

# LADYFIT STERK VOORBEELD VAN DE KRACHT VAN ONDEROP

DOOR PETER BARENDSE EN JACQUELINE KRONENBURG

Jamila Achahchah is zo iemand die niet alleen een goed idee heeft, maar dat ook tot uitvoer brengt. En de stamina heeft om door te gaan. ‘Haar’ Ladyfit begon in 2000, toen ze als piepjonge fysiotherapiestudente een aerobicsklasje startte voor acht Marokkaanse vrouwen. Dat was de basis van de huidige vrouwensportvereniging in Utrecht waar honderden vrouwen sporten en velen van hen ook als vrijwilliger actief zijn. “Sport is voor ons nu niet alleen een middel, maar ook een doel op zich.”

Als je geen flauw idee hebt dat de gemeente activiteiten kan ondernemen om sporten te bevorderen, dan bedenkt je zelf hoe je het kan organiseren. Je ziet vrouwen uit je eigen cultuur die in een sociaal isolement zitten, je huurt een zaaltje in de buurt Kanaleneiland en je gaat lessen bedenken. Mondreclame deed de rest: binnen een jaar had de fysiotherapiestudente uit Utrecht in plaats van acht maar liefst tachtig deelnemers.

Zo simpel was het begin van Ladyfit, dat inmiddels alom wordt geroemd om haar onconventionele, maar succesvolle aanpak. “Ik was nog heel jong, ik was aan het studeren, had 0,0 ervaring en had geen idee dat de gemeente iets voor

burgers zou doen. Zo lang was ik ook nog niet in Nederland”, herinnert Jamila zich. Toch kwamen haar sportlessen in een gemeentelijk project terecht. Dat lukte met de ondersteuning van Stichting Imagesupport, die sport inzet om het integratieproces van ouders en jongeren binnen en buiten de sport te versnellen. Toen die subsidie stopte, ging Jamila gewoon door met haar informele sportnetwerk.

#### Succesfactoren

“Het begon gewoon van onderop, op eigen initiatief. Al snel kreeg ik er andere vrijwilligers bij. Het voelde als iets van onszelf, we voelden eigenaarschap.

En we wilden dus zeker niet in een afhankelijkheidssituatie van de gemeente terecht komen. Nederlanders zijn bij uitstek erg gericht op wat de overheid voor hen kan doen. In de loop van de jaren hebben wij echter wel ervaren dat er vanuit de gemeente veel support, financieel, maar ook anderszins werd gegeven aan de activiteiten van Ladyfit. Zij dachten echt met ons mee. De gemeente Utrecht vroeg ons ook in andere wijken dan Kanaleneiland onze activiteiten voor vrouwen aan te bieden.”

Inmiddels biedt Ladyfit sportactiviteiten op twee locaties in Utrecht. Sinds 2005 heet het officieel Ladyfit en is het een vereniging met leden; daarvoor was het puur een informele sportorganisatie met een maatschappelijk doel.

#### Een Award, en dan...?

In 2006 werd Ladyfit bekroond met de Richard Krajicek Foundation Award. Deze prijs eert activiteiten die méér dan alleen sport en spel beogen. Het meisjesvoetbalteam van Ladyfit won deze prijs door volgens de jury ‘een doorbraak in sport’ te betekenen voor meisjes uit diverse minderheidsgroeperingen en met uiteenlopende achtergronden. De winnende formatie telde ruim twintig meiden van Marokkaanse, Turkse en Nederlandse komaf.

In het kader van duurzaam resultaat: hoe staat het nu met dat team? Jamila: “Het team is in 2009 overgedragen aan voetbalvereniging KDS. Die club is inmiddels opgeheven... De meeste meiden zijn bij verschillende verenigingen verder



gegaan met hun sport. Een paar meiden stopten met voetballen, maar ze sporten gelukkig nog wel bij Ladyfit.”

### Gebruik de competenties

De insteek van Ladyfit is in de loop der jaren ook veranderd: “We richtten ons in het begin alleen op geïsoleerde vrouwen die niet werkten, niet sportten, alleen maar het huishouden deden. Inmiddels zijn we er voor alle vrouwen in Utrecht. En is sport niet alleen het middel, maar zeker ook het doel. Onze focus verschuift, ook met de komst van veel jonge, studerende, werkende vrouwen. Sport is de basis, de maatschappelijke activiteiten gebeuren daarnaast.”

Vergeleken bij menige vereniging steekt Ladyfit er echter met kop en schouders tussenuit als het gaat om de invulling van de maatschappelijke waarde van haar club. “We hebben voor dit en volgend jaar als vereniging gekozen voor drie thema’s: opvoeding, ondernemerschap en gezondheid. Neem bijvoorbeeld opvoeding: we ontdekken met elkaar dat er weinig islamitische pleeggezinnen zijn. Hoe komt dat? Dat zoeken we met elkaar uit. We organiseren een expertmeeting en maken gebruik van de competenties in de groep. Maar ook houden we ons bezig met de vraag: hoe voed ik mijn kind op in de multiculturele samenleving hier op Kanaleneiland?”

Jamila Achahchah heeft haar vakcompetenties gedurende de jaren ook fors uitgebouwd: van fysiotherapeut en aerobics-instructeur is ze via management- en bestuursopleidingen

beroepsmatig doorgegroeid naar de functie van projectleider bij Movisie. Daar houdt ze zich bezig met strategieën om kwetsbare groepen in beweging te krijgen en te laten participeren in de samenleving. Haar activiteiten bij Ladyfit sluiten daar dus heel goed bij aan.

### Niet alle vragen beantwoorden

Met zo’n succesformule krijg je veel aandacht. Hoe zorg je dan dat je activiteiten duurzaam blijven en je niet met alle winden meewaait? Dat zijn zeker vragen waar Jamila zich mee bezighoudt: “Hoe houd je focus, want iedereen wil wat van je. Daarom hebben we besloten dat we ons tot deze drie maatschappelijke thema’s verhouden en alle andere vragen beantwoorden we niet. Dat is ook de beperking die nodig is om het zelf te kunnen blijven doen, als vrijwilligers naast onze fulltimebanen.”

En we proberen onze kennis over wat succesvol is vast te leggen en te vergroten. Elk jaar hebben we een masterstudent die bij ons afstudeert. Bij het huidige onderzoek van Leanne Schimmel draait het om het thema: wat is het effect van ‘sport als middel’ op vrouwen bij een maatschappelijke vereniging als die van ons. Het onderzoek bevestigt dat we de goede weg bewandelen. De vrouwen die bij ons sporten, zijn zich bewuster van hun omgeving geworden. Het begon met kennis van de sociale kaart – waar kan ik terecht – en nu ze hun mogelijkheden hebben ontdekt, gebruiken ze die ook.”

Hoe ziet de nabije toekomst voor Ladyfit eruit, met de bezuinigingen op lokaal

niveau? Is de positieve trend houdbaar? Jamila maakt zich daar wel zorgen over: “In ons bestuur van Nederlandse, Marokkaans-Nederlandse en Antilliaanse vrouwen zijn wel wat bedreigende punten gesignaleerd. Een derde van onze leden maakt gebruik van de U-pas om te kunnen sporten. Nu de opzet van deze gemeentelijke pas is veranderd, denken wij dat sporten minder toegankelijk wordt voor hen. Daarnaast brengt het een flinke administratieve last met zich mee. En we merken dat het investeren in goed materiaal (fitnessstoelstoelen) in deze situatie niet meer te verwezenlijken is zonder sponsoring. Ook dat is in deze tijd zeker niet eenvoudig te realiseren.” Maar ze besluit positief: “Daar staat tegenover dat wij een enthousiaste groep vrouwen hebben die op basis van een kleine vrijwilligersvergoeding de lessen verzorgt. Al onze mensen samen – vrijwilligers, bestuursleden, baliemedewerkers – zij vormen de echte kracht van Ladyfit.” En zo te horen kom je heel ver met die ‘female power’...



**Peter Barendse is manager bij het Nederlands Instituut voor Sport en Beweging. Hij is voorzitter van TAFISA Europa (The Association For International Sport for All)**

**en heeft veel internationale kennis en ervaring bij NJI en NISB opgedaan. Hij is teamcoach voor twee ambitieteams van NISB: onderwijs en sportaanbieders. E-mail: peter.barendse@nisb.nl**



**Jacqueline Kronenburg is senior adviseur communicatie en public affairs bij NISB. Zij is actief in de projectorganisatie van het TAFISA World Congress en de NISB Ontmoetingsdagen**

**deze maand, houdt zich bezig met de corporate communicatie van NISB en met het ambitieteam Maatschappelijke Waarde van de Sportaanbieder. E-mail: jacqueline.kronenburg@nisb.nl. Twitter: @jacquelinekro.**