



Succesvol samenwerkingsverband

Hoogeveen: sportieve zorg voor de allerjongsten

EDWARD SWIER

Uit onderzoek blijkt dat kinderen het risico lopen al in een vroeg stadium overgewicht en/of motorische achterstand te ontwikkelen. Het is daarom goed kinderen al tussen 0 en 4 jaar kennis te laten maken met sport en bewegen. Het helpt ze op weg naar een gezonde, sportieve leefstijl. Daarmee kan niet alleen overgewicht en obesitas worden tegengegaan, het is bovendien belangrijk voor de motorische, sociale en cognitieve ontwikkeling van het jonge kind. Er is voor deze leeftijdsgroep echter nog weinig regulier aanbod. In Hoogeveen is, met inbreng van onder meer sportfunctionarissen/buurtsportcoaches, het consultatiebureau en de turnvereniging, een succesvol samenwerkingsverband tot stand gekomen. Bovendien worden ouders nadrukkelijk betrokken.

“PARTIJEN VANUIT DE ZORG EN DE SPORT KUNNEN ELKAAR IN DE PRAKTIJK NU GOED VINDEN”

Alida Pasveer

Het kwam niet uit de lucht vallen. In Hoogeveen gebeurde al het nodige op het gebied van jeugdgezondheid en sportiviteit. De bestaande overleggroep Gezonde Leefstijl, die zich richtte op de doelgroep van 4 tot 18 jaar, trok reeds in 2013 de conclusie dat er ook voor de allerjongsten iets moest gebeuren. Het netwerk ‘Gezond Gewicht’ moest sluitend en passend worden. Er waren weinig oplossingen voorhanden voor 0-4-jarigen met (dreigend) overgewicht. Signalen dat overgewicht zich aandienende bij de jongste jeugd werden echter wél als zorgwekkend omschreven. Er werd daarom destijds ook een speciale werkgroep 0-4 jaar gevormd, die zich boog over de Sportimpuls-aanvraag Kinderen sportief op gewicht.

Sportprojectmanager Alida Pasveer, als voormalig (marathon)schaatsster bekend met de voordelen van een sportief leven, was met SportDrenthe vanaf het begin bij de ontwikkeling van het samenwerkingsverband betrokken. “Wij als provinciale sportorganisatie, SportDrenthe, waren projectleider. We trokken de kar, leverden de voorzitter voor de werkgroep, brach-

ten nadrukkelijk de verbinding tussen de diverse partijen op gang en zorgden uiteindelijk voor borging van het samenwerkingsverband.”

Dat de meeste betrokkenen al samenwerkten met de buurtsportcoaches, onder meer in andere gezondheidsprojecten, maakte de lijntjes vanzelfsprekend een stuk korter. Het was dus aanzienlijk eenvoudiger om met dit project aan de slag te gaan dan bij eerdere samenwerkingsverbanden.

“In de werkgroep zijn vanaf het eerste moment partners uit de zorg, sport, gemeente en SportDrenthe vertegenwoordigd geweest”, schetst Pasveer. “Toen de Sportimpuls-aanvraag werd toegewezen, heeft de werkgroep de voortgang en uitvoering van het traject bewaakt en aangestuurd. Tegenwoordig is, nu het Sportimpuls-traject officieel is afgelopen, de werkgroep overgegaan naar JOGG (Jongeren op Gezond Gewicht). Het is een goed samenwerkingsverband gebleken. Partijen vanuit de zorg, waaronder de GGD en kinderfysiotherapie, en de sport (SportDrenthe, gymnastiekvereniging Olympia) kunnen elkaar in de praktijk nu goed vinden. Ze hebben elkaanders werkwijze leren begrijpen tijdens de Sportimpuls. Bij de start zijn goede afspraken gemaakt over de doorverwijzing van de zorg naar de sport. Daar moet je

de tijd voor nemen, het heeft prioriteit. Cursussen en scholing hebben het beleid helder gemaakt. Er zijn nu structurele samenwerkings- en doorverwijzingsafspraken gemaakt voor de toekomst. De JOGG-regisseur in Hoogeveen is de nieuwe voorzitter van de werkgroep geworden.”

Sportief Hoogeveen

Vanuit Samenwerkingsorganisatie De Wolden Hoogeveen – de ambtelijke organisaties van gemeente Hoogeveen en gemeente De Wolden vormen sinds 1 januari 2015 één organisatie – wordt met een team van circa 45 medewerkers gewerkt aan een Sportief Hoogeveen. Hieronder vallen onder meer ook de buurtsportcoaches. Jonathan van den Akker is hun teamleider. De buurtsportcoaches spelen een cruciale rol, zij fungeren als verbinder. Van den Akker: “Wij verzorgen de lijn naar de sportaanbieders in Hoogeveen via ons netwerk. We doen de inventarisatie van het aanbod, bieden ondersteuning bij bestaand én nieuw aanbod en helpen met de doorverwijzingen van het consultatiebureau naar de sportclubs. Buurtsportcoaches hebben een breed netwerk in de sport en zetten dit in ten behoeve van het samenwerkingsverband.”

Ook Van den Akker spreekt van een goedlopende samenwerking. “Uiteraard is het in het begin altijd even zoeken: je moet niet alleen kennismaken met elkaar, maar ook met andermans werkwijze en organisatie. Maar gedurende het traject is het al snel uitgegroeid tot een soepele organisatie. Het gaat zo goed omdat zowel de consultatiebureaus als de uitvoerders van gezondheidsprojecten vanaf het begin nauw bij de opstart en de uitvoering van het project betrokken zijn geweest. Bij de consultatiebureaus worden door de jeugdverpleegkundigen alle kinderen gezien en gescreend. Kinderen met een ongezond gewicht worden hier signaleerd en via een door het project opgezette structuur doorverwezen naar de sportaanbieders. We hebben vanuit het samenwerkingsverband veel extra acties ondernomen om de structuur te versterken en het suc-



Buurtsportcoach als verbinder

De buurtsportcoach, in Hoogeveen heet hij sportfunctionaris, is in dit samenwerkingsverband vooral een verbinder, een ondersteuner. Hij zet niet zelf nieuw aanbod op, maar zorgt juist dat het bestaande aanbod beter in beeld komt en goed bekend is bij het consultatiebureau. Dit maakt het doorverwijzen veel effectiever. Indien nodig neemt de buurtsportcoach een gezin (eenmalig) aan de hand mee naar een activiteit. Ook ondersteunt hij sportaanbieders in hoe ze hun aanbod voor 0-4-jarigen kunnen organiseren en hoe ze om kunnen gaan met overgewichtkinderen. Ook helpt hij reguliere verenigingen hun aanbod voor de allerjongsten uit te breiden.

De buurtsportcoaches die bij dit samenwerkingsverband in Hoogeveen betrokken zijn, zijn goed in het opbouwen, onderhouden en inzetten van hun netwerk. Ze ondersteunen en coachen het (doorgaans vrijwillige) kader. Ook hebben ze de gave kwetsbare kinderen en hun ouders te enthousiasmeren.



ces te vergroten. Zo hebben de jeugdverpleegkundigen een cursus motiverende gespreksvoering gevolgd. Bovendien is er onder alle sportverenigingen in de gemeente een inventarisatie gedaan om het totale aanbod aan sportactiviteiten voor 0-4-jarigen in kaart te brengen. De sportaanbieders zijn geholpen bij het opzetten van nieuw aanbod voor die leeftijdsgroep.”

Centrum voor Jeugd en Gezin

Jeugdverpleegkundige Ineke Geerts weet als uitvoeringscoördinator voor het Centrum voor Jeugd en Gezin als geen ander wat belangrijk is bij de opvoeding en het

opgroeien van heel jonge kinderen. “Door het geven van informatie en advies en het herhalen van informatie over een gezonde leefstijl proberen wij een gezonde leefstijl van ouders en hun kinderen te bevorderen.”

De ouders krijgen ook voorlichting over gezonde voeding en komen in contact met een orthopedagoog. Er zijn toolkits ontwikkeld over ouderparticipatie en overgewicht. Het is echter wel heel belangrijk de juiste snaar te raken. Geerts: “Om ouders en kinderen met overgewicht of ongezond gewicht te motiveren, is het van groot belang om het niet zozeer

te hebben over het gewicht. Het gaat er vooral om dat je hen ervan overtuigt dat bewegen LEUK is! Het is leuk om met anderen bezig te zijn in een sport. Zeker, het is ook gezond, goed voor je lijf, je conditie... maar dat helpt vaak niet om ouders te motiveren. Wanneer het klinkt als moeten wekt dat vaak aversie op.”

Contactmomenten

Ouders zijn als primaire opvoeders van grote waarde voor de sportieve opvoeding van hun kind. Ouders vormen dan ook een belangrijke doelgroep van de buurtsportcoach. Het zijn immers ouders die hun kinderen in belangrijke mate stimuleren tot een gezonde en actieve leefstijl. Zij betalen lidmaatschapsgeld en sportkleding, zijn actief als vrijwilliger bij de club en staan hun kind aan te moedigen langs de zijlijn. Wanneer je als buurtsportcoach de jeugd in beweging wilt krijgen, doe je er goed aan om ook actief met het thema ‘ouderbetrokkenheid’ aan de slag te gaan. Van den Akker onderschrijft dat, en pleit voor een aanbod dat aansluit bij de wensen van kind én ouders. “Je moet zorgen voor een goed aanbod voor kinderen met specifieke eisen. Buurtsportcoaches moeten de verenigingen hierbij ondersteunen, zodat kinderen die worden doorverwezen naar regulier aanbod hier ook op hun plek zijn en goed worden opgevangen. Op ouderavonden en beweegmiddagen zul je ouders informatie moeten geven over beweeg- en voedingsinterventies, maar ook over bestaand sportaanbod en gezonde traktaties.”

Weet Geerts haar zorgen steeds beter en handiger met ouders te delen, dankzij het Sportimpuls-project Kinderen sportief op gewicht zegt ze ook dat de samenwerking met sport- en zorgaanbieders is verbeterd. “We weten als consultatiebureau nu ook beter wie we erbij kunnen betrekken. We signaleren, geven voorlichting en verwijzen en/of adviseren. We delen onze kennis en dragen die over. En we hebben er – door de afspraken die op gemeentelijk niveau gemaakt zijn – vertrouwen in dat onze samenwerkingspartners vanuit de-

zelfde visie op een goede manier ouders en kinderen begeleiden. Er zijn nu korte lijnen, waardoor we elkaar kunnen informeren over aanbod, trends en ontwikkelingen. Daardoor kunnen we het aanbod ook goed afstemmen op vragen en signalen uit de praktijk.”

Geerts vindt het niet meer dan logisch dat de jeugdgezondheidszorg (JGZ) een belangrijke rol in het samenwerkingsverband speelt. “Wij zien kinderen in de leeftijd van 0 tot 4 jaar regelmatig. In onze contactmomenten is leefstijl en gezonde voeding altijd een onderwerp van gesprek, in alle leeftijdsfasen. Bij vrijwel ieder contactmoment wordt gewogen en gemeten. De JGZ heeft een signalerende functie. We volgen de groei en ontwikkeling van alle kinderen. Vroegsignalering van problemen bij de groei, ontwikkeling en/of opvoeding kan grotere problemen voorkomen.”

Turnvereniging Olympia

Een flink aantal van de kinderen is, via het consultatiebureau en al dan niet door tussenkomst van de buurtsportcoach, doorverwezen naar turnvereniging Olympia in Hoogeveen. De vereniging had reeds connecties met SportDrenthe en met de gemeente en wilde graag meewerken aan het project. Trudy Dijkstra is één van de gymnastiekdocenten van de club. Ze geeft onder meer dansles aan kinderen en volwassenen, reguliere gymlessen, maar ook ouders & kindgym. Olympia helpt kinderen met een beweegachterstand en zorgt er op speelse manier voor dat peuters van 2 tot 4 jaar met overgewicht hun overtolle kilootjes kwijtraken.

“Ik wil jong en oud plezier in bewegen meegeven. Het is een belangrijk onderdeel van m'n leven geworden”, zegt Dijkstra. “Wij geven ouder- en kindgymnastiek, op een verantwoorde wijze. Olympia is in het bezit van het keurmerk ‘Beweegdiploma’ van de KNGU. Bij ons krijgen de kinderen de mogelijkheid aangeboden om zich optimaal te ontwikkelen, en zo breed mogelijk. Het is gericht op de totale motorische ontwikkeling, niet alleen op turnen.”

“ALS KINDEREN AL OP ZEER JONGE LEEFTIJD TE KAMPEN HEBBEN MET OVERGEWICHT, KUNNEN ZE DAAR DE REST VAN HUN LEVEN HINDER VAN ONDERVINDEN”

Trudy Dijkstra

Dankzij de doorverwijzingen krijgt de club extra leden. Dat is ook mooi meegenomen natuurlijk, maar belangrijker is jeugd een gezondere leefstijl aan te meten. Dijkstra kent het grote belang van het tegengaan van overgewicht. “Als kinderen al op zeer jonge leeftijd te kampen hebben met overgewicht, kunnen ze daar de rest van hun leven hinder van ondervinden. Zowel fysiek als psychisch.” Met haar gymnastiekvereniging speelt ze dan ook graag een rol in het samenwerkingsverband. “Het is echt heel leuk om samen te werken met andere instanties. En ons werk draagt bij aan een gezonde leefstijl. Dat is leuk én belangrijk.”

“Het consultatiebureau signaleert en geeft het door aan ons of aan een andere beweegaanbieder, wij nemen contact op met de ouders en zo verschijnen de kinderen bij ons in de gymzaal om lekker te bewegen! Binnen dit samenwerkingsverband komen we allemaal in aanraking met jonge kinderen en we willen het beste voor ze: zo lang mogelijk gezond blijven. Als we samenwerken krijg je het beste resultaat. Ik ben daar heel erg over te spreken.”

Financiering

De financiering van het projectplan werd aanvankelijk via de Sportimpuls geregeld. Dit is een onderdeel binnen het programma Sport en Bewegen in de Buurt, van het Ministerie van VWS. Bij het verschijnen van dit magazine loopt de financiering vanuit de Sportimpuls af, maar daarmee komt geenszins een eind aan de goede ontwikkelingen in Hoogeveen. Het project heeft als aparte werkgroep een plekje gekregen binnen de Hoogeveense JOGG-aanpak. Daarmee is continuering van het samenwerkingsverband geborgd en geregeld. Dat alle partners het project nu in hun beleid hebben ingebed, maakt zowel financiering als voortgang eenvoudiger. Geerts: “We gaan hoe dan ook verder als groep, de afspraken blijven bestaan. We zijn enthousiast en blijven er met z'n allen voor gaan.” ■

Sleutelrol voor consultatiebureau

Het consultatiebureau heeft een sleutelrol in het Hoogeveense samenwerkingsverband. Het eerste contact met de kinderen (en hun ouders) verloopt immers via het consultatiebureau.

De sleutelwoorden:

- wegen en meten van 0-4-jarigen;
- vroegsignalering van problemen bij de groei, ontwikkeling en/of opvoeding; signalering van overgewicht;
- motiveren van ouders en kinderen met overgewicht om te bewegen;
- geven van informatie en advies over een gezonde leefstijl en gezonde voeding;
- doorverwijzen richting sportaanbieders;
- structurele samenwerking met gemeente, buurtsportcoaches en sport- en zorgaanbieders.