

Verzekerd bewegen

Samen op zoek naar nieuwe inzichten en inspirerende gedachten over Sport Impact Bonds met het bijzondere verhaal van Benny van den Broek (coördinator sportparticipatie bij Judo Bond Nederland) als uitgangspunt. Dat doel brengt Benny en mij samen. Het was een bijzondere ontmoeting afgelopen zomer. Het idee om met 'ZekerBewegen' bij te dragen aan de fysieke en mentale gezondheid van ouderen enthousiasmeert. Het geeft energie. En als we dan ook nog eens inzoomen op de sociale interactie, participatie en verbinding die het tot stand brengt, dan ben ik om. De kracht van ZekerBewegen is er wat mij betreft eentje die we moeten omarmen. Uit deze kracht gaat zeker iets bijzonders ontstaan.

De kracht van zekerbewegen

'Ik ben 65 en wandel heel veel. Dat wil ik nog heel lang blijven doen. Wil jij mij leren valbreken?' Met die vraag stapte een mevrouw de judoles van Benny binnen. 'Oké...', dacht Benny, 'ik heb hier mensen die trainen voor een bruine of zwarte band en dan wil nu iemand meedoen die nog nooit heeft gejudood... hoe ga ik dat in hemelsnaam doen?' In plaats van haar weg te sturen en te kiezen voor de makkelijke weg, was zijn antwoord: 'Natuurlijk, kom meedoen!' En met zijn flexibele houding en improviserend vermogen lukte het Benny om ook deze onervaren

vrouw mee te laten doen. En na een paar lessen was haar reactie: 'Dit is zo fantastisch... als jij deze cursus gaat geven aan ouderen dan word ik jouw ambassadeur!'

Hoewel judo natuurlijk bekend staat als vechtsport en menig oudere vast denkt 'maar daar ga ik op mijn leeftijd niet meer aan beginnen', slaagt de judobond er met het programma ZekerBewegen

in om ouderen aan het bewegen te krijgen. De krachtige elementen uit het judo worden ingezet om ouderen weer steviger in hun schoenen te laten staan. Het programma is bedoeld om de angst voor bewegen en vallen weg te nemen. En dat leer je alleen door actief te zijn en blijven. 'Het einddoel is leren valbreken, maar soms kom je daar ook niet aan toe. Als het iemand lukt om zonder rollator weer over een drempel te stappen zijn we ook blij. We passen alle oefeningen aan op de mogelijkheden van een individu.'

Dat de judoclubs kleinschalig en lokaal gericht zijn, helpt ook. In het ene dorp





‘De winst is groot en wij zijn in ieder geval niet van plan om af te kloppen!’

worden de lessen gegeven in de lokale gymzaal, eigen judozaal (dojo) of het dorpshuis. In een andere wijk kunnen de ouderen terecht in de oefenruimte van de sportschool of fysiotherapeut. Zo ontstaat er op een natuurlijke manier ook verbinding met allerlei maatschappelijke partners en levert het bijzondere samenwerkingsverbanden op. ‘En er zijn zelfs al verzorgingstehuizen die een eigen ruimte inrichten met valmatjes om het programma ZekerBewegen aan hun bewoners aan te bieden.’

En dan natuurlijk het koffiemoment na afloop. Ook een belangrijke succesfactor. ‘Bewegen en een bakkie doen. En als je dan het plezier ziet van zo’n groep en de interactie die tussen hen ontstaat... met al die verhalen... daar wil je gewoon je

energie en tijd in stoppen. Het is zo gaaf om te zien!’

De kracht van Sport Impact Bonds

Met de steeds ouder wordende samenleving en het groeiende aantal dementerenden, wordt het (onverklaarbaar) vallen een serieus vraagstuk dat om een oplossing vraagt. Het programma ZekerBewegen lijkt een kansrijke interventie, maar om de impact ervan te bewijzen en het programma grootschalig uit te rollen is structurele financiering voor Judo Bond Nederland een probleem. Tot Sportimpuls.nl vertelt over een innovatief financieringsinstrument: Sport Impact Bonds. Dat lijkt weer deuren te openen. En als Benny dan tijdens de ‘Expertmeeting Sport Impact Bonds’ op 10 maart van dit jaar te horen krijgt dat ZekerBewegen zeker kans maakt op impactfinanciering... dan staat het energieniveau op standje maximaal! Impactfinanciering klinkt heel logisch: “Een (private) investeerder investeert vooraf in een sportinitiatief die meetbare impact maakt. Als het initiatief leidt tot de verwachte impact, bijvoorbeeld als mensen aantoonbaar gezonder worden, leidt het ook tot kostenbesparingen voor de overheid, verzekeraars of andere partijen. De investering kan vervolgens uit de gerealiseerde kostenbesparingen worden terugbetaald met een vooraf afgesproken rendement. Op deze manier creëert een Sport Impact Bond de mogelijkheid om met privaat kapitaal in

de sport te investeren en tegelijkertijd (sociale) innovatie en financiering van preventie in de sport duurzaam te bekostigen.” Maar hoe logisch het idee lijkt te zijn, we zijn er nog niet helemaal.

De droom om te doen

Benny heeft er in ieder geval zin in om in het diepe te duiken, maar hulp is gewenst bij de verkenning van deze complexe financieringsvorm. ‘De komende tijd werken we verder aan onze droom. Ik hoop over drie jaar dat het programma ZekerBewegen in iedere gemeente wordt aangeboden in samenwerking met lokale partijen. En ik hoop vooral dat de ziektekostenverzekeraars de deelname aan het beweegprogramma in ieder geval deels vergoeden. Om hen zo ver te krijgen, moeten we nu eerst aantonen dat het beweegprogramma bewezen effectief is. De succesverhalen en persoonlijke ervaringen van ouderen zijn – helaas – niet voldoende. We hopen wel dat het ervaren succes een private partij overtuigt om te investeren in een onderzoek naar het meetbare maatschappelijke effect.’



SANNE ABRAHAMS

is AI-practitioner en initiatiefnemer MOOIS-MAKEN: “Ik wil samen met jou op zoek naar het MOOIS dat wij en de wereld elkaar te bieden hebben.”



ZekerBewegen
Veilig vallen, opstaan en doorgaan

