

# **Verdieping Impuls NASB en NASB sport Annex 2 bij Beleidsdoorlichting Sport**

In het kader van de Beleidsdoorlichting Sport van VWS

in opdracht van het Ministerie van VWS

**Dorine Collard**

© *W.J.H. Mulier Instituut*  
*'s-Hertogenbosch, mei 2011*

*W.J.H. Mulier Instituut  
Centrum voor sociaal-wetenschappelijk sportonderzoek*

*Postbus 188  
5201 AD 's-Hertogenbosch*

*t 073-6126401  
f 073-6126413  
e [info@mulierinstituut.nl](mailto:info@mulierinstituut.nl)  
i [www.mulierinstituut.nl](http://www.mulierinstituut.nl)*

## Inhoudsopgave

<b>1.</b>	<b>Inleiding</b>	<b>5</b>
<b>2.</b>	<b>Methode</b>	<b>7</b>
2.1	Impuls NASB	7
2.2	NASB sport	8
<b>3.</b>	<b>Resultaten</b>	<b>9</b>
3.1	Literatuur onderzoek	9
3.1.1	Impuls NASB	9
3.1.2	NASB sport	14
3.2	Interviews	16
3.2.1	Inzet van de Impuls NASB en NASB sport	16
3.2.2	Samenwerking binnen Impuls NASB en NASB sport	17
3.2.3	Rol van ander VWS beleid op Impuls NASB en NASB sport	18
3.3	Beweegnorm	18
<b>4.</b>	<b>Conclusies en leerpunten</b>	<b>21</b>
<b>5.</b>	<b>Literatuur</b>	<b>25</b>
	<b>Bijlage 1: Gemeenten die deelnemen aan Impuls NASB</b>	<b>27</b>
	<b>Bijlage 2: Vragenlijst gebruikt als leidraad voor de interviews</b>	<b>28</b>
	<b>Bijlage 3: Beweegprogramma's Impuls NASB</b>	<b>29</b>
	<b>Bijlage 4: Beschrijving van drie meest kansrijke beweegprogramma's</b>	<b>32</b>
	<b>Bijlage 5: Sportconcepten van NASB sport</b>	<b>35</b>



## 1. Inleiding

Een actieve en gezonde leefstijl van het individu is belangrijk voor de gezondheid. Sport en bewegen dragen bij aan een actieve en gezonde leefstijl. Omdat een actieve en gezonde leefstijl van belang is voor de gezondheid wordt er, al sinds 1996, beleid gevoerd op het terrein van sport en bewegen (kabinetsnota: Wat sport beweegt, VWS). Een van de voorbeelden is de Flash campagne die in 2003 werd gestart met de boodschap 'Bewegen is lekker en gezond'. Door het kabinet is er met behulp van de nota *Tijd voor Sport* (TvS) (2005) en *Kracht van Sport* (KvS) (2008) extra nadruk gelegd op sport- en bewegingsstimulering.

Het programma dat wordt ingezet om mensen te stimuleren tot bewegen is het 'Nationaal Actieplan Sport en Bewegen' (NASB). Een ex ante evaluatie van TNO en RIVM naar de kosteneffectiviteit en gezondheidswinst van te behalen beleidsdoelen op gebied van bewegen en overgewicht, toonde aan dat extra investering in lichaamsbeweging voordelig is om jaarlijks te besparen in de zorgkosten (Wendel-Vos e.a., 2005). Het doel van deze ex ante evaluatie was om de inrichting en ambities van het NASB te onderbouwen. Uit de resultaten bleken een aantal belangrijke voorwaarden voor het uitvoeren van het NASB, onder andere een geïntegreerde aanpak die door meer partijen wordt uitgevoerd en bestaat uit een mix van interventie maatregelen voor verschillende doelgroepen. Andere randvoorwaarden zijn voldoende budget, goede coördinatie en voldoende ruimte voor onderzoek. Ten aanzien van de aandachtsgroepen werd geconcludeerd dat er voor de jeugd, ouderen, chronisch zieken, mensen met overgewicht, niet werkenden, werkenden in bewegingsarme bedrijfstakken en beroepsgroepen en mensen met een niet Nederlandse herkomst meer aandacht nodig is. Tot slot werd geadviseerd dat de interventie maatregelen moeten bestaan uit een mix van informatievoorziening, beweegprogramma's en maatregelen op het niveau van omgeving en beleid (Wendel-Vos e.a., 2005).

Het NASB richt zich primair op drie sectoren: gemeenten, de georganiseerde sport en het bedrijfsleven en op vijf aandachtsgebieden: 'thuis/wijk', 'school', 'werk', 'zorg' en 'sport'. Het aandachtsgebied 'thuis/wijk' is vooral ingevuld via de Impuls NASB, een stimuleringsprogramma voor gemeenten. Het aandachtsgebied 'sport' heeft een apart deelprogramma. De 'BeweegKuur' is het belangrijkste deelprogramma binnen het aandachtsgebied 'zorg'. Het aandachtsgebied 'werk' wordt vooral uitgewerkt in voorbeelden die werkgevers kunnen hanteren om hun medewerkers te faciliteren bij (meer) sporten en bewegen. Het doel van het NASB is om te-weinig-actieven meer en structureel in beweging te brengen. Met het terugdringen van bewegingsarmoede bij vooral te-weinig-actieve burgers wordt er beoogd een bijdrage te leveren aan het verminderen van overgewicht en andere gezondheidsproblemen. Het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB) vervult een belangrijke (coördinerende) rol in de uitwerking van de meeste elementen van het NASB. Voor het aandachtsgebied sport is dat NOC\*NSF.

In het kader van de Beleidsdoorlichting Sport (Breedveld, e.a., 2011) die wordt uitgevoerd door het Mulier Instituut in opdracht van het ministerie van VWS, is er een verdiepende studie uitgevoerd van de beleidsonderdelen 'Impuls NASB' en 'NASB sport'. Deze studie zal dieper ingaan op de aandachtsgebieden 'thuis/wijk' en 'sport' en zal daarmee de Impuls NASB en NASB sport bespreken. De Impuls NASB voorziet ongeveer 100 gemeenten vanuit het NASB in middelen om beweegbeleid op te zetten. Binnen NASB sport werken NOC\*NSF en tien

sportbonden aan de ontwikkeling van laagdrempelige sportactiviteiten om te-weinig-actieve mensen meer te laten bewegen.

De doelstellingen voor het beleidsonderdeel 'Bewegen' van het sportbeleid van VWS, waarbinnen onder andere de programma's 'Impuls NASB' en 'NASB sport' vallen, zijn:

- In 2012 is het percentage volwassenen (18+) dat aan de beweegnorm<sup>1</sup> voldoet minimaal 70 procent. (KvS'07, p31; BaS'09, p126)<sup>2</sup>
- In 2012 is het percentage jeugdigen (4-17 jaar) dat aan de beweegnorm voldoet minimaal 50 procent. (KvS'07, p31; BaS'09, p126)<sup>3</sup>
- In 2012 is het percentage inactieve volwassen Nederlanders maximaal 5 procent. (KvS'07, p31; BaS'09, p126)<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Sinds 2005 wordt als beweegnorm de zogenaamde 'combinorm' gehanteerd: het voldoen aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB) en/of aan de Fitnorm. De NNGB voor de jeugd (< 18 jaar) is dagelijks een uur matig intensieve lichamelijke activiteit, waarbij de activiteiten minimaal twee maal per week gericht zijn op het verbeteren of handhaven van lichamelijke fitheid (kracht, lenigheid en coördinatie). Voor volwassenen (> 18 jaar) geldt een half uur matig intensieve lichamelijke activiteit op tenminste vijf, maar bij voorkeur alle dagen van de week. De Fitnorm behelst minstens drie maal per week gedurende 20 minuten intensief bewegen.

<sup>2</sup> In *Tijd voor sport* is de doelstelling geformuleerd dat in 2010 minstens 65 procent van de Nederlandse volwassenen voldoet aan de beweegnorm (TvS'05, p27). Deze doelstelling is aangepast op advies van TNO en RIVM (Ooijendijk e.a., 2007).

<sup>3</sup> In *Tijd voor sport* staat als doelstelling vermeld dat het aantal jeugdigen (12-17 jaar) dat de beweegnorm haalt, stijgt van 35 procent in 2004 tot 40 procent in 2005 (TvS'05, p37). Ook deze doelstelling is op advies van TNO en RIVM bijgesteld (Ooijendijk e.a., 2007).

<sup>4</sup> De doelstelling in *Tijd voor sport* was dat het deel van de volwassen bevolking dat gemiddeld geen enkele dag per week voldoende beweegt in 2010 is teruggedrongen van 8 procent naar 7 procent (TvS'05, p27; SvS'06, p10).

## 2. Methode

### 2.1 Impuls NASB

Om de doelstelling van het NASB te bereiken is het belangrijk gemeenten te betrekken bij de uitvoering van het programma. Gemeenten hebben op lokaal niveau de regierol om te-weinig-actieven te stimuleren om meer te gaan bewegen. Om gemeenten te steunen in het ontwikkelen en uitvoeren van het beweegbeleid krijgen ongeveer 100 geselecteerde gemeenten steun in de vorm van een Impuls. De Impuls stelt niet alleen geld beschikbaar, maar biedt daarnaast advies en ondersteuning. Daarnaast levert het NASB ook inzicht in effectieve beweegprogramma's die gemeenten kunnen uitvoeren. Om te zorgen voor advies en ondersteuning ontvangt NISB een subsidie van VWS. De basis van de Impuls is een bestuurlijke afspraak tussen het rijk (VWS), de gemeentelijke overheid (VNG) en de sportsector (NOC\*NSF).

De Impuls NASB wordt vooral ingezet om te-weinig-actieven te stimuleren om te gaan bewegen. Gemeenten die gebruik maken van de Impuls zijn verdeeld in een eerste en een tweede tranche. De eerste tranche gemeenten, met 44 gemeenten, is medio 2008 gestart en eindigt medio 2012. De tweede tranche gemeenten, met 58 gemeenten, is medio 2010 gestart en eindigt medio 2014. De rijksbijdrage komt ook in twee tranches beschikbaar. De Impuls NASB is gericht op gemeenten met naar verwachting de grootste gezondheidsachterstand (geschat op basis van gegevens over sociaal economische status (SES)). In het algemeen komen gezondheidsachterstanden vooral voor bij groepen met een lage SES ([www.gezondheidsachterstanden.nl](http://www.gezondheidsachterstanden.nl)).

Om te bepalen welke gemeenten in aanmerking komen voor de Impuls zijn de gemeenten door het RIVM gerangschikt naar SES, zoals deze is berekend door het Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP). Gemiddeld inkomen, percentage huishoudens met een laag inkomen, percentage inwoners zonder een betaalde baan en percentage huishoudens met gemiddeld een lage opleiding zijn gebruikt als indicatoren voor een lage SES<sup>5</sup>. De gemeenten die deelnemen in de eerste en tweede tranche zijn beschreven in bijlage 1.

VWS investeert in totaal 38 miljoen euro in de Impuls NASB. Gemeenten worden geacht eenzelfde bedrag te investeren zodat er in totaal 76 miljoen euro beschikbaar is voor het stimuleren van een actieve leefstijl. Gemeenten ontvangen de Impuls via het gemeentefonds in de vorm van een zogenaamde decentralisatie-uitkering<sup>6</sup>. De gemeenten hebben een verklaring ondertekend waarin ze aangeven dat zij cofinanciering regelen, sport- en beweegprogramma's uitvoeren, ervoor zorg dragen dat programma's onderdeel gaan uitmaken van gemeentelijke plannen voor het lokaal gezondheidsbeleid en dat zij aandacht geven aan de beweegvriendelijke omgeving. Via de monitor-NASB wordt de realisatie van de afspraken gemonitord.

<sup>5</sup> In 1995, 1998, 2002 en 2006 is er door SCP voor elk vierposities postcodegebied een SES-score berekend. Vervolgens is deze SES-score geaggregeerd op gemeenteniveau door het berekenen van een voor het inwonersstal gewogen gemiddelde voor alle in de gemeente liggende postcodegebieden (Knol, 1998).

<sup>6</sup> Voor het berekenen van het beschikbare bedrag per gemeente wordt een schijvensysteem toegepast met als verdeelsleutel een aflopend bedrag per inwoner.

## 2.2 NASB sport

De georganiseerde sport en ook andere sportaanbieders zijn belangrijke bondgenoten bij het realiseren van de doelstellingen van het NASB. Sportverenigingen zouden ervoor moeten zorgen dat sport voor iedereen toegankelijk is, ook voor ouderen en inactieven die nu vaak niet betrokken zijn bij de georganiseerde sport. Om een breed en toegankelijk sportaanbod te creëren hebben NOC\*NSF en tien sportbonden binnen NASB sport (2008-2010) gewerkt aan de ontwikkeling in uitvoering van laagdrempelige sportactiviteiten om te-weinig-actieve mensen meer te laten bewegen. Indien relevant en van meerwaarde voor zowel gemeente als sportbond/vereniging, worden de sportactiviteiten gekoppeld aan gemeenten die lichaamsbeweging via sport willen stimuleren.

NASB sport heeft als algemene doelstelling dat meer mensen voldoende sporten en bewegen en dat minder mensen inactief zijn. Het doel is om bij 93.000 mensen het beweeggedrag te veranderen (van inactief naar semi-actief of van semi-actief naar actief volgens de combinorm). De specifieke doelstelling voor NASB sport is dat meer mensen lid worden van de georganiseerde sport en dat het sportaanbod voor hen geschikt(er) wordt gemaakt. Een tweede specifieke doelstelling is dat er meer activiteiten worden ontplooid waardoor de eigen leden in grotere getale voldoen aan de combinorm.

De ambitie voor NASB sport is om 260.000 mensen te laten deelnemen aan de sportconcepten. Een tweede doel is om van de 260.000 mensen 90.000 lid te laten worden van de sportvereniging/bond. Uiteindelijk moet NASB sport ervoor zorgen dat meer mensen van inactief naar semi-actief gaan of van semi-actief naar norm-actief.

Vanaf 2008 zijn tien sportbonden betrokken bij NASB sport. Deze tien sportbonden hebben 13 laagdrempelige sportconcepten ontwikkeld. In 2010 zijn vier sportbonden, met ieder een laagdrempelig sportconcept, toegevoegd aan de bestaande 13 sportconcepten. Met behulp van de laagdrempelige sportactiviteiten passen de sportbonden hun traditionele aanbod aan naar de wensen en behoeften van minder actieve mensen.

Om de Impuls NASB en NASB sport te evalueren worden er in opdracht van het ministerie van VWS, NISB en NOC\*NSF verschillende evaluaties uitgevoerd. Sommige evaluaties zijn reeds afgerond, een aantal andere evaluaties zullen in 2011 of later afgerond worden. In deze verdiepende studie worden de resultaten uit de verschillende evaluatiestudies bijeengebracht om op die manier een overzicht te verkrijgen van wat de Impuls NASB en NASB sport opgeleverd hebben.

Naast een overzicht van alle resultaten uit de literatuur zijn er binnen deze verdiepende studie aanvullend twee interviews uitgevoerd. Deze interviews zijn gehouden met de projectmanager van de Impuls NASB en de projectleider van NASB sport. De interviews zijn beide afgenomen aan de hand van een aantal van te voren opgestelde vragen (zie bijlage 2). De interviews zijn uitgewerkt en ter terugkoppeling aan de geïnterviewden voorgelegd. Wijzigingen naar aanleiding van de feedback van de geïnterviewden zijn meegenomen.

### 3. Resultaten

Hieronder worden de resultaten van de verdieping weergegeven. Eerst worden de belangrijkste resultaten, verkregen vanuit de literatuur over de Impuls NASB en NASB sport, op *output*-niveau weergegeven. Vervolgens worden de resultaten van de interviews weergegeven. Tot slot worden de resultaten op *outcome*-niveau, de beweegnorm, beschreven.

#### 3.1 Literatuur onderzoek

##### 3.1.1 Impuls NASB

Om de Impuls NASB te evalueren zijn er verschillende evaluaties uitgevoerd of nog in uitvoering (zie tabel 1).

Ten eerste is er door het NIVEL in opdracht van het ‘Nationaal Instituut Sport en Bewegen’ (NISB) onderzocht hoe een overzicht met bewezen effectieve en/of kansrijke programma’s gemaakt kon worden. Tevens werd er een overzicht samengesteld met kansrijke beweegprogramma’s die gemeenten kunnen raadplegen (Ooms & Veenhof, 2008). Het idee hiervan is dat gemeenten uit een overzicht met bewezen effectieve en kansrijke beweegprogramma’s kunnen kiezen om deze programma’s binnen de gemeente in te zetten. In 2009 is er een update gemaakt van het overzicht (Leemrijse e.a., 2009).

Ten tweede hebben het ministerie van VWS en de ‘Vereniging van Nederlandse Gemeenten’ (VNG) BMC<sup>7</sup> gevraagd om samen met NISB een NASB-monitor te ontwikkelen om de *output* van de Impuls op gemeentelijk niveau te evalueren. De monitor bevat vragen als in hoeverre de beweegprogramma’s worden toegepast, welke doelgroepen de gemeente beoogt te bereiken en in hoeverre de beweegprogramma’s verankerd zijn in het gemeentelijke beleid (Van den Heuvel e.a., 2009; Heijkoop & van den Heuvel, 2010; Heijkoop e.a., concept-2010).

Daarnaast voert ‘TNO Kwaliteit van Leven’, in opdracht van NISB, een jaarlijkse monitor uit onder professionals in het werkveld van sport en bewegen om de *output* van de Impuls NASB te evalueren (Chorus & Stubbe, 2008; Stubbe & Chorus, 2009; Stubbe & Chorus 2010a; Stubbe & Chorus 2010b). Om gemeenten niet dubbel te belasten zijn de twee vragenlijsten samengevoegd in een monitor.

Ten vierde heeft ‘TNO Kwaliteit van Leven’ op verzoek van NISB een procesevaluatie uitgevoerd binnen vier gemeenten die gebruik maken van de Impuls NASB. Inzicht werd verkregen in de wijze waarop beleid betreffende beweegstimulering op strategisch niveau is gerealiseerd, de wijze waarop netwerken van samenwerkende organisaties zijn gerealiseerd en de werking van de Impuls NASB. Op basis van deze informatie kan bekeken worden wat succes- en faalfactoren zijn van een succesvolle verankering van beweegstimulering in beleid en lokale structuren (Tak e.a., 2009).

<sup>7</sup> BMC groep heeft SGBO overgenomen per 1 april 2009. De nulmeting over de eerste tranche van de monitor Impuls-NASB is uitgevoerd onder de naam van SGBO. De vervolgmetingen zijn onder de naam van BMC uitgevoerd. In deze verdieping zal alleen de naam BMC gebruikt worden om verwarring te voorkomen.

Tot slot is er in opdracht van de directie Sport van het ministerie van VWS aan TNO Kwaliteit van Leven gevraagd om op basis van OBiN<sup>8</sup> gegevens een evaluatieonderzoek uit te voeren naar het beweeggedrag van de inwoners in 44 gemeenten die de Impuls NASB ontvangen. Het beweeggedrag van de inwoners van de NASB-gemeenten wordt vergeleken met het landelijke referentiebestand (Chorus e.a., 2010).

**Tabel 1 Evaluaties van de Impuls NASB**

Opdrachtgever	Uitvoerder	Doelgroep	Doel onderzoek	Jaar
NISB	NIVEL	Gemeenten	Overzicht met bewezen effectieve en/of kansrijke programma's	2008 & 2009
VWS & VNG	BMC	Gemeenten	Monitor: <i>output</i> van de Impuls NASB evalueren	2009, 2010(febr), 2010(dec)
NISB	TNO	Gemeenten	Procesevaluatie binnen NASB-gemeenten	2009
NISB	TNO	Professionals in het werkveld	Monitor: <i>output</i> van de Impuls NASB evalueren	2008, 2009, 2010
VWS	TNO	Bevolking	Evaluatieonderzoek naar het beweeggedrag van de inwoners van NASB-gemeenten	2010

### *Kansrijke bewegprogramma's*

In 2008 is door het NIVEL, met behulp van een lijst met criteria waarin met name relevantie, effectiviteit, uitvoerbaarheid en kosten centraal stonden, een overzicht gemaakt van kansrijke bewegprogramma's. Er zijn 61 bestaande bewegprogramma's beoordeeld op deze criteria en op basis van scores ingedeeld in de volgende drie categorieën: 'Koplopers' (n=8), 'Achtervolgers' (n=12) en 'Peloton' (n=33). Acht interventies vielen af vanwege te lage scores (Ooms en Veenhof, 2008). NISB heeft op basis van de resultaten van dit onderzoek in 2008 een onderbouwd overzicht gemaakt van kansrijke bewegprogramma's, die gemeenten kunnen raadplegen.

In 2009 is er door het NIVEL een vervolg op dit onderzoek uitgevoerd (Leemrijse e.a., 2009). De in 2008 ontwikkelde toetsingslijst met criteria is aangepast tot een meer transparante en onderscheidende lijst met criteria. Vervolgens is gezocht naar mogelijke nieuwe

<sup>8</sup> OBiN is de monitor Ongevallen en Bewegen in Nederland. Dit is een permanente bevolkingsenquête in opdracht van VWS naar ongevalletsels (verkeer, werk, privé en sport), bewegen en sportdeelname.

beweegprogramma's welke nog niet waren opgenomen in het overzicht van 2008. Tot slot zijn alle beweegprogramma's (ook de reeds beoordeelde programma's in 2008) beoordeeld aan de hand van het vernieuwde toetsingsformulier. Van de 53 beweegprogramma's uit het overzicht van 2008, staan er 44 ook op het overzicht van 2009. In 2009 werden er in totaal 23 nieuwe beweegprogramma's aangemeld, waarvan 18 nieuwe programma's in het overzicht werden opgenomen. In totaal zijn er nu 62 beweegprogramma's opgenomen in het overzicht. De beweegprogramma's staan beschreven in bijlage 3. Geconcludeerd werd dat er drie programma's bewezen effectief, goed uitvoerbaar en dus het meest kansrijk zijn te weten: 'COACH methode', 'JUMP-in' en 'Revalidatie, Sport en Bewegen'. De 'COACH methode' valt binnen de settings wijk, zorg en werk en is bedoeld voor alle doelgroepen. 'JUMP-in' past binnen de settings wijk, school en sport en richt zich op kinderen van 4-12 jaar met een lage SES en overgewicht. 'Revalidatie, Sport en Bewegen' is gericht op volwassenen en jeugd die in het ziekenhuis of revalidatiecentrum in behandeling zijn (Leemrijse e.a., 2009). Meer informatie over de drie programma's is terug te vinden in bijlage 4. Medio 2011 verschijnt een nieuwe update van het overzicht met effectieve en kansrijke beweegprogramma's.

#### *Evaluatie Impuls NASB bij gemeenten*

Om de *output* van de Impuls NASB op gemeentelijk niveau te evalueren heeft BMC een jaarlijkse rapportage. Met betrekking tot de eerste tranche gemeenten is er een 0-meting, 1-meting en 2-meting uitgevoerd. Met betrekking tot de tweede tranche gemeenten is er vlak na de start, in november 2010, een 0-meting uitgevoerd. De 1- en 2-meting van de tweede tranche worden nog uitgevoerd. Hieronder zullen de resultaten van de 0-, 1- en 2-meting van de eerste tranche gemeenten worden samengevat. Het is nog te vroeg om iets te kunnen zeggen over de *output* van de Impuls NASB bij de tweede tranche gemeenten.

- Aandacht voor de doelgroep te-weinig-actieven in beleid en projecten

Begin 2010 blijkt dat nagenoeg alle NASB-gemeenten (95%) in het beleid specifiek aandacht besteden aan te-weinig-actieven. Ook nagenoeg alle gemeenten voeren begin 2010 activiteiten uit die zijn bedoeld voor deze doelgroep. Negentig procent van de gemeenten wil begin 2010 een beweegvriendelijke omgeving realiseren. In 2010 wordt er een lichte daling gerapporteerd met betrekking tot specifieke aandacht in beleid voor te-weinig-actieven en het uitvoeren van activiteiten om deze doelgroep te bereiken. De aandacht voor het realiseren van een beweegvriendelijke omgeving is eind 2010 gedaald naar 78 procent. In vergelijking met niet NASB-gemeenten hebben wel NASB-gemeenten begin 2010 significant meer aandacht voor te-weinig-actieven in zowel beleid als binnen projecten. Ook hebben NASB-gemeenten meer oog voor het realiseren van een beweegvriendelijke omgeving dan niet NASB-gemeenten.

- Bereik van de doelgroepen

De gemeenten willen met de inzet van beweegprogramma's vooral de lagere schooljeugd en de doelgroep algemene bevolking dienen. Er wordt minder expliciet gefocust op inwoners met een lage SES score, evenals allochtonen, gehandicapten en chronisch zieken. Dit beeld blijft gedurende de metingen in de verschillende jaren gelijk.

- Verankering van beleid en overleg

De programma's en activiteiten zijn bij alle gemeenten vaak ingebed in het lokale sportbeleid. Echter een groot deel van de gemeenten besteedt ook in het lokaal gezondheidsbeleid en het welzijnsbeleid aandacht aan sport en bewegen. Beleidsverankering binnen de verschillende

beleidsterreinen blijkt bij de meeste NASB-gemeenten goed geregeld, met uitzondering van het beleidsterrein ruimtelijke ordening. De inzet van beweegprogramma's is eveneens bij het merendeel van de NASB-gemeenten in diverse nota's opgenomen. Ruim de helft van de NASB-gemeenten heeft structureel overleg met relevante partijen.

Vergeleken met niet NASB-gemeenten maken sport en bewegen bij NASB-gemeenten significant vaker deel uit van de beleidsterreinen onderwijs en jeugd. Ook zitten niet NASB-gemeenten minder vaak met relevante partijen rond de tafel voor overleg.

- Bekendheid en inzet van beweegprogramma's

Uit de rapportage van eind 2010 blijkt dat het beweegprogramma 'Beweegkriebels' het meest bekend is en door ruim de helft van de gemeenten uitgevoerd wordt. De aanpak 'Communities in Beweging' geniet ook redelijke bekendheid, maar wordt door slechts vier gemeenten ingezet. Het merendeel van de 15 beweegprogramma's, die bij de respondenten werden voorgelegd, blijkt bij het grootste deel van de gemeenten onbekend en wordt dus ook niet op grote schaal gebruikt. Over het algemeen zijn de NASB-gemeenten wel beter bekend met de kansrijke beweegprogramma's uit het overzicht dan de niet-NASB gemeenten.

Naast de monitor die BMC uitgevoerd heeft, heeft 'TNO Kwaliteit van Leven' een procesevaluatie uitgevoerd binnen vier gemeenten die gebruik maken van de Impulsregeling van het NASB. Opgemerkt moet worden dat in de meeste gemeenten de uitvoeringsfase nog niet van start was gegaan. De resultaten geven inzicht in wie belangrijke 'stakeholders' zijn, wat de belangrijkste succes- en faalfactoren van de verankering van beweegstimulering in het beleid zijn en welke randvoorwaarden van belang zijn voor continuering van de NASB-aanpak. De resultaten betreffen bevindingen uit de voorbereidingsfase.

Uit de resultaten blijkt dat de samenstelling van betrokken 'stakeholders' per gemeente verschilt. Naast de beleidsambtenaar van de gemeente speelt in het begin vooral de provinciale sportraad een rol (in de rol van NASB adviseur), al dan niet aangevuld met NISB. Daarnaast betrekken een aantal gemeenten lokale partijen. Zij worden vanaf het begin betrokken en kunnen meebeoordelen over welke activiteiten er worden uitgevoerd. Lokale partijen zijn naast de traditionele samenwerkingspartners voor sport- en beweegstimulering ook nieuwe partners op andere beleidsterreinen zoals zorg en welzijn. Over het algemeen zijn de meeste partijen bereid deel te nemen mits het voor hen duidelijk is wat het hen kost en oplevert.

Omdat de resultaten alleen informatie geven over vier gemeenten die (succesvol) met de Impuls NASB werken, is het niet mogelijk een volledig beeld te krijgen van de succes- en faalfactoren met betrekking tot de verankering van het beweegbeleid. Wel blijkt dat er een aantal factoren te noemen zijn die bij de gemeenten aanwezig waren om verankering te laten slagen. Een aantal belangrijke factoren zijn: politiek draagvlak op alle niveaus, zichtbare uitkomsten van succes (gemeenten geven aan bij gebleken succes de ambitie te hebben om beweegstimulering te continueren), financiële ruimte (de financiering loopt vaak achter op het besluit om deel te nemen en lijkt nog incidenteel), vroeg betrekken van andere partijen (door partijen vroeg te betrekken en input te laten leveren zal hun inzet langer gehandhaafd blijven) en de kennispositie van de ambtelijke organisatie (goede actuele informatie is noodzakelijk om voldoende 'know how' te hebben om beweegstimulering in te zetten).

Tot slot worden er een aantal belangrijke en kritische randvoorwaarden genoemd, namelijk expertise binnen de gemeente is soms beperkt, contrafinanciering is niet altijd tijdig geregeld, verankering in beleidsnota's is nu nog incidenteel, te veel projectmatig werken waardoor

verankering niet kan plaatsvinden, en ruimtelijke ordening wordt nog te weinig betrokken bij terrein van bewegestimulering.

#### *Evaluatie Impuls NASB bij professionals*

In de periode 2007-2010 is er door 'TNO Kwaliteit van Leven' ook een monitor uitgevoerd met als doel inzicht verkrijgen in de verwachtingen, wensen en behoeften van onder andere professionals die werkzaam zijn in de settings uit het NASB. De professionals zijn werkzaam bij algemene organisaties, landelijke organisaties, met chronisch zieken, in de kinderopvang, in het onderwijs, bij wooninstellingen of stichting welzijn ouderen en ambtenaren sport, gezondheid en welzijn en tot slot projectleiders WMO werkzaam bij NASB en niet-NASB gemeenten.

- Kansrijke bewegeprogramma's

Zesennegentig procent van de professionals is in 2010 bekend met het overzicht kansrijke bewegeprogramma's. Dit is een significante verbetering in vergelijking met 2009. Toen was nog maar 66 procent van de professionals bekend met het overzicht. Professionals werkzaam bij een NASB-gemeente zijn beter bekend met het overzicht dan professionals van niet-NASB-gemeenten. Het overzicht werd in 2010 door 84 procent van de professionals als zeer nuttig ervaren.

- Bekendheid NASB

Uit de rapportages blijkt dat de bekendheid met het NASB bij professionals groot is. Ongeveer drie kwart van de professionals was in 2009 bekend met het NASB. Dit was een significante stijging in vergelijking met 2008. In 2010 is de bekendheid met het NASB significant gestegen naar 84 procent. De bekendheid met het NASB was in 2010 nog het laagst onder de groep professionals werkzaam bij welzijnsorganisaties en Stichting Welzijn Ouderen. In 2010 is de bekendheid met de nieuwsbrief onder professionals werkzaam bij NASB-gemeenten 93%. Alle NASB-professionals zijn in 2010 bekend met de website. NASB-professionals waren, evenals in 2008 en 2009, beter bekend met de website dan hun collega's van niet-NASB-gemeenten. In de meting in 2010 is ook gevraagd naar de bekendheid met overige NASB-producten te weten: de 'NASB-gemeentechek', de menukaart 'Sport en Bewegen', de beleidswijzer 'Sport en Bewegen', de monitoring en evaluatiewijzer 'Sport- en Bewegbeleid', subsidie- en tarievenwijzer 'Sport- en Bewegbeleid', stappenplan in 3 fasen, NASB-relatiedag, adviesuren voor gemeenten en de workshop-NASB. Geconcludeerd wordt dat de bekendheid met de producten erg hoog is onder professionals werkzaam bij NASB-gemeenten. De professionals vinden de producten ook nuttig voor hun eigen werkzaamheden. De bekendheid met de nieuwe producten is aanmerkelijk lager.

- Ondersteuning

Met betrekking tot de ondersteuning blijkt dat in 2008 79 procent van de professionals werkzaam bij een NASB-gemeente (heel) tevreden was met de ondersteuning bij het tot stand komen van de NASB-overeenkomst en de informatie over de cofinanciering. Vijfenzeventig procent gaf aan (heel) tevreden te zijn met de ondersteuning van de NASB-adviseur van de Provinciale Sportraad bij de praktische uitvoering van het NASB. Tot slot bleek dat 45 procent (heel) tevreden was over de ondersteuning van NISB bij de praktische uitvoering van het NASB. De tevredenheid met de ondersteuning is in 2009 en 2010 weer nagevraagd waaruit bleek dat het merendeel van de professionals werkzaam bij NASB-gemeenten (eerste en tweede

tranche) (heel) tevreden was met de ondersteuning van de NASB-adviseur van de Provinciale Sportraad. In 2010 blijkt dat professionals vooral behoefte hebben aan ondersteuning ten aanzien van geschikte sport- of beweegprogramma's om mensen in beweging te krijgen, het bereiken van specifieke doelgroepen, campagne activiteiten om mensen in beweging te krijgen en cijfers over bewegen. De ondersteuning willen ze graag door middel van schriftelijke materialen.

#### *Evaluatie Impuls NASB bij de bevolking*

Om specifiek te onderzoeken wat het effect van de Impuls NASB op het beweeggedrag van volwassenen en jongeren is, is door 'TNO Kwaliteit van Leven' het beweeggedrag van inwoners in 44 NASB-gemeenten (n=2500) vergeleken met het landelijke beweeggedrag (derde kwartaal 2009 en 2010) (Chorus e.a., 2010). Op basis van de resultaten wordt geconcludeerd dat 1 jaar na planvorming voor de besteding van het geld nog geen eenduidig beeld te vormen is over de effecten van de Impuls NASB op het uiteindelijke beweeggedrag bij inwoners van de NASB-gemeenten. Een aanbeveling wordt gedaan om een herhaling van dit onderzoek uit te voeren op het moment dat uit de procesevaluatie is gebleken dat de gemeenten een substantieel pakket aan activiteiten hebben geïnitieerd op gemeentelijk niveau, waaraan ook een substantieel aantal inwoners zijn gaan meedoen.

### 3.1.2 NASB sport

In 2008 is door NIVEL met subsidie van NOC\*NSF een evaluatie uitgevoerd naar de succes- en faalfactoren van verschillende sportconcepten in de pilotfase van NASB sport (zie tabel 2). Het onderzoek bestond uit een effectevaluatie op het niveau van deelnemers aan de sportactiviteit en een procesevaluatie op het niveau van de organiserende sportbonden. Om de 13 sportconcepten die op dit moment vanaf 2008 binnen NASB sport lopen te evalueren is NIVEL in opdracht van NOC\*NSF bezig met een effect- en procesevaluatie van de sportconcepten (zie tabel 2). De resultaten van deze evaluatie worden eind 2011 verwacht.

**Tabel 2: Evaluatie van NASB sport**

Opdrachtgever	Uitvoerder	Doelgroep	Doel onderzoek	Jaartal
NOC*NSF	NIVEL	Deelnemers van sportconcepten en organiserende sportboden	Effectevaluatie bij deelnemers en procesevaluatie bij sportbonden van de pilot sportconcepten	2008
NOC*NSF	NIVEL	Deelnemers van sportconcepten en organiserende sportboden	Effect- en procesevaluatie van de sportconcepten	Verwacht 2011 (in 2010 zijn 3 factsheets verschenen)

In 2008 is er een rapport verschenen met de resultaten van het onderzoek waarin de activiteiten in de pilotfase van NASB sport zijn geëvalueerd (Pisters & Veenhof, 2008). Binnen NASB sport heeft NOC\*NSF verschillende sportbonden uitgenodigd om sportconcepten te ontwikkelen.

In totaal zijn er voor de pilot vanuit 16 sportbonden 22 verschillende sportconcepten ontwikkeld. De ontwikkelde sportconcepten zijn geëvalueerd op effect en proces. De effectevaluatie is bij 20 sportconcepten uitgevoerd. Bij negen sportconcepten vond een voor- en nameting plaats, bij de overige elf concepten heeft er alleen een voor- of een nameting plaatsgevonden. De procesevaluatie bestond uit een semigestructureerd interview met vertegenwoordigers van de sportbonden.

Het onderzoek gaf inzicht in de succes- en faalfactoren van de ontwikkelde pilot sportconcepten. Op basis van de resultaten is besloten welke sportconcepten kansrijk bleken en daarmee in aanmerking kwamen voor landelijke implementatie in 2008. Over het algemeen werden de sportconcepten goed gewaardeerd door de deelnemers (cijfer hoger dan een 6). Bij zes sportconcepten kon inzichtelijk worden gemaakt of deelname resulteerde in een toename van het aantal mensen dat voldoet aan de beweegnorm of afname van het aantal inactieve mensen. Alleen bij het sportconcept 'Start to Run' voldeden er na deelname significant meer mensen aan de beweegnorm. Bij vier sportconcepten ('Disc Golf', 'Denken en Doen', 'Judo op School' en 'Fit en Veilig') bleek dat het gelukt was om een meerderheid (>50%) inactieven te werven. Bij negen sportconcepten bleek dat het merendeel van de deelnemers lid was geworden of de intentie had lid te worden van de sportvereniging/bond. Het werven van voldoende deelnemers bleek één van de grootste uitdagingen te zijn tijdens de pilotfase. Het bleek dat samenwerking met andere partijen en sectoren, zoals scholen en gemeente, van groot belang is voor het bereiken van de juiste doelgroep. Een andere faalfactor die uit het onderzoek bleek is de beperkte actieve inzet van betrokken partijen. Om de sportactiviteiten aan te bieden zijn sportverenigingen bijvoorbeeld aangewezen op vrijwilligers. Beperkte beschikbaarheid en financiële middelen voor scholing en begeleiding bij de organisatie van het sportconcept bleken faalfactoren.

Uiteindelijk zijn er vanaf 2008 13 laagdrempelige sportconcepten bij tien sportbonden van start gegaan om meer mensen te stimuleren tot sport. In 2010 zijn vier sportbonden, met ieder een 'high potential' laagdrempelig sportconcept, toegevoegd aan de bestaande 13 sportconcepten. In bijlage 5 staan de 17 verschillende sportconcepten beschreven.

Op dit moment wordt er een effect- en procesevaluatie uitgevoerd om de 13 laagdrempelige sportconcepten die in 2008 zijn gestart te evalueren. Dit onderzoek evalueert de sportconcepten met behulp van vragenlijsten naar onder andere beweeggedrag, lidmaatschap en waardering van het sportconcept. De laatste metingen zijn afgerond in 2010 en de evaluatie wordt eind 2011 afgesloten.

Van drie sportconcepten zijn in 2010 factsheets verschenen met gegevens over de effecten. Er zijn factsheets verschenen van de volgende sportconcepten: 'Start to Run', 'Fiets-Fit' en 'Denken en Doen'. Uit de factsheets blijkt dat 'Start to Run' een positief effect heeft op het beweeggedrag van de deelnemers. Een significante stijging werd gerapporteerd in het percentage deelnemers dat voldoet aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB), fitnorm en combinorm, zowel direct na afloop van het programma als na zes maanden. Daarnaast blijkt 'Start to Run' een relatief grote groep minder actieve mensen aan te trekken (Ooms & Veenhof, 2010). Het sportconcept 'Denken en Doen' lijkt een positief effect te hebben op het bewegen van ouderen. Er is geen effect gevonden op het bestrijden van eenzaamheid, de tweede doelstelling van 'Denken en Doen'. Het sportconcept wordt door de ouderen zeer gewaardeerd en de deelnemers hebben de intentie om ermee door te gaan (Leemrijse e.a., 2010). Tot slot zijn ook de effecten van het sportconcept 'Fiets-Fit' beschreven in een factsheet.

Geconcludeerd kan worden dat er een significante stijging is in het percentage deelnemers dat voldoet aan de NNGB, fitnorm en combinorm, zowel direct na afloop van het programma als na zes maanden. Het 'Fiets-Fit', dat gericht was op inactieve mensen en beginnende fietsers, blijkt vooral actieve deelnemers aan te trekken. Er zou winst gehaald kunnen worden als de doelpopulatie, inactieven, beter bereikt kan worden (Ooms & Veenhof, 2010).

Uit voorlopige officieuze tussentijdse resultaten blijkt dat de gestelde doelstelling voor NASB sport (binnen 4 jaar 260.000 deelnemers aan sportconcepten en 90.000 lidmaatschappen bij sportverenigingen/bonden) mogelijk gehaald kan worden. NASB sport loopt tot 30 juni 2011 en de stand van zaken op 1 juni 2010 geeft aan dat er ongeveer 236.000 mensen hebben deelgenomen aan de activiteiten van de sportconcepten. Daarvan zijn er 50.000 doorgestroomd naar lidmaatschap bij een vereniging of bond. De definitieve cijfers zullen worden beschreven in de eindrapportage die het NIVEL in 2011 publiceert.

## 3.2 Interviews

Om naast de beschikbare literatuur nog meer inzicht te krijgen in het effect en proces van de Impuls NASB en NASB sport is er een interview gehouden met de projectmanager van de Impuls NASB (werkzaam bij NISB) en de projectleider van NASB sport (werkzaam bij NOC\*NSF). De resultaten van beide interviews worden hieronder samengevat.

### 3.2.1 Inzet van de Impuls NASB en NASB sport

Ongeveer 100 gemeenten ontvangen in twee tranches de Impuls NASB. Binnen de Impuls NASB is er voor gekozen om de gemeenten vrij te laten in de keuzes die zij maken om het beleid te intensiveren. Deze keuze heeft als voordeel dat gemeenten de vrijheid hebben om op de lokale situatie in te spelen. Echter, de projectmanager van de Impuls NASB geeft aan dat deze vrijheid ook een nadeel kent. Volgens hem zijn de gemeenten hierdoor lastig te sturen, waardoor landelijke doelen, zoals borging in beleid, inzet van effectieve beweegprogramma's en aandacht voor een beweegvriendelijke omgeving niet altijd door de gemeenten als speerpunten worden gekozen. Gemeenten willen over het algemeen erkenning dat ze eigen verantwoordelijkheid nemen, en dus de ruimte krijgen om zelf te bepalen wat er gebeurt. Echter, hier en daar zijn er volgens de projectmanager vanuit de gemeente ook signalen gekomen dat ze graag meer richtlijnen willen omdat zij niet precies weten hoe ze om moeten gaan met de vrijheid.

Dat de gemeenten vrij worden gelaten is een bewuste keuze. De Impuls NASB is inmiddels de derde Impuls, na de 'Impuls Buurt, Onderwijs en Sport' (BOS) en de 'Breedte Sport Impuls' (BSI). Op basis van de ervaringen met de 'BOS' en 'BSI', waar de gemeenten meer aan de hand werden genomen, krijgen de gemeenten bij de Impuls NASB meer vrijheid om hun eigen beleid vorm te geven.

NASB sport heeft 13 sportconcepten ontwikkeld die op ongeveer 1300 plekken door heel Nederland worden aangeboden. Het ene concept blijkt beter aan te slaan dan het andere concept. Ook al komt er meer bewijs dat de sportconcepten van NASB sport werken, de activiteiten worden volgens de projectleider nog niet in alle NASB-gemeenten uitgevoerd. Doordat de gemeenten zelf kunnen kiezen waar ze in investeren worden soms programma's die al 10 jaar lopen met de Impuls NASB doorgefinancierd. De regioadviseurs kunnen richting de gemeenten alleen een advies uitbrengen, maar de gemeenten bepalen zelf waar ze in investeren. De

projectleider van NASB sport zou liever zien dat de regioadviseurs<sup>9</sup> bijvoorbeeld een soort menukaart aan de gemeenten aanbieden met voor iedere doelgroep effectieve beweegactiviteiten. Doordat iedere gemeente vrij is om eigen beleid vorm te geven zullen de gemeenten verschillende speerpunten kiezen.

### 3.2.2 Samenwerking binnen Impuls NASB en NASB sport

De Impuls NASB wordt uitgevoerd met samenwerking tussen VWS, NISB, VNG, NOC\*NSF, VSG, provinciale sportraden, GGD-en en provinciale welzijnsorganisaties. Drie tot vier keer per jaar is er een voortgangsoverleg met VWS door NISB. Daarnaast is er twee tot drie keer per jaar een breed voortgangsoverleg met VWS, NISB, VNG, VSG en NOC\*NSF. De rolverdeling tussen de verschillende partijen is volgens de projectmanager goed. De rol van VSG is om gemeenten op bestuurlijk terrein advies te geven. De rollen van VSG en NISB scheppen volgens de projectmanager wel eens verwarring bij de gemeenten. Voor gemeenten is het soms lastig te bepalen voor wat ze bij welke organisatie moeten zijn. Bij de eerste tranche gemeenten die met de Impuls NASB van start gingen was de rol van VSG groot omdat iedereen van het begin op moest starten. Nu de tweede tranche gemeenten gestart is, is de rol van VSG af en toe verwarrend omdat er op lokaal niveau al NASB-regioadviseurs rondlopen. De rollen van NISB en VSG lopen nu er gestart is met een tweede tranche door elkaar, aldus de projectmanager. Efficiënter zou het volgens de projectmanager zijn om de rol bij één van de partijen neer te leggen. Aanvullend gaf hij in het interview aan dat er een verbetering zou kunnen zijn in de rol van GGD-en en welzijnsorganisaties om effectiviteit en doelmatigheid te verbeteren. Op dit moment worden de partijen wel betrokken bij informatie uitwisseling maar zijn zij geen integraal onderdeel van de ondersteuning.

Binnen NASB sport is er een samenwerking tussen NOC\*NSF, sportbonden, verenigingen, gemeenten, onderwijsinstellingen en commerciële partners. De laatste vier organisaties zijn de intermediairs die de sportbonden gebruiken om de sportconcepten neer te zetten. De vereniging en de commerciële partners zijn de uitvoerders van de sportconcepten. Het onderwijs is meestal de omgeving waar de activiteit plaatsvindt. De gemeenten spelen vaak een faciliterende rol in het mogelijk maken van het uitvoeren van de sportconcepten. De rolverdeling binnen NASB sport wordt door de projectleider als goed ervaren. Echter meer aandacht is volgens hem nodig voor de implementatie op het lokale niveau. De stap van sportbonden die de activiteit hebben ontwikkeld naar de uitvoerende partijen blijkt nu te groot. Uitvoerende partijen zijn volgens de ervaringen van de projectleider te weinig betrokken bij de ontwikkeling van de concepten. Zij zouden hierin beter betrokken moeten worden en er zou meer aandacht moeten komen voor een goede implementatiestrategie. Nu blijkt het moeilijk sportclubs/verenigingen te betrekken en worden de commerciële partners makkelijker betrokken. Een ander mogelijk verbeterpunt volgens de projectleider is de rol van de regioadviseurs. De regioadviseurs hebben te weinig de

<sup>9</sup> Elke provincie heeft zijn eigen NASB-regioadviseur. Hij of zij is werkzaam bij de provinciale sportraad. NASB-regioadviseurs hebben kennis van en ervaring met onder andere het schrijven van gemeentelijk beleid en projectplannen, intersectorale samenwerking op het gebied van sport en bewegen in de gemeente, kansrijke interventies, te-weinig-actieve groepen, het matchen van interventies en te-weinig-actieve groepen en het opbouwen van (regionale) netwerken.

regie naar de gemeenten genomen. Het zou beter zijn om regioadviseurs in te schakelen die beter de match kunnen maken tussen verenigingen en gemeenten die lokale netwerken kunnen vormen. De lokale netwerkvorming kan nog beter georganiseerd worden, aldus de projectleider. De doelmatigheid en effectiviteit van NASB sport zou volgens de projectleider kunnen worden verbeterd door aan te sluiten bij andere partijen zoals fysiotherapie of geestelijke gezondheidszorg. De concepten van NASB sport zouden bijvoorbeeld mogelijk gebruikt kunnen worden voor revalidatieprogramma's.

### 3.2.3 Rol van ander VWS beleid op Impuls NASB en NASB sport

Naar aanleiding van de vraag of ander VWS beleid invloed heeft op de Impuls NASB geeft de projectmanager aan dat er naast de Impuls NASB ook een 'Impuls Brede School, Sport en Cultuur' (gericht op de combinatiefunctionarissen) is. Beide Impulsen kunnen volgens de projectmanager mooi op elkaar aansluiten. Bijvoorbeeld als jeugd als speerpunt wordt genomen, kunnen de combinatiefunctionarissen een rol spelen in de uitvoering. Echter, dat beide Impulsen bestaan heeft ook een nadeel, aldus de projectmanager. Zeker in de tijd van crisis moeten gemeenten keuzes maken omdat zij vaak niet beide Impulsen kunnen hebben. Volgens de projectmanager wordt er in werkelijkheid nu vaak binnen gemeenten gekozen voor één van beide Impulsen. Hij geeft aan dat dit in zijn ogen zonde is omdat de Impulsen elkaar juist kunnen versterken. Een ander nadeel dat de projectmanager aanhaalt, is dat er door de crisis op het gemeentefonds wordt gekort. De Impuls NASB vraagt van de gemeenten een cofinanciering, maar door de bezuinigingen op het gemeentefonds kunnen de gemeenten moeilijk cofinanciering regelen.

Een positief effect van ander VWS beleid is volgens de projectmanager de landelijke aandacht voor effectieve interventies, bijvoorbeeld via het beleidskader 'Sport, Bewegen en Onderwijs' waar veel aandacht is voor effectieve interventies. Doordat hier veel aandacht voor is vanuit verschillende richtingen wordt het belang van effectieve interventies benadrukt.

Dezelfde vraag over de invloed van ander VWS beleid is ook gesteld aan de projectleider van NASB sport. Hij geeft aan dat er, om de doelstelling van NASB sport te bereiken, naast NASB sport ook andere middelen worden ingezet die samen bijdragen aan de doelstelling: meer mensen die bewegen. Naast de 'Impuls NASB', 'NASB-werk' en de campagne '30minutenbewegen' zijn er ook programma's zoals 'Nieuwe sportmogelijkheden: Proeftuinen' en het programma 'Meedoen' die allen bijdragen aan het behalen van de doelstellingen. Deze beleidsonderdelen sluiten volgens de projectleider goed op elkaar aan. Daarnaast geeft hij ook aan dat er aandacht is voor het Olympisch Plan 2028 waarmee gefocust wordt op de breedtesport ambitie en welzijnsambitie. Sport als middel wordt vanuit allerlei hoeken erg geprofileerd, aldus de projectleider.

## 3.3 Beweegnorm

Het doel van het NASB is om te-wenig-actieven meer en structureel in beweging te brengen. Met behulp van dit actieplan wordt samen met de gemeenten en de sportsector gewerkt aan het realiseren van sport- en beweegprogramma's en wordt gestimuleerd dat deze interventies onderdeel gaan uitmaken van gemeentelijke plannen voor het lokaal gezondheidsbeleid.

De resultaatafspraken binnen het beleidsonderdeel, ofwel beleidspijler, ‘Bewegen’ van het sportbeleid van Ministerie van VWS zijn als volgt:

- In 2012 is het percentage volwassenen (18+) dat aan de beweegnorm voldoet minimaal 70 procent.
- In 2012 is het percentage jeugdigen (4-17 jaar) dat aan de beweegnorm voldoet minimaal 50 procent.
- In 2012 is het percentage inactieve volwassen Nederlanders maximaal 5 procent.

Om deze resultaatafspraken te behalen wordt onder andere het NASB ingezet. Opgemerkt moet worden dat ook andere onderdelen naast de Impuls NASB en NASB sport worden ingezet om dit doel te bereiken. Een voorbeeld zijn de campagnes. Ook ander beleid, zoals ‘BOS’ en fietspromotie, zal het beweeggedrag van de bevolking moeten beïnvloeden.

De meest recente rapportage van het *Trendrapport Bewegen en Gezondheid 2008/2009* beschrijft het percentage volwassenen en kinderen dat voldoet aan de beweegnorm over de periode 2000-2009 (Hildebrandt e.a., 2010). In tabel 3 zijn de percentages voor de periode 2003 tot en met 2009 terug te vinden.

**Tabel 3: Ontwikkeling beweegnorm (combinorm) voor volwassenen en jongeren en inactieve volwassenen over de periode 2003-2009 (in percentages)**

	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	Doelstelling 2012
Volwassenen, beweegnorm	55.1	59.1	63.1	67.7	64.0	67.9	68.2	≥ 70
4-17 jarigen, beweegnorm <sup>1</sup>	-	-	-	46.9	43.3	47.3	45.7	≥ 50
Inactieve volwassenen	8.5	8.2	5.8	5.3	5.2	6.1	5.5	≤ 5

1. Er zijn geen cijfers over 2003-2005 bekend.

Bron: TNO Kwaliteit van Leven (OBiN)

Geconcludeerd wordt dat het beweeggedrag van Nederlanders in de afgelopen tien jaar positief is veranderd. Het aantal Nederlanders dat zegt genoeg te bewegen is sinds 2003 duidelijk en consequent gestegen. Opgemerkt wordt dat het wel lijkt dat de stijgende trend afvlakt. De overheid heeft zich ten doel gesteld dat in 2012 70 procent van de Nederlanders voldoet aan de beweegnorm. Dat betekent dat in 2010 en 2011 nog een stijging van 1 procent per jaar gerealiseerd moet worden. Het feit dat de aanvankelijke stijging steeds meer afvlakt, geeft aan dat een forse inspanning nodig zal zijn om het beoogde doel daadwerkelijk te behalen. Voor de jeugd blijkt er over de periode 2006-2009 weinig verandering ten opzichte van het percentage 4-17 jarigen dat aan de beweegnorm voldoet. Om er in 2012 voor te zorgen dat minimaal 50 procent van de jeugd aan de beweegnorm voldoet, is er nog veel te doen.



## 4. Conclusies en leerpunten

De Impuls NASB en NASB sport worden vooral ingezet om te-weinig-actieven te stimuleren om te gaan bewegen. Om gemeenten te steunen in het ontwikkelen en uitvoeren van het beweegbeleid krijgen ongeveer 100 geselecteerde gemeenten steun in de vorm van een Impuls. Een positief aspect is dat niet alleen grote gemeenten worden betrokken bij de Impuls. Ook voor de kleine en middelgrote gemeenten is de Impuls toegankelijk.

Binnen NASB sport is er een breed en toegankelijk sportaanbod ontwikkeld. Om te-weinig-actieven meer te laten bewegen zijn er 13 laagdrempelige sportconcepten door 10 sportbonden ontwikkeld en ingezet.

Uit de evaluaties van de Impuls NASB en NASB sport blijkt dat er positieve resultaten zijn bereikt door het invoeren van de Impuls en de sportconcepten. Hieronder worden de belangrijkste resultaten kort besproken. Uit de evaluaties zijn ook een aantal leerpunten ten aanzien van de Impuls NASB en NASB sport naar voren gekomen. Ook deze zullen hieronder besproken worden.

### *Bekendheid NASB*

De bekendheid van het NASB onder professionals<sup>10</sup> en gemeenten is groot. Ook de NASB-producten, zoals onder andere de NASB gemeente-check, zijn bij de professionals goed bekend. De nieuwste NASB-producten blijken minder bekend onder professionals. De professionals vinden de producten ook nuttig voor hun werkzaamheden. Het blijkt dat de bekendheid met het NASB vooral nog verbeterd moet worden bij de professionals werkzaam bij welzijnsorganisaties en Stichting Welzijn Ouderen.

### *Tevredenheid over ondersteuning*

Uit de monitor onder professionals in het werkveld blijkt dat de professionals die werkzaam zijn bij NASB-gemeenten tevreden zijn met de ondersteuning bij het tot stand komen van de Impuls NASB overeenkomst, de informatie over de cofinanciering en met de ondersteuning van de NASB-adviseurs van de Provinciale Sportraden bij de praktische uitvoering van de Impuls. De gemeenten waren minder tevreden met de ondersteuning van NISB bij de praktische uitvoering van de Impuls NASB.

### *Inzet van beweegprogramma's en sportconcepten*

Om gemeenten te ondersteunen levert het NASB een onderbouwd overzicht van kansrijke beweegprogramma's. In 2009 bestaat dit overzicht uit 63 beweegprogramma's. De beweegprogramma's zijn aan de hand van scores ingedeeld in de volgende drie categorieën: 'Koplopers', 'Achtervolgers' en 'Peloton'. Drie programma's uit het overzicht zijn bewezen

<sup>10</sup> De professionals waren werkzaam bij algemene organisaties, landelijke organisaties, met chronisch zieken, in de kinderopvang, in het onderwijs, bij wooninstellingen of stichting welzijn ouderen en ambtenaren sport, gezondheid en welzijn en tot slot projectleiders WMO werkzaam bij NASB en niet-NASB gemeenten.

effectief en goed uitvoerbaar dus het meest kansrijk, te weten 'COACH methode', 'JUMP-in' en 'Revalidatie, Sport en Bewegen'.

Uit de monitor bij gemeenten blijkt echter dat het grootste deel van de gemeenten niet bekend is met de beweegprogramma's uit het overzicht, en deze dus ook niet inzetten. De kansrijke en effectieve beweegprogramma's zijn bij de professionals in het werkveld iets beter bekend.

Om meer mensen lid te laten worden van de georganiseerde sport en om het sportaanbod voor hen geschikt(er) te maken heeft NASB sport 13 sportconcepten ontwikkeld. De 13 sportconcepten worden op ongeveer 1300 plekken door heel Nederland aangeboden. De evaluatie van het proces- en effect van de 13 sportconcepten wordt verwacht in 2011.

Tussentijdse resultaten laten zien dat in ieder geval 3 sportconcepten ('Start to Run', 'Fiets-Fit' en 'Denken en Doen') effectief zijn op het stimuleren van bewegen. Tevens laten tussentijdse resultaten zien dat met de sportconcepten veel mensen bereikt kunnen worden. Ondanks het groeiende bewijs voor de effectiviteit van de sportconcepten worden de sportconcepten niet in alle NASB-gemeenten uitgevoerd. Een leerpunt dat is gebleken tijdens de ontwikkeling van de sportconcepten is dat de uitvoerende partijen te weinig zijn betrokken bij de ontwikkeling van de sportconcepten. Hierdoor blijkt het moeilijk om sportclubs/verenigingen bij de implementatie te betrekken.

Het is belangrijk om meer aandacht te besteden, vooral bij gemeenten, aan het inzetten van effectieve beweegprogramma's en sportconcepten. Ook zou er meer aandacht moeten komen voor een goede implementatiestrategie van de sportconcepten.

#### *Bereik van de doelgroep*

Bijna alle NASB-gemeenten besteden specifiek aandacht aan te-wenig actieven. Gemeenten voeren gericht activiteiten uit die bedoeld zijn voor deze doelgroep. Daarnaast schenken NASB-gemeenten ook aandacht aan het realiseren van een beweegvriendelijke omgeving. Echter, eind 2010 wordt er wel een lichte daling gerapporteerd met betrekking tot de specifieke aandacht in het beleid voor weinig-actieven, het uitvoeren van activiteiten om deze doelgroep te bereiken en het realiseren van een beweegvriendelijke omgeving. Ook valt op dat gemeenten vooral inzetten op de doelgroepen lagere schooljeugd en algemene bevolking. Specifieke doelgroepen zoals chronisch zieken en niet werkenden krijgen minder aandacht.

#### *Samenwerking met andere partijen*

Uit de monitor van de Impuls NASB bij gemeenten en de procesevaluatie bij vier NASB-gemeenten blijkt dat activiteiten om inactieven te stimuleren tot bewegen niet alleen zijn ingebed in sportbeleid maar ook in gezondheidsbeleid en welzijnsbeleid. Het beleidsterrein ruimtelijke ordening wordt nog niet goed betrokken. De helft van de gemeenten heeft structureel overleg met relevante partijen. Meer aandacht bij de gemeenten voor samenwerking met andere relevante partijen en beleidsterreinen is dus nodig.

#### *Inzet van de Impuls NASB en NASB sport*

Binnen de Impuls NASB is ervoor gekozen om gemeenten de vrijheid te geven om het beleid op hun eigen manier te intensiveren. Dit heeft voordelen zoals de erkenning naar gemeenten dat zij een eigen verantwoordelijkheid hebben. Daarbij wordt een verantwoordingsplicht door gemeenten vaak als belastend ervaren. Echter, een nadeel van deze vrijheid is dat gemeenten lastig te sturen zijn waardoor landelijke doelen, zoals inzet van effectieve beweegprogramma's

en aandacht voor specifieke doelgroepen niet altijd door de gemeenten als speerpunten worden gekozen.

Uit de resultaten van de monitor bij gemeenten komt naar voren dat bij gemeenten weinig gebruik wordt gemaakt van effectieve beweegprogramma's, terwijl dit wel wenselijk is. Ook blijkt dat gemeenten nog maar weinig effectieve sportconcepten, ontwikkeld binnen NASB sport, inzetten. Door de gemeenten vrijheid in hun keuze te geven kan men de gemeenten slechts adviseren te kiezen voor effectieve programma's of concepten. Met betrekking tot aandacht voor de doelgroep blijkt dat bijna alle gemeenten inzetten op de doelgroep lagere schooljeugd. De gemeenten zijn vrij deze keuze te maken, maar wenselijk is dat er ook aandacht is voor andere doelgroepen zoals chronisch zieken, mensen met overgewicht en allochtonen. Deze doelgroepen worden nu (nog) te weinig betrokken.

### *Beweeggedrag*

De doelstelling van het beleidsonderdeel 'Bewegen', waarbinnen de programma's 'Impuls NASB' en 'NASB sport' vallen, is het bevorderen van volwassenen en jeugd om aan de beweegnorm te voldoen en het verminderen van het percentage inactieve volwassenen. Als er specifiek wordt gekeken naar het beweeggedrag binnen NASB-gemeenten zien we dat het beweeggedrag van volwassenen en de jeugd wonend in een NASB-gemeente niet anders is dan het beweeggedrag van volwassenen en de jeugd die niet in een NASB-gemeente wonen. Opgemerkt moet worden dat deze meting slechts een jaar na planvorming van de Impuls NASB is uitgevoerd. Ook als er gekeken wordt naar de verandering in beweeggedrag over de periode 2000-2009 blijkt het percentage van de bevolking dat aan de beweegnorm voldoet stabiel te blijven. Hieruit kan geconcludeerd worden dat er vooralsnog nog geen effecten zijn op de *outcome*-maat, namelijk beweeggedrag, binnen de bevolking.

### *Aanbevelingen*

Geconcludeerd kan worden dat er op *output*-niveau positieve resultaten zijn bereikt door de Impuls NASB en NASB sport. Echter op *outcome*-niveau, verandering in beweeggedrag bij de bevolking, zijn er tot nu toe geen positieve effecten gevonden. De Impuls NASB en NASB sport zijn in 2008 gestart en lopen tot 2014. Mogelijk worden effecten op *outcome*-niveau zichtbaar als het onderzoek in de toekomst herhaald wordt.

Met betrekking tot de effecten op *output*-niveau blijkt dat men zeer goed bekend is met het NASB en dat gemeenten en professionals over het algemeen tevreden zijn over de ondersteuning. Echter, het blijkt ook dat er meer aandacht moet worden besteed aan de ondersteuning ten aanzien van geschikte sport- of beweegprogramma's, het bereiken van specifieke doelgroepen en de geïntegreerde aanpak door samen te werken met andere partijen (bijvoorbeeld ruimtelijke ordening). Ook moeten de voor- en nadelen van de manier waarop de gemeenten vrij worden gelaten om de Impuls NASB vorm te geven tegen elkaar worden afgewogen. Tot slot geven de professionals aan dat er meer aandacht besteed moet worden aan campagne activiteiten en cijfers over bewegen.



## 5. Literatuur

- Breedveld, K., H van der Poel, M de Jong & D. Collard. (2011) *Beleidsdoorlichting sport (artikel 46 ministerie van VWS): Hoofdrapport*. 's-Hertogenbosch; W.J.H. Mulier Instituut.
- Chorus, A.M.J. & J.H. Stubbe (2008). *Monitor onder professionals in het werkveld van sport en bewegen: resultaten 2007*. Leiden; TNO Kwaliteit van Leven.
- Chorus, A.M.J., F. Galindo Garre, & C.M. Bernaards (2010). *Evaluatie beweggedrag in 44 NASB-gemeenten*. Leiden; TNO Kwaliteit van Leven.
- Heijkoop, C. & A. van den Heuvel (2010). *Monitor Impuls Nationaal Actieplan Sport en Bewegen: 1 meting – gemeenten eerste tranche*. Amersfoort; BMC.
- Heijkoop, C., A. van den Heuvel, & M. de Jong (2010). *Monitor Impuls Nationaal Actieplan Sport en Bewegen: concept-rapportage 2-meting en nulmeting – gemeenten eerste en tweede tranche*. Amersfoort; BMC.
- Heuvel, A., van den, J. van Nimwegen, & C. Heijkoop (2009). *Evaluatie van de Impuls Nationaal Actieplan Sport en Bewegen (NASB): 0 meting – gemeenten eerste tranche*. Den Haag; SGBO.
- Hildebrandt V., A.M.J. Chorus & J.H. Stubbe (2010). *Tendrapport Bewegen en Gezondheid 2008/2009*. Leiden; TNO Kwaliteit van Leven.
- Knol, F. (1998). *Van hoog naar laag, van laag naar hoog; de sociaal-ruimtelijke ontwikkeling van wijken in de periode 1971-1995*. SCP-Cahier 152. Den Haag; Elsevier Bedrijfsinformatie.
- Leemrijse, C., L. Ooms & C. Veenhof (2009). *Evaluatie van kansrijke beweegprogramma's om lichaamsbeweging in de bevolking te bevorderen: Fase 2*. Utrecht; NIVEL.
- Leemrijse, C., L. Ooms & C. Veenhof (2010). *Denken en Doen zet ouders samen in beweging*. Factsheet Paramedische zorg, Sport bewegen en gezondheid. Utrecht; NIVEL.
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (2005) *Tijd voor Sport – Bewegen, Meedoen, Presteren*. Den Haag; ministerie van VWS.
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (2007) *De kracht van sport*. Den Haag; ministerie van VWS.
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (2008) *Vaststelling van de begrotingsstaten van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (XVI) voor het jaar 2009*. Den Haag; ministerie van VWS.
- NOC\*NSF (2010). *Nationaal Actieplan Sport en Bewegen: setting Sport 2010 – 2011: Overzicht NASB interventies ten behoeve van bewegingsstimulering*.  
[http://www.nasb.nl/downloadpool/brochure-nasb\\_noc-nsf.pdf](http://www.nasb.nl/downloadpool/brochure-nasb_noc-nsf.pdf)

Ooms, L. & C. Veenhof (2008). *Evaluatie van kansrijke interventies om lichaamsbeweging in de bevolking te bevorderen*. Utrecht; NIVEL.

Ooms, L. & C. Veenhof (2010). *Meer bewegen met Start to Run. Factsheet Paramedische zorg, Sport bewegen en gezondheid*. Utrecht; NIVEL.

Ooms, L. & C. Veenhof (2010). *Vaker op de fiets met Fiets-Fit! Factsheet Paramedische zorg, Sport bewegen en gezondheid*. Utrecht; NIVEL.

Pisters, M. & C. Veenhof (2008). *Evaluatie pilotfase van het Nationaal Actie Plan Sport & Bewegen: setting sport*. Utrecht; NIVEL.

Stubbe, J.H. & A.M.J. Chorus (2009). *Monitor onder professionals in het werkveld van sport en bewegen: resultaten 2008*. Leiden; TNO Kwaliteit van Leven.

Stubbe, J.H. & A.M.J. Chorus (2010a). *Monitor onder professionals in het werkveld van sport en bewegen: resultaten 2009*. (juni 2010) Leiden; TNO Kwaliteit van Leven.

Stubbe, J.H. & A.M.J. Chorus (2010b). *Monitor onder professionals in het werkveld van sport en bewegen: resultaten 2010*. (december 2010) Leiden; TNO Kwaliteit van Leven.

Tak E.C.P.M., M.W. Verheijden & J.H. Stubbe (2009). *Procesevaluatie NASB-Impuls regeling*. Leiden; TNO Kwaliteit van Leven.

Wendel-Vos, G.C.W., Ooijendijk, W.T.M., van Baal, P.H.M., Storm, I., Vijgen, S.M.C., Jans, M., Hopman-Rock, M., Schuit, A.J., de Wit, G.A. & Bemelmans, W.J.E. 2005. *Kosteneffectiviteit en gezondheidswinst van behalen beleidsdoelen bewegen en overgewicht: Onderbouwing Nationaal Actieplan Sport en Bewegen*. Bilthoven; RIVM.

[www.nasb.nl](http://www.nasb.nl)

[www.gezondheidsachterstanden.nl](http://www.gezondheidsachterstanden.nl)

## Bijlage 1: Gemeenten die deelnemen aan Impuls NASB

### Gemeenten die deelnemen in de eerste tranche van de Impuls NASB

- Amsterdam	- Brunssum	- Echt-Susteren	- Enschede	- Hoogeveen
- Kerkrade	- Marum	- Roermond	- Steenwijkerland	- Winschoten
- Arnhem	- Cuijk	- Eemsmond	- Ferwerderadiel	- Hoogezand-Sappemeer
- Leerdam	- Menterwolde	- Rotterdam	- Tilburg	- Wûnseradiel
- Baarle-Nassau	- Dantumadeel	- Eindhoven	- Gaasterlân-Sleat	
- Littenseradiel	- Nijefurd	- Rozenburg	- Twenterand	
- Bellingwedde	- Delft	- Emmen	- Groesbeek	
- Losser	- Nijmegen	- Scheemda	- Venlo	
- Bolsward	- Delfzijl	- Enkhuizen	- Grootegast	
- Maastricht	- Reiderland	- Stadskanaal	- Vlieland	

### Gemeenten die deelnemen in de tweede tranche van de Impuls NASB

- Achtkarspelen	- Den Helder	- Heerenveen	- Middelburg	- 's-Gravenhage	- Vaals
- Alkmaar	- Deventer	- Heerlen	- Neder-Betuwe	- Sittard-Geleen	- Veendam
- Almelo	- Doesburg	- Hengelo (O.)	- Noord-Beveland	- Skarsterlân	- Vlaardingen
- Appingedam	- Dordrecht	- Hoorn	- Ooststellingwerf	- Smallingerland	- Vlagtwedde
- Assen	- Franekeradeel	- Landgraaf	- Opmeer	- Sneek	- Vlissingen
- Bedum	- Geertruidenberg /Raamsdonksveer	- Leek	- Opsterland	- Stede Broec	- Wageningen
- Bergen op Zoom	- Goes	- Leeuwarden	- Peel en Maas	- Stein	- Weststellingwerf
- Borger-Odoorn	- Groningen	- Lelystad	- Pekela	- Terneuzen	- Zaanstad
- Coevorden	- Hardenberg	- Lemsterland	- Reusel-De Mierden	- Tholen	
- De Marne	- Harlingen	- Meppel	- Schiedam	- Utrecht	

## Bijlage 2: Vragenlijst gebruikt als leidraad voor de interviews

- Voor welk probleem is de Impuls NASB/NASB sport de oplossing?
- Is er voldoende bekend over de oorzaken van het probleem? Hoe is men aan de kennis over de oorzaken gekomen? is het programma ontworpen om die oorzaken aan te pakken (toelichting waar blijkt dat uit?). Zo niet, waar komen de doelstellingen vandaan?
- Zou de Impuls NASB/NASB sport door intensivering, grote schaal toepassen of aanpassing nog effectiever en/of doelmatiger kunnen worden ingezet (probleem oplossen?) (zo ja, onderbouwing?)
- Zijn er andere vormen van beleid die een positieve of negatieve invloed hebben op het bereiken van de doelstelling van de Impuls NASB/NASB sport
- Zijn er positieve of negatieve neveneffecten van de Impuls NASB/NASB sport zichtbaar binnen of buiten de wereld van de sport? (*bv enthousiasme overslaan naar anderen*)
- Welke partijen zijn er betrokken bij Impuls NASB/NASB sport (VWS, NOC\*NSF, NISB, VNG, VSG)? Hoe is de rol verdeling geweest tussen betrokken partijen bij Impuls NASB (*bent u tevreden, wat anders, verbeterpunten*)
- Kan de effectiviteit en doelmatigheid van de Impuls NASB/NASB sport worden verbeterd door een andere taakverdeling? (*Zo ja, hoe dan?*)
- Kan de effectiviteit en doelmatigheid van de Impuls NASB/NASB sport worden verbeterd door het betrekken van andere partijen bij de opzet en/of uitvoering. (*Zo ja, welke, en waarom die?*)
- Zijn de verschillende partijen die deel uitmaken van de Impuls NASB/NASB sport voldoende en adequaat betrokken bij het ontwerp en de uitvoering van de Impuls?
- Wat zijn opvallende positieve ervaringen die naar voren zijn gekomen tijdens het verloop van de Impuls NASB/NASB sport?
- Wat zijn opvallende leerpunten die naar voren zijn gekomen tijdens het verloop van de Impuls NASB//NASB sport?

### Bijlage 3: Beweegprogramma's Impuls NASB

Naam programma	Type	Setting**	Doelgroep
ACTOR	B	Wijk, zorg	Eenzame ouderen 70+
Alle leerlingen Actief!	B, I, O, T	School, wijk, zorg	Jeugd 4-16 jaar van basisonderwijs en voortgezet onderwijs; inactieve leerlingen; leerlingen met overgewicht
Beachvolleybal	B, O	Sport, school	Jeugd 5-18 jaar; volwassenen
Be Interactive	B, I, T	Wijk, sport	Allochtone vrouwen vanaf 18 jr.; allochtone vrouwen met diabetes, depressie, overgewicht
Beweegkriebels	T	Wijk, sport	Jeugd 0-4 jaar
Beweeg je Beter	B, O	Wijk, zorg, sport	Volwassenen met chronische aandoeningen of 'vage' klachten en/of die geactiveerd moeten worden; volwassenen met lage SES; allochtonen; volwassenen met overgewicht
Beweegmanagement	O	Wijk, school, sport	Jeugd 4-18 jaar; meiden; VMBO
Bewegen op Recept	B, O	Wijk, zorg	Volwassenen met chronische aandoening; volwassenen met lage SES; allochtonen
Bewegen valt goed!	B, I, O	Wijk	Allochtonen 45+
Bewegen doe je zo	B, I, O	School	Basisschoolleerlingen
B-Fit	B, I, O, T	Wijk, school, sport	Jeugd 0-18 jaar; volwassenen; VMBO; mensen met overgewicht
Big!Move	B, I, O, T	Wijk, zorg, school, sport	Jeugd 5-12 jaar; volwassenen; werknemers; allochtonen; mensen met chronische aandoeningen; mensen met overgewicht; mensen met lage SES
B-Slim kids	B, I	School	Jeugd 10-12 met overgewicht; jeugd 10-12 met lage SES
Circulatie Mini Volleybal	B	School, sport	Jeugd 5-12 jaar
ClubExtra	B	Wijk, sport	Jeugd 4-12 jaar met bewegingsachterstand
COACH methode	B, I, O	Wijk, zorg, werk	Alle doelgroepen
Communities in Beweging	B, I, O, T	Wijk, zorg, school	Alle doelgroepen
Denken en Doen	B, O	Wijk, sport	Volwassenen 55+
De klas beweegt	B, I, O, T	School	Basisschoolleerlingen
Evenwicht	B, I	Wijk, zorg	Jeugd 10-12 jaar met overgewicht
Fiets-Fit	B, I	Wijk, sport, werk	Volwassenen

Naam programma	Type	Setting**	Doelgroep
GALM	B, I, O	Wijk, zorg	Volwassenen 55+
Ga voor Gezond!	I, O	School	Groep 1-8 basisonderwijs
Gezond gewicht	B, I	Wijk, zorg	Allochtone vrouwen met overgewicht
Go! Fit met power	B, I	Sport	Volwassenen die willen afvallen
Groep 6 on the move	I, O	School	Groep 6 van basisonderwijs
In Balans	B, I, O, T	Wijk, zorg	Ouderen 70+ die vaak vallen, zich onzeker op de been voelen en/ of mobiliteitsproblemen hebben
IRun2BFit	B, I, O, T	School, sport	Jeugd 12-18 jaar; 1 <sup>e</sup> -3 <sup>e</sup> klas voortgezet onderwijs; VMBO; allochtonen; jeugd met overgewicht
Judo op school	B	School, sport	Jeugd 4-18 jaar op alle soorten onderwijs
JUMP-in	B, I, O	Wijk, school, sport	Jeugd 4-12 jaar van basisonderwijs, kinderen met lage SES; kinderen met overgewicht
Ketenaanpak Actieve Leefstijl	O	Wijk, zorg	Mensen met een chronische aandoening
Kids for Fit	B, I, O, T	School	Jeugd 4-12 jaar; allochtone jeugd, kinderen met overgewicht, kinderen met lage SES
Kids in Balance	I	School	Jeugd 10-12 jaar
Kies voor Hart en Sport	B, I	Wijk, school, sport	Groep 6-8 van basisonderwijs
Knotshockey	B, O	Sport	Volwassenen 55+, volwassenen 55+ met een chronische aandoening
KNVB 45+	B	Sport	45+ (ex)voetballers
KorfbalFit	B	Sport	(ex)korfballers van 35-60 jaar
Lekker fit!	B, I, O, T	School, wijk	Groep 1-8 van basisonderwijs, ouders en leerkrachten
Liever Bewegen Dan Moe	B, I	Wijk, zorg	Volwassenen; 55+; volwassenen met risico op depressie; mensen met lage SES
Lokaal Actief	O	Wijk, school sport, zorg, werk	Alle doelgroepen
Masters Trendweken	B, O	Wijk, sport	Volwassenen 55+
Okido!	B, I	School	Groep 7 van basisonderwijs, kinderen uit groep 7 met overgewicht
Realfit	B, I	Wijk, sport	Jeugd 13-18 jaar met overgewicht
Revalidatie, Sport en Bewegen	B, I, O	Zorg	Volwassen en jeugd die in het ziekenhuis of revalidatiecentrum in behandeling zijn
SCALA	B, I, O	Wijk, zorg	Volwassenen 55+ met een chronische aandoening of handicap
Scoren voor	B, I	School	Groep 6-8 van basisonderwijs; groep 6-8 van

Naam programma	Type	Setting**	Doelgroep
Gezondheid			achterstandsscholen
SportMix	B	Wijk, zorg, school, sport	Jeugd 7-17 jaar moeilijk lerend en gebruik makend van speciaal onderwijs
Sportdorp	B, O	Wijk, zorg, school, sport	Alle bewoners van een dorp
School en Sport	B, I	School, sport	Jeugd 8-12 jaar
Schoolgolf	B, T	Wijk, school, sport	Jeugd 6-18 jaar
Schooljudo	B	Wijk, school, sport	Jeugd 4-18 jaar
sCOOLsport	B, I, O, T	School	Groep 1-8 basisonderwijs
SMALL	B, I, O	Wijk	Volwassenen 55+
Start to Run	B, I, T	Sport	Volwassenen
Taskforce 50+	O	Wijk, sport	Volwassenen 50+
Trappen Scoort	B, I	School	Groep 1-8 basisonderwijs; 1 <sup>e</sup> & 2 <sup>e</sup> klas voortgezet (speciaal) onderwijs; 1 <sup>e</sup> & 2 <sup>e</sup> klas VMBO; 1 <sup>e</sup> & 2 <sup>e</sup> klas praktijkonderwijs
Vet Cool Gezond	I	School	Groep 7,8 van basisonderwijs; 1 <sup>e</sup> , 2 <sup>e</sup> klas voortgezet onderwijs; leerlingen met overgewicht
Vet lekker... lekker fit	B, I	Wijk, school	Jeugd 10-12 jaar met overgewicht
Via Vierdaagse	B, I	Sport	Deelnemers (debutanten) Nijmeegse vierdaagse
WhoZnext	B, I, O	Wijk, school, sport	Jeugd 5-18 jaar; VMBO
Yalp, beweegprogramma voor ouderen	B, O, T	Wijk, zorg	Volwassenen 55+
ZORGmethode	B, I, O	Wijk, zorg	Volwassenen met een chronische aandoening

B = beweegprogramma: Programma gericht op het aanleren van vaardigheden die nodig zijn om beweeggedrag te veranderen en op het inrichten van de sociale omgeving van personen zodat deze de verandering in beweeggedrag ondersteunt (individueel en groepsgericht).

I = informatievoorziening: Programma gericht op het veranderen van de kennis en attitude ten aanzien van gezondheid en bewegen (o.a. lespakket, campagne).

O = Omgeving en beleid: Programma gericht op het creëren van randvoorwaarden voor bewegen in de omgeving en het zorgen voor structurele inbedding van het onderwerp in het beleid van de verschillende betrokken partijen (gemeenten, organisaties, scholen, etc.).

T = Opleiding (Train de trainer): Programma met als hoofddoel het opleiden van professionals en / of andere personen, die nauw in verbinding staan met de doelgroep die men in beweging wilt krijgen.

## Bijlage 4: Beschrijving van drie meest kansrijke beweegprogramma's

**Naam programma :** JUMP-in

**Setting:** Wijk, school, sport

<b>Organisatie(s):</b>	<b>Functie(s)</b>
Dienst Maatschappelijke Ontwikkeling (DMO)	Initiatiefnemer, ondersteuner
GGD Amsterdam	Initiatiefnemer, ondersteuner
Stadsdeel (gemeente), scholen, sportverenigingen	Uitvoerders

**Website:** [www.jumpin.nl](http://www.jumpin.nl)

**Projectomschrijving:** 'JUMP-in' is een mix van programma's met als doel kinderen in de basisschoolleeftijd meer te laten bewegen zodat zij de Nederlandse Norm Gezond Bewegen halen. De volgende programma's maken deel uit van 'JUMP-in': Het Leerlingvolgsysteem, Ouderverlichting, De klas Beweegt!, Bewegen doe je ZO!, Sport op school en Club Extra/MRT. Tevens is er een website [www.jumpin.nl](http://www.jumpin.nl).

**Doelstelling:** Het doel van 'JUMP-in' is dat kinderen in de basisschoolleeftijd gaan voldoen aan de Nederlands Norm Gezond Bewegen. Voor de jeugd is deze norm vastgesteld op dagelijks minimaal 1 uur matig intensieve lichamelijke activiteit, waarbij de activiteiten minimaal tweemaal per week gericht zijn op het verbeteren of handhaven van de lichamelijke fitheid (kracht, lenigheid, coördinatie).

**Einddoelgroep:** Kinderen op de basisschool van 4-12 jaar. 'JUMP-in' richt zich vooral op scholen met leerlingen met een lage sociaal economische status.

**Totale duur van het programma (start-eind):** In principe kan 'JUMP-in' gedurende een heel schooljaar worden uitgevoerd. Ook in opeenvolgende schooljaren.

**Frequentie:** De volgende programma's behoren tot 'JUMP-in': 1. Het Leerlingvolgsysteem; 2. Ouderverlichting; 3. De klas Beweegt; 4. Bewegen doe je ZO!; 5. Sport op school; 6. Club Extra/MRT. De school kan zelf invulling geven aan hoe vaak een bepaald onderdeel wordt uitgevoerd.

**Bereik:** Bij deelname van een school aan 'JUMP-in' kunnen in principe alle leerlingen worden bereikt.

**Naam programma :** COACH methode

**Setting:** Wijk, zorg, werk

<b>Organisatie(s):</b>	<b>Functie(s)</b>
Centrum voor beweging en Onderzoek, Groningen (CBO)	Eigenaar, uitvoerder, ondersteuner (o.a. training exercise counselor en afnemen fittesten, zorgen voor materialen, evaluatie, rapportage)
Instituut voor Bewegingswetenschappen Rijksuniversiteit Groningen (RuG)	Eigenaar, uitvoerder, ondersteuner (o.a. training exercise counselor en afnemen fittesten, zorgen voor materialen, evaluatie, rapportage)
Landelijk COACH projectteam: - Dr. Mathieu de Greef (RuG) - Drs. Siska Sprenger (CBO) - Brechje Houët (CBO)	

**Website:** [www.coachmethode.nl](http://www.coachmethode.nl)

**Projectomschrijving:** De 'COACH methode' is een evidence-based methode voor het stimuleren van lichamelijke activiteit van mensen met bewegingsarmoede. Het doel van de 'COACH methode' is het stimuleren van lichamelijke activiteit van mensen met bewegingsarmoede doormiddel van het bevorderen van activiteiten in het dagelijks leven zoals wandelen, fietsen en traplopen. In het COACH programma wordt het stimuleren van lichamelijke activiteiten in het dagelijks leven ondersteund door 'Exercise Counseling' en er wordt gebruik gemaakt van een stappenteller. De nadruk ligt hierbij op het bevorderen van de intrinsieke motivatie van de deelnemers. Daarnaast wordt er aan het begin en aan het eind van het programma een fittest afgenomen. De 'COACH methode' is geschikt voor verschillende groepen mensen met bewegingsarmoede: Volwassenen, kinderen, werknemers en mensen met een chronische aandoening. Elke doelgroep kan een op maat aangepast programma krijgen.

**Doelstelling:** Het doel van de 'COACH methode' is het stimuleren van lichamelijke activiteit van mensen met bewegingsarmoede doormiddel van het bevorderen van activiteiten in het dagelijks leven zoals wandelen, fietsen en traplopen.

**Einddoelgroep:** Jeugd, volwassenen, werknemers, mensen met chronische aandoening, mensen met lage SES

**Totale duur van het programma (start-eind):** Dit verschilt per project. De looptijd van een basis COACH project is 3 tot 4 maanden. Het is mogelijk om voor specifieke doelgroepen een COACH vervolgtraject aan te bieden (follow-up). Dit traject duurt 6-18 maanden.

**Frequentie:** Wervingsprotocol, meetprotocol (2 fittesten en dagelijks dragen stappenteller), gedragsveranderingsprotocol (Exercise Counseling 4-6 gesprekken), evaluatieprotocol.

**Bereik:** Het aantal personen per programma varieert.

**Naam programma :** Revalidatie, Sport en Bewegen

**Setting:** Zorg

<b>Organisatie(s):</b>	<b>Functie(s)</b>
Gehandicaptensport Nederland	Eigenaar (oprichter), uitvoerder, ondersteuner
Revalidatie Nederland	Uitvoerder (medeoprichter)
Revalidatiecentra, ziekenhuizen, sportorganisaties, patiëntenorganisaties,	Uitvoerders
Provinciale sportraden, gemeente	Ondersteuners, uitvoerders

**Website:** <http://www.revalidatieensport.nl/>

**Projectomschrijving:** Het doel van 'Revalidatie, Sport en Bewegen' is het stimuleren van sportdeelname en een lichamelijk actieve leefstijl voor revalidanten en patiënten. Dit wordt gedaan door binnen een revalidatiecentrum of ziekenhuis een doorverwijzing-systematiek op te zetten die ervoor zorgt dat alle revalidanten/patiënten worden geïnformeerd en gestimuleerd om (meer) aan sport en bewegen te doen en een actieve leefstijl te gaan ontwikkelen. Zowel tijdens als na de revalidatie/behandeling wordt er aandacht besteed aan sport en bewegen, het belang ervan maar ook de mogelijkheden die revalidanten/patiënten hebben om te sporten en bewegen (er worden o.a. activiteiten aangeboden) binnen en buiten het revalidatiecentrum/ziekenhuis.

**Doelstelling:** De hoofddoelstelling is om binnen het centrum/ ziekenhuis een doorverwijzingssystematiek op te zetten die ervoor zorgt dat alle revalidanten worden geïnformeerd en gestimuleerd om (meer) aan sport en bewegen te doen en een actieve leefstijl te gaan ontwikkelen. Ook is het de bedoeling om meer mensen met een chronische aandoening of beperking aan het sporten en bewegen te krijgen en te houden. Tenslotte moeten revalidanten op de hoogte zijn van de mogelijkheden van sport en bewegen na de revalidatie.

**Einddoelgroep:** mensen met een chronische aandoening of beperking die in het ziekenhuis of revalidatiecentrum in behandeling zijn.

**Totale duur van het programma (start-eind):** Het programma loopt tijdens de revalidatie/behandeling van de revalidant/patiënt. Na de revalidatie/behandeling zijn er telefonische consulten na ongeveer 1 maand, 1 kwartaal, een half jaar en een jaar na ontslag uit het revalidatiecentrum of ziekenhuis. Na het laatste telefonische consult is er voor de ex-revalidant/ex-patiënt nog de mogelijkheid om met vragen en problemen bij de revalidatie, sport- en bewegingsmedewerker te komen.

**Frequentie:** Tijdens de revalidatie/behandeling wordt de revalidant/patiënt meerdere malen gestimuleerd (via consulten) om te sporten en bewegen. Er worden ook sport- en beweegactiviteiten aangeboden. Na de revalidatie/behandeling zijn er nog 4 telefonische consulten.

**Bereik:** In principe worden binnen een revalidatiecentrum of ziekenhuis alle mensen bereikt die hiervoor in aanmerking komen. In de praktijk met huidig aantal projecturen maximaal 100 patiënten op jaarbasis

## Bijlage 5: Sportconcepten van NASB sport

Interventie	Sportbond	Doelgroep (leeftijd)
Beachvolleybal	Nederlandse Volleybal Bond	4 - 45 jaar
Cool Moves Volley	Nederlandse Volleybal Bond	6 - 12 jaar
Denken en Doen	Nederlandse Bridge Bond	50+ jaar
Fiets-Fit	Nederlandse Toer Fiets Unie	18 - 65 jaar
Fiets & Geniet Natuurlijk!	Nederlandse Toer Fiets Unie	45+ jaar
Judo op School	Judo Bond Nederland	4 - 12 jaar
Knotshockey	Koninklijke Nederlandse Hockey Bond	50+ jaar
Masters Trendweken	Koninklijke Nederlandse Gymnastiek Unie	45+ jaar
Mijnzwemcoach.nl / Uurchallenge	Koninklijke Nederlandse Zwem Bond	16+ jaar
Start met je eigen Walk Challenge	KNBLO Wandelsport- organisatie Nederland	35 - 55 jaar
Start to Run	Atletiekunie	Alle leeftijden
Trio-Triathlon	Nederlandse Triathlon Bond	12 - 18 jaar 25 - 45 jaar
Ultimate Volley Xperience	Nederlandse Volleybal Bond	12 - 18 jaar
45+ Voetbal	Koninklijke Nederlandse Voetbal Bond	45+ jaar
Go! Fit met Power	Koninklijke Nederlandse Krachtsport en Fitnessfederatie	18 - 80 jaar
KorfbalFit	Koninklijk Nederlands Korfbalverbond	35+ jaar
Schoolgolf	Nederlandse Golf Federatie	8 - 12 jaar