



VLAAMSE OUDERENRAAD

Advies 2009/1
Sport en Bewegen voor ouderen

VLAAMSE OUDERENRAAD

Advies 2009/1 Sport en Bewegen voor ouderen

Dit advies werd voorbereid in de Commissie Sport & Bewegen van de Vlaamse Ouderenraad waarin VSF, ISB, BLOSO, Dēmos en het VIGeZ als deskundige partners betrokken zijn. Het advies werd goedgekeurd op de Algemene Vergadering van de Vlaamse Ouderenraad van 25 maart 2009.

Inleiding

Een beleid dat de gezondheid en het welzijn van ouderen hoog in het vaandel draagt, erkent het preventieve karakter van bewegingsactiviteit. Voldoende bewegen, aangepast aan de fysieke en psychische mogelijkheden, biedt een meerwaarde voor het welbevinden en de gezondheid van ouderen.

Op sociaal vlak kan de deelname aan georganiseerde sport- en bewegingsactiviteiten het inter- en intragenerationeel contact alsook de maatschappelijke participatie bevorderen. Uit onderzoek blijkt dat sociale participatie, inbegrepen participatie aan sportactiviteiten, een bijdrage levert aan de vorming van democratische waarden en attitudes.

Om de kwaliteit van het aanbod van sport en bewegen voor mensen van 55 jaar en ouder blijvend te vrijwaren en verhogen, is er nood aan samenspraak met de partners die betrokken zijn bij senioren sport. Zo kan er binnen het sport- en gezondheidsbeleid een visie en strategie worden ontwikkeld waarin gezondheidswinst, zowel op fysiek als psychisch vlak, centraal staat.

De Commissie Sport & Bewegen van de Vlaamse Ouderenraad wil bijdragen aan een kwalitatief sport- en gezondheidsbeleid en vraagt daarom actief betrokken te worden bij de voorbereiding van decreten, beleidsteksten en nieuwe initiatieven. De commissie streeft naar een regelmatig, constructief overleg met het Departement Sport en het Departement Welzijn en Volksgezondheid van de Vlaamse overheid. De Vlaamse Ouderenraad vraagt nadrukkelijk om op zijn adviserende rol aangesproken te worden, zoals bepaald in het 'decreet houdende de stimulering van een inclusief Vlaams Ouderenbeleid en de beleidsparticipatie van ouderen (30 april 2004)'.

Als aanzet daartoe heeft de Denktank senioren sport, met vertegenwoordigers uit de Commissie Sport & Bewegen, BLOSO, Vlaamse Trainersschool (VTS), Instituut voor Sport Beheer (ISB), Dēmos en De Vlaamse Sportfederatie (VSF), alvast een visie¹ ontwikkeld. Deze visienota vormde de basis voor de gelijknamige studiedag '55-plussers in beweging – Naar een kwaliteitsvol sport- en bewegingsbeleid voor senioren 2008', georganiseerd door de Vlaamse Ouderenraad op vrijdag 7 november 2008 in het Vlaams Parlement. Op basis van deze visietekst en de resultaten van de studiedag formuleert de Vlaamse Ouderenraad de volgende adviezen voor een kwalitatief sport- en bewegingsbeleid.

Adviezen voor een kwalitatief sport- en bewegingsbeleid

De Vlaamse Ouderenraad stelt vast dat het actuele sportbeleid en gezondheidsbeleid onvoldoende op elkaar afgestemd zijn. De Vlaamse Ouderenraad richt dit advies daarom aan de verschillende beleidsdomeinen die rond sport en bewegen van ouderen werken, namelijk welzijn en gezondheid, sport en onderwijs, en geeft tevens enkele algemene, beleidsoverschrijdende aanbevelingen.

1. Aanbevelingen voor het domein Welzijn en Gezondheid

1.1. De gezondheidswinst die verkregen wordt door voldoende, aangepaste beweging is gekend. De overheid dient daarom te investeren in de sensibilisatie van niet fysiek actieve ouderen en hun sociale omgeving inzake het belang van bewegen. Projecten om deze doelgroep te laten bewegen moet worden gestimuleerd.

1.2. Het bestaande bewegingsaanbod voor ouderen dient behouden en verder gezet te worden. Ook in bestaande bewegingsprojecten, zoals het project 'tienduizend stappen', die zich tot de hele populatie richten, verdient het bewegen van ouderen specifieke aandacht.

1.3. Het is belangrijk dat projecten om ouderen aan het bewegen te krijgen niet van voorbijgaande aard zijn, maar verankerd worden door ze op te nemen in het aanbod van ouderenorganisaties of sportorganisaties. Nieuwe initiatieven moeten geïmplementeerd worden in het welzijnsbeleid.

1.4. Pilotprojecten om zorgbehoevende ouderen en bewoners van woonzorgcentra tot beweging aan te zetten, dienen gestimuleerd en uitgebouwd te worden.

1.5. De niet-commerciële aanbieders van sport- en bewegingsactiviteiten voor ouderen moeten financieel ondersteund worden, zodat zij een toegankelijk, duurzaam en kwaliteitsvol aanbod kunnen ontwikkelen, promoten en aanbieden.

¹ DENKTANK SENIORENSPORT (2008). *Visienota '55-plussers in beweging – Naar een kwaliteitsvol sport- en bewegingsbeleid voor senioren'*. Brussel: Vlaamse Ouderenraad

2. Aanbevelingen voor het domein Sport

2.1. Er is nood aan een participatiebeleid waarin sportieve bewegingsactiviteiten een structurele plaats krijgen en waarin elke oudere zijn plaats vindt. Een basisvoorwaarde om de participatie van ouderen te bevorderen, is het verhogen van de toegankelijkheid en de bereikbaarheid van sportinfrastructuur voor alle ouderen.

2.2. Het is belangrijk om tot een duurzaam en kwalitatief sport- en bewegingsaanbod te komen dat alle ouderen aanspreekt. De sportfederaties moeten worden gestimuleerd om hun sport- en bewegingsaanbod ook voor ouderen open te stellen, zoals dit actueel gebeurt in het kader van het prioriteitenbeleid. Daarom hebben de niet-commerciële, recreatieve seniorensporthaanbieders een blijvende behoefte aan een structurele financiële ondersteuning die in een redelijke verhouding staat met de competitie sport.

2.3. De Vlaamse Ouderenraad vraagt tevens aandacht voor enkele dringende, concrete adviezen inzake het prioriteitenbeleid en de nieuwe campagne senioren sport 2009-2011.

Prioriteitenbeleid

Zowel op de gezondheidsconferentie 2008, de studiedag '55-plussers in beweging' als op verschillende andere informatiemomenten werd duidelijk gesteld dat sport- en bewegingsactiviteiten bij ouderen op een aangepaste manier moeten aangebracht worden. De Commissie Sport & Bewegen van de Vlaamse Ouderenraad is dan ook tevreden met de stimulansen die vanaf 2009 genomen worden rond senioren sport.

De Vlaamse Regering, en in het bijzonder de minister van Sport, wil met de facultatieve opdracht prioriteitenbeleid de komende vier jaar maximaal inzetten op senioren sport, aangevuld met andere initiatieven zoals de senioren sportcampagne van het BLOSO. We zijn tevreden dat de sportfederaties hier via de facultatieve opdracht prioriteitenbeleid kunnen op inspelen.

Echter, de facultatieve opdracht prioriteitenbeleid gaat niet ver genoeg om een optimaal effect te creëren. Wij erkennen het eigenlijke gebruik van de sporttakkenlijst, maar om maximaal te kunnen inzetten op senioren sport is de hantering van de sporttakkenlijst in dit kader te beperkend. Veel activiteiten buiten de sporttakkenlijst sluiten dicht aan bij de activiteiten die geschikt zijn voor ouderen. Gezien de specifieke eigenschappen voor senioren sport, vormt de sporttakkenlijst voor dit prioriteitenbeleid een theoretisch instrument dat op het werkveld moeilijk toepasbaar wordt.

Daarom vraagt de Vlaamse Ouderenraad om, nog tijdens deze legislatuur, volgende zaken te verwezenlijken:

- De Organisaties voor de Sportieve Vrijtijdsbesteding (OSV) laten intekenen op de facultatieve opdracht. De sportactiviteiten die door de OSV's worden aangeboden sluiten goed aan bij de interesses en fysieke mogelijkheden van 55-plussers. Hierbij gaat het om bijvoorbeeld petanque, krulbollen, boogschieten en tal van andere activiteiten.
- Om dezelfde redenen stellen we voor om de recreatieve sportfederaties, in het kader van het prioriteitenbeleid, ook sportactiviteiten te laten aanbieden die niet op de sporttakkenlijst staan, bijvoorbeeld tai chi, bowling, yoga ...

Nieuwe campagne senioren sport 2009-2011

De Vlaamse Ouderenraad stelt vast dat hij niet betrokken werd bij de voorbereiding van de nieuwe senioren sportcampagne. Wij adviseren dat de Commissie Sport & Bewegen van de Vlaamse Ouderenraad in de toekomst van bij het begin bij de voorbereiding van dergelijke campagnes aangaande ouderen betrokken worden. Om het effect van campagnes te verhogen, wil de Vlaamse Ouderenraad mee denken over de uitwerking van de campagne voor wat betreft beelden, slogan en doelgroepbereik.

Het is eveneens belangrijk dat deze promotiecampagne een duurzaam karakter krijgt.

3. Aanbevelingen voor het domein Onderwijs

3.1. Er is nood aan een inventaris die een overzicht biedt van het opleidingsaanbod inzake beweging en sport bij ouderen van hogescholen en universiteiten.

De conclusies van wetenschappelijk onderzoek omtrent ouderensport en -beweging moeten binnen de sport- en gezondheidsgerelateerde opleidingen opgevolgd en geïmplementeerd worden.

3.2. Binnen de opleiding 'Lichamelijke Opvoeding' van hogescholen en universiteiten moet de inhoud van de gerichte module 'begeleiden van sportende senioren' (van de Vlaamse Trainersschool) opgenomen worden.

4. Algemene beleidsoverschrijdende aanbevelingen

4.1. Investeren in sport- en gezondheidspromotie betekent de nodige middelen beschikbaar stellen om sport- en bewegingsactiviteiten voor ouderen te ondersteunen en te ontwikkelen. Door financiële, psychologische, praktische, culturele, ... drempels van bewegings- en sportactiviteiten voor ouderen te verlagen, kan de toegankelijkheid verhoogd worden en kunnen de positieve effecten van sport en bewegen ervaren worden. De Vlaamse Ouderenraad wijst hierbij op de grote heterogeniteit binnen de groep van ouderen en pleit voor een sport- en bewegingsbeleid voor elke oudere.

4.2. Een kwalitatief lokaal sport- en bewegingsbeleid kan enkel vorm krijgen wanneer voldoende ouderen vertegenwoordigd zijn in de sportraden. Seniorensportclubs die aangesloten zijn bij erkende sportfederaties moeten vertegenwoordigd zijn in de lokale sportraad. Ook vanuit de lokale ouderenadviesraad moeten vertegenwoordigers van de ouderen in de sportraad kunnen afgevaardigd worden. Zo is de inspraak van en de terugkoppeling naar de lokale ouderenpopulatie verzekerd.

4.3. De Vlaamse Ouderenraad stelt de recente aanzet tot wetenschappelijk onderzoek rond sport en ouderen vast. Gericht wetenschappelijk onderzoek naar de effecten van bewegen en sport bij ouderen dient gestimuleerd, uitgebreid en gecontinueerd te worden. De resultaten van wetenschappelijk onderzoek moeten worden vertaald en gecommuniceerd naar het werkveld.

Er is ook nood aan een oplisting van de goede praktijken uit binnen- en buitenland.

Betrekken van de Vlaamse Ouderenraad bij het Sport- en Bewegingsbeleid

Bovenstaande aanbevelingen vragen om een dialoog tussen de overheid en de partners die betrokken zijn bij senioren sport. De Vlaamse Ouderenraad wil via overleg bijdragen aan een gecoördineerd sport- en bewegingsbeleid voor ouderen. Deze overlegfunctie werkt beleidsoverschrijdend (sport, welzijn, onderwijs ...) en wordt erkend door de diverse beleidsinstanties. Om de continuïteit van een sport- en gezondheidsbeleid voor ouderen te waarborgen, dient het overleg structureel verankerd te worden.