

# Game Changer Project Parijs 2024



Het verhogen van sportdeelname  
voor vrouwen en meisjes

# Bijdragen aan de Olympische waarden

De Olympische Spelen staan symbool voor verbinding en inspiratie door de kracht van topsport. Niet alleen door de wedstrijden zelf, maar vooral door de bijbehorende kernwaarden: respect, vriendschap en excelleren.

NOC\*NSF wil bijdragen aan de uitvoer van die kernwaarden. Dat doen we onder andere aan de hand van het [Game Changer Project](#) dat tijdens de Olympische- en Paralympische Spelen in het gastland wordt uitgevoerd. Het doel van het Game Changer Project is om iets terug te geven aan de lokale gemeenschap en om de sportdeelname en het sportplezier te vergroten onder doelgroepen die minder toegang hebben tot sport. Met het Game Changer Project bouwen we mee aan een sportieve wereld zonder discriminatie, waarin waarden als wederzijds begrip, vriendschap, solidariteit en fair play centraal staan.

NOC\*NSF is met het Game Changer Project tot nu toe het enige Nationaal Olympisch Comité dat een maatschappelijke bijdrage initieert in de gaststad van de Spelen aan de hand van dergelijke projecten. Het Game Changer Project werd voor het eerst uitgevoerd tijdens de Spelen van [Rio de Janeiro](#) en werd voortgezet tijdens [Tokio 2020](#) en nu [Parijs 2024](#).



Respect



Vriendschap



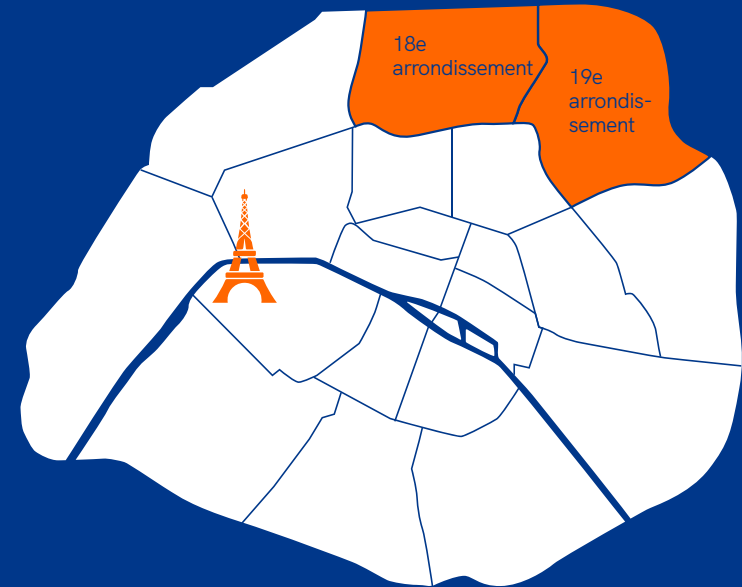
Excelleren





# De focus

Ondanks de bruisende sportcultuur zijn er in Parijs wijken waar de sportdeelname achterblijft, vooral onder vrouwen en meisjes. Samen met de stad Parijs (Ville de Paris) is er voorafgaand aan de start van het Game Changer Project verkend welke wijken het meeste baat hadden bij extra ondersteuning. Het 18e en 19e arrondissement kwamen hierbij naar voren als prioritaire gebieden. In deze arrondissementen sporten namelijk slechts 59% van de vrouwen wekelijks, tegenover een stedelijk gemiddelde van 69%. De oorzaken die hier voor worden aangewezen zijn onder andere onveilige sportlocaties en beperkte financiële middelen.



**“Bij de totstandkoming van het Game Changer Project in Parijs was het essentieel om de lokale behoeften te kennen en met bestaande netwerken samen te werken.”**

– Sjors Metz projectleider Game Changer NOC\*NSF

# De twee projecten in Parijs

Het Game Changer Project Parijs heeft zich gefocust op twee projecten: District Spot en Vélo École. Met beide projecten werd beoogd om in te spelen op verschillende drempels & doelgroepen die meisjes en vrouwen ervaren om te sporten. Denk aan mobiliteit, veiligheid en aanbod.



## District Spot

### Doelen

- Meisjes en jonge vrouwen (12-25 jaar) activeren om deel te nemen aan sportactiviteiten, middels een community based approach
- Het versterken van de lokale District Spot als veilige en toegankelijke plek voor sport

District Spots zijn lokale sport- en ontmoetingsplekken 'voor en door jongeren', waar een breed en kwalitatief goed sportaanbod wordt aangeboden voor jongeren uit de wijk. Op die manier sluit het aanbod zoveel mogelijk aan bij buurtbewoners en is de kans op het verhogen van de sportdeelname hoger. NOC\*NSF heeft deze werkwijze al op verschillende locaties uitgezet in Nederland en zag de mogelijkheden voor een soortgelijk project in Parijs. In Parijs richtte de District Spot zich op meiden (13-20) uit het 18e en 19e arrondissement die vaak afhaken bij traditionele sportclubs. Bijvoorbeeld door een tekort aan veilige ruimtes, negatieve ervaringen met trainers of een gebrek aan aansluiting bij leeftijdsgenoten. De District Spot biedt gratis, open inloophmomenten met verschillende sporten, zonder verplichte lidmaatschappen die soms beter bij deze doelgroep zullen aansluiten.

## Vélo École

### Doelen

- Het verbeteren van mobiliteit en zelfstandigheid van vrouwen (25+ jaar) aan de hand van hun fietsvaardigheid

La Vélo École is een sociaal project van de organisaties Regie de Quartier en Rosa Parks dat fietslessen voor vrouwen in het 19e arrondissement verzorgt. Hoewel de fietsinfrastructuur in Parijs verbetert, vinden velen het spannend om zich in druk stadsverkeer te bewegen. Vélo École biedt daarom gratis fietslessen in afgeschermdes ruimtes en begeleidde ritten door de stad. Door het geven van fietslessen worden vrouwen ondersteund in hun zelfredzaamheid, zodat zij verder en veiliger kunnen reizen en beter deel uit kunnen maken van de maatschappij. Vélo École wist hiermee een moeilijk bereikbare doelgroep (vrouwen van 55+) te enthousiasmeren. NOC\*NSF heeft er voor gekozen om dit project verder te ondersteunen zodat de impact en het bereik hoger werden.

# De kracht van samenwerking

**Samenwerkingen met lokale partijen** speelde een belangrijke rol voor het uiteindelijke resultaat van het Game Changer Project. Zo speelde de Nederlandse Ambassade in Parijs een verbindende rol om het Game Changer Project vorm te geven. De stad Parijs onderzocht welke wijken en doelgroepen het meeste baat hadden bij extra ondersteuning en tot slot waren ook diverse NGO's cruciaal voor de samenwerking.

Futbol Mas speelde een grote rol bij de lokale implementatie van de District Spot. Voor Velo École sloot NOC\*NSF zich aan bij een lokaal project van Regie de Quartier en Rosa Parks. De steun van het IOC, met in het bijzonder het programma Olympic Solidarity was essentieel om het Game Changer Project vorm te geven.

Door alle inspanningen hebben lokale organisaties meer capaciteit gekregen. Dit heeft geleid tot:

- Een stabiel netwerk van sportcoördinatoren in het 18e en 19e arrondissement.
- Betere samenwerking met scholen en jeugdhulpinstellingen, die de laagdrempelige sportaanpak ondersteunen.
- Meer aandacht voor veiligheid en toegankelijkheid, door bijvoorbeeld sportvelden veiliger te maken met afsluitingen en betere verlichting.
- Twee buurtcentra hebben inmiddels hun eigen sportprojecten gestart, geïnspireerd door District Spot.
- Er is een blauwdruk ontwikkeld van het fietsproject voor andere districten zodat meer vrouwen kunnen leren fietsen.
- De organisaties zijn mede dankzij het Game Changer Project ook bij het lokale bestuur op de kaart gezet.



# Meer dan 200 vrouwen en meiden in beweging

## Wat maakte het verschil?



De inzet van rolmodellen was voor District Spots doorslaggevend. Hier namen lokale vrouwen en tieners het voortouw als trainer. Dat maakte de District Spot een mooi voorbeeld van een community based approach: voor de buurt en dóór de buurt. Door de juiste mensen als trainers en begeleiders in te zetten voelden nieuwe deelnemers zich veiliger en gesteund en werden eventuele drempels sneller weggenomen. Naast de sportactiviteiten creëerde dat ook ruimte voor goede gesprekken en persoonlijke ontwikkeling. Een groot deel van de meiden geeft aan dat zij door deelname nu meer zelfvertrouwen hebben én meer sportplezier ervaren. De rolmodellen hebben aangegeven actief te blijven op de District Spot omdat ze inmiddels een goede band hebben opgebouwd met de meisjes die komen sporten.

**“Ik dacht altijd dat sportclubs niets voor mij waren. Nu zie ik dat ik best goed kan meekomen en voel ik me ook echt gezien.”**

– Deelnemer District Spot-programma

- De gemiddelde leeftijd van de deelnemers was 15 jaar oud
- De meest favoriete sport was voetbal
- 2 georganiseerde socio-culturele uitstapjes buiten Parijs

Het project District Spot heeft op 12 mei 2025 een van de #BeInclusive EU Sport Awards in ontvangst mogen nemen. De awards, uitgereikt door de Europese Commissie, selecteren de meest inspirerende projecten en personen die zich via de sport inzetten voor inclusie, diversiteit en gelijkheid.



Door samen te fietsen ontstonden tijdens de lessen van Vélo École nieuwe vriendschappen en sociale contacten. Uiteindelijk is er een hechte gemeenschap van vrouwen ontstaan die elkaar blijven ondersteunen. De deelnemers gaven ook aan zich na de lessen zelfstandiger te voelen, een beter begrip van de buurt te hebben en een verbetering van hun lichamelijke gezondheid te zien.

**“Nu ik kan fietsen, durf ik ook sneller andere dingen te proberen. Ik voel me vrijer en zelfstandiger.”**

– Deelnemer Vélo École

- De gemiddelde leeftijd van de deelnemers was 56 jaar oud
- 12 vrouwen hebben deelgenomen aan een doe-het-zelf fietsenmaker workshop
- NOC\*NSF heeft 39 fietsen gedoneerd aan de vrouwen die de cursus succesvol hebben afgerond

# De belangrijkste resultaten

## Sportdeelname

**65%** van de District Spot-deelnemers bleef na het programma actief sporten, vaak in buurtinitiatieven of sportvereniging.

**70%** van de deelnemers van Vélo École heeft aangegeven nu vaker zelfstandig te durven fietsen, zelfs in drukke buurten.

**50%** van de deelnemers in de fietsgroepen namen na drie maanden regelmatig deel aan gezamenlijke tochten.

In het 19e arrondissement is een toename gemeten in het aantal meisjes en jonge vrouwen dat zich aanmeldt voor sport- en beweegactiviteiten bij buurtcentra.

**“De toenemende zelfredzaamheid en het zelfvertrouwen van vrouwelijke deelnemers draagt direct bij aan de sociale cohesie in de wijk.”**

–Fútbol Más France

## Sociaal maatschappelijke ontwikkeling

### Zelfvertrouwen:

Deelnemers durven door het sporten grenzen te verleggen, wat hen niet alleen fysiek maar ook mentaal sterker maakt.

### Relatievorming:

Door samen te sporten of te fietsen, ontstaat er een band die verder reikt dan de sport.

### Normdoorbreking:

Door rolmodellen in te zetten op de District Spot, werden traditionele denkbepelden rond sportdeelname van vrouwen doorbroken. Meiden durven zich nu ook aan te sluiten bij reguliere sportclubs of buiten hun eigen wijk te sporten.

**“Door de mensen in de wijken zelf te trainen en ze een netwerk te bieden, leggen we een basis die lang na de Spelen blijft bestaan.”**

–Fútbol Más France



# Belangrijkste lessen

## Lokale samenwerking en duurzame verankering

Een sterk lokaal netwerk en onderling vertrouwen vormen de basis van duurzame impact. Succes ontstaat niet door korte termijn inspanningen, maar door langdurige samenwerking met partners, vrijwilligers en deelnemers die zich verbonden, misschien zelfs ambassadeur voelen van het project. Wanneer lokale organisaties eigenaarschap nemen en worden ondersteund met trainingen en begeleiding zorgt dit voor continuïteit.

## De inzet van rolmodellen

De kracht van herkenbare rolmodellen was onmisbaar in het succes van het Game Changer Project Parijs. De aanwezigheid van herkenbare rolmodellen – leeftijdsgenoten die dichtbij de leefwereld van de doelgroep staan – verlaagt de drempel om deel te nemen aan sport. Dit geldt in het bijzonder voor meiden die zich buitengesloten voelen in gemengde sportomgevingen. Niet alleen bij District Spot, maar ook bij het fietsproject trokken vrouwelijke rolmodellen de kar, met aantoonbaar effect op motivatie en betrokkenheid.

## Flexibiliteit en toegankelijkheid

De doelgroep, vaak met weinig sportervaring, heeft behoefte aan vrijblijvende, toegankelijke sportmomenten. Flexibele tijden en een veilige omgeving stimuleren deelname en zorgen ervoor dat deelnemers blijven terugkomen. Het programma speelde daar actief op in, wat essentieel bleek voor het opbouwen van een vaste groep sportende meiden.





# Conclusie

Het Game Changer Project Parijs heeft laten zien dat sport verbindt. De meest cruciale vraag blijft: welke impact is gerealiseerd en hoe duurzaam is die impact op de lange termijn? Op dit moment zijn daar nog geen definitieve antwoorden op te geven.

Voor de realisatie van dit project wil NOC\*NSF de volgende organisaties hartelijk danken voor hun waardevolle samenwerking en betrokkenheid: de Nederlandse Ambassade in Frankrijk, Ville de Paris, Olympic Refuge Foundation, Fútbol Más France, Regie de Quartier en Rosa Parks. Dankzij hun inzet en netwerk hebben we gezamenlijk impact kunnen maken en uiting kunnen geven aan de Olympische waarden tijdens de spelen van 2024.

## Laatste overwegingen:

- Niet alle uitdagingen in Parijs zijn met dit project opgelost, maar er zijn wel succesvolle blauwdrukken ontwikkeld waarop de stad mogelijk verder kan bouwen.
- Het leven van de vrouwen die hebben deelgenomen is positief beïnvloed. Deze persoonlijke impact is van onschatbare waarde.





Kingdom of the Netherlands

