

Special Olympics **Healthy Athletes[®]**



Special Olympics
Belgium





Special Olympics Belgium

Sinds de oprichting in 1968 door Eunice Kennedy Shriver heeft Special Olympics zich wereldwijd ingezet om mensen met een verstandelijke beperking uit de schaduw te halen en in het licht van hun gemeenschap te brengen.

Special Olympics Belgium (SOB) is een erkend nationaal programma en opgericht in 1979, dat deel uitmaakt van de wereldbeweging en erkend is door het Belgisch Olympisch en Interfederaal Comité. De organisatie staat onder de Hoge Bescherming van Hunne Majesteiten de Koning en de Koningin van België, en Tia Hellebaut en Kevin De Bruyne zijn meter en peter. De Nationale Spelen van Special Olympics Belgium vormen hét sportief hoogtepunt van het jaar voor meer dan 3100 atleten met een verstandelijke beperking. De Special Olympics Belgium atleten vertegenwoordigen hun land ook op internationale evenementen zoals de Wereld Winter- en Zomerspelen.

Special Olympics Belgium wil de sociale inclusie bevorderen door middel van unified sporten waarbij atleten met en zonder verstandelijke beperking deel uitmaken van hetzelfde team. Het principe is simpel: samen trainen en sporten zorgt voor wederzijds begrip en wakkert vriendschappen aan. Unified spelen haalt het beste uit de atleet en de partner naar boven. Leert de ene iets bij over techniek, dan krijgt de andere een lesje in beleving en overgave. Bovendien wil Special Olympics Belgium tegen 2024 een actor-of-change worden voor een inclusieve samenleving waarin mensen met een verstandelijke beperking een actieve rol spelen en om hun duurzame integratie te bevorderen.

Hierbij richt de organisatie zich op 3 pijlers: de kwaliteit van sport voor de SOB-doelgroep voortdurend verbeteren, bewustwording creëren over het belang van de juiste training van medische professionals in verband met gezondheidsproblemen en meer unified activiteiten organiseren voor kinderen met en zonder verstandelijke beperking in het lager onderwijs.





Enkele feiten en cijfers

Special Olympics in de wereld



Actief in
193 landen



6 Miljoen
atleten



100.000
competities



+1,5 Miljoen
vrijwilligers



138.775
gezondheidsevaluaties



20.911
medische en
paramedische vrijwilligers

Special Olympics in België



Deelname
internationale
wedstrijden



20.000
atleten



Jaarlijkse
Nationale spelen



11.000
vrijwilligers



+2.500
gezondheidsevaluaties



600
medische en
paramedische vrijwilligers





Special Olympics Healthy Athletes Programma

Het Special Olympics Healthy Athletes Programma werd in 1997 opgericht met als doel de lichamelijke gezondheid en de fysieke conditie van de Special Olympics-atleten te onderzoeken en waar nodig te verbeteren. Bepaalde fysieke ongemakken worden immers omwille van de verstandelijke beperking niet opgemerkt, noch door de atleten noch door de directe omgeving.

Tijdens Special Olympics activiteiten wordt het Healthy Athletes programma daarom geheel vrijblijvend en gratis aangeboden aan de Special Olympics atleten. De resultaten geven de atleten een beeld van hun gezondheid en indien er gezondheidsproblemen gedetecteerd worden, wordt het nodige advies gegeven en wordt er eventueel aangeraden om zelf bijkomend contact op te nemen met een specialist. Daarnaast verschaffen de resultaten aan de onderzoekers – professionals en studenten uit Belgische hogescholen en universiteiten – een inzicht op de gezondheidstoestand en noden van personen met een verstandelijke beperking.



Special Olympics
FUNfitness



Special Olympics
Fit Feet



Special Olympics
Lions Clubs International
Opening Eyes®



Special Olympics
Health Promotion





De doelstellingen van het Healthy Athletes Program zijn:

- Aanbieden van gratis en vrijblijvende gezondheidsscreening aan Special Olympics atleten
- Signaleren van gezondheidsproblemen en daaraan gekoppeld adviseren en doorverwijzen indien nodig
- Trainen van professionals en studenten in de gezondheidszorg inzake de speciale noden van personen met een verstandelijke beperking en ze leren hoe ze met deze doelgroep kunnen communiceren en omgaan
- Verzamelen en analyseren van de data voor wetenschappelijk onderzoek
- Publiek en professioneel bewustzijn rond deze gezondheidsproblemen bij personen met een verstandelijke beperking verhogen o.a. via lezingen, wetenschappelijke publicaties
- Verbeteren van de toegang tot de gezondheidszorg voor mensen met een verstandelijke beperking



Special Olympics
Special Smiles®



Special Olympics
Healthy Body



Special Olympics
Healthy Hearing



Special Olympics
Diabetes Prevention





Verstandelijke beperking

De meest voorkomende beperking

Verstandelijke beperking is de meest voorkomende beperking in de wereld. Volgens de Wereldgezondheidsorganisatie gaat het om bijna 222 miljoen mensen of 3% van de wereldbevolking. Deze mensen vertonen naast een beperking in het verstandelijk functioneren ook een tekort aan vaardigheden die van belang zijn in het dagelijkse leven.

In België

België telt meer dan 165.000 personen met een verstandelijke beperking. Dat is 1 Belg op 70. Dat wil zeggen dat dagelijks bijna één miljoen mensen, zowel familie als vrienden, in contact komt met deze beperking. Toch heerst er nog steeds een groot taboe en is er onvoldoende respect en aanvaarding ten opzichte van mensen met een verstandelijke beperking.



**Special
Olympics**
Belgium



Special Olympics **Fit Feet**

Het Fit Feet programma is een programma dat de onderste ledematen (voeten, been, heup) onderzoekt en evalueert. Huid en nagels worden geïnspecteerd als ook voet en teen afwijkingen. Een stapanalyse geeft dan weer informatie over het stappatempo. Daarnaast worden de schoenen en sokken onderworpen aan een grondige inspectie. Aan de hand van de resultaten worden er onder andere algemene voethygiëne adviezen/educatie gegeven die gerelateerd zijn aan de noden voor korte en lange termijnen. Bij meer specifieke noden als stapproblematiek worden er doorverwijzingen gemaakt. Deze Fit Feet screeningsonderzoeken worden verricht door professionele Bachelors of Masters in de podologie en door de laatstejaars studenten Bachelor in de podologie. Deze studenten hebben eerst een module "podologie en mentale beperking" gevolgd zodat zij meer zicht hebben rond de specifieke noden van deze doelgroep.

De nood is duidelijk groot; 51% van de atleten worden doorverwezen en 19,5% hebben een dringende nood aan zorg.

41% draagt een verkeerde schoenmaat en al zijn er sommige hulpmiddelen (bijvoorbeeld zolen) soms te zien in dagelijkse schoen deze zijn uitzonderlijk zeldzaam terug te vinden in de sportschoen.





Special Olympics **FUNfitness**

Fun Fitness maakt sinds 1999 deel uit van het HAP programma. Fun Fitness heeft als doel om de kracht, de lenigheid, het evenwicht en het uithoudingsvermogen van de atleten die deelnemen aan de Special Olympics Nationale Spelen te evalueren.

De doelstellingen van Fun Fitness zijn:

- Opsporen of er problemen zijn op vlak van kracht, lenigheid, uithouding of evenwicht.
- Inzicht geven aan de atleten en hun omkadering (coaches, families, ...) hoe ze deze problemen kunnen aanpakken en wat ze kunnen doen om ze te verbeteren.
- De motorische vaardigheden van de atleten verbeteren
- De gegevens die tijdens de screenings verzameld worden, analyseren een beeld te krijgen over de algemene fysieke fitheid van de atleten. Aan de hand van deze resultaten kunnen specifieke projecten ontwikkeld worden om aan de atleten aan te bieden zodat ze hun sport beter kunnen beoefenen.
- De professionals uit de medische wereld en de coaches voor deze problematieksensibiliseren door middel van een voorlichtingsstand tijdens de screening bij de Special Olympics Spelen
- Op langere termijn een opvolging van het gegeven advies verzekeren en de situatie opnieuw evalueren: wat moeten we meer of minder bieden als opvolging, screening, ...

Men evalueert ongeveer 300 atleten per Special Olympics Spelen, het afnemen van alle testen duurt ongeveer 20 à 30 minuten per atleet.



33%

Van de atleten heeft
problemen op vlak van
kracht.

55%

Van de atleten heeft
problemen op vlak van
lenigheid.

44%

Van de atleten heeft
problemen op vlak van
evenwicht.



**Special
Olympics**
Belgium



Special Olympics **Healthy Body**

Healthy Body controleert alle lichaamsstructuren op de juiste positie en functie ervan. Met osteopathie kunnen ernstige en niet behandelde blessures makkelijk worden ontdekt zonder ingewikkelde vragen te stellen.

Het Healthy Body programma is uniek in het kader van het gezondheidsprogramma. Enkel in België krijgen de atleten de mogelijkheid tot een osteopathische screening.





Special Olympics **Healthy Hearing**

Het Healthy Hearing-programma biedt Special Olympics-atleten de mogelijkheid om hun oren en hun gehoor te laten screenen tijdens de Nationale Spelen en kleinere regionale sportevenementen. De atleet doorloopt een aantal screeningsstations, waarbij audiologen, artsen en studenten audiologie, na het onderzoeken van de gehoorgangen, nog één of meerdere extra testen bij de atleet afnemen. Zo gaat men na om zo na te gaan of er een gehoorverlies is, en vormt men reeds een eerste idee rond te vormen wat de mogelijke oorzaak ervan zou zijn. Oor- en gehoorproblemen komen zeer frequent voor bij onze atleten. Zo dient 57% van de gescreende atleten te worden doorverwezen naar de huisarts of NKO-arts:

- 1 op 2 atleten heeft geblokkeerde gehoorgangen door oorsmeer
- 1 op 3 atleten heeft middenoorproblemen (o.a. oorontsteking)
- 1 op 3 atleten heeft een gehoorverlies, waarbij 1 op 4 een permanent gehoorverlies heeft.

Vaak is dit gehoorverlies niet gekend, noch door de atleet zelf, noch door zijn directe omgeving. Oor- en gehoorproblemen hebben een nefaste invloed op de communicatie door en met de atleet, hun algemene gezondheid en hun levenskwaliteit. Een dergelijke gehoorscreening brengt deze onzichtbare problemen aan het licht. Hoorapparaten zijn een mogelijk hulpmiddel in geval van permanent gehoorverlies.

Een gerichte behandeling en begeleiding door een arts en/of audioloog zorgt voor een verbetering in de communicatie, wat enorm belangrijk is voor de trainingen en prestaties van de atleet, voor het maken en (onder)houden van sociale contacten, als ook voor het algemeen welbevinden van de atleet.



**Special
Olympics**
Belgium



Special Olympics Health Promotion

Health Promotion biedt de atleten educatie en screenings aan rond gezonde voeding, beweging en een gezonde levensstijl. Diëtisten en studenten voeding- en dieetkunde proberen op een motiverende en interactieve manier gezonde levensgewoontes te bevorderen en te screenen op een algemene gezondheidstoestand. De atleten krijgen praktische informatie over gezonde voeding en hydratatie, beweging en gezonde levensgewoontes zoals zonbescherming, handhygiëne en niet roken.

Er wordt ook gescreend op 4 gebieden:

- BMI (Body Mass Index): met lengte- en gewichtsmeting
 - Botdensiteitsmeting
 - Bloeddrukmeting
 - Bevraging over de persoonlijke levensgewoontes rond voeding, hydratatie, roken, handhygiëne, zonbescherming en beweging
-
- De doelstellingen zijn:
 - Op een motiverende en interactieve manier promoten en bevorderen van gezonde leefgewoontes bij atleten.
 - Kennis verzamelen over de algemene gezondheid van personen met een verstandelijke beperking en screenen op specifieke problematiek rond voeding en gezondheid.
 - Investeren in gezondheidsexperts die gezond gedrag kunnen aanleren aan personen met een verstandelijke beperking. Op deze manier kunnen de professionele experts ook specifieke kennis opdoen om behandelingen bij deze doelgroep te bevorderen.





Special Olympics
Lions Clubs International
Opening Eyes®

Supported by



Opening Eyes doet een volledig onderzoek waarbij de gezichtsscherpte en de samenwerking tussen beide ogen bekeken wordt. Deze tests zijn aangepast aan de beperking van de atleten van Special Olympics. Alles gebeurt met zeer eenvoudige testen waardoor men in staat is om een juiste meting te doen. Ook het kleurenzicht wordt nagekeken.

Ten slotte wordt er ook een screening gedaan van de gezondheid van het oog met als doel de atleet indien nodig door te verwijzen. Al deze resultaten worden dan geanalyseerd en indien nodig wordt er nog een extra grondige refractie gedaan, wat eventueel leidt tot een bril. Dankzij de sponsors Essilor en Safilo krijgen de atleten indien nodig gratis een nieuwe bril met de juiste correctie. Atleten die geen correctiebril nodig hebben krijgen een zonnebril. Iedere atleet krijgt ook tips mee om hun ogen te beschermen bij bepaalde activiteiten.

Adviezen die men geeft:

- of en wanneer een bril gedragen moet worden
- goede verlichting bij het lezen
- geen overdaad aan tablet / GSM en vooral voor het slapen gaan je ogen even rust gunnen
- bij contactsporten en hobbies met risico op oogverwonding steeds een beschermbril dragen



**Special
Olympics**
Belgium



Special Olympics
Lions Clubs International
Opening Eyes®

Supported by



Al deze tests worden afgenomen door opticiens, optometristen en oogartsen. Aan het Opening Eyes programma doen alle Belgische scholen in optiekoptometrie mee. De nood voor een aangepaste meetmethode bij personen met een verstandelijke beperking blijkt uit de resultaten. Zo heeft men al vaak atleten onderzocht die een zicht slechter dan 5/10 hadden en nog nooit een bril hadden gedragen, terug een perfect zicht (10/10) gegeven.

Er wordt al te vaak gedacht dat de oorzaak van een gebrek aan concentratie te wijten is aan de verstandelijke beperking, maar soms is het te wijten aan een gebrek van goed zicht. Jaarlijks verandert het Special Olympics Lions Clubs International Opening Eyes dan ook het leven van vele atleten én van hun ouders en begeleiders.

Opmerkelijke resultaten



10% krijgt een
doorverwijzing naar de
oogarts



32% krijgt een nieuwe
bril



15% heeft nooit eerder
een oogonderzoek
gehad



**Special
Olympics**
Belgium



Special Olympics
Special Smiles®

Het Special Smiles-programma wil alle Special Olympics-atleten de kans bieden op een mondonderzoek, waarbij de nadruk gelegd wordt op een globale evaluatie van de mondgezondheid.

Naast de screening van mond en tanden wordt ook op individuele basis aan voorlichting gedaan om de atleten op een juiste manier te leren poetsen en om hun aandacht te vestigen op het belang van een gezond dieet voor een gezond gebit.



**Special
Olympics**
Belgium



Diabetes Prevention is de jongste discipline in het HAP-programma (2019).

Bij diabetes (suikerziekte) blijft er teveel suiker in het bloed zitten wat schadelijk is voor de gezondheid (aantasting ogen, nierschade, hartproblemen, ...).

Er wordt geschat dat 1 op 3 mensen die diabetes type 2 hebben, dit niet weten.

Deze meest voorkomende vorm van diabetes wordt veroorzaakt door een ongezonde levensstijl, erfelijke factoren en leeftijd (vanaf 40 jaar neemt de kans op diabetes type 2 toe). Aan deze laatste 2 factoren kan men niet veel veranderen, maar aan een ongezonde levensstijl wel!

Voldoende beweging, gezonde voeding, stoppen met roken, letten op overgewicht, ... verkleinen de kans op diabetes type 2.

Daarom vinden wij het belangrijk om via een gevalideerde vragenlijst, Findrisc (FINNish Diabetes Risk Score), aan vroegtijdige risico-opsporing te doen bij onze atleten.

De test evalueert het risico op het ontwikkelen van diabetes type 2 binnen de 10 jaar. De test bestaat uit 8 vragen waaronder 2 metingen : Body Mass Index en tailleomtrek. Op basis van de antwoorden wordt een bepaalde score behaald die het risico op diabetes type 2 weergeeft.

Vervolgens wordt een passend advies gegeven en zo nodig doorverwezen naar de huisarts voor nader onderzoek. De afname van de vragenlijst en de metingen duren een 15-tal minuten.

Opmerkelijke resultaten

- In de algemene bevolking heeft 1 op de 12 mensen diabetes
- Bij mensen met een verstandelijke beperking is het risico 1,5 hoger
- Bij de eerste editie van Diabetes Prevention, op 458 screenings, 32,1 % vertoonde een lichtverhoogd risico op diabetes type 2 en 10,5 % vertoonde een sterk verhoogd risico.



Healthy Athletes Programma in België en Lions

Het Special Olympics Healthy Athletes Program kan enkel bestaan dankzij de toegewijde steun en inzet van de vele vrijwilligers, professionelen, studenten, beroepsverenigingen en natuurlijk ook sponsors.



Gedurende de voorbije jaren hebben Lions op een actieve wijze hun sympathie en steun betuigd aan Special Olympics Belgium, zowel ter gelegenheid van de succesvolle Europese zomerspelen 2014 in Antwerpen, als aan de jaarlijkse Nationale Spelen.

Deze positieve instelling vertaalt zich internationaal. Lions Clubs International treedt op als global sponsor door zijn betrokkenheid bij het Opening Eyes programma. Op nationaal vlak stond het Lions Multiple District 112 Belgium mee aan de wieg van het "Healthy Athletes Programma (HAP)" en was in 2019 ook de initiatiefnemer om 'Diabetes Prevention' toe te voegen aan dit HAP programma.

Om deze betrokkenheid op duurzame wijze te onderbouwen werd in de schoot van het Lions Multiple District 112 Belgium een werkgroep opgericht om de vrijwillige ondersteuning van dit internationale project voor de inclusie en gelijke behandeling van mensen met een verstandelijke beperking nog beter te organiseren.



Een warme dank aan onze sponsers en partners:

General Sponsors:

- Lions (incl. Leo, Soroptimist, DEME)

Main Partners

- Cargill
- Johnson & Johnson
- Golisano Foundation
- CEWE
- Ricoh

Special Olympics

Fit Feet

- Ansell
- Borginsole
- Nike
- Haute Ecole Léonard de Vinci
- Fédération Internationale des Podologues
- ABP/BVP
- Haute Ecole Libre de Bruxelles Ilya Prigogine
- Arteveldehogeschool
- MEDA
- NAQI
- Pôle Universitaire Européen de Bruxelles
- RS Scan

Special Olympics

FUNfitness

- KU Leuven
- Haute École Condorcet

Special Olympics

Health Promotion

- Ansell
- Mylène
- Cargill
- Nestlé Health Science
- Alpro
- VBVD
- Haute École Condorcet
- HoGent
- Vives Hogeschool
- Thomas More Geel
- Arteveldehogeschool
- Erasmushogeschool
- UCLL
- AP Hogeschool
- MyWay2Food

Special Olympics

Diabetes Prevention

- Lions
- International Diabetes Federation
- Diabetes Liga
- Association Belge du Diabète

Special Olympics

Special Smiles®

- Colgate
- Ansell
- Vlaams Verbond Tandartsen
- Chambre Syndicale Dentaire
- Société de Médecine Dentaire
- Vlaamse Beroepsvereniging Tandartsen
- Ladies Circle Lokeren
- KU Leuven
- Universiteit Gent
- Université Catholique de Louvain

Special Olympics
Healthy Hearing

- Ansell
- Sonova
- Artevelde Hogeschool Gent
- Universiteit Gent
- KU Leuven
- HoGent
- Vives Hogeschool
- Thomas More

Special Olympics
Healthy Body

- College Sutherland

Special Olympics
Lions Clubs International
Opening Eyes®

- Lions
- Essilor
- Safilo
- Van Hopplynus Ophtalm
- Odisee Hogeschool
- CESOA
- IORT
- IFAPME Liège
- Vesalius Instituut Oostende
- Stella Maris Merksem



Special Olympics
Healthy Athletes®
WITH THE SUPPORT OF

Johnson & Johnson Lapperre

BORGinsole®



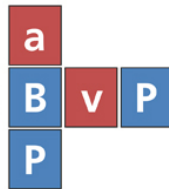
Haute École
Libre de Bruxelles



PÔLE UNIVERSITAIRE
EUROPÉEN
DE BRUXELLES
WALLONIE

Golisano FOUNDATION

RICOH
imagine. change.



rs scan



ASSOCIATION
DU DIABÈTE
DIABÉTIQUES & SOIGNANTS,
PARTENAIRES



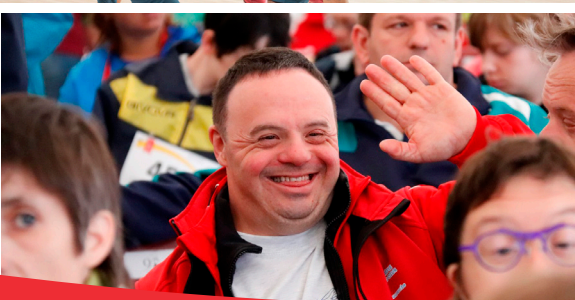
Van Hopplynus Ophtalm
an ARSEUS MEDICAL company



"Ik vind het programma heel nuttig, want ik vind mijn gezondheid heel belangrijk. Door HAP heb ik naar mijn ogen laten kijken en kreeg ik een bril."
- Mieke De Mot, atleet-ambassadrice.



"Dankzij HAP hebben ze ontdekt dat ik een smalle gehoorgang heb... Ik word nu jaarlijks opgevolgd om oorstoppen te voorkomen"
- Thibaut Bastien, atleet-ambassadeur.



HAP Responsible
Audrey Desclee
audrey.desclee@specialolympics.be

vzw Special Olympics Belgium asbl
Avenue Van der Meerschelaan 166bBE
1150 Brussel / Bruxelles
T +32 2 779 93 13
info@specialolympics.be
www.special-olympics.be