

## SPORT EN BEWEGEN HOOG OP DE AGENDA

De coronacrisis heeft de sportsector tijdelijk op slot gezet en tegelijkertijd ons als samenleving ook met de neus op een feit gedrukt: sporten en bewegen zijn van immens belang voor onze gezondheid, welzijn en weerbaarheid. Dat de sportsector – toen de ontwikkelingen rondom het corona virus het toelieten- weer als een van de eerste open mocht is daarom geen toeval. De directeur sport is blij dat, zelfs tijdens de maanden van de lockdown en dus de ergste fase van de pandemie, nog steeds zoveel lokale sportakkoorden zijn getekend (inmiddels hebben 310 van de 355 gemeenten een lokaal sportakkoord, in 34 gemeenten wordt nog dit jaar een akkoord afgerond). Dat zoveel partijen hun schouders zetten onder het bevorderen van sport en bewegen, geeft een mooie impuls dat in de toekomst steeds meer mensen gaan sporten en bewegen. De uitvoering van de lokale sportakkoorden gaan we nu samen voortvarend ter hand nemen. Daarnaast steunt de directie Sport het initiatief 'Bewegen: het nieuwe normaal'. Daarin wordt gestimuleerd hoe we een grotere vervlechting van sport en bewegen in ons dagelijks leefpatroon kunnen bewerkstelligen.

Tekst: 5.1.2e

Tijdens de lockdown moesten de sportaccommodaties hun deuren sluiten, maar gelukkig bleef de openbare ruimte open, terwijl er voor veel burgers ook nog altijd een tuin of balkon was. In de eerste weken heerste er paniek en werd er massaal toiletpapier en handgel gehamsterd, maar toen de rust weerkeerde zagen online retailers de omzetten in yogamatten en zelfs roeitoestellen fors stijgen. De Nederlander met huisarrest verzoende zich blijkbaar met zijn situatie en probeerde er thuis het beste van te maken, ook als het op sporten en bewegen aankomt. De conclusie ligt dus voor de hand dat het individuele sporten het teamsporten heeft vervangen.

### Sportdeelname omlaag

“Nee,” zegt 5.1.2e, directeur sport op het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn & Sport (VWS), het blijkt dat mensen overall toch minder zijn gaan sporten en bewegen. De drukbevolkte fietspaden en parken gaven de indruk dat iedereen aan het wandelen, hardlopen en fietsen was, maar ik ben bang dat het totaalplaatje minder rooskleurig is. Bij volwassenen kwam dat vooral omdat fietsen en/of lopen naar het werk en het bewegen op kantoor wegviel, zo blijkt uit onderzoek van het Mulier Instituut. En ook kinderen zijn veel minder gaan bewegen, wat vooral kwam omdat de sportclubs dicht waren. Daar waar volwassenen nog een rondje gaan wandelen of hardlopen in de parken werden kinderen, die vooral aan teamsporten doen, inactief. Uit het onderzoek van het Mulier Instituut bleek dat onder de streep 13 procent van de Nederlanders aangaf meer te bewegen tijdens de crisis terwijl 38 procent juist minder bewoog in diezelfde periode. We zien echter dat zij sinds de sport weer open is volop terugkeren op de voetbal- en hockeyvelden. Zelfs als mensen dagelijks een extra blokje om liepen of kinderen meer konden buitenspelen was er per saldo toch sprake van een behoorlijk verlies aan bewegingen. De sport -en beweefrequentie ging dus achteruit het afgelopen voorjaar, en daarmee ook de fitheid van de bevolking. Dat is zorgwekkend, want we weten hoe belangrijk een goede conditie is om het virus de baas te blijven.”

### Herwaarding van het sociale

Maar hardlopen of fietsen geeft dan misschien het plezier en de kick van de inspanning, het is ook een sport die je in je eentje beoefend. Dan ga je wellicht toch het sociale aspect en het ontmoeten van elkaar een beetje missen. Is het denkbaar dat het sporten in verenigingsverband door deze

zomer een herwaardering heeft ondergaan en dus een boost heeft gekregen? “Dat is zeker mogelijk,” antwoordt **5.1.2e**. “Om me heen hoor ik mensen steeds weer opmerken dat ze de gezelligheid en het plezier van het samen sporten hebben gemist. Al jarenlang onderscheidt Nederland zich van andere landen door het enorm hoge aandeel van de sporters die aangeven dat ze vooral sporten ‘omdat ze het leuk vinden.’ De coronacrisis heeft het sociale aspect van sporten nog eens benadrukt. Het samen trainen en wedstrijden spelen, samen winnen en verliezen, dat sociale aspect vervang je niet zomaar. Ik denk dat de fijnmazigheid van onze sportinfrastructuur daar veel mee te maken heeft. Iedereen kan wel ergens terecht, bijna altijd zonder er ver voor te hoeven reizen. Dan gaat het niet alleen om het sporten zelf maar dus ook om de ontmoeting met andere mensen en zelfs maar even je zinnen verzetten. We mogen ons dus gelukkig prijzen met dat sportaanbod. Ik hoop dan ook dat mensen snel weer hun sport en hun verenigingsleven kunnen oppakken.”

#### **Alternatieve trainings- en wedstrijdvormen**

De lockdown en de gedwongen sluiting leverde een enorme schadepost op, maar ook de periode van de heropening brengt financiële tegenvallers met zich mee: er is minder publiek, er zijn minder barinkomsten, er zijn wellicht ook minder sponsorinkomsten. De Rijksoverheid heeft €110 miljoen ter beschikking gesteld als compensatie. Ongetwijfeld is dat bedrag zorgvuldig berekend, maar even ongetwijfeld geldt voor deze uitkering hetzelfde als voor een werkloosheidsuitkering: je wordt er niet rijker van. Heeft de overheid hiermee dan genoeg gedaan? Wat zal de permanente schade zijn die de sportsector door de coronacrisis heeft opgelopen?

**5.1.2e** kan over de effecten van corona op de lange termijn nu nog niets definitief zeggen: “We houden de vinger aan de pols en het Mulier Instituut doet er onderzoek naar. In het najaar van 2020 zal het Mulier ons informeren”. Over de aanpak en inzet van de sector is zij optimistisch. “Ik heb al vaker gezegd dat ik sterk geloof in de innovatieve kracht van de sportsector. Aan creativiteit en vindrijkheid is geen gebrek. Nu al zie je tal van alternatieve trainings- en wedstrijdvormen ontstaan, bijvoorbeeld de wielervedstrijden waarbij renners virtueel tegen elkaar rijden. Verder trekken we samen op met NOC\*NSF en de VSG om te kijken naar de wijze waarop we de competities straks weer van start kunnen laten gaan. Ik zie ook hierbij veel leuke plannen voorbijkomen, zoals het idee van de KNVB om kinderen op de tribunes te zetten bij wedstrijden in het betaald voetbal. Maar ondanks alle inspanningen en creativiteit is en blijft het lastig om te zeggen waar het allemaal precies naartoe gaat.”

#### **Fitheid en welzijn**

Over het belang van sport en bewegen bestond al geen verschil van mening. Dat belang is door de coronacrisis alleen maar duidelijker geworden. De dreiging van het virus en de gedwongen (zelf)isolering hebben veel Nederlanders met de neus op de voordelen van sporten gedrukt: het helpt tegen depressieve gevoelens, het verbindt met andere mensen en het vergroot de fysieke en mentale weerbaarheid. “Niet voor niets ging de sport weer als eerste open,” zegt **5.1.2e**. “Het was een uitstekende manier om Nederland langzaam weer uit de lockdown te krijgen; in het begin vooral om de jeugd weer ruimte te geven, maar later ook vanwege het belang van bewegen en fitheid voor het welzijn van ons allemaal. De gemiddelde Nederlander besteedt in een normale week namelijk ruim 10 uur per week aan recreatieve beweegactiviteiten in zijn of haar vrije tijd. Daarmee zorgt sport en bewegen voor een kwart van de totale wekelijkse beweging van mensen.” De sportdeelname in Nederland is op zich prima. Maar als we kijken naar het voldoen aan de normen van de beweegrichtlijnen zien we dat de ongeveer de helft van de Nederlanders daar niet aan voldoet. We bewegen simpelweg nog veel te weinig op een dag. Daar is dus nog winst te behalen.

**'Bewegen: het nieuwe normaal!'**

"Daarom ben ik blij met het initiatief van een hele reeks grote namen, zoals 5.1.2e 5.1.2e 5.1.2e, 5.1.2e Zij hebben de oproep gedaan sporten en bewegen meer te integreren in ons dagelijks leven, onder het motto *'Bewegen: het nieuwe normaal!'* Die boodschap is door de sport, maar ook door verschillende departementen gehoord. Het komende jaar gaan we bekijken wat we vanuit de verschillende ministeries gezamenlijk kunnen doen om meer mensen aan de beweegrichtlijnen te laten voldoen. Sport en bewegen wordt vaak onderschat in de bijdrage die het levert aan een gezonde en fitte samenleving. Hoe het ons weerbaar maakt tegen virussen als Corona, maar ook tegen overgewicht en depressies. Voor mij staat het als een paal boven water hoe het helpt voor de gezondheid van het individu als voor het welzijn van de samenleving. Daar moeten we samen structureel aan blijven werken!"