

 ROELOF JAN VOCHTELOO

# LEERLINGEN MET EEN VISUELE BEPERKING IN BEWEGING

*Schoolsportvereniging Bartiméus Zeist voorziet in behoefte*

Met naschoolse karate- en dansgroepen krijgt Schoolsportvereniging Bartiméus Zeist wekelijks zo'n twintig slechtziende en blinde leerlingen en jongvolwassenen in beweging. De bijbehorende Sportimpuls-subsidie vervalt dit najaar, maar dat weerhoudt de betrokken partijen er niet van om door te gaan met de lessen op woensdagmiddag en donderdagavond.



## “We hebben zelfs een heuse sportdag gehad met acht verschillende sporten”

**I**n 1915 opgericht als ‘Vereniging tot bevordering van christelijke opvoeding en onderwijs voor blinde kinderen en jongelieden’, is Bartiméus uitgegroeid tot een expertisorganisatie, die mensen met een visuele beperking op velerlei vlakken ondersteunt. Eén van de Bartiméus-locaties bevindt zich aan de Van Rensselaan in Zeist. Daar biedt de woonzorg- en onderwijsgroep aan zo’n honderd slechtzienden en blinden in de leeftijd van 6 tot 20 jaar speciaal en voortgezet speciaal onderwijs aan.

“Leerlingen met een visuele beperking in het speciaal onderwijs doen minder aan sport en bewegen dan kinderen in het reguliere onderwijs”, zo vertelt Sandra van Wijhe-Faase, regioconsulent Aangepast Sporten bij Sportservice Zeist, onderdeel van Sportservice provincie Utrecht. “Zij hebben vaak niet alleen een visuele beperking, maar kampen ook met stoornissen zoals autisme en PDD-NOS. Voor deze jongeren heb je trainers nodig met specifieke kennis en kunde, en juist die goede begeleiding is vaak het struikelblok. Verder weet deze doelgroep vaak niet waar ze terecht kan. En als men dat al weet, dan

is het vervoer meestal een probleem. Dat deze kinderen minder sporten is jammer, want bewegen is gezond, leuk en goed voor het zelfvertrouwen.”

### Special Heroes en Sportimpuls

Dat de leerlingen met een visuele beperking van heinde en verre naar Bartiméus komen maakt het volgens Van Wijhe-Faase lastig om ze door te verwijzen naar lokale sport- en beweegaanbieders. Dit gecombineerd met het feit dat Bartiméus zelf kennis van de doelgroep heeft en over een geschikte accommodatie beschikt, maakt dat sporten en bewegen binnenshuis voor deze doelgroep een logische eerste stap was.

Het is aan Special Heroes te danken dat deze eerste stap in 2013 ook daadwerkelijk kon worden gezet. De subsidie van dit sportstimuleringsprogramma van Onbeperkt Sportief, NOC\*NSF en LVC-3 (Landelijke Vereniging Cluster-3) stelde Van Wijhe-Faase namelijk in staat om een binnenschools sport- en beweegaanbod op te zetten. Zo kregen de Bartiméus-leerlingen

## Atletieklessen van een toekomstige olympiër

Als skeletonster richt ze zich op de komende Olympische Winterspelen in het Zuid-Koreaanse Pyeongchang. Daarnaast is Joska Le Conté hoofdtrainster van AV Fit, de partij die met goed gevolg de Sportimpuls-aanvraag voor de Schoolsportvereniging Bartiméus Zeist indiende. Net als Hans Harthoorn had ze in het kader van Special Heroes al enkele binnenschoolse atletieklessen, waarna ze twee keer een naschools aanbod van vijf lessen op de maandag verzorgde.

### Hoe zagen die naschoolse trainingen eruit?

“Er is een atletiekbaantje bij de school aangelegd en daarop zijn

de lijntjes iets hoger, zodat de kinderen voelen dat ze uit de baan gaan. Atletiek is natuurlijk meer dan hardlopen en daarom heb ik geprobeerd om iedere training een ander onderdeel te doen. We hebben bijvoorbeeld ook aan verspringen en kogelstoten gedaan.”

### Hoe vond je het om die lessen te geven?

“Het was leuk en erg uitdagend. We hebben natuurlijk een scholing gehad, maar uiteindelijk komt het erop neer dat je erg creatief moet zijn. Als trainer moet je alternatieve dingen bedenken, waardoor sommige oefeningen toch uitgevoerd kunnen worden.

Ik dacht vooraf dat het heel lastig zou zijn, maar die kinderen kunnen juist hartstikke veel. Negen van de tien kunnen met de juiste begeleiding zo bij een reguliere club meetrainen.

Verder maakte het niveauverschil het soms wat lastig, maar je merkt dat de groep gewend is om elkaar te helpen.”

### Kun je een voorbeeld geven van zo’n creatieve oefening?

“Soms geef ik een oefening waarbij mijn leerlingen met een bal op een doel moeten mikken. Als je het doel niet kunt zien is dat natuurlijk erg lastig en daarom heb ik op de plek van het doel



een apparaat neergezet waar piepjes uitkomen. Ik geef dan aan hoe ver ze er vanaf zaten, maar het gebeurde ook geregeld dat ze gewoon raak gooiden.”

tijdens de reguliere gymuren sportlessen aangeboden door de plaatselijke sportverenigingen. “Softbal, boksen, judo, paardrijden, atletiek, karate: het kwam allemaal voorbij”, aldus Van Wijhe-Faase, die bij Sportservice Zeist ook de rol van combifunctionaris Special Heroes vervult. Om nog meer Bartiméus-leerlingen in beweging te krijgen ging Sportservice Zeist op zoek naar manieren om te kunnen starten met een naschools sport- en beweegaanbod. Haar inzet werd beloond toen ZonMw twee jaar geleden een door AV Fit ingediende aanvraag voor een Sportimpuls-subsidie goedkeurde. Dankzij deze regeling uit het VWS-programma Sport en Bewegen in de Buurt (2012-2016) zag de Schoolsportvereniging Bartiméus Zeist het levenslicht. “Dankzij Special Heroes konden we binnenschools aanbod realiseren en dankzij de Sportimpuls beschikken we nu ook over naschools aanbod”, zo vat Van Wijhe-Faase het afgelegde subsidietraject treffend samen. De projectleidster wist naast de atletiekvereniging ook andere plaatselijke sport-

aanbieders aan de Schoolsportvereniging te koppelen. Tijdens een speciaal daarvoor georganiseerde bijeenkomst werden de trainers geschoold in het omgaan met deze doelgroep en er volgden diverse lessen in verschillende sporten. Van Wijhe-Faase: “In het voorjaar van 2015 hebben we zelfs een heuse sportdag gehad met acht verschillende sporten.” Voor som-

mige sporten gold dat het bij een paar binnen- en naschoolse introductielessen bleef, maar met enkele sportverenigingen is een structureel naschools programma opgezet. Zo is er op de woensdagmiddag een vaste karategroep en draaien er op donderdagavond twee dansgroepen. “De Schoolsportvereniging bedient in totaal zo’n twintig leerlingen en jongvolwasse-

Sandra van Wijhe-Faase,  
regioconsulent Aangepast  
Sporten bij Sportservice Zeist



### Welke ontwikkeling heb je de leerlingen zien doormaken?

“Je zag kinderen die het in het begin spannend vonden en die niet gewend waren om te bewegen na een tijdje echt loskomen. Sommigen werden zelfs superenthousiast en wilden steeds meer.”

### Eén meisje heeft zelfs bij AV Fit meegetraind?

“Klopt. Er waren best veel kinderen die door wilden na die vijf lessen, dus toen hebben we gekeken of ze bij AV Fit konden trainen. Het lastige is alleen dat veel van de kinderen niet uit de buurt van Zeist komen en dat

bijna iedereen iedere dag weer naar huis gaat. Het meisje dat wel bij AV Fit heeft meegetraind had niet verwacht dat ze met een reguliere groep mee kon doen, dus dat was een mooie overwinning voor haar.”

### “IK DACHT VOORAF DAT HET HEEL LASTIG ZOU ZIJN, MAAR DIE KINDEREN KUNNEN JUUST HARTSTIKKE VEEL”

### Hoe zorg je ervoor dat die leerlingen in hun eigen woonplaats aan atletiek kunnen doen?

“In overleg met Sandra van Wijhe-Faase heb ik gekeken welke clubs

in de buurt zitten en waar die leerlingen terecht kunnen, want het is natuurlijk de bedoeling om ze structureel te laten bewegen. Het zou mooi zijn als dit niet perse op Bartiméus hoeft, maar dat ze kunnen integreren in een normale vereniging.”

### En de atletieklessen binnen de Schoolsportvereniging, komen die nog terug?

“Het is lastig om de naschoolse lessen te blijven verzorgen en dat heeft te maken met de beschikbaarheid van de trainers. Om de tien lessen te kunnen geven heb ik vrij genomen en dat kan ik niet blijven doen. Wellicht dat hiervoor

nog een oplossing komt, maar het zou sowieso mooi zijn als de kinderen die door willen terecht kunnen bij een vereniging in hun buurt.”



MEL BOAS

## “De leerlingen hebben ervaren dat ze meer kunnen dan ze dachten”

nen. Dat is een aantal waar we blij mee mogen zijn”, zo toont Van Wijhe-Faase zich tevreden.

### Karategroep

De karategroep van de Sportsportvereniging wordt geleid door Hans Harthoorn, die al sinds 1963 zijn eigen karateschool runt. Met een werkverleden in de bewegingsagogie heeft hij een natuurlijke interesse voor sport en bewegen door mensen met een beperking ontwikkeld. Toen hij tweeënhalf jaar geleden via Sportservice Zeist hoorde van de activiteiten op Bartiméus Zeist was hij direct om. “Ook voor deze doelgroep is bewegen erg belangrijk. Bij karate leren mensen vertrouwen hebben in zichzelf en in de ander”, zo stelt hij. Bij de scholing over het lesgeven aan deze doelgroep moest Harthoorn zelf met een verduisteringsbril op over een balk springen. “Dat is een angstige ervaring, kan ik je vertellen.”

Harthoorn gaf eerst een halfjaar karatelessen in het kader van Special Heroes. Daarbij werd hij geassisteerd door de gymleeraar. “Zo konden we tijdens de reguliere gymlessen kijken of er kinderen geïnteresseerd waren om later naschools aanbod te volgen.” Hij kan zich nog goed herinneren hoe hij in die eerste lessen moest wennen aan het lesgeven aan een nieuwe doelgroep. “Ik heb ze eerst maar eens tegen de wand gezet en heel rustig met gestrekte armen naar de andere kant laten lopen. Tijdens die oefening flapte ik er per ongeluk uit dat we blindemannetje speelden. ‘Dat is geen probleem, want ik zie toch bijna niets’, was de reactie van één van de kinderen. Toen merkte ik ook direct dat ze zelf niet te zielig over hun beperking doen.” Harthoorn is sowieso enthousiast over de manier waarop de leerlingen aan de lessen meedoen. “Ze konden veel meer dan ik dacht. Je moet ze letterlijk vertellen wat ze moeten doen en dat leidt erg

vaak tot grappige situaties. Ik heb moeten leren uit ervaring, daar heb ik ontzettend veel plezier in. En ik leer nog steeds. Sterker nog: ik denk dat ik het meeste leer van iedereen.”

Harthoorns lessen op woensdagmiddag trekken standaard vijf leerlingen. “Eén van hen is halfzijdig verlamd, een ander heeft zwaar overgewicht en nog een ander ADHD. De visuele beperking is dus maar één van de zaken waar we mee te maken hebben. De groep is erg divers en daarom word ik altijd door twee mensen geassisteerd.” Leuk detail is dat ook de Zeister wethouder Roy Luca (Verkeer, Openbare ruimte en Dienstverlening) regelmatig langskomt om te helpen. “Zijn moeder heeft op Bartiméus gewerkt en hij heeft een karateachtergrond. Als zijn agenda het toestaat is hij erbij.” Luca was, onder toezicht oog van collega-wethouder Sander Jansen (Werk, Economie, Ruimte en Sport), ook van de partij toen de vijf leerlingen half april van dit jaar een examen aflegden. Onder grote belangstelling liepen zij hun kata, met als resultaat: driemaal een gele slip, één gele band en een gele band met een oranje slip. Harthoorn: “Dit had ik na de eerste weken niet verwacht en dit belooft veel goeds voor de toekomst.”

### Groepen geborgd

Na twee jaar te hebben gedraaid eindigt het Sportimpuls-programma per 1 november aanstaande. Van Wijhe-Faase: “De officiële regeling stopt dan, maar de huidige groepen worden wel geborgd. Zo draait de karategroep zelfstandig door en gaan de dansgroepen via het vrijetijdsaanbod van Bartiméus verder.” Op de vraag wat het de Schoolsportvereniging heeft opgeleverd antwoordt ze: “Door de scholing aan de trainers hebben de verenigingen een andere kijk gekregen op deze doelgroep. Verder is er mede door de gezamenlijke sportdag een connectie tussen de verenigingen en Bartiméus ontstaan. Dankzij dit netwerk is het makkelijker geworden om in de toekomst activiteiten te organiseren voor deze doelgroep en ik zet me ervoor in dat dit netwerk in stand blijft.”

## Vakdocent: een belangrijke schakel

Mike Russchen is één van de twee docenten bewegingsonderwijs bij Bartiméus Zeist. Aan al zijn groepen in het voortgezet onderwijs geeft hij twee uur gym per week. “Daarnaast is het mijn rol om bekendheid te geven aan veel verschillende sporten, zodat kinderen de sport kunnen vinden die bij hen past.”

In het kader van Special Heroes staat Russchen zijn gymuren twee keer drie weken lang af aan trainers van een sportvereniging uit de buurt. Russchen: “Afgelopen jaar hebben we aan paardrijden gedaan en we hebben een keer geschaatst. Het paardrijden sloeg erg aan, maar heeft nog geen naschools vervolg gekregen. Dat heeft te maken met de afstand tot de manege. Sporten als atletiek en karate kunnen nu eenmaal makkelijker bij Bartiméus zelf worden gedaan.”

### “ALS ER IEMAND KOMT LESGEVEN IN ZIJN JUDOPAK, DAN IS DAT EEN ENORME BELEVENIS VOOR DE LEERLINGEN”

Kinderen die niet in de buurt wonen, en dus niet makkelijk naschools aanbod kunnen volgen, probeert Russchen te helpen met het zoeken naar een vereniging in de buurt. Op de vraag hoe die zoektocht verloopt antwoordt hij: “Sportservice Zeist heeft natuurlijk te maken met gemeentegrenzen, dus daar kan Sportservice provincie Utrecht een belangrijke rol in spelen. Hoe dichter je sport bij de kinderen brengt, des te groter de kans is dat ze gaan en blijven bewegen.”

### Sport op de kaart

De vakdocent constateert dat Special Heroes en de Schoolsportvereniging sport echt op de kaart hebben gezet. De kracht van beide projecten zit 'm volgens hem in de kennis, kunde en het enthousiasme van de leraren, die vastbesloten zijn om hun sport



goed op de groep over te brengen.

“Als er iemand komt lesgeven in zijn judopak, dan is dat een enorme beleving voor de leerlingen. Misschien kunnen niet alle leerlingen

het even goed zien, maar ze ruiken, voelen en weten wat er aan de hand is. Zoiets inspireert. Bij deze groepen heb je het sowieso nooit over grote aantallen, maar de leerlingen zijn door deze projecten echt meer gaan sporten. Ze zijn er achter gekomen dat ze meer kunnen en dat er ook meer is dan ze denken.”

Russchen schakelt met de leerlingen en hun ouders en legt uit dat hij Sportservice Zeist nodig heeft voor het contact met de verenigingen. Hij zou het een gemis vinden als de structuren van Special Heroes en de Schoolsportvereniging in de toekomst zouden verdwijnen. “Het is erg waardevol om die leraren voor de groep te hebben en de kinderen beleven ontzettend veel plezier aan de lessen. Die sportlessen moeten we ze kunnen blijven aanbieden.”

## Van Zeist naar Rio de Janeiro

Joleen Hakker zat als kind op Bartiméus Zeist. Onlangs nam ze deel aan de Paralympische Spelen in Rio de Janeiro, waar ze als triatlete in actie kwam. Voor

maar uit eigen ervaring weet ik dat het om heel simpele aanpassingen gaat en het vooral 'doen' is. Dan merk je ook als begeleider dat het superleuk is om met sporters met

topsportniveau aandacht geeft. Als boegbeeld heb ik een voorbeeldrol voor de visueel gehandicapten. Ik wil laten zien wat er allemaal mogelijk is en hoe ver je kan komen.

er alleen paardrijden en goalball. Daarna is het sportaanbod langzamerhand gaan groeien en je ziet nu dat sport er een veel prominere rol heeft. Dat is een goede ontwikkeling."



Joleen Hakker (links), Paralympisch triatlete en ambassadrice van Bartiméus

het Bartiméus-boegbeeld waren dit haar derde Paralympische Spelen, nadat ze in Beijing (2008) als roeister en in Londen (2012) als wielrenster deelnam.

### Hoe belangrijk is het voor slechtzienden en blinden om te bewegen?

"Toen ik met sporten en bewegen begon merkte ik direct dat mijn wereld groter werd dan het 'visuele gehandicaptenwereldje' waar ik vroeger best vaak in zat. Ik laat nu ook zelf aan anderen zien wat er mogelijk is en wat er allemaal kan als je een visuele beperking hebt. Ik heb vaak het idee dat mensen vooral moeilijkheden zien in het begeleiden van deze groep,

een visuele beperking te sporten. Zo ben ik als topsporter met onze groep Running Blind lid bij atletiekvereniging Atverni in Nieuwegein. We laten daar echt zien wat er allemaal mogelijk is als je sport met een visuele beperking en ik vind het leuk om het enthousiasme over te brengen op andere leden."

### Hoe vul je je rol als ambassadrice van Bartiméus in?

"Allereerst wil ik graag zeggen dat ik blij en dankbaar ben dat Bartiméus mij steunt op topsportniveau. Mede door Bartiméus kon ik in Rio excelleren op de triatlon en ik vind het echt fijn dat het sport zowel op lokaal als op

Sporten is heel belangrijk voor het opdoen van sociale contacten en het jezelf ontwikkelen als mens. Als topsporter ben ik natuurlijk enthousiast over sporten en dat enthousiasme wil ik overbrengen naar andere sporters met een visuele beperking. Ik deel mijn ervaringen op Twitter, Facebook en de website van Bartiméus en die stukjes – die overigens worden geschreven door mijn vriend – worden goed gelezen."

### Wat vind je van de Schoolsportvereniging Bartiméus Zeist?

"Toen ik er nog op school zat, werd er heel weinig aan sportstimulatie gedaan. Volgens mij was

### Hoe kijk je aan tegen de samenwerking door de verschillende partijen?

"Het is heel goed dat deze samenwerking er is en dit soort verbanden zou ik graag overal in het land zien. Ik ben benieuwd hoe de samenwerking met al die verschillende partijen na afloop van het project verder gaat. Zelf merk ik vaak dat er in zo'n samenwerking niet te veel partners betrok-

### "EEN TIP VAN MIJ ZOU ZIJN DAT EEN SPORTER VAN BARTIMEUS ALS VERTEGENWOORDIGER BETROKKEN WORDT BIJ DE BORGING VAN HET PROJECT."

ken zijn. Het viel mij vroeger al op dat er veel gepraat wordt voor en over visueel gehandicapten, maar dat zij zelf niet betrokken worden bij de uitvoering en borging van het project. Je ziet soms dat de communicatie misgaat en het project dan eindigt door onvoldoende draagvlak.

Een tip van mij zou zijn dat een sporter van Bartiméus als vertegenwoordiger betrokken wordt bij de borging van het project. Dat er dus goed naar de behoefte van de sporter wordt geluisterd en dat daarop de beslissingen voor de toekomst worden gebaseerd."

Van Wijhe-Faase stelt dat het voor de leerlingen goed is geweest dat ze kennis hebben gemaakt met diverse sporten. “Ze hebben ervaren dat ze meer kunnen dan ze dachten en dat is erg belangrijk voor ze. Zo was er een meisje dat meedeed aan de naschoolse atletieklessen en zij heeft uiteindelijk bij AV Fit meegetraind met de reguliere groep. Daar had ze nooit op durven rekenen. Ten slotte is de school nog meer *sportminded* geworden. Men ziet nu zelf ook het belang van het na schooltijd bezighouden van de leerlingen.”

### ‘Wiel niet opnieuw uitvinden’

Tot slot maakt Van Wijhe-Faase van de gelegenheid gebruik om te noemen dat ze als regioconsulent en combinatiefunctionaris een goed overzicht heeft van de vraag en het aanbod met betrekking tot het aangepast sporten. “Ik zou graag zien dat in het land de regiomedewerkers en combinatiefunctionarissen vaker ingeschakeld worden bij het opstarten van dergelijke projecten. Dan hoeven al die verschillende instellingen het wiel niet opnieuw

## “Het liefst zou ik zien dat de leerlingen lid kunnen worden van een gewone vereniging”

uit te vinden en kunnen ze bij elkaar geplaatst worden, zodat ze direct goed kunnen samenwerken.” Ze hoopt dat met het nieuwe gehandicaptensportprogramma Grenzeloos actief een flinke slag geslagen wordt in het matchen van aangepast sportaanbod en de vraag ernaar. “Uiteindelijk moet iedereen toegang hebben tot het aanwezige sportaanbod in zijn buurt. Er is al best veel aanbod, maar zowel voor de doelgroep als voor de begeleiders is dit niet altijd even makkelijk te vinden.”

“We gaan straks werken met een eigen bij-

drage van 15 euro per maand”, zo schetst Harthoorn de nabije toekomst van zijn karategroep. “Omdat ik er veel plezier in heb gaan we gewoon door en dan zie ik wel hoeveel kinderen er overblijven. Ik hoop wel dat ik de zaal van de school gratis kan blijven gebruiken.” Zijn grote doel is dat mensen met een beperking bij een reguliere vereniging aansluiting vinden. “Ik heb deze leerlingen nu bij elkaar om ze te laten wennen, maar het liefst zou ik zien dat ze lid kunnen worden van een gewone vereniging. Dat valt of staat met de leraren in het land en met de doelgroep zelf die zich moet durven afvragen wat er voor hen allemaal mogelijk is.” Harthoorn is druk bezig om die ontwikkeling te stimuleren, sinds hij twee jaar geleden door het bestuur van de karatebond is gevraagd om G-karate in Nederland op te zetten. “Dat gaat met horten en stoten en er is nog veel werk te verzetten, maar het begin is er.” ■

## ‘Schoolsportvereniging maakt sporten en bewegen toegankelijk’

Carlijn van Houselt, accountmanager Sport bij de gemeente Zeist: “De gemeente Zeist beschikt over een verhoudingsgewijs hoog aantal mensen met een beperking. Zij wonen in Zeist of zijn actief in een van de vele instellingen die de gemeente rijk is. Bij de aanvraag van een Sportimpuls moet de gemeente een intentieverklaring ondertekenen en aangeven of het plan past bij de doelgroepen en het lokale sportbeleid. Dit Schoolsportvereniging-aanbod past absoluut bij ons beleid, omdat we onder andere inzetten op het toegankelijk maken van sport voor mensen met een lichamelijke en/of verstandelijke beperking. Want de sportdeelname bij mensen met een beperking blijft helaas nog achter, terwijl de ervaring leert dat sporten en bewegen heel belangrijk is voor een grotere mobiliteit, vitali-

teit, participatie en gevoel van welzijn.”

“De Schoolsportvereniging maakt sporten en bewegen heel toegankelijk door het aanbod van sportaanbieders dicht bij de doelgroep te brengen. Door deze duurzame verbinding met sportaanbieders en scholen bied je een doorlopend sportaanbod aan voor de jeugd. In de toekomst willen we nog meer gaan kijken hoe we zo veel mogelijk in regionaal verband kunnen werken. Belangrijk is dat daarbij vraaggericht wordt gewerkt: Wat wil de doelgroep zelf? Het aanbod – en daarmee de keuzemogelijkheden – moet vervolgens zo breed mogelijk worden.”

