

Je merkt gewoon dat de wijk leefbaarder wordt”

Werken aan één groot krachtenveld

“Mooi dat jullie er weer zijn, jongens.” In een Groninger gymzaaltje staan zes jongetjes in de leeftijd van 11 en 12 jaar te popelen om te beginnen met hun wekelijkse basketbaltraining. Na de introductie van trainer Skip lopen ze één voor één dribbelend van muur tot muur. Het tafereel wordt bekeken door Willem Kluin, namens het Huis voor de Sport Groningen werkzaam als coördinator SchoolSportClubs.

ROELOF JAN VOCHTELOO

kader), een school en een sportclub. De kinderen van de drie deelnemende scholen in de SPT-wijk - De Pendinghe, Bisschop Bekkers en De Wegwijzer - mogen gedurende het schooljaar één keer in de week sporten bij zo'n SchoolSportClub. Naast basketbal kunnen ze kiezen uit judo, kaboutervoetbal, unihockey en tafeltennis. “Normaal gesproken leveren de verenigingen zelf de trainers, maar de vaste trainer van Basketbalvereniging Groningen is er vanmiddag niet en daarom verzorgt Skip, tweedejaars ALO-student en Bslim-stagiair, nu de training.”

De SchoolSportClub

Doel van het SchoolSportClub-project is om basisschoolkinderen in wijken waar weinig sportaanbod is structureel in beweging te krijgen. De eerste stap die de aangesloten sportclubs zetten om dit te bewerkstelligen is het geven van clinics op de participerende scholen. Vervolgens mogen de kinderen zes keer gratis meetrainen

“De gemeente Groningen telt acht aandachtswijken”, zo trapt Kluin af. “We bevinden ons nu in de wijk SPT (Selwerd, Paddepoel, Tuinwijk) en hier zijn in oktober 2012 met een Sportimpuls subsidie de eerste vier SchoolSportClubs van start gegaan.” Een SchoolSportClub is een samenwerkingsverband tussen Bslim (zie



“WIJ PROBEREN DE KINDEREN EEN GEZONDE LEEFSTIJL AAN TE REIKEN, ZONDER DIE OP TE LEGGEN”

Willem Kluin



**Bslim SchoolSportClub
SPT Basketbalvereniging
Groningen**

Dát is de officiële naam van deze SchoolSportClub. Bslim is een sport- en participatieproject van de gemeente Groningen om kinderen in beweging te krijgen. Dit project draait sinds 2007. Vervolgens heeft de gemeente in 2011 een geslaagde pilot gedraaid van het in Rotterdam succesvolle project SchoolSportvereniging, dat onder de naam SchoolSportClub is geïntegreerd in Bslim en zelfstandig is gaan draaien in de wijk SPT (Selwerd, Paddepoel, Tuinwijk). Basketbalvereniging Groningen uit Groningen-Zuid was vanaf het eerste begin bij het project betrokken en heeft nu ook SchoolSportClubs in Beijum en Lewenborg.

**“DE VERENIGINGEN HEBBEN
AL VEEL NIEUWE LEDEN
KUNNEN VERWELKOMEN”**

Willem Kluin

met de SchoolSportClub (SSC), waarna Kluin en vertegenwoordigers van de betreffende sportclubs tijdens een ouderbijeenkomst tekst en uitleg geven over het project. “In sommige culturen is men niet bekend met het verenigingsleven. Op zo’n avond geven wij aan waarom het goed is dat kinderen sporten en welke kosten er aan dit project verbonden zijn.”

Op de vraag waarom het zo belangrijk is dat kinderen sporten antwoordt Kluin: “Het is wetenschappelijk bewezen dat de leefbaarheid in de wijk daardoor beter wordt. Kinderen halen dan geen rozigheid uit en een kind dat beweegt presteert ook op andere vlakken beter dan een kind dat op straat zwerft of wat achter z’n computer hangt. Bewegen is gezond. Wij proberen de kinderen een gezonde leefstijl aan te reiken, zonder die op te leggen.”

Contact met ouders

De Sportimpulssubsidie is in SPT inmiddels afgelopen en nu draait het project met een subsidie van de wijkraad. Volgend schooljaar draait het project volledig op de contributie van de deelnemende kinderen. Die was in de eerste twee jaren 50 euro, maar is nu 75 euro en zal volgend schooljaar 100 euro zijn. “We waren bang dat door deze noodzakelijke contributieverhoging enkele kinderen zouden afhaken, maar dat is gelukkig niet het geval gebleken. Ik heb de afgelopen drie jaar veel tijd geïnvesteerd in het contact met de ouders. Daardoor weten ze me te vinden en durven ze ook bij me aan te kloppen om bijvoorbeeld een aanvraag bij het Jeugdsportfonds in te dienen. Die ouderbetrokkenheid is enorm belangrijk.”

SchoolSportClubs in SPT

Leden per jaar

- Basketbal (BGV) – 8 kinderen
- Kaboutervoetbal (vv Potetos) – 12 kinderen
- Unihockey (Floorball Academie) – 12 kinderen
- Tafeltennis (TTV) – 15 kinderen
- Judo (Dijkmansport) – 35 kinderen

De vijf SSC’s in de SPT-wijk hebben gezamenlijk ruim zeventig leden (zie kader). Kluin rekent voor dat op de drie deelnemende basisscholen zo’n duizend kinderen zitten en legt uit dat de SSC’s vooral bedoeld zijn voor de groep die nog niet in beweging is. “Toen wij in oktober 2012 van start gingen, lag de sportparticipatie op deze drie scholen iets boven de vijftig procent. Dat was ruim onder het landelijk gemiddelde. Inmiddels is dit met dertien procent gestegen en daar ben ik erg tevreden mee.”

Tussenstap

Bij de start van het project had Kluin al meer kinderen dan hij had verwacht en sindsdien zijn de SSC’s goed blijven scoren. “Natuurlijk hebben we te maken met kleine ups en downs, maar het is wel duidelijk dat we in een behoefte voorzien. Dat de verenigingen ook tevreden zijn, blijkt uit het feit dat ze nog allemaal betrokken zijn bij het project. Vroeger nodigden ze kinderen uit om bij hen te komen spelen, maar toen kwamen ze niet. Met deze tussenstap tonen de verenigingen hun maatschappelijke karakter en hebben ze al veel nieuwe leden kunnen verwelkomen.” Vanuit de SSC hebben al bijna veertig

kinderen de overstap naar voetbalclub vv Potetos gemaakt. De afstand naar de basketbalvereniging in Groningen-Zuid is redelijk groot, maar toch zijn daar ook een paar kinderen naar doorgestroomd. Eén van hen is zelfs uitverkozen voor de regioselectie. “Talentontwikkeling op dat niveau is natuurlijk niet ons hoofddoel, maar dit was wel een mooi moment.”

Vinkhuizen, Beijum, Lewenborg

Terwijl Skip zijn pupillen één voor één van het scoren probeert af te houden en daarbij niet geheel toevallig telkens een stapje te laat is, legt Kluin uit dat de gemeente vanwege het succes in de SPT-wijk ook voor de wijken Vinkhuizen, Beijum en Lewenborg Sportimpulssubsidies heeft aangevraagd. Deze zijn toegekend – “We hebben het over circa 100.000 euro per wijk voor twee jaar” – en in augustus 2014 zijn ook in deze wijken de eerste SchoolSportClubs gelanceerd.

“In die drie wijken hebben we eerst de sportbehoefte gepeild en daar bij de Groninger verenigingen vervolgens passend aanbod bij gezocht. Ook hier is het de bedoeling dat de SSC’s na afloop van de subsidieperiode zelfstandig gaan draaien. In augustus horen we of we ook in Oosterpark en De Wijert-Noord SSC’s kunnen opstarten.”

Coördinator

Kluin is sinds 2011 werkzaam voor Huis voor de Sport Groningen en wordt vanuit de buurtsportcoachregeling betaald. Hij doet een paar uur per week aan verenigingsondersteuning, maar het grootste deel van zijn werkzaamheden bestaat uit

“DE KINDEREN ZIJN VERDRAAGZAMER NAAR ELKAAR TOE EN GEDRAGEN ZICH OOK BETER TEGENOVER HUN TRAINER”

Willem Kluin

het coördineren van de SSC's. "Ik ben vanaf de start van het project SSC-coördinator in SPT, maar stuur nu ook de coördinatoren in Vinkhuizen, Beijum en Lewenborg aan. Elke wijk is anders, maar toch is het belangrijk om gezamenlijk een rode draad aan te houden. Dat ik iets bijdraag aan het leefbaarder maken van een wijk die door de buitenwacht als hopeloos wordt bestempeld, dat vind ik het mooiste aan mijn werk."

Toen hij in 2011 in de wijk kwam werken was de gymzaal net uitgebrand, nadat een paar jongens deze in de fik hadden gestoken. Dat was toentertijd niet het enige incident. "Veel schoolkinderen hadden een grote mond en je moest sterk in je schoenen staan als je hier werkzaam wilde zijn. Ik kom zelf van de ALO en heb op verschillende plaatsen gymles gegeven, maar zo erg als hier had ik het nog niet meegemaakt. Door de SSC's, maar ook door andere interventies, zoals De Vreedzame Wijk, Fit, Slim en Gezond en JOGG, gaat het nu een stuk beter. Je merkt gewoon dat de wijk leefbaarder wordt."

Dat laatste zit 'm volgens Kluin in kleine dingen. "In de kantine achter ons is het nu rustig, terwijl hier eerder om de haverklap gedoe was. De kinderen zijn verdraagzamer naar elkaar toe en gedragen zich ook beter tegenover hun trainer. Het duurt zeker tien tot vijftien jaar voordat alles is zoals het zijn moet, maar het is hier al veel fijner werken dan voorheen. Daardoor ga je ook vrolijker naar je werk."

Volgende stap

"Naast het bestaande aanbod in SPT pakken we volgend schooljaar het meiden-

voetbal weer op. Ook kijken we naar de mogelijkheden voor freerunning en gymnastiek", zegt Kluin, terwijl Skip de jongens een afsluitend partijtje laat spelen. "De volgende stap binnen de SSC's is het integreren van het project De Vreedzame Wijk. Dat doen we door de verschillende trainers een cursus te laten volgen. In samenwerking met Kind in de Wijk zullen we ook kijken hoe we nog meer en betere verbindingen kunnen leggen in de wijk, zodat er straks sprake zal zijn van één groot krachtenveld. Daar zal ook JOGG een belangrijke rol in gaan spelen." Tot slot is het de bedoeling dat een deel

van Kluins functie, namelijk het voeren van gesprekken met de ouders, wordt overgenomen door vrijwilligers uit de wijk. "In de eerste plaats zijn dit voor mij relatief dure uren en daarnaast wordt hierdoor het geheel nog krachtiger. De mensen uit de wijk zelf kennen iedereen al en zijn nog beter in staat om verbindingen te leggen en de ouders te overtuigen van de kracht van de SSC's."

De training zit erop. Na een high five met de zes jongens loopt Skip met twee netten ballen richting de deur. "Geef maar hier", zegt Kluin. "Ik neem ze wel mee." ■

Ouders stap voor stap betrekken bij het aanleren van een actieve leefstijl

Stap 1: Ouders bereiken

Om ouders te betrekken bij het beweeggedrag van hun kind, is de eerste stap contact met ze te leggen. Zoek ze op, zet sleutelfiguren in of maak gebruik van andere ouders.

Stap 2: Ouders bewustmaken

De volgende stap is om ouders bewust te maken van het belang van sport en bewegen voor hun kinderen en vervolgens hun invloed hierop. Uiteindelijk doel is dat ouders de intentie hebben hun kinderen te stimuleren om meer te sporten en te bewegen. Wijs ouders op de mogelijkheden, toon begrip en bouw vertrouwen op.

Stap 3: Ouders ondersteunen

Bij de derde stap worden ouders ondersteund bij de stap van intentie naar daadwerkelijk gedrag. Dat betekent dat ouders hun eigen gedrag dusdanig aanpassen dat ze daarmee sport- en beweeggedrag van kinderen stimuleren. De ouders gaan nu tot actie over. Laat ze zelf hun doelen bepalen, geef complimenten en voorkom belemmeringen.

Kijk voor het uitgebreide stappenplan op www.nisb.nl.

Wat is de Sportimpuls?

De Sportimpuls is een subsidierегeling die lokale sport- en beweegaanbieders financieel ondersteunt bij het opzetten en uitvoeren van activiteiten gericht op mensen die niet of nauwelijks sporten en bewegen of hiermee dreigen te stoppen.

Daarbij wordt gebruik gemaakt van sport- en beweegaanbod dat elders al succesvol is geweest en op de Menukaart Sportimpuls staat. Het is van belang dat het aanbod aansluit bij de vraag van de doelgroep en aanvullend is op de bestaande situatie in de buurt. Ook staan borging en samenwerking centraal. Lokale samenwerking tussen sport- en beweegaanbieders, onderwijs-, welzijns-, zorginstellingen, GGD'en en bedrijven.

De Sportimpuls kent naast de 'reguliere' ronde nog twee specifieke rondes: de Sportimpuls Jeugd in lage inkomensbuurten en de Sportimpuls Kinderen sportief op gewicht. Er zijn inmiddels al honderden Sportimpuls projecten van start gegaan, verspreid over heel Nederland. In vrijwel alle gevallen is daarbij een buurtsportcoach betrokken.

Menukaart Sportimpuls

De Menukaart Sportimpuls is een overzicht van succesvol sport- en beweegaanbod dat de afgelopen jaren ontwikkeld is door sportbonden, beweegaanbieders, fitnessorganisaties en andere organisaties. Er kan een keuze gemaakt worden uit meer dan honderd verschillende interventies, van het halen van een Beweegdiploma tot een bewegingsstimuleringsprogramma voor senioren (GALM) of 'nieuwe' sporten als Beebball en Freerunnen. Iedere Sportimpuls aanvrager moet gebruik maken van een of meer interventies van de Menukaart Sportimpuls.

Inspiratie om je te richten op 'wat werkt!'

Veel van de buurtsportcoaches in dit magazine noemen interventies die ze gebruiken. Die ze bijvoorbeeld in de Menukaart Sportimpuls of op www.effectiefactief.nl hebben gevonden. De sport- en beweeginterventies die daarin worden genoemd zijn erkend. Dat wil zeggen dat ze al op minimaal drie locaties in het land zijn ingezet, goed op papier staan en zijn beoordeeld door onafhankelijke praktijkprofessionals. Ook zijn ervaringen van deelnemers en uitvoerders van deze activiteiten uitgebreid getoetst.

Er bestaan drie niveaus binnen het erkenningsstelsel dat gehanteerd wordt in Nederland: Goed beschreven, Goed onderbouwd en Effectief. En het is nog helemaal niet zo gemakkelijk om die laatste stap te behalen. Daar moeten interventies vaak jarenlange effectstudies voor uitvoeren. De meeste sport- en beweeginterventies zijn erkend op de eerste twee niveaus. ■

TOP 5

Interventies die het meest voorkomen in de gehonoreerde aanvragen van de Sportimpuls 2014

- 1) SPORTDORP
- 2) FITNESS 2.0
- 3) LIFE GOALS CUP
- 4) BEWEEGKUUR
- 5) GALM

**“DOOR DE OUDERS
MEER BIJ HET
BEWEGEN TE
BETREKKEN, KAN ER
NOG VEEL TERREIN
GEWONNEN WORDEN”**

Anoek van der Velden



VRAGEN AAN BUURTSPOORTCOACH ANOEK VAN DER VELDEN

Wat is jouw functie?

“In januari 2014 ben ik als sportjuf in dienst getreden bij Kinderopvang 't Kroontje in Veghel. Sinds in Veghel het leefstijlprogramma LEFF – gericht op kinderen tussen 0 en 13 jaar boven een gezond gewicht – is geïntroduceerd, ben ik ook een paar uur in de week als buurtsportcoach werkzaam voor de gemeente. Ik ben één van de vier buurtsportcoaches in Veghel. Naast het in beweging krijgen en houden van deze kinderen werk ik met de gemeente en turnvereniging Educa samen in het project Guppiesport.”

Kun je LEFF eens nader toelichten?

“Als LEFF-bewegcoach is het mijn doel om te zorgen dat kinderen bewegen leuk vinden en makkelijk kunnen inpassen in hun dagelijks leven. Ze moeten niet alleen plezier in bewegen krijgen, maar het ook houden. Aan het eerste LEFF-programma deden veertien kinderen mee en nu draaien we het programma met zeven kinderen. Zij zijn óf geselecteerd door onze coördinator óf ze hebben zichzelf aangemeld, waar-

bij het kan zijn dat ze ons via de GGD of huisarts hebben gevonden. Deze kinderen komen tien weken lang twee keer per week na schooltijd bij elkaar. Tijdens het eerste uur krijgen ze informatie over gezonde voeding en gedrag, om in het tweede uur gezamenlijk te gaan sporten.”

Wat gaat er goed bij LEFF en wat kan beter?

“Ik beschik niet over de exacte resultaten van LEFF in Veghel, maar uit landelijke onderzoeksresultaten blijkt dat de deelnemers een betere kwaliteit van leven ervaren. Ik heb zelf het idee dat een deel van de doelgroep bewust hun eet- en beweegpatroon heeft aangepast, maar dat er ook kinderen zijn die na een goede periode zijn teruggevallen in hun oude gewoonten. Het contact met de ouders en daarmee de nazorg is in mijn ogen voor verbetering vatbaar. Door hen meer bij het bewegen te betrekken, kan er nog veel terrein gewonnen worden. Ook de samenwerking met andere zorg- en onderwijsinstanties kan geoptimaliseerd worden, zodat we meer kinderen op een goede manier in beweging kunnen krijgen.

Verder ben ik erg tevreden over de manier waarop LEFF is neergezet.”

Over welke vaardigheden moet een goede buurtsportcoach beschikken?

“Je moet goed kunnen plannen en enthousiast zijn. Daarnaast moet je kunnen improviseren en schakelen tussen de verschillende doelgroepen. Daarbij wordt er voor de sportactiviteiten ook een beroep gedaan op je creativiteit. Je moet betrokken zijn bij de kinderen en ook kennis van deze doelgroep hebben. Zelf heb ik aan de HAN de opleiding Sport en Bewegingseducatie afgerond. Voor LEFF en Guppiesport heb ik aparte cursussen gedaan en verder leer je natuurlijk in de praktijk.”

Wat vind je het leukst aan je werk?

“Het leukst vind ik dat mijn werk afwisselend is. Ondanks het feit dat mijn dagen er vaak hetzelfde uitzien, is geen dag hetzelfde.” ■