



Kracht van Sport Lectorale rede

Marije Baart de la Faille - Deutekom

Kracht van Sport

Lectorale rede

COLOFON

Omslagillustratie: Margot de Vries, Sjeep

Vormgeving omslag: Margot de Vries, Sjeep

Opmaak binnenwerk: Reclamestudio Sjeep, Diemen

ISBN: 978-90-822886-4-3

e-ISBN: 978-90-822886-5-0

© Marije Baart de la Faille - Deutekom / Hogeschool van Amsterdam / Hogeschool Inholland Publicatie, Amsterdam 2016

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16B Auteurswet 1912 j° het Besluit van 20 juni 1974, Stb. 351, zoals gewijzigd bij het Besluit van 23 augustus 1985, Stb. 471 en artikel 17 Auteurswet 1912, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht (Postbus 3051, 2130 KB Hoofddorp). Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) dient men zich tot de uitgever te wenden.



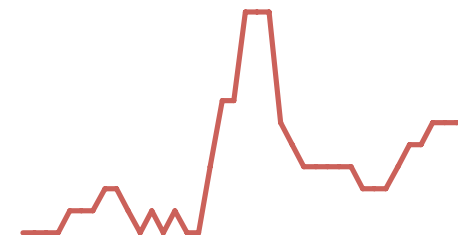
Inhoud

Inleiding	7
Lectoraat Kracht van Sport	9
Sportdeelname	13
Rol van technologie	15
- Gebruik van sportapps	15
- Relatie tussen appgebruik en gedragsverandering	16
- Belang van samenwerken tussen bedrijfsleven en onderzoek	17
- Vervolgstappen	18
Waarde van sportevenementen	21
- Effecten op gezondheid en vitaliteit	22
- Effecten van topsportevenementen op sportparticipatie	23
- Effect van paralympische spelen op beeldvorming rondom mensen met beperkingen	24
- Vervolgstappen	25
Aangepaste sport	27
Sportparticipatie	27
- Vervolgstappen	30
Sociale waarde	31
- Vervolgstappen	34
Het lectoraat en de opleidingen	35
Reflectie en ambitie	39
Dankwoord	41
CV	45
Referenties	47



Inleiding

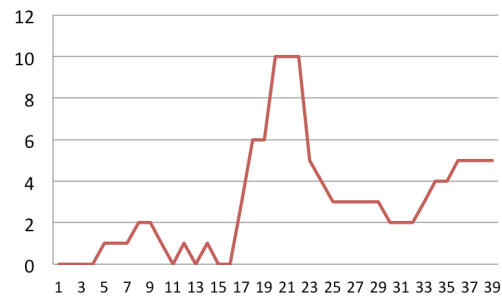
Meneer de rector, leden van het College van Bestuur, collega's uit praktijk en wetenschap, studenten, vrienden, familie en andere belangstellenden, hartelijk welkom. Ik wil mijn openbare les beginnen met het tonen van een lijn. De getoonde lijn is onderdeel van een grafiek welke eigenlijk de aanleiding is dat ik hier nu vóór jullie sta. Een aantal mensen in de zaal moet in staat zijn om tenminste delen van de grafiek te herkennen. Toch?



Afbeelding 1 Aanleiding van deze middag

Deze lijn is namelijk mijn eigen persoonlijke sportlijn. Waarbij de horizontale as mijn leeftijd in jaren aangeeft en de verticale as mijn eigen sportdeelname uitgedrukt in aantal keren sporten per week. De oplettende lezer ziet nu dat mijn sportdeelname gedurende vele jaren behoorlijk laag was, daarna opeens sterk steeg en sinds die stijging bovengemiddeld is. Mijn sportpatroon heeft hiermee een zeer atypische ontwikkeling. Normaal gesproken is de sportdeelname relatief hoog in de jeugd en wordt daarna gevolgd door een gestage daling

met de leeftijd (Tiessen-Raaphorst et al., 2010⁵²). Uit deze afbeelding blijkt derhalve dat de lector Kracht van Sport eigenlijk helemaal niet altijd zo sportief is geweest. Ik hoor sommigen van u zich dan ook al afvragen hoe ik nou over de kracht van sport kan praten als ik zelf ook tijden heb gekend waarin ik mij er echt niet toe kon zetten om ook maar iets actiefs te doen. Sterker nog, ik wist regelmatig met buitengym de verplichte hardlooprondjes te vermijden. Echter, ik ben van mening dat ik juist door dit profiel heel geschikt ben om mij lector Kracht van Sport te mogen noemen. Want één van de doelstellingen van mijn lectoraat is om meer mensen aan het bewegen en sporten krijgen. Door mijn eigen onsportieve jonge jaren weet ik namelijk hoe moeilijk het kan zijn om in beweging te komen. Daarnaast heb ik wel degelijk heel duidelijk meegemaakt, en maak ik tot op de dag van vandaag mee, hoe belangrijk sport is. Bij mij is dit begonnen op 17-jarige leeftijd toen ik de roeisport en de roeiwereld heb leren kennen. In korte tijd ging ik van weinig sporten naar een ritme van elke dag sporten en uiteindelijk naar meer dan één maal per dag trainen. In die periode heb ik onder andere meegedaan aan het WK Roeien onder de 23 jaar en enkele wereldbekerwedstrijden.



Afbeelding 2 Persoonlijke sportdeelnamelij

Sinds die tijd heb ik aan den lijve ervaren wat sport met je kan doen als het gaat om doorzettingsvermogen, discipline, gezondheid en zeker ook waar het gaat om vriendschappen. Sport heeft voor mij dus heel veel betekend en dat doet het nog steeds. Ik ben dan ook enorm trots en blij dat ik dit lectoraat Kracht van Sport heb mogen opbouwen en mij lector Kracht van Sport mag noemen. In deze uitgave wil ik u allen dan ook met veel plezier meenemen in mijn visie op dit lectoraat.

Lectoraat Kracht van Sport

Laat ik beginnen met u de ontstaans-geschiedenis van dit lectoraat te vertellen. In 2011 was ik werkzaam als zelfstandig onderzoeker en werd ik gevraagd door lector Topsport en Onderwijs Cees Vervoorn om een lezingenreeks rondom sport voor te bereiden. U moet weten dat er op dat moment concrete plannen waren voor een Nederlands bid op de Olympische Spelen in 2028. Het leek ons dan ook goed om deze reeks in het teken van mogelijke Olympische Spelen in Nederland te plaatsen. De titel was: ‘Olympische Spelen in Nederland: droom of nachtmerrie?’. We wilden studenten en andere toehoorders in staat stellen om, door middel van lezingen van gastsprekers, een eigen wel afgewogen keuze te laten maken inzake hun antwoord op de bovenstaande vraag. Opvallend was dat bijna alle gastsprekers in hun presentatie en de discussies achteraf aangaven dat in het discours over alle ontwikkelingen, berekeningen en plannen rondom het Olympisch Plan er erg makkelijk voorbij werd gegaan aan de kracht van sport. Ondanks dat deze kracht vaak genoemd werd als belangrijk argument voor de organisatie van de Olympische Spelen, bleek het niet mogelijk om deze kracht te concretiseren. Deze constatering was de directe aanleiding voor het doorontwikkelen van de eerste lezingenreeks onder de nieuwe, veelzeggende titel ‘Kracht van Sport’. In de eerste van de

nieuwe lezingenreeks hebben we vijf thema’s besproken: de sociaal-economische kracht van sport, de maatschappelijke kracht van sport, de gezonde kracht van sport, de vernieuwende kracht van sport en de kracht van topsport. In de daaropvolgende jaren hebben we gesproken over de kracht van sport vanuit een internationaal perspectief, de verbindende kracht van sport en op dit moment de kracht van (aangepaste) sport. Deze lezingen lieten zien dat naast het verspreiden en delen van bestaande kennis, er ook nog grote behoefte bestaat aan nieuwe kennis. Het lectoraat Kracht van Sport heeft dan ook de intentie om bij te dragen aan de ontwikkeling van deze nieuwe kennis, het maatschappelijke debat hieromtrent aan te gaan en zorgvuldig en inhoudelijk bij te dragen aan het optimaal opleiden van toekomstige professionals in de sport. Het lectoraat is aangesloten bij de opleiding Sport, Management en Ondernemen van de Hogeschool van Amsterdam en de opleiding Sport en Bewegen van Hogeschool Inholland. Dit is een unieke situatie waarin twee hogescholen, een lectoraat delen met een gezamenlijk en gedeeld onderzoeksprogramma. Voor mij is dit een ideale situatie aangezien mijn lectoraat daarmee is ingebed in twee heel sterke onderzoeksgroepen, te weten: bij Inholland de onderzoeksgroep Gezondheid en Zelfmanagement, en bij de Hogeschool van Amsterdam de onderzoeksgroep Sport.



Het ultieme doel van het lectoraat Kracht van Sport is het verhogen van de sportdeelname in Nederland, teneinde Nederland vitaler en gezonder te krijgen. Dit wil het lectoraat realiseren door het meten van de opbrengsten van de verschillende interventies gericht op het verhogen van de sportdeelname en door de waarde van sport(deelname) beter meetbaar te maken, waarbij er tevens een belangrijke focus ligt op het sporten voor mensen met beperkingen.

Om de primaire doelstelling verder te operationaliseren heeft het lectoraat Kracht van Sport twee onderzoekslijnen ingericht:

1. Sportdeelname
2. Aangepaste sport

Binnen de samenwerking tussen de Hogeschool van Amsterdam en Hogeschool Inholland staan de volgende onderzoeksfuncties centraal:

- Kennisontwikkeling: Het lectoraat wil met toegepast onderzoek kennis ontwikkelen over de effecten van gerichte interventies om de sportdeelname te verhogen, over de waarde van sportdeelname en over aangepaste sport.
- Kennisuitwisseling: Het lectoraat heeft de ambitie om relevante onderzoeksresultaten te verspreiden binnen beleid, politiek, maatschappelijke organisaties, evenementenorganisaties en onder de professionals van de toekomst, te weten studenten, in het

bijzonder studenten van sport-, welzijn- en gezondheidsopleidingen.

- Doorwerking van de ontwikkelde kennis: Het lectoraat heeft als doel state-of-the-art kennis uit het praktijkgerichte onderzoek aan te dragen, die nodig is om het curriculum van (voor het lectoraat relevante onderdelen van) beroepsopleidingen en nascholing aan te passen. Hierdoor draagt het lectoraat bij aan het goed opleiden van studenten.
- Professionalisering van de medewerkers: Door middel van participeren in een onderzoekslijn of -groep kunnen docenten meer betrokken worden bij het onderzoek. Ook ontstaat er dan meer ruimte om relevante aanvullende scholing aan het docentencorps te kunnen bieden.

Bij alle vier genoemde onderzoeksfuncties staat het brede professionele terrein van het Inholland thema De Gezonde Samenleving en het speerpunt Urban Vitality van de Hogeschool van Amsterdam centraal. Het Inholland profilerings-thema **De Gezonde Samenleving** (Hogeschool Inholland, 2015³⁰) betreft een meer integrale benadering van zorg en welzijn, waarbij de mens zelf centraal staat en niet de afzonderlijke problemen waar hij of zij tegenaan loopt. In dit thema komen de ontwikkelingen binnen gezondheid, sport en welzijn samen en ontstaan kansen om nieuwe, betere oplossingen te bieden voor mensen.

In het visiedocument wordt aangegeven dat Inholland op drie manieren wil proberen om bij te dragen aan een gezonde samenleving:

1. het opleiden van professionals die bijdragen aan empowerment en zelfmanagement,
2. studenten leren interprofessioneel samen te werken vanuit een integrale benadering van burgers in hun omgeving en
3. optimaal gebruikmaken van technologische ontwikkelingen.

Binnen de opleidingen komt het thema De Gezonde Samenleving tot uiting in: aandacht voor gemeenschapszorg, eigen verantwoordelijkheid, maatschappelijke inzet,

preventie van problemen, ondernemerschap en in het creëren van kansen en innovatie door de combinatie van nieuwe media en medische technologie. Binnen de opleiding *Sport en Bewegen* ligt de focus op sport en bewegen als middel om de gezondheid te bevorderen en gezondheidsklachten te voorkomen. Waarbij er ook nadrukkelijk wordt gekeken naar de rol van technologie om mensen duurzaam in beweging te krijgen en te houden. De verschillende onderzoeksprojecten van het lectoraat, waar ik later verder op in zal gaan, passen hier goed in.



Het lectoraat is ook duidelijk aangesloten bij het speerpunt **Urban Vitality** van de Hogeschool van Amsterdam. Door het programma Urban Vitality wil de Hogeschool van Amsterdam in samenwerking met Gemeente, tal van Amsterdamse zorg- en welzijnsorganisaties en het regionale bedrijfsleven komen tot een Amsterdam *“waar bewoners gezond leven, voor elkaar zorgen en zelfstandig participeren”*. Urban Vitality heeft vijf verschillende programmalijnen, te weten: gezond leven, zorgen voor elkaar, zelfstandige en actief participeren, urban vitality professional van de toekomst en kennisdeling. Het onderzoek van het lectoraat Kracht van Sport valt vooral in de programmalijn ‘Gezond leven’ waarin onderzocht wordt wat nodig is om inwoners van Amsterdam vitaal te laten worden en in beweging te laten komen.

Als het gaat om een **gezonde samenleving** of om **urban vitality** is het wellicht meer voor de hand liggend om bewegen of een actieve leefstijl als uitgangspunt voor het lectoraat te nemen en niet sport. Immers, voor een gezonde samenleving of vitale burgers is namelijk juist het bewegen zo belangrijk. In het vervolg van mijn verhaal waarin ik de onderzoekslijnen beschrijf, zult u dan ook zien dat sommige projecten primair op bewegen of een actieve leefstijl gericht zijn. Ik zie sport vooral als de competitieve uitsnede

van bewegen en in mijn perceptie van sport spreek ik ook over bewegen als ik over sport spreek. Hoewel dit natuurlijk theoretisch niet zo is, er gaat immers weinig beweging gepaard met bijvoorbeeld denksporten en vissen. In mijn onderzoek focus ik mij op de sporten waarin beweging belangrijk is. Een reden om de naam Kracht van Sport te hanteren is het feit dat deze naam door de lezingenreeks zo snel een merk werd en tevens staat voor wat we willen bewerkstelligen. Kortom, we gaan het vandaag en in de toekomst hebben over de Kracht van Sport. In het vervolg van deze rede neem ik u mee in de twee onderzoekslijnen die het lectoraat heeft, namelijk sportdeelname en aangepaste sport. Binnen de onderzoekslijn sportdeelname focussen we ons op de rol van technologie om sport- en beweeggedrag te stimuleren en op de waarde van sport-evenementen. Vragen die beantwoord worden binnen de lijn aangepaste sport zijn: hoe we de sportdeelname van mensen met beperkingen kunnen verhogen en wat de sociale waarde van aangepaste sport is.

Sportdeelname

Hoewel de sportdeelname in de afgelopen 50 jaar in Nederland sterk is gegroeid, is er de laatste jaren sprake van een stabilisering. In deze stabilisering bestaat er nog steeds een aanzienlijke groep Nederlanders die niet of nauwelijks aan sport doet (Tiessen-Raaphorst, 2015⁵³; Collard & Hoekman, 2013¹⁵). De deelname is vooral laag bij doelgroepen die niet mee kunnen doen met het reguliere aanbod (o.a. mensen met een beperking, ouderen en chronisch zieken) (Heijden, von et al., 2013²⁸).

Daarnaast zien we dat sport de laatste jaren ook anders georganiseerd wordt, waarbij er relatief minder gesport wordt bij sportverenigingen (Breedveld & Hoekman, 2011¹¹; Tiessen-Raaphorst, 2010a⁵²; Tiessen-Raaphorst, 2015⁵³). Zo sportte in 2012 33% van de Nederlandse bevolking via een lidmaatschap van een sportclub. Het aandeel Nederlanders dat alleen sport (50%), of met vrienden/kennissen (38%) ligt momenteel hoger (Tiessen-Raaphorst, 2015⁵³). Gelijklopend met de sportbeoefening in meer losse gemeenschappen zien we ook een verandering in typen sporten die mensen beoefenen. Met deze ontwikkeling zien we ook een duidelijke stijging in deelname aan individueel te beoefenen sporten als fitness, hardlopen, fietsen en wandelen. Vele evenementorganisatoren zijn ingesprongen op deze individuele sportcultuur waardoor

het op dit moment bijna elk weekend mogelijk is om aan één van de vele wandel-, fiets- of hardloopevenementen mee te doen, en zien we een explosieve groei van deelname aan hardloopevenementen (Hover & Romijn, 2011³²; Vos et al.; 2015a⁵⁸; Vos & Scheerder, 2013⁵⁷).

Binnen het lectoraat Kracht van Sport voeren we vooral onderzoek uit binnen deze veranderingen in de sportcultuur. De vele individuele sporters maken vaak gebruik van nieuwe technologie om sportmaatjes te vinden, hun voortgang bij te houden of trainingsschema's te volgen. Het onderzoek binnen de lijn sportdeelname wil zicht krijgen op de (on)mogelijkheden van deze technologie om de ongebonden en individuele sporters structureel te motiveren om in beweging te blijven.

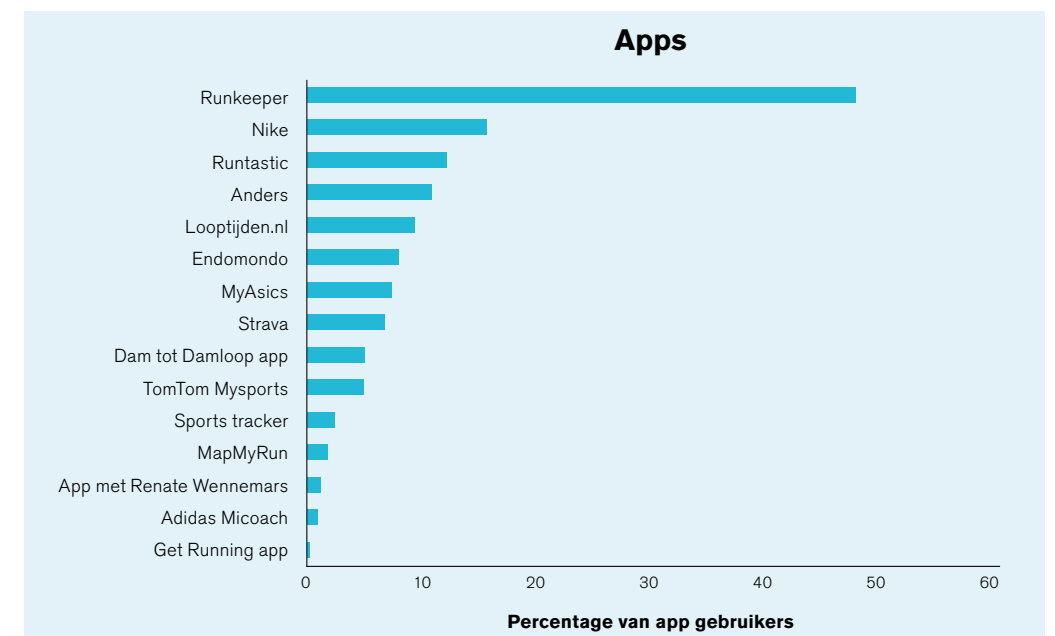


Rol van technologie

Gebruik van sportapps

Zoals hiervoor beschreven, zijn er tegenwoordig heel veel mensen actief in sporten als hardlopen, fietsen en wandelen. Veel van deze sporters maken gebruik van technologische toepassingen tijdens het trainen. Vooral de zeer laagdrempelige technologieën zoals applicaties op de smartphone worden vandaag de dag veelvuldig gebruikt (Baart de la Faille - Deutekom et al., 2014³; Janssen et al., 2014³⁴; Dallinga et al., 2015¹⁸). Zo gebruikt tot 75% van de lopers in voorbereiding of tijdens het lopen

van een hardloopevenement een applicatie op de smartphone om de afstand, tijd en snelheid te monitoren (Dallinga et al., 2016¹⁷). Verder inzoomend naar de karakteristieken van appgebruikers zien we dat dit vooral de minder ervaren lopers zijn. Zo gebruikt bij de Dam tot Damloop 75% van de 8km-lopers een app tegen 59% van de 16km-lopers. Ook zien we dat de appgebruikers vaker inactief zijn, vaker vrouw zijn en gemiddeld wat jonger zijn dan de niet-appgebruikers. Qua populariteit van apps staat bij de hardlopers Runkeeper duidelijk op kop (zie afbeelding 3).



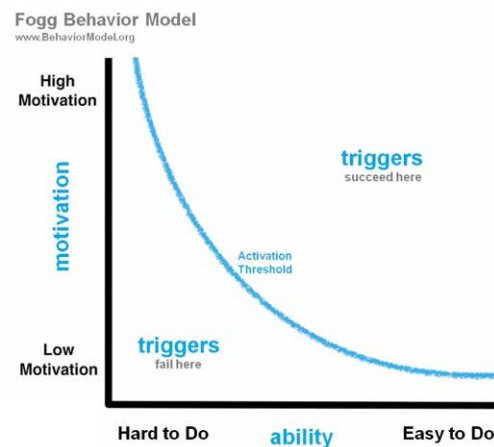
Afbeelding 3 Type appgebruik (afkomstig uit Baart de la Faille - Deutekom, M. (2015))

Sportapps kunnen een toegevoegde waarde hebben in het bieden van passende manieren voor de begeleiding van breedtesporters (Janssen et al., 2014³⁴; Dallinga et al., 2015¹⁸). Zo kunnen ze de grote groepen van ongebonden en individuele sporters bedienen en kunnen ze een rol spelen in onder meer het motiveren van mensen om te (blijven) sporten en een gezonde leefstijl te hebben, het verbinden van ongebonden sporters en het begeleiden van sporters (en het voorkómen van blessures) (Direito et al., 2014²⁰; Foster et al., 2013²³; Laranjo et al., 2015³⁶; Verhagen & Bolling, 2015⁵⁵; Vickey, 2012⁵⁶; West et al., 2012⁶¹; Fanning et al., 2012²¹; Glynn et al., 2014²⁵; Middelweerd et al., 2014³⁷; Stephens et al., 2013⁵⁰)

Relatie tussen appgebruik en gedragsverandering

Apps kunnen theoretisch gezien mensen motiveren om te (blijven) sporten door het bieden van de benodigde triggers. Dit blijkt uit het gedragsmodel van Fogg (Fogg, 2009²²). Dit model veronderstelt dat elk gedrag het product is van drie elementen: motivatie, vaardigheid en trigger. Met andere woorden: om in staat te zijn om een bepaald gedrag uit te voeren moet een persoon voldoende gemotiveerd zijn, voldoende vaardig zijn en getriggerd worden (zie afbeelding 4).

Uit eigen onderzoek blijkt inderdaad dat er een positieve relatie bestaat tussen gebruik van apps en gedragsverandering bij hardlopers (Dallinga et al, 2015¹⁸). Deze relatie is gevonden bij grootschalig enquête onderzoek onder deelnemers aan hardloopevenementen (N=4307). Er is in het onderzoek gevraagd naar zelf ervaren verandering in beweeggedrag, leefstijl en gezondheid in de aanloop naar de Dam tot Damloop. We zagen dat er, ook gecorrigeerd voor verschillende achtergrondkenmerken, significante verschillen bestonden tussen de groepen. De appgebruikers gaven structureel meer verbetering aan dan de niet-gebruikers (zie afbeelding 5). Ter nuancering moet daarbij wel vermeld worden dat het op dit moment nog slechts gaat om relaties en daarmee niet



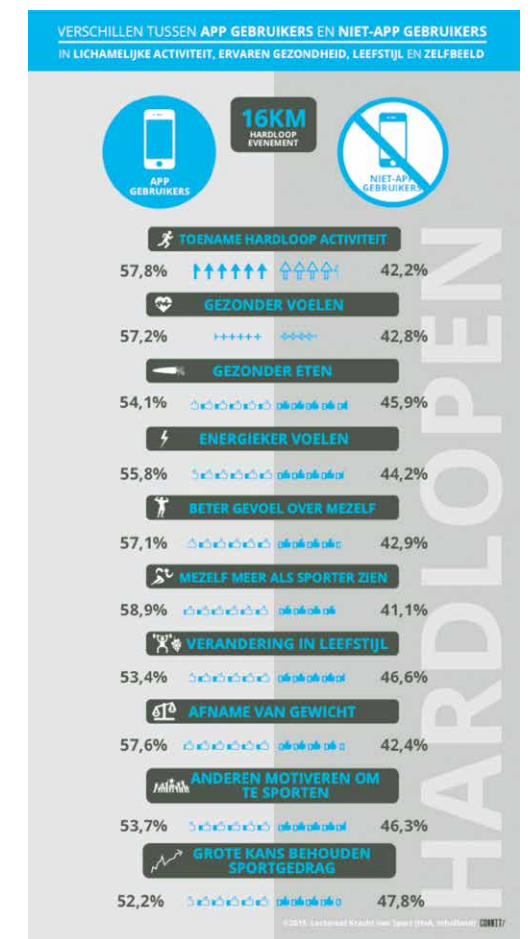
Afbeelding 4 Fogg's Behavior Model

om oorzakelijkheden. We hebben nog niet kunnen vaststellen dat een app 'an-sich' leidt tot een positieve gedragsverandering. Het is namelijk ook mogelijk dat de twee groepen (appgebruikers en niet-appgebruikers) toch op andere, nog niet bekeken variabelen of karakteristieken anders zijn, en dat dit het verschil kan verklaren. Om antwoord te vinden op deze vraag is experimenteel onderzoek nodig, waarin we een groep hardlopers random verdelen in een groep appgebruikers en een groep niet-appgebruikers en deze dan gedurende een langere tijd volgen. Dit is echter in de praktijk bijna niet uit te voeren aangezien al zo veel beginnende hardlopers zelf gekozen hebben voor een app. Wat we op dit moment wel aan het doen zijn, is aanvullend onderzoek uitvoeren om dieper op de gevonden relaties in te gaan. Zo zijn we bezig om profielen van lopers te maken (bijvoorbeeld op basis van motieven en motivatie) en te onderzoeken of we daarmee samenhang zien tussen appgebruik en gedragsverandering.

Belang van samenwerken tussen bedrijfsleven en onderzoek

Wanneer apps daadwerkelijk een bijdrage kunnen leveren aan het structureel en veilig in beweging brengen van burgers, zou dit een grote waarde hebben voor de overall gezondheid. De eerste resultaten van mijn team wijzen al die kant op (Dallinga et al.,

2015¹⁸), maar ik zie tevens een grote noodzaak in het samenwerken van bedrijfsleven en onderzoek op dit vlak.



Afbeelding 5 Relatie appgebruik en gedragsverandering

Op dit moment hebben wij alleen nog maar onderzoek gedaan naar de waarde van apps die door commerciële partijen zijn opgeleverd. Eerder onderzoek heeft echter al laten zien dat in deze apps een onderbouwing op het vlak van gedragsverandering afwezig is (Direito et al., 2014²⁰; West et al., 2012⁶¹; Cowan et al., 2013¹⁶) of op een suboptimale manier wordt toegepast (Middelweerd et al., 2014³⁷). De meest frequent gebruikte gedragsveranderingsstrategieën in apps zijn het geven van instructies, opbouw in taken en aansporen van zelf-monitoring (Direito et al., 2014²⁰). Daarnaast is er in de meeste apps momenteel een sterke focus op prestatie en het monitoren hiervan (Kranz et al., 2013³⁵; Middelweerd et al., 2014³⁷). Een functionaliteit die wel zeer gewaardeerd wordt (Baart de la Faille - Deutekom, 2015⁴), maar waarvan het de vraag is of dit ook functies zijn die echt inactieve mensen aansporen om in actie te komen en te blijven.

Naast deze bestaande apps zijn een aantal onderzoeksinstellingen dan ook begonnen om apps te ontwikkelen die meer evidence based zijn, bijvoorbeeld de InspiRun (Vos et al., 2015b³⁹) en Sensei (Sensor based Engagement for Improvement health). Sensei is een samenwerking van drie lectoraten van de Hogeschool van Amsterdam (Digitaal Life, Omgeving en Gezondheid en Kracht van Sport), de Vrije Universiteit Amsterdam,

de Universiteit Twente en de bedrijven Almende, SenseOS en Infosys. Sensei wordt gefinancierd vanuit het landelijke programma COMMIT/. De komende jaren gaan we door met onderzoek naar de bestaande apps, en de nieuw ontwikkelde apps met als doel daarmee bij te dragen aan een duurzame sportdeelname en een actieve leefstijl. In de volgende alinea worden concreet de vervolgstappen besproken.

Vervolgstappen

1. Met de enorme groei in het aanbod van sportapps wordt het voor sporters en professionals steeds complexer om in het enorm brede veld van sportapps een keuze te kunnen maken voor de meest geschikte app. Om hier een oplossing voor te vinden hebben we via middelen vanuit RAAK-publiek samen met o.a. Fontys Hogeschool een project gefinancierd gekregen om antwoord te vinden op de volgende vraag: *“Welke (populaire) sportapp past bij welk type van gebruiker/professional op basis van zijn/haar doelstellingen en wensen (op het vlak van sport-/beweegstimulering, trainingsbegeleiding, gezondheidsbevordering, community building en monitoring)?”* Binnen dit project worden verschillende onderzoeksmethoden (o.a. kwalitatief onderzoek, Delphi-methode, participatief actie-onderzoek en kwantitatief enquête

onderzoek) toegepast. Uiteindelijk levert dit project een tool op, waarmee de verschillende gebruikers of professionals geholpen worden om een juiste keuze te maken voor een sportapp.

2. Bij het onderzoek naar de rol van apps bij hardlopers kijken we naar een groep mensen die al actief is. Een uitdaging ligt er in, om ook inactieve of startende sporters aan te spreken om in beweging te komen door middel van technologie. Om dit te bereiken moeten we misschien aan andersoortige interventies denken. Het recente project BAMBEA (Bewegen in AMsterdam met BEAcons), bekostigd door onder andere Urban Vitality en Amsterdam Creative Industries Netwerk is hier een mogelijk voorbeeld van. In dit project wordt het Oosterpark uitgerust met Bluetooth Beacons waarmee interactie tussen de parkbezoeker en het park teweeggebracht wordt. Onderzocht wordt of met de Beacons en een app, inactieve mensen geënthousiasmeerd kunnen worden om te beginnen met bewegen. Bij dit onderzoek evalueren we zowel kwalitatief (wat ervaren mensen zelf van de interventie) als kwantitatief (op basis van de data die in de app opgeslagen worden) de effecten op beweeggedrag.
3. In het brede domein van sport en gezondheid bestaan er naast de sportapps,

waar we nu vooral onderzoek naar doen, ook apps om gezondheid en leefstijl te monitoren. Deze e-health toepassingen worden ook ingezet om bijvoorbeeld zieke mensen aan te sporen om gezond te leven. Het lectoraat is deelnemer aan het binnenkort op te richten Inholland Health & Technology Centre. Binnen dit centrum worden de krachten vanuit techniek en ontwerp gebundeld met die vanuit gezondheid. Deze krachtenbundeling is essentieel om een bijdrage te leveren aan het stimuleren van een actieve leefstijl bij burgers en patiënten. Vanuit dit centrum zullen er de komende jaren verschillende onderwijs- en onderzoeksprojecten geïnitieerd worden.



Waarde van sportevenementen

Binnen de onderzoekslijn sportdeelname willen we daarnaast een bijdrage leveren aan het bepalen van de economische en maatschappelijke waarde van de vele sportevenementen die Nederland rijk is. Zoals eerder geconstateerd heeft het aantal, maar ook de populariteit van, breedtesportevenementen een flinke vlucht genomen. Ook investeren overheid en verschillende gemeenten flink in het binnenhalen en organiseren van aansprekende topsportevenementen. De vraag die het lectoraat uiteindelijk wil beantwoorden is: “Wat is een goede manier en wat zijn goede uitkomsten om de waarde van deze evenementen te bepalen?”.

Ik wil een pleidooi houden voor het op een andere manier inschatten van de waarde van deze evenementen dan tot op heden gedaan wordt. Op dit moment wordt het in Nederland steeds meer aanvaard en zelfs gewenst geacht om na het uitvoeren van een sportevenement een economische impactberekening te verrichten. Voor het uitvoeren van deze berekeningen bestaan er in Nederland richtlijnen ontwikkeld door de werkgroep evaluatie sportevenementen (WESP). Hoewel ik deze ontwikkeling zeker toejuich, is deze

financiële analyse echter niet voldoende. Bij een dergelijke berekening wordt namelijk uitsluitend berekend hoeveel extra bestedingen een evenement genereert in de regio waar het evenement wordt gehouden. Het lectoraat heeft dergelijke berekeningen voor o.a. het WK Roeien 2014 in Amsterdam en de TCS Amsterdam Marathon uitgevoerd (Baart de la Faille - Deutekom & Verhoogt, 2015a¹; 2015b²). Echter ontbreken alle ‘softe’ effecten en niet-direct economische waarden in een dergelijke berekening. Naar mijn overtuiging zijn voor bepaalde evenementen andere en moeilijker kwantificeerbare maten minstens zo belangrijk voor het bepalen van de waarde (en kracht) van sportevenementen.

Voor bijvoorbeeld breedtesportevenementen met veel lokale deelnemers is de pure economische impact laag, immers: er komt weinig geld van buiten naar binnen. Wanneer echter ook de maatschappelijke waarden meegenomen worden, kan het beeld heel anders zijn. Een dergelijke analyse heet een maatschappelijke kosten-baten analyse. In het verleden is zo’n analyse voor de Dam tot Damloop 2013 uitgevoerd (Nooij, de & Horsselenberg; 2014⁴⁰). Bij dit evenement bleek dat de pure economische impact voor de regio’s Amsterdam en Zaanstad net onder een miljoen euro uitkwam terwijl de maatschappelijke kosten-baten analyse uitkwam op totale baten van ruim 3,3 miljoen euro. Een belang-

rijk deel van deze baten kwam voort uit gezondheidsverbeteringen van de deelnemers. Andere positieve baten die in deze berekening van de Dam tot Damloop zijn meegenomen zijn bijvoorbeeld plezier van toeschouwers en deelnemers, en uitstraling voor een stad, regio of land.

In een verder verleden is er voor de Olympische Spelen 2028 een verkennende maatschappelijke kosten-baten analyse uitgevoerd. In deze verkenning werd aangegeven dat het belangrijk is om ‘softe’ olympische effecten zoals sportdeelname en gezondheid; sociale cohesie en trots; en het effect op de acceptatie van mensen met een fysieke beperking verder inzichtelijk te maken (Blok et al., 2011⁸). Tegelijkertijd werd er echter ook aangegeven dat we hier op dit moment nog nauwelijks tot niet toe in staat zijn. Uiteindelijk is er mede door dit rapport een streep gezet door de mogelijkheid om de OS 2028 naar Nederland te halen, een gemiste kans, naar mijn mening. Ik vind het dan ook een belangrijke uitdaging voor het lectoraat om hier een bijdrage aan te leveren. Hierna ga ik kort in op een aantal maatschappelijke baten waarvan ik het belangrijk vind om aanvullend onderzoek naar te verrichten, te weten de bijdrage van breedtesportevenementen op gezondheid en vitaliteit, effect van topsportevenementen

op sportparticipatie en het effect van de paralympische spelen op de beeldvorming rondom mensen met beperkingen.

Effecten op gezondheid en vitaliteit

Eerder onderzoek heeft laten zien dat breedtesportevenementen gebruikt kunnen worden om een bijdrage te leveren aan een vitale samenleving (Bauman et al., 2009⁶; Murphy & Bauman, 2007³⁹; Chatton et al., 2013¹⁴; Stevinson et al., 2014⁵¹). Voor de Nederlandse situatie hebben wij op dit thema de eerste stappen gezet door grootschalig enquête-onderzoek te verrichten onder deelnemers van de Dam tot Damloop. De Dam tot Damloop is een grootschalig en recreatief hardloopevenement dat elk jaar tussen Amsterdam en Zaandam wordt georganiseerd en ruim vijftigduizend deelnemers heeft. In de editie van 2015 hebben we deelnemers zes maanden voor het evenement een online vragenlijst gestuurd, om onder andere zicht te krijgen op hun gezondheid en leefstijl. Deze vragenlijst hebben we een paar dagen na het evenement weer herhaald en daarna de verschillen tussen beide metingen bekeken. Uit deze analyse bleek dat ruim de helft (51%) van alle deelnemers aangeeft zich gezonder te voelen door het trainen voor de Dam tot Damloop. Daarnaast heeft 65% van de mensen die vóór het evenement weinig liepen, hun

trainingsintensiteit verhoogd. Achttien procent van de deelnemers geeft aan minder alcohol te zijn gaan drinken. In de groep die de meeste alcoholische consumpties (meer dan 14 glazen per week) nuttigde, is zelfs meer dan de helft minder alcohol gaan consumeren (52%). Ten slotte is van de rokende deelnemers 25% minder gaan roken (Dallinga et al., 2016¹⁷). Ook blijkt dat deelnemers positieve verbeteringen laten zien op zelf ervaren werkuitkomsten. Zo neemt bijvoorbeeld de score op de burn-out schaal af en neemt de inzetbaarheid, het functioneren op het werk en de bevoegenheid van werknemers toe (Dallinga et al., 2016¹⁷). We kunnen dus constateren dat er positieve gezondheid- en leefstijlveranderingen zijn bij trainen voor en deelname aan een recreatief hardloopevenement. In de toekomst is het de uitdaging om een financiële waardering aan deze verandering te hangen, en om ook dergelijke analyses bij andere breedtesportevenementen te verrichten.

Effecten van topsport-evenementen op sportparticipatie

In het verleden werd er gezegd dat de waarde van topsportevenementen lag in het verhogen van de sportparticipatie. Inmiddels is er echter veel onderzoek dat deze veronderstelling onderuit haalt. Het organiseren van een topsport-evenement leidt niet automatisch tot een verhoging van de sportparticipatie. Van een

eenduidig ‘Ard en Keessie effect’ of, afhankelijk van de generatie, ‘Pieter en Inge effect’ is namelijk geen sprake. Zo was er in de jaren zestig en zeventig geen effect te zien op de schaatsdeelname, en begin 2000 geen effect op de ledenaantallen van de KNZB (Bottenburg, van, et al., 2011¹⁰). Wel lijkt er een motiverend effect te zijn bij relatief nieuwe sporten die nog weinig bekendheid genieten, en voor sporten met een goede organisatie en infrastructuur (Bottenburg, van, et al., 2011¹⁰). Onderzoek in het Verenigd Koninkrijk (Weed, 2009⁶⁰) heeft ook bepaalde groepen aangewezen die wellicht geactiveerd kunnen worden door het kijken naar sportevenementen. Dit zijn mensen die al sporten en vaker gaan sporten dan wel gaan wisselen van sport, of mensen die vroeger gesport hebben en dit weer oppakken. Dus om een topsportevenement een aanjager te laten zijn van sportparticipatie, moet er meer gebeuren. Daarom heeft onder andere de gemeente Amsterdam aangegeven dat aan topsportevenementen side-events gekoppeld moeten worden die er primair op gericht zijn om andere maatschappelijke doelstellingen te bereiken. Dit kan zijn het in contact laten komen van Amsterdammers met een bepaalde sport, of het hoofdevenement meer onder de aandacht brengen. Cijfers over de effecten van deze spin-off evenementen zijn echter nog heel schaars. Dit wordt mede veroorzaakt door een gebrek aan – vooraf – duidelijk geformuleerde

doelstellingen. Indien we dit in de toekomst beter doen, zijn we ook beter in staat om uitspraken te doen over wat, hoe en onder welke omstandigheden topsportevenementen positief kunnen bijdragen aan de maatschappij.

Effect van paralympische spelen op beeldvorming rondom mensen met beperkingen

In de eerder genoemde verkennende maatschappelijke kosten-baten analyse van mogelijke Olympische Spelen in Nederland werden onder de eventuele olympische effecten ook de effecten op de acceptatie van mensen met een beperking genoemd (Blok et al., 2011⁸). Zeker voor de aankomende zomerspelen in Rio de Janeiro (2016) en Tokyo (2020) kan hier een enorme winst behaald worden, aangezien participatie, zichtbaarheid en acceptatie van deze doelgroep in deze landen heel laag te noemen is. Volgens het Internationaal Paralympisch Committee (2007³³) kunnen Paralympische Spelen hier een positieve verandering in teweegbrengen. In het handboek worden vier mogelijke legacy effecten van Paralympische Spelen genoemd, te weten:

1. een toegankelijke infrastructuur voor sportvoorzieningen en ook voor stedelijke ontwikkeling in zijn algemeenheid,
2. ontwikkeling van sportstructuren en organisaties voor mensen met een beperking op alle niveaus (van recreatief tot topsport),

3. veranderingen in attitude jegens mensen met een beperking en ook een verhoging van het zelfvertrouwen van de doelgroep,
4. het vergroten van mogelijkheden voor mensen met een beperking om volledig mee te kunnen doen in de samenleving.

Deze vier mogelijke legacy effecten zouden na elke Paralympische Spelen in kaart gebracht moeten worden. Echter, is de daadwerkelijke kennis hierover nog schaars en anekdotisch (Dickson et al., 2011¹⁹; Misener et al., 2013³⁸). Het beperkte onderzoek dat is uitgevoerd richt zich vooral op de economische en infrastructurele veranderingen. Onderzoek richting de sociale legacy is lange tijd genegeerd geweest en daarom helemaal zeer beperkt (Chalip, 2006¹³). Het onderzoek dat is uitgevoerd laat zien dat de genoemde en vaak geclaimde positieve effecten lang niet altijd ondersteund worden. Sommige onderzoekers zien zelfs dat Paralympische Spelen eerder een verslechtering in de perceptie en acceptatie van doelgroep bewerkstelligen dan een verbetering (Goggin en Newell, 2001²⁶); (Peers, 2009⁴²; 2012⁴³). Reden hiervoor was bijvoorbeeld het bevestigen van verschillen tussen de verschillende groepen (met beperking en zonder beperking) waardoor de stereotyperingen bevestigd werd en er geen verandering optrad in de acceptatie. Een recent rapport met een kwalitatief onderzoek voor, tijdens en kort na de Paralympische

Spelen in Londen was meer hoopgevend en liet zien dat mensen het makkelijker vonden om over beperkingen te praten en dat er meer bewondering was voor de doelgroep. (Hodges et al., 2014²⁹). Met betrekking tot de rol van de Paralympische Spelen om de sportmogelijkheden voor mensen met een beperking te verhogen, bestaat er ook zeer weinig evidentie. En het onderzoek dat er gedaan is, geeft een weinig positief beeld (Dickson et al., 2011¹⁹). Kortom, er bestaat weinig onderzoek dat de geclaimde legacy effecten van de Paralympische Spelen onderzocht heeft. Binnen het lectoraat willen wij de bestaande kennis aanvullen met nieuwe onderzoeken over de impact van de Paralympische Spelen in Rio de Janeiro en Tokyo.

Vervolgstappen

Het is ons doel om door het onderzoek van het lectoraat meer invulling te geven aan de mogelijke baten en kosten van sportevenementen.

1. We willen meer zicht krijgen op de effecten van sportevenementen op sportdeelname en gezondheid. Dit gaan we doen door bij grote topsportevenementen de side-events uitgebreid kwantitatief te evalueren. Zo kijken we bij het EK Atletiek 2016 naar wie er bereikt worden met de side-events, of er duidelijke doelen zijn gesteld, hoe mensen

met elkaar samenwerken en of ze een bijdrage leveren aan de sportdeelname. Ook brengen we op grotere schaal de waarde van breedtesportevenementen in kaart, waarbij wij ons niet alleen richten op de hardloopevenementen, maar ook op fiets- en wandelevenementen. Beide type sporten zijn zeer in ontwikkeling en het deelnemersveld heeft heel andere karakteristieken dan de hardlopers. De komende jaren blijft het lectoraat ook de economische impactstudies van evenementen binnen Amsterdam uitvoeren. Binnen de gemeente Amsterdam is het lectoraat inmiddels het eerste aanspreekpunt waar het gaat om het onderzoek naar de maatschappelijke of economische waarde van sportevenementen.

2. Tijdens de Paralympische Spelen in Brazilië doen we met een groep studenten kwalitatief en observatief onderzoek naar de perceptie en participatie van mensen met een beperking. Op zowel beleidsniveau als in de praktijk (bijvoorbeeld zorg en sport) wordt in kaart gebracht wat men meekrijgt van de Paralympische Spelen en wat de perceptie is over effecten aangaande acceptatie en mogelijkheden van de doelgroep. Ook worden er observaties gedaan om de huidige situatie voor mensen met een beperking in kaart te brengen. Doel

Aangepaste sport

is om dit onderzoek niet alleen tijdens de Paralympische Spelen uit te voeren, maar zeker ook op langere termijn te kijken. Op dit moment zijn we in samenwerking met de Universiteit van Utrecht, Hogeschool Windesheim en het Internationaal Paralympisch Committee aan het kijken hoe we dit onderzoek verder kunnen brengen.

3. Uiteindelijk willen we binnen het lectoraat graag antwoord geven op de vraag: “Wat is een goede manier en wat zijn goede uitkomsten om de waarde van deze evenementen te bepalen?”. Deze vraag kan niet op een eenduidige manier beantwoord worden, maar we zullen de resultaten van de eerder genoemde projecten, en resultaten van anderen synthetiseren om zo een antwoord hierop te vinden.

Hiervoor heb ik genoemd dat Paralympische Spelen mogelijk een bijdrage kunnen leveren aan de participatie en acceptatie van mensen met een beperking. Op dit moment hebben mensen met een beperking wereldwijd een achterstand vergeleken met mensen zonder beperkingen. Ook als we kijken naar sportdeelname zien we dat mensen met een beperking duidelijk minder meedoen aan sport dan mensen zonder beperking, terwijl de waarde van sport zeker of misschien juist voor deze doelgroep net zo groot is. De tweede onderzoekslijn van het lectoraat gaat in op deze beide thema's: de sportdeelname van mensen met een beperking en de waarde van sport voor mensen met beperkingen.

Sportparticipatie

Ongeveer een derde van de Nederlandse bevolking heeft één of meer chronische ziekten (Gijsen et al., 2014²⁴). Daarnaast ervaart zo'n 11% van de mannen en 15% van de vrouwen ouder dan 12 jaar fysieke belemmeringen (een motorische, visuele of auditieve beperking) (Gool, van et al., 2014²⁷) en heeft naar schatting 8,5% van de Nederlandse bevolking een verstandelijke beperking (Woittiez et al., 2014⁶²). Het hebben van een dergelijke beperking gaat vaak samen met een lagere deelname aan sport- en beweegactiviteiten. In de periode 2008-2011 sportte 60% van de volwassen Nederlandse bevolking (18-79 jaar)

wekelijks. Van de mensen met een motorische, visuele of auditieve beperking lag dit percentage diezelfde periode op respectievelijk 26%, 40% en 40%. Ook voldoen volwassen mensen met een beperking minder vaak aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB) dan mensen zonder beperking uit dezelfde leeftijdscategorie (resp. 42%, 55% en 55% vs. 64%) (Heiden, von, et al., 2013²⁹). In 2011 sportte ongeveer 26% van de Nederlandse kinderen met een verstandelijke en/of motorische beperking (5-14 jaar), 25% van de kinderen met een visuele beperking en 36% van de kinderen met een auditieve beperking op regelmatige basis (minimaal een keer per week). Bij leeftijdsgenoten zonder beperking lag dit percentage op 38% (Heiden, von, et al., 2013²⁹).

De sportparticipatie van mensen met een chronische ziekte, fysieke of verstandelijke beperking blijft dus achter bij die van mensen zonder ziekte of beperking. Dit is niet wenselijk, omdat sport en bewegen voor iedereen diverse gezondheidsvoordelen met zich meebrengt. Regelmatige fysieke activiteit heeft een gunstig effect op de bloeddruk, cholesterolwaarden, botdichtheid en het cognitief en psychosociaal functioneren, en verlaagt het risico op diverse chronische ziektes, waaronder hart- en vaatziekten, diabetes type 2, obesitas, borstkanker,

colonkanker, depressie en osteoporose (Physical Activity Guidelines Advisory Committee, 2008⁴⁴; O'Donovan et al., 2010⁴¹). Daarnaast heeft sport en bewegen bij veel van deze chronische ziektes een gunstig effect op het ziekteverloop en de kwaliteit van het leven (Physical Activity Guidelines Advisory Committee, 2008⁴⁴; Blair and Morris, 2009⁷).

Het lectoraat Kracht van Sport is projectleider van een EU Erasmus+ gefinancierd project Sport Empowers Disabled Youth (SEDY) gericht op het bevorderen van de sportdeelname van kinderen met een beperking. In alle partnerlanden (Italië, Litouwen, Portugal, UK, Frankrijk en Finland) binnen dit project is de sportdeelname van kinderen met een beperking significant lager

dan bij kinderen zonder beperking. Een recente systematische review (Shields et al., 2012⁴⁸) heeft gekeken naar bestaande studies die ingingen op barrières voor kinderen met een beperking om te sporten. Het bleek dat de afwezigheid van goede programma's een reden was om niet deel te nemen aan sport, maar dat er ook vaak te weinig kennis over bestaand aanbod was. Het SEDY project heeft als doel om vraag en aanbod met betrekking tot sport voor kinderen met een beperking beter op elkaar aan te laten sluiten. Dit gebeurt door in de verschillende partnerlanden in kaart te brengen wat precies de situatie is, welke cijfers er zijn en wat de best practices zijn om vraag en aanbod beter op elkaar af te stemmen. Vanuit de eerste inventarisaties en data zien we dat de situatie in Nederland in vergelijking met veel andere Europese landen nog relatief goed is. In Nederland bestaat er in elk geval aanbod. Zeker op de reguliere vindplaatsen, zoals revalidatie en binnen het speciaal onderwijs, bestaan er goede interventies om sport en kind of volwassenen met elkaar in contact te brengen. Zo heeft in Amsterdam het revalidatiecentrum Reade het sportloket voor volwassenen en kinderen met een beperking om hen makkelijker te kunnen begeleiden naar sport (CASA Reade). Daarnaast is het Special Heroes⁴⁹ programma ontwikkeld om leerlingen in het Speciaal Onderwijs te bereiken. Dit programma werkt met drie fases, waarin

er in eerste instantie binnenschools sport aangeboden wordt door sportverenigingen of andere sportaanbieders. Dit wordt gevolgd door een naschools of buitenschools aanbod, waarin sportverenigingen sport verzorgen op school of bij de vereniging aansluitend aan de schooltijd. Tenslotte is er nog de fase van de nazorg waarin het borgen van de continuïteit van het programma en de sportdeelname van de leerling centraal staat. Dergelijke interventies zijn in veel andere Europese landen absoluut niet gewoon, dit geldt zeker voor de landen in Oost- en Zuid-Europa. Ook in Nederland bestaan er nog flinke uitdagingen en deze liggen vooral in het bereiken van groepen die zich buiten deze reguliere 'vindplaatsen' bevinden. Daarnaast vinden er in de komende jaren, met de nieuwe wet op passend onderwijs, steeds meer kinderen met beperking een plek binnen het regulier onderwijs, waardoor Special Heroes⁴⁹ deze kinderen niet meer bereikt. Daarom moeten er andere manieren gevonden worden om deze kinderen toch te bereiken en met sport in aanraking te laten komen.

Om deze redenen is er in 2015 een nieuw landelijk gehandicaptensportbeleid ontwikkeld 'grenzeloos actief'. Doel van dit programma is het sportaanbod voor mensen met een beperking dichtbij huis beschikbaar te maken en zo veel mogelijk bij bestaande



sportverenigingen. Daarnaast zou iedereen met één druk op de knop moeten kunnen zien welk passend sportaanbod er in de directe omgeving te vinden is. Een mogelijke methode hiervoor is het project Uniek Sporten. Uniek Sporten heeft een loketfunctie voor mensen met een beperking, maar ook voor sportaanbieders en beschikt over een website (www.unieksporten.nl) om sportaanbod te kunnen vinden. Dit is echter alleen mogelijk als er structureel en goed wordt samengewerkt tussen verschillende partijen en stakeholders om zo een, volledig en up-to-date overzicht van het bestaande sportaanbod te hebben. Binnen het SEDY project willen we Uniek Sporten meenemen als best practice en onderzoeken of we dit project ook internationaal kunnen doorzetten.

De kennis die wij mede door het Europese SEDY project opdoen willen wij ook inzetten om de aangepaste sport in Amsterdam verder te versterken. Samen met de gemeente Amsterdam en NOC*NSF zijn wij een netwerk aan het opzetten waarin alle relevante organisaties binnen dit thema samenwerken. Een belangrijke rol is er daarbij voor studenten van onze hogescholen. Door middel van structurele stage- en onderzoeksplekken zijn wij in staat om de individuele sporter met een beperking nog beter te helpen. Daarbij willen wij ook leren van een Finse pilot in het SEDY

project PAPAI (Personal Adapted Physical Activity Instructor). In deze pilot worden studenten persoonlijke sportbegeleiders van een kind met een beperking. De student gaat uitgebreid in op de wensen, behoeften en mogelijkheden van het kind en zijn of haar omgeving, om vervolgens gezamenlijk de beste sportopties uit te kiezen. Na deze keuze zal de student het kind ook persoonlijk begeleiden naar de uitgekozen clubs om hem of haar zo op een veilige en vertrouwde manier met de sport kennis te laten maken.

Voor het inventariseren van de wensen, behoeften en mogelijkheden van de doelgroep maken we in het SEDY project gebruik van een vragenlijst welke samen met het kind ingevuld kan worden. In elk deelnemend land wordt deze lijst bij 500 kinderen getest. Doel hiervan is tweeledig: de sportbehoefte per land in kaart brengen en het instrument internationaal uittesten. Het project moet uiteindelijk gaan leiden tot een toolbox voor professionals om vraag en aanbod beter af te stemmen en zo meer kinderen aan sport te laten deelnemen.

Vervolgstappen

1. Zoals boven beschreven is onderdeel van het SEDY project een Finse pilot (PAPAI) gericht op het persoonlijk begeleiden van een kind met beperkingen richting sportbeoefening. Op basis van de evaluaties

van PAPAI gaan we ook een dergelijk programma voor de Nederlandse situatie ontwikkelen. Dit programma willen we vervolgens integraal inpassen in bestaande onderwijseenheden zodat het duurzaam bestendig kan worden. Het lectoraat is partner bij een ZonMW aanvraag in het programma ‘gewoon bijzonder’ waarin dit buddy systeem ook onderzocht gaat worden. Een belangrijk karakter van deze aanvraag is de nadruk op interdisciplinair samenwerken, waarin de verbinding tussen sport en welzijn expliciet gezocht wordt

2. Alle kennis die we opdoen met het SEDY project nemen we één op één mee en vertalen we door naar de Amsterdamse situatie. Samen met de gemeente Amsterdam en NOC*NSF zijn wij momenteel bezig om een netwerk op te richten met als doel in Amsterdam meer mensen met een beperking aan het sporten te krijgen.
3. Buiten de doelgroep kinderen met een beperking, zijn er nog vele andere doelgroepen waar de sport-, of in elk geval de beweegdeelname verhoogd zou moeten worden. Bijvoorbeeld revalidanten, ouderen en mensen met een psychische aandoening. Op dit moment zijn wij bezig een RAAK-publiek binnen dit thema voor te bereiden waarin we een e-health toepassing voor rolstoelgebonden mensen willen

ontwikkelen, met als doel om de leefstijl positief te beïnvloeden. Dit project wordt een samenwerking met onder meer Reade en de Faculteit Bewegingswetenschappen van de VU.

Sociale waarde

Voor iedereen is sport en beweging belangrijk, en voor mensen met een beperking geldt dit minstens zo sterk. Deelname aan sport is belangrijk voor kinderen met een beperking, aangezien het een positief effect kan hebben op hun ontwikkeling en kwaliteit van leven. Deze constatering wordt vaak gedaan door stakeholders uit de praktijk:

“We zien dagelijks dat sport kinderen zelfverzekerder maakt en dat sport hen stimuleert dingen op te pakken. Ik denk dat sport kinderen enorm veel kan leren. Dit geldt vooral voor kinderen met een beperking. Je ziet dat het voor hen toch heel vaak moeilijker is om aansluiting te vinden bij de maatschappij, waar kinderen zonder beperking gewoon in het wijkje op een trapveldje toch wel mee in aanraking komen. Je gaat als kind met een beperking naar het speciaal onderwijs, dus dan word je uit die wijkcontext gehaald. Sport is een heel goed middel om in contact te komen met anderen.” (Arjo Wijnhorst, Uniek Sporten).

Naast de overtuiging van velen dat de kracht van sport vele sociale voordelen kent voor mensen met een beperking, is er evenzeer behoefte aan invullende cijfermatige kennis hierover. Zo heeft het lectoraat het afgelopen jaar vanuit verschillende instanties zoals Special Heroes, Special Olympics en voormalig Onbeperkt Sportief (nu opgegaan in Kenniscentrum Sport) de vraag naar verdere gegevens over de sociale waarde van sport voor mensen met een beperking gekregen. De afgelopen tijd hebben wij ons dan ook vooral gebogen over de vraag hoe die sociale waarden geoperationaliseerd zouden moeten worden en daarmee hoe deze gemeten kunnen worden. De term 'empowerment' werd door veel betrokkenen gebruikt om de waarde van sport te duiden. Deelnemen aan sport zou de doelgroep kunnen 'empoweren'. Empowerment is een begrip uit de welzijnskant en wordt gedefinieerd als: "Een proces van versterking waarbij individuen, organisaties en gemeenschappen greep krijgen op de eigen situatie en hun omgeving en dit via het verwerven van controle, het aanscherpen van kritisch bewustzijn en het stimuleren van participatie." (Regenmortel, van, 2015⁴⁵). Empowerment is een 'multi-level' construct, waarbij minimaal twee niveaus worden onderscheiden: een individueel-psychologisch niveau en een meer collectief sociaal-politiek niveau. Empowerment stelt dat

veel sociale problemen structureel van aard zijn en mede worden veroorzaakt door een ongelijke toegang tot en verdeling van hulp- en steunbronnen. Het individueel-psychologisch niveau van empowerment wordt ook wel beschreven met behulp van de psychologische constructen 'locus of control' (Rotter, 1966⁴⁷) en 'self-efficacy' (Bandura, 1977⁵).

Wij hebben de keuze gemaakt om ons vooral te richten op het individueel-psychologische niveau van empowerment, zoals zelfvertrouwen om het effect van sport inzichtelijk te maken, aangevuld met effecten op de ervaren kwaliteit van leven. Voor het bepalen van de ervaren kwaliteit van leven kan gebruik worden gemaakt van het door de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) vastgestelde International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF) (WHO, 2001). De ICF is een begrippenkader waarmee het mogelijk is het functioneren van mensen en de eventuele problemen die mensen in het functioneren ervaren te beschrijven, plus de factoren die op dat functioneren van invloed zijn (RIVM, 2002⁴⁶). Één van de drie perspectieven van de ICF is participatie, daarmee nadrukkelijk aangevend dat participeren een belangrijke determinant van het menselijke functioneren is en een belangrijke factor voor het bepalen van de ervaren kwaliteit van leven.

Wij zijn begonnen om met de inzet van studenten pilotonderzoeken uit te voeren naar de waarde van sport voor verschillende groepen van mensen met beperkingen. Zo gaan we bij kinderen met zintuiglijke en motorische beperkingen de waarde van sport op zelfvertrouwen meten via een samenwerking met Special Heroes. Voor

mensen met een verstandelijke beperking doen we dit door deelnemers aan de Special Olympics te volgen. De Special Olympics is in 1968 opgericht en heeft wereldwijd meer dan 4,5 miljoen sporters die actief zijn binnen één van de programma's. De missie van Special Olympics is het aanbieden van training en wedstrijden in verschillende



Fotograaf: Frederic Pauwels

sporten voor kinderen en volwassenen met een verstandelijke beperking. Hieronder vallen naast bijvoorbeeld mensen met het syndroom van Down, ook mensen met een stoornis in het autistische spectrum (Special Olympics, z.d). Vlaggenschip van de Special Olympics zijn de World Games die om de twee jaar worden gehouden, afwisselend een zomer- en een wintersporteditie. Deelname aan deze spelen is mogelijk voor iedereen uit de doelgroep die heeft deelgenomen aan de nationale Special Olympics, waarbij selectie geschiedt op basis van loting en niet op basis van prestaties. Daarnaast worden in elk land ook nationale en regionale spelen en andere sportevenementen georganiseerd. Wij beginnen met het volgen van deelnemers aan de nationale en regionale spelen en willen dit verder uitbreiden. Op deze wijze willen we inzicht krijgen of, en zo ja hoe, sport(eventen)en bijdragen aan zelfvertrouwen en kwaliteit van leven. Op dit onderwerp heeft een van de kenniskringleden een NWO promotiebeurs aangevraagd. Ook hier ervaart de praktijk dat Special Olympics activiteiten in het algemeen, en de World Games in het bijzonder, een groot effect hebben op de deelnemers en hun directe sociale omgeving. Onderzoek uit 2011 (Blok, 2011⁸) heeft een aanwijzing gegeven dat met name het zelfvertrouwen van de deelnemers aan de World Games (sterk) is verbeterd.

Dit onderzoek is echter kwalitatief van aard en er is nu behoefte aan meer kwantitatieve gegevens.

Vervolgstappen

1. Om goed in staat te zijn om een meer kwantitatieve uitspraak te doen over de sociale waarde van sport voor mensen met een beperking, is het noodzakelijk dat we gezamenlijk met het werkveld een keuze maken voor de juiste meetinstrumenten. Zeker gezien de enorme breedte van de doelgroep (we hebben het immers over kinderen en volwassenen en over mensen met verstandelijke en/of motorische beperkingen) is er geen 'one size fits all' aanpak. De gekozen meetinstrumenten worden komend jaar uitvoerig getest met betrekking tot gebruikersgemak en informatiewaarde.
2. Het uiteindelijke meetinstrument wordt vervolgens ingezet om de waarde van sport inzichtelijk te maken voor mensen met een beperking. Dit zullen we in elk geval doen door deelnemers aan Special Heroes en de Special Olympics te monitoren. Dergelijke projecten passen goed binnen de nieuwe kennisagenda sport op het thema 'waarde van sport'. We verwachten dan ook dat we in de toekomst hier grotere projecten op kunnen starten.

Het lectoraat en de opleidingen

Zoals in het begin beschreven, is het doel van de onderzoeksprojecten van het lectoraat om bij te dragen aan de uitdagingen van de twee hogescholen te weten 'urban vitality' en de 'gezonde samenleving'. Ik hoop dat ik u in het voorafgaande heb weten te overtuigen dat de projecten daar op veel verschillende manieren aan bij dragen: zowel direct als door kennisontwikkeling en valorisatie. Direct, doordat we in samenwerking met de gemeente Amsterdam:

1. projecten opstarten om meer mensen in beweging te krijgen door het toepassen van technologie en
- 2) door het mede vormgeven van een netwerkfunctie om meer mensen met beperkingen te laten sporten.

Kennisontwikkeling voor urban vitality en een gezonde samenleving is vooral te vinden in de onderzoeksprojecten die laten zien hoe apps en e-health kunnen bijdragen aan de ontwikkeling van gezonde en actieve burgers. Daarnaast hopen we door kennisoverdracht over de waarde van sportevenementen en over de waarde van sport voor mensen met beperkingen, gemeenten, overheid, politiek en commerciële partijen te overtuigen om te (blijven) investeren in sport, en zodoende bij te dragen aan een gezonde samenleving.

Alleen onderzoeksprojecten en resultaten zijn uiteraard niet voldoende om de uitdagingen van de hogescholen te bereiken. Ook het

opleiden van goed toegeruste sport- en leefstijlprofessionals is daarvoor essentieel. Dit doen wij door:

- A. kennis van het lectoraat te laten doorvloeien in de onderwijscurricula van de opleidingen,
- B. studenten te laten participeren in onderzoeksprojecten,
- C. het organiseren van extracurriculaire lezingenreeksen over de kracht van sport, en
- D. professionalisering van de medewerkers.

ad A

De opbrengsten van het onderzoek binnen het lectoraat Kracht van Sport zijn in elk geval van belang voor het onderwijs binnen de opleidingen Sport en Bewegen van Hogeschool Inholland en voor de opleidingen Sport Management en Ondernemen (SM&O), International Sport Management and Business (ISMB) en de Academie voor Lichamelijke Opvoeding (ALO) van de Hogeschool van Amsterdam. Bij deze opleidingen is kennis over de waarde van sport en het verhogen van sportdeelname essentieel voor de toekomstige professionals. Resultaten vanuit de onderzoekslijn 'aangepaste sport' worden geïncorporeerd in het uitstroomprofiel aangepast sporten van de opleiding Sport en Bewegen van Inholland. Ook zijn we aan het bekijken of we onder het lectoraat een nieuwe

masteropleiding kunnen ontwikkelen voor de Hogeschool van Amsterdam en Hogeschool Inholland over aangepast sporten. Onderzoek inzake de sociale waarde van sport kan gebruikt worden in de Sport for Development minor van ISMB van de Hogeschool van Amsterdam, maar ook binnen de Faculteit Maatschappij en Recht van diezelfde hogeschool en binnen de welzijnsopleidingen van Hogeschool Inholland. Binnen SM&O en ISMB bestaan er een aantal vakken over sportevenementen, de onderzoeksprojecten van het lectoraat op dit thema komen hier aan bod. Daarnaast worden de resultaten gebruikt in de minor Business of Sport Events van de Faculteit Economie en Management van de Hogeschool van Amsterdam. Het nieuw te starten RAAK-publiek project over een beslistool voor sportapps biedt ook veel kansen op nieuwe inzichten en interessante kennis die geschikt is voor aanstaande leefstijlprofessionals of sportmanagers.

Binnen het domein Techniek, Ontwerpen en Informatica (TOI) van Hogeschool Inholland wordt momenteel een module ontwikkeld met als onderwerp e-health. Het lectoraat Kracht van Sport is betrokken bij de totstandkoming hiervan.

Ad B

Het lectoraat begeleidt studenten en laat hen tevens participeren in de hiervoor genoemde onderzoeksprojecten (tijdens het afstuderen). In studiejaar 2015-2016 studeren er ongeveer 15 studenten af binnen onderzoeksprojecten van het lectoraat. Daarnaast participeren verschillende honoursstudenten van de opleidingen SM&O en ISMB in kleinere onderzoeksprojecten van het lectoraat. In de tweede- en derdejaars onderzoeksvakken van SM&O gaan studenten in groepsverband aan de slag met de lectoraatsprojecten. Ook participeren er studenten vanuit de VU bij de projecten. Interessant is dat komende zomer een groep studenten in het kader van de Kracht van

Sport reeks over aangepast sporten een klein onderzoeksproject zal uitvoeren over de impact van de Paralympische Spelen op het beeld over mensen met beperkingen in Rio de Janeiro.

Ad C

In combinatie met het lectoraat Topsport en Onderwijs, is er door het lectoraat vier jaar op een rij onderwijs gegeven over de kracht van sport. Deelnemende studenten kwamen zowel van Hogeschool Inholland, Hogeschool van Amsterdam, UvA als van andere hoger onderwijsinstellingen in Nederland. Daarnaast waren bij deze lezingen steeds ongeveer 150 professionals uit het werkveld aanwezig. Deze toehoorders waren werkzaam in en afkomstig uit verschillende velden: onderwijs, gemeenten, beleid, politiek en de sport. Dit jaar staat de lezingenreeks in het teken van de aangepaste sport en verwachten we weer een diversiteit en hoeveelheid aan deelnemers, met name vanuit de participerende hoger

onderwijsinstellingen: Hogeschool van Amsterdam, Hogeschool Inholland, de Haagse Hogeschool, Hogeschool Windesheim en Hanze Hogeschool. Op het moment van schrijven hadden we al 150 aanmeldingen vanuit studenten.

Ad D

In de kenniskring en derhalve de onderzoeksprogramma's van het lectoraat, participeren docenten die hierdoor hun eigen kennis en kunde rondom onderzoek kunnen verbeteren. Dit is het geval op zowel de inhoud als op de methoden. Dit werkt ook faciliterend voor het actualiseren van onderwijs, door het mogelijk te maken om studenten met de meest recente onderzoeksresultaten in contact te brengen. Daarnaast is de lector direct betrokken en deels mede verantwoordelijk voor de kwaliteit van het afstuderen bij de opleiding Sport en Bewegen van Inholland en verzorgt het lectoraat bijscholingslessen voor afgestudeerde docenten.





Reflectie en ambitie

Ik nader hierbij het einde van mijn lectorale rede en de vraag kan bij u zijn opgekomen of de nu geschetste projecten wel het gehele palet van de Kracht van Sport dekken. Ik kan u het antwoord daarop geven en dat is “neen”. En wel om twee redenen, ten eerste: ik doe nog veel meer, en ten tweede is het misschien ook een utopie om te verwachten dat onder een lectoraat alle vragen beantwoord kunnen worden die vallen onder het thema de kracht van sport. De titel van het lectoraat is daarmee misschien tegelijkertijd de zwakte alsook de sterkte. De sterkte omdat de titel zeer aansprekend is en vele organisaties het lectoraat weten te vinden op het moment dat zij vragen – welke dan ook – hebben over de kracht van sport. Zo hebben we een meerjaren afspraak met het Jeugdsportfonds Amsterdam om te evalueren hoe er meer kinderen bereikt kunnen worden door het fonds, en doen we in opdracht van vier verschillende Universitaire Sportcentra onderzoek naar de waarde van sportdeelname voor studenten. Ook valt te merken dat het lectoraat vaak dient als initiator van nieuwe projecten en verbindingen. Door de titel is het meer dan logisch om verbindingen richting de zorg te maken, maar ook richting de maatschappij en het bewegingsdebat. Heel concreet gebeurt dit ook in de bestaande verbindingen met de opleidingen MBRT en Verpleegkunde van Inholland. Ook zijn we

verbindingen aan het zoeken met welzijn binnen het Domein Gezondheid, Sport en Welzijn. Door de decentralisatie liggen er meer verantwoordelijkheden bij de gemeenten. Er wordt daarin volop gezocht hoe sport een rol kan hebben bij de maatschappelijke uitdagingen. Hierdoor gaat sport steeds meer aansluiten bij de WMO (Wet Maatschappelijke Ondersteuning) en is het evident dat een samenwerking met welzijn nodig is om een verschil te kunnen maken. Buiten het eigen domein vinden er binnen Hogeschool Inholland ook samenwerkingen plaats. Bijvoorbeeld in het binnenkort op te richten Inholland Health & Technology Centre: een samenwerking van het domein Gezondheid Sport en Welzijn en het domein Techniek, Ontwerpen en Informatica. Maar ook binnen het Amsterdam Creative Industries Netwerk waar Inholland een van de partners in is. Binnen de Hogeschool van Amsterdam is er een samenwerking met de faculteit Digitale Media en Creatieve Industrie, deze is vooral gericht op onderzoek naar de rol van technologie voor het in beweging krijgen van mensen. Ook is er een samenwerking met de faculteit Maatschappij en Recht, waar de sociale waarde van sport centraal staat. Deze verbindingfunctie is een belangrijke functie van het lectoraat, zeker gezien de interdisciplinaire vraagstukken die benoemd worden in de startdocumenten die benoemd worden in de startdocumenten van urban vitality en de gezonde samenleving.

Naast samenwerking binnen de eigen hogescholen werkt het lectoraat ook veelvuldig samen met andere onderzoeks- en onderwijsinstellingen. Zo werkt het lectoraat intensief samen met het Move to Be lectoraat van Fontys waar het gaat om de rol van technologie, met de Universiteit Utrecht waar het gaat om evenementenonderzoek en met Reade/VU betreffende aangepaste sport.

De geschetste breedheid van het lectoraat moet echter niet de benodigde diepgang in de weg gaan zitten en deze moet zich echt bevinden binnen de besproken onderzoekslijnen ‘sportdeelname’ en ‘aangepaste sport’.

Dit betekent voor het lectoraat dat er keuzes gemaakt dienen te worden en dat er soms ‘nee’ gezegd moet worden op interessante en/of belangrijke onderzoeksvragen dan wel projecten.

Dit alles overziend is het goed om vast te stellen dat het mijn uiteindelijk ambitie is om door middel van mijn lectoraat bij te dragen aan een actieve en gezonde samenleving in het algemeen, en een vitaal Amsterdam in het bijzonder.



Dankwoord

Net zoals in de sport komt een topprestatie nooit alleen toe aan één individu. Alles wat ik u hier verteld heb, is het resultaat van een teamprestatie. Als eerste wil ik mijn teams rondom sportdeelname en aangepaste sport heel erg bedanken voor hun tomeloze inzet en energie. Voor de pijler sportdeelname zijn dit Joan Dallinga, Vera Dekkers, Jet van der Werf, Anne de Schutter en Nicky Nibbeling en voor de pijler aangepaste sport Afke Kerkstra, Martin Breedijk en Jasmijn Holla. Naast dit team ben ik ook heel dankbaar dat ik deel mag zijn van twee ijzersterke onderzoeksgroepen met dito lectoren. Bij de Hogeschool van Amsterdam is dit de sportonderzoeksgroep met daarin de lectoren Huub Toussaint, Cees Vervoorn, Peter Weijs, Janine Stubbe, Matthijs Hofmeister, Geert Savelsbergh, Raoul Oudejans en Lea den Broeder ondersteund door Niek van Ulzen. En bij Hogeschool Inholland is dit de onderzoeksgroep Gezondheid en Zelfmanagement met daarin lectoren Harmen Bijwaard, Berno van Meijel en Robbert Gobbens.

De vele projecten die het lectoraat uitvoert gaan vaak in samenwerking met andere lectoren en onderzoekers. Ook hen ben ik veel dank verschuldigd, bijvoorbeeld Joey van der Bie en Ben Krose. Dank, zonder jullie was er geen BAMBEA project geweest. Steven Vos, dank je wel voor de samenwerking binnen het

‘voor iedereen een app’ project en hopelijk nog verdere toekomstige projecten. Ook dank aan de prettige samenwerking binnen de groep van Nederlandse sportlectoren. Dan is er nog een grote lijst met samenwerkingsorganisaties die allemaal heel belangrijk zijn in de aanvang of uitvoer van projecten. Ik wil daarom de volgende organisaties (in alfabetische volgorde) en personen danken:

- Amsterdam Institute of Sport Science (Neal Damen)
- DSP groep (Dide van Berkel)
- Esther Vergeer Foundation (Marie-Louise Lemmen, Esther Vergeer)
- Faculteit Maatschappij en Recht, HvA (Rick Kwekkeboom)
- FISA (Andrew Couper)
- Fonds Gehandicaptensport (Nike Boor)
- Gemeente Alkmaar (Olivier Helmstrijd)
- Gemeente Amsterdam (Henk Stokhof, Norbert Krijnen, Bertram Bouthoorn en Judith Paauw)
- Hogeschool Windesheim (Guy Steenweg)
- Jeugdsportfonds Amsterdam (Pim Storm, Diederik Nelissen en Nelleke Penninx)
- Kenniscentrum Sport (Marjo Duijf, Erik de Winter, Lilian van den Berg, Robert Gelinck en Remco Boer)
- le Champion (Jan Willem Mijderwijk, Tom Oosterwegel en Cees Pronk)
- Ministerie van VWS (Elvira Stinissen, Jasmijn Willemsen en Mariken Leurs)

- Mulier instituut (Paul Hover)
- NOC*NSF (Rita van Driel)
- Reade (Thomas Janssen, Martin Fluit)
- Sensei projectgroep (in het bijzonder Vikas Kannav)
- Special Olympics (Ragna Schapendonk)
- Sport2B (Pieter Verhoogt)
- Stadsdeel Nieuw-West gemeente Amsterdam (Ronald Mauer en Eveline Demeyer)
- Stichting EK atletiek (Yvonne Tamminga)
- Uniek Sporten (Arjo Wijnhorst)
- Universitair Sportcentrum UvA (Theo van Uden)
- Universiteit Utrecht (Frank van Eekeren en Bake Dijk)
- Urban Vitality (Ellen Vermeulen en Marieke Jansen)
- Vereniging Sportgeneeskunde (Anja Bruinsma en Kelley Post)
- Werkgroep Evaluatie Sportevenementen (Mark van de Heuvel en Willem de Boer)

Twee werkplekken betekent ook heel veel collega's. Deze collega's ga ik allemaal niet bij naam noemen, maar wil ik wel bedanken voor alle gezelligheid. Bij Hogeschool Inholland wil ik nog extra Vera van Waardenburg bedanken voor alle heel fijne bila's en Bianca van Kester voor het becommentariëren van mijn rede. Ook zijn er inmiddels heel veel studenten op één of andere manier betrokken bij het

lectoraat, bijvoorbeeld als deelnemer aan de kracht van sport reeks, als afstudeerder, als student die vrije studiepunten aan onderzoek wil besteden en als student in reguliere curricula waar het onderzoek van het lectoraat doorheen gevlochten is. Ook veel dank aan jullie allemaal.

Zoals eerder genoemd is Cees Vervoorn heel belangrijk geweest bij de totstandkoming van dit lectoraat. Maar ook Jacomine Ravensbergen was onmisbaar hiervoor. Zij heeft mij eind 2013 min of meer de vrije hand gegeven om een eigen lectoraatsprogramma op te starten. Dank beiden!

Daarnaast hebben Ans Hegeman, Vera van Waardenburg en Heleen Jumelet zich heel hard gemaakt, en daarbij soms buiten de gebaande paden gewandeld, om dit lectoraat ook bij Hogeschool Inholland te installeren. Heel veel dank hiervoor!

Dan mijn kamergenoten Cees en Dennis, naast heel hard werken, houden we alle drie van heel hard fietsen en lekkere bieren drinken. Ik beleef veel inspiratie, energie en lol in de kamer, maar ook buiten de kamer.

Lieve familie en vrienden, dank voor al jullie liefde en begrip (en soms zorgen) voor mijn harde werken. Lieve Job, dank voor de steun,

liefde, de broodnodige ontspanning en leuke dingen die we doen. En tot slot, lieve Olle en lieve Jette, al die reizen naar het buitenland van mij vinden jullie al vervelend en nu moesten jullie ook nog 40 minuten stilzitten en naar mij luisteren. Sorry, nog heel even en dan mogen jullie weer bewegen. Ik hoop dat ik jullie inspireer om je dromen na te leven en de overtuiging te hebben dat werk echt heel leuk kan zijn.

Tot slot wil ik u allen van harte bedanken voor uw belangstelling. Ik dank het College van Bestuur van de twee hogescholen voor het in mij gestelde vertrouwen en voor het instellen van het lectoraat Kracht van Sport. Ook wil ik het bestuur van de faculteit Bewegen, Sport en Voeding van de Hogeschool van Amsterdam bedanken, in het bijzonder de decaan Jacomine Ravensbergen en het bestuur van het Domein Gezondheid, Sport en Welzijn Hogeschool Inholland, in het bijzonder de directeur Heleen Jumelet.

CV

Marije Baart de la Faille - Deutekom (1977) is in 2001 afgestuurd als bewegingswetenschapper aan de Vrije Universiteit van Amsterdam. In oktober 2015 is zij gepromoveerd aan de Faculteit der Geneeskunde van de Universiteit van Amsterdam. Na haar promotie heeft zij enkele jaren gewerkt als post-doc onderzoeker bij de afdeling Epidemiologie en Biostatistiek en de afdeling Sociale Geneeskunde. Haar onderzoek focuste zich op dat moment op de relatie tussen screening en leefstijl en naar de waarde van een beweegprogramma op de gezondheid van allochtone vrouwen. In 2011 begon zij haar eigen onderzoeksbureau Bureau Beweeg en deed verschillende opdrachten voor hogescholen. Eind 2012 kwam zij deeltijds in dienst bij de opleiding Sport en Bewegen van Hogeschool Inholland als afstudeerbegeleider en hoofd onderzoek en in januari 2014 als hogeschoolhoofddocent bij de faculteit Beweging, Sport en Voeding. Sinds januari 2015 is zij lector Kracht van Sport aan de Hogeschool van Amsterdam en sinds september 2015 bij Hogeschool Inholland. Marije heeft ruim 70 wetenschappelijke publicaties en rapporten op haar naam staan. Naast haar werk is Marije een frequent sportbeoefenaar, in haar vrije tijd ontspant ze zich graag door wielrennen en hardlopen.



Referenties

1. Baart de la Faille - Deutekom, M., Verhoogt, P. (2015a). WC Rowing 2014: economic impact/visitor and volunteer satisfaction. Amsterdam
2. Baart de la Faille - Deutekom, M., Verhoogt, P. (2015b). TCS Amsterdam Marathon 2014: economische impact, tevredenheid, gezondheidseffecten. Amsterdam
3. Baart de la Faille - Deutekom, M. (2014). Wie gebruiken er een app bij trainen voor een hardloopevenement en wat zijn de effecten hiervan? Dag van het Sportonderzoek 2014
4. Baart de la Faille - Deutekom, M. (2015). Differences in motives for running and perceived importance of app functionalities between fast and slow runners. ECSS 2015, Malmö, Sweden.
5. Bandura, A. Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychol Rev* 1977;84:191-215.
6. Bauman, A., Murphy, N., Lane, A. The role of community programmes and mass events in promoting physical activity to patients. *Br J Sports Med*. 2009;43(1):44-46.
7. Blair, S.N., & Morris, J.N. Healthy hearts - and the universal benefits of being physically active: physical activity and health. *Ann Epidemiol* 2009;19:253-256.
8. Blok, M. (2011). Wat is de invloed van deelname aan de Special Olympics World Games op de mentale fitheid van de deelnemers?. Afstudeeropdracht. Bunnik, Nederland: Special Olympics Nederland.
9. Blok, P., Fernhout, G., Gerdes, E., Kandel, H., Schenk, S., Tunnel, C., & Bridges, T. (2011). Verkenning maatschappelijke kosten en baten van de Olympische en Paralympische Spelen 2028 in Nederland : eindrapport (98 p. bijl. fig. tab. Met lit. opg.). Rotterdam/ Amsterdam: Rebel/ Arup.
10. Bottenburg, van, M., Elling, A., Hover, P., Brinkhof, S., & Romijn, D. (2011). De maatschappelijke betekenis van topsport. Literatuurstudie in opdracht van het ministerie van VWS. Utrecht: Universiteit Utrecht/Mulier Instituut.
11. Breedveld, K., & Hoekman, R. (2011) Measuring sports participation in the Netherlands. The need to go beyond guidelines. *European Journal for Sport & Society*, 8(1/2), 117-132.
12. CASA Reade. Het sportloket. Geraadpleegd op 7/1/16. <https://casa.reade.nl/sportloket>
13. Chalip, L. (2006) Towards social leverage of sport events, *Journal of Sport Tourism*, 11(2), pp. 109-127.
14. Chatton, A., & Kayser, B.E. (2013). Self-reported health, physical activity and socio-economic status of middle-aged and elderly participants to a popular road running race in Switzerland: better off than the general population? *Swiss Med Wkly*, 143:1-9.
15. Collard, D.C.M., & Hoekman, R. (2013). Sportdeelname in Nederland : 2006-2012 : factsheet (4 p. fig.). Utrecht: Mulier Instituut.
16. Cowan, L.T., Wagenen, van, S.A., Brown, B.A., Hedin, R.J., Seino-Stephan, Y., Hall, P.C., & West, J.H. (2013). Apps of steel: are exercise apps providing consumers with realistic expectations?: a content analysis of exercise apps for presence of behavior change theory. *Health Educ Behav* 40,133-139.
17. Dallinga, J.M., Werf, van der, J., Baart de la Faille - Deutekom, M. (2016). Evaluatie Dam tot Damloop 2015.
18. Dallinga, J.M., Mennes, M., Alpay, L., Bijwaard, H., Baart de la Faille - Deutekom, M. (2015) App use, physical activity and healthy lifestyle. *BMC Public Health*, 15:833
19. Dickson, T., Benson, A.M., & Blackman, D. (2011). Developing a framework for evaluating Olympic and Paralympic legacies: looking beyond the fun and games. *Journal of Sport & Tourism*, 16(4). doi:10.1080/14775085.2011.635014
20. Direito, A., Dale, L.P., Shields, E., Dobson, R., Whittaker, R., & Maddison, R. (2014). Do physical activity and dietary smartphone applications incorporate evidence-based behaviour change techniques? *BMC Public Health*, doi: 10.1186/1471-2458-14-646.
21. Fanning, J., Mullen, S.P., & McAuley, E. (2012). Increasing physical activity with mobile devices: a meta-analysis. *J Med Internet Res* 2012, 14(6).
22. Fogg, 'A behavior model for persuasive design', *Proc. 4th Int. Conf. Persuas. Technol. - Persuas. '09*, p. 1, 2009.
23. Foster, C., Richards, J., Thorogood, M., & Hillsdon, M. (2013). Remote and web 2.0 interventions for promoting physical activity. *The Cochrane Library* 2013.

24. Gijzen, R., Oostrom, van, S.H., Schellevis, F.C. Hoeveel mensen hebben één of meer chronische ziekten? Volksgezondheid Toekomst Verkenning, Nationaal Kompas Volksgezondheid. Bilthoven: RIVM; 2014.
25. Glynn, L.G., Hayes, P.S., Casey, M., Glynn, F., Alvarez-Iglesias, A., Newell, J., O'Laighin, G., Heaney, D., O'Donnell, M., & Murphy, A.W. (2014). Effectiveness of a smartphone application to promote physical activity in primary care: the SMART MOVE randomised controlled trial. *Br J Gen Pract*, 64(624):384-391.
26. Goggin, G., & Newell, C. (2001). Crippling paralympics? Media, disability and olympism. *Media International Australia*, 97, 71-93.
27. Gool, van, C.H., Snijders, B.E.P., Savelkoul, M. Lichamelijk functioneren: Hoeveel mensen hebben beperkingen? In: RIVM, ed. Volksgezondheid Toekomst Verkenning, Nationaal Kompas Volksgezondheid. Bilthoven: 2014.
28. Heijden, von, A., Dool, van den, R., Lindert, van, C., Breedveld, K. (2013). (On)beperkt sportief 2013: monitor sport- en beweegdeelname van mensen met een handicap (243 p. bijl. fig. ill. tab. Met lit. opg. ISBN: 9789054722588). Utrecht/Nieuwegein: Mulier Instituut/Arko Sports Media.
29. Hodges, C.E., Jackson, D., Scullion, R., Thompson, S., & Molesworth, M. (2014). Tracking changes in everyday experiences of disability and disability sport within the context of the 2012 London Paralympics.
30. Hogeschool Inholland. (2015) De gezonde samenleving: Inspiratievisie Domein Gezondheid, Sport en Welzijn. Amsterdam: auteur.
31. Hogeschool van Amsterdam, Urban Vitality, geraadpleegd op 7/1/16. www.hva.nl/urban-vitality/over-uv
32. Hover, P., Romijn, D. (2011). Evenementenlopers winnen terrein. Onderzoek naar de succesfactoren van middelgrote loopevenementen op grond van de motivatie, beleving en waardering van de deelnemers. 's-Hertogenbosch: Mulier Instituut.
33. International Paralympic Committee. (2007). IPC Handbook, Section 1 Chapter 3 Paralympic Games Chapter. Retrieved from www.paralympic.org/TheIPC/HWA/Handbook
34. Janssen, M., Vos, S., Brombacher, A., Scheerder, J. (2014). Hardlopen is gezond? De rol van gezondheid gerelateerde producten en diensten. *Sportgericht*, 68(6), 20-23.
35. Kranz, M., Möllerb, A., Hammerla, N., Diewald, S., Plötz, T., Olivier, P. & Roalter, L. (2013). The mobile fitness coach: Towards individualized skill assessment using personalized mobile devices. *Pervasive and Mobile Computing*, 9(2), 203-215.
36. Laranjo, L., Arguel, A., Neves, A.L., Gallagher, A.M., Kaplan, R., Mortimer, N., Mendes, G.A., & Lau, A.Y. (2015). The influence of social networking sites on health behavior change: a systematic review and meta-analysis. *J Am Med Inform Assoc.*, 22(1):243-256.
37. Middelweerd, A., Mollee, J.S., Wal, van der, C., Brug, J., & Velde, te, S.J. (2014). Apps to promote physical activity among adults: a review and content analysis. *Int J Behav Nutr Phys Act*, 11(1):97.
38. Misener, L., Darcy, S., Legg, D., Gilbert, K. Beyond Olympic Legacy: Understanding Paralympic Legacy Through a Thematic Analysis. *Journal of Sport Management*, 2013, 27, 329-341
39. Murphy, N.M., Bauman, A. Mass sporting and physical activity events: Are they bread and circuses or public health interventions to increase population levels of physical activity? *Journal of Physical Activity and Health*. 2007;4:193-202.
40. Nooij, de, M., Horsseleberg, P. (2014). Dam tot Damloop: economische en maatschappelijke waarde (71 p. tab. ISBN: 9789059729476). Amsterdam: Hogeschool van Amsterdam.
41. O'Donovan, G., Blazevich, A.J., Boreham, C. et al. The ABC of Physical Activity for Health: A consensus statement from the British Association of Sport and Exercise Sciences. *Journal of Sports Sciences* 2010;28:573-591.
42. Peers, D. (2009) (Dis)empowering Paralympic histories: absent athletes and disabling discourses, *Disability & Society*, 24(5) p. 653-665.
43. Peers, D. (2012) Interrogating disability: the (de)composition of a recovering Paralympian, *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 4(2) p. 175-188.
44. Physical Activity Guidelines Advisory Committee. Physical Activity Guidelines Advisory Report. 2008. Washington, DC: U.S., Department of Health and Human Services.
45. Regenmortel, van, T. Empowerment als uitdagend kader voor sociale inclusie en moderne zorg. *Journal of Social Intervention: Theory and Practice* 2015;18:22-42.
46. RIVM. ICF, Nederlandse vertaling van de 'International Classification of Functioning, Disability and Health. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum, 2002.
47. Rotter, J.B. Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied* 1966;80:1-28.
48. Shields, N., Synnot, A.J., Barr, M. Perceived barriers and facilitators to physical activity for children with disability: a systematic review. *Br J Sports Med* 2012;46:989-997.
49. Special Heroes. Geraadpleegd op 7/1/16.
50. Stephens, J., & Allen, J. (2013). Mobile phone interventions to increase physical activity and reduce weight: a systematic review. *J Cardiovasc Nurs*, 28(4):320-329.
51. Stevinson, C., & Hickson, M. (2014). Exploring the public health potential of a mass community participation event. *J Public Health (Oxf)*, 36(2):268-274.
52. Tiessen-Raaphorst, A. (2010) Sportdeelname. In: Tiessen-Raaphorst, A., Verbeek, D., Haan, de, J., Breedveld, K. (Eds.). Sport: een leven lang. Rapportage sport 2010 (p. 47-68). Den Haag/'s-Hertogenbosch: Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP)/W.J.H. Mulier Instituut.
53. Tiessen-Raaphorst, A. (2015). Rapportage sport 2014 (316 p. bijl. fig. ill. tab. Met lit. opg. ISBN: 9789037707311). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP).
54. United Nations. Article 30 - Participation in cultural life, recreation, leisure and sport. Geraadpleegd op 7/1/16: www.un.org/disabilities/default.asp?id=290
55. Verhagen, & E., Bolling, C. (2015). Protecting the health of the @hlete: how online technology may aid our common goal to prevent injury and illness in sport. *Br J Sports Med.*, doi: 10.1136/bjsports-2014-094322. [Epub ahead of print].
56. Vickey, T. (2012). Estimating the long term effectiveness of mobile fitness apps and exercise motivation: a pilot study. Paper presented at Medicine 2.0, 2012.
57. Vos, S., Scheerder, J. (2013) Sport- & beweegmanagement in de lage landen. Strategisch en operationeel managen van sport- en beweegorganisaties (Management & Bestuur in Sport 5). Gent: Academia Press.
58. Vos, S., Scheerder, J., Janssen, M., Walravens, R., Goudsmit, J., Thibaut, E. (2015a). Meer dan de som der delen. Hardloopevenementen en deelnemerssegmenten. In: Scheerder, J., Vos, S. (Eds). Geen sportcultuur zonder sportinfrastructuur. Management en marketing van sportaccommodaties en sportevenementen (pp. 300-324) . (Management & Bestuur in Sport 8). Gent: Academia Press.
59. Vos, S., Janssen, M., Goudsmit, J., Bovens, J., Stoof, R. & Lauwerijssen, C. (2015b). Creating light and personalised running experiences: an app development study. Eindhoven: Fontys University of Applied Sciences - School of Sport Studies.
60. Weed, M. (2009). The potential of the demonstration effect to grow and sustain participation in sport. Canterbury: Canterbury Christ Church University (SPEAR).
61. West, J.H., Hall, P.C., Hanson, C.L., Barnes, M.D., Giraud-Carrier, C., & Barrett, J. (2012). There's an app for that: content analysis of paid health and fitness apps. *Journal of medical Internet research*, 14(3):e72.
62. Woittiez, I.B., Ras, M., Putman, L., Eggink, E., Kwartel, van der, A.J.J. Hoe vaak komt een verstandelijke beperking voor? Volksgezondheid Toekomst Verkenning, Nationaal Kompas Volksgezondheid. Bilthoven: RIVM; 2014.
63. Zimmerman, M.A., & Warschausky, S. Empowerment theory for rehabilitation research: conceptual and methodological issues. *Rehabilitation Psychology* 1998;43:3-16.



Hogeschool van Amsterdam

Hogeschool van Amsterdam
Bewegen, Sport en Voeding

Dr. Meurerlaan 8
1067 SM Amsterdam

Marije Baart de la Faille - Deutekom
m.baart.de.la.faille@hva.nl

Tel: +31 6 24 51 29 91

www.hva.nl/lectoraatkrachtvansport



Hogeschool Inholland
Gezondheid, Sport en Welzijn

Bijdorplaan 15
2015 CE Haarlem

Marije Baart de la Faille - Deutekom
marije.baartdelafailledeutekom@inholland.nl

Tel: +31 6 24 51 29 91

www.inholland.nl/lectoraatkrachtvansport