

# Evaluatie Sportdag voor Zorginstellingen

Den Haag, september 2024

Met veel plezier kijken wij terug op de Sportdag Zorginstellingen op 14 juni 2024. Een sportdag die wij mede dankzij uw betrokkenheid mogelijk konden maken.

De Sportcampus Zuiderpark was gevuld met lachende gezichten, vrolijke stemmen, en een geweldige sfeer. We zijn ontzettend blij met hoe de organisatie is verlopen en kijken terug op een zeer geslaagde dag. Het was een dag vol sport, spel, en vooral heel veel plezier voor mensen met een verstandelijke of meervoudige beperking, in de leeftijd van 16 tot 55 jaar.



Het was mooi om te zien hoe verschillende zorginstellingen, waaronder onze trouwe samenwerkingspartners Middin en Philadelphia, samenkwamen om mee te doen aan deze dag. Ook waren we blij met de opkomst van andere zorgaanbieders, wat zorgde voor een mooie mix van deelnemers. De variëteit aan mensen, allemaal met hun eigen unieke verhalen en ervaringen, maakte de dag extra bijzonder. Iedereen kon meedoen, ongeacht hun beperking. Of iemand nu 1-op-1 begeleiding nodig had in een rolstoel of zelfstandig kon sporten, de dag bood voor ieder wat wils.



De sport- en spelactiviteiten waren een succes. Het enthousiasme van de deelnemers was aanstekelijk. Het was geweldig om te zien hoe ze genoten van activiteiten als parachute MATP, ring hockey, bocce, en de mikonderdelen. Het was fantastisch om te zien hoeveel verschillende activiteiten er op de sportdag plaatsvonden. Er was echt voor ieder wat wils: van rustige spellen tot meer intensieve sporten. Hierdoor kon iedereen meedoen op zijn of haar eigen niveau, ongeacht hun fysieke

beperkingen. De inzet van vrijwilligers en studenten van ROC Mondriaan en Team Players was onmisbaar; zij zorgden voor een veilige en ondersteunende omgeving waarin iedereen met plezier kon bewegen. Verschillende reguliere sportverenigingen kwamen langs om activiteiten te organiseren. Dit gaf de deelnemers de kans om kennis te maken met nieuwe sporten.

Wat deze dag zo speciaal maakte, was niet alleen het sportieve aspect, maar vooral het plezier en de samenhang. Beweging is ontzettend belangrijk voor deze doelgroep, maar we wilden vooral een

dag organiseren waar iedereen zich welkom en betrokken voelde. En dat is volgens ons aardig gelukt! We zagen enthousiaste deelnemers die andere mensen leerden kennen en volop genoten van de positieve energie die er hing. Het was een dag waarop iedereen gelijk was en iedereen de kans kreeg om mee te doen.

## Evaluatie en feedback

Na de sportdag hebben we veel waardevolle feedback ontvangen van de deelnemende zorginstellingen. Deelnemers en hun begeleiders gaven aan dat de dag niet alleen bijdroeg aan hun fysieke gezondheid, maar ook aan hun sociale interactie en mentale welzijn. Het is fijn om te horen dat de dag in goede aarde viel en dat iedereen het naar zijn zin heeft gehad. Deze feedback helpt ons om te begrijpen wat goed ging en waar we nog kunnen verbeteren. We willen graag leren van deze ervaringen om volgend jaar nog beter in te kunnen spelen op de behoeften van de deelnemers. Ons doel blijft om een sportdag te organiseren waar iedereen van kan genieten, ongeacht hun beperkingen.



## Onze doelen



We hebben van tevoren een aantal duidelijke doelen gesteld, zoals het bevorderen van fysieke activiteit, het verbeteren van sociale interactie, en het versterken van de mentale gezondheid. Deze doelen hebben we zeker bereikt. De opkomst en de actieve deelname laten zien dat de deelnemers gestimuleerd werden om in beweging te komen. Door middel van teamactiviteiten en gezamenlijke spellen hebben we sociale interactie aangemoedigd.

Het plezier en de ontspanning die de activiteiten boden, hebben bijgedragen aan het algehele mentale welzijn van de deelnemers. Bovendien hebben we een inclusieve en veilige omgeving gecreëerd, waar iedereen, ongeacht beperkingen, op een fijne manier kon deelnemen.

Regelmatige lichaamsbeweging is essentieel voor het behoud van mobiliteit en flexibiliteit, en we hopen dat de deelnemers zich door deze ervaring ook fysiek sterker voelen. Daarnaast gaf de sportdag hen de kans om even te ontsnappen aan de dagelijkse routine. Het zien van blije gezichten

en het horen van enthousiaste reacties bevestigde dat deze dag een positieve invloed heeft gehad op

het zelfvertrouwen en het algehele welzijn van de deelnemers. De sportdag heeft laten zien dat, met de juiste aanpassingen en begeleiding, iedereen kan genieten van sport en beweging.



## Tot slot

We zijn trots dat we met deze sportdag een bijdrage hebben kunnen leveren aan een inclusievere samenleving. Het was een dag waarop iedereen, ongeacht hun mogelijkheden, de kans kreeg om te sporten en plezier te hebben. De reacties van de deelnemers, hun begeleiders, en onze vrijwilligers bevestigen hoe waardevol deze dag is geweest.

We zijn niet alleen iedereen dankbaar die deze dag mogelijk heeft gemaakt – van de zorginstellingen en sportverenigingen tot de vrijwilligers die hun tijd en energie hebben gegeven om er een onvergetelijke dag van te maken. Maar ook willen we u heel hartelijk bedanken voor uw financiële steun. Samen hebben we laten zien hoe krachtig sport en beweging kunnen zijn in het verbinden van mensen en het creëren van een gevoel van welzijn en inclusie. We kijken nu al uit naar de volgende editie en hopen dat we ook dan weer op zo'n mooie opkomst en betrokkenheid mogen rekenen.

