

# BUURT SPORT COACH.

NR. 2

## SAMENSPEL



### SPORT EN BEWEGEN IN DE BUURT

de kracht van samenwerken

# Tips voor de sport- en beweegsector

*“Ik adviseer de sport- en beweegsector altijd contact te zoeken met bedrijven en ondernemers in de buurt en samen iets te organiseren. Begin low profile, houd het overzichtelijk en maak het niet te groot in het begin, maar betrek de ondernemer. Niet door geld te vragen, maar door mee te doen. Vanuit kleine initiatieven kan het bewustzijn groeien en bloeien.”* Edouard

*“Wees creatief en durf te vragen. Bewandel niet alleen maar platgetreden paden, maar durf buiten je standaard blikveld te kijken.”* Robert

*“Heb oor en oog voor de wensen van potentiële leden.”* Carel

*“Dromen, denken, durven, doen en doorzetten.”* Bertil

*“Je moet de mogelijkheden zien en niet in hokjes denken.”* Ineke

*“Probeer de samenwerking te zoeken en het maatschappelijk belang te benadrukken. Probeer zo efficiënt mogelijk te werken, laat zien dat wat je doet werkt en ga altijd uit van de wensen van de doelgroep om je doelen te bereiken.”* Jörn

*“Heb lef, neem initiatief, denk in kansen en zet door.”* Chantal

*“Richt je meer op de maatschappelijke kansen. Denk minder traditioneel; dat gebeurt in de sport- en beweegsector nog te vaak.”* Niels

*“Investeer in goede mensen. En dan bedoel ik vooral goede trainers en coaches. Zij zorgen voor binding met de jongeren en het contact met de ouders, en bepalen voor een groot deel de sfeer op een vereniging.”* Tessa

## Ketenfinanciering in de sport, kan dat?

W ie een stenen gebouw zou moeten beschrijven zal al snel een periode noemen waarin het vermoedelijk gerealiseerd is, de stijl, de kleur en ga zo nog maar even door. Er zullen niet veel mensen zijn die als het ware lyrisch worden van het cement dat gebruikt is.

Zo verloopt ook nogal eens de discussie over de rol van de buurtsportcoach. In veel gevallen is deze het cement in een keten van partijen. Een keten die aan een oplossing werkt van een vooraf gedefinieerd probleem. Bijvoorbeeld hoe je meer kinderen mede door sport op school een gezonde levensstijl kunt aanleren, hoe je mensen met een beperking of een chronische ziekte sportief kunt laten participeren, hoe je ouderen uit een isolement haalt met beweegprogramma's, hoe je in een wijk het veiligheidsgevoel kunt verbeteren met sportieve programma's of hoe je met beweegaanbod een lagere zorgvraag in een hele wijk kunt stimuleren. Allemaal vraagstellingen waarbij verschillende partijen in een ketenaanpak samenwerken en sportieve programma's als het cement inzetten om tot het gewenste eindresultaat te komen. In veel gevallen zijn daarbij buurtsportcoaches betrokken. Ketenaanpakken dus met ketenpartners, ketenopbrengsten en ketendynamiek. Maar hoe zit het dan met de ketenfinanciering?

In een ketenaanpak schat de ene partij de meerwaarde van de ander in de keten zo in dat dit uit te drukken valt in 'eigen gewin'. Dat is meestal ook de reden waarom überhaupt aan de keten/het netwerk wordt deelgenomen. Samenwerken in een keten levert bovendien ook nog het gewenste eindproduct op. In bedrijfsmatige ketens kan ketenfinanciering betekenen dat de afnemer de inkoop van zijn leverancier betaalt als de bank dat misschien niet zo makkelijk doet. Die afnemer betaalt dan meestal de levering vooraf, zodat de leverancier zijn noodzakelijke inkopen kan doen. De reden van die ketenfinanciering is eenvoudig te duiden. Zonder de levering kan de 'financier' zelf niet voortbestaan. Op deze wijze gefinancierde ketens blijken vaak sterk en duurzaam.

Laten we dan eens kijken naar zorgketens of sociale ketens. Hier wel die wederzijdse afhankelijkheid, maar niet de noodzaak tot financiering van de 'leverancier' die het 'eigen gewin' mogelijk maakt. Daar zijn drie belangrijke oorzaken voor. Allereerst kennen we in Nederland nogal 'geschotte' financieringsstromen. Afnemers zijn financieel niet afhankelijk van de toeleverancier, maar van een derde partij, meestal de overheid. Ten tweede is er maar zelden sprake van financieel goed gecoördineerde ketenaanpakken. En ten derde is er zelden een positieve beloning, als de opbrengst binnen de gehele keten kan worden uitgedrukt in een financiële plus.

De voorbeelden van de ketenaanpakken in dit magazine hebben alle op hun geheel eigen wijze de wederzijdse afhankelijkheid weten op te lossen. Stuk voor stuk sterke duurzame voorbeelden met buurtsportcoaches als het cement en meestal een op innovatieve wijze vormgegeven gezamenlijke ketenfinanciering.

André de Jeu  
Directeur Vereniging Sport en Gemeenten  
Landelijk projectleider Sport en Bewegen in de Buurt





# inhoud

NR2

**3** Ketenfinanciering in de sport, kan dat?  
*Voorwoord André de Jeu*

**6** De Buurtsportcoach  
Het sportieve samenspel, voorbeeld uit Amersfoort

**8** Den Haag zet zijn beste beentje voor ▶ Den Haag

**14** “Jongeren moeten zien dat het geen eenmalig feestje is”  
*Paul Rosenmöller, VO-raad*

**16** Basketbalvereniging Dyna '75 als middelpuntvliedende kracht ▶ Heerenveen

**22** “Ik leg de nadruk op wat mensen juist goed kunnen”  
*Nicolien Sauerbreij, Randstad Participatie*

**24** Hoogeveen: sportieve zorg voor de allerjongsten ▶ Hoogeveen

**30** “Samenwerken is geen sprintwedstrijd maar een marathon”  
*Bora Avric, Movisie*

**32** Gebruikmaken van elkaars netwerk en deskundigheid is garantie voor scores ▶ Dordrecht, Gouda, Tilburg, Geldermalsen, Hengelo, Delft

**38** “Het verkrijgen van subsidie is een soort heilige graal geworden”  
*Roel Roelfzema, Stichting Sport & Zaken*

**41** De buurtsportcoach als (tijdelijke) motor  
*Column Berend Rubingh*



8

22



32

**42** Iedereen Kan Sporten in Midden-Limburg ▶ Echt-Susteren, Leudal, Maasgouw, Nederweert, Roerdalen, Roermond, Weert

**48** “Zorg voor een goede ‘landingsplek’ om te bewegen als de zorg stopt”  
*Marcel Sturkenboom, Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie*

**50** Sport voor alle basisschoolleerlingen ▶ Hengelo

**56** “Zorg voor een sociale beweegkaart per wijk”  
*Ivo Smeele, Nederlands Huisartsen Genootschap*

**58** Voorbeeldorp Montfort ▶ Montfort

**64** “Bouw een netwerk dat mensen helpt duurzaam zelfredzaam te worden”  
*Marjolijne Lewis, MEE Rotterdam Rijnmond*

**66** Beweegadvies op maat ▶ Sittard-Geleen

**72** “Als je een partnership aangaat, moet dit aansluiten bij het DNA van je bedrijf”  
*Gert Jan Vreken, Zilveren Kruis*

**74** Twee werelden verenigd ▶ Amsterdam

**79** Buurtsportcoaches op de kaart

**80** De Buurtsportcoach  
Het sportieve samenspel

**82** Lidmaatschap sportvereniging als onderdeel van het kindpakket  
*Column Marc Dullaert, Kinderombudsman*



42



56



58

## colofon

**Uitgave van**  
Programma Sport en Beweging in de Buurt

**In opdracht van**  
Vereniging Sport en Gemeenten

**In samenwerking met**  
Nederlands Instituut voor Sport en Beweging, NOC\*NSF

**Hoofredactie**  
Frans Oosterwijk

**Redactie**  
Ingrid Wijntjens, Maartje Kunen, Nina Oosterloo, Kim de Bruijn, Rimke de Groot (eindredactie)

**Realisatie**  
Arko Sports Media  
Edisonbaan 14f  
3439 MN Nieuwegein  
Tel 030 707 30 00  
info@sportsmedia.nl  
www.sportsmedia.nl

**Fotografie**  
ANP foto, Dyna '75, Ecsplora, Marc Haagsma, Hengelo Sport, Iedereen Kan Sporten Midden-Limburg, Loesje, MeeRotterdam, Vereniging Sport en Gemeenten, Jan Wapenaar, Piet Wolters

**Journalisten**  
Eddy Veerman, Friso Schotanus, Roelof Jan Vochteloo, Edward Swier, Leon Janssen Lok

**Ontwerp/DTP**  
Marco Reijken, Studiovrg  
www.studiovrg.nl

**Drukwerk**  
PreVision  
www.pre-vision.nl

**© 2015 Arko Sports Media**  
Niets uit deze uitgave mag worden vervoelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, in fotokopie of anderszins gereproduceerd door middel van boekdruk, foto-offset, fotokopie, microfilm of welke andere methode dan ook, zonder schriftelijke toestemming van de uitgever.



# VOORBEELD UIT AMERSFOORT



📺 BEKIJK DE ANIMATIE OP [WWW.SPORTINDEBUURT.NL](http://WWW.SPORTINDEBUURT.NL)

ZELF EEN PROBLEEM OPlossen? VUL DIT STAPPENPLAN IN OP PAGINA 80-81





# en Haag zet zijn beste beentje voor

**Preventieve gezondheidszorg  
als logische stap**

EDWARD SWIER

De gemeente Den Haag heeft, zoals elke stad en ieder dorp in ons land, baat bij gezonde en vitale burgers. Dat was een belangrijk motief om werkgevers bewust te maken van een gezonde werkomgeving en gezonde werknemers. Als motor achter het programma 'Het Fitste Bedrijf van Den Haag' kon de gemeente zélf niet achterblijven. 'Fit & Gezond' is een intern vitaliteitsprogramma voor medewerkers van de gemeente Den Haag. Er wordt daarvoor samengewerkt in een netwerk van Haagse sportaanbieders, bedrijfsleven, onderwijs en overheid.

## “HAAGSE WERKGEVERS WORDEN BEWUST GEMAAKT VAN HET BELANG VAN EEN GEZONDE WERKOMGEVING EN VITALE WERKNEMERS”

Ivar Heemskerk

**G**ezondheid en vitaliteit zijn belangrijke maatschappelijke thema's. Gezondheid heeft niet alleen veel invloed op ieder persoon afzonderlijk (en de kwaliteit en lengte van leven), maar ook op de sociale omgeving en de maatschappij als geheel. Hoe vitaler iemand is, des te groter de kans dat hij kan participeren op de arbeidsmarkt en later zelfstandig thuis kan blijven wonen. Binnen de gezondheidszorg wordt preventie c.q. de zorg dat mensen langer gezond blijven en beter blijven functioneren een steeds belangrijker thema. Hiermee is zowel het individu als de (vergrijzende) samenleving gediend: de kosten van de gezondheidszorg kunnen zo immers worden beperkt. Voor veel burgers, zorgverleners en beleidsmakers is preventie derhalve een logische stap. Sport en bewegen spelen daarbij een belangrijke rol. Aandoeningen zoals obesitas, diabetes type 2, hart- en vaat-aandoeningen, COPD, sommige soorten van kanker, depressie en botontkalking kunnen voorkomen of in ernst beperkt worden door een gezonde leefstijl. De gemeente Den Haag heeft veel aandacht voor dit thema en zette zowel het

bedrijfsleven als het eigen ambtenarenapparaat aan het denken met een tweetal programma's. Ivar Heemskerk, sportconsulent van de Dienst OCW van de gemeente Den Haag, neemt de tijd om beide projecten van de afdeling Sportsupport toe te lichten. Zowel 'Het Fitste Bedrijf van Den Haag' als 'Fit & Gezond' heeft als doel gezondheid en vitaliteit binnen de gemeente te bevorderen. "Er zit veel overlap in. Zowel voor het externe als het interne programma werken we samen in een netwerk van Haagse sportaanbieders, bedrijfsleven, onderwijs en overheid."

### Het Fitste Bedrijf van Den Haag

Het programma van Het Fitste Bedrijf van Den Haag mag gerust een feestje worden genoemd. Neem de afgelopen zomer, toen het WK beachvolleybal bij de Hofvijver in Den Haag was neergestreken. En voor het gemeentehuis lag nota bene een aantal oefenvelden. Beter kon niet geïllustreerd worden dat het Den Haag sportief gezien menens is. Vandaar dat het netwerkontbijt voor ondernemers die keer in de periferie van het WK beachvolleybal werd gehouden. Tweemaal per jaar wordt bij zo'n gelegenheid aandacht gegeven aan het thema vitaliteit. Niet alleen kon er zelf worden gesport, ook werd verbaal ingegaan op gezondheid op de werkvloer.

Dergelijke gelegenheden maken dat Het Fitste Bedrijf van Den Haag (FBDH), waarvan de vitaliteitsprogramma's worden uitgevoerd door de landelijke stichting Sport & Zaken, echt leeft in de stad. Heemskerk: "Haagse werkgevers worden bewust gemaakt van het belang van een gezonde werkomgeving en vitale werknemers. We bieden als gemeente ondersteuning bij het ontwikkelen van een integraal gezondheidsbeleid, met sport als onderdeel. Maar we brengen ook kennis, expertise en netwerken bij elkaar. Met als uiteindelijk streven een actieve en gezonde leefstijl onder Haagse werknemers én een stijging van de sportdeelname onder Haagse volwassenen."

Op de site voor het programma van Het Fitste Bedrijf van Den Haag, [www.fbdh.nl](http://www.fbdh.nl), kunnen werkgevers de nodige handvatten vinden om vitaliteit binnen het bedrijf te vergroten. De site is dé vind- en marktplaats voor bedrijven en sportaanbieders in Den Haag op het gebied van bedrijfs-sport en vitaliteit. Haagse werkgevers hebben er duidelijk baat bij dat ze alle lokale sportmogelijkheden gepresenteerd krijgen. Bovendien krijgen ze hulp bij het implementeren van sport in het eigen vitaliteitsbeleid. Ook worden via de website onder meer diverse workshops aangeboden. Daarnaast wordt enthousiasme gekweekt voor de reeds gememoreerde vitaliteitsontbijten.

Heemskerk is zeer te spreken over het programma. "Het Fitste Bedrijf van Den Haag brengt verschillende sectoren bij elkaar: sportaanbieders, bedrijven, overheid en onderwijs. Steeds meer partijen weten de website te vinden en met gemiddeld vijftig deelnemers aan de vitaliteitsontbijten zijn ook deze events succesvol. We zien dat organisaties elkaar inmiddels ook buiten onze bijeenkomsten treffen." Namens MKB Den Haag is bestuurslid Edouard van Arem erg te spreken over het door de gemeente genomen initiatief, dat onder de vleugels van uitvoerder Sport & Zaken inmiddels uitgegroeid is tot een succesvol samenwerkingsverband. MKB Den Haag onderschrijft het belang van



een gezonde en vitale samenleving. Van Arem: "Daar kun je echter alleen goed aan werken als mensen van verschillende organisaties en uiteenlopende pluimage samenwerken. De inbreng van verschillende disciplines, het delen van kennis en kunde en het stimuleren en scherp houden van elkaar zijn van essentieel belang." MKB Den Haag doet graag mee aan het samenwerkingsverband. "We staan voor een gezond ondernemersklimaat", aldus Van Arem. "Niet alleen economisch, maar ook letterlijk. Gezonde ondernemers en gezond personeel vinden wij belangrijk. Gezond en vitaal betekent: beter presteren, je goed voelen, actief en energiek zijn.

Dat verhoogt de productiviteit, scherpt de creativiteit en vermindert het ziekteverzuim en de druk op de arbeidskosten. Wij willen met MKB Den Haag een signaal afgeven aan de ondernemers in de stad, maar ook vraagbaak zijn en voor enthousiasme zorgen. Deze samenwerking biedt bovendien mogelijkheden om ons netwerk te delen en uit te bouwen." Sinds MKB Den Haag convenantpartner is geworden, wordt het FBDH-concept nadrukkelijk via de eigen communicatiekanalen gepromoot. Van Arem: "We kunnen geen financiële bijdrage leveren, maar stellen onze uren beschikbaar en zorgen voor informatie naar de ondernemers in





de stad. De bestuursleden van MKB Den Haag zijn vrijwilligers en we zijn een vereniging met een kleine kas. Onze tijdsbesteding én communicatie zijn ons kapitaal. Via onder meer onze website, Facebook-pagina en nieuwsbrief wijzen we bedrijven op FBDH. We verwijzen naar de site en brengen de activiteiten onder de aandacht.”

“Daarnaast organiseren we workshops rond gezondheid en vitaliteit. Op die manier laten wij als MKB Den Haag zien dat we dit thema belangrijk vinden. We proberen het bewustzijn bij onze leden en ach-

**“WE STAAN VOOR EEN GEZOND ONDERNEMERSKLIMAAT. NIET ALLEEN ECONOMISCH, MAAR OOK LETTERLIJK”**

Edouard van Arem



terban in de stad te vergroten. Samen kun je meer dan alleen. Het lukt, maar het gaat langzaam. Herhaling, geduld en flink actief blijven zijn dus noodzakelijk.”

“Ik adviseer de sport- en beweegsector altijd contact te zoeken met bedrijven en ondernemers in de buurt en samen iets te organiseren: een straatvoetbaltoernooi met een gezond buffet na afloop, een buurt- of strandwandeling met de wijk, een sport- en spelmiddag in de lokale school. Begin *low profile*, houd het overzichtelijk en maak het niet te groot

in het begin, maar betrek de ondernemer. Niet door geld te vragen, maar door mee te doen. Samen. Echt, dat zal werken. Vanuit kleine initiatieven kan het bewustzijn groeien en bloeien.”

#### Fit & Gezond

Omdat de gemeente natuurlijk zelf niet achter kon blijven, werd er ruim twee jaar terug ook een intern vitaliteitsprogramma opgezet. Eind 2015 is duidelijk dat dit werkt heeft. Heemskerk geeft aan waar het Fit & Gezond-programma toe dient. “Het is

een intern vitaliteitsprogramma voor alle medewerkers van de gemeente Den Haag en omvat allerlei sport- en beweegaanbod. Door sport- en beweegactiviteiten te organiseren voor, onder en/of na werktijd worden medewerkers gestimuleerd meer te gaan bewegen. Het streven is dat eind 2015 liefst 65 procent van de ambtenaren van de gemeente Den Haag (ten opzichte van 57% eind 2014) aan de combinorm voldoet.”

De combinorm vraagt om minstens een halfuur matig intensieve lichamelijke activiteit op minimaal vijf, maar bij voorkeur alle dagen van de week, of ten minste drie keer per week gedurende minimaal twintig minuten zwaar intensieve lichamelijke activiteit.

Het Fit & Gezond-programma dient bij te dragen aan het streven van de gemeente Den Haag om een moderne en aantrekkelijke werkgever te zijn. Eind 2014 was 39 procent van de ambtenaren bekend met het Fit & Gezond-programma. Het streven is dat dit percentage eind 2015 is gestegen naar vijftig en dat zo'n 1.900 medewerkers dan hebben deelgenomen aan het Fit & Gezond-programma. Om dat te bereiken is onder meer een aantal ambassadeurs benoemd. Zij vertegenwoordigen de takken van sport die als speerpunt zijn aangewezen binnen het Fit & Gezond-programma.

Heemskerk: “Aan het begin van het jaar is telkens een activiteitenkalender opgesteld. De pijlers in het aanbod zijn wandelen, hardlopen, golf, teamsporten en mental fitness. Om een en ander te organiseren wordt gebruikgemaakt van bestaande structuren en netwerken, zowel binnen als buiten de eigen organisatie.”

Net als het programma rond Het Fitste Bedrijf van Den Haag is dus ook dit programma geïnitieerd door de gemeente. Als opdrachtgever stuurt Den Haag bovendien de uitvoerende partij(en) aan. De programma's zijn gefinancierd vanuit het Nationaal Actieplan Sport en Bewegen. Inmiddels wordt er van de deelnemers wel een eigen bijdrage gevraagd. In 2016 zal het Fit & Gezond-programma ondergebracht worden

bij het Arbo Centrum van de gemeente Den Haag.

Heemskerk: “Het Fit & Gezond-programma heeft ervoor gezorgd dat er gemeentebreed meer aandacht is voor een gezonde actieve leefstijl en mentale conditie. Medewerkers zijn zich meer bewust geworden van de wekelijkse hoeveelheid lichaamsbeweging die zij nodig hebben en zijn door deelname aan de activiteiten meer gaan sporten en bewegen. 75 procent van de medewerkers zegt nu dan ook geïnteresseerd te zijn in het Fit & Gezond-programma ruim boven de streefnorm dus. Geconcludeerd kan worden dat de gecombineerde aanpak van ‘spiegel voorhouden, inspireren, laten ervaren (via laagdrempelige activiteiten) en initiatief vanuit medewerkers zelf faciliteren’ de intrinsieke motivatie versterkt. Dat heeft een positief effect gehad op de fysieke, mentale en emotionele staat van medewerkers. Het programma heeft de afgelopen twee jaar energie gegenereerd en zijn waarde bewezen, waardoor het logisch is het programma structureel in beleid in te bedden en verder door te ontwikkelen.” Een belangrijke rol bij het Fit & Gezond-programma is weggelegd voor Haag Atletiek. Hoewel Haag Atletiek het officieel nog niet is, groeit het steeds meer in de rol van Buurthuis van de Toekomst (zie kader). Deze vereniging levert een aantal ervaren trainers om het programma te ondersteunen. Bestuurslid Carel Knoester kon zich direct vinden in het streven van de gemeente Den Haag om ambtenaren wat frequenter aan het sporten te krijgen. Knoester: “Toen de vraag kwam, hebben wij direct ja gezegd. Het is toch logisch dat wij proberen mensen die doorgaans achter een bureau zitten aan het sporten te krijgen.” Er werd binnen de club gezocht naar een aantal ervaren trainers dat zin had in deze klus. Zij melden zich wekelijks op het stadhuis, waarna aansluitend een uur - en soms wat langer - onder begeleiding wordt gelopen. “De doelstelling is dat de groep in maart tijdens de City-Pier-City-loop minstens de vijf kilometer kan lopen. Langer mag natuurlijk ook.”

**“MEDEWERKERS ZIJN DOOR DEELNAME AAN DE ACTIVITEITEN MEER GAAN SPORTEN EN BEWEGEN”**

Ivar Heemskerk

Knoester beseft dat hij de nieuwbakken pupillen niet moet overvragen. Het is iets dat ook buurtsportcoaches en sport- en beweegaanbieders zich moeten realiseren: niet iedereen vindt het meteen leuk om te sporten en bewegen. Het is belangrijk de drempel zeker voor mensen met weinig sport- en beweegverleden zo laag mogelijk te houden. “Je moet als vereniging onderzoeken of je met een ander aanbod meer publiek kunt trekken. Kortlopende trainingsprojecten, zoals voor de CPC-loop, scoren erg goed. Een vereniging moet oor en oog hebben voor de wensen van potentiële leden.”

Al is het soms even wennen als niet iedereen even enthousiast is. Knoester, lachend:

“We merkten al direct dat niet iedereen bij de gemeente er meteen zin in had. Bij de eerste training in oktober regende het. Er waren op het afgesproken tijdstip heel wat minder mensen aanwezig dan zich hadden ingeschreven.” Inmiddels is het enthousiasme flink gegroeid. “Iedereen krijgt de smaak altijd vanzelf te pakken.” “We hebben er als club overigens zelf ook baat bij. Het is belangrijk om als atletiekvereniging op mensen af te stappen en niet te wachten tot ze ons opzoeken. Voor sommigen is de stap naar een club een te hoge horde. Die nemen ze niet snel. Maar we moeten er alles aan doen om mensen in ieder geval de eerste stap, meer bewegen, te laten zetten. De kwestie, een gezonde levensstijl, is er te belangrijk voor. Daarom doen we mee aan deze samenwerking. Het is onze ambitie om ook de inactieve mens uit zijn stoel te krijgen en aan te zetten tot bewegen.” ■

#### Buurthuis van de Toekomst

De officiële benaming heeft Haag Atletiek nog niet, maar de vereniging is hard op weg om een Buurthuis van de Toekomst te worden. Het complex aan de Laan van Poot in Den Haag wordt allang niet meer alleen voor atletiekactiviteiten gebruikt. Zo is er buitenschoolse opvang, wordt er jeu de boules gespeeld en krijgt de club meer en meer een wijkfunctie.

In het Buurthuis van de Toekomst werken sportclubs, scholen, culturele instellingen en andere organisaties in de wijk met elkaar samen. Het is de plek waar mensen samenkomen voor een praatje, seniorenbingo, zwangerschapsyoga, een cursus en soms ook huiswerkbegeleiding. Het Buurthuis van de Toekomst past bij de ontwikkeling dat bewoners zelf actief meedoen in hun wijk en zich inzetten voor familie en burens. Als vrijwilliger bij sportverenigingen, buurtclubs en maatschappelijke instellingen ben je meer betrokken bij anderen, heb je meer over voor elkaar. Door het delen van voorzieningen en gebouwen kunnen clubs, organisaties en vrijwilligers samen werken aan het welzijn van de buurt. En als aanbieder van de faciliteiten kunnen clubs rekenen op begeleiding en hulp van de gemeente. Het succesvolle project Sportclub als Buurthuis van de Toekomst uit Den Haag is landelijk ontwikkeld tot een erkende interventie waarmee eenieder aan de slag kan gaan.

Kijk voor meer informatie op [www.effectiefactief.nl](http://www.effectiefactief.nl).



VO-raad

**Paul Rosenmöller, voorzitter**

# “JONGEREN MOETEN ZIEN DAT HET GEEN EENMALIG FEESTJE IS”

## *Wat is volgens u de kracht van sport en bewegen?*

“Sport is eerst en vooral leuk. Het is laagdrempelig, gratis en goed voor je gezondheid. Dat laatste is natuurlijk niet iets waar leerlingen in eerste instantie aan denken. Ik denk dat het plezier, het feit dat je samen dingen doet, met het competitieve element erbij, het voornaamste is.”

## *Wat is de kerntaak van uw organisatie?*

De VO-raad behartigt de belangen van het voortgezet onderwijs bij de overheid, politiek, andere onderwijssectoren en maatschappelijke organisaties. Kerndoel is het creëren van voldoende financiële en beleidsruimte voor scholen om de onderwijskwaliteit in stand te kunnen houden en verder te kunnen verbeteren (bron: website VO-raad).

## *Waarom werkt uw organisatie samen met de sport- en beweegsector? Wat levert het u op, wat zou het moeten opleveren?*

“Zo'n zestig procent van de leerlingen in het voortgezet onderwijs beweegt onvoldoende. Onze maatschappij is verworden tot een samenleving die meer gericht is op passiviteit dan op activiteit. Dat zie je aan het toegenomen aantal uren dat kinderen achter schermen zitten. Daarnaast zijn sportfaciliteiten vaak

verplaatst naar de randen van gemeenten, omdat de grond daar goedkoper is. Er zijn dus allerlei factoren die hebben gemaakt dat de prikkel om te bewegen en te sporten eerder af- dan toegenomen is. Het is niet eenvoudig om daar verandering in te brengen. Mijn ervaring is dat je de omgeving zult moeten aanpassen, waarbij je niet alleen gezonde voeding, maar ook sport en bewegen tot norm verheft en aantrekkelijk maakt.

Met de PO-Raad (primair onderwijs) en MBO Raad hebben we de Onderwijsagenda Sport, Bewegen en een Gezonde Leefstijl (Onderwijsagenda SBGL) opgesteld. Doel is een 'gezonde leeromgeving' te creëren, een omgeving met faciliteiten die inspireren tot sport en bewegen. Leerlingen moeten op school worden uitgedaagd om te sporten, in combinatie met activiteiten in de wijk én op de sportverenigingen, zodat ze op verschillende momenten gestimuleerd worden. Voor docenten lichamelijke opvoeding ligt hier de uitdaging hun vak aantrekkelijker te maken voor die leerlingen die van nature niet het meest sportief zijn.”

## *Kunt u schetsen hoe de samenwerking met de sport- en beweegsector er in de praktijk uitziet?*

“Bij de Onderwijsagenda SBGL, waarmee we scholen steunen bij het bevorderen van een gezonde leefstijl bij hun leerlingen, werkt vanuit NOC\*NSF een expert op het gebied van sport. Die



stimuleert de verbinding tussen scholen en sportverenigingen in de buurt, zodat het voor alle leerlingen helder is hoe zij buiten schooltijd op sportief gebied actief kunnen zijn. Daarnaast is vanuit Verenigde Bijzondere Scholen (VBS) een expert op het gebied van buurtsportcoaches betrokken. Die stimuleert aandacht voor de Gezonde School en adviseert over de bijdrage die buurtsportcoaches kunnen leveren in en om het onderwijs.

Of wij de doelen halen die wij in de Onderwijsagenda Sport, Bewegen en een Gezonde Leefstijl voor 2016 hebben geformuleerd, kan ik nog niet zeggen. Wel dat we met veel energie en met vereende krachten de juiste richting zijn ingeslagen. Het tempo kan nog omhoog, de samenwerking verbreed. Ook de rol en betrokkenheid van de ouders kan nog verbeterd worden. Het is vooral lastig om ouders van niet-Nederlandse herkomst ervan te overtuigen dat zij een belangrijke schakel vormen in het stimuleren van een gezonde leefstijl. Dat zijn ouders die minder goed te bereiken zijn, omdat zij op ouderavonden en dergelijke vaak niet aanwezig zijn. Dat zijn hardnekkige uitdagingen. Maar overall ben ik enthousiast over wat er allemaal gebeurt.”

## *Welke tips & trucs of do's en don'ts heeft u voor collega's uit uw branche voor de samenwerking met de sport- en beweegsector?*

“Het is vooral belangrijk om lokaal aan de slag te gaan. Dat je daarbij samenwerkt met enthousiaste mensen, die jongeren echt aanspreken, die een rolmodel kunnen zijn. Buurtsportcoaches zijn een belangrijk fenomeen, omdat zij beschikken over een groot netwerk in een relatief kleine omgeving, vaak wijkgebonden. Daar kennen ze de school, de welzijnsinstellingen, sportclubs en alle faciliteiten die er zijn. Ik denk dat deze functionarissen uiteindelijk het verschil kunnen maken voor jongeren die te weinig actief zijn.

De sleutelwoorden zijn dus: lokaal, de netwerken van buurtsportcoaches benutten en zorgen dat er voldoende faciliteiten zijn. Daarbij is ook de duurzaamheid van de activiteiten van belang. Die moeten structureel, over een langere periode, worden georganiseerd, zodat jongeren zien dat het geen eenmalig feestje is.” ■

**“BUURTSPOORTCOACHES  
KUNNEN HET VERSCHIL  
MAKEN VOOR JONGEREN DIE  
TE WEINIG ACTIEF ZIJN”**





# asketbalvereniging Dyna'75 als middelpuntvlie- dende kracht

## Veilig sportklimaat

EDWARD SWIER

Bij basketbalvereniging Dyna'75 in Heerenveen hebben ze het goed begrepen. De sportclub heeft een brede blik en richt zich bepaald niet alleen op de activiteiten die ze binnen de muren van de sporthal voor de eigen leden organiseert. Dyna'75 kijkt om zich heen, zoekt verbinding in de buurt en biedt mogelijkheden voor met name jeugd uit de omgeving. Met de organisatie van onder meer het jaarlijkse scholenbasketbaltoernooi, naschoolse sportactiviteiten en pleintjesbasketbalevenementen staat de club midden in de samenleving. Daar wordt niet alleen de vereniging, maar vooral ook de omgeving beter van. Met hulp van de buurtsportcoach wordt een sociaal veilig sportklimaat geschapen. Een gesprek met clubbestuur, schooldirectie, een buurtsportcoach en de regisseur Sport & Beweging van de gemeente Heerenveen.



## “DYNA ORGANISEERT UIT ZICHZELF VELERLEI ACTIVITEITEN VOOR NIET-LEDEN. DERGELIJKE VERENIGINGEN OMARMEN WIJ”

Robert de Jong

“ Bewandel niet alleen maar platgelopen paden, maar durf buiten je standaard blikveld te kijken.” Robert de Jong zegt het tussen neus en lippen door, maar de regisseur

Sport & Bewegen van de gemeente Heerenveen weet drommels goed hoe lastig het is en heeft daarom ook des te meer waardering voor basketbalclub Dyna’75 gekregen. “De vereniging is buitengewoon actief en bijzonder creatief.” Daarbij is de club niet op zichzelf, maar wordt in alles de verbinding gezocht. “Er wordt nauw samengewerkt met de buurtsportcoaches om zo veel mogelijk kinderen bewegingsmogelijkheden te bieden.”

Op de vraag waarom juist dit noordelijke samenwerkingsverband zo goed werkt, wordt al snel duidelijk dat alle partijen elkaar makkelijk weten te vinden. De samenwerking tussen Dyna’75, gemeente, buurtsportcoaches en het onderwijs is in de loop der jaren gegroeid tot een vanzelfsprekendheid. Dat er dwarsverbanden zijn – zo is de directeur van basisschool De Roerganger ook voorzitter van Dyna’75 – helpt vanzelfsprekend. Een samenwerking valt en staat echter vooral met enthousiasme, doorzettingsvermogen en maatschappelijke betrokkenheid van alle betrokken partijen.

### Basketbalplayground

Dyna’75 is buitengewoon actief in het stimuleren van kinderen om te gaan sporten, uiteraard vooral om te gaan basketballen. Op diverse locaties in Heerenveen is de vereniging actief op het gebied van streetball. Er worden clinics, trainingen en toernooien in de buitenlucht georganiseerd en er zijn ‘creatieve’ lidmaatschappen bedacht. Dyna en de buurtsportcoaches in Heerenveen werken voortdurend samen, met name waar het gaat om activiteiten bij kinderopvanglocaties. Zo is er een naschools aanbod van kleuterbasketbal. De buurtsportcoaches in de gemeente Heerenveen zijn vooral actief in en om het basisonderwijs. Zij worden ondersteund door een grote groep studenten van zowel CIOS als ALO. Dezelfde groep komt ook in actie ter ondersteuning van bijvoorbeeld het jaarlijkse scholenbasketbaltoernooi. De Jong: “Dit toernooi is ooit opgezet door Dyna, maar in de loop der jaren uitgegroeid tot een vaststaand evenement voor de basisscholen. Als gemeente hebben wij dit evenement volledig omarmd.”

Dankzij het enthousiasme van Dyna heeft Heerenveen een heuse basketbalplayground gekregen. De Jong: “Aangezien Dyna al vele jaren heel veel activiteiten in de wijken uitvoerde, ter promotie van het

“DAT IEDEREEN IN BEWEGING IS DRAAGT BIJ AAN EEN GEZONDERE GEMEENTE”

Niels den Braven

pleintjesbasketbal, is er in samenwerking met de club een playground gerealiseerd. Met name ’s zomers wordt dit veld druk bezocht door basketballers en rolstoelbasketballers.”

Dyna organiseert jaarlijks in juni een Streetball-evenement. Dit toernooi voor drietallen is uitgegroeid tot het grootste in Noord-Nederland, duurt twee dagen en omvat behalve de 3-tegen-3-duels ook allerlei andere basketbalgerelateerde activiteiten. “Waar wij kunnen, dragen wij in materiële zin bij aan dit evenement”, aldus De Jong.

### Basketball Unites Heerenveen

De wegen van gemeente en Dyna kruisen elkaar lang geleden al, op initiatief van de club. De Jong: “Dyna is zeer actief en altijd op zoek naar nieuwe mogelijkheden. Daarom kwam de club met een delegatie langs bij de gemeente. Vanuit de organisatie van de Streetball Masters en het scholenbasketbaltoernooi is verdere samenwerking gegroeid.” Dat mondde in 2012 uit in de aanvraag van een Sportim-

puls. Aan het project Basketball Unites Heerenveen hebben ruim 6.100 kinderen deelgenomen. Ruim vijftig van hen werden lid van de vereniging. Belangrijker echter is de rol van Dyna’75 als verbinder

in de wijk gebleken. “Waardevolle samenwerking is ontstaan met diverse partners, waardoor er ook na de subsidieperiode sprake is van uitbreiding van de activiteiten”, aldus de eindrapportage.

### Open Club, de vereniging van de toekomst

De Open Club is de vereniging van de toekomst. Gebaseerd op lokale initiatieven, zoals onder andere Buurthuis van de Toekomst, Sportdorpen en sportplusverenigingen hanteert NOC\*NSF een overkoepelende gedachtegang, de Open Club-beweging. NOC\*NSF stimuleert sportclubs in Nederland meer ‘open’ te worden. Een Open Club kenmerkt zich door een open houding bij de kartrekkers en betrokkenen van de club. Een dergelijke club is een ontmoetingsplek waarbij eigen leden, andere regelmatige bezoekers van de club en de buurtbewoners worden uitgenodigd om te sporten en om betrokken te zijn. Een Open Club is ondernemend en speelt continu in op de behoefte van leden, betrokkenen en/of buurtbewoners om nieuwe activiteiten en faciliteiten te realiseren die hun hoofdactiviteit versterken. Hierbij streeft de club naar een betere bezettingsgraad van de accommodatie. Dit alles leidt tot ledenbinding, -behoud en/of -groei, meer ‘reuring’ op de club en continuïteit van het bestaansrecht. Een Open Club kan een individuele sportclub zijn, maar veelal is de Open Club een samenwerking tussen meerdere clubs en/of andere organisaties in de buurt. In haar streven verenigingen te prikkelen meer ‘open’ te worden en elkaar daartoe te inspireren, organiseert NOC\*NSF in samenwerking met diverse sportbonden en lokale en provinciale sportorganisaties inspiratiebijeenkomsten in het land. Tijdens deze Open Clubsessies kunnen clubbestuurders en andere enthousiastelingen zowel in het plenaire deel als tijdens rondetafelgesprekken van elkaars ideeën en ervaringen leren. Op [www.nocnsf.nl/openclubs](http://www.nocnsf.nl/openclubs) is meer informatie te vinden.





Het is logisch dat ook De Jong enthousiast is. “Wij willen als gemeente graag dat zo veel mogelijk kinderen en volwassenen gaan sporten. Dyna is een vereniging die uit zichzelf velerlei activiteiten organiseert voor niet-leden. Dergelijke verenigingen omarmen wij en steunen wij waar we kunnen. We vinden de club een fantastisch voorbeeld. De rol van de gemeente beperkt zich voornamelijk tot facilitaire zaken. Verder zorgen wij voor verbindingen tussen de diverse partijen. Waar mogelijk ondersteunen wij in financiële zin, maar dat is slechts in beperkte mate mogelijk. We hebben incidenteel een bijdrage geleverd aan de Streetball Masters en dragen

**“WE PROBEREN  
ACTIEF EEN VER-  
BINDING TE ZIJN  
TUSSEN BUURT,  
ONDERWIJS EN  
SPORT”**  
Jan van der Werf

aan het scholenbasketbaltoernooi bij in organisatorische zin, met de inzet van de buurtsportcoaches. Ik moet echter zeggen

dat er met name door de creativiteit van Dyna veel mogelijk is gemaakt.”

#### De buurtsportcoach

De rol van de buurtsportcoaches – hun inzet wordt onder regie van de gemeente uitgevoerd – is vanzelfsprekend geen onbelangrijke. Niels den Braven is één van hen. Hij heeft niet alleen contact met Dyna’75, maar ook met andere verenigingen in de gemeente Heerenveen. In de doelstelling ‘heel Heerenveen in beweging’ ziet Den Braven een mogelijkheid om “in samenwerking met alle verenigingen in de gemeente een zo breed mogelijk sportaanbod neer te leggen. Voor ieder individu is wel een passende sport te vinden.”

“Mijn rol als buurtsportcoach is om het contact met de verenigingen te leggen en te houden. Wij zetten in combinatie met de clubs lessenreeksen op en geven deze lessen. Met name de kennismaking via het bewegingsonderwijs levert een win-winsituatie op. De verenigingen hebben er baat bij omdat hun bekendheid groeit en het leden oplevert. Maar bovenal levert het voor de hele gemeente winst op omdat de kinderen breed geschoold worden en in aanraking komen met allerlei sporten. Dat iedereen in beweging is draagt bij aan een gezondere gemeente.”

Een goede buurtsportcoach doet bovendien meer dan het begeleiden van sportieve activiteiten. Hij creëert samen met anderen een sociale, veilige sportbuurt. Sport en bewegen is een uitstekend middel om veiligheid en sociale cohesie binnen een buurt te laten ontstaan. Ook is het van belang dat er in een buurt sociaal veilige sportplekken zijn. Buurtsportcoaches kunnen met hun aanpak of projecten een positieve impact hebben op de veiligheid in de buurt. Het is van belang om bewoners, sportverenigingen en organisaties uit de buurt te lokaliseren en actief te betrekken bij de plannen en uitvoering van de activiteiten.

#### De Roerganger

Mede dankzij de inbreng van de buurtsportcoach speelt Dyna’75 in samenwer-

king met de scholen ook een belangrijke rol in het naschoolse aanbod in de Heereneense wijk De Greiden. Ineke van der Werf, directeur van basisschool De Roerganger: “Wij hebben niets liever dan dat er een goed naschools aanbod is. Wij willen daar graag aan meehelpen, op het gebied van zowel cultuur als sport. Wat is er nu mooier dan bewegen na school, in een vertrouwde omgeving. Er zou ook door andere organisaties veel meer de samenwerking met scholen moeten worden gezocht. Als je sport dichtbij en aansluitend op de schooltijden aanbiedt, is dat prettig voor zowel ouders als kinderen.”

Eens per kwartaal wordt in De Greiden-Zuid een flyer verspreid met het naschoolse aanbod. Die flyer wordt gemaakt door drie partijen: basisschool Het Vogelnest, kinderopvang Kinderwoud en basisschool De Roerganger. Kinderen en hun ouders kunnen daaruit hun keuze maken en bijvoorbeeld voor het kleuterbasketbal van Dyna kiezen.

De contacten tussen De Roerganger en Dyna’75 zijn als vanzelfsprekend. “Niet in de laatste plaats omdat ik zelf voorzitter ben van de club”, lacht Van der Werf. “Maar zelfs dan moet je de mogelijkheden zien en niet in hokjes denken. Dyna zocht alweer enkele jaren geleden een ruimte waar kleuters basketballes konden krijgen. Daarvoor was niet direct een grote sportzaal nodig. Een ruimte zoals een speellokaal van een basisschool is daarvoor ideaal. Die sportlessen zijn niet alleen voor de leerlingen uit groep 1 en 2 van onze school, maar voor alle kleuters uit de wijk De Greiden. Voor de kinderen is het goed om te bewegen, en het is prettig als er meer keus is dan voetbal en gym. Kinderen krijgen nu de mogelijkheid om in een klein groepje bezig te zijn metwerpen, vangen en mikken.”

#### Sportimpuls

Dyna’75 heeft de doelstellingen van het programma ‘Naar een veiliger sportklimaat’ (zie kader) goed begrepen. Hier is de laatste jaren veel in geïnvesteerd, onder meer in sportief coachen. Ook

**“JE MOET DE  
MOGELIJKHEDEN  
ZIEN EN NIET IN  
HOKJES DENKEN”**  
Ineke van der Werf

antipestbeleid kreeg veel aandacht. Daarnaast heeft de vereniging een brede blik naar buiten.

Jan van der Werf, namens de technische commissie van Dyna ’75, is eerst en vooral trots op wat zijn club met het samenwerkingsverband heeft kunnen bereiken. “We proberen door middel van diverse activiteiten de jeugd zo breed mogelijk te bedienen. Ook proberen we actief een verbinding te zijn tussen buurt, onderwijs en sport. Daarmee geven wij invulling aan wat is omschreven in de sportnota van de gemeente. Wij brengen, als uitvoerder, vraag en aanbod bij elkaar. Dat we zo goed samenwerken maakt dat we voor de werking van activiteiten en de uiteindelijke afstemming met alle partijen snel kunnen schakelen. We zitten bijvoorbeeld, via de buurtsportcoach, dicht bij het onderwijs. Het samenwerkingsverband is ook juist zo sterk omdat we merken dat alle partijen iets willen toevoegen aan de sportbeleving van kinderen uit Heerenveen. Daarbij heeft iedereen vanzelfsprekend een eigen belang, maar wel altijd met het gezamenlijke belang in gedachten. Wij krijgen de mogelijkheid om breed en langdurig basketbal onder de aandacht van de jeugd te bren-

gen, waardoor wij als vereniging in staat zijn om te groeien. Bovendien hebben we de mogelijkheid ons netwerk te vergroten, hetgeen ook weer kansen biedt.”

De Sportimpuls-subsidie uit 2012 gaf Dyna’75 grote mogelijkheden. De gemeente Heerenveen was onder de indruk van wat de club met het geld wist te bereiken. Jan van der Werf: “Wij zijn daardoor in staat geweest om diverse activiteiten een structurele plaats te geven. Dankzij de toen ontstane samenwerking tussen gemeente, Sport Fryslân, Sportstad Heerenveen, de Nederlandse Basketball Bond en het basis- en voortgezet onderwijs hebben we een aantal projecten vorm kunnen geven. Borging voor de toekomst is belangrijk. Daarvoor is wel geld nodig. Nu de Sportimpuls-subsidie is afgelopen, trachten wij de activiteiten uit andere subsidies en eigen bijdragen van de deelnemers te financieren. Sommige projecten, zoals een project voor kinderen uit de lage-inkomensbuurten, krijgen we – ondanks inzet van de partijen waar we al jaren mee samenwerken en nu ook een welzijnsorganisatie – helaas nog niet van de grond, omdat de subsidies hard terug zijn gelopen.” ■

#### Het programma ‘Naar een veiliger sportklimaat’

De rol van de sportverenigingen binnen de samenleving is van groot belang. De sportvereniging dient een klimaat te scheppen waar je met plezier sport en jezelf kunt zijn. Het programma ‘Naar een veiliger sportklimaat’ is opgezet om gewenst gedrag te stimuleren en ongewenst gedrag in en rondom de sport aan te pakken. Dit programma, waarbij middels projecten en informatievoorziening de kennis en vaardigheden van direct betrokkenen worden vergroot, wordt uitgevoerd door de sportbonden en NOC\*NSF en heeft de steun van het Ministerie van VWS, het Ministerie van Veiligheid en Justitie, de Vereniging Nederlandse Gemeenten en de MOgroep. Kijk voor meer informatie op [www.veiligsportklimaat.nl](http://www.veiligsportklimaat.nl).





Randstad Participatie  
**Nicolien Sauerbreij, adviseur**

# “IK LEG DE NADRUK OP WAT MIENSEN JUIST GOED KUNNEN”

## *Wat is volgens u de kracht van sport en bewegen?*

“Door sport kun je worden wie je bent. Sport haalt het beste in jezelf naar boven, maar je moet ook kunnen omgaan met teleurstellingen. Je moet veel van jezelf en je team eisen en bereid zijn voor het hoogste doel te gaan.”

## *Wat is de kerntaak van uw afdeling?*

“Randstad Participatie zet zich in voor mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt. Het gaat daarbij om mensen met een fysieke en/of een geestelijke beperking. Deze groep mensen heeft over het algemeen veel moeite om een baan te krijgen of te behouden. Dit betekent dat ze in een soort isolement terecht komen en leven van een uitkering. Randstad Participatie is ervan overtuigd dat werk veel meer biedt dan alleen werk. Denk aan zelfstandigheid, verantwoordelijkheden nemen, sociale contacten met collega's, mee kunnen praten over je bevindingen op het werk, geaccepteerd worden door de maatschappij en een rol van betekenis hebben. Dit alles geeft mensen zelfvertrouwen en eigenwaarde. Hierdoor zie je dat werk mensen doet opleven en dat ze uiteindelijk veel meer uit zichzelf kunnen halen dan aanvankelijk gedacht.”

## *Waarom werkt uw organisatie samen met de sport- en beweegsector? Wat levert het u op, wat zou het moeten opleveren?*

“Wij zien bij Randstad veel parallellen tussen sport en werk. Randstad begeleidt mensen in hun carrière, we helpen hen het beste uit zichzelf te halen. Sporters zijn daar iedere dag mee bezig. Topsporters zijn bij uitstek gepassioneerde mensen, die hun talent volledig benutten. Daarmee voelen wij ons verbonden. Daarom steunt Randstad als Partner in Sport van NOC\*NSF al sinds 1997 de top- en breedtesport in Nederland. Randstad Participatie adviseert en ondersteunt werkgevers die willen investeren in mensen met een arbeidsbeperking. Wij geloven dat de maatschappelijke participatie van arbeidsbeperkten altijd begint bij werk. Vanuit werk maken wij de beste match tussen werkgever en werknemer. Wij helpen ook (voormalige) paralympische sporters aan het werk en begeleiden hen in hun maatschappelijke carrière, zoals Anna Jochemsen (alpineskister) en Elvira Stinissen (zitvolleybalster).”



## *Kunt u schetsen hoe de samenwerking met de sport- en beweegsector er in de praktijk uitziet?*

“De inzet van de kennis en ervaring van Randstad voor de sport omvat een groot scala aan diensten. Zoals het programma Goud op de Werkvloer, waarmee Randstad topsporters tijdens of na hun sportcarrière begeleidt bij hun zoektocht naar een passende baan. Hiervoor zetten we ons netwerk van topsportvriendelijke werkgevers in, werkgevers die het werk aanpassen aan het trainings- en wedstrijdschema. Zo kunnen sporters een tweede carrière opbouwen naast of na hun sport.”

Binnen Randstad Participatie geef ik zelf empowermenttrainingen aan de kandidaten, ter voorbereiding op sollicitatiegesprekken. Ik leg vooral de nadruk op wat ze juist goed kunnen, hierdoor krijgen ze veel meer zelfvertrouwen. Ook begeleid ik ze op de werkvloer en zorg ik dat de klant te allen tijde op de hoogte is van de ontwikkeling van de werknemer. Mijn kracht ligt denk ik in het enthousiasmeren en motiveren van de kandidaten. Door met ze mee te denken, oplossingsgericht te zijn en ze te steunen, ook op het mentale vlak, denk ik van toegevoegde waarde te kunnen zijn. Daarnaast probeer ik teleurstellingen met ze om te buigen, door ervan te leren en juist uit een teleurstelling het positieve te halen. Daarbij kan ik putten uit mijn ervaring als topsporter.”

## *Welke tips & trucs of do's en don'ts heeft u voor collega's uit uw branche voor de samenwerking met de sport- en beweegsector?*

“Zet de mogelijkheden centraal en niet de beperkingen!” ■

**“ZET DE MOGELIJKHEDEN  
 CENTRAAL EN NIET DE  
 BEPERKINGEN!”**





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

**H**et 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.”

### 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.



Movisie

**Bora Avrić, senior adviseur sociale zorg**

# “SAMENWERKEN IS GEEN SPRINTWEDSTRIJD, MAAR EEN MARATHON”

## *Wat is volgens u de kracht van sport en bewegen?*

“De maatschappelijke functie maakt sport gewild en kansrijk voor het realiseren van belangrijke kabinetsdoelen op het gebied van preventie en gezondheid, jeugdbeleid, onderwijs, waarden en normen, integratie, wijken, veiligheid en internationaal beleid. Sport houdt mensen langer vitaal en voorkomt of vertraagt een overgang tot (zwaardere) zorg. Dat is ook precies wat de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) beoogt: mensen met een verstandelijke of lichamelijke beperking in staat stellen zo lang mogelijk zelfredzaam te zijn en deel te nemen in de maatschappij. Sport is een uitstekend middel voor gemeenten om mensen te laten participeren.”

## *Wat is de kerntaak van uw organisatie?*

“Movisie is het landelijke kennisinstituut en adviesbureau voor toepasbare kennis en adviezen bij de aanpak van sociale vraagstukken op het terrein van welzijn, participatie, sociale zorg en sociale veiligheid. Onze ambitie is het realiseren van een krachtige samenleving waarin burgers zo veel mogelijk zelfredzaam kunnen zijn.

We investeren in de kracht en de onderlinge verbinding van burgers. We doen dit door maatschappelijke organisaties, overheden, maatschappelijk betrokken bedrijven en burgerinitiatieven te ondersteunen, te adviseren en met hen samen te werken. Lokaal of

landelijk, toegesneden op het vraagstuk en de organisatie.

Concrete producten zijn adviestrajecten, trainingen, publicaties en methodieken. Naast het overdragen van bestaande kennis ontwikkelen we ook nieuwe kennis. Bijvoorbeeld door professionals met elkaar in contact te brengen en hen kennis en ervaringen te laten delen, door de inzet van digitale hulpmiddelen als websites en nieuwsbrieven en een scala aan netwerkactiviteiten.”

## *Waarom werkt uw organisatie samen met de sport- en beweegsector? Wat levert het u op, wat zou het moeten opleveren?*

“Als eerste dient iedereen zich er bewust van te worden dat er ongekend veel veranderingen zijn in het sociaal-maatschappelijke domein. We hebben te maken met een terugtrekkende overheid en dat betekent dat sociale thema's veel meer op microniveau (moeten) worden aangevlogen, in de wijk zelf.

Ten tweede zijn gezondheid en maatschappelijke participatie onlosmakelijk met elkaar verbonden. We kunnen over het algemeen zeggen dat gezondheid van belang is om te participeren en dat participatie de gezondheid bevordert. Kortom: gezondheid en maatschappelijke participatie versterken elkaar.

Vanuit onze kennisfunctie verzamelen, verrijken, valideren en verspreiden wij goede voorbeelden die de participatie van burgers vergroten. De drie decentralisaties binnen het sociale do-



“FOCUS NIET ALLEEN OP GELD, KIJK NAAR WAT JE VOOR ELKAAR KUNT BETEKENEN”

mein brengen een omslag in het werken met zich mee en zorgen voor nieuwe taken en verantwoordelijkheden bij gemeenten. Voor ons is sport een middel dat een belangrijke bijdrage levert aan het bevorderen van de participatie en een middel dat steeds vaker ingezet wordt om invulling te geven aan een breder maatschappelijk vraagstuk.”

## *Kunt u schetsen hoe de samenwerking met de sport- en beweegsector er in de praktijk uitziet?*

“Onze eerste samenwerking met de sportsector is ontstaan na de invoering van de Wmo. Samen met het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB) hebben wij een website ontwikkeld en gevuld met voorbeelden en praktische hulpmiddelen voor ambtenaren uit de sectoren sport, zorg en welzijn als input bij het positioneren van sport en bewegen binnen Wmo-beleid.

In het project ‘Sportief Participeren’ werkten we samen met Vereniging Sport en Gemeenten (VSG), het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS), Vereniging van Nederlandse Gemeenten (VNG) en NISB om de structurele verbinding tussen sport en bewegen en de Wmo te stimuleren, zodat meer mensen via sport participeren in de samenleving. Alle ervaringen en goede voorbeelden zijn verzameld in een eenmalig magazine: *Sportief Participeren*.

Op dit moment zijn er contacten met de verschillende databases van NISB en Movisie rond praktijkvoorbeelden en effectieve interventies. We organiseren een werkconferentie over de rol en betekenis van kwalitatief onderzoek bij het monitoren, evalueren en verbeteren van interventies en aanpakken die gebruikt worden voor buurtontwikkeling.”

## *Welke tips & trucs of do's en don'ts heeft u voor collega's uit uw branche voor de samenwerking met de sport- en beweegsector?*

“Samenwerken is geen sprintwedstrijd, maar een marathon. Het opbouwen van een duurzame samenwerking kost tijd. Het zoeken naar gemeenschappelijke belangen en het formuleren van doelen moet nu eenmaal zorgvuldig gebeuren.

Om de samenwerking duurzaam te laten zijn is het slim om al in de beginfase te kijken hoe deze op lange termijn moet worden gefinancierd. Je ziet vaak dat een samenwerkingsproject wordt opgestart met Rijks- of gemeentelijke subsidie. Zodra de geldkraan wordt dichtgedraaid, stagneert het project. Zonde. Denk dus na over financiering nadat de subsidie stopt. En focus niet alleen op geld, kijk naar wat je voor elkaar kunt betekenen. Leer de sportverenigingen in je gemeente kennen, ga in gesprek, bepaal een gezamenlijke strategie en stimuleer samenwerkingsverbanden. Besteed aandacht aan het coachen van beroepskrachten in verenigingen en versterk je vrijwilligers door ze te scholen.” ■



# Gebruikmaken van elkaars netwerk en deskundigheid is garantie voor scoren

Succeservaringen op het gebied van samenwerken en netwerken van zeven Sportimpuls-projecten

Wat kenmerkt de Sportimpuls-projecten die een waardevolle bijdrage leveren aan het lokale sport- en beweeggedrag en waar structureel iets van de grond komt? In dit artikel wordt ingegaan op zeven geslaagde projecten op het gebied van samenwerking. Wat blijkt? Er is wel degelijk een rode draad te ontdekken in deze successtory's: enthousiasme, een goede voorbereiding en vooral goed gebruikmaken van elkaars netwerk en deskundigheid zijn doorslaggevend.

LEON JANSSEN LOK

hoe het project begon: "Op drie scholen in het Leerpark bleken zes sporten bij de leerlingen favoriet te zijn voor een naschools sportaanbod. Zodoende kwam er een samenwerking tot stand tussen onze zaalvoetbalvereniging, ToBe cultuurcentrum (dansen), Mountain Network (klimmen), Ringer Sportplaza (kickboksen), Dash '35 (tennis) en Lions (ijshockey). Waar gestart werd met drie scholen, zijn dat er inmiddels zes geworden, dus we kunnen wel zeggen dat het project aanslaat. Het idee is dat (eerstejaars) leerlingen onder schooltijd kennismaken met sport en dat ze vervolgens kunnen deelnemen aan een naschools vervoltraject van tien weken op school en bij de sportvereniging." Sport en bewegen blijkt bij de scholen én hun leerlingen aan te slaan en ook het enthousiasme bij de verenigingen die meewerken blijkt groot. Dat is niet vanzelfsprekend. Tiznine verklaart het succes: "Cruciaal blijkt wederom de rol van de buurtsportcoach, die de verbinder is tussen het aanbod onder schooltijd op school en na schooltijd bij de sportaanbieder. Hij is het bekende en vertrouwde gezicht voor de leerlingen én de aanjager voor de lichamelijke opvoeding (lo-) docenten en sportaanbieders. Zo zijn het de lo-docenten die de leerlingen dagelijks kunnen aanspreken indien er een

## Highschool Challenge: cruciale rol voor buurtsportcoach

Hoe krijg je leerlingen uit het voortgezet onderwijs enthousiast om te gaan sporten? In de Dordrechtse aandachtswijken Dordrecht-West en het Leerpark blijkt de interventie 'Schoolactieve Verenigingen: Highschool Challenge' een prima middel om dat te bewerkstelligen.

Mohamed Tiznine, projectleider namens hoofdaanvrager Soccer For Life, legt uit



training is gemist en is het de sportaanbieder die voor een warme kennismaking met de sport en vereniging zorgt."

Tiznine geeft aan dat er door het intensieve contact tussen scholen, sportaanbieders en buurtsportcoach continu gelegenheid was om te evalueren en in te spelen op de (veranderende) behoeften van leerlingen, scholen en sportaanbieders. "Highschool Challenge is doorontwikkeld. Zo gingen de sportaanbieders in het eerste jaar langs de scholen om gastlessen te geven in de reguliere gymles. Afgelopen jaar was er één week op één locatie (Sportboulevard

**"CRUCIAAL BLIJKT DE ROL VAN DE BUURTSPOORTCOACH, DIE DE VERBINDER IS TUSSEN HET AANBOD OP SCHOOL EN BIJ DE SPORTAANBIEDER"**

Mohamed Tiznine

Dordrecht), waar alle leerlingen van de zes scholen in een dagdeel kennismaakten met de zeven sporten van de Highschool Challenge. Ze kregen allemaal een folder met inschrijfformulier om twee weken later te starten met de tien weken durende trainingsperiode bij de sportaanbieder."

## Bundelen van krachten bij Wijk sportclub Korte Akkeren

In Gouda werd op initiatief van voetbalvereniging ONA Wijk sportclub Korte Akkeren gestart. De vereniging wilde zich meer maatschappelijk inzetten voor de wijk waarin zij gelegen is. Een van de ambities was dat bewoners dicht bij huis kunnen sporten en bewegen, en juist in een achterstandswijk zoals Korte Akkeren is een korte reistijd een belangrijke *pull-factor* om mensen letterlijk in beweging te brengen.

Michiel van Loo was tijdens het traject projectleider en kijkt tevreden terug: "De gemeente Gouda kent veel organisaties die actief zijn in het sociale domein. Kennisuitwisseling tussen relevante organisa-





**“DE VISIE VAN DE WIJKSPORTCLUB IS DAT DOOR HET BUNDELEN VAN KRACHTEN NOG MEER BEREIKT KAN WORDEN”**  
Michiel van Loo

ties en het afstemmen van aanbod bleken in de praktijk soms moeilijk te verlopen. De visie van WijkSportclub Korte Akkeren is dat juist door het bundelen van krachten nog meer bereikt kan worden.”

De tijd en energie die is gestoken in het opzetten van integrale samenwerking met relevante partijen in de wijk is dan ook de sleutel tot het succes gebleken. Van Loo licht toe: “Op management- en beleidsniveau werkt de wijkSportclub nu samen met onder andere welzijnsorganisaties (zoals met Picaro en de Gemiva-SVG Groep), woningstichting Mozaïek Wonen, de wijkagent, gezondheidscentrum Korte Akkeren, Wijkteam Korte Akkeren, de Brede School en de sociale teams van de gemeente Gouda. Het model is erop gericht dat bestaande sportaanbieders zoals wandelvereniging DES, de Vrolijke Meppers (badminton), Sportpunt Gouda (buurtsportcoach), Oefentherapie Cesar (valpreventie) en Fysiotherapie Oranjestaete activiteiten aanbieden onder de paraplu naam WijkSportclub Korte Akkeren.”

De wijkSportclub is daarmee een nieuwe manier van werken in de wijk om de regie op sport en bewegen te voeren. “De kracht van de wijkSportclub is verbinden en samenwerken. Alle sociaal-maatschappelijke partijen en sportaanbieders in de wijk weten nu van elkaar waar ze mee

bezig zijn. Bovendien zijn de lijnen tussen organisaties kort, waardoor snel gehandeld kan worden. Dat zorgt ervoor dat het totale wijk aanbod van spelen, bewegen, sporten en denken nu nog beter op elkaar afgestemd kan worden. Zo versterken alle sociaal-maatschappelijke partners in de wijk elkaar. We konden de regie in september met een gerust hart aan het gemeentelijke sportbedrijf Sportpunt Gouda overdragen. En ik ben er trots op dat we door bijvoorbeeld de KNVB en NISB als *good practice* worden beschouwd”, besluit Van Loo.

### Hele jaar wintersport in Gouda

Elders in Gouda was sprake van een op het oog logische samenwerking die desondanks nog niet eerder tot stand was

**“DE MEERWAARDE VAN DE SAMENWERKING ZAT IN HET DICHTER BIJ ELKAAR BRENGEN VAN DEELNEMERS EN SPORT-AANBIEDERS”**

Marie-José Steenwinkel

gekomen. Langlaufvereniging Gouda, Skivereniging Midden-Holland en de Nederlandse Visueel-gehandicapten Ski Vereniging (NVSV) bundelden hun krachten om

samen met lokale bedrijven, gemeentelijke instanties en wijkteams de sportparticipatie van mensen met affiniteit met wintersport te vergroten. Die bleken er in Gouda namelijk veel te zijn, maar slechts weinigen waren lid van een wintersportvereniging of bereidden zich specifiek voor op wintersport. Daarnaast bleek er een behoefte van ouders om samen met hun kinderen te sporten en een behoefte van ouderen om aan nordic walking te kunnen doen. Met het project ‘Wintersporten: Jaarrond in beweging’ werd ingezet op meer mensen kennis laten maken met de mogelijkheden om in Gouda het gehele jaar door actief te zijn met wintersporten. “Meteen bij de aanvraag van het project merkte je dat er een dynamiek ontstond tussen de partners”, zegt projectleider Marie-José Steenwinkel. “Nooit eerder was erover nagedacht op deze manier samen te werken; nu een gezamenlijk doel was geformuleerd, zag eenieder de meerwaarde om er samen voor te gaan. Ons motto werd: ‘Wintersporten: jaarrond in beweging: meer plezier, minder blessures, gezond en gezellig!’”

Het project omvatte het organiseren van evenementen in lijn met de erkende interventie Wintersport Experience van de Nederlandse Ski Vereniging, met daarbij de kunststof langlaufbaan als centrum van de bedrijvigheid.

“Elke partner had zijn eigen doelstelling en rol; de meerwaarde van de samenwerking zat in het dichterbij elkaar brengen van (potentiële) deelnemers en sportaanbieders”, vervolgt Steenwinkel. “De Langlaufvereniging Gouda en de Skivereniging Midden-Holland organiseerden gezamenlijk de lessen en evenementen en stemden dat af met de andere partners. De gemeentelijke instanties, Sportpunt Gouda en de Brede School Gouda zorgden voor het contact met de scholen om langlauflessen voor schoolklassen te organiseren. De lokale praktijken voor sportpodologie en cesartherapie hadden een rol in het informeren en stimuleren van hun cliënten voor de activiteiten van de verenigingen

en in het adviseren van de trainers. De NVSV zorgde voor het contact met visueel gehandicapte wintersporters en hun begeleiders. De samenwerking was uiteindelijk zo succesvol dat in totaal zo’n 2.200 personen hebben deelgenomen aan minimaal een van de activiteiten.”

Een gezamenlijk doel en motto formuleren bleek dus de sleutel tot een succesvolle samenwerking, die op haar beurt weer leidde tot andere initiatieven. Zo wordt het verenigingsgebouw van de langlaufvereniging nu gedeeld met twee lokale loopgroepen en worden gezamenlijk laagdrempelige loopevenementen georganiseerd voor hardlopers, joggers en nordic walkers.

### Goede voorbereiding loont in Tilburg

Een goede voorbereiding is het halve werk; dat kan ook gezegd worden voor het Sportimpuls-project in Tilburg-West en Reeshof, waar in 2013 zeven lokale sport- en beweegaanbieders een subsidieaanvraag voor de Sportimpuls indienden. Ondersteund door nog eens zeven zorg-, welzijns-, sport- en gezondheidsorganisaties werd een aanvraag gedaan voor een vijftal interventies, elk afkomstig van de Menukaart Sportimpuls. De interventies vormden één ketenaanpak, onder de paraplu naam BORIS (‘Bewegen Op Recept In de Sport’). Mieke Goedmakers, namens het Sportbedrijf van de gemeente Tilburg projectleider: “In het eerste jaar hebben we ontzettend veel tijd geïnvesteerd in het project, maar dat heeft zich zeker uitbetaald. Doel van het project was het vergroten van de beweegparticipatie onder inactieve 45-plussers, waaronder senioren met een chronische aandoening en allochtone vrouwen. We wilden een gedragsverandering teweegbrengen door vraaggericht en vernieuwend professioneel sportaanbod te creëren met een gereduceerd instaptarief. Uiteindelijk hebben we maar liefst 173 niet-actieve 45-plussers duurzaam actief gekregen! De gemeente wil het project nu met de ondersteunende partijen verder uitrollen in de stad en wij

hebben gezorgd voor een goede borging. Alle documenten zijn geordend, een student Sporteconomie heeft onderzoek gedaan naar de borgingsfase en een van de interventies hebben we in de CZ zorgverzekering kunnen laten opnemen.”

Vroegtijdig goed de koers uitzetten en gezamenlijk de visie, doelstelling en werkwijze vastleggen in een plan van aanpak is volgens Goedmakers een van de belangrijkste succesfactoren geweest in het project. “Die koers hebben we tijdens het traject ook zorgvuldig bewaakt, we hebben een projectleider aangetrokken en de stuurgroep kwam maandelijks bijeen. Op deze manier kunnen tegenslagen en stroeve periodes ook beter het hoofd geboden worden.” Er zijn echter wel meer factoren te noemen die bijdroegen aan het slagen van het project. “Ik zal niet beweren dat alles probleemloos verliep, maar de betrokkenheid van de partijen was zeer groot, evenals het geloof in het project. Bijna iedereen was bereid om meer tijd in het project te stoppen dan op voorhand gepland. In het bijzonder noem ik dan het team van Gezondheidscentrum Reeshof dat voluit meewerkte. De eerste lijnszorg stond achter het project en de doorverwijzing verliep soepel. Zij konden ook patiëntgroepen aanspreken. Deze medewerking is echt heel essentieel geweest voor ons project. We vierden niet alleen mijlpalen in het project met elkaar, maar deelden ook lief en leed. Dat versterkte de onderlinge band. We werkten indien mogelijk met gesloten beurzen, zoals bij het beschikbaar stellen van accommodatie, inzet van personeel, materialen, flyers, posters, et cetera. We deelden expertise en ons netwerk durfde bovendien hulpbronnen in te schakelen, zoals NISB, bonden, het Projectbureau Sport en Bewegen in de Buurt en natuurlijk de gemeente.”

### Samenwerking en networking in Geldermalsen

Martin van Lonkhuijzen, ten tijde van de projectperiode eigenaar van Sport & Fitness Geldermalsen en projectleider van het Sportimpuls-project ‘Geldermalsen

Gezond Sport & Bewegen, de speelgoedafdeling van ons leven’, benadrukt eveneens dat alles valt of staat met samenwerken en netwerken. “Als inwoners en ondernemers constateerden wij op basis van onder andere GGD-informatie en onderzoek van het lokale platform BIGG (Belangenbehartiging Indoorsporten Gemeente Geldermalsen) dat de gezondheidsproblemen in Geldermalsen enorm waren en dat de gemeente niet de middelen had om daar verandering in aan te

**“PROBEER CONTINU MAATWERK TE LEVEREN EN WERK MET ENTHOUSIASTE TRAINERS”**

Martin van Lonkhuijzen

brenge. Dat verleidde ons tot het doen van een Sportimpuls-aanvraag in de interventies Be InterACTIVE en Meer Bewegen voor Ouderen en we zochten daartoe contact met organisaties die kennis hebben van de doelgroep: ouderen en mensen met een lage SES (sociaaleconomische status).”

Al snel werd duidelijk dat met name bij het begin van het programma samenwerking en gebruikmaken van allerlei netwerken van groot belang was om enerzijds synergie te behalen en anderzijds deze samenwerking en *networking* in te zetten om het project aan de gang te krijgen. Van Lonkhuijzen: “Doel is deelnemers te werven en het aanbod continu onder de aandacht te brengen van de doelgroepen, niet alleen via de sociale media, maar vooral ook met *old school* communicatie zoals in kranten en face-to-facecontacten. Als dat eerste begin er is, komt de rest min of meer vanzelf. Met bestaande deelnemers probeer je groepen groter te maken en dat kan op een aantal manieren: laat ze actief vragen in hun familie-, vrienden- en kennissenkring om de activiteiten te promoten en hun netwerken en socialemediaccontacten zelf ook inzetten. Dat liep bij ons als een tierelier, natuurlijk ook omdat de aangeboden activiteiten heel erg naar de zin waren van de deelnemers. Zorg dus





ook dat de activiteiten goed aansluiten op de wensen en behoeften van de doelgroepen, probeer continu maatwerk te leveren én werk met enthousiaste trainers.”

Van Lonkhuijzen sluit af met nog een tip: “Gebruik de samenwerking en de netwerken ook om de deelnemers te plezieren met extra kennis of aanbiedingen, bijvoorbeeld een lezing door een diëtiste of een groenteboer met een speciaal actiepakket voor deelnemers. Door elkaars sterkte te benutten wordt de sportparticipatie vanuit meerdere kanten gestimuleerd en levert iedereen een belangrijke bijdrage aan de leefbaarheid in de buurt.”

### Inzet van studenten bij Scoren met gezondheid

Bij Achilles '12 in Hengelo werd vanaf september 2013 tot oktober van dit jaar de interventie ‘Scoren met gezondheid’ uitgevoerd. Doel was het beweggedrag van 55-plussers in de achterstandswijk Hengelose Es structureel te verbeteren. De uitvoering van het project lag in handen van studenten en trainers/coaches van het ROC van Twente, FC Twente Scoren in de Wijk en voetbalvereniging Achilles '12. Laura Höfte, werkzaam op het ROC van Twente en projectleider: “Wij voeren nog meer projecten voor senioren uit,

maar dit was het eerste en eigenlijk nog niet eens het meest succesvolle. We richten ons op het structureel verhogen van sport- en beweggedrag, het oprichten van nieuwe bewegegroepen en het vergroten van het

**“94 MENSEN ZIJN NA DE BEWEEGINTERVENTIE STRUCTUREEL GAAN SPORTEN BIJ VERENIGINGEN EN IN GROEPSVERBAND”**

Laura Höfte

percentage lidmaatschappen van sportverenigingen voor de 55+-bewoners. En dat is goed gelukt, want ruim 170 deelnemers uit Hengelo namen deel aan het twaalf weken durende programma en 94 mensen zijn na de beweginginterventie structureel gaan sporten bij verenigingen en in groepsverband.” Scoren met gezondheid werkt, met ieder project dat ze uitvoert, samen met partners in de gemeente en in de wijk. Dat zijn partners die een rol spelen bij het werven van de deelnemers en/of bij de borging van de interventie. Höfte: “Scoren met gezondheid is altijd ingebed in een groter geheel en wordt alleen uitgevoerd als er door de part-

ners een perspectief geboden kan worden voor na de projectperiode. De samenwerking met de partners wordt bepaald door de doelstellingen van de doelgroep. Als het om senioren gaat, werken wij bijvoorbeeld samen met sportverenigingen, de gemeente, wijkcentra, woningbouwverenigingen, welzijnsorganisaties, Stichting Welzijn Ouderen, ouderenbond, zorginstellingen en zorgverzekeraar Menzis.”

Voor de inzet van studenten is cruciaal in de projecten van Scoren met gezondheid, zegt Höfte: “Het inleven in de doelgroep, het organiseren en uitvoeren zijn waardevolle leerervaringen die de studenten niet uit een boekje op school kunnen leren. Naast de maatschappelijke verantwoordelijkheid van het ROC is de waardevolle leerplek de belangrijkste reden om samen met de partners in de regio te werken met Scoren met gezondheid.”

### Enthousiasme in Delft

In de Delftse wijken Vrijenban, Voorhof, Buitenhof en Wippolder zijn in de Sportimpuls-periode 2013-2015 drie interventies uitgevoerd onder de noemer ‘Delftse Kinderen Sportief op Gewicht 0-4 jaar’: Bewegkriebels, Peuterpret/Gymkids en Gooi in Beweging.

“Nadat een mailing die naar kinderopvanglocaties werd verzonden weinig op bleek te leveren, hebben we buurtsportcoaches ingezet”, zegt Sharida Imamdi, projectmanager bij Sportief Besteed, dat het project begeleidde. “En dat sloeg aan: ze benaderden kinderopvanglocaties zowel face to face als telefonisch en gaven op een aantal locaties demo’s. Mede door hun inzet en enthousiasme konden meer pedagogisch medewerkers worden bereikt, die tools aangereikt kregen om op een leuke, verantwoorde en nieuwe manier peuters te laten bewegen. Nu geeft meer dan de helft van de kinderdagverblijven in deze wijken Bewegkriebels op hun locaties.”

Met behulp van de toolkit ‘Ouderbetrokkenheid en gezond gewicht’ zijn voorlichtingen gegeven op kinderdagverblijven en buurtlocaties in de wijken. Daarbij werd interactief met de ouders gesproken over voeding, opvoeding en een gezonde leefstijl. Kernpartners Smallsteps en Knotz (kinderdagverblijven) fungeerden als rolmodel voor een ‘gezond kinderdagverblijf’ en sportverenigingen Tim Kool en Budo Gouweleeuw voerden op Sportpark Biesland Gymkids uit, een variant van tuimeljudo waarbij kinderen van

2-4 jaar tijdens de wedstrijden van hun broers of zussen de beginselen van bewegen aangeleerd kregen. Het geeft aan hoezeer enthousiasme van belang is voor het welslagen van een project. Imamdi: “Het is belangrijk partners met een drive om je heen te verzamelen die meedenken en meewerken en waarmee je snel kunt schakelen. Zorg daarbij ook dat de juiste partners aan tafel zitten.”

Imamdi geeft andere organisaties de tip mee om zowel aan het begin als tijdens het project te werken aan relatiebeheer: “Blijf structureel overleg voeren met alle betrokken partners en maak gebruik van elkaars netwerk en deskundigheid. Zet buurtsportcoaches in als intermediair tussen de partners én zorg voor een goed communicatie- en wervingsplan.” ■

### Tips

- de rol van de buurtsportcoach is cruciaal; deze is de verbinder tussen partners, bijvoorbeeld school en sportaanbieder;
- steek – vooral in de beginperiode – tijd en energie in het opzetten van integrale samenwerking met relevante partijen. Dat betaalt zich later terug;
- formuleer vroegtijdig een gezamenlijke koers, visie, doelstelling en werkwijze, zodat iedereen de meerwaarde ziet om er samen voor te gaan;
- maak gebruik van elkaars netwerk en deskundigheid en durf daarbij hulpbronnen, bijvoorbeeld van externe (kennis)partijen, in te schakelen;
- zorg dat activiteiten goed aansluiten op de wensen en behoeften van doelgroepen, probeer continu maatwerk te leveren en werk met enthousiaste trainers;
- gebruik de samenwerking en het netwerk ook om deelnemers te plezieren met extra kennis of aanbiedingen;
- zorg dat de samenwerking ingebed raakt in een groter geheel zodat ook een perspectief geboden kan worden voor na de projectperiode;
- blijf structureel overleg voeren met alle betrokkenen;
- zorg voor een goed communicatie- en wervingsplan.



Stichting Sport & Zaken  
**Roel Roelfzema, directeur**

# “HET VERKRIJGEN VAN SUBSIDIE IS EEN SOORT HEILIGE GRAAL GEWORDEN”

## *Wat is volgens u de kracht van sport en bewegen?*

“Sport en bewegen zijn de zuurstof van de mens. Noodzakelijk, natuurlijk, goed en fijn. Het stimuleert geest en lijf en is de belangrijkste bijzaak van het leven. En dat voor mensen van 0 tot 100. Het omhelst alle aspecten: normen en waarden, sociale cohesie, stressvermindering, et cetera.”

## *Wat is de kerntaak van uw organisatie?*

“Sport & Zaken is intermediair tussen sport en bedrijfsleven en zorgt voor verbinding tussen beide sectoren. Door de samenwerking profiteren beide branches en kunnen zij zich verder ontwikkelen in professionaliteit of vitaliteit. ‘Advies’, ‘Bedrijfssport’, ‘Goed Sportbestuur’ en ‘Goud op de Werkvloer’ zijn succesvolle programma’s die zich al bewezen hebben.”

## *Waarom werkt uw organisatie samen met de sport- en beweegsector? Wat levert het u op, wat zou het moeten opleveren?*

“Sport & Zaken is ooit opgericht door VNO-NCW en NOC\*NSF om beide branches meer te laten samenwerken. Was dat in eerste instantie primair gericht op hulp vanuit het bedrijfsleven (pro deo) in kennis en kunde, inmiddels is het uitgegroeid tot

een platform waarop sport en bedrijfsleven elkaar continu ontmoeten en waar wij vele samenwerkingen mogelijk maken. Winst is er voor beide partijen: sportbonden die hulp zoeken op het gebied van visie en strategie of de werving en selectie van een nieuwe voorzitter profiteren van een professionele partner die hen, vaak met gesloten beurs, veel verder brengt dan gedacht. Een bedrijf profiteert op zijn beurt van een goed en duurzaam sport- en beweegprogramma. Het levert fittere en productievere werknemers op, die onderling en met het bedrijf een sterkere binding hebben. Kortom, samenwerkingen hebben maatschappelijke en economische impact. Maar bovenal is samenwerken leuk en goed. De groei van ons netwerk laat zien dat vele organisaties samen aan en met de sport willen werken.”

## *Kunt u schetsen hoe de samenwerking met de sport- en beweegsector er in de praktijk uitziet? Hoe verloopt het proces, welke rollen vervullen de verschillende partijen?*

“In het kader van het programma Sport en Bewegen in de Buurt zijn we bij een aantal lokale initiatieven betrokken waar de samenwerking tussen sport en bedrijfsleven een rol speelt of kan spelen. We bieden onze diensten aan, hebben bijvoorbeeld

een aantal Sportimpuls-projecten gebeld: ‘Kunnen we helpen, meedenken en meedoen?’

Wat hierbij opvalt is dat de gemiddelde sportaanbieder na twee jaar actief te zijn geweest met een impuls verwacht te continueren met extra leden en sponsoring. Pas dan valt vaak het woord ‘bedrijfsleven’. Maar zo werkt het dus niet. De sportaanbieder moet vanaf het begin contact zoeken met bedrijven, het liefst via ondernemerskringen of verenigingen. Nodig ze uit, vertel over je club, het reilen en zeilen, maar vooral over ambitie, visie en mogelijkheden. Beschrijf een stip aan de horizon. En ga van daaruit onbevooroordeeld in gesprek. Begin niet over geld, een reclamebord of de naam op een shirt. Ga praten, discussiëren en kom zo op mogelijkheden: op de problemen van een bedrijf waar jij als sportaanbieder wellicht oplossingen voor hebt en vice versa. De ‘Beursvloer’ is hiervoor een goede methode gebleken. Dit is een jaarlijks terugkerend fenomeen waar uitruil plaatsvindt met gesloten beurzen. Daar leer je elkaar kennen, bouw je een relatie op en van daaruit kan van alles ontstaan. Gemeenten kunnen hier een faciliterende rol in spelen.”

## *Welke tips & trucs of do's en don'ts heeft u voor collega's uit uw branche voor de samenwerking met de sport- en beweegsector?*

“De truc is als sportaanbieder open minded te zijn en je veilige cocoon te verlaten. De Sportimpuls-regeling (de subsidieregeling die lokale sport- en beweegaanbieders financieel ondersteunt bij de opzet van activiteiten) stimuleert dat niet direct. Het systeem is gericht op het verkrijgen van subsidie. Het is een soort heilige graal, maar na twee jaar moet er iets staan dat zichzelf in stand houdt en uitgebouwd kan worden. Bij goede sportaanbieders vinden deze vernieuwingen sowieso plaats; de regeling versnelt het proces. Andere sportaanbieders moeten zich openstellen en intrinsiek gemotiveerd zijn om met de omgeving – en daar is het bedrijfsleven onlosmakelijk onderdeel van – samen te werken. Hiervoor hebben we tien gouden regels opgesteld, voor zowel sportaanbieder als bedrijf. Deze zijn te vinden op [www.sportindebuurt.nl](http://www.sportindebuurt.nl).” ■

“DE SPORTAANBIEDER MOET VANAF HET BEGIN CONTACT ZOEKEN MET BEDRIJVEN”



# WAAROM MOEILIK DOEN ALS HET SAMEN KAN

*Loesje*

POSTBUS 1045

6801 BA ARNHEM

GIRO3254768

## DE BUURTSPOORTCOACH ALS (TIJDELIJKE) MOTOR

**A**l jaren zijn we ervan overtuigd dat sport en bewegen gezond is en goed voor iedereen. Dat het vooral voor bepaalde doelgroepen heel goed zou zijn, maar dat ze wel een zetje nodig hebben om van dit nuttige goedje gebruik te gaan maken. We zijn dan ook al jaren bezig programma's en projecten te organiseren waarin vooral die doelgroepen aangespoord en gefaciliteerd worden.

Maar als ik nou eens niet van sport en bewegen houd en allergische reacties krijg als anderen willen dat ik iets moet doen, omdat ze vinden dat het goed voor me is? Dan krijg ik wellicht eerder een hekel aan sport dan dat ik het ga doen. Als dan ook nog eens de effecten van al die programma's en projecten ter discussie kunnen worden gesteld, moeten we ons dan niet afvragen of het wel zin heeft mensen via 'trucjes' over de streep te trekken en over te halen te gaan sporten? Is dat geen oud denken, een uiting van paternalisme? "Luister naar ons, wij bepalen wel wat goed voor je is." Dat is een houding die nieuwe generaties echt niet meer accepteren.

Gelukkig hebben we nu de buurtsportcoach! Of is dat weer meer van hetzelfde? Gaan we niet opnieuw mensen op pad sturen om anderen te overtuigen wat goed voor ze is? Het zijn vast weer mensen die van sport houden en die jou gaan vertellen dat je ook van sport moet houden. Die er tot op het bot van overtuigd zijn dat sport goed is en als 'apostelen' het land in gaan om ook anderen te bekeren.

“HEEFT HET  
WEL ZIN  
MENSEN VIA  
'TRUCJES' OVER  
DE STREEP TE  
TREKKEN EN  
OVER TE HALEN  
TE GAAN  
SPORTEN?”



Terwijl de doelgroep alle reden heeft om helemaal niet van sport te houden. Ze zijn er niet goed in en hun lichaam helpt niet mee. En dan heeft sport ook nog eens de nare eigenschap dat het hun motorische vaardigheden en lichamelijke onmogelijkheden op allerlei manieren blootlegt. Reden genoeg om al die buurtsportcoaches gewoon thuis te laten.

Tegenover deze zwartgalligheid kun je ook een zonniger verhaal afsteken, waarbij buurtsportcoaches wel degelijk tot hun recht komen, in de complexe en heterogene wereld van de sport. Dat vraagt echter wel een bepaalde rol en houding. Niet meer alles zelf doen en organiseren.

Ook niet meer vertellen hoe het moet en misschien zelfs niet meer doorverwijzen naar de sportvereniging. Nee, het moet veel meer gaan om het aanjagen en stimuleren van eigen initiatief, en dat is niet gebonden aan plaats of organisatie! Niet voorschrijven, maar drempels wegnemen. Vereenvoudig en zoek naar maatwerk, zodat sport en bewegen makkelijker wordt, toegankelijker, aantrekkelijker zelfs!

Hoe dat werkt? In een buurt, wijk of vereniging zijn vele mensen actief en er gebeurt van alles. Het zijn vaak de enthousiastelingen in die buurt die mensen op sleeptouw nemen, die initiatief nemen, die verbinden en sporten en bewegen mogelijk maken. Sluit aan bij die energie! De opdracht voor de buurtsportcoach is dus niet het allemaal zelf te doen, maar vooral die lokale mensen te vinden die in staat zijn anderen over te halen om het samen te doen. Die te helpen in hun rol. Dat werkt beter en is duurzamer. En misschien is de buurtsportcoach dan straks toch overbodig!

**Berend Rubingh is organisatieadviseur van het bureau Manage to Manage. Hij heeft zich gespecialiseerd in het functioneren van sportverenigingen, hoe ze zich kunnen verbeteren, en hoe de kracht en energie binnen de vereniging gebruikt kan worden.**





# Iedereen Kan Sporten in Midden-Limburg

**Doelgroep: mensen met een beperking**

ROELOF JAN VOCHTELOO

Met het programma Iedereen Kan Sporten Midden-Limburg zetten zeven Limburgse gemeenten zich – met behulp van vele instanties – gezamenlijk in om mensen met een beperking of gedragsproblemen aan het bewegen of sporten te krijgen. “Door de korte lijnen en het persoonlijke contact is dit een zeer efficiënte manier van werken.”



“ER ZIJN NU MEERDERE OGEN DIE NAAR DE LEERLINGEN KIJKEN EN HIERDOOR KUNNEN WE CONFLICTEN BETER VOORKOMEN”

Naard Vaes

**B**icht-Susteren, Leudal, Maasgouw, Nederweert, Roerdalen, Roermond en Weert. Dat zijn de zeven gemeenten die sinds 2010 participeren in Iedereen Kan Sporten Midden-Limburg. Met dit regionale programma richten ze zich op mensen met een verstandelijke, lichamelijke, meervoudige, visuele of auditieve beperking en op mensen met gedragsproblemen. Voor hen is het vaak lastig om de weg naar sport- en beweegaanbod te vinden en zaken als vervoer en financiën kunnen daarbij extra drempels zijn. Op basis van

het aantal inwoners leggen de gemeenten jaarlijks een bijdrage in en in totaal is er met Iedereen Kan Sporten (IKS) zo'n 80.000 euro per jaar gemoeid.

**Eén regionale buurtsportcoach**  
Omdat de zeven afzonderlijke gemeenten geen capaciteit hebben voor een eigen spe-

cialist voor deze doelgroep, zetten ze één regionale buurtsportcoach in. Sinds 2012 wordt deze functie ingevuld door Pauline Schrooten: “Door over gemeentegrenzen heen te kijken creëer je massa. Niet alles kan in elke gemeente worden georganiseerd en de oplossing voor een lokaal vraagstuk ligt soms in een buurgemeente.” “Ik ben de contactpersoon voor alle partijen, breng organisaties samen en adviseer en ondersteun ze bij het in beweging krijgen van deze doelgroep”, zo beschrijft Schrooten haar rol. “Daarnaast geef ik uitvoering aan het jaarprogramma van IKS, dat samen met de zeven gemeenten door de projectleider van Huis voor de Sport Limburg wordt opgesteld. In de praktijk houdt dit in dat ik onder andere activiteiten en bijscholingen organiseer en dat ik me bezighoud met de communicatie rondom IKS.”

Schrooten, die als regioconsulent IKS op de loonlijst van de gemeente Roermond staat, legt uit dat ook zorg- en onderwijsinstellingen, verenigingen, platformen en stichtingen hun steentje bijdragen om

sport en bewegen toegankelijk te maken voor mensen met een beperking. Sinds de start van het programma in 2010 is er veel geïnvesteerd in het opbouwen van een netwerk en dat betaalt zich nu terug. “Nu het programma bekender wordt, sluiten steeds meer partijen zich aan. Inmiddels telt mijn lijstje met organisaties die zich regelmatig inzetten voor IKS meer dan vijftig namen.”

**PSW Vrije Tijd**

Eén van die aangesloten organisaties is Pedagogisch Sociaal Werk Midden-Limburg (PSW). Deze stichting biedt kinderen en volwassenen met een verstandelijke beperking zorg en ondersteuning bij wonen, dagbesteding, werken, onderwijs en vrije tijd. “Dit doen we vanuit de basishouding dat kinderen en volwassenen met een verstandelijke beperking recht hebben

**Maasgouw**

Als beleidsmedewerker bij de gemeente Maasgouw heeft Sven Roelofs zitting in de regionale ambtelijke beleidsgroep die het jaarlijkse uitvoeringsprogramma aanstuurt. Volgens Roelofs past het IKS-programma uitstekend binnen de intensieve samenwerkingsrelatie op het gebied van de decentralisaties op werk, zorg en jeugd. “De zeven gemeenten zijn zich bewust van de bovenlokale problematiek en de meerwaarde van deze intergemeentelijke samenwerking. Juist hierdoor kunnen we drempels wegnemen die de sport- en beweegdeelname van mensen met een beperking belemmeren, omdat sport en bewegen gezondheid bevordert, participatie vergroot en isolement voorkomt.”

Ter illustratie verwijst Roelofs naar het voetbal. “Je kunt beter één goed functionerende G-voetbalafdeling in één gemeente met regionale aantrekkingskracht hebben dan zeven beperkt of niet functionerende afdelingen in elke individuele gemeente.”



**Ruim 1,7 miljoen mensen met een beperking**

Nederland telt 1,6 miljoen mensen in de leeftijd van 12 tot 79 jaar met een matige of ernstige lichamelijke – motorische, visuele of auditieve – beperking. Naar schatting hebben 142.000 Nederlanders een verstandelijke beperking. Daarnaast zijn er 5,3 miljoen mensen met een chronische aandoening.



### Boccia Roermond

Patrick Ramakers is secretaris van Stichting Gehandicaptens Platform Roermond, dat in 2011 startte met Boccia Roermond. Bij die vereniging is hij coördinator, promotor, organisator en trainer. "Mede-initiatiefnemer Ger Baetsen en ik wisten niet goed hoe we met boccia moesten starten en door Sportservice Roermond zijn we doorverwezen naar IKS. Via hun netwerk kwamen we in contact met een andere vereniging, waarbij we ons uiteindelijk konden aansluiten."

"Boccia Roermond verzorgt demonstraties bij allerlei gelegenheden, zoals sport- en speldagen voor mensen met een beperking en demonstraties bij verpleeg- en verzorgingshuizen. Inmiddels heeft Boccia Roermond in samenwerking met andere verenigingen en IKS al vele demonstraties kunnen geven en is ons ledenbestand gestaag aan het groeien. We hebben nu zo'n vijftien leden."

"Wij vragen aan onze vaste deelnemers een kleine bijdrage per speelavond. Verder proberen we via sponsoring gelden binnen te krijgen, zit er veel vrijwilligerswerk in en worden we sinds kort ondersteund door Gehandicaptensport Nederland. De ondersteuning van IKS kost ons verder niets."



## “DOOR OVER GEMEENTE-GRENZEN HEEN TE KIJKEN CREEER JE MASSA”

Pauline Schrooten

op een eigen, volwaardige plaats in de samenleving”, vertelt Nicole Leveau van PSW Vrije Tijd. Samen met collega Marga Rohmen organiseert ze vrijetijdsclubs, vakanties en evenementen, waarvan de uitvoering wordt gedaan door zo'n zeventig vrijwilligers.

De eerste contacten dateren van 2011 en sindsdien draagt PSW Vrije Tijd bij aan het IKS-programma, bij voorkeur door inzet van uren in zaken als communicatie en begeleiding van mensen met een beperking. Leveau: “Dan moet je denken aan het samen ontwerpen van een flyer en aanspreekpunt zijn bij activiteiten voor vrijwilligers en deelnemers. Wij kijken of ruimtes en activiteiten geschikt zijn en op welke manier clubs, verenigingen en ook ondernemers hun deuren kunnen openzetten voor deze doelgroep.”

“We streven beiden naar een afgestemd sportaanbod voor mensen met een verstandelijke beperking en kunnen elkaars expertise mooi aanvullen. Met IKS hebben we één aanspreekpunt voor zeven van de gemeenten waarin PSW zorg aanbiedt. Door de korte lijnen en het persoonlijke contact is dit een zeer efficiënte manier van werken”, zo besluit Leveau.

### De Donderberg

Ook sportdocent Naard Vaes is enthousiast over de korte samenwerkingslijnen. Hij is werkzaam bij het in Roermond gevestigde Kennis- en Expertisecentrum de Donderberg, dat zo'n 250 kinderen en jongeren met een speciale leer- en/of ont-



wikkelingsvraag helpt hun weg te vinden richting vervolgonderwijs, dagbesteding of werk.

Een kennismaking in de gymzaal was het startpunt van een goede samenwerking tussen de Donderberg en IKS.Vaes: “Pauline komt regelmatig binnenlopen, waardoor er goed contact is over zowel de school- als de thuissituatie van onze leerlingen. Er zijn nu meerdere ogen die naar de leerlingen kijken en hierdoor kunnen we conflicten beter voorkomen of erop inspelen.”

### Helikopterview

Twintig kilometer ten westen van de Donderberg – in Weert – is Niels Peulen werkzaam bij Punt Welzijn, een dienstverlenende organisatie die alle mensen wil laten deelnemen aan de samenleving. Zelf is Peulen coördinator van Let's Move, dat met sportactiviteiten de jeugd stimuleert om te bewegen.

## “ER WORDEN MAKKELIJKER VERBINDINGEN GELEGD EN KANSEN BENUT DIE IN HET VERLEDEN GEMIST WERDEN”

Niels Peulen

Peulen geeft aan dat er door de komst van een IKS-consulent een regionale helikopterview is ontstaan en dat hij gelooft in deze aanpak, waarin kennis- en expertisedeling centraal staat. “Doordat Pauline weet wat er overal speelt, worden er makkelijker

verbindingen gelegd en kansen benut die in het verleden gemist werden.” Volgens Peulen koppelt Schrooten vraag en aanbod op proactieve wijze aan elkaar, waardoor er evenementen en activiteiten worden georganiseerd die echt voorzien in een behoefte. “Deze doelgroep heeft vaak lokaal te weinig massa om er een aanbod voor te creëren en dit regionale samenwerkingsverband helpt dit probleem uit de weg.” ■

### Noord-Limburg

In Midden-Limburg is er al jaren een goede regionale samenwerking op het gebied van onder meer sport. Het initiatief voor IKS Midden-Limburg is er gekomen op basis van het goede voorbeeld IKS Noord-Limburg. In de vorige editie van dit magazine legde Ed Claassens, namens de gemeente Venlo projectleider voor de sportregio Noord-Limburg, uit dat de doelgroep in de regio Noord-Limburg uit zo'n 27.000 mensen bestaat. “Iedereen Kan Sporten Noord-Limburg draait met een begroting van 191.000 euro per jaar. Het programma heeft ervoor gezorgd dat het aantal verenigingen met aanbod voor deze doelgroep is gestegen van 45 naar 131. Het aanbod is niet alleen gegroeid, maar ook veel gevarieerder geworden. Daarnaast is er onder deze doelgroep een forse groei te zien van deelname aan regionale en landelijke sportevenementen.”



Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie

**Marcel Sturkenboom, directeur**

# “ZORG VOOR EEN GOEDE ‘LANDINGSPLEK’ OM TE BEWEGEN ALS DE ZORG STOPT”

## *Wat is volgens u de kracht van sport en bewegen?*

“Dat het bijdraagt aan een goede gezondheid, iemands kwaliteit van leven en de participatie van mensen bevordert. Helaas wordt de kracht van sport en bewegen niet door iedereen benut. Zo beweegt ruim een kwart van de volwassen bevolking onvoldoende en sport van deze volwassenen ruim vijftig procent niet wekelijks. Deze percentages zijn onder ouderen en volwassenen met (een hoog risico op) een chronische aandoening nog hoger, terwijl sport en bewegen juist voor deze groepen belangrijk is. Te weinig sport en bewegen is niet alleen nadelig voor individuen, ook maatschappelijk worden kansen gemist. Sport en bewegen draagt immers bij aan de realisatie van doelen op het terrein van preventie, gezondheid, participatie en inzetbaarheid, integratie, veiligheid en de economie.”

## *Wat is de kerntaak van uw organisatie?*

“Het Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie (KNGF) is de overkoepelende vereniging van en voor fysiotherapeuten in Nederland. Het KNGF heeft 20.000 leden, bestaat uit twaalf regionale verenigingen en dertien beroepsinhoudelijke verenigingen en beheert het Centraal Kwaliteitsregister (CKR). Fysiotherapeuten zijn experts op het gebied van houding en bewegen. Mensen wenden zich tot een fysiotherapeut omdat zij problemen ervaren met het bewegen of met hun gezondheid. Fy-

siotherapeuten komen via een proces van klinisch redeneren tot een specifieke fysiotherapeutische diagnose, op basis waarvan therapeutische en/of preventieve interventies worden bepaald en uitgevoerd. Het KNGF levert op deze wijze een belangrijke bijdrage aan het gezond en in beweging houden van Nederland. Het beleid van het KNGF is gebaseerd op drie pijlers, te weten leden, belangenbehartiging en kwaliteit. Voor 2016 is ‘verbinden’ het centrale thema. Het verbinden van zorg en sport maakt daar deel van uit. Dit is noodzakelijk om de kracht van sport en bewegen meer te benutten.”

## *Waarom werkt uw organisatie samen met de sport- en beweegsector? Wat levert het u op, wat zou het moeten opleveren?*

“KNGF vindt dat mensen primair zelf verantwoordelijk zijn voor voldoende beweging. Mensen kunnen in de eigen woon- en leefomgeving, in de natuur of bij sportverenigingen zorgen voor voldoende beweging. Overheden bieden burgers ook voorzieningen om te kunnen bewegen en sporten. Het is belangrijk dat mensen zo veel mogelijk - buiten de zorg - zelfstandig bewegen. Voor mensen die hierbij (medische) belemmeringen ervaren is zorg aangewezen, om deze belemmeringen te verminderen en waar mogelijk weg te nemen. Behandelen, adviseren, coachen en begeleiden naar gezond zelfstandig bewegen maken daarom ook

deel uit van de zorg. De zorg moet altijd gericht zijn op het zo veel mogelijk zelfstandig - buiten de zorg - laten sporten en bewegen. Bij het leveren van deze zorg zijn vaak fysiotherapeuten betrokken. Voor het leveren van goede zorg moeten zij binnen de zorg samenwerken, in de eerste lijn (zorg dicht bij huis: huisarts, apotheker), in transmurale zorg (aangeboden door meerdere zorgverleners) en intramurale ketens (zorg buitenshuis, bijvoorbeeld in zorg- of verpleegcentrum), maar ook met de mensen die ondersteuning bij bewegen verlenen in het publieke domein. Samenwerking en afstemming tussen zorg- en sportdomein is een noodzakelijke voorwaarde om de inzet van sport en bewegen lonend te laten zijn voor burger en maatschappij.”

## *Kunt u schetsen hoe de samenwerking met de sport- en beweegsector er in de praktijk uitziet?*

“Wanneer patiënten bij fysiotherapeuten uitbehandeld zijn, is het van belang dat er voor hen een goede ‘landingsplek’ is, om te bewegen buiten de zorg om. De fysiotherapeut heeft een verantwoordelijkheid om zorg te dragen voor een ‘zachte landing’. Hiervoor is samenwerking met sportverenigingen en sportscholen nodig. De buurtsportcoach kan hier een belangrijke coördinerende en initiërende bijdrage aan leveren. Het is raadzaam de landing al in te zetten tijdens de behandeling.

Anderzijds hebben sportverenigingen en sportscholen ook een signalerende en adviesfunctie om mensen die (medische) belemmeringen ondervinden om voldoende te bewegen te adviseren naar een fysiotherapeut te gaan.”

## *Welke tips & trucs of do's en don'ts heeft u voor collega's uit uw branche voor de samenwerking met de sport- en beweegsector?*

- zet de patiënt/cliënt centraal;
- deel en accepteer elkaars belangen;
- neem ambities van samenwerkingspartners als vertrekpunt;
- ga op zoek naar een gezamenlijke betekenisvolle interactie;
- erken elkaars positie en rol;
- werk vanuit 'gelijkwaardigheid';
- houd rekening met persoonlijke overtuigingen en drijfveren;
- werk aan een duurzame samenwerking. ■

**“HET IS BELANGRIJK DAT MENSEN ZO VEEL MOGELIJK - BUITEN DE ZORG - ZELFSTANDIG BEWEGEN”**





Veel enthousiasme en draagkracht in Hengelo

# Sport voor alle basisschool leerlingen

ROELOF JAN VOCHTELOO

Met een gevarieerd BasisAanbodSport laat het gemeentelijke sportstimuleringssteam Hengelo Sport alle basisschoolkinderen in de gemeente Hengelo sporten en bewegen. De samenwerking tussen de gemeente, basisscholen en sportverenigingen staat uitstekend aangeschreven. Tijd voor een gesprek met Chantal Wildemors, beleidsadviseur Sport en Bewegen bij de gemeente Hengelo.



# “IK PROBEER VERBINDINGEN TOT STAND TE BRENGEN, KANSEN TE BENUTTEN EN PARTIJEN TE ENTHOUSIASMEREN”

Chantal Wildemors



## *Wat was voor uw gemeente de reden om in 2008 met Hengelo Sport te starten?*

“Als gemeente Hengelo hebben wij de ambitie om sport, bewegen en een gezonde leefstijl te bevorderen en onze jeugd is hierin een belangrijke doelgroep. In 2008 zijn we op beperkte schaal begonnen met de inzet van Hengelo Sport en anno 2015 bereiken we met een zeer uitdagend en afwisselend sport- en beweegaanbod alle – ruim 8.000 – basisschoolleerlingen in de gemeente. Hiermee realiseren we ongeveer 120.000 sportbewegingen per jaar, waarbij één sportbeweging staat voor vijftig minuten sporten per kind.”

## *Binnen Hengelo Sport werkt de gemeente samen met alle 35 basisscholen en meer dan 40 organisaties en verenigingen op het gebied van sport, welzijn en zorg. Waarom is dit zo'n goed samenwerkingsverband en hoe hebben jullie elkaar gevonden?*

“Op het gebied van sportstimulering heeft de gemeente vele jaren geleden al op beperkte schaal de samenwerking gezocht met het onderwijs. Via de BOS-regeling (Buurt, Onderwijs, Sport), de NASB-projecten (Nationaal Actieplan Sport en Bewegen) en de bredeschoolontwikkeling

hebben we in de loop der jaren veel geïnvesteerd in het leggen en onderhouden van contacten met het onderwijs en de sportaanbieders.”

“Door continuïteit en prioriteit in het beleid aan te brengen en voortdurend met elkaar in gesprek te blijven is het gelukt om in de loop der jaren een stevig fundament te leggen. Hierbinnen heeft Hengelo Sport steeds meer vorm en inhoud gekregen en de input en feedback van scholen, kinderen en ouders is hier nadrukkelijk in verwerkt. Dat maakt dat er binnen het onderwijs in Hengelo veel enthousiasme en draagvlak is voor Hengelo Sport.”

“Binnen deze structuur worden de buurtsportcoaches van Hengelo Sport in de gelegenheid gesteld om hun specifieke kennis en expertise te benutten en vooral te doen waar zij goed in zijn: het samen met het onderwijs en de sportaanbieders daadwerkelijk uitvoeren van een prachtig sport- en beweegaanbod.”

## *Wat is uw persoonlijke rol?*

“Maatschappelijke opgaven, zoals sportstimulering, zijn nooit exclusieve taken van de gemeente. Vanuit die gedachte hebben we de betrokkenheid en inzet van anderen nodig om onze doelstellingen te

## Voordelen voor het basisonderwijs

Katholieke Basisschool De Schothorst maakt als één van de 35 Hengelose basisscholen gebruik van het sportaanbod van Hengelo Sport. Directeur Annet Verlijdsdonk legt uit dat de samenwerking zo goed is omdat Hengelo Sport de spil is tussen gemeente, sportverenigingen en scholen. “Het allerbelangrijkste is dat alle kinderen van de gemeente Hengelo kunnen profiteren van een zeer gevarieerd sportaanbod. Ook de sportverenigingen profiteren van de samenwerking, aangezien zij de basisschoolleerlingen kennis kunnen laten maken met hun vereniging of sport. Tot slot hebben ook de basisscholen er baat bij: ten eerste omdat de organisatie van de schoolsporttoernooien ons grotendeels uit handen wordt genomen en ten tweede omdat onze leerlingen kunnen profiteren van een uitgebreid en gevarieerd sportaanbod.”

Gevraagd naar de inhoudelijke samenwerking stelt Verlijdsdonk: “Binnen de school hebben we een schoolsportcoördinator, die de collega's op de hoogte houdt van de Hengelo Sport-activiteiten en zowel voor interne als externe vragen de contactpersoon is. Verder zijn onze leerkrachten direct betrokken bij Hengelo Sport, omdat zij met hun leerlingen de activiteiten doen.” Als directeur bezoekt Verlijdsdonk de sportactiviteiten waar haar leerlingen aan meedoen en houdt ze ouders via de nieuwsbrief op de hoogte van de activiteiten. Verder is er één keer per jaar een informatiebijeenkomst voor alle scholen, waarbij ze altijd aanwezig probeert te zijn.

Paul Afman, namens de Woolderschool de contactpersoon van Hengelo Sport: “Door de vakkundige organisatie en het enthousiasme van Hengelo Sport is de belangstelling voor het sporten weer opgebloeid. Door de professionele organisatie worden ook onze leerkrachten ontzien. De wijze waarop Hengelo Sport de activiteiten coördineert en organiseert is een geweldige stimulans voor alle scholen en wij zijn bijzonder tevreden over de manier waarop dit in de gemeente Hengelo is geregeld.”



## “Goede buurtsportcoaches zijn van levensbelang”

Raymond van het Bolscher is sportcoördinator bij Hengelo Sport. Als samensteller van de jaarplanning staat hij in nauw contact met alle scholen en de sportverenigingen die bij de diverse activiteiten betrokken zijn. Verder onderhoudt hij ook het contact met diverse instanties en sportbonden – zoals de KNVB, de Johan Cruyff Foundation, ROC S&B, stichting FBK-Games en NOC\*NSF –, geeft hij GYM-lessen en monitort hij alle activiteiten.

“In zo'n samenwerking zijn goede buurtsportcoaches van levensbelang”, zo stelt Van het Bolscher. “Met name als het gaat om goede communicatie en het leggen van verbindingen tussen de diverse partijen. Naast de gemeente zijn dat basisscholen, verenigingen, sportbonden en sportaccommodaties.”

## Judolessen

“Dit is een supergoed initiatief”, zo steekt Marc Haagsma enthousiast van wal. Zijn Judoschool Haagsma verzorgt jaarlijks tientallen judolessen op de verschillende Hengelose basisscholen. Volgens hem zorgt de goede organisatiestructuur en communicatie voor de benodigde duidelijkheid en helderheid. “Het is niet voor niets dat Hengelo Sport een voorbeeld voor veel gemeenten is. Het brengt sport in beweging en dat is goed om te zien.”

Zo'n zes jaar geleden zocht Haagsma zelf contact met de gemeente en inmiddels is er een structurele samenwerking ontstaan. Zelf verzorgt hij enkele lessen voor Hengelo Sport, maar het merendeel komt voor rekening van zijn collega's en de collega's van Judo Promotion Twente. Haagsma legt uit dat hij niet alleen zijn maatschappelijke verantwoordelijkheid neemt, maar dat de samenwerking met Hengelo Sport zijn judoschool ook zichtbaarheid en enkele nieuwe leden – “zo'n tien à vijftien per jaar” – oplevert. Hij besluit met de wens om de judolessen op structurelere basis te verzorgen. “De meesters en juffen aan de kant zien hoe door onze lessen het samenspel in de groep verandert. Jongens en meisjes reageren beter op elkaar en de stoere jongens gaan ook beter met de minder stoere jongens om. Wij zouden deze ontwikkeling graag wat langer vormgeven en kijken momenteel met Chantal Wildemors naar de mogelijkheden hiervoor.”





**SWIM, GYM, EVENTS en TOURNAMENTS**

Het BasisAanbodSport van Hengelo Sport bestaat uit SWIM- en GYM-lessen, EVENTS en TOURNAMENTS. Bertil Pepers, sportprogrammeur, coördinator en docent bij Hengelo Sport: "De SWIM-lessen zijn natte gymlessen, waarbij kinderen op een speelse manier leren zwemmen en hun C-diploma kunnen halen. Tijdens de GYM-lessen maken de kinderen op de schoollocatie kennis met de diverse sporten. Jaarlijks organiseren we tien EVENTS, zoals een sportdag, een ren je rot-quiz, een atletiekweek, een schaats- en een straatvoetbalevenement. Verder organiseren we per jaar TOURNAMENTS in zwemmen, voetbal, cmv (circulatie mini volleybal), dammen, schaken, handbal, beeball, atletiek en tafeltennis."

Pepers stelt dat Hengelo Sport zich door de jaren heen heeft bewezen binnen de gemeente Hengelo. "Alle scholen, sportverenigingen en andere aanbieders zien Hengelo Sport als een zeer betrouwbare partner met specialisten, die een uitgebalanceerd en uitdagend aanbod maken voor alle Hengelose kinderen."



realiseren. Als beleidsadviseur Sport en Beweging probeer ik een regisserende en stimulerende rol te pakken; verbindingen tot stand te brengen, kansen te benutten en partijen te enthousiasmeren. In nauw overleg met mijn collega Bertil Pepers be- waak ik de inhoud van Hengelo Sport en zorg ik ervoor dat er waar nodig en moge- lijk tijdig wordt bijgestuurd."

*Sommige gemeenten zetten hun buurt- sportcoaches (deels) in als vakleer- kracht bewegingsonderwijs, maar uw gemeente heeft daar bewust niet voor gekozen. Waarom niet?*

"Wij vinden dat de scholen zelf verant- woordelijk zijn voor het bewegingson- derwijs op school. Vanuit de gemeente zetten wij juist in op sportstimulering: op kennismaking met verschillende sporten, sportaanbieders en sportlocaties in Hen- gelo. We willen kinderen op een positieve manier in contact brengen met sport en bewegen. Bij alle activiteiten staan samen- werken, talenten ontwikkelen, veiligheid en plezier maken centraal. Ook is er veel aandacht voor respect, bewustwording en een gezonde leefstijl, richting zowel kinderen als hun ouders. Door deze werk- wijze en het doorontwikkelde BasisAan- bodSport hebben we in de afgelopen jaren veel credits opgebouwd bij alle be- trokkenen. Hengelo Sport is een van de pareltjes van het gemeentelijke beleid en is landelijk meerdere keren als *good prac- tice* benoemd."

*Hoe is de financiering geregeld?*

"Hengelo Sport draait met een budget van zo'n 20.000 euro per jaar. Het team van Hengelo Sport bestaat uit elf buurtsport- coaches, bij elkaar 5,8 fte's. Voor veertig procent van de loonkosten kunnen we gebruikmaken van de rijksregeling Brede Impuls Combinatiefuncties. De cofinanciering van de loonkosten is geregeld via gemeentelijke middelen die beschikbaar zijn voor sportstimulering. Verder betalen de scholen - via een beperkte bijdrage per leerling - alle overige bijkomende kosten, zoals de huur van de accommodaties, aan-

**"DE SAMENWERKING MET HEN- GELO SPORT EN HET ONDERWIJS LEVERT DE SPORTVERENIGIN- GEN OOK NOG EEN EXTRA ZAKCENTJE OP"**

Chantal Wildemors



schaf en huur van materialen, prijsjes en inhuur van derden. Voor deze kleine bij- drage mogen de scholen dus overal aan meedoen."

"De lokale sportverenigingen die een bij- drage leveren aan het BasisAanbodSport krijgen hiervoor een beperkte vergoeding. De samenwerking met Hengelo Sport en het onderwijs levert hen - naast de no- dige pr en mogelijke aanwas van nieuwe leden - dus ook nog een extra zakcentje op. Verder hebben we een barterdeal met een lokale supermarktketen. Vanuit haar Maatschappelijk Verantwoord Ondernemen-rol stelt deze jaarlijks duizenden ge- zonde tussendoortjes beschikbaar aan de

deelnemende kinderen. Als tegenprestatie organiseert het team van Hengelo Sport samen met deze supermarktketen jaarlijks een gezonde sportieve wijkdag voor alle buurtbewoners. Dit zijn mooie voorbeel- den van win-winsituaties." ■



Nederlands Huisartsen Genootschap

Ivo Smeele, huisarts en hoofd NHG-afdeling Implementatie

# “ZORG VOOREEN SOCIALE BEWEEGKAART PER WIJK”

## *Wat is volgens u de kracht van sport en bewegen?*

“Sport en bewegen draagt positief bij aan gezondheid, zowel lichamelijk als geestelijk. Mensen die sporten leven langer, gezonder en gelukkiger. Voor mensen met bepaalde ziekten en aandoeningen is het aanleren van een gezond bewegingsgedrag van belang als onderdeel van de behandeling. Daarnaast verbindt sporten ook maatschappelijk.”

## *Wat is de kerntaak van uw organisatie?*

“Het NHG vertaalt resultaten van wetenschappelijk onderzoek in richtlijnen voor de dagelijkse praktijk van de huisarts. Wij zorgen ervoor dat de huisarts over de meest actuele huisartsgeneeskundige kennis, vaardigheden en ‘tools’ kan beschikken om de beste zorg voor de patiënten te leveren. ‘Kennis laten werken’ is ons motto.”

## *Waarom werkt uw organisatie samen met de sport- en beweegsector? Wat levert het u op, wat zou het moeten opleveren?*

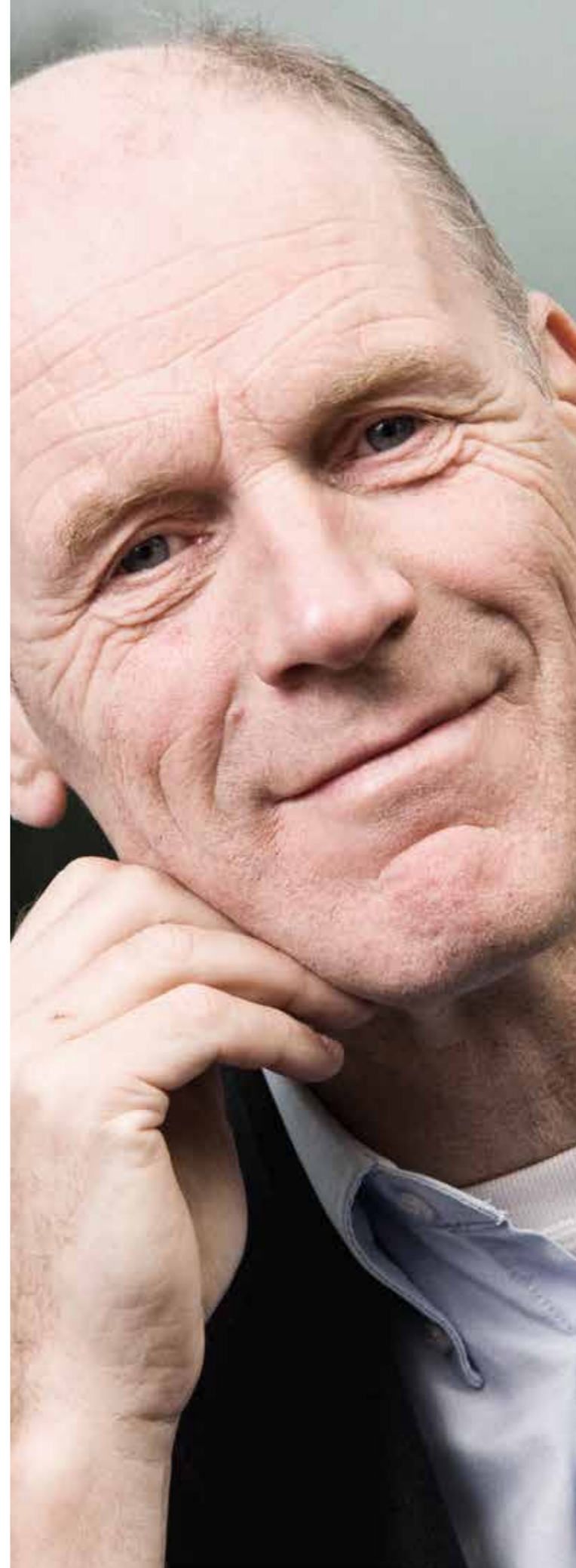
“Huisartsen zien veel mensen die kampen met leefstijlproblemen en psychische problematiek. Medicijnen helpen vaak niet echt en duurzaam, meer bewegen en sporten wel. Verandering van het beweeggedrag van mensen krijg je niet alleen voor elkaar, dat vergt teamwork. Als een huisarts bewegen adviseert, werkt dat beter als er concreet verwezen kan worden naar een activiteit of professional in de buurt. Dus: zorgen voor sociale inbedding.”

## *Kunt u schetsen hoe de samenwerking met de sport- en beweegsector er in de praktijk uitziet?*

“Het NHG werkt als landelijke organisatie vooral samen op landelijk niveau. Onlangs verschenen de NHG-Zorgmodules Leefstijl. Deze bevatten richtlijnen voor leefstijladvisering rond roken, bewegen, alcohol en voeding voor de huisarts en andere zorgverleners, zoals fysiotherapeuten, diëtisten, psychologen en praktijkondersteuners. De leefstijlmodules geven praktische handvatten voor het samenwerken van de huisarts met beweegzorg- en beweegprofessionals: Wanneer en naar wie verwijst je een patiënt, wat kunnen we van elkaar verwachten en welke afspraken maken we met elkaar over verwijzen en terugverwijzen? Een goede ‘sociale kaart’ is hierbij een must, zodat men elkaar goed kan vinden. Ten slotte verwijzen de leefstijlmodules naar de websites voor leefstijlprogramma’s en projecten die als inspiratie kunnen dienen voor gedragsverandering.”

Voor patiënten is samen met patiëntenfederatie NPCF publieksinformatie gemaakt in de vorm van voorlichtingsteksten en -films op het platform [www.thuisarts.nl](http://www.thuisarts.nl). Via het project ‘Preventie in de Buurt’ proberen we, samen met RIVM Centrum Gezond Leven, huisartsen en andere eerstelijns professionals, te prikkelen tot meer samenwerking met sportverenigingen en bijvoorbeeld wandelclubs. Via een aantal regionale netwerkbijeenkomsten is dat op veel plaatsen al gelukt.

Voor huisartsen zijn fysiotherapeuten een belangrijke samenwerkingspartner als het gaat om bewegen. Maar het is ook van



belang zicht te hebben op andere beweegmogelijkheden in de buurt, zoals het aanbod van sportverenigingen. Samenwerken met een praktijk met eigen fitness- en beweegmogelijkheden is het fijnste en verloopt op natuurlijke wijze. Op basis van een beweegconsult (helaas nog niet in de basisverzekering) kunnen zij mensen adviseren. De fysiotherapeut afficheert zich als specialist in beweging, dus kan de huisarts ervan op aan dat hij op de hoogte is van de sociale bewegekaart in de wijk, en dat hij mensen doorverwijst naar beweegactiviteiten in de buurt, gesneden op maat van de patiënt. Want bewegen is alleen duurzaam vol te houden als het ingebed is in een sociale activiteit of structuur. Voor mensen met voldoende zelfmanagementvaardigheden die goed zelfstandig kunnen bewegen is op de hoogte zijn van de mogelijkheden in de buurt het belangrijkste. Een sociale bewegekaart is dan onontbeerlijk.”

## *Welke tips & trucs of do's en don'ts heeft u voor collega's uit uw branche voor de samenwerking met de sport- en beweegsector?*

“Do: kaart het onderwerp aan, inventariseer, exploreer de motivatie tot gedragsverandering en laat de patiënt kiezen wat het beste past. Maak als huisarts afspraken met de fysiotherapeuten naar wie je veel verwijst, over hun rol en doorgeleiding naar beweegactiviteiten in de buurt. Maak, samen met andere zorgverleners, GGD en gemeente, een sociale bewegekaart en maak afspraken over het bijhouden daarvan. De Praktijk Ondersteuner Huisartsen (een verpleegkundige of opgeleide doktersassistente) is een belangrijke spil in het motiveren en adviseren over bewegen. Geef hem of haar die rol! Overleg één tot twee keer per jaar met fysiotherapeuten, praktijkondersteuners en huisartsen over het bewegen door patiënten met diabetes, COPD en hart- en vaatziekten die in ketenzorgprogramma's zijn opgenomen. Laat de zorggroep onderhandelen met de zorgverzekeraar over opname van een beweegadviesconsult in de (keten)zorg en basiszorg.”

Don't: verwacht niet direct grote aantallen bij groepsbeweegactiviteiten. Het gaat langzaam, maar het komt. Als huisartsenpraktijk: adviseer, verwijst, maar organiseer niet zelf; schoenmaker, blijf bij je leest.” ■

“MEDICIJNEN HELPEN  
VAAK NIET ECHT EN  
DUURZAAM, MEER  
BEWEGEN EN SPORTEN  
WEL”





# Voorbeeld dorp Montfort

## Burgerparticipatie: de kracht van samen

EDDY VEERMAN

Kernachtiger kon het niet worden samengevat in het juryrapport van de tweejaarlijkse Nederlandse Dorpsvernieuwingsprijs: "Waar Montfort in gelooft, wordt ook gerealiseerd". En: "In Montfort wordt SAMEN in hoofdletters geschreven". De denk- en doekracht van de burgers in dit Limburgse dorpje leidde tot de tweede plaats in deze deels door het Ministerie van Binnenlandse Zaken gefinancierde verkiezing. Daarbij wordt gekeken naar dorpen die innovatieve activiteiten en initiatieven ontplooiën die bijdragen aan een goed leefklimaat en aan sociale cohesie, leefbaarheid en duurzaamheid.



# “WE HEBBEN GEEN DURE ONDERZOEKEN NODIG OM ERACHTER TE KOMEN WAT MOGELIJK WERKT”

Brigitte van Pol

**M**ontfort, dorp in de gemeente Roerdalen, telt zo'n 3.100 inwoners. "Montfort staat voor samenwerken. Als iemand een idee oppert, staan er gelijk wat mensen klaar om de kar te helpen trekken", zegt Piet Wolters, één van die kartrekkers en met de plaatselijke Verenigingen Raad Montfort bij menig initiatief betrokken. Net als Brigitte van Pol, Wmo-consulente bij de gemeente Roerdalen. "Zo'n anderhalf jaar geleden is het begonnen. Ten behoeve van het project 'Dorpsgericht werken' opperde de toenmalige projectleider, ingehuurd door de gemeente, het idee om ansichtkaarten te versturen aan alle inwoners van Montfort, met de bedoeling hun wensen en ideeën op te schrijven en terug te sturen naar de gemeente. Op een aantal kaarten stond als wens: een eetpunt. Door de projectleider ben ik betrokken geraakt bij deze activiteiten."

"Ik ben aan de slag gegaan, ben afspraken gaan maken met ondernemers, ruimte gaan zoeken waar wij met een groep mensen gebruik van konden maken, het liefst gratis. Een kok zoeken die lekker en vers kookt, niet voor even, maar iemand die een langdurige verbintenis met ons

aan wilde gaan. Tot mijn verbazing ontvingen wij slechts twee aanmeldingen voor de proefmiddag. Dus ben ik het dorp in getrokken, gewoon aanbellen bij inwoners, persoonlijk uitnodigen voor de proefmiddag. En het had succes: tijdens de proefmiddag waren 35 inwoners aanwezig, met als resultaat negentien aanmeldingen voor het eetpunt. Een goed begin."

## Speciale middag

"Een aantal inwoners van Montfort voelt zich alleen en vaak ook eenzaam. Of het



nu alleenstaande mensen zijn of gehuwde, jong of oud, arm of rijk, dat maakt niets uit. Vaak zijn deze mensen ook niet meer in staat om hun sociale contacten uit te breiden. Door ondersteuning van de gemeente Roerdalen kon een laagdrempelige activiteit worden opgezet voor deze inwoners, gewoon een speci-

ale middag. Het kinderkoortje is komen zingen, een buurtbewoner bood spontaan zijn hulp aan, een ex-collega kwam met een goochelact en ik kreeg de medewerking van een ervaren zangeres. Ondernemers gaven wat lekkers voor bij de koffie, twee mannen uit het dorp haalden per auto mensen op en brachten ze weer veilig thuis, de kok van het eetpunt zorgde voor een lekker buffet. Dit alles voor een zeer aantrekkelijke prijs. Wat schetst mijn verbazing: 91 aanmeldingen! Dat kleine beetje extra aandacht, even met ze praten, de warme ontvangst en het lekkere eten - het deed ze goed. Aan het eind van dit jaar komt er weer zo'n speciale middag."

## Motto

Brigitte van Pol en Piet Wolters zijn aanjagers en voelen zich erg betrokken bij de talrijke initiatieven. "In anderhalf jaar tijd



is een groot aantal inwoners als vrijwilliger aan de slag gegaan. Zij hebben deelgenomen aan meer dan vijftien projecten, waarvan de meeste via de Verenigingen Raad lopen. Montfort is een kleine, hechte gemeenschap, met een sterk verenigingsleven en mensen die van aanpakken weten. Verschraving en het wegvallen van voorzieningen, zoals de sluiting van de bibliotheek, het verdwijnen van het muziekonderwijs en andere bezuinigingen, hebben niet tot klagen geleid, maar tot een sfeer van aanpakken en schouders eronder. Zo is een breed palet van initiatieven ontstaan, die allen bijdragen aan sociale vitaliteit, leefbaarheid, gemeenschapszin, woongenot, identiteit en maatschappelijke participatie. Samen geven we invulling aan het motto 'Die van Mo-

## “Kijken naar behoeften en mogelijkheden”

Susanne Hendrix-Janssen van Therapiecentrum Montfort is de aanstichtster van de Fit Test. "Met veel hulp van anderen", haast zij zich te zeggen. "Tijdens een gesprek met de coördinator van de gemeente Roerdalen over de zorg heb ik aangegeven dat er best bewogen wordt in Montfort. Maar als je wilt toetsen hoe fit ouderen werkelijk zijn, dan moet je het meten. Daar rolde de Fit Test uit." "Het samenwerkingsverband in deze werkte goed. Meerdere disciplines hebben bijgedragen aan het opzetten van dit initiatief: huisartsenondersteuning, fysiotherapie, podotherapie, gemeente, Sportvereniging Montfort '60, ouderenzorg, de Zonnebloem en de Katholieke vrouwenbond. Daardoor werd het breed gedragen. De gemeente droeg grotendeels de kosten van de test, die werd uitgevoerd door Menswel. Aan iedere deelnemer werd een bijdrage van 5 euro gevraagd, waarvan de zaalhuur en de kosten van het sportboekje zijn betaald. Begin november zijn we de Fit Test opnieuw gaan plannen. In mei zijn we ook het project 'Bewegen voor mensen met een beperking' begonnen; we hadden meteen twaalf aanmeldingen."

Marianne Slabbers-Bongers van de plaatselijke huisartsenpraktijk is lovend. "Ik ben destijds benaderd door Piet Wolters, een van de initiatiefnemers, om als praktijkondersteuner van de huisartsenpraktijk deel te nemen. Voordeel was dat ik tijdens mijn spreekuur veel mensen zag die ik attent heb kunnen maken op het initiatief van de Fit Test. De kracht van een dergelijk samenwerkingsverband is dat er vanuit allerlei disciplines wordt gekeken naar de behoeften en de mogelijkheden van en voor de mensen. Vorig jaar heb ik in de voorbereidende bijeenkomsten meegedacht om het initiatief tot stand te brengen. Op de dag van de Fit Test was ik een van de beoordelaars die de Fit Testuitslagen met de mensen besprak, met hen de mogelijkheden van sport in het dorp doornam of die hen kon uitnodigen voor een of meerdere proeflessen. Kosten als bijvoorbeeld voor de glucosecontrole heeft de huisartsenpraktijk voor haar rekening genomen. Verder hebben wij pro deo meegewerkt aan dit fantastische initiatief."

"Zo'n groot samenwerkingsverband stimuleert de saamhorigheid in het dorp en brengt mensen samen", zegt Mia Stoffels van Vrouwenvereniging Montfort. "Vanuit onze vereniging proberen we mensen bewust te maken van het belang van dit samenwerkingsverband en het onder de aandacht te brengen."

## De resultaten van meer participatie en samenwerking:

- tegengaan sociaal isolement ouderen;
- meer en beter muziekonderwijs, betere verbinding tussen school en muziekverenigingen;
- meer en beter sportonderwijs, betere verbinding tussen school en sportverenigingen;
- groeiend aantal vrijwilligers actief in het dorp, betere onderlinge afstemming en kruisbestuiving;
- vergroting aanbod voor recreatie en toerisme;
- verbeterde mogelijkheden voor het organiseren van lokale evenementen;
- versterking winkelaanbod;
- eigentijds communicatieplatform;
- versterking gemeenschapszin;
- versterking zelfredzaamheid en zelfwerkzaamheid;
- vergroting sociale cohesie;
- vergroting maatschappelijke betrokkenheid;
- vergroting van trots op eigen dorp;
- behoud van voorzieningen.



# Initiatieven in Montfort

## Fit Test

Als gevolg van een reactie op de ansicht-kaartenactie van een inwoner – die iets wilde doen aan bewustwording van gezonde leefstijl – meldden zich medestanders en



werd een werkgroep gevormd. Er volgde een brainstormsessie die samen met professionals uit het sport-, welzijns- en ouderenwerk leidde tot de wens om een fittest voor ouderen te organiseren. Die test moest ouderen mobiliseren en bewustmaken van hun fysieke gesteldheid en hen tegelijkertijd stimuleren om te gaan en te blijven bewegen. Er waren veel vrijwilligers aanwezig die ondersteunden bij diverse testen op het gebied van reactievermogen, motoriek en evenwicht. Ook werden de bloeddruk en het suikergehalte gemeten. Er waren 84 deelnemers. De uitslag van de test werd meteen erna besproken met de aanwezige gezondheidsspecialisten. Sommige mensen kregen een advies om zich te melden bij de huisarts, om te gaan bewegen of om een diëtiste te raadplegen. Na deze test hebben 23 mensen zich aangemeld bij diverse sportclubs.

## MuziKidz

Als pilot werd wekelijks aan alle groepen van de academische basisschool De Hovenier muziekles gegeven door een vakdocent. Door het positieve effect krijgen alle kinderen van alle basisscholen in de gemeente Roerdalen sinds vorig schooljaar die muziekles. In totaal gaat het hierbij om plusminus 1.200 leerlingen. Met dit initiatief wordt de leemte van muziekonderwijs ingevuld en is een betere aansluiting gerealiseerd tussen school en muziekverenigingen, hetgeen

zich vertaalt in een toestroom van nieuwe jeugdleden, nodig om de verenigingen vitaal te houden.

## Kookclub

In januari is de kookclub gestart. Die mag daarbij gratis gebruikmaken van Biej de Vogel. Van inwoners uit het dorp zijn allerlei keukenbenodigdheden verkregen, zoals pannen, messen, snijplanken, kommen en mixers – alles gratis. De gemeente Roerdalen heeft de kookclub gefaciliteerd door de aanschafkosten te betalen van twee extra kooktoestellen. De groep is divers van samenstelling. Er komen alleenstaande mannen, gehuwde mannen, maar ook jonge mensen die nog niet of weinig hebben gekookt en vrouwen die niet graag koken of er weinig tijd voor hebben vanwege een drukke baan. Ze krijgen les van twee koks. Als het eten klaar is komen de echtgenoten en echtgenotes mee-eten. De deelnemers betalen alles zelf.

## Naoverhulp

Een groep vrijwilligers die hulp biedt bij acute problemen, bedoeld voor mensen die geen netwerk hebben. Te denken valt aan: boodschappen doen, iets ophangen, sneeuw ruimen, post wegbrengen of vervoer naar een arts of ziekenhuis.

## Eetpunt

Eetcafé Biej de Vogel stelt de ruimte waar gegeten wordt gratis ter beschikking. Door de kok wordt gekookt met verse producten



voor de prijs van 7,50 euro per menu. Twaalf gastvrouwen komen bij toerbeurt helpen en er zijn gemiddeld vijftig deelnemers.

## SportKidz

Na het positieve resultaat van MuziKidz is onlangs in Montfort op de basisscholen gestart met de voorbereidingen van sport en spel en bewegen voor alle kinderen, tien uur per week. Samen met een vakdocent is een traject uitgestippeld. Het initiatief wordt ondersteund met subsidie van de gemeente Roerdalen. Effecten van dit initiatief betreffen meer bewegen door de jeugd en een betere verbinding van jeugd/ouders met de sportverenigingen, hetgeen zich vertaalt in nieuwe leden en daarmee een betere basis voor het voortbestaan van deze verenigingen.

## Open bibliotheek

Na signalen uit het dorp is gebleken dat er door de sluiting van de bibliotheek onder volwassenen behoefte is aan een plek waar men boeken kan lenen. Vorig jaar is de bieb geopend en deze wordt gerund door



24 vrijwilligers. De uitleen is kosteloos. Ook het koffie-vertel-zitje is steeds druk bezet. De boekencollectie is het resultaat van een inzamelingsactie in het dorp.

## Kasteel

De eeuwenoude kasteelruïne van Montfort wordt door jarenlange inzet van een grote groep vrijwilligers langzaam maar zeker weer een kasteel. En daarmee een identiteitsdrager, ontmoetingsplek en aanjager voor (kleinschalige, maar ook steeds vaker grote) activiteiten en evenementen op het gebied van toerisme en recreatie.

## Mofert Mien Dörpke

Dit is een spontaan initiatief op Facebook, met overwegend oude foto's, uitgegroeid tot een communicatieplatform dat door meer dan 1.600 inwoners en oud-inwoners actief wordt gevolgd. Hierdoor is de pagina geleidelijk veranderd van oudefotopagina naar informatiebron over activiteiten, ontwikkelingen, et cetera. Dankzij medewerking van enkele verdienstelijke lokale fotografen en filmmakers wordt vaak al dezelfde dag verslag gedaan van activiteiten en gebeurtenissen. Dit draagt bij aan gemeenschapsgevoel, lokale trots en betrokkenheid.

## Bezorgdienst

Een discussie over kerstpakketten op de Facebookpagina Mofert Mien Dörpke leidde eind 2013 tot het initiatief om mensen die hun kerstpakket konden missen in de gelegenheid te stellen om dit op een centraal punt in te leveren, om ze vervolgens te bezorgen bij mensen (gezinnen, alleenstaanden, et cetera) die een steuntje in de rug kunnen gebruiken.

## Mofert Mien Dörpke in Concert

Alle muziekverenigingen, koren, bands en solisten bundelen hun krachten om kosteloos gezamenlijk een gemeenschapsconcert te organiseren in de plaatselijke sporthal.

## “ALS IEMAND EEN IDEE OPPERT, STAAN ER GELIJK WAT MENSEN KLAAR OM DE KARTE HELPEN TREKKEN”

Piet Wolters



fert haaje euverein', wat vrij vertaald betekent: in Montfort zetten we de kracht van zelfredzaamheid in voor de gemeenschap. Daar zijn we trots op.”

## Gepamperd

Initiatieven ontstaan van onderop, maar omdat snel de verbinding wordt gezocht kunnen in een vroeg stadium dwarsverbanden gelegd en kruisbestuiving georganiseerd worden, waardoor ze geleidelijk uitgroeien tot een samenhangend geheel. De initiatieven richten zich deels op specifieke leeftijdsgroepen (schoolkinderen, senioren), maar hebben deels ook een verbindend karakter over generaties heen. De initiatieven hebben betrekking op culturele, sociale en economische aspecten en het betrekken van groepen in een maatschappelijk isolement. “Wat hier door ‘samen’ gebeurt, is bovennatuurlijk”, zegt Van Pol. “Onze wethouder Wmo en de betreffende beleidsmedewerker hebben veel belangstelling voor de projecten in Montfort. Zij informeren regelmatig naar de laatste stand van zaken. Zo waren onze burgemeester en wethouder ook aanwezig tijdens de finale van de Dorpsvernieuwingsprijs 2015.”

“Weet je, in de jaren zeventig en tachtig hebben wij de mensen veel verantwoordelijkheden uit handen genomen, gepamperd. Ouderen werden geplaatst in bejaardenhuizen. Zij hoefden niets meer te doen. En nu moet het roer weer om, terug naar de andere kant. Er wordt gesproken van participatie en zelfredzaamheid. Het kan, maar dan moeten wij mensen wel leren hoe zij dat kunnen bereiken. En ze hierin ondersteunen.”

“Verbinden is het sleutelwoord. Met elkaar en door elkaar. Opnieuw ontdekken wat wij voor elkaar kunnen betekenen, de sociale contacten uitbreiden. Iedereen heeft een stem in de activiteiten die wij ondernemen. We hebben geen dure onderzoeken nodig om erachter te komen wat mogelijk werkt. Gewoon vragen aan de mensen die het aangaat. Wij doen het sámen.” ■

## Mogelijke rol buurtsportcoach

Een buurt(sport)coach in een dorpsomgeving moet vooral goed kunnen luisteren en zo nodig doorvragen. Oprechte belangstelling hebben in het dorp en de mensen waarmee hij werkt en zich open en kwetsbaar kunnen opstellen. De buurtsportcoach is betrouwbaar en heeft een goed ‘gevoel’ voor en zicht op netwerken en het leggen van verbindingen. Hij neemt initiatieven niet over, draagt geen oplossingen aan, is dienstbaar en begeleidt, spiegelt en faciliteert. Het is een sparringpartner, die loslaat zodra de initiatieven op eigen benen staan. Hij heeft draagvlak bij zoveel mogelijk inwoners.



MEE Rotterdam Rijnmond  
**Marjolijne Lewis, directeur**

# “BOUW EEN NETWERK DAT MENSEN HELPT DUURZAAM ZELFREDZAAM TE WORDEN”

## *Wat is volgens u de kracht van sport en bewegen?*

“De kracht van sport en bewegen voor onze doelgroep is de veelvoud aan positieve ontwikkelingen die het sporten met zich meebrengt. Mensen met een beperking doen meestal prima mee in de samenleving, maar een klein deel van hen lukt dat niet. Zij hebben weinig sociale contacten en problemen op veel gebieden. Wanneer het ons lukt om voor deze groep een invulling te geven aan sport en bewegen, zien wij een grotere opbrengst dan alleen de sportbeoefening. We zien mensen weer in contact komen met elkaar, we zien hen succes ervaren en gezonder worden.”

## *Wat is de kerntaak van uw organisatie?*

“MEE Rotterdam Rijnmond ondersteunt kwetsbare mensen met een beperking om weer grip op hun leven te krijgen. Dit doen wij door aan te sluiten op de mogelijkheden van de cliënten zelf en hen te helpen een netwerk van informele en formele zorg om zich heen te bouwen dat hen helpt duurzaam zelfredzaam te worden.

Onze sportconsulenten combineren hun expertise op het gebied van sport en mensen met een beperking met up-to-date kennis van het aanbod, en helpen hierdoor veel mensen met het vinden en daadwerkelijk beoefenen van een sport.”

## *Waarom werkt uw organisatie samen met de sport- en beweegsector? Wat levert het u op, wat zou het moeten opleveren?*

“MEE werkt samen met de sector om de mogelijkheden voor onze doelgroep in Rotterdam en omstreken zo groot mogelijk te maken. In de loop der jaren heeft dit geleid tot een groeiend aantal opties en vele (nieuwe) sporters erbij. De samenwerking werkt naar beide kanten: aanbieders of verenigingen zien een toename van leden en worden ondersteund met expertise. En MEE heeft meer geschikt aanbod voor haar cliënten.

Regionale samenwerkingsverbanden en lokale sport- en beweegaanbieders gericht op mensen met een beperking kunnen sinds kort ook versterkt worden via het landelijke programma Gren-



zeloos Actief, waar MEE Nederland partner in is. Zo maken we samen sport en bewegen voor iedereen mogelijk.”

## *Kunt u schetsen hoe de samenwerking met de sport- en beweegsector er in de praktijk uitziet?*

“Na een succesvolle start op eigen kracht is MEE tegenwoordig kernpartner in de netwerkorganisatie Rotterdam Sport op Maat, landelijk een van de goede voorbeelden van samenwerking. Sommige activiteiten binnen dit netwerk zijn met name gericht op het aanbod, andere richten zich meer op de vraag van de persoon. We brengen altijd onze expertise in: de invalshoek van de cliënt en zijn mogelijkheden.”

## *Welke tips & trucs of do's en don'ts heeft u voor collega's uit uw branche voor de samenwerking met de sport- en beweegsector?*

“Maak voor je eigen organisatie helder waar de focus ligt. Zoek samenwerking met partijen die ook staan voor de mogelijkheid van sport en bewegen voor mensen met een beperking. Houd oog voor de mate van zelfredzaamheid en de wensen van de persoon. Vergeet niet dat er heel veel mogelijk is.” ■

“HOUD OOG VOOR  
DE MATE VAN  
ZELFREDZAAMHEID EN  
DE WENSEN VAN DE  
PERSOON”





# Beweegadvies op maat

## Fitte 55-plussers in Sittard-Geleen

ROELOF JAN VOCHTELOO

Een fitheidstest, gevolgd door een beweegadvies, een beweegmarkt en een beweegprogramma. Dat is in een notendop de weg die stichting Ecsplora 55-plussers in Sittard-Geleen laat bewandelen naar een gevarieerd beweegaanbod en een gezonde leefstijl.



# “HET STUREN VAN BRIEVEN WERKT ENORM GOED; MET ENKEL EEN ADVERTENTIE ZOULDEN WE VEEL MINDER MENSEN TREKKEN”

Jorn van Harwegen den Breems

**E**csplora, dat ook actief is in de gemeenten Schinnen en Stein, voert in samenwerking met Sportstichting Sittard-Geleen het sport- en bewegbeleid van de gemeente Sittard-Geleen uit. Met het inzetten van combinatiefunctionarissen en buurt-sportcoaches werkt Ecsplora - onderdeel van de PIW Groep - aan het realiseren van een vijftal doelstellingen. Een daarvan is het stimuleren van een gezonde leefstijl en een passend beweegaanbod voor senioren.

## Fitheidstest en bewegadvies

De gemeente Sittard-Geleen bestaat uit dertien clusters in vijf verschillende stadsdelen. De samenwerking met de gemeente stelt Ecsplora in staat om in elk cluster inwoners van 55 jaar en ouder aan te schrijven met een uitnodiging voor een gratis fitheidstest in de buurt. “Gemiddeld sturen we per keer 2.000 à 3.000 mensen zo’n brief”, vertelt Jorn van Harwegen den Breems, combinatiefunctionaris senioren bij Ecsplora.

In totaal organiseert de stichting zes fitheidstesten per jaar, waar per keer zo’n 250 à 350 senioren op af komen. Zij vullen dan een Par-Q-vragenlijst (Physical Activity

Readiness Questionnaire) in en doen een zevental testen: bloeddruk, lengte, gewicht, lenigheid, knijkracht, valrisico en een wandeltest van zes minuten. Op basis van de uitkomsten van die test en een gesprek krijgen ze van de aanwezige fysiotherapeuten een persoonlijk bewegadvies.

## Beweegprogramma en beweegmarkt

Met het bewegadvies in hun achterhoofd gaan de deelnemers aan de fitheidstest een beweegmarkt over, waar de sport- en beweegaanbieders uit de buurt zich verzameld hebben: van yoga- tot zwemsessies en van nordic walking tot valpreventie door de fysiotherapeut.

Van Harwegen den Breems: “Ten tijde van het bewegadvies kunnen ze zich gelijk opgeven voor een twaalf weken durend beweegprogramma. Daarin krijgen ze een gevarieerd sportaanbod voorgeschoteld door Ecsplora en de verschillende sport- en beweegaanbieders. Dit beweegprogramma start twee weken na de fitheidstest en kost slechts 10 euro. Als ze na die twaalf weken door willen blijven sporten, dan kunnen ze kiezen uit een van de sportaanbieders waarmee ze kennigemaakt hebben, maar ze hebben ook de mogelijkheid om met dezelfde groep op hetzelfde tijdstip door te blijven sporten. Indien ze



## Eigen draai

Jorn van Harwegen den Breems trad in september 2013 als combinatiefunctionaris in dienst bij Ecsplora. De eerste maanden greep hij aan om uit te vinden en uit te dragen wat hij met de 55-plussers wilde gaan doen. “Ik heb bestaande wielen gepakt en daar mijn eigen draai aan gegeven. Een van die bestaande wielen is het GALM-project, dat ook uit een test, advies en programma bestaat. Vervolgens ben ik in januari 2014 begonnen met de eerste fitheidstest en beweegmarkt in Sittard-Oost.” Van Harwegen den Breems geeft al negen jaar les aan senioren, is ruimschoots gediplomeerd en stelt dat het een must is om affiniteit te hebben met de doelgroep. “Het is een specifieke doelgroep met eigen wensen en interesses. Ik geef zelf ook les in het beweegprogramma en vind het leuk om te zien dat veel van de deelnemers ervoor kiezen om door te gaan met bewegen.”

dat laatste willen, proberen wij ze onder te brengen bij bijvoorbeeld het programma Meer Bewegen voor Ouderen.”

De eerste twee keer organiseerde Ecsplora enkel een fitheidstest en bewegadvies, maar omdat ze beter wilde monitoren hoeveel mensen er gaan en blijven bewegen, besloot ze om het beweegprogramma toe te voegen. “Tot op heden hebben we goede resultaten geboekt”, legt Van Harwegen den Breems uit. “Van de 2.000 à 3.000 mensen die we per keer aanschrijven meldt meer dan tien procent zich aan en de helft daarvan geeft zich na de fitheidstest op voor het beweegprogramma. Daarvan komt tachtig procent opdagen en van die groep gaat zestig procent door met bewegen. Al met al hebben we al meer dan tien beweeggroepen opgestart.”

## Promoten

Volgens Van Harwegen den Breems is deze manier van werken zo succesvol om-



### HOE FIT BENT U? LAAT U TESTEN!

**WAT**  
Gratis fitheidstest, bewegadvies, beweegprogramma en informatie over een gezonde levensstijl! Een beweegmarkt bestaande uit verschillende stands van sport- en beweegaanbieders uit Born en kleine kernen. Aangeboden door Stichting Ecsplora en SPRINT.

**WIE**  
Mensen vanaf 55 jaar en ouder uit Born/Buchten/Hottum/Grasheide.

**WANNEER**  
Dinsdag 11 december  
09:00 - 21:00 uur

**AANMELDEN**  
Aanmelden voor 26 november. Via het aanmeldformulier dat u heeft ontvangen van Ecsplora of via [www.ecsplora.nl](http://www.ecsplora.nl)

**WAAR**  
In Gemeenschapshuis Born  
Prins Bismarckstraat 5, 6121 JE Born

Jorn van Harwegen den Breems  
06 - 481 288 86 | [jharwegen@ecsplora.nl](mailto:jharwegen@ecsplora.nl)

volg ons ook via [f /ecsplora](https://www.facebook.com/ecsplora) [@ecsplora](https://www.instagram.com/ecsplora)



**Wethouder Guyt**

Ruud Guyt, wethouder van Sittard-Geleen: "Sporten is voor zeer veel mensen een zinvolle en vooral leuke actieve vrijetijdsbesteding. Het draagt ook bij aan het verbeteren van de gezondheid en fitheid van de inwoners en het opbouwen en onderhouden van sociale contacten. Daarom onderstreep ik het belang van de fitheidstest, de beweegmarkt en het beweegprogramma van harte. Mensen kunnen ontdekken wat sport met hen doet."



**Drie petten, één samenwerking**

Robin Vranken is op meerdere manieren bij het bestaande programma betrokken. Hij is projectleider Kracht van Sport bij het BOSS Park, een park in Sittard-Oost waar buurtbewoners elkaar kunnen ontmoeten en sociale, culturele en sportieve activiteiten kunnen ondernemen. Het BOSS Park droeg begin 2014 zorg voor de eerste locatie van de fitheidstest en beweegmarkt. Vranken is tevens praktijkcoördinator van Houben Fysiotherapie en in die rol betrokken bij de fitheidstest, het beweegadvies, de beweegmarkt en het beweegprogramma. Net als zijn collega's vindt hij ouderenparticipatie erg belangrijk. "Onze praktijk heeft als motto #RustRoest en dat zegt al genoeg. In het kader van vergrijzing is het algemeen bekend dat we ervoor moeten zorgen dat senioren zo lang mogelijk vitaal en mobiel blijven."



Voordat Vranken in 2013 als Sport- en Bewegingsdeskundige afstudeerde aan Fontys Sporthogeschool Eindhoven was hij meerdere jaren als stagiair actief binnen PAC Sittard-Geleen, dat een belangrijke taak vervult binnen dit programma (zie kader PAC). Volgens hem zit het succes van het programma met name in het bereik via de gemeente Sittard-Geleen. "Via de database worden de juiste mensen per brief benaderd en dus niet via sociale media en de moderne communicatietools. Dit komt bij de 55-plussers als zeer uitnodigend over en dat hoor je ook terug als ze de fitheidstest komen doen."



dat de mensen persoonlijk aangesproken worden en ze in hun eigen vertrouwde wijk terecht kunnen. "We benaderen de huisartsen altijd vier of vijf weken van tevoren en ook hebben we contact met bijvoorbeeld de ouderenbonden, zodat iedereen in het stadsdeel op de hoogte is van onze komst. Het feit dat zo veel partners - zoals fysiotherapeuten, sport-

aanbieders, voedingsconsulenten en wijksteunpunten - vrijwillig hun bijdrage leveren is geweldig. De enige vergoeding die ze daarvoor krijgen is dat ze zichzelf bij de doelgroep mogen promoten."

**Houben Fysiotherapie**

Houben Fysiotherapie is zo'n partij die zich kosteloos verbindt aan de fitheidstest,

**"HET STREVEN IS OM IN 2016 NOG MEER BEWEEGACTIVITEITEN IN DE WIJKSTEUNPUNTEN TE LATEN PLAATSVINDEN"**

Mathilde Reijnders



de beweegmarkt en het beweegprogramma. Pas als mensen vanuit het beweegprogramma doorstromen naar het reguliere aanbod van Houben Fysiotherapie worden er kosten in rekening gebracht. Volgens eigenaar Roy Houben zit de kracht van het initiatief in de samenwerking tussen de nuldelijnszorg en eerste lijnszorg, die wijkgericht georganiseerd

wordt. Hij geeft aan dat Houben Fysiotherapie meedoet omdat hij en zijn medewerkers een bijdrage willen leveren aan een wijkgerichte aanpak van beweegarmoede en ouderenparticipatie willen stimuleren. "Dit past binnen de doelstellingen van ons bedrijf. De manier waarop de diverse partners op elkaar aansluiten - van screening naar interventie naar paramedische begeleiding - is perfect."

**Wijksteunpunten**

De eerste ontmoeting tussen Houben Fysiotherapie en Ecsplora vond plaats in één van de zeven wijksteunpunten die Sittard-Geleen rijk is. Hier zijn met name 55-plussers welkom voor advies, ondersteuning of gewoon een gezellig kopje koffie. Namens Partners in Welzijn - net als Ecsplora onderdeel van de PIW Groep - coördineert Mathilde Reijnders deze wijksteunpunten, die het doel hebben om 55-plussers en mensen met een beperking zo lang mogelijk thuis te laten wonen.

"Met de fitheidstest en activiteiten van Ecsplora kunnen wij onze doelgroep bewustmaken van het belang van bewegen", zo legt Reijnders uit. "Bewegen vertraagt niet alleen het verouderingsproces, maar is ook een vorm van ontmoeting en ontspanning. Dit bevordert het gevoel van kunnen participeren in de maatschappij en het leggen en onderhouden van een sociaal netwerk. Zaken waar wij en onze wijksteunpunten veel waarde aan hechten."

Over de samenwerking tussen de wijksteunpunten en Ecsplora zegt Reijnders: "Het wijksteunpunt spoort de doelgroep aan om deel te nemen aan de fitheidstest en beweegmarkt en doet via de website en flyers ook aan promotie richting de rest van het netwerk. Bij zo'n beweegmarkt kan een wijksteunpunt zichzelf profileren en soms vinden de beweegactiviteiten ook in een wijksteunpunt plaats. Het streven is om in 2016 nog meer beweegactiviteiten in de wijksteunpunten te laten plaatsvinden."

**Meer Bewegen voor Ouderen**

Ook Reijnders' Partners in Welzijn-collega Gea Meppelink is enthousiast over de

**"ALLEN HEBBEN WE HET DOEL OM ZO VEEL MOGELIJK SENIOREN IN DE GEMEENTE SITTARD-GELEEN AAN HET BEWEGEN TE KRIJGEN"**

Gea Meppelink

samenwerking met Ecsplora en de overige partners. Zij is projectleider van het project Meer Bewegen voor Ouderen, dat naadloos aansluit bij het aanbod binnen dit programma. "Allen hebben we het doel om zo veel mogelijk senioren in de gemeente Sittard-Geleen aan een gezonde leefwijze en aan het bewegen te krijgen." Namens Meer Bewegen voor Ouderen staat Meppelink op de beweegmarkt om deelnemers aan de fittesten van informatie en antwoorden te voorzien op het gebied van beweegactiviteiten en gezonde voeding. Meppelink: "Tijdens de fittesten en beweegmarkten ontmoet ik

ook andere netwerkpartners en kunnen we elkaar informeren en ondersteunen en waar mogelijk efficiënt samenwerken. Door binnen de stadsdelen en wijken verbindingen te leggen komen we tot een optimale samenwerking." ■

**Physical Activity Centre-partnership Fontys Sporthogeschool**

Ecsplora heeft een samenwerking met Fontys Sporthogeschool binnen het onderwijsleerbedrijf Physical Activity Centre (PAC). Sofie Moresi en Jeroen Bovens, verantwoordelijk voor de organisatie van deze PAC-partnerships, geven tekst en uitleg.

Moresi: "Binnen dit PAC-partnership, dat zich onder meer richt op senioren in Sittard-Geleen, werken professionals van Ecsplora, Sportstichting Sittard-Geleen en Fontys Sporthogeschool actief samen met 24 studenten en overige partners uit het werkveld."

Bovens licht toe: "Onder deskundige begeleiding nemen de studenten fittesten af, geven beweegadviezen, organiseren beweegmarkten en begeleiden senioren bij een beweegprogramma op maat. Na afloop van dit twaalf weken durende programma geeft de student een beweegadvies op maat, waarna het mogelijk is om bij lokale sport- en beweegaanbieders in te stromen om zo de sportparticipatie te stimuleren." "Tijdens deze werkzaamheden doen de bachelor- en masterstudenten, onder auspiciën van het lectoraat 'Move to Be' van Fontys Sporthogeschool, onderzoek naar de fysieke fitheid en het sedentair gedrag en beweeggedrag. Ook fungeren deze settings als een authentieke proeftuin om diverse technologieën uit te testen, die 'een leven lang bewegen' kunnen ondersteunen", zo besluit Moresi.





Zilveren Kruis  
**Gert Jan Vreken, merkadviseur**

# “ALS JE EEN PARTNERSHIP AANGAAT, MOET DIT AANSLUTTEN BIJ HET DNA VAN JE BEDRIJF”

*Wat is volgens u de kracht van sport en bewegen?*

“Door te sporten en te bewegen blijven we langer vitaal, zowel fysiek als mentaal. Zo zorgen we dat we gezond blijven.”

*Wat is de kerntaak van uw organisatie?*

“We kiezen specifiek voor initiatieven die direct bijdragen aan het in beweging brengen van de jeugd. We willen hiermee een basis leggen voor een gezondere en actievere leefstijl, een leven lang. Want: jong geleerd is oud gedaan. Met als doel dat ze weerbaar, zelfverzekerd en gelukkig zijn.”

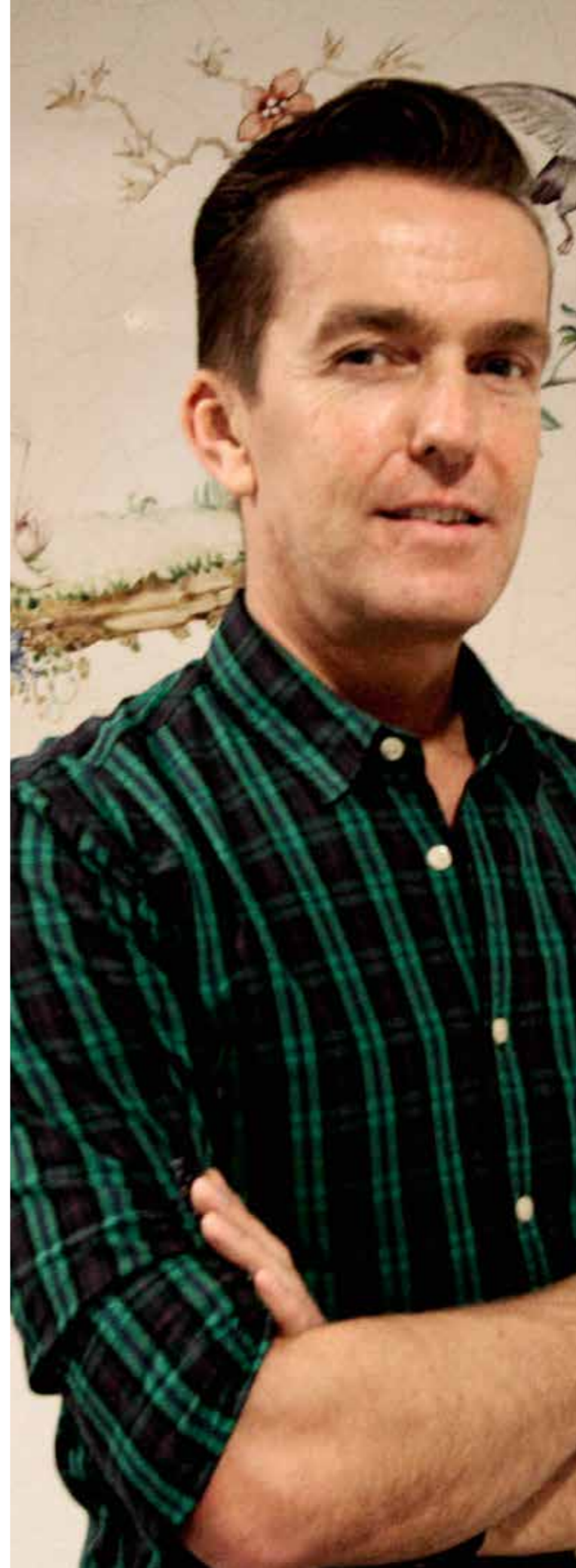
*Waarom werkt uw organisatie samen met de sport- en beweegsector? Wat levert het u op, wat zou het moeten opleveren?*

“We werken met NOC\*NSF samen om de jeugd in beweging te brengen. De sportkoepel helpt ons de juiste keuzes te maken in de initiatieven die we ondersteunen en hoe we dat doen. Zo zijn we partner van Schooljudo, het grootste schoolsportprogramma

voor het basisonderwijs. Hier doen jaarlijks 30.000 kinderen aan mee. Daarnaast zijn we partner van Olympic Moves, de grootste schoolsportcompetitie voor het voortgezet onderwijs, met 100.000 deelnemende scholieren. En om nog meer kinderen de mogelijkheid te geven te sporten en bewegen zijn we partner van het Jeugdsportfonds, om zo ook financiële drempels weg te nemen en zo veel mogelijk kinderen in staat te stellen om te sporten. Zo dragen we structureel bij om de jeugd meer en blijvend in beweging te brengen. Daarnaast helpen wij NOC\*NSF met onze kennis over verzekeren. Zo hebben we deze kennis toegepast om een speciale zorg- en arbeidsverzekering te ontwikkelen voor topsporters.”

*Kunt u schetsen hoe de samenwerking met de sport- en beweegsector er in de praktijk uitziet?*

“We werken al lange tijd samen met de sportkoepel, maar ook met verschillende sportbonden. Al sinds 2008 is Zilveren Kruis supplier van NOC\*NSF. Dit is onlangs uitgebreid naar een



volledige Partner in Sport-samenwerking. De ervaringen die we opdoen met de verzekering voor topsporters zetten we in voor goede verzekeringen die beschikbaar zijn voor al onze klanten, zoals de breedtesportpolis. Dit is een polis die via NOC\*NSF of via de bond is af te sluiten. Bij iedere nieuwe polis geven wij een bedrag aan NOC\*NSF of de bond voor sportieve uitgaven. Op deze manier investeren we in de sport. Via deze en vele andere oplossingen zijn we dé verzekeraar voor iedereen in de sport.”

*Welke tips & trucs of do's en don'ts heeft u voor collega's uit uw branche voor de samenwerking met de sport- en beweegsector?*

“Als je een partnership aangaat moet dit volledig aansluiten bij het DNA van je bedrijf. In ons geval: we zijn écht vanuit intrinsieke motivatie bezig om de jeugd in beweging te krijgen.” ■

**“WE ZIJN ÉCHT VANUIT INTRINSIEKE MOTIVATIE BEZIG OM DE JEUGD IN BEWEGING TE KRIJGEN”**





# Twee werelden verenigd

Sport als de bindende factor in jeugdzorg Amsterdam

EDDY VEERMAN

Hoe kunnen jeugdzorg en sport samen jongeren structuur en veiligheid bieden als ze even de weg kwijt zijn? Acht jaar geleden kwam het in Amsterdam samen in het Sportzorg-traject dat onderdeel was van het WWS-programma Meedoen alle Jeugd door Sport. Buurtsportcoach Tessa Blom zette het op. "De samenwerking tussen de sportvereniging en de hulpverlening moest worden verbeterd."



## “ZET ÉÉN STAP NAAR MIJ EN IK DOE ER DRIE NAAR JOU”

Mohamed Ettajiri

**T**essa Blom is Sportzorg-coördinator bij Altra, een grote instelling voor speciaal onderwijs en jeugd- en opvoedhulp in Amsterdam en omstreken. Zij is afgestudeerd kinder- en jeugdpsycholoog en heeft zelf jarenlang fanatiek gesport. “Ook heb ik vanaf mijn dertiende training gegeven aan diverse jeugdteams. Acht jaar geleden heb ik voor Altra ‘Sportzorg’ opgezet. Dat was destijds een initiatief van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) en had als doel de samenwerking tussen sportverenigingen en -bonden en de jeugdhulpverlening te verbeteren.”

### Minder uitval

“Het goede aan de samenwerking tussen sportvereniging en hulpverlening is dat het twee werelden betreft die voorheen niet of nauwelijks met elkaar te maken hadden en waartussen geen overleg was. Als ik als hulpverlener destijds een kind wilde helpen een sportvereniging te zoeken, dan kostte het me veel tijd om bij de juiste persoon uit te komen. Aan de andere kant hebben veel vrijwilligers en verenigingen moeite met het goed begeleiden van kinderen die om wat voor re-

den dan ook extra aandacht behoeven. Wij merken dat overleg, afstemming en ondersteuning een meerwaarde is voor alle partijen. Daardoor is het voor jongeren in deze doelgroep makkelijker de weg te vinden naar de vereniging én we merken dat de uitval nu minder is.”

Als buurtsportcoach fungeert Blom als verbindingspersoon en aanjager tussen de partijen. “Ik probeer hulpverleners te motiveren zich in te spannen voor het vinden van een goed en passend sportaanbod dicht bij huis en ik probeer verenigingen en trainers te zoeken die affiniteit hebben met deze doelgroep. Die zoektocht onderneem ik zelf.”

Een deel van de samenwerking is tot stand gekomen tijdens het project van VWS en is mede te danken aan goede contacten met de sportbonden. Als Sportzorg-coördinator werkt Blom voor de gemeente Amsterdam. “Er is een activiteitenbudget voor initiatieven speciaal voor deze doelgroep en/of activiteiten waarbij de nadruk meer ligt op sport als middel, naast sport als vrijetijdsbesteding.”

### JOS Watergraafsmeer: delen in de samenwerking

Tom Verhoek past perfect in het door Blom geschetste plaatje, zowel vanuit zijn vakgebied als vanuit hobby en passie. “Op

veertienjarige leeftijd ben ik begonnen als voetbaltrainer/coach van Argon F1 in Mijdrecht. Vervolgens ben ik jeugdtrainer geweest bij Legmeervogels, Buitenveldert en nu bij JOS Watergraafsmeer. Drie jaar geleden ben ik geslaagd voor mijn TC2-diploma, wat inhoudt dat ik tot en met de tweede klasse senioren en eerste divisie jeugd training mag geven. Inmiddels heb ik ontdekt dat mijn uiteindelijke doel is om hoofdtrainer te worden van een seniorenelftal”, zegt de afgestudeerde sportpedagoog. “Prestatiegericht werken past beter bij mij dan opleiden. Dit houdt niet

## “WIJ MERKEN DAT OVERLEG, AFSTEMMING EN ONDERSTEUNING EEN MEER- WAARDE IS VOOR ALLE PARTIJEN”

Tessa Blom



in dat ik het werken met jeugd niet leuk vind; vooral het werken met jongens die het qua achtergrond wat minder getroffen hebben dan anderen vind ik interessant.” “Tessa is mijn opdrachtgever. Ik geef haar de contactgegevens van de trainers/coördinatoren die zij nodig heeft en ondersteun waar nodig. Samen proberen

### “Onrust in de hulpverlening”

Is de transitie van de jeugdzorg naar de gemeenten nadelig of juist een uitkomst? Tessa Blom: “Het brengt in ieder geval veel onrust en onduidelijkheid met zich mee in de hulpverlening. Dat gaat ten koste van dit soort programma’s. Het is de vraag hoe het in de toekomst zal gaan. De transitie ging ook gepaard met veel bezuinigingen: hulpverleners moeten het doen in minder tijd, waardoor ze sommige jongeren (nog) minder goed kunnen bereiken. Sportzorg kan daarin helpen, omdat we deze jongeren met sport soms wel kunnen bereiken. Als we de kracht van sport goed inzetten, kun je er veel mee bereiken. Maar het moet dan wel om een goed programma gaan, met goede trainers, dus je zult moeten investeren. Je kunt niet zomaar verwachten dat ‘gewone’ trainers goed met deze kinderen kunnen omgaan en ook nog aan hun sportdoelen kunnen werken.”

we zogeheten Sportzorg-kinderen lid te maken van JOS. Helaas wordt dit steeds moeilijker, omdat de vereniging zo goed als vol zit. Maar alle kinderen moeten kunnen sporten en daarom is het belangrijk dat ook de minder getalenteerde voetballers bij een vereniging terecht kunnen. Dat geldt zeker voor Sportzorg-kinderen. Voor hen is het samen sporten, met ouders die alle randvoorwaardelijke zaken regelen, namelijk niet zo gewoon. Het zou mooi zijn als verenigingen en/of trainers hen daarbij kunnen ondersteunen.”

Voor Verhoek voelt het delen in de samenwerking als vanzelfsprekend. “Het is simpel: als iemand binnen de vereniging trainer is en zich verantwoordelijk voelt voor Sportzorg-kinderen én bereid is alle taken op zich te nemen, dan kan er een samenwerking tot stand komen.” De ervaring die ze opdoen verrijkt hen als trainer en persoon. “Ze worden er niet apart voor betaald.”

### Geen enge, boze draak

De Stichting Ajuau & Etta Gym – ook één van de partners – staat voor meer dan kickbokslessen. Als ambulante jongerenwerkers brengen zij (risico)jongeren ook maatschappelijk verantwoord gedrag bij. Gymeigenaar Mohamed Ettajiri raakte als puber ook uit het gareel. “Ik maakte destijds verkeerde keuzes”, omschrijft hij. “Op school viel ik telkens uit. Mijn toekomstbeeld raakte vertroebeld. Hoe langer je eruit ligt, des te minder kans op een baan, des te lager je zelfbeeld en des

te meer je in een slachtofferrol kruipt. Mijn vader was streng; hij dreigde me het huis uit te zetten als ik school niet oppakte. Uiteindelijk rolde ik via mijn broer in het jongerenwerk. Ondertussen volgde ik een mbo- en hbo-opleiding en bokste ik ook wedstrijden. Mijn negatieve status werd omgebogen in een positieve. Bij wedstrijdaankondigingen stond ik op posters en jongeren riepen dat ze net als ‘Etta’ wilden worden. Kennelijk had ik een voorbeeldfunctie en daar moest ik me dus ook naar gedragen.”

“Ik ben kickboksles gaan geven in de Kinderbuurt en in *no time* hadden we veertig jongeren op de mat. De wethouder en enkele prominenten kwamen langs. Ze zagen het plezier en de discipline. Toen besefte ik zelf ook: ik heb bereik. Dat hebben de meesten niet. Ik ben toen samen met Mohamed Ajuau de stichting gestart. Je moet de straat kennen, de cultuurverschillen weten; en zoiets leer je niet uit een boek. In de loop der jaren ben ik veel onzekere jongeren tegengekomen, zonder identiteit, gestigmatiseerd. Inmiddels is in de groepen 7 al heel veel wij-gevoel ontstaan. We pakken ze op, gaan door middel van sport met ze aan de slag en ondertussen praten we met elkaar. En met de ouders. Zo ben ik al in veel gezinnen terechtgekomen.”

“Iedere jongere die ik red is een dag vol zonnenschijn. Zet één stap naar mij en ik doe er drie naar jou. Tessa komt met de namen van jongens, meisjes en scholen bij ons en wij geven vervolgens les aan



“Stimuleren zelfstandig mee te doen”

“De buurtsportcoaches die zich binnen Amsterdam bezighouden met de kinderen in de jeugdzorg zetten sport op twee manieren in: als doel en als middel”, antwoordt Judith Paauw, beleidsmedewerker Sport en BOS van de gemeente Amsterdam, op de vraag hoe de sport- en bewegingssector een bijdrage kan leveren aan de ontwikkeling van deze kinderen. “Door middel van sport werken kinderen aan hun persoonlijke doelen, zoals meer zelfvertrouwen en een betere agressieregulatie. Daarnaast begeleiden de buurtsportcoaches de kinderen naar een sport die ze graag zouden willen beoefenen. Deze individuele begeleiding is vaak nodig om de kinderen goed te laten landen bij een vereniging of een andere sportaanbieder.”

“Niet alleen de kinderen worden hierin begeleid, maar ook de vereniging. Met name de trainer/coach krijgt van de buurtsportcoaches de nodige begeleiding en tips. De begeleiding is erop gericht jongeren te stimuleren zelfstandig mee te doen in de maatschappij. Zo wordt het sportaanbod in de stad meer toegankelijk gemaakt voor een doelgroep die er weinig gebruik van maakt of er door haar gedrag vaak vroegtijdig weer uit valt.”

“Sport is voor veel kinderen binnen de jeugdzorg een goede manier om aan zichzelf te werken. Daarnaast hebben deze kinderen vaak moeite om zelfstandig de juiste sportkeuze te maken en lukt het niet altijd om een plekje te vinden en te houden binnen een vereniging/sportaanbieder. Amsterdam werkt hard aan een vitale, bewegende stad. We proberen zo veel mogelijk mensen aan te zetten tot sport en bewegen en het aanbod maximaal toegankelijk te maken voor iedereen. De sportstimuleringsprojecten in de jeugdzorg sluiten hierop aan. Bovendien geeft de betrokkenheid van de afdeling Jeugd aan dat de inzet van sport binnen de jeugdzorg breed wordt gedragen.”

“De buurtsportcoach wordt ingezet onder de regie van de gemeente. Coördinatie en uitvoering van hun werkzaamheden liggen bij de instanties die de buurtsportcoach in dienst hebben. Vanuit de Brede Impuls Combinatiefuncties wordt per elke fte een gedeelte van de salariskosten gefinancierd. Daarnaast levert de afdeling Jeugd van de gemeente een bijdrage aan de inzet van de buurtsportcoaches in de jeugdzorg. De overige financiering wordt door de instanties zelf geregeld.”

de Sportzorg-kinderen. Weerbaarheidstraining, agressieregulatie, sociale vaardigheden – het kan van alles zijn, voor jongeren die teruggetrokken, gepest of agressief zijn. Voornamelijk op zogeheten ‘zwarte’ – ik houd niet van die term – scholen. We

betrekken de ouders erbij, want het is de bedoeling dat zij hun kind steunen en niet dieper de grond in duwen. Er zijn ook ouders die aankomen met: ‘Ik heb van alles met mijn kind geprobeerd en nu ben ik benaderd door Jeugdzorg. Hoe erg is dat?’



“HET IS BELANGRIJK DAT OOK DE MINDER GETALENTEERDE VOETBALLERS BIJ EEN VERENIGING TERECHT KUNNEN”

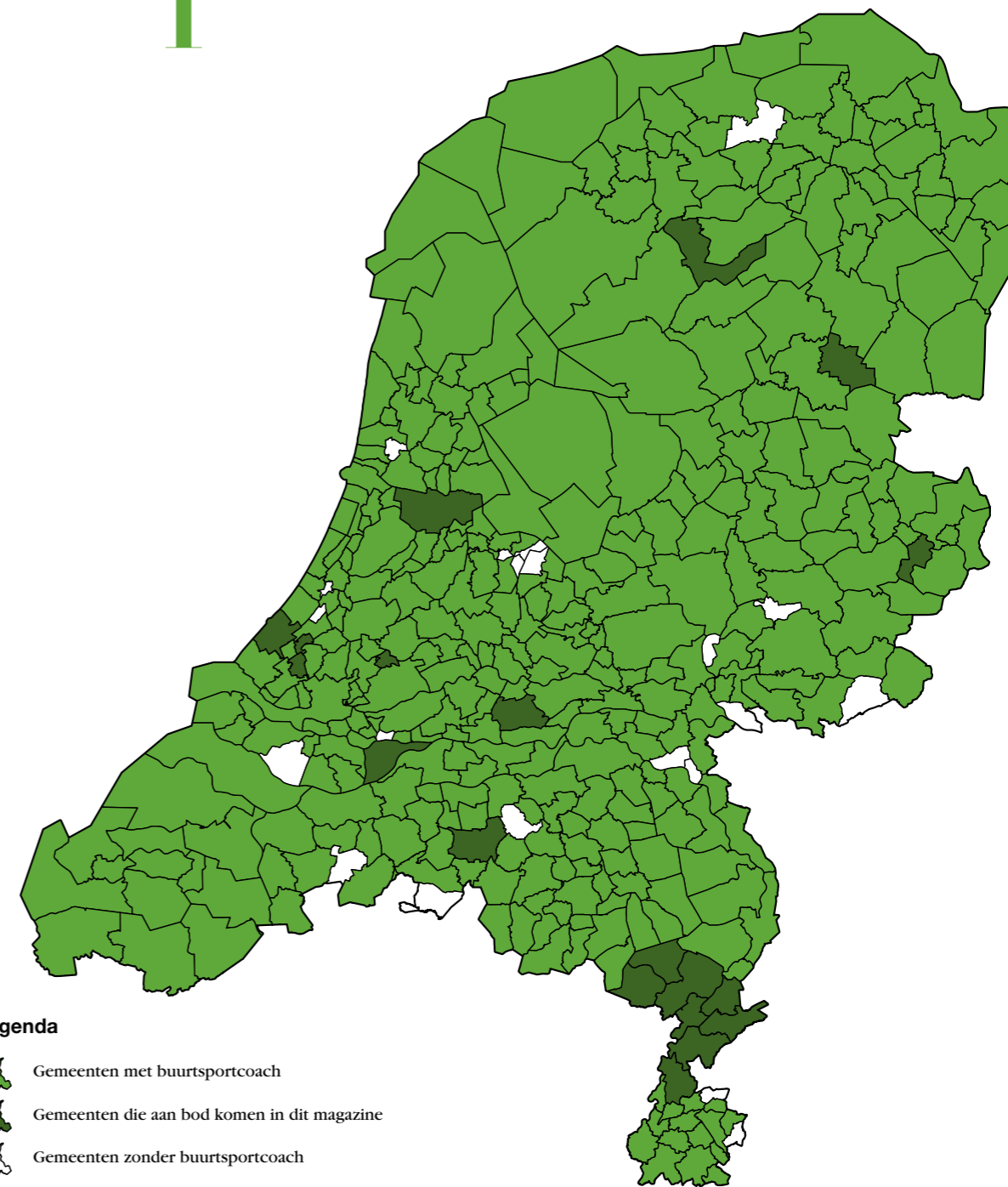
Tom Verhoek



Terwijl zo'n kind alleen maar in kaart is gebracht omdat er op school iets is voorgevallen of omdat het kind zich niet alleen kan redden in de maatschappij. Dan helpt Jeugdzorg een handje. Jeugdzorg is niet die enge, boze draak. Sommige vaders voelen zich minder man als ze om hulp moeten vragen; in onze contacten proberen wij dergelijke drempels weg te nemen.”

“Door onze ervaring en die van Tessa is signaleren geen kunst meer. Wat niet wil zeggen dat ik niet elke dag opnieuw leer. De terugkoppeling moet nauwkeurig zijn, we hebben korte lijnen en Tessa schaaft het op wanneer nodig. Er is wederzijds vertrouwen. Zij regelt bij de gemeente ook de financiering voor wat wij doen. Het is mooi om dit samen te doen. Er zijn zo veel jongeren die graag willen sporten én een rugzakje meedragen. Daar is Sportzorg goed voor.” ■

# Buurtsportcoaches op de kaart

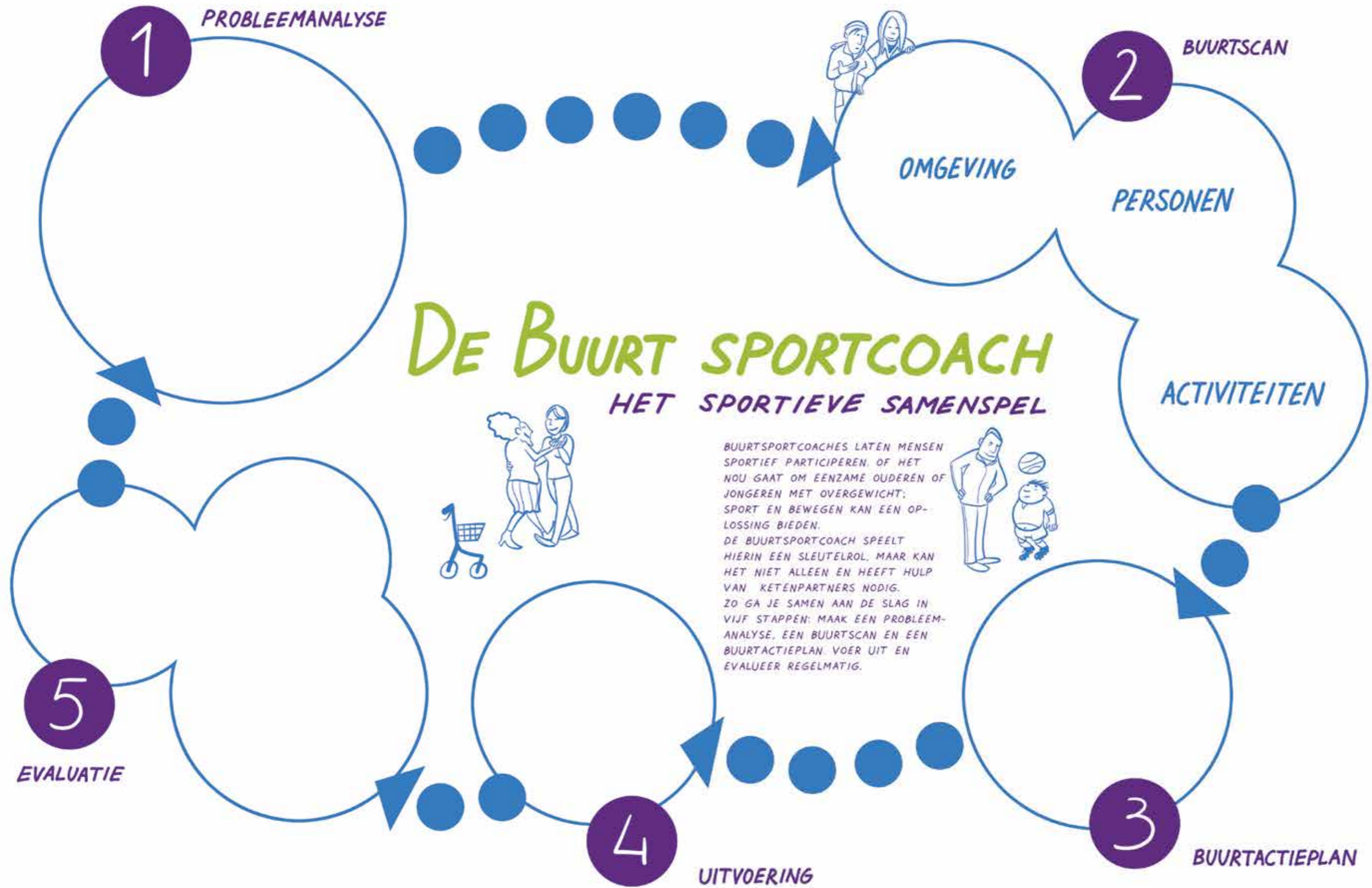


Legenda

- Gemeenten met buurtsportcoach
- Gemeenten die aan bod komen in dit magazine
- Gemeenten zonder buurtsportcoach

Bron: Meicirculaire gemeentefonds 2015





▶ BEKIJK DE ANIMATIE OP [WWW.SPORTINDEBUURT.NL](http://WWW.SPORTINDEBUURT.NL)

VUL DIT STAPPENPLAN IN OF PRINT HET UIT OP [WWW.SPORTINDEBUURT.NL](http://WWW.SPORTINDEBUURT.NL)



## LIDMAATSCHAP SPORTVERENIGING ALS ONDERDEEL VAN HET KINDPAKKET

**B**ij mijn aantreden als Kinderombudsman in 2011 werd ik al snel on-aangenaam verrast door het hoge aantal kinderen dat in Nederland opgroeit in armoede. Toen ik een jaar later de eerste Kinderrechten-monitor uitbracht, was een van de zorgwekkende conclusies dat in Nederland één op de tien kinderen in armoede opgroeide. Inmiddels is dat aandeel gestegen naar één op de negen. Dat zijn maar liefst 400.000 kinderen.

De cijfers spreken duidelijke taal, maar armoede in Nederland kreeg voor mij pas echt een gezicht toen ik een digitaal meldpunt opende. Kinderen en jongeren konden online vertellen hoe het is om in armoede te leven. Veel kinderen en jongeren schreven me dat ze zich zorgen maken om zaken die voor Nederlandse kinderen standaard zouden moeten zijn: een dagelijkse warme maaltijd en nieuwe kleding als dat nodig is. Ze kunnen niet lid zijn van een sportvereniging of naar muziekles gaan. Ook het vieren van je verjaardag met cadeautjes van je ouders en een traktatie op school is geen vanzelfsprekendheid. Kinderen die opgroeien in armoede worden dagelijks geconfronteerd met geldgebrek. Omdat materiële zaken ontbreken, maar vooral omdat ze niet mee kunnen doen.

Kinderen hebben recht op een levensstandaard, zo schrijft het Kinderrechtenverdrag, die voldoende is voor hun lichamelijke, geestelijke, intellectuele en maatschappelijke ontwikkeling. Als Kinderombudsman is het mijn taak om erop toe te zien dat de kinderrechten worden nageleefd. De enorme aantallen kinderen die opgroeien in armoede zijn voor mij aanleiding geweest om uit te spreken hoe de situatie voor kinderen in armoede kan verbeteren.



Ik heb gemeenten geadviseerd om in hun beleid om armoede te bestrijden voldoende oog te hebben voor kinderen. Niet alleen geld geven aan ouders in de hoop dat kinderen hierdoor kunnen sporten of muziek kunnen maken; nee, ik ben voor hulp die direct ten goede komt aan kinderen. Daarom heb ik gemeenten voorgesteld

een kindpakket te realiseren. Dit pakket bestaat uit de absoluut noodzakelijke behoeften, aangevuld met zaken om mee te kunnen doen in de samenleving: basisbehoeftigheden zoals een stel winter- en zomerkleren en bijvoorbeeld lessen voor een zwemdiploma, toegang tot lokaal openbaar vervoer en een lidmaatschap van een sportvereniging of culturele activiteit.

Voor mij is het lidmaatschap van een sportvereniging een essentieel onderdeel van dit kindpakket, dat inmiddels door een groot aantal gemeenten is ingevoerd. Kinderen vinden het belangrijk om erbij te horen en mee te kunnen doen. Kunnen sporten is meer dan een balletje trappen op zaterdagochtend of lekker zwieren in de ringen bij de turnvereniging. Het is veel meer dan dat. Zorg ervoor dat armoede niet zorgt voor een sociaal isolement. Kortom: laat geen enkel kind langs de zijlijn staan.

“Laat geen enkel kind langs de zijlijn staan”, schrijft Marc Dullaert in zijn column. De Sportimpuls Jeugd in lage inkomensbuurten kan helpen om ook deze kinderen door sport en bewegen mee te laten doen. Sport- en beweegaanbieders kunnen een aanvraag indienen. Kijk voor meer informatie op [www.sportindebuurt.nl](http://www.sportindebuurt.nl).

“KINDEREN  
VINDEN HET  
BELANGRIJK OM  
ERBIJ TE HOREN  
EN MEE TE  
KUNNEN DOEN”

Marc Dullaert is de eerste Kinderombudsman van Nederland. Hij zet zich sinds jaren in voor de rechten van het kind. Hij is de oprichter en bestuursvoorzitter van de Stichting KidsRights. Dullaert is grondlegger van de Internationale Kindervredesprijs en voorzitter van het Children's Peaceprize expertcomité. Voor de KidsRights Millennium Developmentgoals Conference was hij initiatiefnemer. Deze conferentie vond plaats onder voorzitterschap van de nobelvredeprijswinnaars emeritus aartsbisschop Tutu en voormalig president van Zuid-Afrika De Klerk.

# Tips voor de sport- en beweegsector

*“Probeer met meerdere partijen samen te werken en laat je deur altijd op een kier. In de huidige samenleving is dit een vereiste om te blijven vernieuwen.” Robin*

*“Denk niet in concurrentie, maar in samenwerking. De truc is om met elkaar in gesprek te komen en te kijken waar ieders competenties liggen.” Roy*

*“Zorg dat je regelmatig binnen komt lopen. Spontaneiteit werkt erg goed.” Naard*

*“Heb het niet over gewicht, maar vertel kinderen en hun ouders dat bewegen leuk is.” Ineke*

*“Leg logische verbindingen met de vele initiatieven die er al zijn en die gaan ontstaan in het sociale domein.” Sven*

*“Heb aandacht voor de kwetsbaren in de samenleving. Sporten en bewegen is niet alleen gezond, maar biedt ook mogelijkheden voor sociale contacten in de buurt.” Gea*

*“Alleen ga je sneller, maar samen kom je verder. Geef samen met partners het werkveld vorm, waarin de sport- en beweegprofessional een cruciale rol speelt.” Sofie en Jeroen*

*“Durf buiten de kaders te denken. Mensen met een beperking kunnen een waardevolle toevoeging zijn voor een vereniging.” Pauline*



# MAAK JIJ SAMEN HET VERSCHIL?