# Deskresearch Plaza Sportiva

# Doelgroep

De healthy ageing week waar de interventies voor opgesteld worden, heeft een brede doelgroep. Een groep die extra aandacht vereist is de doelgroep lage SES, mede door het feit dat binnen deze groep het meeste gezondheidswinst te behalen valt. Lage SES, wat staat voor lage sociaal economische status, omvat mensen in de onderste laag van de maatschappelijke ladder. De positie op de maatschappelijke ladder ontstaat uit een combinatie van materiële omstandigheden, vaardigheden, capaciteiten & kennis, en het sociale netwerk en de status/macht van mensen in dat netwerk (Sociaaleconomische status, 2018). Het RIVM heeft veel onderzoek gedaan naar deze doelgroep, de verschillende onderzoeken van dit instituut zal dan ook de basis vormen van de keuzes die we maken ten opzichte van deze groep mensen.

De gezondheid van mensen met een lage sociaaleconomische status (SES) is op bijna alle fronten slechter dan die van mensen met een hoge SES. Niet alleen leven ze zes tot zeven jaar korter, maar ook zijn er aanzienlijke verschillen in ervaren gezondheid en in risicofactoren (zoals leefstijl, woon- en werkomstandigheden) voor gezondheid ten nadele van mensen met een lage opleiding (van der Lucht & Polder, 2010).

Het gezondheidsdomein kent verschillende determinanten die van invloed zijn. Beweging is hiervan een van de belangrijkste, de beweegnorm is hiervoor een goede maatstaf. Het percentage dat voldoet aan de beweegnorm verschilt per niveau, 35% van de laagopgeleiden tegenover 55% van de hoog opgeleiden (De Hollander, 2017). De redenen hiervoor lopen sterk uiteen en doen zich voor op verschillende niveaus: Individueel, interpersoonlijk, omgeving, beleidsmatig (Hoogendoorn & De Hollander, 2016). Naast het ontwikkelen van de interventies, ligt bij ons de taak om dit zo goed mogelijk op de doelgroep aan te laten sluiten. Dit begint al bij de benadering van de doelgroep, hoe zetten we de interventie in de markt waardoor de doelgroep lage SES zich geroepen voelt mee te doen?

*Allereerst is het belangrijk om onszelf de vraag te stellen: Waarom bewegen mensen met een lage SES minder?*

Deze doelgroep beweegt significant minder, daar moeten dan ook bepaalde redenen voor ten grondslag liggen. Van daaruit kunnen we bekijken hoe wij daar mee om kunnen gaan. Het RIVM heeft een aantal belemmeringen opgesteld waar de doelgroep tegenaan loopt: (Hoogendoorn & De Hollander, 2016)

* Allereerst heeft deze groep minder geld te besteden. Dat is een drempel voor lidmaatschap van een vereniging en bijkomende activiteiten zoals een drankje na afloop. Er is soms schaamte om financiële ondersteuning aan te vragen om toch te kunnen bewegen.
* Niet alle mensen met een lage SES hebben voldoende kennis over een gezonde leefstijl en over de gezondheidsvoordelen van bewegen. Ook is een deel van hen laaggeletterd en vinden zij het niet fijn om lange-termijn verbintenissen aan te gaan (zoals lid worden van een sportclub).
* Ook vond het onderzoek een opeenstapeling van samenhangende belemmeringen die ten grondslag ligt aan hun sociaaleconomische positie, zoals een ongunstige financiële positie en weinig ondersteuning uit de directe sociale omgeving. Ook dat kan sport- en beweegdeelname belemmeren. Evenals het nut niet inzien en voorrang geven aan andere prioriteiten.
* Tot slot is deze groep vaak niet opgevoed met sport en heeft daar dus weinig ervaring mee of rolmodellen voor.

Het is belangrijk om deze punten mee te nemen in de interventie. Als bepaalde punten in onze interventie of al eerder, in onze benadering, in tegenspraak zijn met bovenstaande punten, kan dit onnodig ten koste gaan van het succes van de healthy ageing week.

Naast de belemmeringen, heeft het RIVM ook onderzoek gedaan naar wat deze doelgroep dan wél aanzet tot bewegen: (Hoogendoorn & De Hollander, 2016)

* Je kunt allereerst iemand drempels of motivatie verder onderzoeken door goed door te vragen. Gebruik werkvormen als de [Argumentenkaartjes](https://www.allesoversport.nl/artikel/zo-overtuig-je-ouders-van-het-belang-van-sport-en-bewegen/).
* Vervolgens kun je zorgen voor een beweegaanbod met laagdrempelige en goedkope activiteiten.
* Zorg ook dat informatie over financiële ondersteuning voor sport goed te vinden is voor deze groep. En houd daarbij rekening met laaggeletterdheid.
* En maak het mogelijk dat ze kunnen sporten en bewegen zonder meteen voor langere termijn lid te hoeven worden.
* Het RIVM adviseert een wijkgerichte aanpak. Daarbij staat een krachtig netwerk van partijen in contact met de doelgroep. Dat netwerk draagt steeds de boodschap van een gezonde leefstijl en het belang van bewegen uit. En: helpt bij het aanpakken van andere belemmerende problemen zoals aanpak van schulden.
* Een [buurtsportcoach kan een verbindende rol spelen](https://www.allesoversport.nl/artikel/de-buurtsportcoach-een-spin-in-het-web/). Een buurtsportcoach is beschikbaar voor de doelgroep, kent het lokale sportaanbod.

Gedurende onze fieldresearch zullen we de belemmeringen weg moeten nemen en inspelen op de motieven van de doelgroep om wel te gaan bewegen. Door in gesprek te gaan met deze doelgroep kunnen we eventuele extra belemmeringen bloot leggen om de kans op succes te vergroten.