

HANDBOEK POSITIEVE SPORTCULTUUR

Oktober 2025



Samen voor een positieve sportcultuur!

SPORT
UTRECHT

In Utrecht werken we hard aan een vitaal sportlandschap. Samen met alle sportclubs gaan we voor een omgeving die betaalbaar, toegankelijk en veilig sporten voor alle Utrechters mogelijk maakt. De cultuur die er binnen de sport heerst is essentieel voor het in beweging brengen én houden van alle Utrechters.

Een positieve sportcultuur zorgt ervoor dat sporters plezier beleven aan sporten en bewegen, en deze intrinsieke motivatie is dé sleutel tot een langdurige sportdeelname. Helaas zien we nog te vaak dat sporters stoppen met sporten omdat ze het plezier zijn kwijtgeraakt. Omdat ze worden gepest, gediscrimineerd, geïntimideerd, buitengesloten, of simpelweg omdat ze niet op de juiste manier worden gemotiveerd.

Hoe zorg je als club dan voor zo'n positieve sportcultuur? Waarin iedereen zich thuis voelt, veilig voelt en zichzelf kan zijn, ongeacht sociaal-culturele achtergrond, gender, seksuele oriëntatie, beperking of financiële situatie? Dit zijn geen makkelijke vragen, maar je kunt hier als club veel in betekenen. En uiteraard sta je niet alleen voor deze uitdaging, wij helpen je graag!



INHOUDSOPGAVE

Leeswijzer	1
Over SportUtrecht	2
Een positieve sportcultuur: wat bedoelen we daarmee?	3
De positieve sportcultuurladder	5
Een sociaal veilige omgeving	7
Wat betekent het?	7
De actieladder	9
De acties uitgelegd	11
De vooruitstrevende club	12
Welke ondersteuning kan je krijgen?	13
Plezier en ontwikkeling centraal	15
Wat betekent het?	15
De actieladder	17
De acties uitgelegd	19
De vooruitstrevende club	20
Welke ondersteuning kan je krijgen?	21
Iedereen kan meedoen	23
Wat betekent het?	23
De actieladder	25
De acties uitgelegd	27
De vooruitstrevende club	28
Welke ondersteuning kan je krijgen?	29
Handige organisaties en websites	31
Subsidies en ondersteuning	32
Bronnenlijst	33

COLOFON

Dit handboek is een uitgave van stichting SportUtrecht. SportUtrecht is de specialist op het gebied van sport en bewegen in Utrecht, en heeft als missie heel Utrecht in beweging te brengen.

Vormgeving: Priscilla Aldana

Druk: Libertas Pascal

Eindredactie: Mats Meijerhof

Aan deze editie werkten mee:

Amber Dors, Marieke van Keulen,
Marieke Koudijs, Roel Brinkman

Editie: Oktober 2025

Copyright: © 2025 SportUtrecht

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar worden gemaakt door middel van druk, fotokopie, geluidsband, elektronisch of op welke wijze dan ook, zonder schriftelijke toestemming van de uitgever.

In contact komen met de uitgever?
Mail naar info@sportutrecht.nl

Leeswijzer

Met dit handboek bieden we een denkkader, handvatten en tools om aan de slag te gaan met een positieve sportcultuur. Eerst leggen we uit wat we daaronder verstaan. Vervolgens gaan we dieper in op de drie pijlers van een positieve sportcultuur. We leggen uit wat ze betekenen, en nemen je mee in acties die je kan ondernemen om stappen te zetten op de cultuurladders. De cultuurladder is bedoeld als spiegel voor de club: op welk niveau staan jullie? En welke acties zouden kunnen leiden tot een volgende stap op de ladder? Per pijler lichten we een aantal acties uit, laten we een goed voorbeeld uit de stad zien en brengen we tot slot verschillende ondersteuningsmogelijkheden onder de aandacht.

Onze sportclubadviseurs gaan graag verder met je in gesprek over een positieve sportcultuur. Wil je met ons in contact komen? Je vindt een overzicht van onze sportclubadviseurs via:

www.sportutrecht.nl/sportclubadviseurs



Over SportUtrecht

Heel Utrecht in beweging: dat is onze missie! Als onafhankelijke stichting werken we in opdracht van verschillende opdrachtgevers aan deze missie. En dat doen we niet alleen. We werken samen met het onderwijs, zorg- en welzijnspartners, en misschien wel het meest belangrijk: de ruim 700 sportclubs die Utrecht rijk is.

SportUtrecht is hét loket voor de Utrechtse sportclubs (zowel sportverenigingen als sportondernemers of -stichtingen). Met onze kennis, expertise en middelen versterken we sportclubs in Utrecht. We zorgen voor ontmoeting en verbinding tussen clubs; binnen sporttakken, op thema of op wijkniveau. Lukt het ons niet? Dan verbinden we je met de juiste partij.

We zijn op de hoogte van trends en ontwikkelingen binnen de sport, zowel op lokaal als landelijk niveau. We signaleren kansen en benutten deze kennis optimaal bij onze ondersteuning van sportclubs.

Ook behartigen we de belangen van de Utrechtse sportclubs. Wij adresseren met én namens de sport belangrijke zaken bij politiek en beleidsmakers. Het Utrechts Sportcollectief, dat bestaat uit vertegenwoordigers vanuit verschillende sporttakken, speelt hierbij een belangrijke rol.

Sportclubs dragen in grote mate bij aan een sportief Utrecht; ze brengen én houden dagelijks duizenden Utrechters met plezier in beweging. SportUtrecht is er voor jullie. Ons team staat klaar om te helpen met het toekomstbestendig maken van jullie sportaanbod en sportclub.

Een positieve sportcultuur: wat bedoelen we daarmee?



Visie

We werken aan een stad waarin iedere Utrechter als vanzelfsprekend sport in een **sociaal veilige omgeving** waar (sport)**plezier en ontwikkeling centraal** staan. Er is ruimte voor verschillen tussen mensen, maar **iedereen kan meedoen** en draagt zorg voor elkaar.

1

Een sociaal veilige omgeving

Een sociaal veilige omgeving, waarin iedereen zich thuis voelt, is een essentiële voorwaarde om met plezier te kunnen sporten. Het kenmerkt zich door respect, integriteit en bescherming tegen grensoverschrijdend gedrag. Het slachtoffer zijn van grensoverschrijdend gedrag kan immers een leven lang impact hebben en ertoe leiden dat sporters stoppen met sporten.

2

Plezier en ontwikkeling centraal

Voor het behouden en het versterken van de intrinsieke motivatie om te sporten zijn plezier en ontwikkeling cruciaal. Deze twee begrippen gaan hand in hand. Sporters die met plezier sporten en zich daarin ontwikkelen blijven langer sporten, creëren meer zelfvertrouwen en eigenwaarde, leren levensvaardigheden en voelen meer sociale verbondenheid.

3

Iedereen kan meedoen

Een plek waar mensen worden uitgenodigd om te gaan sporten en bewegen, zichzelf kunnen zijn, zich geaccepteerd voelen en vaker terug willen komen. Dát is een plek waar iedereen mee kan doen. Dit betekent niet dat iedere sportclub voor iedereen is, maar wél dat er voor iedereen een sportclub is, waar die zich thuis voelt en met plezier kan sporten en bewegen.

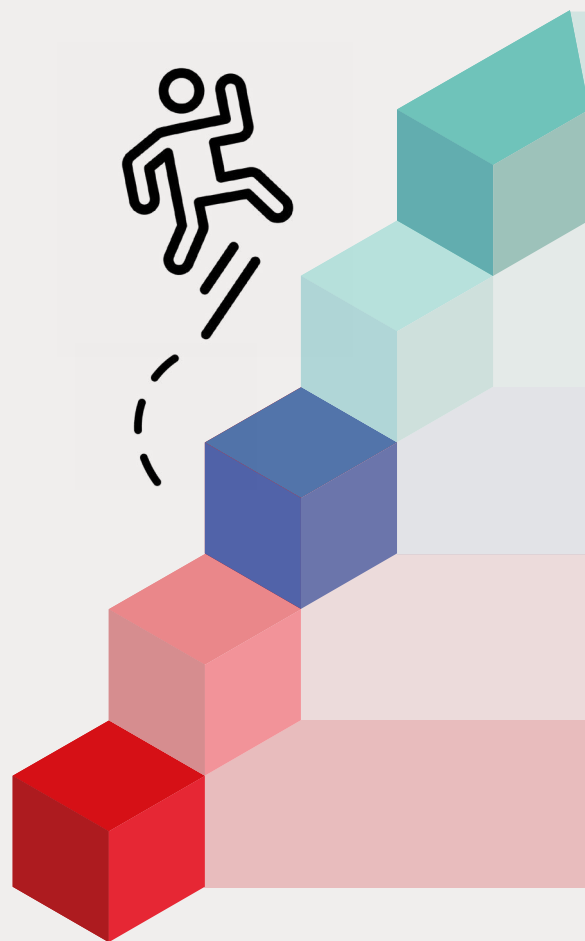
De positieve sportcultuurladder

Waar staat jullie club?

Hiernaast zie je de positieve sportcultuurladder, gebaseerd op het model van Hudson (2001)¹. De ladder bestaat uit vijf niveaus, en veronderstelt dat iedere club zich in een bepaalde ontwikkelingsfase begeeft als het gaat om het creëren van een positieve sportcultuur. Iedere trede representeert een bepaalde houding ten opzichte van een positieve sportcultuur.

De cultuurladder is bedoeld als instrument om aan de slag te gaan met een positieve sportcultuur. De ladder biedt een spiegel, aan de hand waarvan de club na kan denken over de ontwikkelingsfase waarin zij zich bevindt, en kan bepalen welke stappen nodig zijn om naar de volgende trede te klimmen. Uiteraard kan de ontwikkelingsfase waarin jullie club zich bevindt per pijler verschillen.

Om te helpen bij het bepalen van vervolgacties, hebben we per pijler uitgewerkt welke acties passen bij de verschillende ontwikkelingsfasen. Deze vind je verderop in het handboek.



VOORUITSTREVENDE

Bij een vooruitstrevende club komt een positieve sportcultuur écht tot leven. Een veilige, inclusieve en plezierige sportomgeving is absolute topprioriteit, en iedereen binnen de club is zich hiervan bewust. Leden voelen zich thuis, kunnen zichzelf zijn, worden gerespecteerd en ontwikkelen zich voortdurend op sportief, sociaal, emotioneel, cognitief en motorisch vlak. Deze club is een voorbeeld voor anderen en wil je nooit verlaten!

PROACTIEF

De proactieve club vindt een positieve sportcultuur belangrijk, en onderneemt veel acties om het plezier van haar sporters te verhogen. Misschien leeft het nog niet binnen de hele club, maar er zijn meerdere mensen die zich hiervoor hard maken, en mede daardoor worden er al goede stappen gezet.

BUREAUCRATISCH

Binnen de bureaucratische club bestaat een positieve sportcultuur voornamelijk op papier. De club doet het minimale wat van haar verwacht mag worden en de basis staat, maar verdere actie blijft – om welke reden dan ook – uit. Aandacht voor een positieve sportcultuur zit vooral in beleid, en niet in de mensen.

REACTIEF

De reactieve club komt pas in actie op het moment dat het misgaat. Of het nou om grensoverschrijdend gedrag, discriminatie of een lid dat ontevreden vertrekt gaat, deze club grijpt vaak pas achteraf in. Over een positieve sportcultuur wordt weinig gesproken en ook in beleid is er nauwelijks aandacht voor.

ONTKENNEND

Binnen de ontkennende club is een positieve sportcultuur geen onderwerp van gesprek. De club denkt dat een positieve sportcultuur vanzelf ontstaat, en gelooft niet dat het ooit mis zou kunnen gaan. En als dat dan toch gebeurt, dan kiest de ontkennende club liever voor de makkelijke weg, dan dat problemen worden erkend en opgelost.

Naar model van Hudson (2001)



Een sociaal veilige omgeving is een essentiële voorwaarde om met plezier te kunnen sporten. Alle Utrechters hebben recht op een sociaal veilige sportomgeving, waarin ze zich welkom en op hun gemak voelen. Helaas maken veel sporters in hun sportcarrière wel eens grensoverschrijdend gedrag mee, zoals kinderen die gepest of buitengesloten worden. Soms zijn dit gebeurtenissen waar mensen hun hele leven last van ondervinden en die ertoe kunnen leiden dat een sporter stopt met sporten. Het is daarom van groot belang dat een sportclub aandacht heeft voor sociale veiligheid.

Als we praten over sociale veiligheid, dan gaat het vaak al snel over grensoverschrijdend gedrag. Immers, iedere vorm van grensoverschrijdend gedrag kan de sociale veiligheid van een individu in het geding brengen. In de huidige 'blauwdruk grensoverschrijdend gedrag'² van NOC*NSF wordt de volgende definitie gehanteerd:

“Grensoverschrijdend gedrag is elke vorm van handelen en/of nalaten dat als doel en/of gevolg heeft dat de waardigheid en/of veiligheid van één of meerdere personen wordt aangetast.”

Deze definitie is erg breed en abstract. Waar moet je dan aan denken bij grensoverschrijdend gedrag? Het komt in verschillende vormen voor, we onderscheiden er drie:

- **Emotioneel grensoverschrijdend gedrag** zoals pesten, uitschelden, buitensluiten of vernederen.
- **Fysiek grensoverschrijdend gedrag** zoals duwen of slaan, maar ook gedwongen sporten met een blessure.
- **Seksueel grensoverschrijdend gedrag** zoals nafluiten, seksuele grappen/opmerkingen of ongewenst aanraken.

Bepaalde groepen zijn extra kwetsbaar als het gaat om grensoverschrijdend gedrag, en zijn het vaakst slachtoffer.³ Dit gaat om minderjarigen, LHBTIQA+ sporters, sporters met een beperking en topsporters.

Iedere sport is uniek en heeft haar eigen karakteristieken en cultuur. Dit maakt dat risico's op bepaalde vormen van grensoverschrijdend gedrag binnen de ene sport hoger zijn dan binnen de ander. Denk bijvoorbeeld aan sporten waarbij lichamelijk contact onvermijdelijk is, zoals judo of turnen, of sporten waarbinnen het verbaal intimideren van tegenstanders (het zogeheten 'trash talking') ingeburgerd is en als onderdeel van het spel wordt gezien. Bij het werken aan sociale veiligheid is het daarom van belang om een analyse te maken van de eigen sport en sportclub, en na te denken over welke risico's op grensoverschrijdend gedrag dit met zich meebrengt.

Een sociaal veilige omgeving is een omgeving waarin grensoverschrijdend gedrag geen plaats heeft, en ieder individu zich zodoende veilig voelt. Mensen worden er met respect behandeld, en er wordt naar elkaar omgekeken en voor elkaar gezorgd.

Een sociaal veilige omgeving

De actieladder

Met de acties die op de rechterpagina genoemd staan kun je werken aan een sociaal veilige omgeving op je sportclub. Hoe ver zijn jullie op dit thema?

Vul een ✓ in als jullie de actie op orde hebben

Vul een ★ in als jullie met de actie bezig zijn

Vul niets in als jullie nog niet zijn begonnen met de actie

Kijkend naar de actielijst: op welk niveau staat jullie club?

Met welke acties willen of gaan jullie aan de slag?

Op de volgende pagina vind je een uitleg van de schuingedrukte acties. Een uitgebreide uitwerking van de actieladders vind je via www.sportutrecht.nl/positievsportcultuur

VOORUITSTREVENDE

Er wordt structureel gereflecteerd op de mate van sociale veiligheid binnen de club

De club besteedt voortdurend aandacht aan het fysieke en mentale welzijn van haar sporters

Alle (kader)leden hebben kennis van het onderwerp sociale veiligheid en weten hoe te handelen op het moment dat grensoverschrijdend gedrag plaatsvindt

De club heeft **risicogebieden** als het gaat om grensoverschrijdend gedrag in kaart gebracht en neemt op basis hiervan preventieve maatregelen

De club werkt gericht aan een **aanspreekcultuur** en creëert bewustzijn bij sporters over een sociaal veilige omgeving

De club beschikt over een commissie/vrijwilliger (anders dan de vertrouwenscontactpersoon) die zich preventief bezighoudt met het thema sociale veiligheid

De vertrouwenscontactpersoon wordt actief en op regelmatige basis onder de aandacht gebracht van sporters, ouders en begeleiders

De gedragsregels van de club worden op regelmatige basis op teamniveau besproken en/of gespecificeerd

De club werkt met het **4-ogen principe**

Iedere vrijwilliger die met kwetsbare groepen (jeugd) werkt wordt periodiek gevraagd een geldige Verklaring Omtrent Gedrag (VOG) te tonen

De club beschikt over of verwijst door naar een **vertrouwenscontactpersoon**

De club beschikt over gedragsregels

De club beschikt over protocollen over hoe te handelen bij (verschillende vormen van) grensoverschrijdend gedrag

De club beschrijft in een beleidsplan hoe zij een sociaal veilige omgeving voor haar leden waarborgt

Als de club een melding ontvangt over grensoverschrijdend gedrag of sociale onveiligheid wordt hierop gereageerd/geacteerd

REACTIEF

ONTKENNEND

-

Aanspreekcultuur

Denk bij het creëren van een aanspreekcultuur aan onderstaande cirkel: spreek uit welke waarden je binnen de club belangrijk vindt, spreek met elkaar af welk gedrag hierbij hoort, en spreek aan op het moment dat mensen zich hier niet aan houden.

**Het 4-ogen principe**

Het 4-ogen principe houdt in dat een volwassene altijd moet kunnen meekijken of meeluisteren met een trainer/coach/vrijwilliger, met name als deze in gesprek is of gaat met een minderjarige sporter. Dit betekent in de praktijk bijvoorbeeld dat de trainer nooit alleen met een sporter in de kleedkamer komt.

De vertrouwenscontactpersoon

De vertrouwenscontactpersoon is bereikbaar voor iedereen op de club die grensoverschrijdend gedrag wil bespreken. Hij biedt een luisterend oor, denkt mee en kan melders uitleggen wat eventuele vervolgstappen kunnen zijn. Ook helpt de vertrouwenscontactpersoon het bestuur op het gebied van preventie. De vertrouwenscontactpersoon is uitdrukkelijk géén hulpverlener, en is niet verantwoordelijk voor de opvolging of oplossing van meldingen.

Risicogebieden

Iedere sportclub is anders, en kent dus ook verschillende risico's als het gaat om grensoverschrijdend gedrag. Risico's waar je aan kan denken zijn alcohol- en drugsgebruik, gebruik van sociale media, de inrichting van de accommodatie, de verhouding tussen trainers/coaches en sporters en sporteigen lichamelijke aanrakingen.

De vooruitstrevende club**Volleybal Vereniging Utrecht werkt voortdurend aan een sociaal veilige omgeving**

Volleybal Vereniging Utrecht is met 750 leden de grootste volleybalvereniging van Utrecht. Om ervoor te zorgen dat al deze mensen met plezier kunnen sporten, besteedt de vereniging veel aandacht aan het creëren van een sociaal veilige omgeving.

Vertrouwenscontactpersoon Lisah van Dam: "Wij vinden sociale veiligheid heel erg belangrijk, en we willen dat iedereen op een fijne manier kan sporten en zich welkom voelt binnen onze vereniging."

De verantwoordelijkheid daarvoor ligt bij ieder lid, dus dat moeten we echt samen doen."

Bewustwording onder alle leden is daarom een belangrijk aandachtspunt voor Volleybal Vereniging Utrecht, en om hieraan te werken besteden ze structureel aandacht aan het thema. "We werken met een jaarlijkse communicatiekalender, waarin staat op welke vaste momenten we communiceren over het belang van sociale veiligheid. Zichtbaarheid van de vertrouwenscontactpersonen is hier een belangrijk onderdeel van. We gaan bijvoorbeeld komend seizoen langs bij alle jeugdteams om onszelf voor te stellen. Hierbij proberen we ze op een interactieve manier bewust te maken van wat het betekent om veilig te sporten, bijvoorbeeld met het spel 'Over de streep'."



Door de structurele aandacht merkt van Dam dat sociale veiligheid meer gaat leven binnen de club. "Je ziet bijvoorbeeld dat gedragsregels binnen teams worden besproken, of dat ouders ons sneller weten te vinden." Wel blijft het voor Volleybal Vereniging Utrecht lastig om te bepalen hoe sociaal veilig de club daadwerkelijk is, omdat aantallen meldingen over de jaren blijven schommelen. "Om te toetsen hoe onze leden de sociale veiligheid ervaren, zijn we van plan om dit jaar een vragenlijst uit te zetten. Op basis van de resultaten daarvan gaan we kijken of we nog iets moeten aanpassen in ons beleid."

Een sociaal veilige omgeving

Welke ondersteuning kun je krijgen?



High5! Stappenplan

Het High5! Stappenplan van NOC*NSF helpt sportbestuurders en vrijwilligers die actief zijn binnen de club om snel aan de slag te kunnen gaan met preventie van grensoverschrijdend gedrag. Het stappenplan zit vol met praktische documenten voor beleid, gedragsregels en tips voor het positioneren van de vertrouwenscontactpersoon.

Verenigingstraject Sociale Veiligheid

Doe kosteloos een beroep op een expert vanuit NOC*NSF. Het verenigingsbestuur wordt door een expert geholpen bij het opzetten en implementeren van beleid op het gebied van sociale veiligheid.

Regeling Gratis VOG

Voor veel sportclubs is het aanvragen van VOG's voor vrijwilligers gratis, door gebruik te maken van de Regeling Gratis VOG. Voor het aanmelden voor deze regeling is een [handleiding](#) beschikbaar.

Scholing en netwerk Vertrouwenscontactpersonen

SportUtrecht organiseert ieder sportseizoen minstens één keer de [scholing](#) Vertrouwenscontactpersoon voor nieuwe vertrouwenscontactpersonen en de [terugkomdag](#) voor eerder opgeleide vertrouwenscontactpersonen. Daarnaast bestaat er een Whatsapp-groep 'VCP Netwerk 030', waarin vertrouwenscontactpersonen de ruimte hebben om met elkaar te sparren over casussen en op de hoogte blijven van het laatste nieuws rondom sociale veiligheid.

Trainingen en scholingen

Er zijn heel veel trainingen en scholingen voor bestuurders, vrijwilligers/personeel, trainers/coaches, ouders en sporters die bijdragen aan een sociaal veilige omgeving. Deze trainingen gaan bijvoorbeeld over pesten, sportiviteit, respect of het ingrijpen/aanspreken bij situaties van grensoverschrijdend gedrag. Veel trainingen en scholingen kunnen voor een groot deel gesubsidieerd worden aangeboden. Vraag bij je sportclubadviseur naar de mogelijkheden.

Aanpak Straatintimidatie

De gemeente Utrecht heeft een aanpak Straatintimidatie. Onderdeel van deze aanpak zijn een [toolkit](#) en verschillende workshops, waarmee je als sportclub aan de slag kan met het thema straatintimidatie.



Voor het behouden en versterken van de intrinsieke motivatie om te sporten zijn plezier en ontwikkeling cruciaal. Sporters die met plezier sporten en zich daarin blijven ontwikkelen – niet alleen op sportief, maar ook op sociaal, emotioneel, cognitief en motorisch gebied – blijven langer sporten, creëren meer zelfvertrouwen en eigenwaarde, leren levensvaardigheden en voelen meer sociale verbondenheid. Het is daarom enorm belangrijk om een plezierige sportomgeving te creëren waarin sporters zich optimaal kunnen ontwikkelen. Maar wat betekent het dan om plezier en ontwikkeling centraal te zetten?

In het boek 'de Talentformule'⁴ definiëren sport- en prestatiepsycholoog Tim Koning en politicoloog Michiel van Schagen het woord plezier als volgt:

“Plezier is het prettige gevoel dat je iets leuk vindt om te doen en dat, soms pas achteraf, zorgt voor een glimlach, voldoening, blijdschap, genoeg en genot. Plezier betekent niet dat alles altijd maar leuk, makkelijk of lichtvoetig moet zijn. Het voldane gevoel kan namelijk ook voortkomen uit hard werken, afzien en heel hard je best doen.”

Volgens hen zijn er zes verschillende bronnen die bijdragen aan het beleven van plezier:

- ▀ Ontwikkeling
- ▀ Competentie
- ▀ Uitdaging
- ▀ Verbinding
- ▀ Beweging
- ▀ Autonomie

Deze bronnen geven een beeld van hoe je als club na kunt denken over het creëren van plezier onder je sporters, waarbij wel geldt dat iedere sporter anders plezier beleeft. Kinderen zijn bijvoorbeeld vaak op zoek naar uitdaging en ontwikkeling, terwijl senioren via het sporten vaker op zoek zijn naar verbinding. Ook tussen jongens en meiden kan dit verschillen.

Binnen veel sportomgevingen ligt de focus op het presteren binnen de sport, het 'winnen'. Dit zie je op vele verschillende manieren terugkomen. Denk bijvoorbeeld aan het indelen van teams, wat in veel gevallen gebeurt op basis van de sportieve kwaliteiten van spelers. Denk ook aan die trainer/coach die die ene sporter net wat minder speeltijd geeft, omdat die qua niveau net niet helemaal bij de rest van de groep kan aanhaken. Of aan alle ouders, die na een sportwedstrijd als eerste aan hun kind vragen of ze gewonnen hebben. Een dergelijk klimaat verhoogt vaak niet het sportplezier, integendeel; te veel prestatiedruk kan ervoor zorgen dat sporters eerder stoppen met sporten.⁵

Door de focus op de prestatie te verleggen naar het plezier en de ontwikkeling binnen de sport, creëer je binnen de club een omgeving waarin minder sporters afhaken, sporters meer doorzettingsvermogen en zelfvertrouwen kweken, en uiteindelijk hierdoor óók beter gaan presteren.

Met de acties die op de rechterpagina genoemd staan kun je werken aan een sportomgeving waar plezier en ontwikkeling centraal staan. Hoe ver zijn jullie op dit thema?

Vul een ✓ in als jullie de actie op orde hebben

Vul een ★ in als jullie met de actie bezig zijn

Vul niets in als jullie nog niet zijn begonnen met de actie

Kijkend naar de actielijst: op welk niveau staat jullie club?

Met welke acties willen of gaan jullie aan de slag?

Op de volgende pagina vind je een uitleg van de schuingedrukte acties. Een uitgebreide uitwerking van de actieladders vind je via www.sportutrecht.nl/positievsportcultuur

VOORUITSTREVENDE

De club houdt rekening met meer factoren (zoals kalenderleeftijd, motivatie of motorische ontwikkeling) dan alleen het huidige sportniveau als het gaat om het **indelen van teams** of selecteren van sporters

De club innoveert haar sportaanbod om beter aan te sluiten bij de behoefte van haar leden

De club heeft brede (motorische) ontwikkeling van haar sporters verankerd in haar structurele sportaanbod

Iedere trainer of coach is geschoold en vakbekwaam (sporttechnisch, pedagogisch-didactisch, methodisch)

De club **betrekt ouders** op een positieve manier bij de ontwikkeling van hun kind

Er is aandacht voor positieve aanmoediging langs de lijn door supporters

De club besteedt aandacht aan de brede (motorische) ontwikkeling van haar sporters

De club biedt haar trainers en coaches continue mogelijkheden en stimuleert hen om zichzelf verder te ontwikkelen op verschillende thema's

De club begeleidt haar trainers en coaches proactief op pedagogisch-didactisch vlak

De club begeleidt haar trainers en coaches proactief op sporttechnisch vlak

De club beschikt over een visie/beleid waarin staat dat plezier en ontwikkeling (van sporters én trainers/coaches) prioriteit krijgen

De club beschikt over een (jeugd)opleidingsplan waarin staat hoe sporters zich idealiter ontwikkelen en hoe zij plezier beleven in de sport

Trainers en coaches die dat willen kunnen opleidingen of scholingen volgen

Er bestaat een structuur waarbij trainers/coaches met vragen terecht kunnen bij een expert binnen de club

Als de club een klacht ontvangt vanuit een lid omtrent het verlies van sportplezier, gaat de club hiermee aan de slag

Bij vertrek van leden vraagt de club om de reden van vertrek, en als de reden aanleiding geeft tot actie gaat de club hiermee aan de slag

Trainersbegeleiding/-opleiding

Trainers en coaches spelen een cruciale rol in het zorgen voor een omgeving waarin sporters zich optimaal kunnen ontwikkelen en vóóral ook heel veel plezier beleven. Wie herinnert zich nou niet die éne fijne trainer/coach van vroeger? Kortom: een goede trainer/coach is goud waard voor je club.

Investeren in de kwaliteit van je trainers en coaches is het daarom dubbel en dwars waard. Dit doe je door hen op een adequate manier te begeleiden en op te leiden. Borg trainersbegeleiding binnen de structuur van je club, en stimuleer je trainers/coaches om opleidingen te volgen: binnen de club of via de bond, SportUtrecht of andere partijen. Denk hierbij niet alleen aan sporttechnische of –tactische opleidingen, maar zeker ook aan thema's als pedagogiek, didactiek, breed motorische ontwikkeling, groepsdynamiek of sociale veiligheid. Hoe bekwaam je trainers en coaches zijn, hoe beter zij hun rol kunnen vervullen. Niet alleen zorg je zo voor meer plezier bij je sporters, maar ook bij de trainers en coaches zelf!⁶

Positieve ouderbetrokkenheid

Ouders spelen een belangrijke rol in het creëren van een plezierige sportervaring voor kinderen. Niet zelden verliezen kinderen het plezier in het sporten doordat ouders verwachtingen te hoog leggen of voor negativiteit langs de lijn zorgen. Gelukkig kan het ook anders! Ouders die betrokken zijn bij de sportieve ontwikkeling van hun kind, hun zelfstandigheid stimuleren en op een positieve manier coachen, zorgen ervoor dat hun kinderen meer sportplezier beleven en ook langer blijven sporten.⁷ Leer de ouders op je club daarom kennen, en neem ze mee in de normen en waarden van de club.

Teamindeling

Van oudsher wordt bij veel (team)sporten al vanaf jonge leeftijd geselecteerd, waarbij kinderen met 'meer talent' bij elkaar worden gezet. Onderzoek⁸ laat echter zien dat vroeg selecteren geen zin heeft, en het bieden van gelijke kansen aan ieder kind kan een positief effect hebben op het sportplezier en de ontwikkeling van iedere jeugdsporter.

De vooruitstrevende club

Utrecht Atletiek richt zich op brede ontwikkeling van haar 700 jeugdleden

Utrecht Atletiek is de nieuwste atletiekvereniging van Utrecht, ontstaan uit een fusie van U-Track en AV Phoenix op 1 januari 2025. De nieuwe vereniging telt maar liefst 1.400 leden, waarvan de helft uit jeugd bestaat. Terwijl de twee oude verenigingen zich tot één aan het vormen zijn, blijven plezier en ontwikkeling voor Utrecht Atletiek centraal staan. Op verschillende manieren zorgen ze ervoor dat er binnen de club vanuit deze gedeelde visie wordt gewerkt. Bestuurslid Jeugd Sacha Boomkens vertelt: "Binnen de jeugd hebben we de ambitie om met leerlijnen te werken, zodat iedere atleet zich ontwikkelt in de sport. In deze leerlijnen ligt de focus op plezier, persoonlijke aandacht en brede motorische ontwikkeling." Daarnaast hebben bijna alle trainers een diploma op minimaal niveau 2, die intern wordt aangeboden. Ook bij deze opleiding, gefaciliteerd door de Atletiekunie, staan plezier en ontwikkeling voorop en krijgen trainers pedagogische en didactische handvatten om een nóg betere trainer te worden. Sacha: "Een volgende stap die we nog willen zetten in de begeleiding van trainers is het aanstellen van twee visieduwers: één op pedagogisch vlak, en één op sporttechnisch vlak. Zij kunnen erop toezien dat de opgedane kennis en leerlijnen binnen de trainingen in de praktijk worden gebracht."



Utrecht Atletiek wil haar atleten breed opleiden, en specialiseren in specifieke onderdelen gebeurt daarom pas vanaf een jaar of 15. In het kader van die brede ontwikkeling blijven atleten naast de specialisatietrainingen in eerste instantie ook de basistrainingen volgen. Bij dit proces, en bijvoorbeeld ook bij deelname aan wedstrijden, staat de persoonlijke behoefte van de atleet centraal: waar ligt diens passie of ontwikkelbehoefte? Sacha: "Persoonlijke ontwikkeling bij de jeugd vinden we veel belangrijker dan winst tijdens wedstrijden. **Dat is ook het mooie aan atletiek en onze club: iedere prestatie mag er zijn, en alle atleten juichen ongeacht hun niveau net zo hard voor elkaar!**"

Op deze pagina hebben we een aantal scholingen, workshops en interventies verzameld die bijdragen aan de kwaliteit van je trainers/coaches en een positieve sportcultuur op de club, en worden aangeboden door SportUtrecht. Hiernaast zijn er nog veel meer scholingen en interventies die je als club verder kunnen helpen. Benieuwd naar de mogelijkheden? Neem dan contact op met je sportclubadviseur.

Clubkadercoach

Een clubkadercoach helpt de club bij het opzetten en borgen van trainersbegeleiding binnen de club en werkt zo samen met de mensen binnen de club aan een positieve sportcultuur. Hij richt zich hierbij met name op het versterken van trainers/coaches op pedagogisch en didactisch vlak, met als resultaat dat trainers en coaches zich bekwaamer voelen in hun rol. SportUtrecht beschikt over meerdere clubkadercoaches, die ingezet kunnen worden bij clubs. Interesse in de inzet van een clubkadercoach? Neem dan contact op met je sportclubadviseur.

E-learning voor trainers en coaches

Bij training geven komt meer kijken dan ‘alleen’ het aanleren van een sport. Tijdens de e-learning ‘Een beetje opvoeder’ wordt aan de hand van de 4 inzichten over trainerschap uitgebreid stilgestaan bij pedagogische en didactische aspecten van een training waar trainers en coaches mee te maken krijgen. De e-learning is gratis online te volgen.

4 inzichten over trainerschap

Structureren, stimuleren, individuele aandacht geven en regie overdragen. Dit zijn vier belangrijke kernkwaliteiten voor elke trainer of coach. Tijdens deze scholing krijg je handvatten om je sporters effectiever te begeleiden en een inspirerende, veilige sportomgeving te creëren. Je kunt je eigen functioneren als trainer/coach in korte tijd aanscherpen en verbeteren! Deze scholing duurt één avond en wordt door SportUtrecht op verschillende momenten in het jaar aangeboden.

Trainersbegeleiding

Deze scholing is geschikt voor ervaren trainers en voor vrijwilligers met pedagogische vaardigheden die trainers/coaches bij willen staan. Als trainersbegeleider ga je de trainers/coaches binnen je club voor langere tijd ondersteunen. Tijdens de scholing leert de trainersbegeleider hoe je gedrag van trainers/coaches observeert en analyseert en hen laat reflecteren op hun eigen gedrag en manier van coachen.

Athletic Skills Model

In deze workshop ontdek je met welke visie het Athletic Skills Model (ASM) maatschappelijk impact maakt, en dat veelzijdig bewegen meer inhoudt dan breed motorisch ontwikkelen. Implementatie van het ASM zorgt voor betere prestaties, minder blessures, meer creativiteit en meer plezier. Je leert in de workshop dat sporten meer gemeen hebben dan dat ze verschillen, en ervaart in de praktijk hoe de vertaling van veelzijdigheid binnen sporten en activiteiten vorm krijgt.

Theatervoorstelling : Kom op nou jongens!

De theatervoorstelling ‘Kom op nou jongens!’ van stichting Positief Coachen geeft een krachtige aanzet voor een positieve sportcultuur. Hij is bedoeld voor iedereen die betrokken is bij de club: bestuurders, vrijwilligers/personeel, trainers/coaches en ouders. Het theatergezelschap houdt de mensen (op een leuke en ontspannen manier) een spiegel voor, en hierdoor krijgen mensen zin om het anders te gaan doen.



Sporten is niet alleen gezond, het is ook een manier om sociaal fit te blijven en draagt bij aan het gevoel van inclusie in de stad.⁹ Utrecht telt in totaal meer dan 375.000 inwoners, die allemaal hun eigen beweeginteresses, culturele achtergronden en individuele uitdagingen hebben. Om al deze Utrechters in beweging te krijgen, is het belangrijk om aandacht te hebben voor een inclusieve en diverse sport- en beweegomgeving; waar mensen worden uitgenodigd om te gaan sporten en bewegen, zichzelf kunnen zijn, zich geaccepteerd voelen én vaker terug willen komen. Dit betekent niet dat iedere sportclub voor iedereen is, maar wél dat er voor iedereen een sportclub is, waar diegene met plezier kan sporten en bewegen.

Om een inclusieve en diverse sport- en beweegomgeving te realiseren is het belangrijk om verschillen tussen mensen te begrijpen en aandacht te hebben voor de individuele beweeginteresses, sportbehoeften én -benodigdheden. Kennisinstituut Movisie onderscheidt twaalf verschillende factoren die maken dat mensen verschillen.¹⁰

- | | |
|---------------------------------|--------------------------|
| ■ Sociaal-culturele achtergrond | ■ Leeftijd |
| ■ Uiterlijke kenmerken | ■ Educatie |
| ■ Taal en geletterdheid | ■ Sociale status |
| ■ Religie en levensbeschouwing | ■ (Arbeids) participatie |
| ■ Gezondheid en beperking | ■ Financiële situatie |
| ■ Gender en sekse | |
| ■ Seksuele oriëntatie | |

Iedere factor is van invloed op iemands sportbeleving, en zeker een combinatie van factoren kan maken dat iemand zich in meer of mindere mate welkom voelt in de Utrechtse sport. Zo is bijvoorbeeld bekend dat vrouwen minder sporten dan mannen, mensen met een niet-westerse achtergrond minder sporten dan mensen met een Nederlandse achtergrond en mensen met een beperking minder sporten dan mensen zonder een beperking.^{11, 12}

Sommige groepen hebben iets meer support nodig om te gaan sporten en bewegen. In Utrecht noemen we dit ongelijk investeren voor gelijke kansen.

Om nieuwe sporters te bereiken en iedereen zich thuis te laten voelen binnen jouw club is het daarom belangrijk om te achterhalen welke drempels er zijn om toe te treden. Met kleine aanpassingen kan je vaak al veel meer mensen in beweging krijgen! Denk bijvoorbeeld aan het aanbieden van proeflessen, het aanpassen van communicatie naar begrijpelijke taal of het verbeteren van de fysieke toegankelijkheid voor mensen met een beperking. De sleutel tot succes hierbij is actief in gesprek gaan met de doelgroep, zodat je hun behoeften en eventuele drempels écht leert begrijpen.

Daarnaast is het essentieel om sporters gelijkwaardig te behandelen en iedereen een volwaardige plek te geven tijdens het sporten. Dit spreekt misschien voor zich, maar mensen zijn vaak geneigd op te trekken met mensen die op hen lijken. Hierdoor kunnen sommige sporters onopgemerkt 'buiten de boot' vallen. Door het geven van gelijkwaardige en oprechte aandacht creëer je een club waarin iedereen zich gewaardeerd en thuis voelt.

Met de acties die op de rechterpagina genoemd staan kun je werken aan een sportomgeving waar plezier en ontwikkeling centraal staan. Hoe ver zijn jullie op dit thema?

Vul een ✓ in als jullie de actie op orde hebben

Vul een ★ in als jullie met de actie bezig zijn

Vul niets in als jullie nog niet zijn begonnen met de actie

Kijkend naar de actielijst: op welk niveau staat jullie club?

Met welke acties willen of gaan jullie aan de slag?

Op de volgende pagina vind je een uitleg van de schuingedrukte acties. Een uitgebreide uitwerking van de actieladders vind je via www.sportutrecht.nl/positieesportcultuur

VOORUITSTREVENDE

De club heeft oog voor de diversiteit van het kader, en streeft naar een representatieve vertegenwoordiging van het ledenbestand

De club biedt haar sporters en/of vrijwilligers/personeel educatie op het gebied van discriminatie, inclusie en/of gelijkwaardigheid

De club doet er alles aan om discriminatie te herkennen en erkennen en keurt het publiekelijk af

De club creëert nieuw aanbod voor nieuwe/andere doelgroepen

De club heeft oog voor haar omgeving, en probeert impact te maken op de wijk waarin zij zich bevindt

De club zet zich actief in om de stem van alle (en met name ondervertegenwoordigde) groepen binnen de club te horen

De club werkt aan de fysieke toegankelijkheid van de accommodatie

De club zorgt er expliciet voor dat nieuwe leden snel worden opgenomen in de groep

De club betreft actief **nieuwe/andere doelgroepen** bij de club

De club denkt actief mee met sporters in een kwetsbare financiële situatie en brengt **financiële regelingen** onder de aandacht

De club heeft in beeld wat potentiële drempels zijn voor mensen om toe te treden tot de club, en probeert deze actief te verlagen

De club werkt met een **zerotolerancebeleid** op het gebied van discriminatie

De club heeft in haar beleid expliciet aandacht voor het tegengaan van discriminatie en gebruikt een discriminatieprotocol

De club beschikt over een visie/beleid waarin staat dat iedereen welkom is

De club is aangesloten bij de U-pas

Als er op de club discriminatie of uitsluiting plaatsvindt, ondernemen we actie

-

BUREAUCRATISCH

REACTIEF

ONTKENNEND

Aantrekken van nieuwe of andere doelgroepen

Als je als club nieuwe doelgroepen aan wil trekken, is het belangrijk om na te denken over hoe je deze doelgroepen bereikt. Vaak is de persoonlijke benadering, eventueel via sleutelfiguren binnen bepaalde netwerken, effectiever dan een campagnematige benadering. Wees daarbij ook open over de aanmeldprocedure en het aannamebeleid dat je als club voert. Als er een wachtlijst is; hoe snel kom je als aspirant-lid in aanmerking om lid te worden, en hoe verloopt deze procedure?

Zerotolerancebeleid

Voer een zerotolerancebeleid als het gaat om discriminatie. Dit houdt in dat je vergaande consequenties verbindt aan discriminerende uitingen, zonder te waarschuwen. Hierbij is het heel belangrijk om als club te definiëren wat onder discriminatie wordt verstaan, en wat de eventuele consequenties zijn. Maak gebruik van het Utrechtse discriminatieprotocol, zodat je weet hoe te handelen op het moment dat er binnen je club gediscrimineerd wordt.

Financiële regelingen

Er zijn verschillende steunfondsen voor Utrechters in een kwetsbare financiële situatie:

Met de [U-pas](#) kunnen mensen sportlessen of de contributie betalen.

Het [Paul Verweel Sportfonds](#) helpt kinderen met het aanschaffen van sportkleding en sportmaterialen.

[Stichting Leergeld](#) ondersteunt kinderen bij zwemles- en sportkosten.

Het [Jeugdfonds Sport & Cultuur](#) ondersteunt kinderen bij het lesgeld, de contributie en in sommige gevallen andere sportbenodigdheden.

Met de [Uniek Sporten](#) Uitleen kun je gratis een sporthulpmiddel voor 4 maanden uitproberen.

Meer informatie over alle regelingen en de online keuzehulp voor inwoners van Utrecht vind je via: www.doemeeinutrecht.nl/financiele-hulp

De vooruitstrevende club

Skatepark Utrecht wil skaten voor iedereen toegankelijk maken

Skatepark Utrecht is een skatepark vóór en dóór skaters, en bevindt zich in een grote hal net buiten het centrum van Utrecht. Het wordt gerund door een stichting, die uit twee beheerders en een heleboel vrijwilligers bestaat. Sean Ringeling, één van de twee beheerders, vertelt hoe Skatepark Utrecht ervoor wil zorgen dat skaten een sport voor iedere Utrechter wordt. "We proberen het skaten breed te promoten. Daarvoor doen we niet alleen dingen in het skatepark, maar organiseren we juist ook evenementen buiten het park, of geven we clinics op scholen en in de wijken." Hierbij richten ze zich ook op specifieke doelgroepen, zoals vrouwen en de queer-community.

Sean: "Skaten is natuurlijk nog een mannensport. Een aantal keer per jaar organiseren we daarom speciale girls- en queer-nights, waarbij zij met elkaar in een veilige omgeving kunnen leren skaten. Als vrouw heb je bijvoorbeeld gewoon andere rolmodellen, dus op zo'n avond worden de lessen gegeven door vrouwen, zijn er vrouwelijke DJ's en staan er vrouwen achter de bar. Daardoor krijg je een hele andere vibe dan normaal. Dus het is goed dat daar extra aandacht voor is en dat we hen zo kansen bieden om ook van skaten te gaan houden."



Een andere belangrijke manier om een inclusieve sportomgeving te creëren is de financiële toegankelijkheid. Sean: "We proberen de kosten zo laag mogelijk te houden, zowel van de entree als van de lessen en het eten en drinken in de kantine. In 13 jaar tijd hebben we de entreekosten slechts met 2 euro laten stijgen. En ook de U-pas is belangrijk. Mensen krijgen hiermee korting bij ons, en we zien dan ook dat hier veel gebruik van wordt gemaakt." Zo is Skatepark Utrecht in staat om veel Utrechters aan zich te binden. Een belangrijke voorwaarde hiervoor? "**Ruimte bieden aan mensen die leuke ideeën hebben.**", aldus Sean.



Onze Club Is Van Iedereen

‘Onze Club is van Iedereen’ (OCIVI) is een trainings-programma van NOC*NSF gericht op het versterken van sportclubs op het gebied van inclusie en diversiteit. Dit trainingsprogramma is gratis en bevat trajectbegeleiding en een aantal interventies die los van elkaar kunnen worden ingezet. Hieronder vind je een overzicht van de verschillende interventies.

Advies en begeleiding

Begeleiding op maat voor de sportclub

De mens achter de speler

Trainingsprogramma voor sportteams over verbinding

Met andere ogen

VR-experience over discriminatie en uitsluiting

Fair Play

Workshop voor jongeren over discriminatie en respect

Sport voor iedereen

Workshop over inclusie voor LHBTIQ+-ers

Onze club is van iedereen

Theatervoorstelling over discriminatie, inclusie en diversiteit

Vuist tegen Discriminatie

Workshop voor trainers/coaches over discriminatie

Wijktekening

Sommige mensen hebben iets meer support nodig om te gaan sporten en bewegen. Om deze mensen te bereiken, kan het heel handig zijn om in beeld te hebben hoe het ‘beweegnetwerk’ in de wijk eruit ziet. De Wijktekening van Kenniscentrum Sport & Bewegen kan je helpen dit netwerk in kaart te brengen, om erachter te komen welke sociale partners jou zouden kunnen helpen bij het bereiken van nieuwe of specifieke doelgroepen. SportUtrecht heeft veel contact met verschillende partijen in het sociaal domein in de stad, en kan jou in contact brengen met de juiste personen.

Discriminatie.nl

Professionals van Discriminatie.nl kunnen sportclubs advies, ondersteuning en begeleiding bieden bij het omgaan met meldingen van discriminatie. Ook bieden ze [educatieve workshops](#) aan die gericht zijn op het vergroten van bewustwording en het creëren van een inclusieve sportcultuur. Deze workshops gaan bijvoorbeeld over het omgaan met discriminatie, cultuursensitief werken en respectvolle omgangsvormen.

Aangepast sporten

SportUtrecht beschikt over experts op het gebied van aangepast sporten, die graag met je meedenken over het toegankelijker maken van je sportclub voor mensen met een fysieke of verstandelijke beperking. Neem contact op via je sportclubadviseur.

Diverse workshops en scholingen

Naast het NOC*NSF trainingsprogramma ‘Onze Club is van Iedereen’ en de genoemde workshops van Discriminatie.nl bestaan er nog veel meer workshops, trainingen en scholingen die bij kunnen dragen aan het creëren van een inclusieve sportclub. Denk bijvoorbeeld aan een workshop om het gesprek over diversiteit en inclusie op gang te brengen, een workshop over het verwelkomen van mensen met een beperking op de club of een e-learning over het training geven aan sporters met een verstandelijke beperking.

Wil je meer weten of heb je interesse in één van de genoemde workshops of scholingen? Neem dan contact op met je sportclubadviseur.

HANDIGE ORGANISATIES EN WEBSITES



[Centrum Veilige Sport Nederland](#) is hét landelijke meldpunt voor grensoverschrijdend gedrag, matchfixing en doping in de sport. Daarnaast vind je via de website van het centrum veel nuttige informatie over preventie van grensoverschrijdend gedrag.



Op de website [pedagogischsportklimaat.nl](#) vind je veel informatie over het werken aan een pedagogisch sportklimaat. Deze website is ontwikkeld door het Kenniscentrum Sport & Bewegen en het lectoraat Sportpedagogiek aan Hogeschool Windesheim.



Op Clubbase, en specifiek de pagina [sportopleidingen.nl](#), vind je allerlei competentiegerichtte sportopleidingen en (bij)scholingen. Op de website staan opleidingen van de NOC*NSF Academie voor Sportkader voor de gehele sportbranche.



De [John Blankenstein Foundation](#) maakt zich hard voor een inclusieve sportomgeving voor LHBTI+-ers, en geeft workshops en advies op het gebied van LHBTI+, diversiteit en inclusie binnen de (top)sport.



[Discriminatie.nl](#) is een samenwerking tussen verschillende antidiscriminatie bureaus verspreid over het land, en fungeert als meldpunt voor meldingen op het gebied van discriminatie en kennis- en adviescentrum over preventie van discriminatie.



[Uniek Sporten](#) werkt vanuit regionale samenwerkingsverbanden om sportaanbod voor mensen met een beperking te bevorderen, en helpt mensen met een beperking bij het vinden van de juiste sport. Sportclubs die zich inzetten voor mensen met een beperking kunnen het Uniek Sporten Certificaat verdienen.

SUBSIDIES EN ONDERSTEUNING

Utrechts Sportakkoord II: Support Sportaanbieders

Deze subsidie bedraagt maximaal €850,- per kalenderjaar, en kan aangevraagd worden voor een activiteit die bijdraagt aan een van de ambities van het Utrechts Sportakkoord II. Veel activiteiten die bijdragen aan een positieve sportcultuur vallen hieronder. Zie ook het activiteitenoverzicht voor een lijst met voorbeelden van activiteiten waarvoor de subsidie kan worden aangevraagd.

Utrechts Sportakkoord II: Support Samenwerking

Deze subsidie bedraagt maximaal €14.000,- per aanvraag en kan worden aangevraagd voor activiteiten en projecten die worden uitgevoerd door een samenwerking van minstens twee partijen en bijdragen aan een van de ambities van het Utrechts Sportakkoord II. De kosten van de samenwerking mogen voor maximaal 60 procent worden gesubsidieerd vanuit gemeentelijke middelen. Projecten die te maken hebben met een positieve sportcultuur kunnen in aanmerking komen voor deze subsidie.

Nationaal Sportakkoord II: services via NOC*NSF

Binnen het Nationaal Sportakkoord II zijn er services beschikbaar om jouw sportclub of sportonderneming verder te laten groeien. De ruim 200 beschikbare services hebben betrekking op allerlei onderwerpen, waaronder een positieve sportcultuur – en kunnen tegen een gesubsidieerd tarief worden aangeboden. Voor de mogelijkheden kun je contact opnemen met jouw sportclubadviseur.

Rabo ClubSupport

De Rabobank kent verschillende manieren van ondersteuning voor sportclubs die bankieren bij de bank, zoals workshops, masterclasses en 1-op-1 begeleiding.

BRONNENLIJST

1. Hudson, P. (2001). Safety culture – Theory and practice. *Industrial Safety Review*, 13(1), 1–5.
2. NOC*NSF. (2023, 15 mei). Blauwdruk grensoverschrijdend gedrag. <https://nocnsf.nl/media/mjnnppy4/053-bijlage-3-blauwdruk-gog.pdf>
3. Vertommen, T., Veldhoven, N. S., Wouters, K., Kampen, J. K., Brackenridge, C. H., Rhind, D. J., Neels, K., & Van Den Eede, F. (2015). Interpersonal violence against children in sport in the Netherlands and Belgium. *Child Abuse & Neglect*, 51, 223–236. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2015.10.006>
4. Koning, T., & Van Schagen, M. (2021). De talentformule.
5. Eliasson, I., & Johansson, A. (2020). The disengagement process among young athletes when withdrawing from sport: A new research approach. *International Review For The Sociology Of Sport*, 56(4), 537-557. <https://doi.org/10.1177/1012690219899614>
6. Aelterman, N., Muynck, G.J. De, Haerens, L., Broek, G. Vande, & Vansteenkiste, M. (2017). Motiverend coachen in de sport. Leuven: Acco.
7. Bremer, K. L. (2012). Parental Involvement, Pressure, and Support in Youth Sport: A Narrative Literature Review. *Journal Of Family Theory & Review*, 4(3), 235–248. <https://doi.org/10.1111/j.1756-2589.2012.00129.x>
8. Baker, J., Schorer, J., & Wattie, N. (2017). Compromising Talent: Issues in Identifying and Selecting Talent in Sport. *Quest*, 70(1), 48–63. <https://doi.org/10.1080/00336297.2017.1333438>
9. Kooijman, R., Vlaardingenbroek, S., Balledux, M., & Kraak, A. (2021). Het belang van sporten in groepsverband voor jeugd en jongvolwassenen. Nederlands Jeugdinstituut. <https://www.nji.nl/document/het-belang-van-sporten-in-groepsverband>
10. Overzicht diversiteitsfactoren voor sociaal professionals. (z.d.). Movisie. <https://www.movisie.nl/overzicht-diversiteitsfactoren-sociaal-professionals>
11. Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) & Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM). (2023). (On)gezonde leefstijl 2022: Opvattingen, motieven en gedragingen. CBS. <https://www.cbs.nl/nl-nl/longread/rapportages/2023/on--gezonde-leefstijl-2022-opvattingen-motieven-en-gedragingen>
12. Hoogendoorn, M. P., & de Hollander, E. L. (2016). Belemmeringen en drijfveren voor sport en bewegen bij ondervertegenwoordigde groepen (RIVM Briefrapport 2016-0201). Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM). <https://www.rivm.nl/bibliotheek/rapporten/2016-0201.pdf>

WWW.SPORTUTRECHT.NL

A photograph of three young boys in a park. The boy in the center, wearing a grey hoodie, is smiling broadly at the camera. He is being embraced from behind by two other boys. One boy on the left is wearing a yellow shirt, and another boy on the right is wearing a black hoodie and has his hand on the central boy's shoulder. The background is a lush green forest.

**Samen zorgen we ervoor dat alle
Utrechters veilig en met plezier
kunnen sporten en bewegen!**

