

Dorien Willems, buurtsportcoach Rijssen-Holten

“Na afloop vloeiden er zelfs tranen, zo geslaagd was het”

“Het is goed dat buurtsportcoaches en combinatiefunctionarissen laten zien wat er allemaal gebeurt en wat het belang daarvan is”, zegt Dorien Willems (32), buurtsportcoach in de gemeente Rijssen-Holten, waar zij ook als trainster verbonden is aan de atletiekvereniging. “Overheidssubsidies kunnen immers opdrogen en daarmee alleen red je het niet. Ik werk voornamelijk vanuit de basisscholen van scholenvereniging PCPO. Vanuit het Lekker Fit!-programma probeer ik bijvoorbeeld kinderen bewust te maken van het belang van het maken van gezonde keuzes.”



“Verbinding maak je door met elkaar in gesprek te gaan en te blijven”



“Twee schoolpleinen in de gemeente hebben een buurtfunctie gekregen, om zo sociale cohesie te creëren”, vertelt Willems. “We gaan de buurt in en brengen mensen bij elkaar. Vanuit school, de kerken, buurtbewoners, de fysio, de tandarts, de jongerenwerker, de eigenaar van de snackbar. Daaruit is het project WIJ(K) Lekker fit! ontstaan. Er worden Burendagen georganiseerd en vanuit die bijeenkomsten zijn weer veel initiatieven ontstaan. Bijvoorbeeld ons lokale Sportdorp, in 2014 voor het eerst. Dat is een (gratis) sportieve week voor alle kinderen, juist ook van ouders die van de bijstand of de voedselbank leven. Sportverenigingen geven clinics en ook het bedrijfsleven is erg enthousiast en ondersteunt het. Een groep mensen uit de dagbesteding helpt met de horeca en verricht hand- en spandiensten. Er was volop sprake van integratie en na afloop vloeiden er zelfs tranen, zo geslaagd was het.”

Wat is je kerntaak? Op welke doelgroep richt jij je?

“Mensen bij elkaar brengen rond sport en ze op een gezonde manier in beweging brengen. Van jong tot oud. In ons beleidsplan staat: ‘It takes a village to raise a child’. Als je iets wilt doen aan het eetgedrag en beweegpatroon van kinderen, kortom: de gezonde leefstijl, dan is het bereiken van (groot) ouders met een positieve boodschap ook essentieel.”

Op welke manier speel je in op de behoefte van de doelgroep?

“Ik ga de buurt in en kijk wat nodig is. We nodigen buurtbewoners uit, organiseren een buurtdag in de wijken en vragen waar hun behoeften liggen. Ook de scholen kunnen aangeven wat ze willen en nodig hebben. Vervolgens maak je koppelingen tussen vraag en aanbod.”

Met wie werk je samen? Hoe maak je de verbinding?

“Met alle sportverenigingen, de negen basisscholen, het bedrijfsleven, de zorg, zoals de diëtist, fysiotherapeut en dagactiviteitencentra, en met studenten van de ROC's. Verbinding maak je door met elkaar in gesprek te gaan en te blijven.”

Hoe zorg je voor borging en continuïteit?

“We zitten midden in die fase. Ik streef er uiteraard naar dat de activiteiten in de toekomst worden voortgezet. We hebben een visie ontwikkeld wat een gezonde leefstijl betreft. Er is vastgelegd waar we met de scholen, ouders en kinderen mee bezig zijn geweest. Scholen zijn intrinsiek gemotiveerd geraakt en kwamen bijvoorbeeld zelf met het idee het schoolplein een buurtfunctie te geven. We evalueren welke activiteiten goed passen, en waar nodig worden activiteiten bijgesteld.”

Wat zijn je dromen en ambities? Wat wil je nog graag bereiken?

“Mijn droom is een leven lang sporten voor iedereen in Rijssen-Holten. En vanuit die sportgedachte wil ik mensen binden, verbinden en in hun kracht zetten. Het mooiste zou zijn als er een team van buurtsportcoaches zou ontstaan om dat alles te realiseren.”

Wat wil je andere buurtsportcoaches als tip meegeven?

“Luister goed naar mensen. Ze weten vaak zelf ook wel dat hun eetgedrag misschien anders moet en dat ze meer zouden moeten bewegen, maar zitten niet te wachten op een oordeel. Blijf ze altijd positief benaderen.” ■