

# Leren doe je niet alleen op school

Bij- en nascholingen zijn een goede mogelijkheid om als buurtsportcoach of cultuurcoach te (blijven) leren. Maar leren doe je niet alleen in opleidingen en cursussen. Je leert ook van elkaar, van professionals uit andere sectoren en domeinen of van de doelgroep waarmee je werkt. In dit artikel beschrijven we een aantal voorbeelden.  TESSA DE WEKKER

## Leer-ecosysteem 'Verwonder om de Hoek'

Een losse cultuuractiviteit organiseren is leuk. Maar het is beter om iets blijvends achter te laten in een wijk, waar kinderen nu én in de toekomst iets aan hebben. Dat is de gedachte achter het leer-ecosysteem 'Verwonder om de hoek'. De cultuurcoaches van BplusC in Leiden zijn de spin in het web.

Hélène Neerhoff is hoofd innovatie en onderwijs bij BplusC, de organisatie van lokale kunst- en cultuurcentra. Zij geeft onder andere leiding aan het team van acht cultuurcoaches. 'Verwonder om de hoek' bestaat sinds een aantal jaar, vertelt ze. Het leer-ecosysteem verbindt leerkrachten, ouders en verzorgers, organisaties voor buitenschoolse opvang en aanbieders van activiteiten op het gebied van

kunst, cultuur, natuur, technologie, duurzaamheid en wetenschap met elkaar. "Het idee achter een leer-ecosysteem is dat je als één partij in een wijk vrij weinig kunt. Maar met elkaar kun je een heleboel. Dat vraagt goede afstemming in de wijk", zegt Neerhoff.

De cultuurcoaches van BplusC zorgen voor die afstemming en proberen een blijvend, continu aanbod te creëren voor kinderen in de wijk. Dat doen ze in drie stappen. Ten eerste kunnen kinderen van groep 5 tot en met 8 op school onder schooltijd kennismaken met een bepaalde activiteit. Daarna is er voor enthousiastelingen zes keer na schooltijd een activiteit. Dat is soms in de school, soms op een andere locatie in de wijk. "Tot slot willen we

kinderen laten aansluiten bij regulier aanbod in de buurt. Is dat aanbod er niet in de wijk, dan proberen we dat te creëren. Als financiën een probleem zijn, kijken we of het Jeugdfonds Sport en Cultuur iets kan betekenen."

Het leer-ecosysteem is een aantal jaar geleden begonnen in één wijk, Leiden Zuid-West. Vorig jaar volgde een tweede, en dit jaar is het uitgebreid naar een derde wijk. "Door de ervaringen uit Zuid-West kunnen we nu in de andere wijken al verbeteringen aanbrengen", zegt Neerhoff. Zo dachten de cultuurcoaches in eerste instantie: als de activiteiten gratis zijn en de kinderen hebben op school al ondervonden dat ze het leuk vinden, dan stromen ze vanzelf door naar de buitenschoolse activiteiten.



“Dat blijkt dus niet zo te zijn. Wij doen in Zuid-West onderzoek naar hoe dat komt.” Er zijn verschillende mogelijke antwoorden. Eén is een lage ouderbetrokkenheid. De flyers waren bijvoorbeeld niet uit de tassen gekomen, of ouders konden die niet lezen. Of kinderen wilden wel, maar alleen als er ook een vriendje mee ging. “Brengen en halen bleek een probleem, ook al was het in de eigen wijk”, zegt Neerhoff. “Nu voeren we gesprekken met ouders en kinderen om de drempels nog meer weg te nemen. We willen namelijk dat alle kinderen mee kunnen doen. Ook kinderen voor wie dat van huis uit niet vanzelfsprekend is.” Hogeschool Leiden, museum Naturalis en de Universiteit van Amsterdam doen inmiddels een onderzoek naar hoe je een leer-ecosysteem zo inclusief mogelijk kunt maken.

### Ouderen zijn een dankbare doelgroep

Nederland vergrijsst. Dat betekent dat er de komende jaren steeds meer ouderen bij komen die willen sporten en bewegen. Maar het aantal buurtsportcoaches en docenten die gespecialiseerd zijn in het lesgeven aan senioren neemt af. “Daar ontstaat een probleem”, zegt Robert den Dunnen.

Hij is programmamanager Leven Lang Leren

Ontwikkelen bij de afdeling Sportstudies aan de Hanzehogeschool en de Landelijke Academie Buurtsportcoaches. Den Dunnen schreef mee aan het visiedocument ‘Senioren sport- en beweegopleidingen’. Dat verscheen afgelopen voorjaar. “Het visiedocument was een noodkreet. Daar is goed op gereageerd. We hebben nu ook de wind mee. Ouderen en preventie staan veel in de aandacht”, zegt hij.

Het rapport schetst een weinig rooskleurig beeld. Er komen steeds meer kwetsbare ouderen met (beweeg) problematiek. Den Dunnen: “Maar het aantal mensen dat aan deze doelgroep lesgeeft, neemt de komende jaren af. Die zijn zelf vaak op leeftijd en gaan op een gegeven moment met pensioen. Er is te weinig aanvulling van onderaf.”

Dat heeft een aantal oorzaken. Ten eerste zijn buurtsportcoaches vaak jongeren. Die hebben weinig gevoel bij de doelgroep. Daarnaast is er in de opleidingen tot sport- en beweegleider weinig aandacht voor deze doelgroep. Ouderen blijven zo een blinde vlek. Ten derde heeft de huidige opleiding voor professionals, senioren sportleider, geen landelijke dekking. Er zijn vijf opleidingsinstituten die de scholing aanbieden, maar die zitten alleen in het noorden en zuiden van het land. Den Dunnen: “Ook is de opleiding die nu gegeven wordt vrij ouderwets ingericht. Die moet veel flexibeler.”

Ten slotte is bewegen voor ouderen heel lang geen beleidsspeerpunt geweest. “Het werk van buurtsportcoaches was vooral gericht op kinderen en jongeren. Wat dat betreft is er wel wat veranderd. In verschillende akkoorden, zoals het Preventieakkoord en recent het Integrale Zorgakkoord, is inmiddels wel aandacht voor het belang van bewegen voor ouderen, met name vanuit gezondheids- en preventieoogpunt. Als dit echt in beleid terug gaat komen, dan is dat goed nieuws voor het loopbaanperspectief van buurtsportcoaches die zich met ouderen bezig willen houden. Dat zal de aantrekkingskracht ten goede komen. Nu is het loopbaanperspectief niet goed”, zegt Den Dunnen.



FOTO: RONALD BUITENHUIS

Dat ziet ook Edith Keesman. Zij is buurtsportcoach in Emmen en heeft ouderen in haar pakket. “Ik vind senioren de leukste doelgroep die er is. Over het algemeen vinden ouderen het heel leuk om les te krijgen. Ze zijn blij met alles wat je voor ze doet.”

Al heel wat jaren geeft Keesman les aan ouderen. En nog steeds leert ze wekelijks van hen. Duidelijk uitleggen bijvoorbeeld. “Er zijn best wat ouderen met gehoorproblemen. Je moet dicht bij ze gaan staan en heel specifiek een oefening of spel uitleggen. Ik wilde nog wel eens snel beginnen, maar het is belangrijk om de tijd te nemen voor een duidelijke uitleg.”

Ook rekening houden met de mogelijkheden van de doelgroep is iets wat Keesman heeft moeten leren. En ze leert nog steeds. “Vanmorgen nog”, zegt ze lachend. Na een circuittraining wilde ze eigenlijk nog een balspel doen. “Maar ze waren veel te moe. Dat balspel heb ik dus snel veranderd in een rustig spel. Gelukkig heb ik doordat ik al zoveel jaar lesgeef aan ouderen een hele voorraad spelletjes in mijn hoofd zitten.” Zelf is Keesman 54. Ze hoopt dat er meer jongeren komen die aan het werk willen met senioren. “Het is heel dankbaar werk.”

### ‘Learning on the job’ is de standaard voor veel cultuurcoaches

Learning on the job is voor veel cultuurcoaches dagelijkse praktijk. Er is vaak simpelweg geen tijd of geld voor bijscholing. “In veel kleine gemeenten heeft een cultuurcoach een aanstelling voor 0,4 fte. Wanneer moet die bijscholing dan gevolgd worden?”, vraagt Josefiene Poll zich af. Zij is onderzoeker bij het LKCA, het Landelijk Kennisinstituut Cultuureducatie en Amateurkunst, en deed het onderzoek ‘Cultuurcoaches onder de loep’, dat afge-

divers. Die veelzijdigheid is mooi, maar daarin zit ook een gevaar. Per gemeente is het werk anders. Daardoor weet de politiek niet zo goed wat cultuurcoaches nou precies doen en wat de meerwaarde van hun werk is.”

Daardoor staan ook bijscholing niet op de radar van veel werkgevers. “Uit het onderzoek kwam naar voren dat daar wel behoefte aan is”, zegt Poll. Zo blijkt meer kennis van specifieke doelgroepen gewenst om goed binnen het sociaal domein te kunnen acteren.

## “Het werk van buurtsportcoaches was vooral gericht op kinderen en jongeren. Wat dat betreft is er wel wat veranderd”

Robert den Dunnen (programmamanager Leven Lang Ontwikkelen)

lopen voorjaar verscheen. Daarin wordt een beeld gevormd van de cultuurcoaches en hoe hun werk er in de praktijk uitziet. “Ik noem cultuurcoaches wel eens gekscherend duizendingendoekjes. In de praktijk zijn het werk en de functie heel

Vanwege het gebrek aan bijscholing leren cultuurcoaches vooral tijdens het werk, van de doelgroepen met wie ze werken en van de partners met wie ze samenwerken. Poll: “In grotere gemeenten waar meer cultuurcoaches werken zijn wel intervisie-

bijeenkomsten met het team. Maar in kleinere gemeenten werken cultuurcoaches veelal alleen.”

De behoefte aan intervisie is er wel. Daarom worden in sommige provincies provinciale netwerkbijscholing gehouden. Groningen en Drenthe is een goed voorbeeld, zegt Poll. “Daar is een actief netwerk. Elk half jaar wordt een bijeenkomst georganiseerd, vaak rond een bepaald thema. Ik ben zelf twee keer uitgenodigd om te vertellen over de landelijke ontwikkeling van cultuurcoaches.”

Uit het onderzoek blijkt verder dat er behoefte is aan meer kennis over het sociaal domein en meer samenwerking met andere spelers in het sociaal domein. “Sinds de verbreding van de regeling combinatiefunctionarissen in 2019 wordt de samenwerking in het sociaal domein meer gezocht”, zegt Poll. Ze ziet in die samenwerking kansen om van elkaar te leren. “Partijen waarmee cultuurcoaches samenwerken, zitten met precies dezelfde vragen en uitdagingen. Er zit een kennisbehoefte bij cultuurcoaches over wat andere partijen in het sociale domein precies doen en hoe er samengewerkt kan worden. Bijvoorbeeld met buurtsportcoaches. De wens is om meer wijkgericht op te trek-



Meriel Hendriks



Josefiene Poll

FOTO: LUKKA | LILIAN VAN ROOIJ

sport- of beweegaanbod, met een warme overdracht. En we volgen de patiënt nog een jaar lang”, zegt Hendriks. Inmiddels is zij zelf Beweegmakelaar, samen met haar collega Anita Ruiter.

In de zorg liepen ze er tegenaan dat het maar niet lukte om patiënten meer aan het bewegen te krijgen. Hendriks: “Sommige mensen vonden het doodeng om naar een sportclub te gaan, anderen wisten niet wat ze leuk zouden vinden en weer anderen hadden het geld er niet voor. Terwijl meer bewegen ervoor zou kunnen zorgen dat die mensen geen of in elk geval minder zorg nodig hebben. Maar artsen en verpleegkundigen hebben niet altijd de tijd en de kennis om hun patiënten in dit traject te begeleiden.”

Met geld van de provincie Overijssel, ENO zorgverzekeringen, de gemeente Deventer, het ziekenhuis en de huisartsencoöperatie mocht Sportbedrijf Deventer de functie van Beweegmakelaar ontwikkelen en twee jaar uitproberen. Die twee jaar zijn inmiddels ruimschoots voorbij. Ruim 550 (ex-)patiënten hebben Hendriks en haar collega begeleid. Uit cijfers die vanaf het begin zijn bijgehouden, blijkt inderdaad dat zij minder vaak de huisarts en het ziekenhuis bezoeken en zich gezonder en fitter voelen.

ken met sport. Sport- en cultuurcoaches zouden samen een centraal loket kunnen vormen waar wijkbewoners terecht kunnen met al hun vragen en behoeften. Samenwerking lijkt logisch. In de wijken, maar ook op het gebied van intervisie én bijscholing. Want alleen learning on the job is niet voldoende.”

### Eerste Beweegmakelaars delen graag hun concept

Vier jaar geleden zat Meriel Hendriks, toen nog teamleider buurtsportcoaches bij Sportbedrijf Deventer, om tafel met vertegenwoordigers van het Deventer Ziekenhuis en de Huisartsen Coöperatie Deventer en Omstreken. In de zorg hadden ze veel patiënten die meer zouden moeten bewegen. “Wij weten veel van bewegen en kennen de verenigingen en sport- en beweegaanbieders. Binnen vijf minuten hadden we een idee hoe we elkaar zouden kunnen versterken”, vertelt ze.

In dat gesprek werd de Beweegmakelaar geboren. Dat is iemand vanuit Sportbedrijf Deventer naar wie het ziekenhuis en huisartsen patiënten doorverwijzen. “Wij begeleiden hem of haar dan naar een passend

vrouw Janssen de volgende dag wil meedoen met de Sportinstuif 55+.”

Ook kan de Beweegmakelaar helpen bij het aanvragen van een subsidie via Stichting Rechttop, mocht dat nodig zijn. Ten slotte is er contact na twee weken, drie maanden, zes maanden en een jaar. “We zijn een soort stok achter de deur. Als iemand na een jaar nog steeds actief is, dan zit het sporten en bewegen in zijn of haar systeem.”

In de afgelopen vier jaar heeft Hendriks veel geleerd. Vanuit de zorg en van haar cliënten. Nu draagt ze die kennis over aan ziekenhuizen en Beweegmakelaars in Zwolle, Enschede, Almelo en ver buiten Overijssel. “Wij waren een van de eersten met dit concept. We hebben een handboek geschreven, intakes ontwikkeld, een systeem van doorverwijzen en een monitoringssysteem gemaakt. Dat gebruiken ze nu ook in andere steden. Ook houden we provinciale intervisiebijeenkomsten voor Beweegmakelaars. Zo leren we van elkaar, want elke gemeente doet het op een eigen manier. En ik zit regelmatig aan de telefoon met mensen uit Amsterdam of Rotterdam, omdat ze willen weten wat we doen. Hartstikke leuk om zo onze kennis en ervaring te kunnen delen.”

## “Inclusief sporten is meer dan aangepast sporten. Een aantal groepen blijft echt nog achter”

Rosa Holtslag-Roelvink (Gelderse Sportfederatie)

Het geheim? “We dicteren ze niets. Mensen zijn wars van adviezen. Samen verkennen we tijdens de intake iemands beweegpatroon en interesses. We hebben een uur de tijd, dus daarin kun je veel bespreken.” Vervolgens maken cliënt en Beweegmakelaar samen een plan van aanpak voor meer bewegen in het dagelijks leven en bij welke vereniging, beweegclub of sportaanbieder de cliënt een proefles wil gaan doen. “Soms bellen we samen dat me-

### Basisopleiding inclusie, ontstaan met input van buurtsportcoaches zelf

Sporten en bewegen zouden vanzelfsprekend moeten zijn voor iedereen. Maar in de praktijk blijkt het sport- en beweegaanbod nog lang niet zo inclusief als gewenst. “Inclusief sporten is meer dan aangepast sporten. Een aantal groepen blijft echt nog achter”, zegt Rosa Holtslag-Roelvink. Zij is programmacoördinator Inclusie en

Gezondheid bij de Gelderse Sportfederatie. Samen met Demy Weertman van Sportservice Noord-Brabant heeft ze een basisscholing inclusie voor buurtsportcoaches ontwikkeld. De afgelopen maanden legden zij hun oor te luisteren bij buurtsportcoaches om van hen te leren. “We wilden weten wat zij van dit thema weten, hoe ze handelen en waar zij in hun werk tegenaan lopen.”

Inclusief sporten is een verbreding van aangepast sporten, zegt Holtslag-Roelvink. “Voor aangepast sporten is er de afgelopen jaren een mooie structuur opgezet. Maar inclusief sporten gaat om veel meer verschillende doelgroepen, van mensen met lage inkomens tot LHBTI+, en van mensen met een migratieachtergrond tot ouderen. Verdiepende scholingen per doelgroep zijn er vaak wel, maar de basis – wat is inclusief sporten eigenlijk, hoe inclusief ben ik zelf en hoe inclusief zijn wij in ons aanbod en onze communicatie? – ontbreekt. Aan dat fundament willen we met deze scholing een bijdrage leveren.” Uit de gesprekken met buurtsportcoaches leerden Holtslag-Roelvink en Weertman dat die eerste stap in veel organisaties wordt overgeslagen. “Inclusie, het vinden van die specifieke doelgroepen en het gesprek aangaan met mensen uit die doel-

## “We zijn een soort stok achter de deur. Als iemand na een jaar nog steeds actief is, dan zit het sporten en bewegen in zijn of haar systeem”

Meriel Hendriks (Beweegmakelaar)

groepen zijn vaak helemaal geen thema”, zegt Holtslag-Roelvink.

In theorie staat het aanbod voor iedereen open, maar in de praktijk blijkt het toch lastig voor bepaalde doelgroepen om deel te nemen. Holtslag-Roelvink: “Vaak heeft een sportaanbieder de hardware wel voor elkaar. Men wil graag openstaan voor verschillende doelgroepen en heeft wellicht ook een aantal aanpassingen gedaan aan gebouw en aanbod. Maar de zogenoemde software ontbreekt. In het beleid staat dat er op de club niet gediscrimineerd wordt, maar het blijkt lastig om microdiscriminatie – bijvoorbeeld schelden met ‘homo’ door bezoekers van de club – ook echt aan te pakken.” Of in de communicatie worden alleen foto’s gebruikt van sportende witte jongens, terwijl meisjes en kinderen met een andere huidskleur ontbreken.

“Dit gebeurt niet met opzet. Hieruit blijkt dat inclusie nog niet in het bewustzijn van veel mensen zit. Het begint bij jezelf en je eigen mindset. We willen dat inclusie in het hele handelen van sportaanbieders en buurtsportcoaches doorsijpelt.”

De nieuwe basisopleiding inclusief sporten en bewegen, die vanaf komend jaar te volgen is bij de vijf regionale academies, kan daarbij helpen. Maar ook gesprekken met verschillende doelgroepen zelf kunnen heel verhelderend zijn. Holtslag-Roelvink: “Durf in gesprek te gaan met mensen met een migratieachtergrond of LHBTI+ers. Wat is er nodig? Waar lopen zij tegenaan bij jouw aanbod? Voelen ze zich welkom? Welke drempels zijn er, zowel fysiek als gevoelsmatig?” Ook gesprekken met andere professionals kunnen een schat aan informatie opleveren, zegt Holtslag-Roelvink. “Denk bijvoorbeeld aan sociaal werkers. Zij kunnen helpen het juiste aanbod te creëren. Uiteindelijk willen we dat mensen niet alleen voor het spreekwoordelijke feestje worden uitgenodigd, maar ook kunnen dansen.” ■

