




port en bewegen voor mensen in armoede

Drempels weghalen met samenwerking in de wijk



Voor mensen die in armoede leven is het niet vanzelfsprekend om sport en bewegen de hoogste prioriteit te kunnen geven. Des te belangrijker is het dat juist deze doelgroep bereikt wordt en dat er een passend aanbod voor ze is. Dat is niet eenvoudig, want onvoldoende geld hebben is zelden het enige probleem waar deze doelgroep mee kampt. Linda Willemsen van SportUtrecht en Jamilla Vervoort van Kenniscentrum Sport & Bewegen vertellen over de rol die buurtsportcoaches kunnen spelen om ook deze doelgroep in beweging te krijgen.  LEON JANSSEN LOK

“De mensen echt opzoeken en investeren in het leggen van contact is belangrijk, want deze groep komt over het algemeen niet vanzelf in beweging”

Linda Willemsen (SportUtrecht)

“Ik weet niet hoe groot het probleem is, maar net als in de rest van Nederland wordt het probleem steeds groter en zien we de deelname aan sport en bewegen teruglopen”, begint Linda Willemsen. “In een wijk als Overvecht is altijd al een grote groep bewoners met een lage sociaaleconomische status. In ons werk is daarom al het uitgangspunt dat er drempels zijn om te gaan sporten of bewegen. En het gaat heel vaak om gezinnen met een multiproblematiek.” Willemsen begon in 2017 als beweeg- en vitaliteitsmakelaar jeugd en gezin in de wijk Overvecht, maar heeft inmiddels een andere functie binnen SportUtrecht. “Sinds een tijdje ben ik meer strategisch bezig, probeer ik op stedelijk niveau afspraken te maken met het welzijnswerk, met de eerstelijnsorganisaties, over hoe we gaan samenwerken en wat we van elkaar mogen verwachten. En over hoe we de mensen die het het meest nodig hebben, gaan bereiken.”

Investeren in het leggen van contacten

Dat laatste is als het gaat om mensen die in armoede leven, een flinke uitdaging. Binnen deze doelgroep speelt schaamte een belangrijke rol, net als laaggeletterdheid en het feit dat mensen die weinig te besteden hebben over het algemeen niet zo sociaal actief zijn. In de wijk aanwezig zijn en van elkaar weten wat je doet, zijn de bouwstenen van een succesvolle aanpak, vindt Willemsen. “Onze buurtsportcoaches komen natuurlijk veel op de basisscholen, daar vindt vaak het eerste contact plaats. Bovendien zijn we veel in de wijk aanwezig, met bijvoorbeeld de inloopsprekuren van de beweeg- en vitaliteitsmakelaars. De mensen echt opzoeken en investeren in het leggen van contact is belangrijk, want deze groep komt over het algemeen niet vanzelf in be-

weging. Daarom is het ook zo belangrijk dat andere professionals weten dat wij er zijn en wat wij doen. In deze gezinnen speelt vaak veel en ze komen eerder met een huisarts, de JGZ, een IB-er op school of een welzijnswerker in aanraking dan met ons. Het is mooi als die partijen zien dat sport en bewegen zo'n gezin misschien kan helpen en dat ze ons vervolgens vragen contact te zoeken met het gezin. Wij op onze beurt moeten dan weten welk aanbod er in de wijk is. En dan gaat het echt om zaken als voor welke leeftijden het is, en wie er voor de groep staat. Het is maatwerk, passen de kinderen uit dit gezin beter bij deze of bij die kickboksclub, beter bij de ene of de andere voetbalclub?”

Zoektocht

Het netwerk in de wijk is dus cruciaal. Willemsen vervolgt: “Het is natuurlijk handig als bijvoorbeeld een sociaal makelaar weet dat de buurtsportcoach bij wijze van spreken elke dag op de pumptrackbaan staat. Dat je van elkaar weet welke activiteiten en evenementen er plaatsvinden. Want dat zijn de plekken waar je in gesprek kunt komen met de bewoners. Dat werkt het beste. In een wijk als Overvecht is veel laaggeletterdheid en dus moet je zorgen dat je zo eenvoudig mogelijk communiceert, een-op-een, rechtstreeks. Bewoners moeten er ook op kunnen vertrouwen dat er een vertrouwensrelatie is tussen de professionals. Ze willen natuurlijk niet van de een naar de ander gestuurd worden. Als er veel problemen zijn in een gezin, zijn er vaak veel professionals bij betrokken. Dan is het belangrijk om te bepalen wie de regie heeft. In dergelijke gezinnen zijn wij van sport en bewegen niet de eerste die binnenkomen. Als er iets met armoede speelt, weet ik dat de buurtteammedewerkers ook goed op de hoogte zijn van



alle fondsen die daarvoor beschikbaar zijn, en dat het alleen een kwestie is van een zoektocht naar wat een passend aanbod is voor dit kind of dit gezin.”

Pareltjes

Een passend aanbod is echter niet altijd eenvoudig te vinden, ervaart Willemsen: “De uitdaging is om meteen een positieve sportervaring mee te geven. In Overvecht is vaak vraag naar voetbal of kickboksen. Dat is wat de mensen kennen. Die sporten zijn echter niet altijd het best passend bij hun kind. Maar atletiek bijvoorbeeld wel. Ik heb daar goede ervaringen mee door samen met de buurtsportcoach en de vereniging kinderen een goede sportplek te bieden. Soms is er ook vraag naar een sport die er in Overvecht niet is. Mensen vragen zich dan af waarom er geen rugbyvereniging in de wijk is. Tja, zo is het nu eenmaal, dat kan ik niet op korte termijn veranderen, zeg ik dan eerlijk. Of iemand die zijn kind op paardrijles wil doen. Dat is gewoon een dure sport en dan leggen wij uit dat ze in dat geval maar voor de ‘second best’ moeten gaan.” Hoewel Willemsen vaak met schrijnende gevallen te maken heeft, gaat het gelukkig ook vaak wél goed. “Soms heb je echt pareltjes, dan vallen alle puzzelstukjes precies in elkaar. Zo was ik eens met een buurtteammedewerker mee

“Er spelen zo veel dingen in deze gezinnen, mensen hebben heel veel aan hun hoofd en gaan niet zelf op zoek naar een professional die ze iets over sport en bewegen gaat vertellen”

Jamilla Vervoort (Kenniscentrum Sport & Bewegen)

naar een moeder die een angststoornis had. Haar kinderen moesten eigenlijk naar buiten om te sporten, maar zij vond dat heel spannend. Ze woonde echter heel dicht bij een plek waar een buurtsportcoach elke vrijdag stond en die heb ik gevraagd of hij die jongens niet op zou kunnen komen halen met de fiets. Daar stemde die moeder mee in en ze ziet dan ook dat haar jongens dat kunnen. Het zijn soms de hele kleine dingen die helpen. Van daaruit kun je dan ook kijken wat een vervolgstap kan zijn. Idealiter is dat ergens lid worden, want dat is toch de beste ma-



“De eerste stap is altijd: hoe krijg je ze ergens, en het liefst zo snel mogelijk. Want als het te lang duurt, is het momentum vaak alweer weg”

Linda Willemsen (Utrecht, foto midden)

nier om het sporten vol te houden. Maar die eerste stap is altijd: hoe krijg je ze ergens, en het liefst zo snel mogelijk. Want als het te lang duurt, is het momentum vaak alweer weg.”

Minidrempels

De gezinnen waar Willemsen en haar collega's mee te maken krijgen, hebben zelden maar met één pro-

bleem te maken. “Het is vaak lastig om te ontdekken wat de eerste minidrempel – zo noem ik dat altijd – is waar het gezin tegenaan loopt. Geld natuurlijk, maar het zijn vaak ook grote gezinnen, wat heel wat georganiseer met zich meebrengt. En als je lid wil worden van een vereniging, dan wordt er heel wat van je gevraagd: rijden naar uitwedstrijden of kantinedienst draaien bijvoorbeeld. Dat vinden mensen natuurlijk spannend. Daar kun je als vereniging wel over in gesprek gaan hoor. Sommige verenigingen pakken dat goed aan, maar daar is nog veel in te winnen. Een voetbalvereniging wordt gerund door vrijwilligers, maar het vraagt best wel bepaalde voelsprietten om signalen op te pakken over dat er iets speelt. En alleen roepen ‘iedereen is welkom’, je moet het ook wel ergens laten voelen. Inclusiviteit en een positieve sportcultuur zit soms in heel kleine dingen. Iedereen probeert echt wel het goede te doen, maar men heeft lang niet altijd door wat voor een invloed sommige woorden hebben op mensen.”

“We horen regelmatig dat veel mensen in deze doelgroep wantrouwen naar de gemeente en de overheid hebben. Maar ze zijn wel bereid te luisteren naar professionals en rolmodellen in de wijk”

Jamilla Vervoort (Kenniscentrum Sport & Beweging)

Wat ook beter kan volgens Willemsen? “Als je eerst alles aan de voorkant wil organiseren, ben je altijd veel tijd kwijt. En ben je vaak ook het gezin kwijt. Ik zeg wel eens eigenwijs: laten we er gewoon voor zorgen dat een kind volgende week kan starten bij een club, de formaliteiten en het financiële verhaal regelen we later wel. Zo doen we het in de praktijk best wel eens, en het komt altijd wel goed. Er is in Utrecht gelukkig veel mogelijk, met de U-pas, de Stichting Leergeld, het Jeugdfonds Sport & Cultuur en het Paul Verweel Sportfonds voor een bijdrage in de contributie en de aanschaf van spullen.”

Herkenbaar

De situatie in Utrecht is herkenbaar voor Jamilla Vervoort, Specialist Meedoen door sport en bewegen bij Kenniscentrum Sport & Beweging. Ze is vooral actief op het thema kwetsbare jeugd, waar armoede een grote rol bij speelt. Ze onderschrijft het belang dat in Utrecht wordt gehecht aan het netwerk in de wijk: doorverwijzen is van groot belang. “Natuurlijk is er ook een grote groep die je wel in de wijk tegenkomt, in een buurthuis, bij een koffieochtend, op de school van de kinderen. Maar veel mensen zie je als buurtsportcoach zelden. Er spelen zo veel dingen in deze gezinnen, mensen zijn met van alles en nog wat bezig, hebben heel veel aan hun hoofd, en gaan dus ook niet zelf op zoek naar een professional die ze iets over sport en bewegen gaat vertellen, want dat is gewoon niet de hoogste prioriteit. De buurtsportcoach komt dat gezin misschien niet tegen bij een sportief evenement in de buurt, maar een schuldhulpverlener of budgetcoach komt wel thuis bij de mensen. De moeilijkst bereikbare mensen probeer je dus op die manier, via via te bereiken. Daarom is het belangrijk dat alle organisaties in de wijk zo goed mogelijk samenwerken en van elkaar op de hoogte zijn.”

Gerichte communicatie

Geen geld voor contributie, voor benzine, voor de derde helft. Vervoort: “Vaak wordt er direct over geld gesproken, en dat is logisch, maar sommige dremfels kunnen nog veel zwaarder voelen. Als je gebruik

kunt maken van een regeling is dat fijn, maar als je nog steeds ergens niet kunt komen omdat je geen vervoer hebt, dan is zo'n regeling dus niet de hele oplossing.” Vervoort ziet bovendien nog een ander probleem. “Volwassenen met lage inkomens hebben als kind en als tiener vaak ook niet gesport. En als jij nooit met zoiets in aanraking bent gekomen, ga je ook niet zo snel op je 40ste nog naar een sportvereniging toe. Je kent de sport niet, je kent de mensen niet. We zien gelukkig wel steeds meer plekken waar buurtsportcoaches op scholen allemaal verschillende sporten aanbieden, zodat kinderen met meerdere sporten kennismaken. Dat kan een mooi startpunt zijn. Dan hebben kinderen het eens gezien en is de kans groter dat ze dat later gaan doen.” Vervoort stipt tot slot ook nog het belang van gerichte communicatie aan. “We horen regelmatig dat veel mensen in deze doelgroep wantrouwen naar de gemeente en de overheid in het algemeen hebben. Maar ze zijn wel bereid te luisteren naar professionals en rolmodellen in de wijk. Dat komt veel beter over dan wanneer iets in een folder of een krantje staat. Daar moet je dus op inspringen.” ■

Meer horen?

Scan de QR-code en beluister de podcast 'Armoede: de impact op het sport- en beweeggedrag van jeugd'.

