

Deze doelgroep heeft meer drempels te overwinnen”

Mensen met een beperking in beweging

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, terwijl naar schatting 130.000 Nederlanders verstandelijk beperkt zijn. Buurtsportcoaches Arjo Wijnhorst en Justin Zandbergen en teamleider Ed Claassens leggen uit op welke manier ze erin slagen om deze doelgroep in beweging te krijgen. “Sport is voor ons niet enkel een doel, maar vooral een middel om mensen te laten participeren in de maatschappij en ze hun sociale vaardigheden te laten verbeteren.”

ROELOF JAN VOCHTELOO

aal onderwijs. Inmiddels werken tien gemeenten hierin samen met het onderwijs, revalidatie- en zorginstellingen. We zijn begonnen met twee buurtsportcoaches, maar zijn nu met zijn vieren. Zelf werk ik 34 uur per week. In de eerste plaats geven we sportadvies aan mensen met een beperking. Welke beweegactiviteit past bij je en waar kun je dan terecht? We geven persoonlijk advies, maar men kan ook gebruikmaken van de zoekmodule op onze website. Sinds kort hebben we zelfs een app waarmee onze doelgroep naar aanbod kan zoeken en met elkaar in contact kan komen. Per jaar geven we ruim 300 mensen persoonlijk sportadvies. Met onze website bereiken we enkele duizenden mensen, maar hoeveel mensen hierdoor passend sportaanbod vinden is niet gemeten.”

Menukaart Sportimpuls

“Het is ook onze taak om sportaanbieders te adviseren bij het opzetten van aanbod voor mensen met een beperking. Hoe kom je aan goede trainers, in hoeverre moet je accommodatie aangepast worden en hoe houd je dit aanbod goed? Samen kijken we wat we kunnen gebruiken uit de Menukaart Sportimpuls en we zijn heel blij met de nieuwe interventie Iedereen Kan Sporten, die uitstekend past bij de manier waarop wij werken. Het is niet een doel an sich om de Menukaart te gebruiken, maar waar mogelijk doen wij er ons voordeel mee.

Arjo Wijnhorst, buurtsportcoach Arnhem

“Vijf jaar geleden ben ik bij de gemeente Arnhem in dienst getreden als buurtsportcoach en sinds 2,5 jaar werk ik onder de vlag van Uniek Sporten, het sportloket voor aangepast sporten in de regio. Uniek Sporten is ontstaan uit een pilot van de gemeente Arnhem en het speci-



“KINDEREN MET EEN BEPERKING HEBBEN HELAAS VAAK HET IDEE DAT ER GEEN VERENIGING IS WAAR ZE KUNNEN SPORTEN”
Arjo Wijnhorst

Zoals gezegd werken we samen met verschillende gemeenten en instanties. De meest recente ontwikkeling is het zoeken naar een goede koppeling met de onlangs opgerichte sociale wijkteams. Zo zoeken we continu naar logische partners om zo veel mogelijk mensen met een beperking aan het bewegen te krijgen en te houden. In dit laatste slagen we vooralsnog goed. Zo weten we dat er in deze doelgroep in de gemeente Arnhem de afgelopen vier jaar een stijging in de

“IK HEB ZELF EEN BEPERKING EN WEET ALS GEEN ANDER HOE LEUK HET IS OM TE SPORTEN”

Arjo Wijnhorst

sportparticipatie van tien procent heeft plaatsgevonden. In diezelfde tijd is het aantal sportaanbieders gestegen van 65 naar ruim honderd.”

Drempels

“Net als alle andere buurtsportcoaches heb ik het doel om mensen te activeren. In het domein gehandicaptensport heb je alleen wel te maken met een doelgroep die meer aandacht vraagt. Als een kind zonder beperking op school aan een leuke activiteit heeft meegedaan, is voor hem de stap naar een vereniging niet zo groot. Kinderen met een beperking hebben helaas vaak het idee dat er geen vereniging is waar ze kunnen sporten. Het is mijn taak om die kinderen ervan te overtuigen dat ze wel kunnen sporten, dat er ook nog eens voldoende passend sportaanbod is en dat ze het dus gerust eens kunnen proberen. Ik heb zelf een beperking en weet als geen ander hoe leuk het is om te sporten. Zelf heb ik altijd fanatiek rolstoel hockey gespeeld en nu doe ik recreatief aan zeilen en zwemmen. Die liefde voor en het belang van sport breng ik graag over op anderen.

In Nederland zijn we momenteel erg aan het zoeken naar hoe we mensen met een lichamelijke of verstandelijke beper-



“HET INTENSE PLEZIER DAT DEELNEMERS BELEVEN AAN BEWEGEN EN SPORTEN, DAT IS WAAR IK HET VOOR DOE”

Justin Zandbergen

king aan het bewegen kunnen krijgen. Ik merk dat we resultaat boeken met onze aanpak en dat we veel vragen van andere gemeenten en regio's krijgen. Of wij het beter doen dan andere gemeenten? Dat laat ik liever aan anderen over om te bepalen. Wel kan ik zeggen dat we met onze app vooroplopen.”

Justin Zandbergen, combinatiefunctionaris aangepast sporten, Almere

“Sinds augustus 2013 ben ik combinatiefunctionaris aangepast sporten bij de gemeente Almere. Die functie – vijftien uur

per week – voer ik uit binnen Triade, een instantie die in Flevoland en omgeving gehandicaptenzorg, jeugdzorg en geestelijke gezondheidszorg biedt. Tijdens mijn werk heb ik niet zozeer te maken met instanties, maar vooral met individuen die ik help met hun sportvraag.

Mijn cliëntenbestand telt ongeveer 250 mensen. Door me in de nabije toekomst ook te gaan richten op jongeren vanaf 16 jaar, probeer ik dat bestand uit te breiden naar 350 à 400 cliënten. Een deel van mijn cliënten valt onder de Tomingroep, een sociale werkplaats waar mensen met een lichte verstandelijke beperking ondersteuning

krijgen van mensen zonder beperking. Verder begeleidt Triade mensen met een laag IQ, die zelfstandig in de wijk wonen. Ook hen probeer ik aan de hand van hun sportvraag te plaatsen bij één van de sportverenigingen in Almere.”

super COOL

“Bij één van die verenigingen, schaatsvereniging ASV Almere, draait sinds vorig voorjaar het project super COOL. De vereniging, die zelf al een maatjesproject had, heeft met Triade en de Stichting Vrijwilligers en Mantelzorg Centrale Almere een subsidie van het Oranjefonds toegewezen gekregen om cliënten te werven en te koppelen aan een maatje. Zo'n 25 cliënten gaan nu één keer in de week samen met hun maatje schaatsen of skeeleren. Zij worden door hun maatje opgehaald en geholpen bij bijvoorbeeld het aantrekken van hun sportkleding. Naast het sporten zelf worden er ook regelmatig gezamenlijke activiteiten georganiseerd.

Het unieke aan super COOL is de snelheid waarmee maatjes zich aanmelden. Triade heeft zelf ook een maatjesproject en daar is het veel moeilijker om mensen te vinden. Zo'n schaatsvereniging staat midden in de maatschappij en zo'n project is dus ook meer zichtbaar en heeft eerder resultaat. De drie samenwerkende partijen zijn nu voornemens om dit project groter en breder te trekken. Het ultieme doel is dat alle sportverenigingen een maatjesproject als super COOL hebben.”

Uit hun schulp

“Het intense plezier dat deelnemers beleven aan bewegen en sporten en het sociale contact dat ze hiermee opdoen, dat is waar ik het voor doe. Het is mooi om te zien hoe ze buiten hun begeleiders en familie meer mensen leren kennen, dat ze uit hun schulp kruipen en midden in de maatschappij komen te staan.”

Ed Claassens, teamleider van de afdeling Sportbedrijf, Venlo

“Als teamleider van de afdeling Sportbedrijf van de gemeente Venlo stuur ik negentien fte's aan buurtsportcoaches en combinatie-

functionarissen aan. Ook ben ik projectleider voor de Sportregio Noord-Limburg en daaronder valt onder andere Iedereen Kan Sporten. Met dit programma proberen we mensen met een lichamelijke of verstandelijke beperking en mensen met gedragsproblemen aan het bewegen en sporten te krijgen.

Deze doelgroep bestaat in onze regio uit zo'n 27.000 mensen. Enerzijds stimuleren we hen om in beweging te komen en aan activiteiten deel te nemen, anderzijds werken we samen met de sportaanbieders aan het creëren en verbeteren van passend sportaanbod voor deze doelgroep.”

Middel

“Sport is voor ons niet enkel een doel, maar vooral een middel om mensen te laten participeren in de maatschappij en ze hun sociale vaardigheden te laten verbeteren. Zo lopen we stevast de Nijmeegse Vierdaagse met zo'n honderd deelnemers en werken we dus elke keer zo'n drie kwart jaar naar dat ene hoogtepunt in juli toe. Met Iedereen Kan Sporten zijn 2,1 fte's aan buurtsportcoaches gemoeid. Die vier personen staan op de payroll van de gemeente Venlo, die dit project voor de regio uitvoert.

Iedereen Kan Sporten 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.”

Regionale samenwerking

“De regionale samenwerking verloopt heel goed. Deze doelgroep vergt een specialistische aanpak en is niet in gemeentegrenzen te vangen. Per gemeente apart beleid voeren is minder effectief dan met elkaar regionale en lokale activiteiten organiseren. Die activiteiten zijn wel op maat gesneden, want elke gemeente is weer verschillend. Zo werken we in Venray samen met enkele instellingen die gericht zijn op gedragspro-

blematiek, terwijl er in Venlo meer onderwijsinstellingen gevestigd zijn. Naast zulke instanties werken we uiteraard samen met de sportverenigingen in de regio.

Als projectleider overleg ik drie maal per jaar met een stuurgroep, die wordt ge-

“DE REGIONALE SAMENWERKING VOOR DEZE DOELGROEP IS NIET MEER WEG TE DENKEN”

Ed Claassens

vormd door de wethouders Sport van de verschillende gemeenten. Verder overleg ik zes maal per jaar met de betrokken beleid-sambtenaren. Je zou denken dat met zeven betrokken partijen de besluitvorming stroperig verloopt, maar niets is minder waar. Door de kennisdeling op bestuurlijk en ambtelijk niveau gaat alles steeds makkelijker en worden de lijntjes steeds korter. Het is nu landelijk beleid dat er binnen regio's samengewerkt moet worden. Drie goede voorbeelden zijn al te vinden in Noord-Limburg, Arnhem en Noord-Holland.

Verdieping

“Het hoogtepunt van onze goede samenwerking op het gebied van gehandicapten-sport was zonder twijfel het gezamenlijk organiseren van de Special Olympics Nederland in 2010. De regionale samenwerking voor deze doelgroep is niet meer weg te denken en heeft in 2012 zelfs een verdieping gekregen toen het Regioplan Sport is gelanceerd en we elkaar ook hebben gevonden op het gebied van verenigings-ondersteuning. Met het oog op de huidige decentralisatieopgave kan ik me zo voorstellen dat de gezondheids- en zorgkant nog meer gekoppeld gaan worden aan Iedereen Kan Sporten. Op dat vlak zie ik wel kansen.” ■



Drie tips om succesvol aanbod op te zetten voor deze doelgroep

1. Zoek continu naar logische partners om zoveel mogelijk mensen met een beperking aan het bewegen te krijgen en te houden.
2. Probeer de verbinding te maken met verenigingen die midden in de maatschappij staan en zichtbare projecten (zoals super COOL), dan boek je eerder resultaat.
3. De doelgroep vergt een specialistische aanpak en is niet in gemeentegrenzen te vangen. Per gemeente apart beleid voeren is minder effectief dan met elkaar regionale en lokale activiteiten organiseren.

Grenzeloos Actief

Het kabinet heeft in het Regeerakkoord aangegeven dat iedereen makkelijk dichtbij huis moet kunnen sporten. Dat geldt ook voor mensen met een handicap. Omdat dit voor deze doelgroep nog niet vanzelfsprekend is, is nieuw beleid geformuleerd. Het nieuwe sport- en beweegbeleid heeft de titel *Grenzeloos Actief, maakt sporten en bewegen voor iedereen met een beperking mogelijk*. Kijk voor meer informatie op www.sportindebuurt.nl.