

## Toekomstperspectief jongeren met chronische aandoening vraagt om toegankelijkheid van sport en bewegen.

Veel jongeren beleven plezier aan sporten en bewegen. Actief bezig zijn bevordert daarnaast ook hun gezondheid, ontwikkeling en participatie in de samenleving. Wanneer jongeren vroeg starten met sporten, leren ze niet alleen waardevolle lessen over samenwerken en doorzetten, maar zijn ze ook voorbereid op een gezonde toekomst. Daarom is toegankelijkheid voor alle jongeren belangrijk. Voor jongeren met een chronische aandoening is sporten en bewegen echter niet vanzelfsprekend. Ruim 700.000 jongeren in Nederland groeien op met een chronische aandoening. Jongeren die het liefst zo min mogelijk met hun aandoening bezig zijn en, net als hun gezonde leeftijdsgenoten, met plezier willen sporten. Toch sporten zij, om diverse redenen, minder dan hun gezonde leeftijdsgenoten.

Om alle jongeren perspectief te geven op een sportieve toekomst pleit het Jongerenpanel Zorg én Perspectief voor een inclusief sportakkoord, waarin ook jongeren met een chronische aandoening kansen krijgen. Wij, als jongeren, kunnen tenslotte het beste aangeven wat wij nodig hebben op school, in het ziekenhuis of op de sportclub, om met plezier te kunnen bewegen. Met onder andere voldoende sportaanbod op maat, vervoer naar sportaccommodaties, de juiste aansluiting tussen sport, revalidatiecentrum en ziekenhuis en de verbinding van bestaande initiatieven zetten we belangrijke stappen in de goede richting.

### **Inclusief sportakkoord: samen voor een sportieve toekomst**

In het regeerakkoord kondigt het kabinet het sportakkoord aan, dat in samenwerking met onder andere de sportbonden, sportverenigingen, sporters met een beperking en gemeenten wordt opgesteld. Een belangrijk doel is het zorgen dat zoveel mogelijk Nederlanders plezier beleven aan sport en bewegen. Het Jongerenpanel Zorg én Perspectief is blij met dit voornemen, want sport brengt niet alleen plezier, maar bevordert ook kracht, conditie en sociale participatie. Wij pleiten daarom juist voor een sportakkoord waarin ook de stem van jongeren met een chronische aandoening gehoord wordt. Het Jongerenpanel gaat graag met het ministerie en relevante sportorganisaties in gesprek over de toegankelijkheid van sport en bewegen. Met een inclusief sportakkoord staan we namelijk sterk voor sportieve oplossingen.

### **Passend sportaanbod en vervoersmogelijkheden**

Jongeren met een chronische aandoening sporten gemiddeld minder dan hun gezonde leeftijdsgenoten (60% vs. 48% bij een chronische aandoening en 34% bij een lichamelijke beperking). De redenen zijn divers. Jongeren (en hun ouders) ervaren met name een gebrek aan passend sportaanbod en vervoersmogelijkheden.

#### *Op school*

Het Jongerenpanel krijgt signalen dat weinig reguliere scholen de faciliteiten hebben om jongeren met een chronische aandoening een aangepast programma te bieden tijdens de gymles. Leraren weten vaak niet goed wat jongeren wel of niet kunnen, wat leidt tot veel onbegrip en verkeerde inschattingen. Zeker op jonge leeftijd is het juist van groot belang dat jongeren wél mee kunnen doen en niet als buitenbeentje worden neergezet. Het Jongerenpanel pleit daarom voor meer aandacht voor jongeren met een chronische aandoening bij de gymles op school. Passend onderwijs betekent ook passende gymles. Door aandacht in de opleiding van sportleraren over instructies en oefeningen en door bewustwording en (financiële) ruimte op scholen voor passende sport te vergroten, kunnen scholen investeren in passende gym.

#### *Op de sportclub*

Maar ook buiten school is het moeilijk om sportmogelijkheden te vinden die passend zijn. Minder dan tien procent van de sportlocaties in Nederland biedt aangepast sportaanbod voor jongeren aan. Daarnaast zijn de weinige sportclubs met passende mogelijkheden voor veel

jongeren niet in de buurt. (Ver) Reizen is voor deze jongeren vaak ingewikkeld, energie-slopend en duur door de belemmeringen die de aandoening met zich meebrengt. Daarom pleit het Jongerenpanel ook voor passend aanbod in de sportclub. Een landelijk dekkend netwerk van sport- en beweegaanbod en ondersteuning van sportclubs, is hiervoor nodig. Verder pleit het Jongerenpanel voor subsidiering van het vervoer naar sportcentra en de inzet van technologische innovaties om aanbod en vraag van vervoer naar sportlocaties beter op elkaar aan te sluiten.

### **Maak de verbinding**

Initiatieven voor kennismaking met en meedoen aan sport door jongeren met een chronische aandoening staan verder nog te veel op zichzelf. Dit zorgt ervoor dat sommige jongeren wel kennismaken met sport, maar daar niet mee verder kunnen of dat zij helemaal geen toegang hebben tot sport. Het Jongerenpanel pleit voor een sterkere verbinding tussen sport en zorg en een betere verbinding van bestaande initiatieven.

#### *Tussen zorg en sport*

Het Jongerenpanel krijgt veel signalen dat jongeren de aansluiting met sport tijdens hun ziekte- en herstelproces missen. Wanneer een kind of jongere net ziek is, wordt vooral aandacht besteed aan de medische aspecten. Aandacht van ouders en zorgprofessionals voor bewegen en sporten is er vaak niet of komt pas veel later in het ziekteproces aan bod door te weinig kennis, te weinig tijd van de zorgprofessional of te beschermd optreden van de ouders. Een gemiste kans, want ook sport, al tijdens de medische behandeling, draagt bij aan sterker en gezonder worden. Het Jongerenpanel pleit dan ook voor meer aandacht voor bewegen in het ziekenhuis of het revalidatiecentrum bij de start van de behandeling. Dit kan bijvoorbeeld door fysiotherapeuten of bewegingswetenschappers al kort na de diagnose of opname te betrekken bij het ziekteproces. Ook ouders moeten begeleid worden en bewust gemaakt worden van het belang van beweging tijdens het ziekteproces.

#### *Tussen bestaande initiatieven*

In Nederland zijn enkele mooie initiatieven die zich inzetten voor de toegankelijkheid van sport voor jongeren met een chronische aandoening. Zo laat het project Special Heroes kinderen van het speciaal basisonderwijs kennismaken met diverse takken van sport en brengt hen, en hun ouders, in contact met sportverenigingen. ClubExtra zet zich in voor de overgangsfase naar de sportvereniging, nu nog met name in noord Nederland. En een ander voorbeeld is Uniek Sporten dat zich inzet voor meer aanbod op een kleine afstand en een tool voor de vindbaarheid van sportmogelijkheden. De verbinding tussen dit soort mooie initiatieven ontbreekt echter, waardoor jongeren buiten de boot vallen. Het Jongerenpanel pleit dan ook voor kennisdeling én verbinding van sportinitiatieven door het hele land. Wij zien hierin een stimulerende rol voor de overheid.

### **Minder drempels, meer kansen**

Door sportbeleid inclusief te maken, verminderen wij de drempels en creëren we kansen voor jongeren met een chronische aandoening. Zo kunnen ook wij werken aan onze gezondheid, zelfvertrouwen en herstel en met plezier en kracht sporten.

Het Jongerenpanel Zorg én Perspectief (ZÉP): Amy, Bente, Busra, Cynthia, Danique, Eline, Femke, Jelmer, Jorik, Lisa, Manon, Myrthe, Noortje, Mathijs, Rebecca, Rebecca, Rik, Robin, Sanne en Tim

*Het Jongerenpanel van het programma Zorg én Perspectief van FNO bestaat uit een twintigtal jongeren met verschillende chronische aandoeningen (zoals reuma, Cerebrale Parese en taaislijmziekte). Wij maken ons sterk voor het verkleinen van het verschil in maatschappelijk perspectief tussen jongeren met een chronische aandoening en hun gezonde leeftijdsgenoten. Ook op het gebied van sport zetten wij ons in om de verschillen te verkleinen én alle jongeren perspectief op een sportieve toekomst te geven. Ruim 700.000 jongeren (tot 25 jaar) in Nederland groeien op met een chronische aandoening.*