan de kinderen de ruimte gaf om te vertellen over hun ervaringen.

Doorheen het project werkten we acties uit, zoals een meer aanklappende begeleiding van de kinderen in het 'Samen Groeien' programma bij het verwijzen naar

beweegaanbod of het organiseren van initiatie lessen van minder gekend aanbod voor de kinderen. Na afloop van de sessies formuleerden we op basis van de input van de participanten aanbevelingen en trachtten we de brug te maken tussen de participanten en andere stakeholders (ICPHR, 2013), die een rol kunnen spelen in het wegwerken van drempels tot het georganiseerde beweegaanbod door in gesprek te gaan en resultaten te delen van het onderzoek.

### Kwalitatieve interviews met ouders

Het doel van de interviews met de ouders was inzicht te krijgen in de drempels en ervaringen van ouders met betrekking tot het georganiseerd beweegaanbod voor hun kinderen. De ouders werden door hun vertrouwde zorgverlener opgebeld en uitgenodigd voor het interview. De ouders mochten het gesprek laten plaatsvinden op een locatie naar keuze en er was de mogelijkheid om een tolk in te schakelen. Er werd bij één gesprek een tolk gebruikt. Alle gesprekken vonden plaats in het Wijkgezondheidscentrum. Er gingen 14 gesprekken door met 13 ouders en één jongere van in totaal 19 kinderen. De gesprekken vonden plaats in de zomer van 2021.

De interviews werden afgenomen door de vertrouwde zorgverlener, die gebruik maakte van een interviewleidraad rond enkele topics, zoals keuze van het sportaanbod, inschrijven, ervaringen van het kind, ervaringen als ouder en blijven bewegen in het beweegaanbod. Het interview had eerder de vorm van een natuurlijke conversatie waardoor de ouders opvattingen, ervaringen en wensen konden verwoorden en een vertrouwelijke sfeer werd gecreëerd (Mortelmans, 2013). Alle gesprekken werden opgenomen en getranscribeerd. Op het einde van het interview werd ook gepeild naar de mogelijkheid en wens om zoon of dochter in te schrijven bij een georganiseerd beweegaanbod en werd bekeken welke ondersteuning hierbij gewenst en nodig was. Het gesprek eindigde op die manier met concrete acties die de ouders, kinderen en/of zorgverlener verder gingen ondernemen.

### Kwalitatieve interviews met beweegaanbieders

In eerste instantie gingen we het gesprek aan met enkele sociaal sportieve praktijken rond wat volgens hen nodig is om kinderen met diverse kwetsbaarheden aan het bewegen te krijgen en te houden binnen het georganiseerde beweegaanbod. Vervolgens namen we in het najaar van 2021 contact op met vijf beweegaanbieders waarbij de kinderen betrokken in het project werden (her)ingeschreven voor het nieuwe schooljaar. Via een gesprek wilden we in eerste instantie de brug maken tussen het kind en de ouders die zich inschreven bij het beweegaanbod en de beweegaanbieder. We wilden tijdens het gesprek ook luisteren naar welke uitdagingen zij opmerken bij kwetsbare kinderen met overgewicht en hoe zij hier (eventueel) reeds mee aan de slag gaan. Een laatste doel van het gesprek was het bekijken of ze op basis van het gesprek ook (andere) drempels wilden wegwerken,

ondersteund via middelen en know-how uit ons project. We gingen in gesprek met een diverse groep beweegaanbieders, zowel op vlak van omvang, soort sport, periode van bestaan, recreatief of competitief aanbod... Met de meeste beweeg-aanbieders was nog geen voorafgaande band, op één uitzondering na. Tevens viel op dat het niet gemakkelijk was de juiste persoon te pakken te krijgen en een gesprek in te plannen. Voor de gesprekken maakten we gebruik van een interviewleidraad. De gesprekken werden opgenomen en getranscribeerd. Geen enkele beweegaanbieder ging in op de uitnodiging om samen een traject aan te gaan en (kleine) aanpassingen te testen. We vermoeden dat dit een gevolg is van de afwezigheid van een vertrouwensband en de positie van de onderzoeker. Tevens is de onderzoeker/hulpverlener afhankelijk van de beweegaanbieder om het kind aan het bewegen te houden. Soms verleenden aanbieders al een zekere gunst, bijvoorbeeld door uitzonderlijk verlaagd inschrijvingsgeld te vragen. Daarenboven was het budget dat we ter beschikking hadden per club zeer beperkt en dus mogelijks onvoldoende ondersteunend.

#### Klankbordgroep en andere experts

Bij de start van het project werd een klankbordgroep samengesteld. Zij gaven input vanuit hun expertise op zowel de werkwijze als de bevindingen. De klankbordgroep was samengesteld uit onderwijspartners (Universiteit Gent en Artevelde Hogeschool), expertise-instellingen (Sport Vlaanderen en Logo Gezond Plus), zorgverleners van het wijkgezondheidscentrum (kinesitherapeut, diëtist, beweegcoach, gezondheidspromotor, maatschappelijk werker), stakeholders bij stadsdiensten (Sport- en Jeugddienst), stakeholders uit de wijk (wijk- en sociale regisseur), sociaal sportieve praktijken (Sportaround) en de onderzoekers zelf. De klankbordgroep kwam driemaal samen, in maart, juni en december 2021. Daarnaast waren er extra gesprekken met onderwijsinstellingen (Artevelde Hogeschool, Universiteit Gent), Sportdienst Gent, Gezond Leven, Demos en twee voetbalclubs om onze eerste bevindingen te delen en te bekijken hoe hiermee eventueel aan de slag kon gegaan worden binnen de eigen organisatie of sector.

#### Ethiek en vertrouwen in het onderzoek

Voorafgaand aan het onderzoek hebben wij zowel bij de ouders als de kinderen mondeling toestemming gevraagd om deel te nemen. Zij kregen informatie over het doel en de aanpak van het project. Ook de deelnemende beweegaanbieders werden mondeling geïnformeerd. Opnames van de gesprekken werd enkel gemaakt als we daarvoor de toestemming kregen.

Bij participatief actieonderzoek, gebaseerd op dialoog en samenwerking, is het belangrijk uit te gaan van een niet-hiërarchisch relatie tussen participant en onderzoeker. Daarvoor was het belangrijk bewust te zijn van de manier waarop macht en machteloosheid invloed heeft op het dagelijkse leven van de kinderen en ouders die deelnemen aan het onderzoek (ICPHR, 2013). Als onderzoekers stonden we stil bij onze eigen privileges en positionaliteit en hoe deze onze ervaringen en de betekenis die we geven beïnvloeden. Dit co-creatief proces vraagt het opbouwen en behouden van vertrouwen. Dit vertrouwen vereist respect en waardigheid (ICPHR, 2013). Dit vertrouwen was er al deels door de zorgverlenersrelatie die we hadden met de kinderen en ouders. Anderzijds trachtten we door onze begeleidersstijl bij te dragen aan dit vertrouwen door onder andere veiligheid te creëren, zoveel mogelijk kansen te creëren om te participeren en hen te bekrachtigen in hun expertise. Niet alle kinderen begrepen meteen waarom zij experts zijn en stelden ons de vraag: 'Wat kan je van ons leren?' De sessies met de kinderen werden begeleid door onderzoekers waarmee de kinderen geen zorgverlenersrelatie hebben. Deze begeleiders namen deel aan enkele beweegactiviteiten voorafgaand aan de sessies om vanuit een gelijkwaardige positie kennis te maken met de kinderen. De interviews met de ouders werden afgenomen door de gekende zorgverlener omwille van de band die de zorgverlener reeds met de ouder had en de vertrouwdeheid van de ouder om met deze zorgverlener in gesprek te gaan over het kind. Met de meeste beweegaanbieders was geen voorafgaande band. Er waren nooit voorwaarden verbonden aan de deelname, noch negatieve gevolgen voor een niet-deelname. De bijdragen van de deelnemers werden volledig geanonimiseerd.





# In gesprek met kinderen, ouders & beweegaanbieders



**O**p basis van de participatieve sessies met de kinderen, interviews met de ouders en gesprekken met de beweegaanbieders hebben we een aantal factoren kunnen onderscheiden die een invloed hebben op het inschrijven en blijven gaan naar een georganiseerd beweegaanbod. De factoren zijn op te delen in drie clusters: 'beslissen om in te schrijven', 'de inschrijving zelf' en 'blijven gaan'.

## Naar de beweegclub? De beslissing om al dan niet in te schrijven

De meeste geïnterviewde ouders willen dat hun kind meer beweegt en zich inschrijft in een beweegaanbod. Ze zien, naast het meer bewegen, verschillende voordelen zoals minder schermtijd, minder verveling, kansen om vrienden te maken of Nederlands te oefenen.

*Interviewer: 'En zou jij het leuk vinden moest ze naar een sportclub gaan?'*

*Ouder: 'Ja, zeker! Want eerst dan gaat Nederlands verbeteren. En zal zij een vriendin krijgen. Niet alleen zijn.'*

De ouders zoeken vaak mee naar een gepast beweegaanbod op basis van de persoonlijkheid en interesses van hun kind. Uit de interviews bleek dat ouders niet altijd op de hoogte zijn van het beweegaanbod. Zoeken gebeurt vaak 'via via' of door toevallig bij een beweegclub te passeren. Beweegaanbieders maken zelf weinig promotie voor hun aanbod. Voor sommige sporten zoals zwemmen en voetbal zijn er vaak wachtlijsten. Ouders weten niet altijd goed hoe en wanneer ze kunnen inschrijven. Wanneer kinderen aanwezig waren tijdens het interview, bleek dat zij vaak wel op de hoogte waren van de praktische kant en soms een belangrijke rol speelden bij het inschrijven. In enkele interviews gaven ouders aan dat ze bezorgd waren dat hun kind uitgesloten zou worden of niet weerbaar genoeg was. Deze bezorgdheden werden vooral geuit als er hun kind een pestverleden had.

*Interviewer: 'En wat zou jij ervan vinden moest ze naar een sportclub gaan?'*

*Ouder: 'Bijvoorbeeld de club van dansen?'*

*Interviewer: 'Ja.'*

*Ouder: 'Zij graag dansen. En met alleen meisjes.' (lacht)*

*Interviewer: 'Ja ja ja.'*

*Ouder: 'Want jongens... pesten.'*

In alle interviews kwam naar voren dat het kind de eindbeslissing heeft, zowel over de beslissing om in te schrijven als over het soort beweegaanbod. Ook de kinderen haalden dit aan: 'Ik mag kiezen als ik naar een sportclub ga, maar mijn mama moet inschrijven.' Ouders respecteren die keuze omdat ze hun kind niet willen forceren en willen vermijden dat hun kind vroegtijdig afhaakt.

*Interviewer: 'Hij is nog nooit naar een sportclub geweest, Hoe komt het, waarom?'*

*Ouder: 'Hij wil niet.'*

*Interviewer: 'En zou jij graag hebben dat hij dat doet?'*

*Ouder: 'Nee.'*

*Interviewer: 'Nee, jij wil ook niet dat hij naar een sportclub gaat?'*

*Ouder: 'Ah, omdat mijn kind niet wil.'*

## De volgende horde: Inschrijven voor een beweegaanbod

Ook als het om de inschrijving in een beweegclub gaat, zijn er verschillende beïnvloedende factoren. Gezinnen in een maatschappelijk kwetsbare situatie botsen vaak op meerdere drempels om zich in te schrijven. Ondanks de goede wil en inspanningen van beweegaanbieders om inclusief te werken, zien we dat zij niet altijd zicht hebben op die drempels. De ouders ervaren niet alleen financiële drempels, ze zijn ook bezorgd om de veiligheid en het sociaal welbevinden van het kind. Ook moeilijkheden van meer praktische aard hebben hun invloed op het al dan niet inschrijven: afstand, bereikbaarheid, de combinatie met andere activiteiten van het gezin, het beperkte aanbod en wachtlijsten. Soms missen de ouders vaardigheden of zijn ze onvoldoende vertrouwd met het georganiseerde beweegaanbod waardoor ze (dreigen) uit de boot te vallen. Hieronder lichten we de verschillende drempels toe.

### Kost en de UiTPAS

In de interviews met de ouders kwam naar voren dat de prijs een invloed heeft op de inschrijving. Eén ouder meldde dat gratis proeflessen een voordeel was. Ouders krijgen zo de kans om te zien of het kind het naar zijn zin heeft voor ze het lidgeld voor een heel jaar betalen of voor ze investeren in sportmateriaal. Alle geïnterviewde ouders kennen de UiTPAS ('Blue Card'), maar weinigen onder hen gebruikten de UiTPAS om korting te krijgen. Een eerste moeilijkheid die ze aanhalen is dat de aanvraag van een verhoogde tegemoetkoming complex is. Er heerst ook onzekerheid bij een gewijzigde gezinssituatie over het behoud van de verhoogde tegemoetkoming. Sommige ouders hebben wel een aanvraag lopende waarover nog geen beslissing is genomen, anderen komen net niet in aanmerking voor de verhoogde tegemoetkoming. Bij het gebruik van de UiTPAS zelf is de kaart soms vervallen, in andere gevallen vergeten de ouders soms te vragen naar de UiTPAS-korting bij inschrijving.

Bij beweegaanbieders zien we hetzelfde fenomeen: alle geïnterviewden kennen het, maar slechts een deel van hen is effectief UiTPAS-partner. Eén beweegaanbieder haalde de administratieve rompslomp en beperkte financiële ondersteuning aan als drempels om de UiTPAS aan te bieden. De beweegaanbieders die de UiTPAS wel aanbieden vinden het positief dat meer mensen in een maatschappelijk kwetsbare situatie de weg naar hun aanbod vinden. Eén beweegclub geeft aan dat werken met mensen met een UiTPAS met kansentarieef vaak moeilijker verloopt omdat ze vaker moeite hebben met volhouden en dus sneller afhaken. De beweegaanbieders die geen UiTPAS-partner zijn, geven aan dat ze 'iets proberen te regelen', in de vorm van een sociaal tarief als ze merken dat de ouders het financieel moeilijk hebben. Vaak wordt deze uitzondering gekoppeld aan een extra voorwaarde, namelijk voldoende motivatie en/of sportief zijn. De beweegaanbieders meldden ook dat het niet-structureel aanbieden van korting kan leiden tot het missen van mensen met financiële moeilijkheden en tot uitval.

*'Natuurlijk er is ook zo de verborgen (...)armoede. Zo hadden wij ooit een kindje op school waarvan niemand*

*wist dat het zo slecht ging thuis. Het kindje was altijd in orde, mooi verzorgd, centjes op school waren altijd betaald maar voor de rest was er niks. Uiteindelijk betaalden die hun lidgeld niet. Mailtje gestuurd, nog een keer een mailtje gestuurd, nog een keer... tot die mama zei: "Ja kijk, mijn man heeft geen werk." Dan hebben wij gezegd: "Wowow, jullie komen al zo lang sporten". Mensen zijn soms beschaamd van, het is gratis. Dan zeiden we: "Betaal gewoon die 15 euro die wij aan de verzekering betalen, en je bent in orde en dat kind mag gewoon blijven komen sporten." Het probleem is dan: het volgende jaar durven ze niet meer inschrijven.'*

Er waren enkele beweegaanbieders die ook aandacht hadden voor verdoken kosten, zoals sportkledij en vervoer naar de wedstrijden. Zij proberen de kosten tot het minimum te beperken of in te zetten op carpoolen. Toch staan andere aanbieders hierover weinig stil en gaan ze ervan uit dat ouders betalen voor extra materiaal of activiteiten.

### Veiligheid en sociaal welbevinden

Kinderen voelen zich onwennig op een nieuwe locatie. Vooral jonge kinderen appreciëren hulp wanneer ze vrienden willen maken in het nieuwe beweegaanbod. Oudere kinderen maken liever zelf vrienden. Ook ouders kunnen het best spannend vinden wanneer ze hun kind op een onbekende plaats bij onbekende mensen achterlaten. Verschillende ouders verlaten zich op de reputatie van het beweegaanbod om hun kind al dan niet te laten gaan.

*Ouder: 'Ik ging hem eigenlijk naar de speelpleinwerking doen, maar mijn vrouw is er niet zo voor te vinden. Omdat dat zo een beetje... (zucht)... de vriendenkring is heel belangrijk. Je hebt daar kindjes die vechten. (...). Ik wil hem ook een beetje beschermen.'*

Ouders vinden het fijn om in de buurt van hun kind te blijven, om ze te zien bewegen en hen te kunnen aanmoedigen. Aanwezigheid in de beweegclub is ook een kans om de trainer aan te spreken en vragen te stellen. De beweegaanbieders kijken daar anders tegenaan: de betrokkenheid van de ouders zien ze eerder als een last voor de club, een risico op bemoeizuchtige ouders en moeilijk gedrag bij de kinderen. Eén beweegaanbieder noemde het zelfs 'een luxe' wanneer de ouders niet meer aanwezig waren tijdens trainingen door de corona maatregelen.

*'Eigenlijk hebben wij weinig contact zo met ouders, (...) zo eens sporadisch. Of als je passeert en ze zien u, spreken ze u eens aan (...). Maar feitelijk is er niet zoveel communicatie aan de kant eigenlijk. Dat is ook niet echt nodig.'*

Appreciatie voor de betrokkenheid van ouders was er wel voor hun praktische ondersteuning tijdens evenementen, het vervoer naar een wedstrijd, het invullen van een tevredenheidsmeting of hun aanwezigheid tijdens een toonmoment. Sommige beweegaanbieders hebben weinig inzicht in de drempels waarop ouders botsen. Ze zijn dan bijvoorbeeld teleurgesteld als ouders niet komen opdagen op een toonmoment of activiteit.

*'Die ouderbetrokkenheid hebben wij minder. (...) We mochten bijvoorbeeld onlangs naar een toernooi gaan kijken. (...) Dat was een fantastische opportuniteit. Ik*

*had naar de ouders gestuurd dat als ze mee wilden komen, doe maar. Eigenlijk was er (...) weinig opkomst. Dat vind ik dat heel jammer (...) Dat de ouders gelijk minder betrokken zijn.'*

Slechts één beweegaanbieder gaat actief aan de slag met ouders. Ze willen dat ouders op een positieve manier betrokken zijn, door bijvoorbeeld aan te moedigen vanaf de zijlijn of door zelf in te staan voor trainingen.

Het is opvallend hoe een deel van de kinderen vaak verwijst naar de sportlessen op school. Aangezien ze nog geen ervaring hebben binnen het georganiseerd beweegaanbod is de impact van de sportlessen op school op de perceptie van de kinderen op het georganiseerd beweegaanbod groot. Tijdens de gesprekken met de ouders merkten we ook op dat als een gezin positieve ervaringen had met het georganiseerde beweegaanbod en ze vertrouwd zijn met de organisatie, de stap naar het opnieuw inschrijven kleiner wordt. Dit geldt zowel voor het kind zelf, als voor de broers of zussen van het kind.

### Communicatie

Ouders zeggen dat het niet altijd evident is om te communiceren met de beweegclub. De meeste communicatie (informatie en inschrijving) gebeurt via e-mail. Hoewel de meeste mensen daarmee vertrouwd zijn, is het voor bepaalde ouders moeilijk omdat zij de Nederlandse taal onvoldoende machtig zijn of moeite hebben met de online inschrijvingsprocedure. Ook in de interviews met beweegaanbieders werd duidelijk dat sinds corona onlinecommunicatie de standaard manier van communiceren werd. De problemen die bepaalde ouders daarbij ervaren, werden niet benoemd door beweegaanbieders. In één interview werd eerder het omgekeerde opgemerkt, dat mensen in een maatschappelijk kwetsbare situatie minder problemen ervaren met online inschrijven in vergelijking met andere ouders:

*'Zelfs inschrijving en al doen we al twee jaar via de website. Ja, door corona... We kunnen niet anders eigenlijk. Vroeger was dat gewoon binnenkomen (...) en je kon u inschrijven bij ons. Maar nu moet dat allemaal via de website en eigenlijk zijn die mensen zeer correct. Want ja, ze geven dat soms aan dat het soms moeilijker is omdat ze geen computer hebben. Het gaat ook vlot bij die mensen, eigenlijk heel goed. (...) Ik weet niet op welke manier ze het doen, maar het is niet dat zij daardoor niet ingeschreven geraken, eigenlijk is dat nooit het probleem.'*

Een verklaring daarvoor kan de ondersteuning die deze ouders kregen door hulp- of zorgverleners bij het inschrijven. Los van de communicatieproblemen die sommige ouders ervaren met e-mailen, melden ze ook dat het een eerder onpersoonlijke vorm is van communicatie en afstand creëert. Tijdens het onderzoek merkten we dat de ouders appreciëren als ze een herinnerings-sms ontvingen voor een interview of konden communiceren via WhatsApp. Hoewel het niet specifiek bevestigd werd tijdens de interviews met de ouders, kunnen sms'jes of WhatsApp-berichten wel een manier zijn om laagdrempelig te communiceren.

Ouders hebben een eerder oppervlakkig contact met andere ouders, zoals het elkaar groeten bij de start

of einde van een beweegactiviteit. Eén sportclub vertelt dat ouders bij hen afspreken om te carpoolen om naar wedstrijden te gaan. Kinderen met ouders zonder auto worden vervoerd door ouders die wel een auto hebben.

### Locatie

Voor verschillende ouders waren de afstand en de bereikbaarheid belangrijke factoren om al dan niet in te schrijven, vooral bij ouders die zich met het openbaar vervoer, te voet of de fiets verplaatsen. Een ouder zei dat het moeilijk was om de locatie te vinden omdat ze moeite had met het lezen van het stratenplan en de weg vinden in een onbekende buurt. De perceptie over de veiligheid van een buurt heeft ook een invloed op de keuze om in te schrijven in de beweegclub. Ouders maken zich zorgen over verkeersonveiligheid in de buurt van drukke (kruis) punten en willen deze locaties vermijden. Hetzelfde geldt voor het gevoel van sociale onveiligheid. Eén ouder verwoordde expliciet dat ze het georganiseerde beweegaanbod vermijdt op pleintjes met overlast, zoals drugs, openbare dronkenschap en zwerfvuil.

*‘Waar ik het meest schrik voor heb is het pleintje als ik met mijn kindjes buiten kom. Het (...)plein is ook zo... Je hebt daar veel kerels die dronken zijn. Junks heb je ook veel. Ik probeer ze daarvan weg te houden. (...) De (...)straat was zo een keer echt heel vuil. Mijn kinderen wouden daar naartoe gaan. Ik zei: “ik vind dat een heel vuil plein”’*

### Aanbod, wachtlijsten en complexe inschrijvingsprocedures

Elk aanbod heeft een eigen inschrijvingsmoment en eigen procedures. Dit maakt het voor ouders niet altijd makkelijk om te weten wanneer en hoe ze best inschrijven. Dat is zeker zo als een kind later instapt of als ouders specifieke vragen hebben rond bijvoorbeeld kortingen. Verschillende ouders meldden ook wachtlijsten om hun kind in te schrijven, onder andere voor gymnastiek, zwemmen en voetbal. Ouders zijn niet altijd bekend met de procedure rond wachtlijsten. Sommige ouders blijven afwachten (zonder nieuws) of proberen in te schrijven via een professional in de hoop om toch een plaats te krijgen. Verschillende ouders zoeken bijgevolg naar een alternatief en direct beschikbaar beweegaanbod. Omdat men zich niet kon inschrijven voor de sport van keuze en moest kiezen voor de ‘tweede’ keuze leidde dat bij verschillende kinderen tot uitval. De beweegaanbieders erkennen het probleem van het te beperkte aanbod en de soms lange wachtlijsten. De beweegaanbieders zien hier een gedeelde verantwoordelijkheid en verwachten structurele inspanningen van (lokale) overheden en sportfederaties. Er is niet alleen nood aan meer trainers en middelen voor onder andere de begeleiding van trainers, maar ook een grote nood aan extra infrastructuur.

*Beweegaanbieder: ‘Er is meer sportaanbod nodig, veel meer. En dan gaat dat niet alleen over voetbal. Dan gaat dat over frisbee, hockey, alles, alles. Ge hebt veel te weinig velden hier in Gent, ‘t is absurd eigenlijk. Ja, er is een compleet gebrek aan infrastructuur, vind ik. Dat zorgt ook al voor een stuk voor die wachtlijsten. (...) Van zodra er instroom is, is de begeleiding ook*

*een probleem. Vrijwilligers vinden, daar hebben wij als club op zich niet zoveel problemen mee. (...) Maar wij hebben een heel groot gebrek aan begeleiding. Nu moet ik dat allemaal op mij nemen, maar ik merk dat ik eigenlijk te weinig tijd heb om dat te doen zoals ik dat zou willen doen.’*

*Interviewer: ‘Begeleider van trainers?’*

*Beweegaanbieder: ‘Inderdaad, niet van de groepen zelf maar van de trainers zelf. Structurele begeleiding.’*

### Gezondheidsvaardigheden

Uit verschillende gesprekken bleek dat ouders interesse hadden om hun kind in te schrijven, maar niet altijd tot een effectieve inschrijving kwamen. Sommige ouders vergaten hun kind in te schrijven, andere stelden het al dan niet bewust uit. Waarom is niet altijd duidelijk. Het coronavirus werd soms genoemd, al is het niet duidelijk of dit een effectieve reden was of dat het eerder te maken had met onvoldoende gezondheidsvaardigheden. Hoewel in de gesprekken met beweegaanbieders de gezondheidsvaardigheden niet expliciet benoemd werden, komen die wel aan bod in de casussen van ouders die moeilijkheden ervaren bij de inschrijving of onzekerheid rond de verwachtingen vanuit de beweegaanbieder.

*‘Ineens komt die pa naar mij en zegt dat het niet meer ging lukken om te komen. Ze zijn vrijdag ingeschreven, maar ze moeten naar de voetbaltraining. Hij was heel overstuur. (...) Op dat moment waren al onze groepen volzet. (...) Ik zeg: “Maar meneer, probeer dat nu gewoon. Ge zult wel zien of het blijft lukken of niet. Als het echt problemen geeft, zeg het mij dan ook.” Na 2-3 weken komen ze nog. Die mensen schieten rap in paniek, heb ik soms de indruk. Zo van, alle, het wordt rap te veel.’*

*‘Gisteren had ik een papa (...) van een jongen met UiT-PAS. Die zijn rap zo ongerust: ik heb toch alles betaald? Ze gaan toch niets gaan verkeerd doen in de club? En ik zei: “Nee, alles is oké, ze doen het goed.” Ze vragen wel meer dan een ander, beetje meer bevestiging.’*

### Belang van ondersteuning

Ouders krijgen vaak professionele ondersteuning bij de inschrijving in een beweegclub. Ze krijgen hulp van de school, het wijkgezondheidscentrum of de beweegclub zelf om hun kind in te schrijven. De nood aan ondersteuning ligt op het vlak van inschrijving – hoe, wat, wanneer – en voor de aanvraag van kortingen of een financiële tussenkomst in het inschrijvingsgeld. Eén ouder gaf aan dat zij niet weet wat te verwachten van een beweegclub omdat ze nog geen ervaring heeft met een georganiseerd beweegaanbod. Deze ouder had een grote nood aan ondersteuning op het vlak van inschrijving, betaling, aankoop van sportuitrusting en het meegaan naar de beweegclub. Een hypothese is dat mensen die minder ervaring hebben met een beweegclub, meer ondersteuning nodig hebben. Daarnaast merkten we dat als bij de inschrijving van kinderen niet de leeftijd maar het niveau van belang is, ze vaak terecht komen in groepen met jongere kinderen. Door de fysieke conditie en beperkte beweegvaardigheden van sommige kinderen

kunnen ze niet bewegen met leeftijdsgenootjes, waardoor het kind niet wil inschrijven.

## Blijven bewegen

Naast de praktische organisatie heeft het emotioneel welbevinden van het kind een grote invloed op het al dan niet blijven gaan naar de beweegclub. Zowel het soort oefeningen of de sport op zich, het contact met de trainer of andere kinderen en het onvoldoende erkennen van de impact van overgewicht kan ervoor zorgen dat kinderen niet (graag) meer bewegen.

### De aard van de beweegoefeningen

Verschillende kinderen zeggen dat ze niet graag lopen, dat ze het lastig vinden, maar ook dat ze wel spelletjes of parcours leuk vinden. Als de kinderen een oefening niet fijn vinden gaan ze niet openlijk in verzet, ze zoeken eerder manieren om oefeningen te omzeilen.

*'Als de meester niet kijkt, dan moet je gewoon rusten.'*

Voor de kinderen is het belangrijk dat de coach motiveert, maar ook begripvol is als iets niet (meteen) lukt. Andere of aangepaste oefeningen werden niet door alle kinderen als positief ervaren. We vermoeden de angst voor stigmatisering als ze apart worden genomen. Duidelijke afspraken vinden de kinderen belangrijk. Volgens de kinderen mag de coach streng of kordaat zijn als het nodig is.

*Kind 1: 'Als het per ongeluk is, dan moet je toch niet gestraft worden.'*

*Kind 2: 'Je mag straffen als je echt iets fout doet.'*

De oefeningen niet (meer) mee kunnen doen, kan er echter voor zorgen dat kinderen stoppen met bewegen. Kinderen meldden daarenboven dat ze soms uitgesloten werden door andere kinderen, omdat ze niet goed meekonden. In één interview met een ouder kwam uitdrukkelijk naar voren dat een kind gestopt is met de beweegclub omdat het fysiek 'niet mee kon' met de rest van de groep. Een recreatief aanbod wordt vaak als meer toegankelijk beschouwd. Anderzijds kan ook een recreatief aanbod op andere vlakken drempels inbouwen, zoals enkel inzetten op onlinecommunicatie of een aanbod dat onvoldoende kwalitatief wordt beoordeeld door de ouder, waardoor kinderen uit maatschappelijk kwetsbare gezinnen uit de boot vallen. Soms sluit een competitief aanbod met een duidelijke structuur en een beleid rond inclusie beter aan bij de verwachtingen van de ouders en kinderen.

### Conflicten tussen kinderen en coachingsstijl

Conflicten met andere kinderen, zoals ruzie maken, valsspelen, uitsluiten, uitlachen, beschuldigen en/of roddelen, zijn redenen om niet te willen bewegen.

De oplossingen die de kinderen zelf naar voor schuiven is dat kinderen de kans moeten krijgen om bij een conflict zichzelf te verontschuldigen en dat de coach hierbij best een 'mediërende' rol opneemt.

*Kind: 'Ze moeten stoppen met voetballen, efkes. En gaan zitten en zeggen wat er gebeurd is. Dus ze moeten naar de meester gaan. En de meester zegt: "Wat is*



Ruzie (kind)

*er gebeurd?' En daarna gaat de meester zeggen wat er gebeurd is. De meester moet dit oplossen. Als het opgelost is, dan kan iedereen alweer verder spelen.'*

*Kind: 'Oplossen is beter dan direct straffen. Belangrijk dat ze niet roepen maar gewoon praten.'*

Straffende coach (kind)



Onder coachingsstijl verstaan we de manier waarop de trainer, coach of lesgever omgaat met de kinderen en hen motiveert. Iets wat erg vaak terugkwam in de gesprekken met de kinderen was beweging als straf. Beweging wordt ingezet als straf voor zowel ongewenst of storend gedrag als voor het niet goed uitvoeren van een oefening. Beweging wordt ook ingezet als groepsstraf, waarbij een hele groep gestraft wordt voor het gedrag van één of enkele kinderen. Bewegen als straf wordt door bijna alle kinderen als negatief ervaren.

*Kind, bij de bespreking van de tekening: 'Die (coach) is boos en zegt dat je dat MOET doen en het kindje kan het niet omdat het te moeilijk is, maar het kindje MOET het doen anders krijgt hij straf.'*

Het fenomeen 'sporten als straf' kwam ook naar voren in de interviews met de ouders. De ouders geven aan dat negatieve ervaringen tot uitval leiden.

*Ouder: 'En hij (trainer) is dan plots zo beginnen roepen en dat was intensief. Dan begon hij zijn stem te verheffen en dan is hij (kind) afgehaakt. Zegt hij: "Papa, ik wil dat niet".'*

Kinderen gaan hier op verschillende manieren mee om. Oudere kinderen gaan sneller in verzet dan jongere kinderen. Oudere kinderen hebben weliswaar meer durf,

maar zijn ook meer gelaten bij situaties die zij als onrechtvaardig ervaren, zoals de verschillende behandeling van meisjes en jongens, seksistische of racistische opmerkingen. Een van de beweegaanbieders vond hierover dat zij meer moeten worden ondersteund door de stad en de federaties:

*'Energijds structureel: (...)maatwerk, ondersteuners aanduiden en daarvoor een budget vrijmaken. Anderzijds – en dat vind ik misschien nog belangrijker – is dat ze klachten die clubs aangegeven serieus nemen. We hebben 10 tot 15 klachten over racisme of discriminatie ingediend en dat mondt altijd in hetzelfde uit: er is geen bewijs, dus we gaan niks doen. (...) Als je met een commissie zit die allemaal bestaat uit blanke mannen van 55+... Die doen uitspraken als van: 'Er is toch geen probleem met racisme?' Dan denk ik: 'Oké als je het niet wilt zien, dan kan je inderdaad alles ontkennen.'*

We zien bij de meeste beweegaanbieders een focus op de sportieve prestaties en een 'opvoedkundige' insteek. Lachen tijdens het sporten bijvoorbeeld, wordt volgens sommige kinderen gezien als iets negatief. 'Je moet serieus zijn', anders krijg je opmerkingen van de coach. In alle gesprekken met de beweegaanbieders, op één na, ging het niet of nauwelijks over het belang van groepsdynamieken, noch kwam de coachende pedagogische visie naar voor. Daarnaast zien we dat de visie van de sportclub niet altijd doorstroomt naar de coaches of begeleiders. Opleiding en begeleiding van (nieuwe) coaches vraagt volgens een van de beweegaanbieders veel tijd en een groot engagement. Nochtans is de kwaliteit van de lessen en lesgevers ook voor ouders een belangrijke factor op het al dan niet blijven gaan naar de beweegclub. Geen evolutie op sportief vlak of geen vertrouwen in de capaciteiten van de lesgevers werken negatief.

*Ouder: 'Daar is hij (het kind) gebleven, maar de lessen gingen niet vooruit omdat... meestal waren er zo vrijwilligers. En de organisatie is dan overgenomen door andere mensen. Dan was het plots veel duurder geworden. Dus hebben we gekozen voor privélessen.'*

Aanklampend werken en kinderen of jongeren niet loslaten nadat ze bijvoorbeeld enkele keren niet hebben deelgenomen aan een beweegactiviteit is volgens een van de beweegaanbieders belangrijk om iedereen aan boord te houden:

*'In situaties waarbij bijvoorbeeld (...) jonge jongens maar één keer om de twee weken komen of niet laten weten dat ze niet gaan komen, terwijl ik op training merk dat ze heel graag komen, dat ze heel gemotiveerd zijn en zich heel hard amuseren, dan doe ik efkes communicatie bij de ouders.'*

Andere beweegaanbieders staan er niet bij stil, zien het als een teken van onwil van het kind of de ouders, of zeggen dat ze daar geen tijd voor te hebben:

*'Op dit moment heb ik dat nog niet gedaan. (...) Nog niet aan gedacht, nee. Het is misschien ook omdat de groep nu wat groot wordt en ik ben dan bang dat als ik die nog extra ga motiveren, iedereen dan gaat komen en dan is het wel een hele grote groep. Dus nu laat ik het gewoon, wie komt die komt, wie niet wil komen, dat is een beetje vrije wil.'*

## De subtiele impact van overgewicht

Opvallend tijdens de gesprekken met de kinderen met (een verleden van) overgewicht is dat dit nauwelijks expliciet aan bod kwam als drempel of gelinkt werd aan negatieve ervaringen. Wat wel aan bod kwam bij de kinderen was het niet mee kunnen en gepest worden door andere kinderen. Zoals we al eerder schreven kan een conflict leiden tot niet graag (meer) te bewegen. Andere situaties die de kinderen beschreven en indirect het gevolg zijn van overgewicht, gaan over kinderen die gestraft worden door de coach omdat ze een oefening niet goed doen of die zich ongemakkelijk voelen tijdens het omkleden. De verplichte sportkledij en het omkleden, voornamelijk in de context van de sportles op school, roepen veel negatieve reacties op bij de kinderen.

*Kind 1: 'Een lange broek en een t-shirt is oké, want sommige kinderen mogen van hun papa geen shortje aandoen, enkel een lange broek.'*

*Kind 2: 'We krijgen te weinig tijd om ons om te kleden. Ze doen dan het gordijn open als het niet snel genoeg gaat.'*

*Kind 3: 'Soms is de sportkledij te klein.'*

Eén jongen spreekt van pesten door overgewicht en zegt dat de juf zijn pester ziet als 'super lieve jongen'.

We merkten tijdens de gesprekken dat beweegaanbieders welwillend zijn, maar vaak draaien vaak op vrijwillig engagement en niet op professionele krachten. De begeleiding van kinderen in maatschappelijk kwetsbare kinderen vraagt soms meer, met hoger risico op dropout. Tijdens de gesprekken met de beweegaanbieders merkten we weinig aandacht op voor de positieve effecten van bewegen op gezondheid en de preventie van overgewicht. Beweegaanbieders waren weinig bezig met de mogelijke fysieke en emotionele drempels die kinderen met overgewicht zouden kunnen ervaren. Bijgevolg werd de problematiek van overgewicht dan ook zelden besproken met ouders.

*'Elk jaar hebben wij wel kinderen met overgewicht. Wij behandelen die eigenlijk zoals elk ander kind. Bij ons is dat niet echt een uitzondering. En in het algemeen denk ik dat die kinderen zich goed voelen bij ons. (...) En die gaan eigenlijk beter vooruit dan sommige anderen, dus die voelen zich nooit eigenlijk achteruit gesteld of minder sterk.'*

Twee beweegaanbieders spraken wel met een kind of jongere met ongezond gedrag of overgewicht. Opvallend is dat de beide beweegaanbieders veel inspanningen deden rond de inclusie van diverse groepen en hiervoor (soms) extra ondersteuning ontvingen. Een beweegaanbieder sprak kinderen aan als ze een ongezond tussendoortje mee hadden naar een activiteit, zoals een zak chips. Een andere beweegaanbieder ging het gesprek aan als kinderen niet meer meekunnen en deden dit vanuit de insteek 'gezondheid' en 'preventie van blessures'. Beide beweegaanbieders benoemden nooit het (over)gewicht.

# Conclusies en aanbevelingen



**K**inderen willen aan bewegen plezier beleven en iets doen dat ze graag doen. Kinderen haken af als het soort bewegen hen niet ligt, ze het gevoel hebben niet mee te kunnen of op sociaal vlak stress ervaren. Ouders zijn op de hoogte van de voordelen van het bewegen en het aansluiten bij een georganiseerd beweegaanbod maar geven aan dat het een grote uitdaging is om te weten waar ze informatie kunnen vinden of om alles georganiseerd te krijgen. Ouders willen dat hun kind veilig kan bewegen en zich goed voelt. De meeste ouders willen graag weten hoe het gaat met hun kind, maar voelen zich vaak te weinig betrokken door de beweegaanbieder. Beweegaanbieders kunnen heel wat doen en doen ook vaak hun best om een goed aanbod te hebben voor iedereen. De manier van coachen of de organisatie en communicatie kan ervoor zorgen dat kinderen en ouders toch de weg niet vinden of afhaken. Beweegaanbieders zijn niet altijd op de hoogte van het complexe samenspel van drempels tot bewegen en de gevolgen ervan bij kinderen en hun ouders.

Toeleiders, beweegaanbieders, beleid en opleidings- of onderwijsinstellingen spelen een grote rol in het aan het bewegen krijgen en houden van kinderen met overgewicht. Per stakeholder formuleren we hieronder verschillende aanbevelingen die hiertoe kunnen bijdragen.

## Toeleiders

Onder toeleiders verstaan we iedereen die met kinderen en ouders werkt en hen wil toeleiden naar een beweegaanbod. Dit kunnen huisartsen, brugfiguren of andere actoren zijn die een vertrouwensband hebben met het kind en het gezin. Kinderen en ouders uiten vaak de wens om meer te bewegen maar weten niet altijd wanneer en hoe ze die stap kunnen zetten. Een toeleider vervult een belangrijke rol in het slaan van de brug tussen kinderen en hun ouders en het beweegaanbod.

- Probeer op de hoogte te zijn van het (lokale) beweegaanbod, ook van de meer informele en laagdrempelige initiatieven. Denk hier bijvoorbeeld ook aan aanbod van jeugdwerkwijzen.
- Ga na bij de kinderen en ouders wat mogelijke drempels zijn om te bewegen en ga op zoek naar mogelijke oplossingen.
- Het is belangrijk dat het beweegaanbod haalbaar is, zowel voor kind als ouder: probeer daarom het beweegaanbod te matchen met de noden en mogelijkheden van het kind en de ouders.
- Informeer ouders en kinderen tijdig als inschrijvingen voor een beweegaanbod starten of wanneer er een nieuw aanbod is.
- Maak kinderen warm voor ander/ongekend beweegaanbod dat geen/minder lange wachtlijsten heeft.
- Vorm letterlijk de brug naar het beweegaanbod, neem – met de toestemming van het kind en de ouder – contact op met de beweegaanbieder en informeer de beweegaanbieder rond mogelijke drempels bij het kind of gezin. Je kan ook meegaan naar een eerste les/activiteit bij de start van een nieuwe beweegactiviteit.

- Laat de kinderen en ouders niet los en informeer tussendoor hoe het nu gaat. Indien de kinderen gestopt zijn met bewegen, luister ook naar wat de reden was en motiveer hen eventueel om terug te starten.
- Merk je dat het toch niet lukt? Bezorg signalen aan de betrokken actoren, zoals beweegaanbieders, maar ook aan het beleid.

## Beweegaanbieders

Beweegaanbieders zijn alle actoren die een beweegaanbod voor kinderen vormgeven en essentiële partners zijn in het aan het bewegen krijgen en houden van kinderen. Er bestaat een grote verscheidenheid aan beweegaanbieders, zowel op het vlak van soort beweegaanbod, manier van organiseren, financiering, ... Elke beweegaanbieder heeft bijgevolg zeer diverse handelingskaders. Toch kunnen zij een wereld van verschil betekenen voor kinderen die willen bewegen maar verschillende drempels ervaren.

- Vooreerst is het belangrijk om op de hoogte te zijn van de verschillende drempels die kunnen spelen. Zie hiervoor bijlage 1.
- Bekijk met welke drempels je als aanbieder aan de slag kan. Zowel als individuele begeleider, vereniging, club of organisatie in het geheel. Zoek medestanders, zowel bij de lesgevers, het bestuur, koepelorganisatie of federatie: oplossingen voor drempels liggen op verschillende niveaus.
- Zorg dat toeleiders op de hoogte zijn van je aanbod en maak je aanbod bekend bij organisaties, scholen en diensten in je buurt.
- Maak werk van toegankelijke communicatie: zorg dat hetgeen je wilt overbrengen eenvoudig geformuleerd is en gebruik verschillende communicatiemiddelen. Communiceer niet enkel digitaal want niet alle ouders zijn digitaal vaardig. Mails en informatie op een website worden niet altijd gelezen. Vraag na bij de ouder op welke manier hij/zij het liefst wil communiceren. Rechtstreekse mondelinge communicatie, een briefje dat je meegeeft met het kind of een bericht via Whatsapp kunnen alternatieven zijn voor mails.
- Werk met proeflessen doorheen het jaar alsook de mogelijkheid om tijdens het jaar in te stappen.
- Wees duidelijk rond regels en afspraken maar geef ook aan waar je van kan afwijken als dit een drempel zou zijn. Moet een kind echt elke les aanwezig zijn? Werk je met verschillende inschrijvingstarieven en hoe vraag je deze aan? Moet een kind een volledige sportuitrusting kopen of is een T-shirt voldoende?
- Een open en luisterende houding geeft ruimte voor ouders en kinderen om bezorgdheden te delen. Als beweegaanbieder kan je ook expliciet vragen naar bepaalde zaken waarvan je weet dat ze drempels kunnen vormen. Doe dit niet op goed gevoel of enkel als een ouder ernaar vraagt, maar bij elke nieuwe inschrijving. Communiceer bijvoorbeeld duidelijk over eventuele kortingen of andere maatregelen om drempels te verlagen. Armoede of andere kwetsbaarheden zijn vaak verdoken en er rust dikwijls een taboe op.
- Zorg voor een warm onthaal van nieuwe kinderen en



ouders. Het kan erg spannend zijn om op een nieuwe plaats toe te komen. Zeker als er een verleden is van pesten of de ouders niet vertrouwd zijn met georganiseerd bewegen. Laat ouders daarom bij een eerste les aanwezig zijn of telkens de eerste 15 minuten van een training. Spreek ouders ook eens aan na een training en vertel hen hoe het kind het doet. Doe dit doorheen het jaar.

- Kinderen willen vooral plezier beleven aan het bewegen. Ook ouders vinden dit erg belangrijk. Bewegen als straf gebruiken werkt contraproductief. Een motiverende coachingsstijl is essentieel om kinderen aan boord te houden.
- Niet alle kinderen hebben dezelfde fysieke conditie. Voor sommige kinderen is bewegen uitdagender dan voor anderen. Moedig daarom iedereen aan, ongeacht hun niveau, differentieer waar nodig, zodat oefeningen voor iedereen haalbaar zijn. Zet kinderen die niet mee kunnen niet aan de kant of geef ze niet voor de hele groep een andere oefening: dit werkt discriminatie in de hand en kan kinderen een negatief gevoel geven.
- Ga het gesprek aan met het kind en/of de ouders als je merkt dat kinderen niet meer meekunnen of ongezond gedrag tonen (drinken van frisdrank, eten van ongezonde snacks tijdens het sporten). Focus op leefstijl en niet op het gewicht. Voor meer tips over hoe je dit gesprek aangaat verwijzen we naar Eetexpert. Creëer daarnaast een gezonde sportomgeving waar gezond gedrag wordt aangemoedigd. Meer info hierover bij het Vlaams Instituut Gezond Leven.
- Besteed aandacht aan de interacties tussen de kinderen en de groepsdynamiek. Zorg dat iedereen meekant en motiveer de groep om voor elkaar te zorgen.
- Tracht niet alles alleen te doen. Zoek medestanders! Wie weet heb je wel een vrijwilliger die goed is in het slaan van de brug naar de ouders. Of een bestuurder die kan uitzoeken welke financiële tegemoetkomingen er zijn om te werken met verschillende prijzen. Wie weet heb je wel een federatie die kan voorzien in extra ondersteuning of opleiding rond het werken met verschillende fysieke niveaus binnen één les? Wie weet ondersteunt jouw stad of gemeente wel in het bekend maken of financieel toegankelijk maken van je aanbod?

## Beleid

Er kan een beleid gevoerd worden zowel op het stedelijk of gemeentelijk niveau als op dat van de federaties en koepelorganisaties. Vaak beschikt elke actor over een ander netwerk en tools om aan de slag te gaan rond een inclusief beweegaanbod.

- Beweegaanbieders zijn er in alle vormen en maten: voorzie een ondersteuning op maat in het wegwerken van drempels, zowel op vlak van *know how* als financieel.
- Inclusiviteit gaat over meer dan financiële toegankelijkheid. Probeer beweegaanbieders te ondersteunen in het herkennen en inspelen op de verschillende drempels die diverse groepen ervaren.

- Koppel financiële of andere steun of erkenningen aan bepaalde voorwaarden die de inclusiviteit van het beweegaanbod bevorderen.
- Monitor het beweegaanbod en faciliteer laagdrempelig aanbod.
- Voorzie een toegankelijk overzicht van het beweegaanbod, bij voorkeur wijkgericht en met voldoende informatie rond onder andere deelnameprijs en andere kosten, eventuele voorwaarden, instapmomenten en contactgegevens.
- Geef het goede voorbeeld en werk aan de inclusiviteit en toegankelijkheid van je eigen aanbod.

## Opleiding en onderwijs

Zowel opleiding aan een hogeschool of universiteit als navormingen via federaties en kenniscentra bieden een kans om de (toekomstige) lesgever inzichten en tools aan te reiken om werk te maken van beweegmogelijkheden voor iedereen. Deze aanbevelingen gelden ook voor opleidingen die gericht zijn op sportlesgevers op scholen. Vaak doen kinderen op school hun eerste beweegervaring in groep op. Een positieve ervaring bij het bewegen op school kan zelfvertrouwen en motivatie geven om ook in de vrije tijd op een regelmatige basis te bewegen.

- Maak (toekomstige) trainers bewust van mogelijke drempels tot bewegen. Het is belangrijk dat (toekomstige) trainers en lesgevers inzicht hebben in het complexe samenspel van drempels, hoe deze voor iedereen anders zijn en wat de impact ervan is op het bewegen en blijven bewegen.
- Leer (toekomstige) trainers het belang van een goede communicatie. Communicatie, zowel met de kinderen als ouders is belangrijk om hen een welkom gevoel te geven maar ook voldoende inzicht te krijgen in de mogelijke struikelblokken voor hen. Dit betekent ook dat men de soms vertrouwde communicatiekanalen moet loslaten en onbevooroordeeld leert luisteren.
- Vorm (toekomstige) trainers in het motiverend coachen. Kinderen willen vooral plezier beleven aan het bewegen en niet gestraft worden.
- Leer (toekomstige) lesgevers voldoende omgaan met groepen en diverse doelgroepen. Leer hen de kracht van de groep gebruiken om iedereen aan het bewegen te houden.
- Leer (toekomstige) lesgevers niet alleen omgaan met kinderen maar ook met het netwerk rondom de kinderen. (Groot)ouders zijn een belangrijke schakel in het aan het bewegen krijgen en houden van kinderen. Geef toekomstige lesgevers inzichten in het 'hoe' en 'waarom' van ouderbetrokkenheid.
- Wijs (toekomstige) lesgevers de weg naar de veelheid aan ondersteunende diensten en maatregelen
- Maak (toekomstige) lesgevers bewust van lokale netwerken en mogelijke partners zoals toeliders, een stad of gemeente en koepelorganisaties of federaties.

## Referenties

- Baum, F., MacDougall, C. & Smith, D. (2006). Participatory action research. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 60, p. 854-857.
- Beck, R., Van Schie, T., & Van Brussel-Visser, F. (2018, 11 juni). Overzichtsartikel mét whitepaper: jeugd en overgewicht. <https://www.allesoversport.nl/thema/gezonde-leefstijl/overzichtsartikel-met-whitepaper-jeugd-en-overgewicht/>
- Deelen, I., Özgül, P., Lagendijk, E., & Duijvestijn, P. (2018). Wat beweegt kwetsbare groepen in Utrechtse wijken? Kwalitatief onderzoek naar motieven en belemmeringen om te sporten en bewegen. Amsterdam: DSP-groep.
- Demos. (z.d.). Forumtheater. Samen nieuwe scenario's bedenken én uitproberen. <https://demos.be/kenniscentrum/methodiek/forumtheater-samen-nieuwe-scenarios-bedenken-en-uitproberen>
- Eetexpert. (z.d.). Communiceren over gewicht en eetgedrag. Voor beleidsverantwoordelijken in sport-, cultuur- en jeugdwerk. <https://eetexpert.be/wp-content/uploads/2019/12/Fiche-HIAP-vrije-tijd-FINAL.pdf>
- Hoogendoorn, M.P. & Hollander, E.L. de. (2016). Belemmeringen en drijfveren voor sport en bewegen bij ondervertegenwoordigde groepen. Bilthoven: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM).
- ICPHR (International Collaboration for Participatory Health Research). (2013). Position Paper 1: What is Participatory Health Research? Berlin: International Collaboration for Participatory Health Research
- Lee, E. Y., & Yoon, K. H. (2018). Epidemic obesity in children and adolescents: risk factors and prevention. *Frontiers of medicine*, 12(6), 658-666. Migchelbrink, F. (2019). De kern van participatief actieonderzoek (3e editie). Amsterdam: SWP
- Mortelmans, D. (2013). Handboek kwalitatieve onderzoeksmethoden. Leuven: Acco
- Noonan, R. J., Boddy, L. M., Fairclough, S. J. et al. (2016). Write, draw, show, and tell: a child-centred dual methodology to explore perceptions of out-of-school physical activity. *BMC Public Health* 16(326).
- Ooms, L. (2017). Literatuuronderzoek bewegen door kinderen met overgewicht. Utrecht: Mulier Instituut. <https://www.kennisbanksportenbewegen.nl/?file=8243&m=1511854888&action=file.download>
- Owen, K. B., Nau, T., Reece, L. J., Bellew, W., Rose, C., Bauman, A., Halim, N.K. & Smith, B.J. (2022). Fair play? Participation equity in organised sport and physical activity among children and adolescents in high income countries: a systematic review and meta-analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 19(27).
- Reijgersberg, N. & Van der Poel, H. (2014). Sportdeelname van kinderen in armoede. Verkenning van de literatuur en interviews over het thema sportdeelname van kinderen in armoede. Mulier Instituut. <https://www.kennisbanksportenbewegen.nl/?file=7517&m=1484829483&action=file.download>
- Rankin, J., Matthews, L., Cogley, S., Han, A., Sanders, R., Wiltshire, H. D., & Baker, J. S. (2016). Psychological consequences of childhood obesity: psychiatric comorbidity and prevention. *Adolescent health, medicine and therapeutics*, 7, 125-146.
- Vancoppenolle, D., Colaert, K., Cloots, H. & Roelants, M. (2020). De gewichtsstatus van kinderen en jongeren in Vlaanderen. Geïntegreerde rapportage op basis van BMI-gegevens van Kind en Gezin en Zorg en Gezondheid. Brussel, Kind en Gezin en Zorg en Gezondheid.
- Vlaams instituut Gezond Leven. (2022). Een voedingsbeleid in de sportclub. <https://www.gezondleven.be/settings/vrije-tijd/sportclubs/een-voedingsbeleid-in-de-sportclub>
- World Health Organisation (2016). Childhood overweight and obesity. <https://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood/en/>
- Zabinski, M. F., Saelens, B. E., Stein, R. I., Hayden-Wade, H. A., & Wilfley, D. E. (2003). Overweight children's barriers to and support for physical activity. *Obesity Research*, 11(2), p. 238-246.

## Verder lezen?

[www.demos.be](http://www.demos.be)

[www.sociaalsportief.be](http://www.sociaalsportief.be)

[www.eetexpert.be](http://www.eetexpert.be)

[www.sportvlaanderen.be](http://www.sportvlaanderen.be)

[www.lokaalsportbeleid.be](http://www.lokaalsportbeleid.be)

[www.gezondleven.be](http://www.gezondleven.be)

# BUURT IN BEWEGING

voor kinderen met overgewicht in maatschappelijk kwetsbare posities



**Gevolg**

kinderen ervaren maatschappelijke uitsluiting en missen kansen om op een duurzame manier meer te bewegen

**Probleem**

kinderen vinden onvoldoende aansluiting bij het georganiseerde beweegaanbod

**Oorzaken**

*Deze zijn met elkaar verweven en oefenen invloed uit op elkaar*

**Communicatiewijze** van het beweegaanbod is niet voldoende nabij.

Er is **niet voldoende toegankelijk beweeg-aanbod** en vaak zijn er wachtlijsten

**Psycho-emotionele drempels:** negatieve ervaringen met bewegen door bvb de straffende coach; uitsluiting door andere kinderen; verlegenheid; angst om te falen; niet mee kunnen.

Ouders ervaren **stress** en hebben **onvoldoende vaardigheden** om beweging in te plannen in het gezinsleven. het is niet altijd haalbaar bewegen te combineren met andere activiteiten zoals werk, huishouden, school, ...

**Lichaams-gerelateerde drempels:** fysieke beperking, kunnen minder gemakkelijk mee en missen daardoor succeservaringen

**Sociale drempels:** cultuur van de sportclub; gezinsopvattingen rond (georganiseerd) bewegen; reputatie van het beweegaanbod; ...

**Financiële drempels:** tekort aan financiële middelen om deel te nemen alsook verdoken kosten (vervoerskosten, het kopen van een sportuitrusting, drankjes bij de cafetaria)

**COVID-19:** tijdelijke stop kan leiden tot definitieve stop; veel onduidelijkheid over aanbod en richtlijnen

**Informatiedrempels:** Kinderen en hun ouders zijn niet, verkeerd of onvoldoende geïnformeerd over het aanbod, wijze van inschrijven en mogelijke flankerende maatregelen. Info vinden en voordelen aanvragen is complex.

**Georganiseerd beweegaanbod** is onvoldoende bewust van deze drempels en beschikt over onvoldoende middelen om rekening te houden met deze drempels

**Mobiliteitsdrempels:** afstand en de tijd die men moet spenderen om zich te verplaatsen naar het aanbod. De veiligheid, bereikbaarheid en zichtbaarheid van de locatie spelen ook een rol

Wijkgezondheidscentrum Brugse Poort is een multidisciplinaire groepspraktijk waar verschillende zorgverleners zoals huisartsen, kinesitherapeuten, verpleegkundigen, maatschappelijk werkers en diëtisten samen onder één dak werken.

Wijkgezondheidscentra werken met het forfaitair systeem: de patiënt betaalt niet voor de raadplegingen of huisbezoeken want het wijkgezondheidscentrum ontvangt per ingeschreven patiënt maandelijks een vast bedrag van het ziekenfonds. Bij het organiseren en aanbieden van zorg hanteert het wijkgezondheidscentrum het principe van het proportioneel universalisme. Het aanbod wordt

kwalitatief en kwantitatief afgestemd op de zorgnood van patiënten en wijkbewoners. In ons wijkgezondheidscentrum besteden we veel aandacht aan ziektepreventie en gezondheidspromotie. We zijn betrokken bij het gezondheidsbeleid van de wijk en zijn bewoners. Samen met de lokale overheid en andere actoren uit zorg en welzijn werken we aan de verbetering van de leefomstandigheden in de wijk waar we gevestigd zijn, en aan de levenskwaliteit van de wijkbewoners. Een wijkgezondheidscentrum wil met zijn werking bijdragen aan een open, solidaire, rechtvaardige en duurzame samenleving met aandacht voor diversiteit in al zijn aspecten.

