

SPORTPROJECT DE SLEUTEL

Sport en bewegen als stimulans tot succesvolle re-integratie van (ex-)drugverslaafden

R. Keymeulen, P. De Neve, S. Van den Hende, T. Sintobin

1. Situatie voor project

- Geen visie op sport en bewegen
- Ad hoc aanbod 'sport en bewegen' zonder professionele sportbegeleiding (ten koste van variatie, motivatie en nieuwe (succes-) ervaringen voor doelgroep)
- Veel blessures
- Zoektocht naar non-verbale werkvormen in therapie
- Weinig linken naar het reguliere circuit

- × Aanwezige aanbod 'sport en bewegen' professionaliseren
- × Promoten zinvolle vrije tijd na therapie om zo maatschappelijke re-integratie te bevorderen
- × Drempels wegwerken voor aansluiting bij reguliere sport- en beweegcircuit

3. Aanpak

- ◆ Ontwikkelen van een duidelijke visie op sport en bewegen
- ◆ Implementatie wekelijkse initiaties met professionele sportlesgevers
- ◆ Samenwerkingen met bestaande initiatieven (buurtsport, reguliere sportclubs, UGent, hogescholen...)
- ◆ Constante monitoring en verzameling feedback
- ◆ Verankering en disseminatie

- ✓ Professioneel, breed en gevarieerd aanbod zorgt voor motivatie, ontdekken van talenten en succeservaringen.
- ✓ Minder blessures dankzij onderbouwde opwarming
- ✓ Therapeutische meerwaarde van sport als non-verbale werkvorm
- ✓ Stap naar reguliere sportcircuit is zeer moeilijk

5. Conclusies

- ⇒ Professionele benadering zorgt voor een kwalitatief aanbod
- ⇒ Sportsector en zorgsector kunnen elkaar versterken!
- ⇒ Er bestaat reeds enorm veel. Ga op zoek naar bestaande sport- en beweeginitiatieven die het best aansluiten bij jouw doelgroep.

2. Doelstellingen

4. Bevindingen*

Voor opname:

Alles staat in het teken van druggebruik. Kopen, gebruiken, recupereren... Alle vrije tijd gaat hiernaar toe. Andere (zinvolle) invulling is dus niet nodig.

Bij opname:

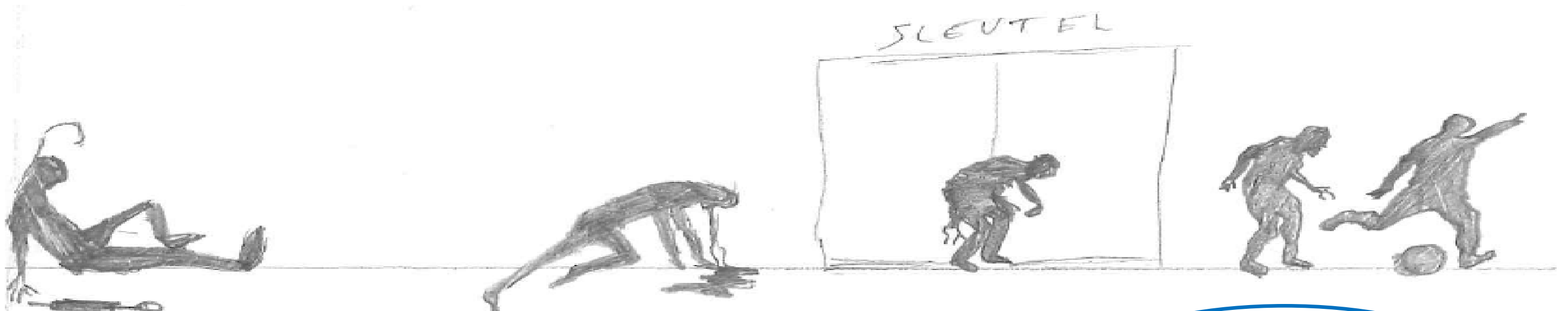
Fysiek en mentaal zeer slechte toestand. Het is wetenschappelijk bewezen* dat sport en bewegen zowel op fysiek als mentaal vlak voordelen kan bieden.

Tijdens therapie:

We zetten in op fitheidsopbouw en kennismaking met een breed sport- en beweegaanbod. Elke cliënt krijgt de kans om zijn talenten te (her-) ontdekken. Dit biedt mogelijkheden om de vrije tijd zinvol in te vullen. Cliënten gaven aan dat de algemene vermoeidheid en de psychische nood gaandeweg daalde en de positieve gevoelens stegen.*

Na opname:

Dankzij succeservaringen, verhoogd zelfvertrouwen, kennismaking met divers aanbod en betere fysieke toestand stijgt de kans dat men via sport en bewegen aansluiting vindt bij het reguliere circuit. Dankzij zinvolle invulling van de vrije tijd, daalt de kans op verveling en daalt de kans op herval.*



"Behalve het fysieke aspect zijn dit ook leuke groepsmomenten waarbij je jezelf beter leert kennen. Nooit gedacht dat ik dit ooit zou zeggen: sporten is super!"

Cliënt

"Sport herontdekken, een gezonde geest, in een gezond lichaam."

Begeleider

"Voldoende bewegen is een belangrijk onderdeel van een gezonde levensstijl binnen herstelgerichte zorg. Het is mooi meegenomen dat sport toelaat om het non-verbale meer plek te geven in de therapie."

Arts

*Literatuurreferenties, cijfers over resultaten en andere extra info kunnen worden opgevraagd bij sport.desleutel@fracarita.org