

START TO SPORT





Fotografie: Claudia Kamergorodski (©), in opdracht van het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB).

Met dank aan Margit van Vorselen (programmasecretaresse ouderen en chronisch zieken, NISB) en Claudia Kamergorodski (fotograaf) voor het fotomateriaal van 'niet-westerse' senioren van diverse afkomst.

Verder zijn we enorm veel dank verschuldigd aan de Antwerpse 50+'ers met een migratieverleden die hebben deelgenomen aan het onderzoek en een aantal sleutelfiguren die de gemeenschap vertegenwoordigen. Zonder hen had deze brochure en het beweegaanbod op maat van de doelgroep niet tot stand kunnen komen.

Ook onze medische- en sportpartners willen we bedanken voor hun expertise op vlak van gezondheid en bewegen.



---

# **START TO SPORT: EEN SPORTPROJECT VOOR ANTWERPSE VIJFTIGPLUSSERS MET EEN MIGRATIEVERLEDEN**

**VOORSTELLING ANALYSERAPPORT**

**INTERVIEWS ANTWERPSE VIJFTIGPLUSSERS VAN  
DIVERSE AFKOMST**

**DOELSTELLING & RESULTATEN**

# 1

## VOORWOORD

Het Vlaamse sportlandschap heeft in het kader van het 'Sport voor Allen' decreet de laatste jaren aanzienlijke inspanningen geleverd om een senioren aanbod uit te werken. Hoewel het sportaanbod voor 55+'ers in Antwerpen sterk uitgebreid is (cf. Beweeg Mee), blijft het bereiken van 50+'ers van andere origine geen evidentie.

Nochtans gaat de vergrijzingtendens binnen onze samenleving ook op voor de etnisch-culturele minderheden en (Antwerpse) 50+'ers van diverse afkomst<sup>1</sup> vormen een groeiende demografische groep. Gezien hun specifieke positie in de samenleving (d.i. het raakvlak tussen diversiteit en vergrijzing) vertegenwoordigen ze (onbedoeld) een lacune in het doelgroepenbeleid van de Vlaamse overheid en worden bijgevolg weinig bereikt door het aanbod dat onze samenleving heeft voor ouderen.

Tegelijk zijn de gezondheidsklachten sterker dan bij autochtone senioren en blijken ze bovendien vroeger voor te komen, vaak zo'n 10 jaar eerder.<sup>2</sup> Vijftigplussers van diverse herkomst krijgen daarom vaak het advies om te gaan sporten, maar geven daar weinig gehoor aan. Deze doelgroep sport dan ook zeer zelden en in Vlaanderen zijn de succeservaringen om hen aan het sporten te krijgen op één hand te tellen! Gedragsverandering teweeg brengen, lukt enkel wanneer je vertrekt vanuit hun leefwereld, rekening houdt met de vooroordelen en percepties die er leven rond sporten, met de drempels die de doelgroep ervaart en wanneer je sleutelfiguren binnen (maar ook buiten) de gemeenschap inzet.

Met het sportproject speelt de8 in op een reële nood vanuit Antwerpse 50+'ers van diverse afkomst en een vraag vanuit senioren sportfederaties en buurtsport Antwerpen; met name het opzetten van een aangepast laagdrempelig recreatief sportaanbod voor 50+'ers met een migratieverleden. Vanuit de ViA-rondetafel 'Sport en bewegen voor ouderen' (juni 2011) weten we dat er in Vlaanderen weinig expertise of 'best practices' bestaat rond 50+'ers van diverse afkomst en sport.

1 Zowel de term Antwerpse vijftigplussers met een migratieverleden of - van diverse afkomst wordt gebruikt om de doelgroep van het sportproject te benoemen. Het beleid van de8 zegt dat we in schriftelijke documenten allochtoon niet meer gebruiken om de etnisch-culturele minderheden te omschrijven.

2 De reden hiervoor ligt vooral bij de stress die zij ervaren, door het migratieverleden, de zorgen om de kinderen en de eenzaamheid, en door de lage sociaaleconomische situatie. Voor velen begint oud worden zelfs al bij 40 jaar, wat een grote impact heeft op de levensstijl waarbij rusten in plaats komt van actief deelnemen en bewegen. Dit is ook de reden waarom we de leeftijdsgrens van 50+ voor de doelgroep van het sportproject hanteren.

---

Voor de pilootfase van het sportproject werd Borgerhout als proeftuin gekozen. In Borgerhout worden etnisch culturele minderheden sterk vertegenwoordigd door moslims, specifiek door de Marokkaanse gemeenschap. Daarom richten we ons in de pilootfase hoofdzakelijk op Antwerpse 50+'ers van Marokkaanse origine. Wanneer we in de resultaten spreken over etnisch-culturele minderheden of Antwerpse 50+'ers van diverse afkomst, komt dit bijna uitsluitend neer op de Marokkaanse gemeenschap in Borgerhout.

Hoewel de focus van het beweegaanbod op deze subgroep ligt, betekent het niet dat andere 50+'ers van diverse herkomst niet welkom zijn. In een verdere fase van het project en bij uitbreiding naar andere meer diverse wijken willen we deze verenging opentrekken naar alle etnisch-culturele minderheden.

Om succes te behalen, moet je (kunnen) vertrekken vanuit een intensieve analysefase van participatief werk. Hiervoor beschikt de8 over een netwerk in Borgerhout dat wordt ingezet om de slagkracht van het sportproject te vergroten en bekend te maken bij de doelgroep.<sup>3</sup> In deze fase toetsen we de percepties en verwachtingen rond sport af bij etnisch-culturele minderheden en trachten we het bestaande netwerk uit te breiden met o.a. medische- en sportpartners.

## *SPORT VOOR ALLEN...*



*... EN ALLEN  
VOOR SPORT!*

3 Het netwerk bestaat uit zelforganisaties, moskeeën, artsen-kinesisten-apothekers van diverse afkomst en andere sleutelfiguren of ambassadeurs van de etnisch-culturele minderheden. Daarnaast zijn we op de hoogte van de ontmoetingsplaatsen waar Antwerpse 50+'ers met een migratieverleden bijeenkomen (cf. theehuizen en pleintjes). We bezoeken deze plekken, bij voorbaat in een multicultureel team, om de mensen persoonlijk aan te spreken.

---

# 2

## INLEIDING

Van april tot juli 2012 werden in totaal 35 Antwerpse 50+'ers van diverse afkomst en een aantal sleutelfiguren bevroegd aan de hand van een semi-gestructureerd interview. Naast persoonsgegevens werd gepeild naar (a) de mening van de deelnemers over gezondheid en ouder worden en (b) hun noden en behoeften rond bewegen en sporten.

Deze gesprekken vormen de basis van de opstart van een laagdrempelig recreatief beweeg- en sportaanbod dat, in de mate van het mogelijke, tegemoet komt aan de wensen van de doelgroep. Op deze manier krijgen we, zonder de resultaten te veralgemenen of als grote waarheid te willen verkopen, een idee van- of inzicht in de leefwereld van Antwerpse 50+'ers van diverse afkomst met betrekking tot hun gezondheidstoestand, sportgedrag en -behoeften.

Deze brochure geeft een overzicht van de belangrijkste resultaten van het analyserapport van de gesprekken met de doelgroep. We proberen te achterhalen waarom het bestaande sportaanbod de doelgroep nauwelijks of niet bereikt en welke drempels Antwerpse 50+'ers met een migratieverleden ervaren op vlak van sportparticipatie.



# 3

## DOELSTELLING GESPREKKEN

De bedoeling van de gesprekken met de doelgroep was drieledig:

- In kaart brengen van noden en behoeften van Antwerpse 50+’ers van diverse afkomst.  
Wat zijn de wensen en voorkeuren van de doelgroep met betrekking tot sporten en bewegen? Op deze manier willen we de doelgroep niet alleen betrekken maar hen een stem geven. Het maakt de doelgroep zichtbaar en verleent hen een identiteit.
- Ontwikkeling van het aanbod.  
In het kader van een participatieproject is een doelgroep actief laten participeren niet alleen een voorwaarde op zich maar tevens essentieel voor het succes van het sportproject. Zonder hun stem is de ontwikkeling van een aangepast beweegaanbod op voorhand gedoemd tot mislukken.
- Deelname stimuleren.  
Rekening houdend met (a) en (b) lijkt de participatieve methode het meeste slaagkans te geven om 50+’ers van diverse afkomst actief te betrekken in het sportproject, hen te overtuigen van het belang van bewegen en bovendien te motiveren en stimuleren om actief en gezond ouder te worden.

# 4

## RESULTATEN

In totaal werden 19 mannen en 16 vrouwen bereikt via de gesprekken. Vrouwen en/of 50+'ers van Afrikaanse origine (excl. Marokko) waren zeer moeilijk bereikbaar. Slechts drie vrouwen vertegenwoordigen de Afrikaanse gemeenschap in Borgerhout.<sup>4</sup> Via het lokale netwerk van de 8 in (en buiten) Borgerhout werden een aantal etnisch-culturele verenigingen en federaties bereikt, waaronder een drietal vrouwen- en/of moedergroepen van diverse afkomst. De resultaten hebben voornamelijk betrekking op de moslimgemeenschap in Borgerhout<sup>1</sup>, specifiek op de Marokkaanse gemeenschap.

### 4.1 PERSOONSgegevens

#### 4.1.1 SOCIO-DEMOGRAFISCHE GEGEVENS (oorsprong en migratie, leef- en woonsituatie)

De mannen, van Marokkaanse origine, dragen de dubbele nationaliteit en vertegenwoordigen de leeftijdsklassen 50-60-70+ (resp. 7, 9 & 3). De vrouwen van Marokkaanse origine dragen de dubbele nationaliteit, in tegenstelling tot de drie vrouwen van Afrikaanse origine. Samen vertegenwoordigen ze de leeftijdsklassen 50-60-70+ (respect. 11, 4 & 1).

De mannen zijn meestal gemigreerd uit economische overwegingen (gastarbeider) ten opzichte van de vrouwen die meestal in het teken van gezinshereniging naar België zijn verhuisd. Bijna alle respondenten zijn getrouwd, hebben kinderen en (ca. 60%) kleinkinderen.

Zowel de mannen als vrouwen zijn niet op de hoogte van een beweegactiviteit in Borgerhout, met het verschil dat mannen voornamelijk naar het verleden in de wijk (*de goeie ouwe tijd*)- en de vrouwen naar bestaande activiteiten (en fitnesscentra) in naburige Antwerpse wijken verwijzen (zonder er aan deel te nemen). Verder duiden (voornamelijk) de mannen op het ontbreken van een plaats of ruimte waar ze leeftijdsgenoten kunnen ontmoeten.

<sup>4</sup> Franky Abutoh (Shakumafitness), sleutelfiguur van de Afrikaanse gemeenschap in Borgerhout, probeert al ca. 10 jaar mensen van Afrikaanse origine aan het bewegen te krijgen, echter zonder al teveel succes. Naar zijn ervaring zeggen de meeste mensen van Afrikaanse origine dat ze geen tijd hebben, hun lichamelijke toestand in orde is en/of liever hun geld spenderen aan materiële zaken. De Afrikaanse doelgroep denkt dat sporten in de eerste plaats voor de gezelligheid is en minder voor de gezondheid. Vanaf november 2012 zullen we terug gesprekken opstarten met Franky Abutoh en het Afrikaans Platform om te bekijken op welke manier we de Afrikaanse gemeenschap in Antwerpen kunnen bereiken en betrekken in het sportproject.

---

### 4.1.2 SOCIO-ECONOMISCHE GEGEVENS (onderwijs en werk)

Met uitzondering van twee vrouwen heeft iedereen een bepaalde vorm van onderwijs gevolgd (vb. Koranschool, lager en secundair onderwijs). Vier personen hebben hoger onderwijs of een extra opleiding/bijsscholing gevolgd.

De meerderheid van de mannen is op pensioen, waarvan een groot deel een arbeidsverleden heeft bij Umicore (cf. vroegere Metallurgie). Eén man werkt als stadsambtenaar op de sportdienst (cf. schaatsbaan Deurne). De vrouwen zijn huisvrouw, op pensioen of werkloos, met uitzondering van één vrouw die tewerkgesteld is op het secretariaat van een lagere school.

De meeste vrouwen en mannen spreken geen tot gebrekkig Nederlands, met enkele uitzonderingen die het Nederlands volledig beheersen. Met betrekking tot het taalaspect parafraseren we een opmerkelijke uitspraak van een aantal bevraagde mannen:

*“Hoewel we het Nederlands niet of onvoldoende beheersen, begrijpen we vaak veel meer dan de buitenwereld denkt en/of wij zelf laten uitschijnen. Misschien worden onze handen wel te vaak of te snel vastgehouden.”*

## 4.2 WELZIJN

### 4.2.1 GEZONDHEID OF EEN GEZONDE LEEFSTIJL

#### ZELFBEELD EN GEZONDHEID

De meerderheid van de mannen en vrouwen voelt zich nog steeds goed en/of gezond. Hoewel ze beseffen dat ze niet meer jong zijn, voelen ze zichzelf meestal ook niet (bijzonder) oud. In een aantal gevallen werd er gewezen op een merkbare achteruitgang van de gezondheid bij de overstap van werk naar pensioen.

*“Hoewel mijn geest het soms nog wil, gaat mijn lichaam niet altijd meer even goed mee.”*

Gezondheidsklachten en/of ouderdomskwalen die de Antwerpse 50+'ers van diverse afkomst rapporteren zijn diabetes, hoge cholesterol en hoge bloeddruk, zwaarlijvigheid (vnl. bij de vrouwen), maag- en darmklachten, fysieke vermoeidheid (vb. futloos gevoel), artrose, hartkloppingen, achteruitgang van de ogen (vb. cataract) of het geheugen, astma, koortsaanvallen, spierpijn en kleine kwetsuren door ongevallen (beperking bewegingsvrijheid).

## HUISARTS, FREQUENTIE BEZOEK EN OPVOLGEN BEWEEGADVIES

De bevroegde mannen en vrouwen hebben allemaal een vaste huisarts die ze al dan niet frequent bezoeken (van 1-2x per maand tot 2x per jaar). Ze vinden het bewegeadvies van de huisarts belangrijk en willen het proberen op te volgen. Hier schuilt een mogelijk addertje onder het gras; hoewel in theorie iedereen het bewegeadvies zou opvolgen (d.i. antwoord geven wat men denkt dat de buitenwereld verwacht), ervaren we in de praktijk vaak het verschil tussen denken en doen of zeggen en uitvoeren.

Hoewel de vrouwen het bewegeadvies als belangrijk beschouwen, volgt een aantal het niet zomaar op omdat ze denken dat meer bewegen hun gezondheidstoestand (vb. kwetsuren) zal verslechteren of geen loze beloften willen maken. Ze wijzen ook op het belang van ondersteuning en aanmoediging om (meer) te gaan bewegen.

## INFOSESSIE

Een infosessie (of sessies) over 'gezond en actief ouder worden' vinden de bevroegde personen een goed en interessant idee. Volgens hen is een beweegaanbod *an sich* positief maar onvoldoende; mensen moeten (en willen!) geïnformeerd en gesensibiliseerd worden over het belang van *active ageing*. Het is dus een en/en-verhaal; niet alleen iets aanbieden waar de mensen kunnen bewegen maar hen evenzeer informeren over het waarom van bewegen.



---

## 4.2.2 BEWEGEN/SPORTEN OF EEN ACTIEVE LEEFSTIJL

### SPORTVERLEDEN (& HEDEN)

Hoewel de meerderheid van de bevroagde personen tijdens hun jeugd sport heeft beoefend (lopen, balsporten, zwemmen, volksspelen, gymnastiek en atletiek, fitness en boksen), deden ze het niet in georganiseerd verband (sportclub). Als er al sprake was van een verband, was dit in context van school en schoolcompetities.

Een minderheid van de bevroagde personen (4/35) is nog steeds actief bezig met een beweegactiviteit, meestal op zichzelf (zwemmen, fietsen, wandelen en lopen). Argumenten van de niet-sporters zijn tijdsgebrek (vb. werk, huishouden en kinderen), gezondheidsproblemen (beperking bewegingsvrijheid), gebrek aan motivatie (vb. nabije omgeving waar bewegingscultuur ontbreekt) en/of financiële drempels (sociaaleconomische situatie).

### BEWEGEN IN HET DAGELIJKSE LEVEN

Algemene dagelijkse activiteiten van de vrouwen concentreren zich bijna uitsluitend rond het huishouden (kinderen, winkelen, koken, kuisen, ...) en wandelen (naar moskee en winkel). Naast wandelen (moskee en in de buurt) geven de mannen woon-werkverkeer, familiale bezigheden (spelen met kinderen en/of kleinkinderen in het park), boodschappen en klusjes aan als dagelijkse activiteiten.

De meningen over de beweegnorm (30 minuten per dag bewegen) zijn zeer uiteenlopend; het merendeel vindt de beweegnorm onvoldoende ten opzichte van een aantal die het als "een normale zaak voor ouderen" beschouwen. De algemeen dagelijkse activiteiten van de bevroagde personen nemen gemiddeld meer dan 30 minuten per dag in beslag.

---

## BEWEEGGEDRAG & -BEHOEFTE

Nagenoeg niemand van de bevroagde personen heeft de laatste vijf jaar deelgenomen aan een (georganiseerde) beweegactiviteit.

De redenen hiervoor, waaronder enkele drempels, zijn uiteenlopend:

- niet op de hoogte van het bestaande aanbod en/of niet goed weten waar men terecht kan;
- geen doorverwijzing of toeleiding (kloof tussen gezondheidszorg en beweegaanbod; dokter wijst op belang van bewegen voor de gezondheid zonder concrete informatie te (kunnen) geven over een beweegaanbod);
- gebrek aan wilskracht/motivatie (vb. alleen of in isolatie leven, niet-actieve omgeving van leeftijdsgenoten) en/of gebrek aan interesse/ persoonlijk belang;
- gebrek aan bewegingscultuur en/of zelf niet actief informeren;
- gebrek aan tijd;
- niet durven (vb. taaldrempel) of stoten op sportspecifieke drempels (vb. verheerlijkingcultuur van het lichaam in de fitness);
- geen goedkeuring door partner of bewegen eerder als ongezond beschouwen voor de eigen gezondheidstoestand.

---

Wat betreft de **aandachtspunten/voorwaarden** voor het beweegaanbod (soort activiteit, tijdstip en frequentie, locatie, prijs en betalingswijze, begeleider en andere) maken we een onderscheid tussen mannen en vrouwen, gezien hun voorkeur om in gescheiden groepen te sporten:

- De mannen geven een brede invulling aan de beweegactiviteiten (lopen, fietsen, wandelen, zwemmen, balspelen, bewegings-oefeningen). Bij de vrouwen ligt de nadruk eerder op lichaamsbewustmakende oefeningen (relaxatioefeningen, Zumba, yoga, dansen, aerobics) en gezondheidsbevorderende activiteiten (zwemmen en wandelen).
- De frequentie om te sporten varieert van 1-3x per week. In tegenstelling tot de vrouwen (huisvrouw) hangt de frequentie (en het tijdstip) bij de mannen grotendeels af van hun socio-economische status (werken of pensioen). Bij de vrouwen merken we een lichte voorkeur op om in de voormiddag te sporten (tijdens namiddag andere verplichtingen), bij de mannen is dat eerder in de late namiddag of na 18u. Zowel de mannen als vrouwen zijn het er unaniem over eens om niet op vrijdag te sporten.
- Zowel de mannen als de vrouwen willen in de buurt (lieft in Borgerhout) en binnen sporten. De locatie moet goed en gemakkelijk bereikbaar zijn, bij voorkeur op wandel- en fietsafstand.
- De mannen en vrouwen spreken vaak in termen van een symbolische of democratische prijs en bedoelen hiermee een zo laag mogelijke prijs die voor iedereen haalbaar moet zijn (1 à 2 euro per les). Wat betreft de betalingswijze is het ofwel per les betalen of werken met een stempelkaart (10 lessen ineens betalen). Flexibiliteit wordt hoog in het vaandel gedragen bij de betalingswijze (afbetalingsplan).
- De begeleiding moet professioneel zijn (bvb. sporttechnische opleiding en bij voorkeur medische achtergrond), sociaal in de omgang en voeling hebben met de doelgroep (bvb. zachte aanpak, geduldig, behulpzaam en zorgen voor gemoedelijke sfeer). Er is een voorkeur dat begeleiders de moedertaal van de doelgroep spreken, hoewel dit geen drempel hoeft te vormen. Een begeleider die zowel de moedertaal van de doelgroep als het Nederlands spreekt, vergemakkelijkt de communicatie en kan taal- en/of andere drempels overbruggen. Echter is volgens een aantal 50+'ers van diverse herkomst de intrinsieke motivatie en interesse van mensen bij sporten van veel groter belang dan het al dan niet spreken van dezelfde taal.
- Tijdens de gesprekken kwamen nog enkele andere aandachtspunten aan bod. Ten opzichte van de mannen willen de vrouwen bij voorkeur in hun eigen kledij sporten. Bij de mannen zou het aanbieden van sportkledij dan weer net een positief en motiverend effect kunnen hebben voor de uitstraling en het samenhorighheidsgevoel van de groep. Douchevoorzieningen zijn gewenst en het beweegaanbod moet in de mate van het mogelijke rekening houden met de gezondheidstoestand van de deelnemers.

---

Een aantal van de bevroagde Antwerpse 50+'ers met een migratieverleden gaven advies om de doelgroep te bereiken en betrekken in het sportproject. De belangrijkste tips waren:

- rekening houden met een gescheiden aanbod;
- het hanteren van een symbolische prijs;
- een herkenbare/bekende locatie voor de doelgroep;
- het voeren van gerichte en efficiënte promotie (vb. betrekken van moskeevoorzitters en imams, dokters en apothekers);
- de doelgroep informeren (via mond aan mond reclame en infosesies) en sensibiliseren over het gezondheids- en sociale aspect van bewegen;
- mensen overtuigen door concrete en praktische zaken aan te reiken.



# 5

## NAWOORD

Voor de mannen en vrouwen speelt de begeleiding een cruciale rol in het verhaal. De begeleiding is essentieel in het continu proces van ondersteunen, aanmoedigen en motiveren van de deelnemers en bepaalt grotendeels het succes van het beweegaanbod. Om te vervallen in clichés; met de begeleider staat of valt het verhaal. In onze zoektocht naar lesgevers moeten we zoveel mogelijk rekening houden met de voorkeuren van de doelgroep. Ofwel werken we met lesgevers van diverse afkomst ofwel met een multicultureel team van één autochtone medewerker en één persoon van diverse afkomst.

Verder blijkt uit getuigenissen dat Antwerpse 50+'ers met een migratieverleden vinden dat er geen ontmoetingsruimte bestaat en ze in hun sociale contacten beperkt zijn tot theehuizen en pleintjes bij goed weer. Bij vrouwen geldt dit des te meer omdat zij minder vaak buitenkomen dan hun echtgenoten. Het is belangrijk dat we inspelen op deze nood en het beweegaanbod koppelen aan sociale ontmoeting en sociale contacten in de vorm van bv. een koffie- of theemoment na de les. Deze momenten kunnen ook aangegrepen worden als toeleiding naar infosessies of dialoogmomenten die de 8 in denabije toekomst wil organiseren voor deze doelgroep.

Besluiten doen we met het citeren van een (actieve en Nederlands sprekende) Antwerpse 50+'er van diverse afkomst die het Islamitisch perspectief over gezondheid en welzijn als volgt samenvat:

*“Alles begint of eindigt met één kerngedachte en dat is ‘een gezonde geest in een gezond lichaam’. Het zoeken naar het evenwicht tussen geest en lichaam is de essentie van moslim zijn. Alles wat we doen, is in functie van deze kerngedachte of deze filosofie. Dat is de kern van de islam en van moslim zijn.”*

Dat is dan ook de reden waarom we als ondertitel ‘De zoektocht naar een gezonde geest in een gezond lichaam’ hebben gekozen. Dezelfde persoon heeft het vervolgens ook over de kloof tussen gezondheidszorg en sportaanbod:

*“Iedereen is zich bewust dat onze gemeenschap ouder wordt maar toch is er nog maar weinig van aangepaste infrastructuur en ouderenzorg. erhouding gezondheidszorg en beweegaanbod is niet op elkaar afgestemd.”*

## Colofon

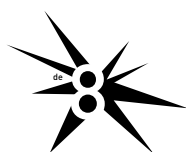
Download deze brochure op  
[www.sportendiversiteit.be](http://www.sportendiversiteit.be) of bestel gratis  
via [christof.leyssens@de8.be](mailto:christof.leyssens@de8.be)

Redactie: Christof Leyssens & Katleen  
Peleman (Antwerps integratiecentrum de8)  
Lay-out: [www.undercast.com](http://www.undercast.com)

Uitgevoerd in het kader van participatiepro-  
ject in cultuur, jeugdwerk of sport:  
'Start to Sport: een sportproject voor  
Antwerpse vijftigplussers met een  
migratieverleden

Het sportproject wordt uitgevoerd in sa-  
menwerking met buurtsport Antwerpen  
(Antwerpen Sportstad) en kwam tot stand  
via subsidie van het Agentschap Sociaal-  
Cultureel Werk voor Jeugd en Volwassenen  
van de Vlaamse Overheid.

© de8 (2012)







DE8  
Van Daelstraat 35  
2140 Bergerhout  
T 03 270 33 33  
F 03 235 89 78  
[www.DE8.be](http://www.DE8.be)