MEER INFO?

www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

VLAAMS INSTITUUT VOOR SPORTBEHEER EN RECREATIEBELEID

Vlaanderen
verbeelding werkt

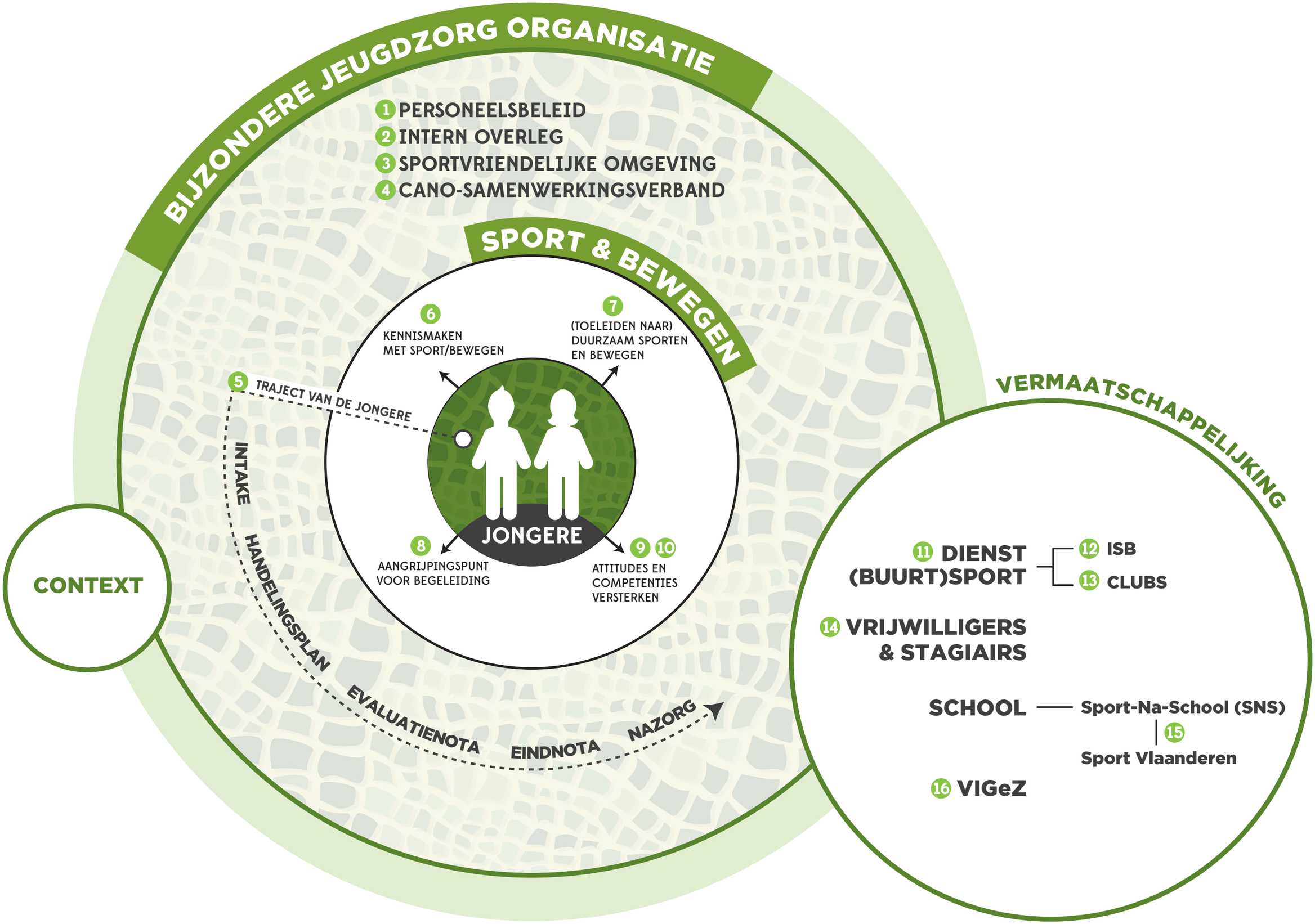
CANO
Centrum voor Actieve Netwerkontwikkeling en Omgevingsondersteuning

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

BUURTSPORT
Expertisecentrum

SPORT & BEWEGEN IN DE BIJZONDERE JEUGDZORG

EEN STAPPENPLAN


BIJZONDERE JEUGDZORG ORGANISATIE
1 PERSONEELSBELEID
2 INTERN OVERLEG
3 SPORTVRIENDELIJKE OMGEVING
4 CANO-SAMENWERKINGSVERBAND
SPORT & BEWEGEN
6 KENNISMAKEN MET SPORT/BEWEGEN
7 (TOELEIDEN NAAR) DUURZAAM SPORTEN EN BEWEGEN
5 TRAJECT VAN DE JONGERE
INTAKE
HANDELINGSPLAN
EVALUATIENOTA
EINDNOTA
NAZORG
JONGERE
8 AANGRIJPINGSPUNT VOOR BEGELEIDING
9 10 ATTITUDES EN COMPETENTIES VERSTERKEN
CONTEXT
VERMAATSCHAPPELIJKING
11 DIENST (BUURT)SPORT
12 ISB
13 CLUBS
14 VRIJWILLIGERS & STAGIAIRS
SCHOOL
Sport-Na-School (SNS)
15
Sport Vlaanderen
16 VIGeZ

Dit stappenplan helpt jouw organisatie om een beter beeld te krijgen van de mogelijkheden voor het ontwikkelen van een sport- en beweegaanbod binnen de bijzondere jeugdzorg. Centraal staat de jongere en het traject dat hij of zij er doorloopt.

Een sport- en beweegaanbod kan één of meer van de volgende vier doelen hebben: kennismaken met sport/bewegen, (toeleiden naar) duurzaam sporten en bewegen, aangrijpingspunt voor begeleiding of attitudes en competenties versterken. Ook het personeelsbeleid, het intern overleg en de sportvriendelijke omgeving van de bijzondere jeugdzorg organisatie kunnen een invloed hebben.

We wensen je alvast veel leesplezier.

Verder staat de jeugdzorgorganisatie in verbinding met andere maatschappelijke organisaties. Ook hier liggen kansen tot (sportieve) samenwerking.

Bij de verschillende onderdelen van de infografiek staan groene cijfers. Deze verwijzen naar de fiches die bij deze infografiek horen. Op deze fiches vind je enerzijds goede praktijken van het tweejarig 'Sport en CANO-project' die met de steun van de Vlaamse Overheid onder begeleiding van ISB tot stand kwamen. Anderzijds vind je ook een aantal infofiches met meer informatie over bepaalde organisaties.

PRAKTIJKFICHES

1. **Personeelsbeleid**
2. **Intern overleg**
3. **Sportvriendelijke omgeving**
5. **Traject van de jongere**
6. **Kennismaken met sport/bewegen**
7. **(Toeleiden naar) duurzaam sporten en bewegen**
8. **Aangrijpingspunt voor begeleiding**
9. **Attitudes en competenties versterken**
10. **Rots, water & vechtsport**
11. **Samenwerking met sportdienst**
13. **Clubs**
14. **Vrijwilligers & stagiars**

INFOFICHES

4. **CANO-samenwerkingsverband**
12. **ISB**
15. **Sport Vlaanderen/SNS**
16. **VIGeZ**

PERSONEELSBELEID

WAT?

Een personeelsbeleid kan er bewust op gericht zijn begeleiders aan te spreken met een spontane interesse voor sport en beweging of het organiseren en enthousiasmeren daartoe. Dit kan bijdragen tot de implementatie van een sportklimaat.

HOE?

1. Breng de sport- en beweeginteresses van het personeel in kaart.

2. Doe dit vanaf de aanwerving ('opmaak vacature') door een duidelijke keuze voor sport (of inbreng daarover) te bevragen.

3. Aanvullend bij de werving: hoe kan de nieuwe collega zijn/haar sport inzetten als kracht?

4. Breng het sportieve netwerk van het personeel in kaart en vul dit aan met het netwerk via de lokale sportdienst

DO'S

- Zoek mensen met "sportgoesting" in de organisatie. Wie intrinsiek gemotiveerd is om te bewegen en te sporten, voelt het als meer natuurlijk aan om dit over te brengen naar de jongeren.
- Maak mogelijk dat er uren vrijgesteld worden om samen met jongeren te sporten (bijv. extra uren inzetten ifv voetbalavond op maandag). Dit biedt overzicht en structuur voor de jongere (beschikbaarheid).
- Maak in de aanwervingsprocedure duidelijk dat je sport (of de inbreng daarover) wil bevragen. Vermeld in de vacature duidelijk de zoektocht naar een begeleider met zin voor sport. Ga na hoe een nieuwe begeleider zijn/haar sport kan inzetten als middel (kracht) in een begeleiding.
- Probeer het soort sport –of bewegingsactiviteit te matchen met de collega die op dienst staat. Iets graag doen, wordt met meer plezier gedeeld. (= ook vermeld bij de do's in de sportvriendelijke omgeving).

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

INTERN OVERLEG

WAT?

Een sport -en bewegingsaanbod heeft meer kans tot slagen indien dit structureel ingebed is op organisatieniveau.

HOE?

- Creëer een 2-maandelijks sportoverleg van waaruit initiatieven aangestuurd worden (bijv. 'Forza' in Hadron met Forza Run, Forza Foot, Forza Vélo).
- Schenk aandacht aan een evenwichtige samenstelling zowel naar gender, leeftijd en functies (residentiebegeleider, contextbegeleider, teamverantwoordelijke, pedagogisch verantwoordelijke, evt. directielid).
- Bepaal de inhoud naar planning, evaluatie, financiën. Heb oog voor uitwisseling en participatie met de jongeren en de context, externen (sportdienst, school, clubs,...), de leefgroep.

DO'S & DONT'S

- Hanteer het sportoverleg als middel: laat de werkgroep plaatsvinden in de leefgroep. Zo wordt de sport-spirit zichtbaar en kan dit uitnodigend werken naar jongeren.
- Wissel 'spreek'-overleggen af met ervaringsgerichte overleggen.

- Maak van het sportoverleg geen praatbak. Behoud de focus op activiteiten.

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen
verbeelding werkt

BUURTSPORT
Expertisecentrum

CANO

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

isb
VLAAMS INSTITUUT VOOR SPORTBELEID EN RECREATIEBELEID

SPORTVRIENDELIJKE OMGEVING (1/2)

WAT?

Zien sporten, doet sporten: het wordt meer als vanzelfsprekend ervaren om te bewegen en te sporten als een omgeving sportvriendelijk is ingericht. Een sportklimaat is enerzijds zichtbaar in sfeer en cultuur in de organisatie en anderzijds in het aanbod van materiaal en activiteiten.

HOE?

1. Inventariseer het huidige aanbod aan sportactiviteiten -en materiaal. Bevraag jongeren en collega's via een bewonersvergadering en teamoverleg wat er nodig is.

2. Stel het materiaal zichtbaar en binnen handbereik op.

3. Maak 'beweging' zichtbaar en beschikbaar op het terrein (bijv. foto's/trofeeën in de leefgroep, buitenfitnessapparaat, uitstallen pingpongtafel, fietsenstalling aan de inkom van de organisatie).

4. Koppel een merknaam aan een sportklimaat of -acties : Forza, Schwung, sportbox,...

5. Bied op vaste dagen sportactiviteiten aan, creëer een vaste sportdag (bijv. Schwungdag ipv donderdag). Laat ruimte aan jongeren om deel te nemen aan een sportactiviteit op de manier die ze willen: als speler, supporter,... .

6. Creëer sportieve pauzes (bijv. 15 min een zichtbare sportieve activiteit doen met mogelijkheid tot aansluiting).

7. Stimuleer beweging in het contact met jongeren en benader dit als een vanzelfsprekendheid (bijv. voer bewust al wandelend een gesprek in een park, ga met de fiets naar een afspraak,...).

8. Laat begeleiders elkaar inspireren met goede praktijkvoorbeelden (bijv. adhv terugkerend item op de teamvergadering).

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

SPORTVRIENDELIJKE OMGEVING (2/2)

DO'S & DONT'S

- Creëer een sportminded beleid. Informeer jongeren en collega's over de sportacties (kenbaar maken via affiches, sociale media, facebook,...).
- Laat activiteiten beurtelings dragen door collega's. Gemotiveerde begeleiders inspireren (onbewust) meer: laat de eigenheid van begeleiders terugkeren in het soort activiteit (bijv. wie graag gezond kookt staat misschien liever niet op een voetbalveld).
- Bevraag bij de gemeente (sportdienst/ buurtsport) een lijst van mogelijkheden van sportinfrastructuur en materiaal (uitlenen, 2e hands overkopen). Soms is er een financieel voordeel aan verbonden voor sociale organisaties. Meer en meer sportdiensten (buurtsport) staan open voor integratie van jongeren uit voorzieningen. Nodig ze uit tot je organisatie en leg je vragen voor.
- Spreek, los van de gemeente, sportclubs aan en bekijk wat er mogelijk is aan samenwerking en sociale tarieven. Misschien kunnen er testdagen georganiseerd worden voor materiaal.
- Stel in de agenda een herinnering in om een sportieve pauze in te lassen op de werkvloer.
- Stel fietsen ter beschikking: naast stadsfietsen ook plooifietsen (combineerbaar met ander vervoer), elektrische fiets (ifv verdere verplaatsingen).
- Benader sport in trajecten als een flexibel gegeven (niet verbonden aan voorwaarden), stimuleer het als er vraag naar is.
- Zorg dat er regelmatig een nieuwe impuls komt, vb Schwungsportdag, Schwung ski-reis, ...
- Zorg dat er jaarlijks een campagne gevoerd wordt (vb: 4 schwung-weken)

- Stel een sportactiviteit als een aanbod in naar jongeren en begeleiders, dit eerder dan te verplichten. Herhaal het aanbod (hou vol), en besef dat je zoveel als mogelijk doet.
- Mocht een sportactiviteit toch niet doorgaan, probeer dan geen onsportief alternatief te voorzien.

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

CANO

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

ISB

CANO VLAANDEREN

WAT?

CANO Vlaanderen is een samenwerkingsverband tussen organisaties in de jeugdhulp. CANO staat voor Centrum voor Actieve Netwerkontwikkeling en Omgevingsondersteuning. Zoals het in de naam weerklinkt, zit het in de genen van CANO-organisaties om gedreven met netwerken en omgevingen bezig te zijn.

Begeleiding aan jongeren gebeurt steeds in een dynamiek waarbij de jongere, zijn leefomgeving en de samenleving centraal staan. CANO-initiatieven zijn sterk afgestemd op maatschappelijke evoluties en evoluerende noden van jongeren en contexten. Daardoor en daarom zijn ze verankerd in de samenleving en voortdurend in evolutie.

CANO beschouwt het als één van haar opdrachten om zich in de samenleving te begeven en deze mee vorm te geven, met het oog op het voorkomen van uitsluiting uit maatschappelijke structuren.

CANO & SPORT: EEN MATCH

Het 2-jarig sportproject was dan ook een dankbare kans om het aanbod rond sport samen met jongeren, sportorganisaties en jeugdhulpaanbieders onder de loep te nemen en verbindingen te leggen. Al doende werd op onderzoek gegaan, anders geformuleerd: “sport en jeugdzorg maakten samen de brug terwijl ze erover liepen”.

Naast de voordelen op vlak van fysieke gezondheid, is sport een integratiemiddel bij uitstek. Sportparticipatie maakt het mogelijk om andere relaties aan te gaan, positieve identificatiefiguren te ontmoeten, zingeving te ervaren en een netwerk op te bouwen. Al deze aspecten hebben een rechtstreeks effect op het zelfbeeld en de eigenwaarde van jongeren. Deel uitmaken van een groter geheel, werkt versterkend voor het individu. Erbij horen is belangrijk. Jongeren, net zoals alle mensen, zijn existentieel verbonden met hun netwerk en doen ervaringen op in die omgeving. Indien jongeren het gevoel hebben verbonden te geraken èn blijven met hun omgeving, zijn die ervaringen en leermomenten ook fundamenteler. Dit vergroot de kans op meer duurzame leerervaringen en begeleidingstrajecten. Sportverenigingen -en initiatieven zijn net deel van het maatschappelijk weefstel dat ons tot samenleving maakt. CANO-organisaties meten zichzelf de opdracht aan om het weefsel rondom de jongere te versterken en te verbreden zodat iedereen de mogelijkheid heeft hun 'eigenlijk' deel van de zorg voor deze jongeren op te nemen. Ze gelooft erin dat de maatschappij de jongeren niet aan de kant mag schuiven, maar permanent op zoek dient te gaan naar hoe jongeren en gezinnen aan boord te houden.

Voor meer info: http://www.canovlaanderen.be/content/cano-visie

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

CANO

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

isb
VLAAMS INSTITUUT VOOR SPORTBELEID EN RECREATIEBELEID

TRAJECT VAN DE JONGERE (1/2)

WAT?

Reeds bij aanvang van een begeleidingstraject kan sport en beweging een zichtbare plaats krijgen. Door vanaf de intake te polsen naar beleving van sport en beweging in het leven van de jongere, toon je het belang ervan. Dit kan vertaald worden in een doelstelling voor het handelingsplan en 6-maandelijks terugkeren op de evolutiebespreking.

HOE?

Definieer sport zeker niet te eng. Hiernaast vind je een voorbeeldformulering uit Gezonde Gasten van VIGeZ (tools voor jongeren, vragenlijst jongeren). Meer info op http://www.vigez.be/projecten/gezonde-gasten en op de fiche van VIGeZ.

"Ik vind bewegen leuk. (Bewegen gaat over alles wat je doet waarbij je je spieren nodig hebt en energie verbruikt. Bewegen is niet enkel sporten. Met de fiets naar school of het werk, of eens de trap nemen in plaats van de lift, dat is ook bewegen!)

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

CANO

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

ISB

TRAJECT VAN DE JONGERE (2/2)

DO'S & DONT'S

- Neem een onderdeel 'sport en beweging' op in het sjabloon voor verslaggeving (intake, handelingsplan, evolutieverslag) - dit gaat ruimer dan het onderdeel 'vrije tijd'.
- Bevraag een jongere op de intake zo algemeen mogelijk naar zijn/haar ervaringen rond beweging en sport. Hiervoor kan je gebruik maken van de 'beslissingsboom' als methodiek met een breed scala aan vragen:
  - Waar kijk je naar op?
  - Samen sporten of individueel?
  - Binnen of buiten?
  - Recreatief of competitief bewegen: inspannen of ontspannen?
  - Gericht op conditie of spierontwikkeling?
  - Hoeveel keer per week wil je sporten?
  - Met wie wil je bewegen? Vrienden? Begeleiders? Medebewoners?
- Probeer in te zetten op de interesse en de talenten van de jongere, dit eerder dan sport te gaan verplichten als er weinig enthousiasme wordt aangevoeld.
- Sommige jongeren hebben tijdelijk geen reguliere dagbesteding. Bekijk of sport kan ingezet worden als alternatief.
- Hou vol in de zoektocht naar een passende vorm van sport of beweging.
- Toon aan de jongere en zijn/haar context dat je als organisatie sport en beweging wil uitdragen en openstaat voor een breed gamma aan sporttakken.

- Voorkom dat je teveel de interesse van een jongere gaat sturen, sluit aan op de behoefte van de jongere.

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

CANO

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

isb

KENNISMAKEN MET SPORT & BEWEGEN (1/2)

WAT?

Het flankerend wetenschappelijk onderzoek kwam tot een typologie, bestaande uit vier mogelijkheden voor de inzet van sport en bewegen in de jeugdzorg. Kennismaken met sport en bewegen is er daar één van.

Een veelheid aan sport- en bewegingsactiviteiten kan ingezet worden om de jongeren te laten kennismaken met sport en bewegen. De aard van de activiteiten is zeer gevarieerd.

We kunnen de volgende type activiteiten onderscheiden:

1. Een vast blok in het vrijetijds- of vakantieprogramma

2. Onderdeel van de dagprogrammatie

3. Kennismakingscursussen

4. Laagdrempelig beschikbaar stellen van sportmateriaal en toegang tot sport en bewegen

TIPS & HANDVATTEN

- Sluit aan bij de sportbehoeften van jongeren en zorg dat daarbij ook de stem van de minderheid aan bod komt.
- Sluit aan bij de behoeften van jongeren wat betreft de intensiteit van de activiteiten.
- Laat jongeren reële keuzen maken (geef ze inzicht in de financiële mogelijkheden: welke activiteiten kunnen wel en niet).
- Kies voor een ruime opvatting van sport en bewegen.
- Zorg dat vrijwillig ook als vrijwillig wordt ervaren (vrijwillig en drang, geen dwang).
- Laat begeleiders ook participeren aan de activiteiten.
- Besteed in de intakefase met jongeren uitgebreid aandacht aan hun interesse in en ervaring met sport en bewegen.

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

KENNISMAKEN MET SPORT & BEWEGEN (2/2)

VOORBEELDEN

Sporten en bewegen als onderdeel van vrijetijdsactiviteiten in leefgroep

In het programma van de leefgroep van Pieter Simenon is op twee momenten een vrijetijdsactiviteit gepland. De jongeren bepalen elke maand op de bewonersvergadering welke sport- en beweegactiviteit op het programma staat. Zij mogen vier activiteiten kiezen binnen vier prijsklassen. De activiteiten worden begeleid door twee vaste begeleiders van de voorziening.

Daarnaast gaan andere begeleiders en/of stagiaires mee. De deelname aan de activiteiten is vrijwillig. Jongeren worden zoveel mogelijk gestimuleerd om deel te nemen.

Wekelijks buurtsportaanbod voor de CANO-voorziening

Wekelijks wordt door buurtsport voor de meisjes uit PCGS op woensdagmiddag een activiteit georganiseerd om hen kennis te laten maken met verschillende sporten.

Deelname is vrijwillig en er zijn altijd twee begeleiders die ook meedoen. De activiteiten worden gekozen samen met de meisjes op basis van interesse maar ook bijvoorbeeld ter voorbereiding van een andere activiteit.

Een ploeg van meisjes en begeleiders had zich ingeschreven voor het mini-voetbaltoernooi van PCGS. Ter voorbereiding is een voetbaltraining gegeven.

EFFECT OP JONGEREN

Volgende effecten worden door de deelnemende jongeren en hun begeleiders of ouders benoemd in het onderzoek.

- Plezier/leuk/goesting
- Energie kwijt kunnen/rustiger worden/uitlaatklep/kanaliseren van energie
- Hoofd leegmaken/niet aan problemen denken
- Invulling (vrije)tijd
- Ontdekken wat ze leuk vinden en keuze maken

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

CANO

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

ISB

(TOELEIDEN NAAR) DUURZAAM SPORTEN & BEWEGEN (1/2)

WAT?

Het flankerend wetenschappelijk onderzoek kwam tot een typologie, bestaande uit vier mogelijkheden voor de inzet van sport en bewegen in de jeugdzorg. (Toeleiden naar) duurzaam sporten en bewegen is er daar één van.

De volgende activiteiten kunnen hiervoor worden ingezet:

1. Kennismakingscursussen

2. Sportploeg van jongeren en begeleiders

3. Inventariseren behoeften, interesses en mogelijkheden

4. Eigen verantwoordelijkheid van de jongeren stimuleren

5. Regelen en organiseren voor de jongeren

6. Ondersteunende faciliterende activiteiten (financieel, vervoer, materieel)

TIPS & HANDVATTEN

- Zorg bij kennismakingsactiviteiten dat doorstroming mogelijk is (moment van aanbieden).
- Laat jongeren zelf ervaren en proberen of een sport past.
- Besteed in de intakefase met jongeren uitgebreid aandacht aan hun interesse in en ervaring met sport en bewegen.
- Betrek indien mogelijk iemand uit de context als buddy of kijk of er op een andere manier een buddy kan worden ingezet.
- Laat jongeren zelf mede verantwoordelijkheid nemen in het regelen van een club of vereniging.
- Kijk naar de financiële mogelijkheden.
- Zorg voor een netwerk van contacten bij clubs via eigen personeel of via de sportcoördinator bij de gemeente.

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

(TOELEIDEN NAAR) DUURZAAM SPORT & BEWEGEN (2/2)

VOORBEELD

Kennismakingslessen

In Kortrijk organiseren ze 2x per jaar (september en januari) gedurende 1 à 2 weken kennismakingslessen sport. Dit staat open voor alle inwoners van Kortrijk en zijn gratis.

Vanuit de CANO-organisaties wordt geproefd van dergelijke kennismakingslessen.

Dit kan vrijblijvend of verplichtend zijn, afhankelijk van de visie en werking van de betrokken CANO-organisatie. De jongere gaat samen met zijn/haar begeleider naar deze kennismakingsles. Jongere en begeleider nemen samen deel aan deze initiatie. Naast de begeleider kan ook iemand uit de context van de jongere aangemoedigd worden om ook deel te nemen aan deze kennismakingsles.

Bedoeling van deze kennismakingslessen is om de sport te leren kennen en eventueel de brug te maken met de georganiseerde sport. Op zo'n manier wordt drempelverlagend en verbindend gewerkt.

EFFECT OP JONGEREN

Volgende effecten worden door de deelnemende jongeren en hun begeleiders of ouders benoemd in het onderzoek.

- Sporten als zinvolle vrijetijdsbesteding
- Kanaliseren energie/uitlaatklep
- Zelfvertrouwen
- Zelfcontrole en zelfinzicht
- Aan afspraken en regels houden
- Afleiding (niet aan problemen denken)
- Status
- Zelfstandigheid en verantwoordelijkheid nemen
- Concentratie

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

CANO

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

ISB

AANGRIJPINGSPUNT VOOR BEGELEIDING (1/2)

WAT?

Het flankerend wetenschappelijk onderzoek kwam tot een typologie, bestaande uit vier mogelijkheden voor de inzet van sport en bewegen in de jeugdzorg. Sport en bewegen als aangrijpingspunt voor begeleiding is er daar één van.

Sport en bewegen kan worden ingezet als aangrijpingspunt voor de begeleiding. Begeleiders (individuele of contextbegeleiders) sporten of bewegen samen met de jongere.

Grofweg kan dit twee doelen dienen:

1 Opbouwen van een band met een jongere en kennismaken.

2 Concrete aangrijpingspunten voor gesprek en oefensituaties.

Lees ook het portret van Cato dat je kan vinden in het eindrapport van het wetenschappelijk onderzoek via www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

TIPS & HANDVATTEN

- Maak sport- en bewegingsmomenten een vast onderdeel van de individuele begeleiding.
- Denk na over de koppeling tussen jongere en begeleider in relatie tot het sporten en bewegen.
- Bepaal het doel van sport en bewegen voor de jongere (en stel die doelen eventueel bij gedurende het begeleidingstraject).
- Leg de sportdoelen vast in het individuele handelingsplan.

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

CANO

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

isb

AANGRIJPINGSPUNT VOOR BEGELEIDING (2/2)

VOORBEELD

Bewegen en sporten om elkaar te leren kennen

Onder andere bij Pieter Simenon en Oranjehuis worden de individuele begeleiders en de contextbegeleiders gestimuleerd om samen met de jongeren een beweegactiviteit te doen: een wandeling, een fietstocht.

Door samen met de jongeren te bewegen leren ze elkaar beter kennen.

Getuigenissen van jongeren

Het is iets anders dan praten, schept een band (als je samen aan het zweten bent schept dat een band), je bent meer gelijk met je begeleider, meer informeel in gesprek. (Kobe)

We zijn meer gelijk en hebben het over andere dingen dan op de leefgroep, wat we zien bijvoorbeeld. Ik leer de begeleiders anders kennen. Hier zitten ze achter hun bureau en ik op de leefgroep.

Door samen te fietsen, leer je iemand anders kennen. (Thomas)

Ik ben niet zo'n prater. Als we samen sporten praat ik gemakkelijker. (Hannah)

EFFECT OP JONGEREN

Alle jongeren die individueel sporten met hun IB-er of een andere begeleider geven aan dat dit een van de leukste dingen is van het sporten en bewegen binnen CANO. Het versterkt de band met de begeleider.

Door samen te sporten hebben ze het gevoel meer 'gelijk' te zijn en praten ze ook gemakkelijker. Jongeren vinden het positief dat ze met iets positiefs bezig zijn, iets wat ze wel kunnen in plaats van over hun problemen en ontwikkelpunten te praten.

Door vanuit de gelijkheid te vertrekken stellen jongeren zich meer open. Het merendeel van de jongeren geeft aan dat ze een gesprek moeilijk vinden. Praten onder het sporten gaat gemakkelijker.

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

CANO

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

ISB Vlaams Instituut voor Sportbeheer en Recreatiebeleid

ATTITUDE EN COMPETENTIES VERSTERKEN (1/2)

WAT?

Het flankerend wetenschappelijk onderzoek kwam tot een typologie, bestaande uit vier mogelijkheden voor de inzet van sport en bewegen in de jeugdzorg. Attitude en competenties versterken is er daar één van.

Dit vindt op grofweg drie manieren plaats:

- Specifieke cursus of trainingen gericht op sociale vaardigheden, competenties
- Specifieke oefensituaties tijdens sport- en bewegingsactiviteiten
- Ervaringsleren

LEERERVARINGEN

- Doorzettingsvermogen
- Kanaliseren van emoties/uitlaatklep
- Omgaan met winst en verlies
- Zelfbeheersing/agressieregulatie
- Zelfinzicht
- Zelfvertrouwen

TIPS & HANDVATTEN

- Beloon, benoem en vier ‘successen’.
- Werk ook impliciet aan gedragsverandering.
- Bepaal samen met de jongere aan welke gedragsverandering gewerkt kan worden middels sport (handelingsplan).

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

ATTITUDE EN COMPETENTIES VERSTERKEN (2/2)

VOORBEELDEN

Oefensituaties tijdens voetbalcompetitie

Tijdens de matchen van FORZA voetbal kunnen situaties worden gecreëerd waarin de jongere specifieke vaardigheden kan oefenen in de aanwezigheid van begeleiders. Zo kan een jongere die moeite heeft met winnen en verliezen kapitein gemaakt worden bij een match. Hij moet dan de verantwoordelijkheid nemen om alles in goede banen te leiden.

Dat geeft zelfvertrouwen. Ook leert hij daardoor feedback geven aan anderen. Hij is normaal snel boos als andere iets in zijn ogen niet goed doen. De begeleiders kunnen bijsturen als hij gefrustreerd raakt bij verlies en zijn beheersing dreigt te verliezen. Omdat hij als kapitein verantwoordelijk is voor het team, stimuleert hem dat om zich te beheersen.

Ronde van Vlaanderen of Titan Run

De jongeren trainen individueel of in kleine groepjes in VZW aPart om deel te nemen aan specifieke sportevenementen zoals de Ronde van Vlaanderen of een Titan Run.

Het doel is o.a. om jongeren een beter zelfbeeld te geven en doorzettingsvermogen aan te leren. De intensiteit (aantal kilometers) wordt afgestemd op de behoefte van de jongeren.

HEFBOMEN

- Aansluiten bij interesses en behoeften van de deelnemers
- Vrijwillig versus verplichte deelname
- Connectie met de trainer/begeleider
- Externe motivator
- Transfermogelijkheden

Zie ook de fiche van Rots, water & vechtsport voor een concreet voorbeeld voor het verwerven van attitude en competenties bij het inzetten van sport en beweging.

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen
verbeelding werkt

BUURTSPORT
Expertisecentrum

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

ROTS, WATER & VECHTSPORT (1/2)

WAT?

Rots en Water is een psychofysieke training die onder andere in de jeugdzorg toegepast wordt. Rens en Joeri van CANO-organisatie Pieter Simenon zijn erkende trainers in deze methodiek. Zij voegden hun expertise in vechtsport er aan toe. 'Rots en water' richt zich op de ontwikkeling van sociale competenties, het voorkomen en aanpakken van pesten, weerbaarheid en seksueel geweld. Het is een wetenschappelijk bewezen effectieve methodiek.

Bron en meer info: www.rotsenwater.nl/ en www.pietersimenon.be

HOE?

Via bewegingen en technieken uit de vechtsport wordt jongeren geleerd mentaal sterker te worden en zichzelf beter te beheersen.

Ze leren ook omgaan met agressie en geweld, hoe ze op een andere manier kunnen communiceren en hoe ze zelf keuzes kunnen maken.

Kortom: 'Rots en Water' leert jongeren hoe ze het leven voor zichzelf en voor de mensen rondom zich aangenamer kunnen maken.

3 DOELEN

1. Zelfbeheersing

De leerlingen leren hun energie beheersen en richten. Het is van fundamenteel belang dat ze leren omgaan met hun energie (en soms ook met hun agressie).

2. Zelfreflectie

Zelfbeheersing is een voorwaarde voor zelfreflectie: kunnen nadenken over hun eigen handelingen en de gevolgen daarvan. De leerlingen leren zichzelf vragen stellen.

3. Zelfvertrouwen

Zelfbeheersing en zelfreflectie leiden tot meer zelfkennis en zelfvertrouwen. Weten dat ze zichzelf onder controle hebben en rustig hun eigen handelingen kunnen observeren en eventueel aanpassen, leidt tot een sterk gevoel van eigenheid.

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

CANO

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

isb

ROTS, WATER & VECHTSPORT (2/2)

HET 'ROTS EN WATER'-HUIS BESTAAT UIT 5 VERDIEPINGEN:

Interne communicatie: ik en mijn binnenwereld

1. Veiligheid
Ons veilig voelen thuis, op school en in de maatschappij om ons werkelijk te kunnen ontplooien en onze eigen weg te vinden.

2. Assertiviteit
kunnen omgaan met moeilijke situaties. Leren een persoonlijk standpunt in te nemen en leren onszelf te verdedigen zonder onze zelfbeheersing te verliezen.

Lichaamstaal is belangrijker dan fysieke kracht. "Wanneer stel ik mezelf op als Rots? Wanneer stel ik mezelf op als Water?"

3. Sociale vaardigheid
De rode draad doorheen de training. Aandacht voor lichaamstaal, intuïtie en ontwikkelen van grensbewustzijn.

4. Het innerlijke kompas
zelf keuzes leren maken en antwoorden vinden. Volwassenwording bestaat uit het leren kennen en hanteren van dit innerlijke kompas

5. Solidariteit / Spiritualiteit:
De weg van het hart: alle mensen zijn in hun diepste wezen met elkaar verbonden.

De 3 eerste verdiepingen zijn bedoeld voor de leerlingen van de eerste graad. De 4de en de 5de verdieping zijn bedoeld voor de + 14 jarigen.

AANDACHTSPUNTEN

- Je kan niet iets overbrengen wat je niet beheerst. Trainer moet technisch voorbeeld zijn.

- Rots en water moet geïntegreerd zijn in de basishouding van de begeleider. Als de begeleider diezelfde principes niet toepast buiten de les, valt hij/zij door de mand.

- Veiligheid is cruciaal. Dan gaat het zowel over de eigen veiligheid als die van je partner en de omgeving.

- De term 'rots en water' botst soms op weerstand bij jongeren. Vechtsport als ingangspoort maakt dat je het over rots en water hebt zonder het te benoemen.

Later kan je dit gebruiken als transfer naar de leefwereld van de jongeren.

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

DIENST BUURTSPORT (1/2)

KORTRIJK

Buurtsport Kortrijk en organisaties Bethanie en Oranjehuis deelden op het ISB-Congres 2016 hun basisvoorwaarden om succesvol samen te werken.

Van de sessie werd nadien ook een artikel gemaakt voor het Het Vlaams Tijdschrift voor Sportbeheer, dat raadpleegbaar blijft via de ISB-Kennisbank: www.isbkennisbank.be, zoekterm 'jeugdzorg'

TIPS

- Zorg voor een brugfiguur bij de sportdienst die het sportlandschap én de sociale kaart kent.
- Kijk over het muurtje van de eigen organisatie.
- Geef kansen aan kwetsbare jongeren en sport(clubs).
- Wees bereid om SAMEN te werken en te leren uit ervaringen.
- Falen mag, eruit leren moet.
- Parallelle circuits zijn noodzakelijk omdat ze een laagdrempelige opstap zijn naar het reguliere en/of een ervaring op zich.

VOORWAARDEN

- Brugfiguur in de sportdienst, tussen de vraag en een passend aanbod
- Overtuiging dat samen beter lukt dan alleen
- Brugfiguur zorgt dat club en jongere weten wat ze kunnen verwachten

- Brugfiguur in de sportdienst, tussen de vraag en een passend aanbod
- Overtuiging dat samen beter lukt dan alleen
- Brugfiguur zorgt dat club en jongere weten wat ze kunnen verwachten

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

DIENST BUURTSPORT (2/2)

JESNET LEUVEN

JESnet Leuven is een lokaal netwerk dat zich inzet om sport en jeugdzorg met elkaar te verbinden.
Doel is in Leuven de samenwerking tussen sport en jeugdzorg te verbeteren opdat jongeren en gezinnen die begeleid worden in de jeugdzorg gemakkelijk de weg vinden naar het sporten, een sportveld, een sportclub, ...

Stappen:

- Kennismakings- en inspiratie-moment: uitnodiging naar brede jeugdzorg en sportveld. Beide sectoren krijgen aparte uitnodiging met focus op specifieke noden.

- Opstart trekkersgroepje die het netwerk 'levend houdt', de rode draad vormt, aanspreekpunt is. Idealiter bestaat die uit een buur-sportwerker, sportverantwoordelijke uit jeugdzorgorganisatie en eventueel andere geïnteresseerden.

- Jaarlijks drie thema's uitwerken in werkgroepen. Zo is het netwerk bezig met relevante dingen voor deelnemers.

- Eén keer per jaar ontmoeting/ inspiratiemoment organiseren om elkaar te blijven vinden en inspire-ren. En dan ook input geven voor nieuwe actiepunten.

Actiepunten voor JESnet Leuven, jaar 1:

1) Netwerk vormen, laten groeien en een online platform creëren via een besloten-facebook-groep
Hier kan info gedeeld worden, acties verspreid geraken, elkaar beter leren kennen ....

2) Informatie verspreiding van reeds lopend aanbod waar jeugdzorg kan gebruik van maken
- SNS
- Buurtsport aanbod

3) Onderzoeken of het mogelijk is initiaties/sportactiviteiten aan te bieden in en op maat van jeugdzorg-organisaties.

CONTACTGEGEVENS LOKALE SPORTDIENST?

Ben je op zoek naar de contactge-gevens van jouw lokale sportdienst? Ga dan naar www.isbvzw.be/ organisation/sports

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen
verbeelding werkt

BUURTSPORT
Expertisecentrum

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

ISB (1/2)

WAT?

ISB is een ledenvereniging en kenniscentrum voor een kwaliteitsvol lokaal en regionaal sport- en recreatiebeleid.

ISB gaat voor een kwaliteitsvol sport- en beweegbeleid als waardevolle lokale kerntaak als doel op zich. Dit binnen een vrijetijds- en gezondheidsbeleid en met kansen voor sport als middel binnen een integraal lokaal beleid.

ISB is het netwerk van ambtenaren actief in en betrokken bij gemeentelijke en provinciaal sportbeleid, sport- en vrijetijdsdiensten, schepenen en verantwoordelijken van sportinfrastructuren, zwembaden en recreatiecentra. Meer dan 290 gemeenten en steden zijn lid van ISB als uniek forum voor ervaring suitwisseling.

JEUGDZORG

In 2015 kreeg ISB de opdracht om de coördinatie te verzorgen voor het project 'Sport en jeugdzorg' met steun van de Vlaamse Overheid waarbij tien CANO-organisaties gedurende twee jaar experimentele projecten opzetten rond sport en beweging.

Eén van de doelstellingen van het project was ook om een lokaal netwerk uit te bouwen tussen sport, welzijn en vrije tijd. Vandaar ook de keuze voor ISB als coördinator.

KENNISBANK

ISB is naast een ledenvereniging ook een kenniscentrum. De digitale vertaling daarvan is de kennisbank.

Hierin kan je onder andere alle artikels uit het Vlaams Tijdschrift voor Sportbeheer opvragen.

www.isbkennisbank.be

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

CANO

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

isb

ISB (2/2)

WERKINGSDOMEINEN

1. Ontmoetingsplatform
Sportambtenaren, schepenen van Sport, beheerders van sportcentra, zwembaden en recreatiedomeinen en andere professionals actief in en betrokken bij lokaal sportbeleid ontmoeten elkaar binnen ISB. Zij wisselen ervaringen uit en werken in een aangename collegiale sfeer. Het 2-daags ISB-Congres is hét jaarlijks ontmoetingsmoment.

2. Spreekbuis zijn voor onze leden en hun belangen behartigen
ISB probeert vanuit de praktijk en deskundigheid van de lokale sport- en recreatiesector te wegen op het beleid van de andere overheden met betrekking tot sport. Het wil ook een spreekbuis zijn en een forum bieden aan de sector.

3. Kenniscentrum
ISB is een kenniscentrum voor beleid, beheer en promotie op vlak van sport, bewegen en recreatie. De lokale sport- en recreatiesector vindt bij ISB relevante en praktijkgerichte informatie en duiding. Het Vlaams Tijdschrift voor Sportbeheer, de ISB-Kennisbank en deze website zijn hierbij belangrijke instrumenten. Via onderzoek willen we bijdragen aan het voeren van een gefundeerd beleid.
ISB is het belangrijkste vormingscentrum voor de lokale sport- en recreatiesector met een uniek vormingsaanbod op maat van de sector.
ISB heeft ook een opdracht als Expertisecentrum Buurtsport.

4. Concrete dienstverlening
ISB vervult een rol als helpdesk en geeft vorm aan concrete begeleidingstrajecten voor de leden. Bijzondere aandacht gaat sinds het ontstaan naar de promotie van het zwemmen en zwembadbezoek via het aanbieden van zwembrevetten.

CONTACTGEGEVENS LOKALE SPORTDIENST?

Ben je op zoek naar de contactgegevens van jouw lokale sportdienst? Ga dan naar www.isbvzw.be/organisation/sports

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

SPORTCLUBS (1/2)

EIGEN SPORTCLUB?

FORZA FOOT is de minivoetbalploeg van VZW aPART. In de ploeg voetballen begeleiders en jongeren samen. Ze nemen deel aan een reguliere kerncompetitie in de regio. Meevoetballen in de ploeg kan elke jongere een ander doel hebben. Bij de ene kan het accent liggen op het meer vertrouwd maken met wekelijks sporten en aanwezig zijn.

Op die manier kan hij ervaren wat het is om duurzaam te sporten binnen een veilige setting. Voor een andere jongere kunnen de matchen gebruikt worden om hem te leren omgaan met winst en verlies of om te oefenen op het leren nemen van leiding door bijvoorbeeld kapitein te zijn. Bij een andere jongere tenslotte kunnen situaties tijdens de match een aangrijpingspunt zijn voor een gesprek met de begeleiding. (rapport CANO in beweging, p.22)

WAAROM?

- Talent in ontwikkeling

- 'Goesting' terug laten keren

– Integratie in reguliere competitie (weg van de stempel 'instellingsmatchen')

- Drempel naar reguliere voetbalclub verkleinen

- Minivoetbal wegens minder spelers per ploeg + striktere regels

- Ontwikkeling vaardigheden (inzet, aanwezigheid, team, ...)

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

CANO

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

isb

SPORTCLUBS (2/2)

OPSTART

- Enthousiasmeren jongeren én vooral begeleiding

- Uitrusting samen met de jongeren kiezen

- Voorzien van paar minivoetbal-schoenen/jongere

- Informatie delen (spelreglement, afspraken)

- Betrekken context

- Besloten Facebookgroep: trainingen, matchverslagen, uitstapjes, ...

INVESTERING

- Grote tijdsinvestering (minimum 3 begeleiders)

- Aankoop materiaal (kledij, voetballen,... met oog voor duurzaamheid)

- Inschrijving (+/-700€) + bijkomende kosten (aansluiting spelers, kaarten, ...)

RESULTATEN

- Stevige investering (uren, centen)

- Soms zoeken in relatie: verhouding teamgenoot - begeleider

- Soms nipt qua spelers

- Tegenvallende uitslagen; ploeg in opbouw met veranderende samenstelling. Desondanks vaste kern en blijvend engagement

- 'Herontdekking' talen/spelplezier én doorstroming (tot nu toe 2 jongens)

- Versterking van band binnen organisatie

HEFBOMEN

'Een belangrijke hefboom voor het duurzaam sporten is het vinden van een passende sportclub waar de jongeren zich veilig voelen (op hun gemak), waar een veilig pedagogisch sportklimaat is en die voldoende rekening houden met de situatie van de jongeren.'

(rapport CANO in beweging, p.34)

Via het eigen interne sportnetwerk en dat van de lokale sportdienst kan de jeugdzorg-organisatie deze factoren beter inschatten.

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen
verbeelding werkt

BUURTSPORT
Expertisecentrum

CANO

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

ISB
VLAAMS INSTITUUT VOOR SPORTBELEID EN RECREATIEBELEID

VRIJWILLIGERS & STAGIAIRS (1/2)

WAT?

'Maat op maat' staat voor vrijwilligerswerk via school. Het is een project binnen CANO-organisatie De Wissel in Leuven.

WIE?

Idee is dat 1e jaarsstudenten uit het UCLL gedurende minimum 1 academiejaar een maatschappelijk engagement op zich nemen. Opzet is dat studenten, los van hulpverlening, een contact uitbouwen met een jongere uit De Rotonda (De Wissel) rond een gemeenschappelijke interesse.

HOE?

Voorafgaand wordt een match gemaakt: wat is de vraag of nood van de jongere in de Rotonda? Wat zijn de interesses of hobby's van de student? Waarna het duo haar eigen weg zoekt. Het vak wordt niet gequoteerd, er wordt vertrokken vanuit het engagement. Idealiter wordt een duurzame en zorgzame relatie uitgebouwd, zonder verplichtingen. Zo zijn er ook tweedejaarsstudenten die zich verder engageren. Gemeenschappelijk sporten of bewegen wordt als dankbare invulling van een relatie ervaren.

WETENSCHAPPELIJK ONDERZOEK

Ook in het wetenschappelijk onderzoek kwam de rol van vrijwilliger of buddy naar voor in het deel toeleiden naar duurzaam sporten en bewegen.
'Een deel van de jongeren geeft aan dat zij een zetje nodig hebben om te blijven sporten.

Als niemand hen motiveert of stimuleert stoppen ze (na vertrek uit de voorziening). Tijdens het verblijf of begeleid wonen worden ook andere bewoners daarvoor ingezet. Begeleiders besteden hier aandacht aan door de context te betrekken en bijvoorbeeld ouders of broers en zussen uit te nodigen om te komen kijken of om mee te sporten. De inzet van buddy's uit het netwerk zou hier ook een goede methode voor kunnen zijn.'

Het volledige rapport van het wetenschappelijk onderzoek en aanvullende informatie vind je terug via www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

CANO

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

ISB

VRIJWILLIGERS & STAGIAIRS (2/2)

DO'S & DONT'S

- Voorafgaand 'vraag en aanbod' goed onderzoeken, daarna autonomie bij het duo laten.
- 2 jongvolwassenen leren elkaars leefwereld kennen en verbreden hun netwerk (cfr. presentietheorie A. Baart)
- Gepassioneerd zijn door sporten (of andere interesses), dus intrinsiek gemotiveerd, geeft meer vonken in een contact

- Contacten forceren

- Het samen op pad gaan, biedt meer kans op toegang tot sociale structuren, bijv. naar een zwembad gaan, een tennisveld reserveren, … .
- Ondersteuning aan de studenten (supervisie, terugkom-momenten)
- Aandacht voor beëindigen van het traject (zorg naar maatje)

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

CANO

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

ISB

SPORT VLAANDEREN (1/2)

WAT?

Onze samenleving wordt almaar diverser, en dat weerspiegelt zich ook op de Vlaamse sportvelden. Toch is deelname aan het sportgebeuren voor een aantal groepen in de samenleving geen evidentie. Beperkte mobiliteit, een te hoge kostprijs, geen passend aanbod of het 'onbekend is onbemind'-principe: het zijn allemaal factoren die de weg naar de vele sport- en beweegactiviteiten kunnen belemmeren.

Het doel van Sport Vlaanderen is om zo veel mogelijk Vlamingen op een kwaliteitsvolle manier aan het sporten te krijgen, ongeacht rang, stand, leeftijd of etnische achtergrond. Om ervoor te zorgen dat elke Vlamingen zijn gading vindt in het sportaanbod, werken we samen met een heleboel partners tal van initiatieven uit.

www.sportvlaanderen.be

SPORT NA SCHOOL (SNS)

De SNS-pas is een sportpas voor leerlingen van het secundair onderwijs waarmee je gedurende een bepaalde periode aansluitend aan de schooluren kan deelnemen aan verschillende sportactiviteiten. Met een SNS-pas kan je sporten waar, wanneer, hoeveel en met wie je wil. Een SNS pas kost 30 euro voor 1 semester, voor twee semesters betaal je 45 euro. Heb je een UiTPAS met kansentarief? Meld je aan via de contactpagina van SNS (http://www.sportnaschool.be/contact) of bij een sportpunt en betaal maximaal 25% van de prijs.

Bovendien kan je een deel van je inschrijvingsgeld terugkrijgen via je ziekteverzekering. Vraag daarom bij je mutualiteit de nodige blanco-formulieren aan.

Met deze pas kies je zelf wat, waar, wanneer en hoeveel je wil sporten. Vooraf inschrijven is niet nodig! Je kijkt op het uurrooster wat er die dag te doen is en gaat er op af.

Je hebt keuze uit een indrukwekkend aanbod van toffe activiteiten zoals hip-hop, badminton, aerobic, fitness, spinning, tennis, muurklimmen, squash, ... te veel om op te noemen.
Alle activiteiten gaan door in verschillende sportaccommodaties of scholen in de buurt. Ze sluiten doorgaans aan op de schooluren zodat je niet veel tijd verspeelt.

http://www.sportnaschool.be/

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

CANO

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

ISB

SPORT VLAANDEREN (2/2)

PARTICIPATIEPROJECTEN KANSENGROEPEN

De Vlaamse Regering subsidieert jaarlijks participatieve projecten die kansengroepen op weg helpen naar het cultuur-, jeugdwerk- of sportaanbod of valoriseert initiatieven die uitgaan van kansengroepen. Op die manier wil de Vlaamse Regering een diverse, duurzame en actieve participatie van kansengroepen aan cultuur, jeugdwerk en sport bevorderen.

De projecten moeten worden opgezet door een vereniging zonder winstoogmerk.

Meer info over wie en waarvoor je een subsidie kunt aanvragen, vind je via http:// www.sociaalcultureel.be/volwassenen/partprojkans_subsidievoorwaarden.aspx

FINANCIËLE ONDERSTEUNING VOOR EEN LAAGDREMPELIG SPORTAANBOD

Sportfederaties kunnen ondersteund worden voor het aanbieden van een laagdrempelig sporttraject waarbij initiatieven genomen worden om:

- De niet georganiseerde, licht- of andersgeorganiseerde sportparticipatie te promoten door aangepaste varianten van het bestaande sportaanbod aan te bieden aan personen die in eerste instantie niet of niet meer actief een bepaalde sport beoefenen of door een uitbreiding van het standaardaanbod, aanvullend op het klassieke sportaanbod via de sportclubs; of

- Het (inclusief) diversiteitsbeleid van de sportfederatie of haar clubs te bevorderen, drempels voor bepaalde doelgroepen weg te werken die de weg naar het reguliere sportaanbod niet of nog niet vinden of de sportparticipatie te bevorderen van mensen uit kansengroepen.

Een sportfederatie of organisatie voor de sportieve vrijetijdsbesteding kan op elk moment van de olympiade een project indienen. Dat project loopt maximaal voor de resterende duur van de olympiade. Een laagdrempelig project kan dus voor maximaal vier jaar worden ingediend.

Meer info over dit subsidiekanaal vind je via deze link: https://www.sport.vlaanderen/sportfederaties/documenten-en-regelgeving/

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

VIGEZ (1/2)

WAT?

VIGeZ is het Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie en bevordert de gezondheid van iedereen in Vlaanderen, op vlak van gezonde voeding, bewegen, sedentair gedrag, ondervoeding bij ouderen, tabakspreventie en rookstop, geestelijke gezondheid en gezondheid en milieu. Dit doet VIGeZ door het ontwikkelen van methodieken en aanpakken voor verschillende settings zoals lokale besturen, onderwijs, bedrijven, zorg- en welzijn,...

www.vigez.be

GEZONDHEIDSONGELIJKHEID

Gezondheidsongelijkheid wordt gemakkelijk beschreven als een kloof tussen groepen met de beste en de slechtste gezondheid. Onderzoekers zijn het erover eens dat mensen met een minder gunstige sociale positie een minder goede gezondheid hebben in vergelijking met mensen die hoger op de maatschappelijke ladder staan.

Deze associatie is de sociale gradiënt in gezondheid: hoe gezonder je sociale leefomstandigheden, hoe groter je kans op langer leven en gezond blijven.

Inkomen, opleiding, competenties, woonomgeving of dakloosheid, gezinssamenstelling of persoonlijke competenties zijn leefomstandigheden die de gezondheidsverschillen verklaren.

Onderling versterken deze 'determinanten' elkaar nog.

VIGeZ wil streven naar het verminderen van gezondheidsongelijkheid en wil zich extra inzetten om de kansen op een gezond leven voor kwetsbare doelgroepen te verbeteren.

http://www.vigez.be/themas/gezondheidsongelijkheid/wat-is-gezondheidsongelijkheid

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

CANO

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

isb

VIGEZ (2/2)

METHODIEK GEZONDE GASTEN

Veel kinderen en jongeren die in de jeugdhulp verblijven, bevinden zich in een moeilijke socio-economische gezinssituatie. Daardoor hebben zij vaak minder kansen op een goede gezondheid.

Jeugdhulporganisaties kunnen helpen om de kansen op een goede gezondheid voor hun doelgroep te vergroten, door zelf een gezond aanbod te hebben en gezond gedrag bij de jongeren te stimuleren. Dit vanuit een positieve insteek en zoveel mogelijk aansluitend bij hun reguliere begeleidingsopdracht.

De Gezonde Gasten-methodiek biedt hierin ondersteuning, en dit op vlak van gezonde voeding, beweging, tabak, gezond binnenmilieu en sedentair gedrag. Via de methodiek doorloop je een proces in je organisatie, waardoor je tot een gedragen en kwaliteitsvol gezondheidsbeleid komt.

Gezonde Gasten bestaat uit 3 onderdelen:

1. De vliegwijzer 'Over gezonde gasten en sonjaseuten': de leidraad doorheen het proces naar een gezondheidsbeleid.

2. Praktische tools voor in je team of voor de jongeren: tools die je kan gebruiken om de stappen in de leidraad in de praktijk om te zetten

3. Inspirerende praktijken: interessante aanvullende methodieken of praktijkvoorbeelden van organisaties die al aan de slag gingen rond bepaalde gezondheidsthema's.

Je kan met de methodiek aan de slag nadat je de tweedaagse vorming gevolgd hebt bij VIGeZ: op 26 en 27 april 2017 in Gent of op 23 en 24 mei 2017 in Antwerpen. Voor latere opleidingen, consulteer onze website: http://www.vigez.be/opleidingen/gezonde-gasten

Meer info?
www.isbvzw.be/sportenjeugdzorg

Vlaanderen verbeelding werkt

BUURTSPORT Expertisecentrum

CANO

GEDREVEN IN VERBINDING
KRACHTIG IN ENGAGEMENT
GEDURFD ONDERNEMEN
VOOR EEN ZORGZAAM SAMENLEVEN

isb