



**Funded by European Union**



**P U S H**

**Richtlijnen**

## SAMENVATTING

Introductie van het project .....	1
Handleiding organiseren sport voor dak-en thuislozen .....	2
1. Opbouwen van een coalitie en gemeenschappelijke doelen vaststellen .....	2
2. Behoeftte onderzoek.....	2
3. Onderzoeksanalyse en financiering .....	3
4. Werving van bekwame sportcoaches .....	3
5. Promotieplan .....	4
6. Veilig en toegankelijk sportklimaat .....	4
7. Sportdoelen en toernooien .....	5
8. Gemeenschapsbetrokkenheid en stigma vermindering.....	5
9. Persoonlijk ontwikkelingsplan.....	6
10. Toekomstperspectieven en rollen .....	6



**Funded by  
the European Union**

***Gefinancierd door de Europese Unie. De weergegeven standpunten en meningen zijn echter uitsluitend die van de auteur(s) en weerspiegelen niet noodzakelijkerwijs die van de Europese Unie. Noch de Europese Unie, noch de subsidieverlenende autoriteit kan hiervoor verantwoordelijk worden gehouden.***

## INTRODUCTIE VAN HET PROJECT

Het PUSH-project heeft als doel gelijke kansen en sociale inclusie te bevorderen door middel van sport voor mensen in een sociaal kwetsbare positie. Dit wordt gedaan door expertise van instanties die met deze doelgroep werken te verzamelen en de kennis verder uit te breiden. Na een eerste fase van onderzoek van goede praktijken en kennisuitwisseling op EU-niveau heeft het consortium een reeks richtlijnen gedefinieerd om maatschappelijk werkers en sporttrainers te laten samenwerken en sportprogramma's voor daklozen te creëren. De richtlijnen worden getest in de partnerlanden (Nederland, Italië, Hongarije en Portugal) en vervolgens verspreid onder andere instanties van de derde sector, beleidsmakers en alle relevante diensten en belanghebbenden met als doel sociaal kwetsbare mensen weer te betrekken in sportaanbod en de samenleving.

Na een initiële onderzoeksfase, inclusief het onderzoek van succesvolle praktijken en kennisuitwisseling op Europees niveau, heeft het consortium een uitgebreide reeks richtlijnen ontwikkeld. Deze richtlijnen zullen dienen als een routekaart, waardoor samenwerking tussen maatschappelijk werkers en sporttrainers wordt vergemakkelijkt om effectieve sportprogramma's op maat te ontwerpen en implementeren voor de unieke behoeften van dakloze individuen.

De laatste fase omvat het testen van deze richtlijnen binnen de partnerlanden, waarbij hun praktische toepasbaarheid en doeltreffendheid worden gewaarborgd. Na succesvolle tests zullen de richtlijnen worden verspreid onder entiteiten in de derde sector, beleidsmakers en alle relevante diensten en belanghebbenden. Het doel is om gemarginaliseerde individuen weer op te nemen in het sociale leven, sociale cohesie te bevorderen en bij te dragen aan een meer inclusieve en compassievolle samenleving.

### Consortium PUSH Project:

- Il Cigno coöperatieve sociale
- Stichting Life Goals
- Megálló Csoport Alapítvány
- APDES

## 1. OPBOUWEN VAN EEN COALITIE EN GEMEENSCHAPPELIJKE DOELEN VASTSTELLEN

Het creëren van een coalitie en het vaststellen van een gemeenschappelijk doel in sportprogramma's voor daklozen is essentieel. Het combineert middelen en expertise van diverse organisaties, waardoor de impact van het programma wordt vergroot. Gemeenschapsbetrokkenheid en stigma vermindering worden gefaciliteerd door samenwerking. Daarnaast zorgt het voor verantwoordelijkheid, duurzaamheid en empowerment.

### Hoe dit te doen?

- ❑ **Identificeer stakeholders:** Bepaal de organisaties, instanties en individuen die geïnteresseerd zijn in het aanpakken van dakloosheid via sport. Dit kunnen lokale opvangcentra, maatschappelijke dienstverleners, sportclubs, gemeenschapsgroepen en vrijwilligers zijn. Het kan helpen om een gestructureerd overzicht van de coalitie te maken.
- ❑ **Definieer een gemeenschappelijke visie:** Breng alle belanghebbenden samen om de gedeelde visie te bespreken. Bespreek duidelijk de doelen, doelstellingen en de verwachte impact van de coalitie.
- ❑ **Stem rollen en verantwoordelijkheden af:** Definieer de rollen en verantwoordelijkheden van elk lid van de coalitie. Bepaal welke bijdragen, middelen en expertise ze zullen leveren aan het initiatief.
- ❑ **Maak een convenant:** Formaliseer de structuur en toezeggingen van de coalitie door middel van een verbond. Dit document moet de missie, doelen, rollen en verantwoordelijkheden uiteenzetten.

## 2. BEHOEFTE ONDERZOEK

Het starten van een sportprogramma voor daklozen is een goed idee, maar het is belangrijk om eerst precies te achterhalen wat deze individuen nodig hebben, wat ze leuk vinden en met welke uitdagingen ze te maken hebben. Deze analyse is cruciaal om ervoor te zorgen dat het programma hen effectief helpt en relevant is voor hun specifieke situaties. Door het programma aan te passen aan hun behoeften, kan het een krachtig instrument worden om hen te ondersteunen in hun herstel- en rehabilitatieproces.

### Hoe dit te doen?

- ❑ **Samenwerking:** Werk nauw samen met de doelgroep en partnerorganisaties om een uitgebreide behoefte onderzoek uit te voeren. Deze samenwerking zorgt voor een goed afgerond begrip van de vereisten van de dakloze populatie in de context van sportprogramma's.
- ❑ **Specifieke behoeften en voorkeuren:** Identificeer de specifieke behoeften, voorkeuren en uitdagingen van daklozen met betrekking tot sport- en recreatieve activiteiten. Dit houdt in dat inzichten worden verzameld over hun fysieke, mentale en sociale welzijn om het programma effectief op maat te maken.
- ❑ **Betrokkenheid van deelnemers:** Betrek dakloze deelnemers bij het onderzoeksproces door een adviesraad van deelnemers op te richten. Dit stelt hen in staat actief deel te nemen aan

besluitvorming, zodat het sportprogramma aansluit bij hun voorkeuren en een gevoel van eigendom en inclusiviteit bevordert.

---

### 3. ONDERZOEKSANALYSE EN FINANCIERING

In deze sectie zul je twee belangrijke dingen doen. Ten eerste bestudeer je andere programma's om te zien wat werkt en wat niet. Je wil de problemen begrijpen en wat succesvol is gebleken in het helpen van daklozen met sport en recreatie. Ten tweede zul je uitzoeken hoe je het geld en de benodigde middelen kunt krijgen die je nodig hebt om het programma uit te voeren. Je maakt een plan dat laat zien hoeveel geld en tijd je nodig hebt, welke benodigdheden er zijn en waar je ze kunt krijgen. Op deze manier ben je klaar om een geweldig programma te creëren dat daklozen helpt, terwijl je ervoor zorgt dat je genoeg ondersteuning hebt om het te laten werken.

Hoe dit te doen?

- Bestaande programma's bekijken:** Begin met online zoeken naar en praten met organisaties die programma's voor daklozen uitvoeren. Zo kun je bijvoorbeeld ontdekken dat een nabijgelegen opvangcentrum een voetbalprogramma aanbiedt. Neem contact met hen op, bezoek ze indien mogelijk en verzamel informatie over hoe het werkt en hoe dakloze deelnemers ervan profiteren.
- Maak een begroting:** Maak een gedetailleerde lijst van alle benodigdheden voor jouw programma, zoals sportuitrusting, transport en personeelskosten. Schat de kosten voor elk item in.
- Identificeer financieringsbronnen:** Zoek naar geldbronnen, zoals subsidies van lokale overheden, donaties van bedrijven of crowdfunding van de gemeenschap. Zo kunt u bijvoorbeeld een lokale liefdadigheidsinstelling vinden die sportprogramma's ondersteunt voor kwetsbare groepen.
- Schrijf subsidievoorstellen:** Als u subsidies aanvraagt, schrijf dan duidelijke en overtuigende voorstellen. Leg uit wat je programma is, wat het wil bereiken en hoe het subsidiegeld zal worden gebruikt. Zorg ervoor dat je jouw budget en de verwachte impact opneemt. Je kunt bijvoorbeeld een voorstel schrijven aan een jeugdsportstichting waarin je Jouw plan uiteenzet om dakloze jongeren een veilige ruimte te bieden voor lichamelijke activiteit.

---

### 4. WERVING VAN BEKWAME SPORTCOACHES

In deze cruciale stap richt je je op het werven en opleiden van een sportcoach die zowel vaardig als empathisch is, met een bewezen staat van dienst in het werken met kwetsbare bevolkingsgroepen. Bovendien betrek je een ervaringsdeskundige die goed thuis is in sportkennis. De gekozen coach moet niet alleen de specifieke uitdagingen begrijpen waarmee daklozen worden geconfronteerd, maar ook in staat zijn om sport te gebruiken als een instrument voor empowerment en persoonlijke groei. Verder benadruk je het belang van gezamenlijk leren door gezamenlijke training te bieden aan de sportcoach, de ervaringsdeskundige en gezondheidsprofessionals, zodat zij effectief en holistisch kunnen bijdragen aan het succes van het project.

Hoe dit te doen?

- Samenwerkende screening:** Betrek partnerorganisaties en belanghebbenden bij het selectieproces van de coach, inclusief interviews,



Funded by  
the European Union



MEGÁLLÓ CSOPORT ALAPÍTVÁNY  
SZENVEDÉLYBETEGÉKÉRT  
MEGÁLLÓ GROUP FOUNDATION  
FOR ADDICTS

referentiecontroles en feedback van dakloze individuen om de geschiktheid voor het werken met kwetsbare bevolkingsgroepen te beoordelen.

- ❑ **Training en empowerment:** Geef de geselecteerde coach gespecialiseerde training om de uitdagingen van dakloosheid te begrijpen en de kracht van sport. Dit stelt hen in staat om op een dieper niveau contact te maken met deelnemers en hun coaching aan te passen aan individuele behoeften.
- ❑ **Multidisciplinaire training:** Organiseer gezamenlijke trainingssessies voor de coach, de ervaringsdeskundige en gezondheidsprofessionals, gericht op effectieve communicatie, het aanpakken van gezondheidsbehoeften en het integreren van sport in holistisch welzijn. Stimuleer een samenwerkingsgerichte projectomgeving door open dialoog en teamwork tijdens deze sessies.

---

## 5. PROMOTIEPLAN

Het promotieplan zorgt ervoor dat je de doelgroep ook echt gebruikt. Dit kan via diverse communicatiekanalen, van sociale media tot gemeenschapscentra, om de inclusieve aard van onze sportactiviteiten te benadrukken. Door te benadrukken dat ze gratis, sociaal en geschikt zijn voor alle vaardigheidsniveaus, streven we ernaar deelnemers te betrekken en te inspireren met succesverhalen die de positieve impact van ons programma laten zien.

Hoe dit te doen?

- ❑ **Begrip van de doelgroep:** Begrijp de unieke behoeften en voorkeuren van je doelgroep om je boodschap effectief aan te passen.
- ❑ **Kernboodschappen:** Formuleer overtuigende communicatie die de voordelen van het programma benadrukken, zoals welzijn en gemeenschapsbetrokkenheid. Gebruik storytelling om (positieve) resultaten van de deelnemers te delen.
- ❑ **Digitale aanwezigheid:** Vestig een sterke online aanwezigheid via sociale media en update deze regelmatig om een breder publiek te bereiken.
- ❑ **Gemeenschapsbetrokkenheid:** Werk samen met lokale partners en gebruik outreach-teams om rechtstreeks contact te maken met de dakloze bevolking op toegankelijke locaties.

---

## 6. VEILIG EN TOEGANKELIJK SPORTKLIMAAT

Om een veilig en toegankelijk sportklimaat te creëren, is het belangrijk om een omgeving te creëren waar persoonlijke betrokkenheid en het plezier van sport centraal staan. Gratis sportactiviteiten, het waarborgen van sociale inclusiviteit en het bedienen van individuen van alle vaardigheidsniveaus zijn hierin belangrijk.

Hoe dit te doen?

- ❑ **Veilige en toegankelijke omgeving:** Begin met het veiligstellen van een geschikte locatie voor sportactiviteiten, waarbij ervoor wordt gezorgd dat deze gratis is. Implementeer een sociaal gastvrije sfeer die zich richt op persoonlijk contact, plezier hebben en toegankelijk is voor individuen op elk vaardigheidsniveau. Maak regels en afspraken samen met de groep in plaats van ze zelf te maken.
- ❑ **Nadruk op persoonlijk contact en plezier:** Moedig persoonlijke betrokkenheid onder deelnemers aan door teambuildingactiviteiten, sociale evenementen en

mentorschapsprogramma's te organiseren. Creëer een sfeer die plezier prioriteit geeft en vriendschap onder deelnemers bevordert.

- ❑ **Mainstreambenadering:** Ontwikkel programma's die deelnemers verbinden met de bredere gemeenschap. Werk samen met lokale scholen, gemeenschapscentra en sociale organisaties om sportactiviteiten te integreren. Organiseer evenementen die gemeenschapsbetrokkenheid en interactie bevorderen.

---

## 7. SPORTDOELEN EN TOERNOOIEN

Bij het organiseren van sportactiviteiten voor daklozen is het van vitaal belang om te streven naar een sportdoel of toernooi. Deze doelstellingen helpen structuur en motivatie te bieden aan deelnemers, en bieden een gevoel van doel en prestatie. Door duidelijke sportdoelen te stellen en regelmatig toernooien te organiseren, worden niet alleen fysieke vaardigheden aangescherpt, maar wordt ook een sterk gevoel van gemeenschap en prestatie gekweekt, waardoor het een fundamenteel onderdeel wordt van het holistische welzijn van dakloze individuen.

Hoe dit te doen?

- ❑ **Sessies voor doelstellingen:** Houd workshops of individuele sessies met deelnemers om hun persoonlijke sport gerelateerde doelstellingen te identificeren, of het nu gaat om het verbeteren van de conditie, het beheersen van een specifieke sport of het bereiken van een bepaalde mijlpaal.
- ❑ **Doelstellingen volgen:** Stel een systeem op om de voortgang van elke deelnemer naar hun doelen te monitoren. Dit kunnen regelmatige beoordelingen, checkpoints of individuele doelplannen omvatten.
- ❑ **Regelmatige toernooien en competities organiseren:** Plan regelmatig sporttoernooien of -wedstrijden binnen het programma. Gebruik deze evenementen als mogelijkheden voor gemeenschapsbetrokkenheid.

---

## 8. GEMEENSCHAPSBETROKKENHEID EN STIGMA VERMINDERING

Bij het organiseren van sport voor daklozen zijn gemeenschapsbetrokkenheid en stigma vermindering cruciaal. Het betrekken van de bredere gemeenschap bevordert begrip en steun, terwijl initiatieven ter vermindering van stigma negatieve percepties die verband houden met dakloosheid bestrijden. Deze inspanningen creëren een inclusievere en compassievollere omgeving voor dakloze individuen die deelnemen aan sportprogramma's.

Hoe dit te doen?

- ❑ **Betrek de bredere gemeenschap:** Betrek de gemeenschap om begrip en steun voor het project te bevorderen.
- ❑ **Verminder stigma:** Voer bewustmakingscampagnes, gemeenschapsevenementen en educatieve programma's uit om het stigma rond dakloosheid te bestrijden.

---

## 9. PERSOONLIJK ONTWIKKELINGSPLAN

Bij het organiseren van sportprogramma's voor daklozen is het "Persoonlijk Ontwikkelingsplan" belangrijk. Dit plan past sportactiviteiten aan om te voldoen aan hun specifieke behoeften en interesses, terwijl het ook kansen biedt voor vaardighedenopbouw, teamwork en leiderschapsontwikkeling. Het verbetert niet alleen het fysieke welzijn, maar speelt ook een rol bij het opbouwen van zelfvertrouwen en het bevorderen van een pad naar een betere toekomst voor dakloze deelnemers.

Hoe dit te doen?

- ❑ **Integratie van sport in een breder persoonlijk plan:** Ontwikkel een persoonlijk ontwikkelingsplan met duidelijke doelen dat sportactiviteiten omvat. Werk samen met relevante organisaties en professionals om afstemming te garanderen met de bredere doelstellingen van de deelnemers.
- ❑ **Activiteiten aanpassen aan specifieke behoeften:** Pas sportactiviteiten aan op basis van enquêtes en interviews onder deelnemers.
- ❑ **Kansen bieden voor vaardighedenopbouw, teamwork en leiderschapsontwikkeling:** Ontwerp een gestructureerd curriculum dat zich richt op vaardighedenopbouw en atletische verbetering. Organiseer op teams gebaseerde sporten en leiderschapswerkplaatsen om teamwork en leiderschapsvaardigheden onder deelnemers te bevorderen.

---

## 10. TOEKOMSTPERSPECTIEVEN EN ROLLEN

Toekomstperspectief is belangrijk om het sportproject naar een hoger niveau te tillen. Het betekent dat deelnemers een toekomstpad binnen het project hebben. Dit houdt in dat hun individuele talenten worden gevonden en aangemoedigd, dat ze leiderschapsrollen op zich nemen en dat hun vaardigheden worden gebruikt. Dit helpt hen niet alleen nu, maar geeft hen ook hoop op een betere toekomst in het programma, waardoor het een belangrijk onderdeel van hun reis wordt.

Hoe dit te doen?

- ❑ **Creëer een langetermijnvisie voor deelnemers:** Houd workshops voor doelstellingen om toekomstige doelen te schetsen. Koppel deelnemers aan een Maatschappelijke Sport coach om haalbare doelen binnen het project te stellen.
- ❑ **Identificeer en koester individuele talenten:** Beoordeel vaardigheden en talenten van deelnemers via verschillende activiteiten. Bied leiderschapskansen binnen het sportprogramma, zoals coaching of mentorschap, op basis van hun mogelijkheden.

Door deze richtlijnen te volgen, streeft het PUSH-project ernaar een duurzaam en krachtig sportprogramma voor daklozen te creëren, dat persoonlijke ontwikkeling, gemeenschapsintegratie en een gevoel van verbondenheid bevordert.