



Grenzeloos *actief*

maart 2019



**Maakt sporten en bewegen voor
iedereen met een beperking mogelijk**

“Grenzeloos actief maakt dat gemeenten zich gezamenlijk inzetten om zo veel mogelijk drempels weg te nemen. Zodat de inwoners grenzeloos actief kunnen zijn. Iedereen doet mee!”

Regio Alkmaar

“Als voorloper zijn we op de goede weg. Maar ook wij hebben nog een wereld te winnen!”

Regio Arnhem

“Ontmoeten, ontdekken en meedoen, iedereen hoort erbij! En de aanhouder wint”

Iedereen Actief IJsselland

“Er is een gezamenlijke ambitie: iedereen moet mee kunnen doen. Niemand mag buitenspel komen te staan!”

Regio Nijmegen

“Samen Grenzeloos actief is een hole-in-one. De weg daarnaartoe heeft per regio verschillende handicaps”

Regio Groningen

“De cursus ‘Buurtsportcoach aangepast sporten’ heeft de lokale aanjagers geholpen om Friesland in beweging te krijgen”

Regio Friesland

“Met elkaar in beweging komen door samenwerking!”

Regio West-Friesland

“Grenzeloos samenwerken gaat stap voor stap (en meestal vooruit)”

Regio Midden-Kennemerland

“Sport is zó belangrijk. En samenwerking essentieel. Het is van groot belang dat, ondanks soms verschillende belangen, alle neuzen dezelfde kant op staan”

Samenwerkingsverband Aangepast Sporten Amstel- en Meerlanden

“Grenzeloos actief heeft geleid tot meer bekendheid van aangepast sporten binnen de regio, bij professionals in het sociaal domein, huisartsen en praktijkondersteuners”

Samenwerkingsverband Aangepast Sporten 't Gooi

“Grenzeloos actief is er voor mensen die een (on)beperkte drive hebben om een sport- of beweegactiviteit te vinden die perfect bij hun past”

Regio Lekstroom

“Aangepast sporten houdt niet bij de gemeentegrenzen op!”

Regio Stedendriehoek

“Wij willen zorgen voor een goed en gevarieerd aangepast sportaanbod, dat doen we graag. Maar het lijkt eenvoudiger dan dat het is. We hebben elkaar nodig om voor iedereen het juiste sportaanbod aan te kunnen bieden”

Regio Midden Holland

Inhoud

Grenzeloos actief

Grenzeloos actief

6 "Het zit 'm vooral in mensen"

Rita van Driel over 3,5 jaar Grenzeloos actief én de toekomst

Regionale samenwerking

16 Stappenplan helpt bij slagen regionale samenwerking
Stappenplan Regionale samenwerking aangepast sporten

24 Voorbeeldfunctie: infrastructuur voor aangepast sporten in heel Limburg
Regio Limburg

28 'Over de gemeentegrenzen kijken' leidt tot veel commitment én meer passend aanbod
Regio Eemland

32 Meer Friezen met een beperking in beweging
Regio Friesland

38 Samenwerking houdt niet op aan de gemeentegrens
Regio Zeeland

44 Beweegloket helpt bij het vinden van een passende beweeg- of sportactiviteit
Regio Den Haag



6

28



44

Sportaanbieders

52 Denk goed na bij het organiseren van sportaanbod
Stappenplan: de 6 van aangepast sporten

58 Ook rolstoeltenissers horen erbij
Lichamelijke beperking (HTV Ten Woude, Heerenveen)

64 Langlaufen is zó leuk, dat moet voor iedereen te doen zijn
Verstandelijke beperking (LLV, Gouda)

70 Handboogvereniging richt pijlen op sporters met visuele beperking
Visuele beperking (Nimrod, Etten-Leur)

76 Doof of slechthorend, je kan gewoon meevoetballen
Auditieve beperking (LMO, Rotterdam)

80 Iedereen voelt zich thuis bij een open club
Open club (DZC '68, Doetinchem)



58

64



70



colofon

Uitgave van
Programma Grenzeloos actief

In samenwerking met
NOC*NSF, Vereniging Sport en Gemeenten, Kenniscentrum Sport, Sportkracht12, MEE NL, Ministerie van WVS en RIVM

Hoofdredacteur
Edward Swier (Edward Swier Media, Hilversum)

Redactie
Lilian van den Berg, Rita van Driel, Talje Dijkhuis, Meta van Essen, Edward Swier, Sam de Vor

Fotografie
Grenzeloos actief

Eindredactie
Karlijn de Jonge

Ontwerp en opmaak
Marco Reijnen
Home of the Brave, Vlaardingen

Realisatie uitgave
Arko Sports Media, Nieuwegein

Drukwerk
PreVision, Eindhoven

© 2019 Arko Sports Media
Niets uit deze uitgave mag worden veeveelvoudigd, 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.

Rita van Driel over 3,5 jaar
Grenzeloos actief én de toekomst

“Het zit ’m vooral in mensen”

Het doel van ‘Grenzeloos actief’ was ambitieus, maar helder. Er moest meer én beter passend sportaanbod komen voor mensen met een beperking, dat ook nog vindbaar moest zijn. Een duidelijke, regionale structuur zou daarbij moeten helpen. In ruim 3,5 jaar tijd is veel bereikt. Programmamanager Rita van Driel kijkt dan ook vol trots terug, maar spoort tegelijkertijd eenieder aan om in de toekomst toch vooral door te gaan. Het nieuwe Sportakkoord geeft daar alle kansen toe. Van integratie naar inclusie, het is een boeiende tocht die ieders inspanning blijft vragen.

Door Edward Swier

Een aantal jaren terug werd geconstateerd dat de sportparticipatie van mensen met een beperking, om meerdere redenen, achterbleef. Nog beter passend sport- en beweegaanbod voor deze specifieke doelgroep was noodzakelijk, vraag en aanbod dienden in de toekomst beter op elkaar aan te sluiten. Onder leiding van programmamanager Rita van Driel werd vanaf 1 juli 2015 met ‘Grenzeloos actief’ aan dat doel gewerkt.

In de stuurgroep van Grenzeloos actief waren naast Van Driels werkgever NOC*NSF ook Vereniging Sport en Gemeenten (VSG), Kenniscentrum Sport, Sportkracht12 en MEE NL vertegenwoordigd. Samen met het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport en het RIVM werkten zij aan de vorming van een landelijk dekkende structuur

van regionale samenwerkingsverbanden én aan het versterken van de sport- en beweegaanbieders. In dit boekje staan onderscheidende voorbeelden daarvan. Maar eerst blikt Rita van Driel terug op de voorbije jaren én geeft ze een kijkje in de toekomst.

Welk gevoel overheerst als je terugkijkt op de afgelopen jaren?

“Er is ontzettend veel gebeurd, stiekem zelfs veel meer dan ik had gedacht. Er was landelijke aandacht voor het onderwerp, en dat heeft veel teweeggebracht. Veel mensen voelden zich geënthousiasmeerd om wat extra’s te gaan doen. Dat vond ik echt mooi om te zien. Toen we, in juli 2015, begonnen als team, als partners, stonden we eigenlijk nog helemaal niet stil bij het



eindresultaat, we hadden meer zoiets van: Waar gaan we beginnen? Het was een pittige opdracht: het hele land in beweging krijgen. Hoe ga je dat doen, met een team van vijf, zes mensen en relatief weinig middelen? Aanvankelijk was daar ook best kritiek op. Per regionaal samenwerkingsverband, ons doel was er ongeveer 43 op te starten, uit te breiden of te versterken, was er een beperkt stimuleringsbudget beschikbaar om aan te jagen. Maar, we zagen al snel – en dat vind ik echt hoopgevend – dat uiteindelijk het geld niet leidend was. Het aanjagen, energie geven, samen iets in beweging zetten; daar draait het om. Als dat dan, zoals nu uiteindelijk, heel veel resultaat heeft, is dat echt supermooi.”
“Trots? Jazeker. Ik ben trots op wat we bereikt hebben. Ik ben trots op de men-

sen in het land, die het – met elkaar – gedaan hebben. Ik ben ook trots op de partnerorganisaties. Het was geen vanzelfsprekendheid dat het zo zou gaan als het is gegaan. Tuurlijk, het was een bewuste keuze om juist deze organisaties bij elkaar te halen. De VSG als link naar de gemeenten, Sportkracht12 vanwege de verbinding met de provinciale sportorganisaties, MEE NL vanwege de directe band met mensen met een handicap, NOC*NSF natuurlijk als link naar de sport en Kenniscentrum Sport vanwege de theoretische onderbouwing, de kennis. Het is mooi om te zien dat ze allemaal hun eigen rol hebben kunnen invullen, en dat we met elkaar echt hebben kunnen realiseren wat we op papier hadden uitgedacht. Dat zit ’m in mensen. Met relatief weinig mensen en weinig tijd hebben we laten zien wat

er allemaal kan als je passie hebt. Dan ontstaat er energie en voelen andere organisaties ook de urgentie om een bijdrage te leveren.”

Het doel was een landelijk dekkende structuur, van ongeveer 43 regionale samenwerkingsverbanden, op te zetten, is dat gelukt?

“Uiteindelijk zijn we in 41 gebieden aan de slag gegaan met behulp van een stimuleringsbudget. Dus dat is op zich al een groot succes. Bovendien zijn er goede redenen waarom het in die andere twee niet van de grond is gekomen zoals vooraf bedacht. In één regio, Midden-Brabant, werd namelijk al gewerkt op de manier die wij voor ogen hadden. Daar was geen extra inzet nodig, daar gebeuren op eigen kracht

“Grenzeloos actief is echt een vlieg wiel voor heel veel ontwikkelingen gebleken”

al goede dingen. En één regio, op de grens van Zuid-Holland en Noord-Brabant, hebben we niet kunnen aanhaken. Belangrijkste reden daarvoor waren de gemeentelijke herindelingen. Er was zoveel onrust, zoveel te regelen, dat Grenzeloos actief even geen prioriteit had. Er was ook niemand te vinden om in die periode de kar te trekken. Maar, 41 op 43 is natuurlijk een fantastisch resultaat.”

“Of er daarnaast nog uitdagingen zijn? Absoluut. Neem een stad als Amster-

dam. Daar gebeurt echt heel veel, en ook heel veel goeds, op het gebied van aangepast sporten. Er zijn heel veel partijen bij betrokken, maar de samengang kan nog beter. Ik zie geen onwil, er zijn tal van gepassioneerde mensen actief. Maar er is nog geen verbinder opgestaan. Vroeger had je daar Harry Visser, die regelde op het gebied van aangepast sporten álles in de stad. Maar er is nog geen nieuwe Harry opgestaan. Ook hier geldt: het valt en staat bij mensen.”

Wisten jullie eigenlijk waar je moest beginnen?

“We zijn begonnen op de plekken waar we wisten dat de energie er al was, waar de zaadjes eerder al geplant waren. Het helpt als er een aantal plekken is waar je sneller resultaat

boekst. Je doet dan niet alleen zelf positieve ervaringen op, maar je hebt ook meteen goede voorbeelden om te delen. Daarmee kun je ook de plekken waar je echt van nul moet beginnen, of waar aanvankelijk een gevoel heerst van ‘dit gaat niet over ons’, uiteindelijk in beweging brengen. Dat is mooi om mee te maken.”

Wat is uiteindelijk nu de sleutel tot succes geweest?

“Tuurlijk, het is mooi om te zeggen dat je nu landelijke dekking gerealiseerd hebt, dat je – zoals we ook in de graphics laten zien – cijfermatig succes hebt. Maar het zit hem toch vooral in de mensen. De mensen voor wie je het doet. En bovenal de mensen die de kar trekken. Echt, het succes van Grenzeloos actief valt en staat bij de mensen in de regio die er energie en passie in hebben gestoken. Het is belangrijk dat iemand vol enthousiasme begint en anderen meekrijgt. De kracht is ook dat we maatwerk hebben kunnen leveren. Tuurlijk, er lag een stappenplan dat de regio kon volgen, maar het was vooral een leidraad. Je hoeft niet per se al die stappen, in de door ons gesuggereerde volgorde, te doorlopen om tot succes te komen. Dat kan ook anders. Onze kracht was dat we de kennis hadden, de feiten, de ervaringen, en dat we die konden delen. Als we hoorden dat iemand met een specifiek aspect van de aanpak bezig was, konden we verwijzen naar anderen die dat proces al doorlopen hadden. Je moet als organisatie, als team, flexibel genoeg zijn om daarop in te spelen. Er is geen blauwdruk die je over elke regio legt. Nee, het is overal anders, overal is maatwerk gevraagd. De grootte van de gemeenten, het aantal gemeenten, de geografische ligging, de historie; alles speelt mee.

Het is echt wezenlijk anders of je iets in Friesland opzet of in Zuid-Holland, maar het is uiteindelijk toch gelukt om overal een structuur te creëren die nodig is om mensen in beweging te brengen.”

Zijn de behoeften in Friesland anders dan in Zuid-Holland?

“Nee, vrijwel zeker niet. Maar de aanpak is dat vaak wel. Als je, zoals in Friesland, een gebied hebt met veel minder inwoners, met een aantal kernen die verder uit elkaar liggen, dan moet je simpelweg ook een groter gebied bestrijken. Als je dan diversiteit in het aanbod wilt hebben, zullen mensen bijvoorbeeld toch verder moeten gaan reizen. Dat is natuurlijk in het superdichtbevolkte Zuid-Holland heel anders. We weten wel dat de vraagstukken overal min of meer hetzelfde zijn. Waar kan ik mijn vragen stellen? Waar kan ik het aanbod vinden? Wie helpt me om mijn weg te vinden? Wat is er voor nodig om te zorgen dat een sportaanbieder zijn aanbod aanpast op de vraag? We zijn vooral bezig geweest dat te organiseren, om te zorgen dat er in iedere regio iemand was die de lead nam.”

Het budget was uiteindelijk toereikend?

“Er was maximaal 15.000 euro per regio beschikbaar om een structuur te creëren. Dat is natuurlijk niet veel geld, maar je kunt er de boel wel mee aanjagen. Het was ook niet voor concrete dingen, zoals vervoer of aanpassing van accommodaties, maar om mensen bij elkaar te brengen. In de ene regio is er iemand aangesteld die het proces kon begeleiden, elders zijn er uren vrijgemaakt zodat de buurtsportcoach ook regiocoördinator kon worden.”

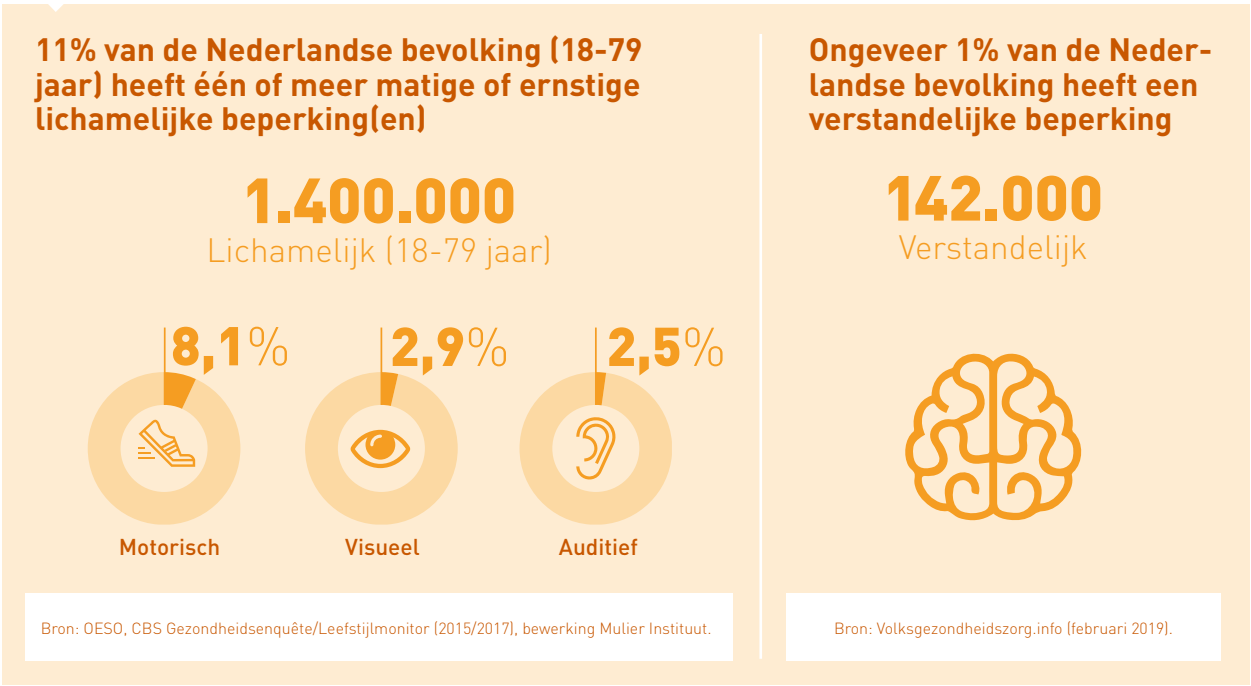
Hoe staan de diverse regio’s er nu voor?

“Met name in de regio’s die al wat langer bezig waren, loopt het nu goed. Die hebben we echt kunnen versterken, en zetten we ook in als goed voorbeeld. Mensen die daar al langer actief zijn, zetten we bijvoorbeeld in als spreker, zij delen hun expertise in andere regio’s. Het is mooi om te zien dat juist die gesprekken hen ook weer extra energie geven.”

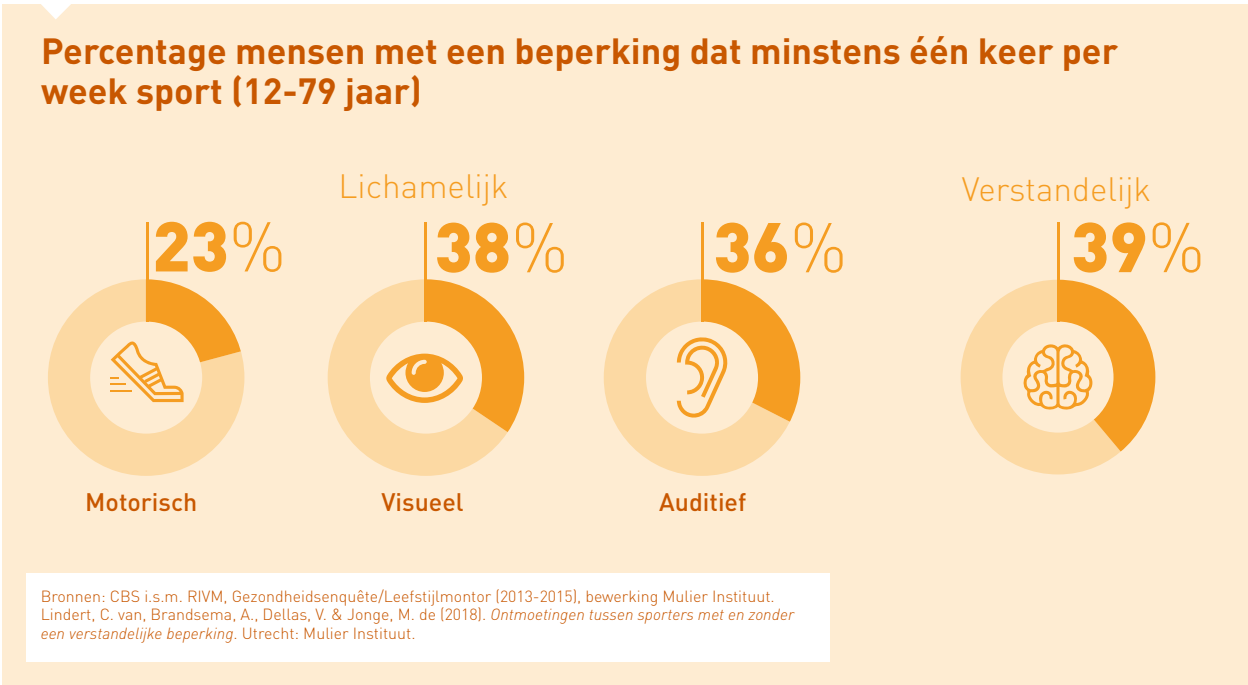
“Er waren als gezegd ook regio’s en gemeenten die zich niet aangesproken voelden. We hadden zelfs een gemeentete die zei dat er geen mensen met een beperking waren, want ze kregen nooit vragen. Dat wil natuurlijk niet zeggen dat er geen mensen met een handicap zijn, dat ze geen wensen hebben. De VSG heeft daarin een belangrijke rol gespeeld, gemeenten gestimuleerd er toch mee aan de slag te gaan. Als je je kennis deelt, en laat zien dat tien procent van de bevolking een beperking heeft, beseffen ze bij de gemeente ook wel dat ze niet achter kunnen blijven. Alleen daar zul je dan antwoorden moeten vinden op vragen als: Hoe komt het dat ze ons geen vragen stellen?”

“Al met al zijn er enkele regio’s waar we lang hebben moeten zoeken naar iemand die het voortouw wilde nemen, waar minder energie was. In sommige daarvan zijn we zelfs pas in de loop van 2018 gestart. Die regio’s zijn nog kwetsbaar natuurlijk. We zijn er enthousiast aan de gang, maar er is weinig tijd geweest om zaken door te ontwikkelen. Als we daar in de toekomst geen energie mee in kunnen steken, bestaat het risico dat het er weer stilvalt. Er zit in het nieuwe Sportakkoord gelukkig echter wel een haakje om op dit gebied te kunnen blijven stimuleren en inspireren. Het overkoepelende thema is immers ‘Inclusief Sport en bewegen’. Dat gaat verder dan sporten voor mensen met een beperking of handicap. Maar

Infographic



Infographic



“Met relatief weinig mensen en weinig tijd hebben we laten zien wat er allemaal kan als je passie hebt”

het is wel duidelijk dat we als partners van Grenzeloos actief daarin weer een rol gaan spelen, en dat we juist in de regio’s waar het evenwicht nog wankel is, de voortgang zullen blijven ondersteunen.”

Hoewel je telkens benadrukt dat het om mensen gaat, speelt geld natuurlijk toch een rol.

“Jazeker. Daarom zijn we ook blij dat in de loop der tijd een aantal fondsen is aangehaakt. Zoals het Fonds Gehandicaptensport. Zij hebben, met Uniek

Sporten, flink geïnvesteerd in een app en website. Aanvankelijk werd die op drie plekken gebruikt, maar inmiddels is er een zo goed als landelijk platform, waarop iedereen kan zien wat er – in elke willekeurige gemeente – voor aanbod is.” “Ook de Rabobank Foundation vroeg of ze iets kon bijdragen en wilde weten wat er nodig was om meer mensen aan het sporten en bewegen te krijgen. Toen wij vertelden dat we zagen dat het voor kinderen met een motorische beperking moeilijk was om passend aanbod te vinden, zijn zij daar, met NOC*NSF,

ingestapt en is het programma Ready to Sport gestart. Grenzeloos actief is echt een vliegwiel voor heel veel ontwikkelingen gebleken.” “Ook partijen als bijvoorbeeld de Cruyff Foundation, de Dirk Kuyt Foundation, het Foppe Fonds en de Esther Vergeer Foundation, die al jaren actief zijn op dit terrein, zullen zeker een rol blijven spelen in het stimuleren van sport en bewegen voor mensen met een beperking.”

Uiteindelijk is ook het aanbieden van een zeer bescheiden stimuleringsbudget, voor het versterken en opzetten van sport- en beweegaanbod, een belangrijk succesnummer gebleken. Er zijn al ruim 450 aanvragen toegekend.

“Jazeker. Dat budget, van maximaal 950 euro per sportaanbieder, heeft echt veel mogelijk gemaakt en het aanbod

aanzienlijk verbreed. Wie het idee had om iets sportiefs te gaan doen voor mensen met een beperking, maar daar net even geen financiële mogelijkheden voor had, kon door ons op weg worden geholpen. Je kan er bijvoorbeeld een halfjaar een zaaltje van betalen, of – zoals een bokstrainer in Nieuwerkerk aan den IJssel heeft gedaan – een bokszak in een speciale kleur, voor mensen die slechtziend zijn, van laten maken. Uiteindelijk heeft dat daar – zoals ook elders – de aanzet gegeven voor de toestroom van veel meer sporters met een beperking. Gemiddeld zijn er bijna negen extra sporters per aanbieder bijgekomen. En ook die bokstrainer heeft nu dus – dankzij zijn passie, ideeën en betrokkenheid – een regionale functie gekregen. Ook ken ik regiocoördinatoren die, nadat ze meermalen de vraag kregen naar dansaanbod voor verstandelijk gehandicapten, zelf op een dansschool zijn afgestapt en daar dankzij het stimuleringsbudget van 950 euro iets hebben op kunnen zetten. Het is supermooi om te zien dat je sportaanbieders die de motivatie hebben om aan de slag te gaan, maar tegen een kleine drempel oplopen, net even over die drempel kunt helpen. Het is prachtig om, zonder er een enorm administratief traject van te maken, met een klein beetje geld zo’n impuls te kunnen geven.” “Overigens hebben we er wel de voorwaarde aan verbonden dat sportclubs die gebruik willen maken van het stimuleringsbudget, zich voor de aanvraag bij hun sportbond melden. Zo voorkom je dat twee clubs naast elkaar tegelijkertijd beginnen met het opzetten van bijvoorbeeld G-voetbal. Daarom ook stimuleren we het contact met de coördinator in de regio. Die persoon heeft als geen ander overzicht van wat er allemaal al wel óf juist niet is, kan

“Onze kracht was dat we de kennis hadden, de feiten, de ervaringen, en dat we die konden delen”

adviseren bepaalde zaken juist wel op te pakken en andere te laten rusten. Op die manier begint als vanzelf ook al iets van samenwerking te ontstaan.”

Want hét grote succesnummer is juist die regiocoördinator.

“Absoluut. Die is de spin in het web. Meestal is het een buurtsportcoach, soms iemand die bij de gemeente of een andere organisatie zit. Allen spelen ze de verbindende rol. Ze weten hoe het beleid in elkaar zit, weten waar de betrokkenen zitten. Ze hebben de boel aangejaagd, een structuur neergezet. Dat moeten we voor de toekomst in stand houden. Er is nu veel meer bewustwording gecreëerd, dat moeten we vasthouden. Gemeenten zullen dat voor de toekomst moeten gaan invullen, elke regio op zijn eigen manier.”

Wat valt er al te vertellen over de toekomst?

“Binnen het thema ‘Inclusief Sport en bewegen’ komt er een alliantie van partnerorganisaties die samen de kar zullen gaan trekken. Dat zijn de samenwerkingspartners die ook al in Grenzeloos actief zaten, aangevuld met nog een aantal partijen die andere doelgroepen stimuleren, waarbij het meedoen aan sport en bewegen niet vanzelfsprekend is. Denk daarbij bijvoorbeeld aan mensen met een migratieachtergrond, dak- en thuislozen of kinderen die in armoede

opgroeien. Er zullen mogelijkheden zijn om in de regio’s waar we net begonnen zijn, extra energie te geven. Het houdt natuurlijk niet op. Maar, het zal wel lastiger zijn om – waar we nu budget hadden om zaken aan te jagen – nieuwe initiatieven te ontplooien. Het zal nu vooral op de gemeenten aankomen. We hebben hiervoor al gekeken of er daar geld vrij te maken is, om dingen te kunnen blijven doen. Dat is op heel veel plekken al gelukt, soms voor een jaar, maar ook in een aantal gevallen alweer voor vier jaar. Zo ook in Beek bijvoorbeeld, een relatief kleine gemeente in Limburg [zie het artikel in deel I van dit magazine, ‘Provinciale voorbeeldfunctie’]. Oud-wethouder Maurice Wierikx had daar een passie voor de gehandicaptensport en heeft iets in beweging gezet. Beek speelt in Zuid-Limburg al sinds jaar en dag een voortrekkersrol met uitstekende sportgelegenheden, ze hebben er bijvoorbeeld al hun sportfaciliteiten rolstoeltoegankelijk gemaakt. Ook daar is het begonnen met iemand vol passie en zie je dat het gelukt is. Het begint, ik zei het al eerder, altijd bij mensen met passie.”

Waar staan we over tien jaar?

“Ik hoop dat alles wat er nu staat verder doorontwikkeld is, dat er structuur is, dat het vanzelfsprekend is. Ja, dat is het. Vanzelfsprekend. We zien dat al in Rotterdam. Daar zijn ze al veel langer bezig en is sport voor mensen met een beperking geen bijzonderheid

“Juist in de regio’s waar het evenwicht nog wankel is, blijven we de voortgang ondersteunen”

meer. Het staat in het beleid, er hoeft niet elke vier jaar weer over gediscussieerd te worden. Het is duidelijk dat het bijdraagt aan het welzijn van de Rotterdammers en dat er extra dingen voor nodig zijn. Het is een vanzelfsprekendheid geworden.”

Wat houdt inclusie voor jou in?

“Sinds het begin van deze eeuw worden er middelen voor gehandicaptensport vrijgemaakt, de eerste jaren vooral voor de organisatorische integratie, daarna om het aanbod te versterken. Er kwam vervolgens een kort vacuüm, waarbij we constateerden dat met het programma ‘Sport en Bewegen in de Buurt’ de mensen met een beperking onvoldoende werden bereikt. We hebben daarna de minister ervan kunnen overtuigen dat we nog niet klaar waren. Grenzeloos actief heeft daarop als een enorme impuls gewerkt. De stimuleringsprogramma’s zijn een succes gebleken, we hebben zo – met een integrale aanpak – via allerlei organisaties mensen met een beperking wél kunnen bereiken.”

“Na het hele technische proces van integratie zijn we nu op weg naar inclusie. Dat is ook goed. Dat betekent dat het allemaal vanzelfsprekender wordt, dat je niet elke keer weer je vinger op hoeft te steken. Dat je geen discussie meer hoeft te voeren met wethouders over het vraagstuk of er eigenlijk wel bewoners met een handicap zijn. En waarom die eventueel zouden willen sporten of bewegen. Het hoeft straks

geen vraag meer te zijn, het wordt vanzelfsprekend dat je iets extra’s doet om iedereen mee te laten doen. Dat geldt voor gemeenten, maar ook bijvoorbeeld voor sportaanbieders. Het is het verhaal van die vrouw in een rolstoel die je niet alleen uitnodigt op je feestje, maar die je ook vraagt op de dansvloer te komen.”

“Inclusie is ook gastvrij zijn. Dat je als sportvereniging niet alleen een bordje op de deur hebt waarin je rolstoelers, blinden en doven welkom heet, maar dat je ook weet hoe het verder moet als ze zich daadwerkelijk aanmelden om te komen sporten. Op dat punt is overigens nog wel een flinke slag te slaan, maar daar gaat het nieuwe Sportakkoord bij helpen.”

“Het is heel lang zo geweest dat mensen met een handicap niet gevraagd of uitgedaagd werden om zelf initiatief te tonen. Dat werkt echter niet meer. Inclusie betekent ook dat mensen met een beperking zelf meer aan de slag gaan.”

De borging, tot slot, hoe staat het daarmee?

“We zijn een eind op de goede weg, maar het is nog niet overal gelukt. Er is in de tweede helft van 2018 wel nog heel veel aandacht aan besteed, omdat we zelf ook wel weten dat wanneer subsidies wegvallen projecten soms helemaal stilvallen. Maar nu is het voordeel dat geld niet de belangrijkste kurk was waarop dit project dreef. We hebben in het stappenplan (zie verderop



in dit magazine) wel altijd duidelijk gezegd veel aandacht te besteden aan het in de lucht houden van de structuur, daar al vanaf het begin een duidelijke strategie voor te ontwikkelen. Feit is dat de rol van de gemeente daarin heel belangrijk is. Wij zullen, vanuit het nieuwe Sportakkoord, de regio’s blijven voeden, met inspiratie, met kennis, met mooie bijeenkomsten, maar het valt of staat ook in de toekomst bij de inzet van de regiocoördinator en de keuzes van de gemeenten. Zij nemen de beslissing hoeveel buurtsportcoaches ze inzetten voor dit thema, hoe ze een en ander financieren. Ik ga ervan uit dat het gaat lukken, we hebben nog geen geluiden gehoord dat het hier of daar dreigt stil te vallen.”

Infographic

Motieven en belemmeringen voor sport en bewegen van mensen met een lichamelijke beperking

Motieven

- Gezondheid
- Fitter worden
- Sterker worden
- Plezier/ontspanning
- Gezelligheid
- Contacten met anderen

Belemmeringen

- Vermoeidheid
- Gebrek aan energie
- Gebrek aan mogelijkheden/faciliteiten
- Te weinig informatie
- Pijn en angst



Bron: Brandsema, A., Lindert, C. van & Berg, L. van den (2017). Factsheet Sport en bewegen voor mensen met een lichamelijke beperking. Utrecht/Ede: Mulier Instituut/ Kenniscentrum Sport.

Infographic

Motieven en belemmeringen voor sport en bewegen van mensen met een verstandelijke beperking

Motieven

- Plezier
- Gezondheid
- Fit worden
- Gezelligheid
- Contacten met anderen
- Afvallen

Belemmeringen

- Het vervoer van en naar de sportlocatie
- Communicatie tijdens sport verloopt moeizaam
- Mensen met een verstandelijke beperking ervaren dat ze binnen de groep of vereniging niet worden geaccepteerd



Bron: Brandsema, A., Lindert, C. van & Berg, L. van den (2017). Factsheet Sport en bewegen voor mensen met een verstandelijke beperking. Utrecht/Ede: Mulier Instituut/ Kenniscentrum Sport.

Deel I

Regionale samenwerking

Sporten en bewegen is niet alleen leuk om te doen, het heeft ook een positieve invloed op de gezondheid, het is goed voor het zelfvertrouwen en de sociale contacten. Voor mensen met een beperking is het nog niet vanzelfsprekend om dichtbij passend sport- en beweegaanbod te vinden. Zo is het aanbod in de buurt niet altijd toegankelijk, faciliteiten en materialen ontbreken of er is geen vervoer.

Het sport- en beweegbeleid Grenzeloos actief werd opgezet om een landelijk dekkende structuur en passend sport- en beweegaanbod te creëren, waarbij iedereen in Nederland met een beperking de mogelijkheid heeft om te sporten en bewegen. Hierbij is samenwerking tussen lokale en regionale partijen van groot belang gebleken. Al bestaande structuren, netwerken en initiatieven zijn gebruikt.

Het beoogde doel van Grenzeloos actief was dat er in 2019 een landelijk dekkende structuur stond van regionale samenwerkingsverbanden die zelfstandig gecontinueerd kunnen worden. Hier wordt, door tussenkomst van regionale aanjagers en sleutelfiguren – vaak buurtsportcoaches – de vraag naar en het sport- en beweegaanbod voor mensen met een beperking gematcht. Dat doel is gehaald. Op de volgende pagina's staan vijf voorbeelden van succesvolle regionale samenwerkingen.



Stappenplan helpt bij slagen regionale samenwerking



Het ‘Stappenplan Regionale samenwerking aangepast sporten’ beschrijft in vier logische stappen hoe regionale samenwerking te organiseren, te borgen en het voor iedereen met een beperking mogelijk te maken om te sporten en bewegen. Het stappenplan is gebaseerd op werkzame elementen van samenwerking.

Om sport en bewegen voor iedereen met een beperking mogelijk te maken en de vraag naar sport- en beweegaanbod te matchen aan een passend aanbod in de buurt, is krachtenbundeling en samenwerking van verschillende partijen nodig. Het door Kenniscentrum Sport, in opdracht van Grenzeloos actief, opgestelde stappenplan heeft de afgelopen jaren tal van gemeenten, sportverenigingen en zorgorganisaties geholpen om regionale samenwerking rond aangepast sporten op te zetten. In dit magazine staan een vijftal verhalen over de regionale samenwerking. In Limburg, Eemland, Friesland, Den Haag en Zeeland heeft men, zoals op nog zoveel meer plekken in Nederland, met hulp van het stappenplan de handen ineengeslagen. De regionale ervaringen geven inzichten, mooie

voorbeelden van vorderingen én een blik op de toekomst. Er zijn vragen die overal gesteld worden. Hoeveel mensen met een beperking wonen in de regio en welke behoefte hebben zij? Welk sport- en beweegaanbod bestaat al en zijn er initiatieven waar we op kunnen aansluiten? Hoe werken organisaties uit verschillende hoeken succesvol samen? Wat zijn de bouwstenen voor een succesvolle samenwerking? En wat is nodig om deze samenwerking te continueren? Wie mensen met een beperking (meer) wil laten sporten en bewegen, doet er goed aan om samenwerkingspartners te zoeken in de regio. Gemeenten werken samen en maken de bredere samenwerking mogelijk. Deze samenwerking heeft een grotere kans van slagen als organisaties uit de zorg, sport

Het stappenplan is maatwerk; de stappen hoeven niet in de volgorde van het plan doorlopen te worden

regio, het niet inzichtelijk hebben wat de wensen en belemmeringen zijn, het niet aansluiten van het sport- en beweegaanbod voor mensen met een beperking bij de behoefte in de regio en het niet vindbaar zijn van het sport- en beweegaanbod door mensen met een beperking. Zoek mensen en organisaties die een bijdrage kunnen leveren aan een beter sport- en weegklimaat voor mensen met een beperking. Denk bijvoorbeeld



en het sociaal domein aansluiten. Hoe pak je het aan? Iemand zet de eerste stap, maar hoe ga je dan verder? En hoe kun je de samenwerking versterken en continueren? Het is belangrijk om regelmatig stil te staan bij de voortgang. Het stellen van vragen helpt om het gesprek hierover te voeren. Niet elke regio doorloopt alle stappen in de volgorde van het stappenplan, het is overal maatwerk. De weg naar borging kan soms een lange route, vol kronkels, zijn. Het is, ook als de regionale samenwerking inmiddels goed

loopt, goed om te beseffen waar je ooit vandaan kwam.

Het stappenplan

Stap 1
Maak anderen enthousiast voor het initiatief

Je wilt een samenwerkingsverband opzetten voor aangepast sporten, als oplossing voor een probleem. In deze fase worden eerste ideeën gevormd. Het probleem is divers, zoals het achterblijven van de sport- en beweegdeelname van mensen met een beperking in jouw

aan omliggende gemeenten, sportaanbieders, zorg- en onderwijsinstellingen (die in contact staan met mensen met een beperking), lokale belangenorganisaties, professionals in het sociaal domein, het bedrijfsleven en fondsen. Het stappenplan is geschreven voor gemeenten, maar kan vanzelfsprekend ook door andere organisaties worden gebruikt. Betrek je mensen tijdig, want dat maakt dat zij zich meer betrokken voelen en dat het initiatief ‘van iedereen’ wordt. Samen werk je de eerste ideeën

Je onderzoekt of het plan goed doordacht is en klaar is voor de uitvoering

uit. Houd er rekening mee dat jouw eerste idee bijgesteld wordt door de inbreng van je medestanders.

Stap 2

Maak afspraken en plannen met je partners

Vanuit de gezamenlijke ambitie die je met elkaar vaststelt, bespreek je hoe je deze ambitie wilt bereiken. Een gezamenlijke ambitie kan zijn: de partners in het samenwerkingsverband hebben het doel dat alle mensen met een beperking dicht bij huis passend kunnen sporten en bewegen.

Bij veel nieuwe initiatieven komt het voor dat mensen te snel overgaan tot een praktisch plan of juist blijven hangen bij een goed gesprek hierover. Mogelijk zijn er bestaande netwerken of initiatieven waarbij je kunt aansluiten of waar je van kunt leren. Een analyse van de regio kan inzicht geven in de doelgroep, het aanbod, de behoeften en daarmee waar de aandacht op kan worden ingezet en welke activiteiten van belang zijn. In deze fase is het goed om na te denken welke andere mensen of organisaties nodig zijn voor de verdere ontwikkeling en uitvoering van het plan. Een plan schrijven is één, maar vervolgens onderzoek je ook of het plan goed doordacht is en klaar is voor de uitvoering. Kijk nog een keer goed en kritisch naar het plan of vraag een externe deskundige het plan te beoordelen.

Stap 3

Realiseer samen het plan

Je bent nu in de fase dat je de uitgewerkte ambitie gaat uitvoeren. Niet alle betrokkenen in het netwerk hebben een rol gespeeld in de planvorming. Zij kennen de uitgewerkte plannen nog niet en krijgen hier nu voor het eerst mee te maken. Nu moet duidelijk worden of ook andere mensen vinden dat het initiatief een verbetering is. In deze fase zijn bijvoorbeeld de uitvoerders en de doelgroep belangrijk. Vinden de deelnemers dat regionale samenwerking een verbetering is? Of vinden ze dat juist helemaal niet? Moeten er nog dingen worden aangepast?

De activiteiten van regionale samenwerkingsverbanden aangepast sporten kunnen divers zijn. In de uitvoering staat de match van de vraag met het aanbod centraal. Kan iedere (potentiële) sporter een passende sport- of beweegactiviteit in de buurt vinden? Activiteiten die hierbij passen zijn onder andere het ondersteunen van de sporter bij het vinden van passend aanbod, het inventariseren van de sportbehoefte van mensen met een beperking en het opzetten van ontbrekend aanbod bij voldoende vraag van (potentiële) sporters.

Stap 4

Zorg dat het initiatief wordt voortgezet

Is er sprake van een verbetering in de match van vraag en aanbod? En zijn

er meer mensen met een beperking die passend sporten en bewegen in de buurt? Dan is de nieuwe situatie een verbetering ten opzichte van de oude situatie. Het is tijd om het initiatief te versterken en te continueren. Het kan ook zijn dat er nog aanpassingen nodig zijn op het plan en de activiteiten voor de continuering. Dit is de laatste fase. Vaak wordt deze fase vergeten. Dat is niet vreemd. Veel mensen denken: Het idee was toch al uitgevoerd? En iedereen was er toch enthousiast over? Een echte verbetering kan geborgd worden. Borging kan op verschillende manieren vorm krijgen. Denk bijvoorbeeld aan het opnemen van de ambitie in het beleid van alle partners. Dit kan specifiek in het sportbeleid, maar een integrale aanpak heeft de voorkeur. Betrek ook andere beleidsterreinen hierin. Maak afspraken met de netwerkpartners voor de komende (meerjarige) periode en leg deze vast, bijvoorbeeld in een overeenkomst, convenant of intentieverklaring, of door middel van subsidietoekenning. Als de regionale samenwerking werkt, vier dan de successen en maak dit zichtbaar naar buiten. Anderen mogen dit weten!

In de uitvoering staat de match van de vraag met het aanbod centraal

Continueren regionale samenwerking: Welke vragen stel je?

Het regelmatig stil staan bij de voortgang van de samenwerking en het hele proces leidt tot een soepelere samenwerking. Het stellen van vragen helpt om een gesprek op gang te brengen en om de samenwerking te evalueren. Vragen én de antwoorden geven inzicht in wat er goed gaat, wat beter kan binnen het samenwerkingsverband en wat er nodig is om tot een duurzame samenwerking te komen. Hoe wordt de samenwerking ervaren? Heeft iedereen nog dezelfde ambitie? Zijn de juiste partners betrokken? En is de financiering nog voldoende geborgd? Wat zijn de opbrengsten van de samenwerking?

Samenwerking

1. Hoe wordt de samenwerking ervaren?
2. Hebben jullie onderling expliciete afspraken gemaakt over wat alle partners bijdragen aan het project?
3. Heb je het gevoel dat onderlinge spanningen bespreekbaar zijn?
4. Weten jullie van elkaar welk belang elke partnerorganisatie heeft bij het project en accepteren jullie de verschillen in belangen?
5. Hebben jullie afspraken gemaakt over hoe jullie omgaan met partners die tussentijds hun bijdrage aan het project willen veranderen of stopzetten? Zijn de afspraken nog steeds passend?
6. Bespreken jullie verschillen in cultuur en werkwijze tussen de partners en

hoe jullie daar mee om kunnen gaan?

7. Hebben jullie afspraken gemaakt over wanneer en hoe jullie tussentijds het projectverloop én de onderlinge samenwerking evalueren?

Ambities

1. Wat is jullie gezamenlijke ambitie en is deze voor iedereen nog hetzelfde?
2. Zijn er veranderingen in de ambitie? Zo ja, wat betekent dit voor de samenwerking en de aspecten hiervan?

Samenwerkingsstructuur

1. Hoe is de samenwerking georganiseerd? Is dit passend voor de activiteiten van het samenwerkingsverband?
2. Hebben jullie onderscheid gemaakt in

een stuurgroep en een uitvoeringsorganisatie?

- a. Op welke manier draagt deze structuur positief bij aan de samenwerking?
 - b. Op welke manier belemmert deze structuur de samenwerking?
 - c. Is de stuurgroep voldoende betrokken?
3. Hoe zijn partners betrokken?
 - a. Is de mate van betrokkenheid afgestemd op de activiteiten van de verschillende organisaties?
 - b. Werkt dit nog naar tevredenheid?
 4. Welke afspraken hebben jullie gemaakt over besluitvorming? Sluit dit aan bij de behoeften van de betrokken partijen?

Verbinding met partners

1. Hoe ziet het mogelijke netwerk eruit?
2. Zijn de essentiële partners verbonden aan het samenwerkingsverband?
3. Zijn jullie tevreden over de huidige partners? Is er binnen de partnerorganisaties voldoende draagvlak voor de samenwerking?
4. Lukt het om essentiële partners te behouden? Zo niet, welke partners zijn er nog nodig?
5. Lukt het om nieuwe partners te binden?

Beleid en uitvoering

1. Passen de activiteiten die jullie uitvoeren nog bij jullie beleid en doelen?
2. Is er bij de partners meer aandacht voor sport en bewegen door mensen met een beperking?
3. Is sport en bewegen een onderdeel van het primaire proces bij de organisaties van de partners?
4. In hoeverre is sport en bewegen bij de partners opgenomen in het beleid? Bijvoorbeeld:
 - a. Is er aandacht voor mensen met een beperking in het (sport)beleid van de gemeente?

- b. Is sport en bewegen een onderdeel van het behandel- of zorgplan van een patiënt?
- c. Wordt er sport en bewegen aangeboden in het lesprogramma van de school?
- d. Heeft sport en bewegen een plek in het gesprek met cliënten door medewerkers van een sociaal wijkteam of praktijkondersteuners?

Financiering

1. Hoe is de financiering geregeld? Is dit (nog) passend voor de samenwerking?
2. Zijn er voldoende middelen?
3. Is er behoefte aan andersoortige financiering?
4. Is er balans tussen structurele en incidentele financiering?

Rollen en deskundigheid

1. Zijn de benodigde competenties binnen de samenwerking vertegenwoordigd?
 - a. Hoe zorgen jullie voor voldoende expertise binnen het samenwerkingsverband en hoe wordt deze expertise op peil gehouden?
 - b. Hoe gaan jullie om met mensen die hun taken onvoldoende vervullen?
2. Kun je bij elk van de aangegeven organisaties en mogelijke rollen (indien van toepassing) aangeven hoe deze rol wordt vervuld? Dit kan bijvoorbeeld door een top en een tip te benoemen:
 - a. regiocoördinator;
 - b. de betrokken gemeente(n);
 - c. sportaanbieders;
 - d. buurtsportcoach;
 - e. organisaties die in contact staan met de doelgroep:
 - i. zorginstellingen;
 - ii. revalidatie-instellingen;
 - iii. huisartsen;
 - iv. fysiotherapeuten;

- v. scholen;
- vi. MEE NL;
- vii. sociale wijkteams.

Communicatie

1. Welke communicatiemiddelen zetten jullie in?
 - a. Social media.
 - b. Eigen website.
 - c. Nieuwsbrieven.
 - d. Lokale kranten.
 - e. Andere middelen.
2. Hebben jullie inzicht in het bereik hiervan? Zoals aantal volgers op social media, aantal bezoekers van de website, et cetera?
3. Bereik je alle doelgroepen met de huidige activiteiten? Denk hierbij aan mensen met een beperking, de ouders, zorginstellingen en sportaanbieders.
4. Zetten jullie communicatiemiddelen van partners in?

Opbrengsten

1. Monitoren jullie het succes van de activiteiten (aantal aanwezigen, aantal mensen met een beperking die meer zijn gaan sporten)?
2. Hoe vaak, wat, aan wie en met welk doel wordt er gerapporteerd?
3. Is er sprake van een verbetering in de match van vraag en aanbod als gevolg van de regionale samenwerking?
 - a. Kunnen jullie dit onderbouwen met cijfers?
4. Heeft de regionale samenwerking bijgedragen aan een andere beeldvorming bij bijvoorbeeld zorginstellingen en sportverenigingen rondom aangepast sporten?
5. Zijn er meer sportverenigingen die meer aanbod hebben voor mensen met een beperking?
6. Lukt het jullie om de doelgroep te bereiken?

Aanpak

Het uitvoeren van een evaluatie vraagt een goede voorbereiding. Wat is de aanleiding om de evaluatie uit te voeren en wat wil je bereiken met de evaluatie? Bedenk van tevoren wie je wil betrekken bij de evaluatie. Wil je het gehele samenwerkingsverband evalueren met alle partners en betrokkenen of elementen uit het samenwerkingsverband? Dit is ook afhankelijk van je doel en de samenwerkingsstructuur. Bekijk welke onderwerpen voor jouw samenwerkingsverband van belang zijn en welke je wil bespreken. Zorg dat de benodigde bronnen en informatie beschikbaar zijn. Vervolgens kun je op verschillende manieren de samenwerking evalueren. Vraag iedereen van tevoren zelf na te laten denken over de bespreekpunten of verzamel vooraf individuele input door middel van een enquête of interview. Zorg ervoor dat je de feitelijke gegevens beschikbaar hebt en bespreek de (belangrijkste) punten tijdens een evaluatiemoment. Het kan helpen om een (onafhankelijke) procesbegeleider in te schakelen voor het evaluatieproces. Kies samen met de procesbegeleider de best passende manier voor de evaluatie.

Afsluiting

De evaluatie heeft meer inzicht opgeleverd in wat er binnen het samenwerkingsverband goed gaat en welke verbeterpunten er zijn. Bespreek de vervolgstappen goed met elkaar. Wellicht is het nodig om bepaalde afspraken opnieuw te bevestigen, om de ambitie te bespreken of om op zoek te gaan naar nieuwe partners. Regelmatig stil staan bij het proces van de samenwerking en bespreken wat eventueel anders moet draagt bij aan een duurzame en succesvolle samenwerking.



“Er is afgesproken dat elke regio zijn eigen ambitie en eigen snelheid bepaalt”

Jack Opgenoord

Provinciale voorbeeldfunctie

Infrastructuur voor aangepast sporten in heel Limburg

Limburg loopt voorop. Het is, sinds begin 2019, de eerste provincie in Nederland waar inclusief sporten op provinciale schaal wordt geregeld. Een provinciaal Sportakkoord maakt dat er meer wordt samengewerkt en dat er nog meer aandacht komt voor sporten en bewegen voor mensen met een beperking.

“

Een langgekoesterde wens.” Zo noemt Ralph Diederens, wethouder van de gemeente Beek, het provinciale Sportakkoord. “Het gaat daarin vooral om zaken die regio-overstijgend zijn. Regio’s zijn zelf in de lead wat betreft aanbod en ambities, maar er is een aantal problemen die groter zijn dan zij zelf aankunnen. En ze spelen op meerdere plekken. Kennisdeling en communicatie zijn daarom ook heel belangrijk en dat wordt mogelijk gemaakt met een provinciedekkend platform.”

Grote stappen

Op 4 juli 2018 daagde gedeputeerde Ger Koopmans de Limburgse gemeenten uit

om met een provinciaal plan te komen. Om aan deze oproep invulling te geven, staken de vijf aangepast sporten-regio’s – Noord-Limburg, Midden-Limburg, Westelijke Mijnstreek, Maastricht Heuvelland en Parkstad – onder leiding van de gemeente Beek de koppen bij elkaar. “We hebben een stuurgroep opgericht en de ambitie uitgesproken om begin 2019 een provinciaal dekkende infrastructuur op het gebied van aangepast sporten te hebben. Er is een stichting opgericht en we zijn voortvarend van start gegaan”, aldus Jack Opgenoord, directeur van Huis voor de Sport Limburg, de provinciale Sportraad. “Daarmee is Limburg de

“Kennisdeling en communicatie wordt mogelijk gemaakt met een provinciedekkend platform”

Ralph Diederén

eerste provincie in Nederland waar inclusief sporten in samenwerking met de provincie geregeld gaat worden.” Opgenoord is zeer enthousiast over wat er in zijn provincie gebeurt. Niet alleen de vorming van het Trainingscentrum Aangepast Sporten in Beek vervult hem met trots. Ook andere, recente ontwikkelingen in de rest van de provincie geven hem het idee dat Limburg grote stappen maakt en nationaal zelfs een voortrekkersrol vervult. De bovenregionale samenwerking maakt dat er veel geleerd wordt van elkaar. Kennisdeling is belangrijk, levert winst op. Weliswaar is nog niet elke regio even ver, maar dankzij de bovenregionale samenwerking en de toekomstige rol van de provincie worden snel stappen gezet. Opgenoord: “Er is afgesproken dat elke regio zijn eigen ambitie en eigen snelheid bepaalt. Maar ze kunnen in elke regio wel gebruikmaken van het netwerk uit de andere regio’s en op die manier dus sneller doorpakken.”

Regionaal vangnet
Iedereen Kan Sporten (IKS) – in 2006 ontstaan vanuit het samenwerkingsverband aangepast sporten in Noord-Limburg – is wat Opgenoord betreft hét voorbeeld voor Limburg en de rest van Nederland. Pauline Schrooten is regioconsulent bij Iedereen Kan Sporten Midden-Limburg. Ze is het aanspreekpunt voor verenigingen, onderwijsinstellingen en organisaties. Ook voor individuele

vragen met betrekking tot sportactiviteiten voor mensen met een beperking heeft ze een luisterend oor. Het netwerk wordt steeds sterker, de verbinding tussen de verschillende partners inniger. Dat is overigens knap werk, want waar in Noord-Limburg bijvoorbeeld kan worden teruggevallen op meerdere fte’s, is de armslag in Midden-Limburg nog bescheiden. Schrooten staat evenwel aan de basis van verschillende evenementen en activiteiten. “Organisaties willen wel, maar weten vaak niet hoe ze iets moeten organiseren. Daar help ik ze dan bij, zodat we activiteiten samen tot een succes kunnen maken. De zorginstellingen hebben dan weer de contacten en zorgen dat het bekend wordt in hun netwerk.” Zo organiseert Schrooten een speciale zwemsportdag. “Zwembad, zorginstelling en zwemvereniging werken dan samen om zo’n dag op poten te zetten. Dat werkt echt stimulerend voor het inclusief sporten in het algemeen.” Als organisaties uit de sport, zorg en het sociale domein intensief samenwerken, is, zo hebben ook andere voorbeelden bewezen, de kans van slagen van regionale samenwerking ook groter. In Noord-Limburg, waar al lange tijd wordt gewerkt aan het toegankelijker maken van sporten en bewegen voor mensen met een beperking en er met name een duidelijke verbinding is ontstaan met de zorginstellingen, is programmamanager Noortje Vrolijk actief voor Iedereen Kan Sporten. In samenwerking met MEE NL zorgt IKS voor een regionaal vangnet voor de kwetsbare doelgroepen.

Initiatieven
Sinds dit jaar zijn de buurtsportcoaches overigens niet meer ondergebracht

bij de gemeenten, maar bij MEE NL. “Door de versterkende werking tussen MEE NL en Iedereen kan Sporten Noord-Limburg is duurzame verankering, zowel financieel als inhoudelijk, eenvoudiger. We hebben zo extra mogelijkheden voor fondsenwerving en directe toegang tot de doelgroep via

breedtesport, topsport, maar voor onze doelgroep gaat het vooral om sportkennismaking. Wij richten ons op kinderen en jongeren met een beperking; zij weten (nog) niet waar ze naartoe kunnen, welke mogelijkheden er zijn. Wij willen dat alle kinderen met elkaar sporten en plezier maken. Vanuit daar kun-

“Wij willen dat alle kinderen met elkaar sporten en plezier maken”

Joop Dacier

de regionale MEE-consulenten in de verschillende lokale wijkteams.” In navolging van de regio’s in de provincie waar al energie en draagvlak was, gebeurt er ook in Zuid-Limburg steeds meer. In alle geledingen wordt gewerkt aan een provinciebreed aanbod. Zo is Adelante kinderrevalidatie bezig met de opzet van een sportloket dat vraag en aanbod voor kinderen en jongeren in Limburg probeert te matchen. Joop Dacier, vakleerkracht bewegingsonderwijs bij Adelante in Valkenburg, kent de moeilijkheden die bij het organiseren van sporten voor jongeren met een beperking spelen. “De wil is er wel, maar het ontbreekt vaak aan capaciteit, aan knowhow bij de sportaanbieders op locatie en aan middelen om het vervoer goed geregeld te krijgen. Wij zien dat er heel veel initiatieven zijn voor volwassenen met een beperking, recreatiesport,

nen ze door naar recreatiesport, naar breedtesport en zo mogelijk doorstromen naar topsport. Maar, samen met de ouders en het kind zelf, proberen we dus, waar ook in de provincie, eerst en vooral een geschikte plek te vinden.”

Infographic

Sportactiviteiten door gemeenten ten aanzien van gehandicaptensport

98%

van de Nederlandse gemeenten voert activiteiten uit voor gehandicaptensport. Dat gebeurt door:



Bron: Reitsma, M., Stam, W. van & Lindert, C. van (2018). *Gehandicaptensportbeleid in gemeenten: de stand van zaken in 2018*. Utrecht: Mulier Instituut.

Infographic

69%

van de gemeenten neemt deel aan een **regionaal samenwerkingsverband aangepast sporten**.

15%

is **niet aangesloten** bij een verband, **maar werkt wel met andere gemeenten samen** op het thema gehandicaptensport.

Bron: Reitsma, M., Stam, W. van & Lindert, C. van (2018). *Gehandicaptensportbeleid in gemeenten: de stand van zaken in 2018*. Utrecht: Mulier Instituut.

Samenwerking leidt in regio Eemland tot veel commitment én meer passend aanbod

“Over de gemeentegrenzen kijken”

Er zijn voor mensen met een beperking al genoeg obstakels waar ze in het leven figuurlijk tegenaan lopen. En dus regelt Sjamana Wijsmuller, coördinator Aangepast sporten in de regio Eemland, dat die belemmeringen op haar terrein er in ieder geval niet meer zijn. “Ik vind het mooi om de drempels op het gebied van sport te kunnen wegnemen.”

Sjamana Wijsmuller is een echte specialist als het gaat om aangepast sporten. Ze kent het belang van bewegen voor mensen met een beperking, zowel uit fysiek als mentaal oogpunt. “Sporten is heel goed voor je zelfvertrouwen. Alleen al het meedoen, het ergens bij horen, geeft je een goed gevoel. Het is mooi om mensen te kunnen leiden naar een succeservaring.”

Voldoende mogelijkheden

In het laatste jaar van haar opleiding tot gymleerkracht aan de Sportacademie in Amsterdam specialiseerde Sjamana Wijsmuller zich in het Speciaal Onderwijs. En met haar diploma vers op zak, deed ze naast haar eerste baan

op een school voor speciaal onderwijs in Amersfoort, nog een master Special Educational Needs (SEN). Tijdens haar werk kwam ze in aanraking met Special Heroes, het stimuleringsprogramma dat kinderen in het speciaal onderwijs en op praktijkscholen laat ervaren hoe leuk sport is.

Toen de gemeente Amersfoort in 2015 een regionaal projectleider voor Special Heroes en een Buurtsportcoach Aangepast sporten zocht, stond Wijsmuller op. En zo rolde ze in het wereldje van Aangepast sporten. Sinds dit jaar is ze ook nog regiocoördinator Aangepast sporten voor de regio Eemland. “Sporten is voor iedereen. Er zijn voldoende mogelijkheden, ook wanneer het sporten binnen

het reguliere sportaanbod teveel van je vraagt. Ik wil iedereen graag helpen bij het vinden van passend sport- en beweegaanbod, samen ontdekken we welke sportmogelijkheden er zijn.” “Veel mensen met een beperking kunnen het bestaande aanbod niet vinden of denken te snel dat het toch niets voor hen is. Ik zou willen dat iedereen die stap toch neemt en ervaart hoe leuk het is om bij een sportvereniging te sporten en

deel uit te maken van een trainingsgroep of team. Er zijn voldoende mogelijkheden, ik wil iedereen daarbij helpen.” Het sleutelwoord tot het succes in de regio Eemland is samenwerking. Alle wethouders in de regio Eemland met sport in hun portefeuille tekenden in de herfst van 2018, tijdens de Dag voor het aangepast sporten, een convenant. Daarin staat onder meer dat ze jaarlijks, en sowieso tot en met 2022, financieel

bijdragen aan de regiocoördinator Aangepast sporten. “Het is een echt commitment aan regionale samenwerking op dit gebied. Een mooi resultaat dat we hebben bereikt met het stimuleringsbudget van Grenzeloos actief. We kijken nu letterlijk over gemeentegrenzen.”

Samenwerking

Sjamana Wijsmuller heeft overzicht over het netwerk, kan nieuwe en bestaande





“Het is mooi om mensen te kunnen leiden naar een succeservaring”

initiatieven in kaart brengen en verbinden. “Om de doelgroep te bereiken, werken we samen met de sociale partners, zoals onder meer de wijkteams, fysiotherapeuten, woongroepen, ambulant verzorgers en scholen voor Speciaal onderwijs. Er valt nog veel winst te behalen. Vooral op het terrein zorg en sport en het inzetten van sport als preventiemiddel. Sporten voorkomt ook andere problematiek.” Door de introductie van het sport- en beweegbeleid van Grenzeloos actief is er meer samenwerking gekomen in de regio Eemland. Wijsmuller zit nu niet alleen als kartrekker met de beleidsmakers om de tafel, ze startte ook een werkgroep met haar collega-buurt-sportcoaches in de regio. Er ontstaat

zo niet alleen lokaal iets, maar ook regionaal. “We werken meer samen, maar zitten elkaar nu ook minder in de weg. Het is zonde als in een gemeente een voetbalactiviteit voor sporters met een beperking start, terwijl we er in de regio al vier hebben. Dan kan er beter een ander sportaanbod komen voor een doelgroep die minder mogelijkheden heeft.” Door de samenwerking is het aangepast sporten ook in de spotlights gekomen bij de kleinere gemeenten, die zelf geen specialist hebben. “Aangepast sporten staat inmiddels in de hele regio op de agenda.”

Gezamenlijkheid

Na de ondertekening van het convenant tot samenwerking is al een hoop gebeurd. Wijsmuller: “We hebben direct daarna een projectplan voor de komende vier jaar gemaakt. Voor 2019 zullen we vooral focussen op de vraag: Waar zit de doelgroep? We zullen bovendien de samenwerking met de zorginstellingen nog verder intensiveren, het netwerk in de

hele regio dekkend maken. Daarmee is een begin gemaakt, we proberen steeds meer doelgroepen, zorginstellingen en beweegaanbod aan elkaar te koppelen.” Wijsmuller zag de laatste maanden vooral dat de kennisoverdracht tussen de verschillende buurtsportcoaches en beleidsmedewerkers enorm is toegenomen. “Hun samenwerking is enorm geïntensiveerd. Kenden ze elkaar voorheen amper, nu is er veel intensiever contact. Heeft er iemand een vraag, dan wordt gelijk in gezamenlijkheid het antwoord gezocht en gevonden. Zo kunnen echt heel snel nieuwe stappen worden gezet.” Er zijn voor komend jaar meerdere bijeenkomsten ingepland waar de buurtsportcoaches door experts op diverse thema’s rondom aangepast sporten worden bijgepraat en geschoold. “We hebben het afgelopen jaar al veel

bijeenkomsten gehad en gezamenlijk een evenement georganiseerd, maar na evaluatie van het afgelopen jaar hebben we met elkaar gekeken wat voor de buurtsportcoaches het meest waardevol is. We hebben daarom voor komend jaar een vorm met verschillende thema’s en bijbehorende ervaringsdeskundigen gekozen. Omdat je snel van elkaars ervaringen kunt leren, zijn die bijeenkomsten heel waardevol. De deskundigheidsbevordering is dankzij die kruisbestuiving echt groot.”

“Het sleutelwoord tot het succes in de regio Eemland is samenwerking”

Infographic

Gemeenten die buurtsportcoaches/combinatiefunctionarissen inzetten voor gehandicaptensport

74%

van de gemeenten zet buurtsportcoaches/combinatiefunctionarissen in voor gehandicaptensport.

Inzet naar doelgroep



76%
Kwetsbare groepen, waaronder mensen met een beperking



47%
Chronische aandoening



62%
Motorische beperking



42%
Visuele beperking



57%
Verstandelijke beperking



39%
Auditieve beperking



38%
Psychosociale aandoening

Bron: Reitsma, M., Stam, W. van & Lindert, C. van (2018). Gehandicaptensportbeleid in gemeenten: de stand van zaken in 2018. Utrecht: Mulier Instituut.

Meer Friezen met een beperking in beweging

Wethouders en Sport Fryslân zetten er samen de schouders onder

Sportdagen voor speciaal onderwijs, de organisatie van een G-voetbaltoernooi, rolstoeltennis in Heerenveen, G-zeilen op de Friese meren of een indoor zitski-evenement, het is een kleine greep van wat er momenteel gaande is in Friesland. Sinds 2014 staat gehandicaptensport intensiever op de agenda bij de Friese gemeenten en Sport Fryslân. Het doel is duidelijk: meer Friezen met een beperking in beweging. En dat lukt duidelijk. In 2018 deden 941 Friezen mee aan één of meerdere activiteiten.

Het aanbod is er. Inmiddels zijn er ruim driehonderd sportactiviteiten, bij meer dan 150 verschillende sportaanbieders. Je kunt kiezen uit tientallen verschillende sporten. Denk bijvoorbeeld aan G-korfbal, dans, rolstoel- en G-tennis, parazwemmen, badminton, zitvolleybal, rolstoelbasketbal, G-voetbal, maar ook fitness.

Via de site van Uniek Sporten zijn ze eenvoudig op te zoeken. En toch weten mensen met een beperking het aanbod voor aangepast sporten nog lang niet altijd makkelijk te vinden. Het blijft een grote uitdaging voor de Friese gemeenten en Sport Fryslân.

Zeven Friese wethouders, sinds begin 2019 onder voorzitterschap van Jos Boerland van De Fryske Marren, kunnen er echter wel op wijzen dat inmiddels

minstens vijftien procent van de Friezen met een beperking actief is geworden, een toename van vijf procent in enkele jaren. Liever evenwel laten ze de getallen voor zich spreken, proberen ze de mooie verhalen voor het voetlicht te brengen. De kwaliteit van leven verbetert als je kunt gaan sporten of bewegen.

Publiekscampagne

“Mensen met een handicap denken vaak dat ze niet kunnen sporten of dat er geen plek voor ze is. Dat is onzin. Sport is voor iedereen belangrijk. Mede daarom willen we de gehandicaptensport in Friesland breed op de kaart zetten”, aldus voormalig wethouder Janny Schouwerwou, voorheen ambassadeur en voortrekker. “En mooie verhalen vertellen.”



“We willen de gehandicaptensport in Friesland breed op de kaart zetten”

Janny Schouwerwou

De gezamenlijke wethouders hebben de doelen voor dit jaar helder voor ogen. Er wordt nog meer gefocust op het versterken van de samenwerkingsverbanden, zowel in de gemeenten als bovengemeentelijk. Bovendien wordt er nog meer aandacht besteed aan het in beeld krijgen van de behoeften bij de doelgroep. Koppeling met het bestaande aanbod, en eventuele opzet van nieuw aanbod, hoort daarbij. En er wordt in 2019 ingezet op optimale monitoring en evaluatie. Met de buurtsportcoaches wordt daarvoor een opzet gemaakt, zodat nog inzichtelijker wordt welke programma's aanslaan. Ze komen in Friesland van ver. Sinds 2014 is een duidelijke weg ingeslagen. De plannen kregen in 2016 een flinke impuls, dankzij de Paralympische Spe-

len. Om de aandacht te trekken van de sporter met een beperking, werd voor de Paralympische Spelen in 2016 namelijk een publiekscampagne gestart. “De campagne rondom de Fryske Parasporthelden zorgde voor enorm veel aandacht. Veel Friezen namen door de campagne een kijkje op de website van Uniek Sporten. Ze kregen zo inzicht in het aanbod in Friesland.”

De publiekscampagne onderschreef nog maar eens wat in het stappenplan van Grenzeloos actief omschreven wordt als belangrijk: maak opbrengsten zichtbaar, communiceer eenduidig en gebruik persoonlijke verhalen. Het maakt het bereiken én betrekken van de doelgroep eenvoudiger.

Voor de Paralympische Spelen van 2020 zal opnieuw een publiekscampagne worden opgezet, zo is inmiddels wel duidelijk. Mogelijk dat alle zeventien Friese gemeenten mee gaan doen. Het is de bedoeling dat de lokale buurtsportcoaches in de campagne een belangrijke rol krijgen. Zij zijn immers ook, als het contact met de sporter met een hulpvraag wordt gelegd, de bindende factor. Friesland telt inmiddels 28 buurtsportcoaches die aangepast sporten in hun takenpakket hebben. Zij zorgen op het vasteland al voor provinciale dekking.

Samenwerkingsverband

Marije Plantinga van Sport Fryslân kijkt als procesbegeleider bij de provinciale sportorganisatie hoopvol naar de ontwikkelingen rondom de gehandicaptensport in Friesland. “Enkele jaren geleden waren we als Sport Fryslân misschien wel de enige partij in Friesland die iets met gehandicaptensport deed. Nu staat het bij de gemeenten op de agenda. Dat is geweldig.” Het was een lange weg, maar de koers die samen met de Friese gemeenten gekozen werd, bleek wel de juiste. “En het leidde uiteindelijk tot een



“Het gemak dat een valide sporter heeft om zomaar met een sport te beginnen, gun je ook iemand met een handicap”

Marije Plantinga

mooi resultaat. We hebben nu een groot provinciaal samenwerkingsverband.” Dat samenwerkingsverband is mede ontstaan door de verschillende buurt-sportcoaches en de ambassadeurs die zijn aangesteld. Schouwerwou: “De



buurtsportcoaches weten precies wat ze moeten doen en proberen sportaanbieders warm te krijgen voor het aangepast sporten. Ze zorgen er in samenwerking met de verenigingen voor dat de inwoners in staat zijn om naar hun sport te gaan. Samen gaan ze op zoek naar de potentiële sporters. De buurtsportcoaches hebben over het algemeen de meeste lokale contacten, ook met elkaar.” Meer dan in welke provincie ook zijn er belemmeringen die een match tussen

sporters met een beperking en de Friese sportverenigingen met aanbod voor aangepast sporten lastig maken. “In Friesland zijn de afstanden vrij groot. Doordat het gebied groot is, kun je niet in elk dorpje een voorziening hebben”, vertelde Schouwerwou eerder.

Koudwatervrees

Volgens Plantinga zijn het de bekende ‘belemmeringen’ rondom de gehandicaptensport: de afstand, de financiën, de begeleiding en de juiste materialen. “Het blijft lastig, omdat er veel bij komt kijken. De belemmeringen zijn vaak een drempel voor de mensen met een handicap. Het gemak dat een valide sporter heeft om zomaar met een sport te beginnen, gun je ook iemand met een handicap. Het is daarom belangrijk dat zij in de buurt kunnen sporten.” In samenwerking met de Friese gemeenten hoopt Sport Fryslân haar doel te bereiken. Plantinga: “We zien een groei van verenigingen die aanbod hebben voor aangepast sporten. Maar ook verenigingen moeten een bepaalde drempel over. Soms hebben ze nog wel eens last van koudwatervrees als ze de doelgroep niet kennen. Als het eenmaal loopt, zijn ze vaak enthousiast.” Het valt Plantinga bovendien op dat er een zekere mate van vanzelfsprekendheid begint te ontstaan. “Als er een ambtenaar weggaat, draagt hij deze portefeuille netjes over aan een opvolger. En ook de nieuwe wethouders, die er na de gemeentelijke herindelingen zijn gekomen, hebben het samenwerkingsverband meteen omarmd. Het hangt niet meer op één iemand, het gaat gewoon door. De borging is dus gelukt. Wel zou ik graag nog zien dat de buurtsportcoaches in hun takenpakket meer tijd en ruimte voor het aangepast sporten kunnen maken.”

Scan & Match: vraag- en aanbodscan voor mensen met een beperking

Scan & Match is een vraag- en aanbodscan voor mensen met een beperking. Scan & Match biedt handvatten voor het vinden van informatie over de sport- en beweegvraag van mensen met een beperking. Ook is het mogelijk via de scan het sport- en beweegaanbod in de regio of gemeente in kaart te brengen en het beleid te analyseren. Scan & Match is ontwikkeld in opdracht van het programma Grenzeloos actief.

Plezier, sociale contacten, fysieke mogelijkheden verkennen en fitheid. Ook voor mensen met een beperking zijn dit belangrijke motieven om te bewegen of te sporten. Maar wat is een passend sport- en beweegaanbod en waar vind je dat? Hoe speel je daar als beleidsmaker op in? Om de match tussen de sport- en beweegvraag van mensen met een beperking en het sport- en beweegaanbod te verbeteren, is goede informatie van belang. Informatie over mensen met een beperking en hun interesse in sport en bewegen enerzijds en informatie over sport- en beweegmogelijkheden in de omgeving anderzijds. Scan & Match biedt handvatten voor het vinden van informatie over vraag en aanbod in de regio of gemeente en voor het analyseren van beleid. Om zicht te krijgen op de potentiële vraag naar en het huidige sport- en beweegaanbod, worden de gegevens van de ‘vraagkant’ en de ‘aanbodkant’ ontsloten. De analyse van de ‘vraagkant’ geeft in-

zicht op wat de omvang van de doelgroep is en waar deze zich bevindt. Bij de ‘aanbodkant’ geeft de analyse zicht op waar het aanbod zich bevindt en voor welke beperking en welke leeftijdscategorie het aanbod geschikt is. Scan & Match geeft antwoord op vragen als: Waar zijn mensen met een beperking in je gemeente/ regio te vinden? Welke verenigingen of andere aanbieders hebben activiteiten voor mensen met een beperking? Wat staat er in het gemeentelijk beleid over sport en bewegen door mensen met een beperking? Is er al een match tussen het aantal mensen met een beperking dat wil sporten en bewegen en het bestaande sport- en beweegaanbod? Scan & Match kan worden gebruikt om het beleid te analyseren. Het is ook speciaal ontwikkeld voor gemeenten en regiocoördinatoren om de lokale/regionale analyse uit te kunnen voeren. De uitkomsten zijn te gebruiken als onderbouwing bij het ontwikkelen of actualiseren van beleid.

In Zeeland zijn ze trots op wat er in de provincie gebeurt

Samenwerking houdt niet op aan de gemeentegrens

Ze waren het er vrij snel over eens in Zeeland. Wil je tot een plan komen om sport- en beweegaanbod voor mensen met een beperking te organiseren, en de doelgroep richting de sportaanbieder te stimuleren, dan moet je samenwerken. “Die overtuiging leefde wel bij de dertien Zeeuwse gemeenten. Zaken als deze houden niet op aan de gemeentegrens, dit moet je provinciaal aanpakken”, zegt Joost Hopmans van SportZeeland.

In het begin maart 2019 getekende Sportakkoord van Zeeland krijgt, in navolging van het nationale Sportakkoord, inclusief sporten in heel Zeeland veel aandacht. Hopmans: “We zien natuurlijk al langer dat er voor iedereen beweegaanbod moet zijn. Voor écht iedereen, dat is ons doel. Daar werken we ook gezamenlijk aan. Er bleek voor mensen met een verstandelijke beperking, hoewel het een relatief kleine groep betreft, al redelijk wat aanbod in Zeeland. Daarom zal in de toekomst veel meer ingezet worden op beweegaanbod voor mensen met bijvoorbeeld een chronische aandoening.”

Jo-Annes de Bat, gedeputeerde voor sport in de provincie Zeeland, is erg blij met het Zeeuwse Sportakkoord. “We hebben gezamenlijk uitgesproken dat in 2023 het aantal mensen dat niet aan sport deelneemt met vijf procent moet zijn afgenomen. Vanuit de provincie worden daar ook middelen voor vrijgemaakt, zo’n 200.000 euro per jaar. En eigenlijk verwacht ik wel dat de landelijke overheid met ons mee gaat doen. Als ik zeg dat ik 400.000 euro van het rijk een mooie bijdrage voor Zeeland vind, dan overvraag ik toch niet?” De Bat is trots op wat er de afgelopen jaren, mede dankzij Grenzeloos actief,



“Elke keer komt er weer een nieuwe sport bij, met begeleiding van gecertificeerde docenten”

Marc de Haas

in zijn provincie is gebeurd. “Alleen moeten we dat nog veel beter zichtbaar maken. We moeten veel duidelijker laten zien wat er al is, het sporten voor mensen met een beperking promoten. We hebben in roeier Corné de Koning en wielrenner Joannathan Duinkerke twee boegbeelden, die ook de media halen, en je ziet meteen dat die sporten daar een boost door krijgen. Ook bij rolstoelbasketbalvereniging Middelburg gebeuren mooie dingen. Maar de rest mag er ook zijn.”

Uniek aanbod

Via de app en site van Uniek Sporten wordt het Zeeuwse aanbod inzichtelijk gemaakt. Daarbij staat onder meer ook een nieuw initiatief, dat elders in Nederland zo te kopiëren is. De Stichting Hulst voor Elkaar heeft vanaf dit voorjaar een uniek aanbod voor mensen met een fysieke of visuele beperking in Zeeuws-Vlaanderen. Zij kunnen kennismaken met letterlijk alle mogelijke sporten.

Marc de Haas is de man achter het concept. “In Zeeuws-Vlaanderen kan men, op locatie in Terneuzen, allerlei verschillende sporten leren kennen. We gaan bijvoorbeeld vijf weken rolstoelbasketbal spelen en dan judoën of rolstoeltennissen. En dansen. Elke keer komt er weer een nieuwe sport, met begeleiding van gecertificeerde docenten.” Het geeft jongeren – ook volwassenen zijn trouwens welkom – de kans om in korte tijd goed kennis te maken met een sport. Daarna volgt, desgewenst, begeleiding richting een (reguliere) club met specifiek aanbod voor mensen met een beperking. “Een tennisvereniging kan natuurlijk altijd een tak voor rolstoeltennis oprichten. En de rolstoeltennisser kan ook met alle gemak een balletje slaan met een valide tennisser.”



“Er moet voor iedereen beweegaanbod zijn. Voor écht iedereen, dat is ons doel”

Joost Hopmans

Het project – de deelnemers van het eerste uur krijgen de eerste maanden van 2019 de kans een naam voor de vereniging te bedenken – moet bijdragen aan het streven van Zeeland om over drie jaar “nog meer mensen met een beperking structureel te zien sporten en bewegen bij een reguliere vereniging.”

Eilanddenken

De kennismakingsweken zorgen er ook voor dat mensen met een beperking in Zeeuws-Vlaanderen, als ze overwegen om te gaan rolstoelbasketballen, niet direct veertig minuten in de auto hoeven te zitten, maar eerst eens dichterbij huis kunnen ervaren of het ze

bevalt. Vinden ze het – na een maandje proefdraaien – echt leuk, dan kunnen ze alsnog die keuze maken. Zeeland is, met zijn eilanden, relatief groot. Dat maakt, zou je van een afstandje kunnen oordelen, het gebied lastig bereikbaar. Joost Hopmans staat echter een wat nuchterder houding voor: “Ik zou zeggen dat we dat eilanddenken een beetje los moeten laten. Bij ons ben je in twintig minuten van het ene op het andere eiland, terwijl mensen in Rotterdam soms wel 45 minuten moeten reizen om van noord naar zuid te komen. Tuurlijk, soms moet je een stukje rijden. Maar dat is niet anders voor een valide sporter of iemand met een beperking. Ja, er is één moun-

tainbikevereniging in de provincie, dus als je daar lid van wilt worden, moet je er iets meer reistijd voor over hebben. Zeeland telt ook maar vijf hockeyverenigingen, die zijn dus net even verder weg dan de voetbalclubs, waarvan je er in elk dorp wel minimaal één hebt.” Mede vanwege de ligging van sommige gemeenten wordt wel contact gezocht met gemeenten buiten de provincie. Zo zijn de inwoners van het voormalige eiland Tholen heel erg op West-Brabant gericht, zij zijn voor hun zorg en het voortgezet onderwijs ook al op Bergen op Zoom aangewezen. “Ook hier kijken we dus over grenzen heen.” Op Zeeuws-Vlaanderen valt dat overigens nog niet mee, mede omdat

“We moeten een structuur neerzetten waardoor organisaties veel minder kwetsbaar zijn”

Jo-Annes de Bat

in België veel zaken compleet anders geregeld zijn. “Maar daar wordt wel naar gekeken.”

Ondersteuningsbehoefte

Om de werkbaarheid te bevorderen, is ervoor gekozen om Zeeland te verdelen in een drietal subregio’s: Zeeuws-Vlaanderen, Walcheren en de Oosterschelde-regio. Globaal geeft het water ‘de grenzen’ aan. Bovendien zijn de regio’s qua inwoneraantal ongeveer gelijk: 100.000 inwoners elk. “Tuurlijk is de situatie in elke regio anders, werken de structuren anders. Maar we zijn nu vooral bezig de sterke elementen en goede voorbeelden te verzamelen en die ook in de andere regio’s toe te passen. Aan de andere kant: het is en blijft altijd maatwerk. Je kan niet zomaar klakkeloos kopiëren”, zegt Joost Hopmans.

De rol van de buurtsportcoach is een

belangrijke. “Zij zijn het aanspreekpunt.” In elf van de dertien gemeenten pakte de buurtsportcoach de rol van verbinder op. “Ze komen, met de ambtenaren sport van de gemeenten, regelmatig bij elkaar, krijgen coaching en helpen elkaar met het vinden van de antwoorden op makkelijke en moeilijke vragen. Of anders weten ze altijd wel iemand te vinden met vakkennis die in de meest complexe kwesties het antwoord weet.”

“Kennisdelen is écht heel belangrijk”, weet ook Jo-Annes de Bat. Mede daarom ook is de hulp van de Stichting Social Delta Zeeland (SSDZ) zo welkom. Patty van Belle maakt zich er sterk voor inclusie. “En niet alleen op sportgebied, ook voor wat betreft onder meer kunst en cultuur én arbeidsparticipatie.” SSDZ werkt aan een gezamenlijk te ontwikkelen aanpak voor een ‘algeheel inclusieve Zeeuwse samenleving’. Het

wel of niet hebben van een beperking mag geen beletsel vormen om mee te doen in de samenleving. “We streven naar een maatschappij waarvan ieder een volwaardig deel uitmaakt, ongeacht achtergrond, gezondheid, rijkdom en dus ook ongeacht beperking en ongeacht de mate van ondersteuningsbehoefte”, aldus Van Belle.

Participatie en commitment

“We willen projecten ondersteunen die op een constructieve manier een inclusieve Zeeuwse samenleving bevorderen en zo veel mogelijk breed in de samenleving te realiseren zijn. Daarbij vragen we om participatie en commitment van partijen die ervoor zorgen dat als het project slaagt, er voortgang aan gegeven wordt. We hebben SportZeeland een project toegekend met het doel de komende jaren onder meer vrijwilligers van sportclubs te ondersteunen en uit te leggen wat er nodig is om inclusie een succes te laten zijn. SportZeeland heeft daarvoor al een goede infrastructuur en goede samenwerking met de gemeenten en alle sportverenigingen, waarbij gebruik wordt gemaakt van wat er al is. Alle sportverenigingen kunnen na afloop van het project van de opgedane kennis profiteren en toepassen in hun eigen vereniging.” Volgens De Bat moet de komende tijd in Zeeland vooral ook een accent op het continueren en borgen worden gelegd. “Er gebeuren echt prachtige dingen, een aantal mensen is heel actief. Maar daar zit ook het gevaar. Ook de meest enthousiaste vrijwilligers, zij die de kar trekken, kunnen een keer wegvallen. We moeten nu een structuur gaan neerzetten waardoor organisaties veel minder kwetsbaar zijn.”

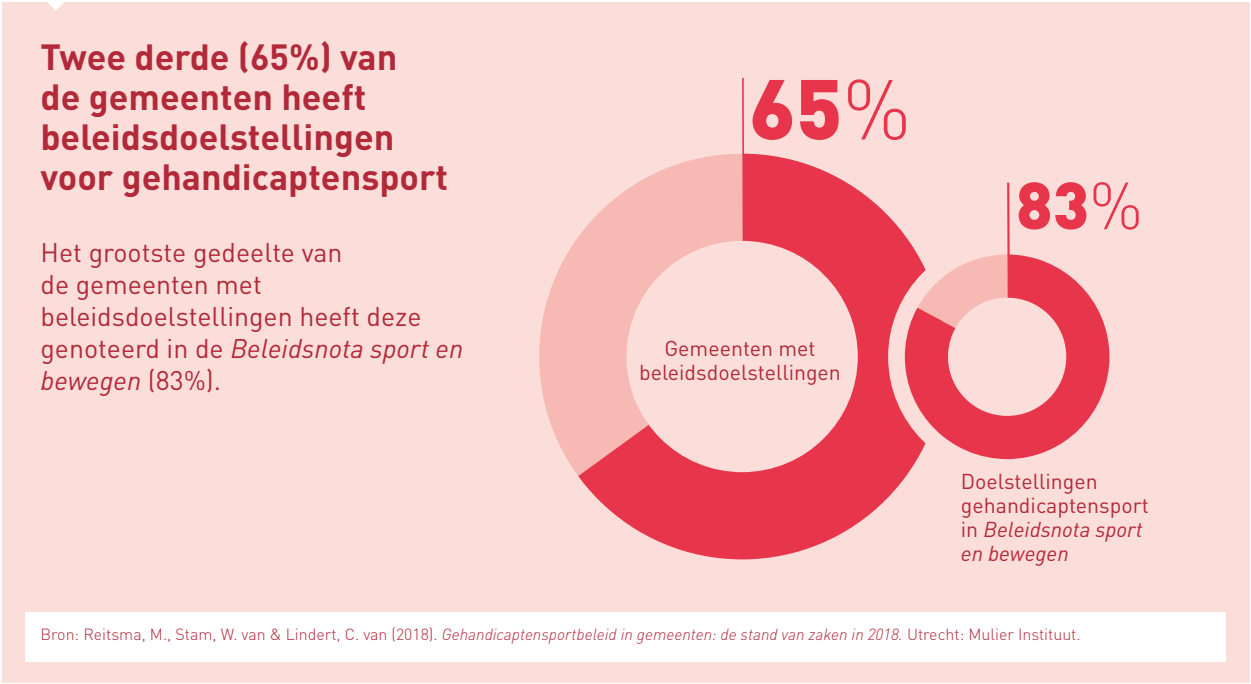
Toolbox behoeftenonderzoek gehandicaptensport

Voor mensen met een beperking is sport en bewegen niet altijd vanzelfsprekend. Doel van Grenzeloos actief is om de match tussen de vraag naar en het beschikbare aanbod voor mensen met een beperking te verbeteren. Om dit te bereiken, is inzicht nodig in de wensen en voorkeuren van mensen met een lichamelijke beperking en/of chronische aandoening. Waar hebben zij behoefte aan? Het Mulier Instituut ontwikkelde een toolbox waarmee deze behoeften in kaart kunnen worden gebracht.

De toolbox is bedoeld voor professionals en ambtenaren die lokaal of regionaal vraag en aanbod op het gebied van gehandicaptensport afstemmen. Of voor de groep professionals die de sport- en beweegdeelname van mensen met een lichamelijke beperking wil stimuleren. Het onderzoek geeft inzicht in de drempels, motieven, wensen en voorkeuren bij het sporten en bewegen van mensen met een lichamelijke beperking en/of chronische aandoening.

Meer inzicht in de behoeften helpt bij het beter matchen van vraag en aanbod, en indien nodig ook bij het ontwikkelen van passend sport- en beweegaanbod voor deze groepen. Door deze behoeften in kaart te brengen, kun je – samen met relevante partners – bepalen hoe het sport- en beweegaanbod voor deze groep beter kan aansluiten op hun behoeften. In de toolbox staat een stappenplan waarmee ook professionals zonder veel onderzoekservaring het onderzoek kunnen uitvoeren.

Infographic



Beweegloket heeft zich bewezen

Helpende hand in Den Haag bij het vinden van een passende beweeg- of sportactiviteit

In Den Haag kunnen mensen met een beperking die willen sporten of bewegen ook in de toekomst terecht bij het Beweegloket. Het Beweegloket helpt hen in de zoektocht naar een activiteit die het beste bij hen past. Bij het Beweegloket worden de Hagenaars geholpen door een beweegcoach of een sportconsulent. Indien nodig kan een 'friend' uit het friends4sport-project worden ingezet, voor extra begeleiding naar de sportvereniging.

Het friends4sport-project is opgezet vanuit de Haagse Hogeschool, met als doel ervoor te zorgen dat mensen met een beperking begeleid kunnen worden in hun eerste stappen op weg naar een sportvereniging of een beweegactiviteit. Voor degenen die die eerste stap lastig vinden, wordt er een student gezocht die deze persoon de eerste paar keer kan begeleiden.

Samenwerking

Het Beweegloket is tot stand gekomen door een samenwerking tussen de gemeente Den Haag, Sophia Revalidatie, MEE NL (onderdeel van Xtra), de Haagse Hogeschool, het Mondriaan College (Faculteit Lifestyle, sport en bewegen) en Kenniscentrum Sport. "In Den Haag

waren er eigenlijk al twee soortgelijke initiatieven. Bij het Sophia revalidatiecentrum was een sportloket gericht op revalidanten en verder was er ook een beweegcoach vanuit de gemeente. Die werkten in eerste instantie los van elkaar", vertelt Lonneke Schijvens van Kenniscentrum Sport. Uiteindelijk zijn beide initiatieven samengebracht om voor een optimaal resultaat te kunnen zorgen. Beide loketten konden zo van elkaar leren en zodoende beter functioneren. Bovendien werd hierdoor de expertise van de consulenten van Sophia Revalidatie nu ook beschikbaar voor niet-revalidanten. "Vanuit de gemeente kwam de vraag of we niet konden kijken of er meer mogelijkheden voor samenwer-



king waren. Ik ben toen bezig geweest met een onderzoek naar de verbetering van beide loketten en een eventuele samenvoeging”, aldus Schijvens.

2030
Het onderzoek en de werkzaamheden van Schijvens, de gemeente Den Haag en de overige partijen leidden uiteindelijk tot een samenwerkingsovereenkomst. Eind 2017 werd het

‘fysieke’ Beweegloket in het Zuiderpark geopend, bovendien kan digitaal (via unieksporten.nl/denhaag) worden gezocht. Inmiddels is – na een succesvol eerste jaar – besloten daar enthousiast mee verder te gaan. Vanuit de gemeente is daar ook budget voor vrijgemaakt. “Mensen kunnen langsgaan bij het Beweegloket, maar kunnen ook telefonisch of per e-mail contact opnemen voor advies. Er wordt samen

“Het aantal adviesgesprekken per maand is sinds de start van het Beweegloket verdubbeld”

Lonneke Schijvens



Match verbeterd
Schijvens: “Door iets te zien en te doen wordt de eerste drempel vaak weggenomen. Ik ben ervan overtuigd dat mensen steeds enthousiaster worden van sporten door er gewoon mee te beginnen. Dat is wat we willen bereiken met het Beweegloket.”
Bij het Beweegloket kan iedere Hagenaar langskomen voor advies. “Er is veel onwetendheid. Veel mensen hebben vragen over het sportaanbod of de mogelijkheden. Dat zien we ook in de bezoekcijfers van het Beweegloket. Direct al kwamen veel mensen op gesprek, dat was heel positief”, aldus Maarleveld.
Dat beaamt Lonneke Schijvens. De match tussen vraag en aanbod is duidelijk verbeterd. “In eerdere jaren was er ook een mogelijkheid voor Hagenaars om naar de beweegcoach te gaan. Maar, het aantal adviesgesprekken per maand is sinds de start van het Beweegloket verdubbeld. En dus worden er nu ook twee keer zoveel mensen uit deze doelgroep gematcht.”
“We hadden voor 2018 het doel dat 75 Hagenaars via het Beweegloket bij passend sport- en beweegaanbod terecht zouden komen en die doelstelling hebben we ruimschoots gehaald. Dat is hoopgevend. Daarom ook is, na een evaluatie met alle betrokken partijen in

met iemand die wil sporten of meer wil gaan bewegen gekeken naar de verschillende mogelijkheden qua sporten of andere activiteiten”, vertelt Maartje Maarleveld van de gemeente Den Haag.

Een groot aantal verenigingen en beweegaanbieders is aangesloten bij het Beweegloket, de lijst wordt geregeld langer en ook zorginstellingen vinden steeds makkelijker de weg. Zodoende is er voor iedere Hagenaar wat wils. “Ons belangrijkste doel is om iedereen in beweging te krijgen. We willen dat echt alle Hagenaars in 2030 bewegen, dus ook de mensen met een beperking.”

Infographic

Succesfactoren en belemmeringen voor gehandicapten sportbeleid

Succesfactoren



Succesfactoren voor uitvoering beleid gehandicapten sport

- Regionale samenwerking.
- Het inzichtelijk maken en het actief onder de aandacht brengen van het sport- en beweegaanbod.
- Aandacht voor de doelgroep.
- Samenwerking binnen de gemeentegrenzen met sportverenigingen en organisaties die in contact staan met de doelgroep.
- Inzet van buurtsportcoaches.
- Inzet van sport- en beweegaanbieders.
- Toegankelijkheid sportaccommodaties.

Succesfactoren voor borgen beleid gehandicapten sport

- Regionale samenwerking.
- Aandacht voor gehandicapten sport in beleid.
- Gehandicapten sport opnemen in uitvoeringsnotities en beleidsnota's.
- Inzet buurtsportcoaches met structurele aandacht voor mensen met een beperking.
- Goede samenwerking met het lokale sportbedrijf of een sportservice-organisatie.

Belemmeringen



Belemmeringen voor gehandicapten sportbeleid

- Bereiken van de doelgroep is moeilijk.
- Gebrek aan beleid ten aanzien van gehandicapten sport.
- Gebrek aan passend sport- en beweegaanbod voor mensen met een beperking.
- Geen of weinig inzicht hebben in de vraag.
- Samenwerking op het thema gehandicapten sport binnen de gemeentelijke organisatie en/of met lokale partijen.
- Omvang doelgroep is te klein om hier beleid op te ontwikkelen.
- Vervoer.

Belemmeringen voor het borgen van beleid

- Gebrek aan tijd en financiële middelen.
- Gehandicapten sport is (nog) niet opgenomen in het beleid.
- Geen of weinig aandacht voor gehandicapten sport vanuit andere beleidsterreinen.
- Weinig inzicht in de doelgroep.
- Ontbreken van voldoende structureel aanbod.

Bron: Reitsma, M., Stam, W. van & Lindert, C. van (2018). Gehandicapten sportbeleid in gemeenten: de stand van zaken in 2018. Utrecht: Mulier Instituut.

“Er is veel onwetendheid. Veel mensen hebben vragen over het sportaanbod of de mogelijkheden”

Maartje Maarleveld

het najaar van 2018, besloten om hieraan een vervolg te geven. De samenwerking is inmiddels geborgd, en – ook al was het in Den Haag nog wachten op het lokale Sportakkoord – we weten dat we hier mee voort kunnen.”

Monitoren

Er gebeurt veel in Den Haag op het gebied van aangepast sporten. En veel Hagenaars weten de weg naar het Beweegloket al, maar het kan altijd nóg drukker. “De kunst is om het nog meer te promoten: iedereen moet ons kunnen vinden.” Zeker als op termijn mogelijk ook omliggende gemeenten – de intenties daartoe zijn uitgesproken – aanhaken. “Vanaf het eerste moment hebben we exact gemonitord waar iedereen die bij het Beweegloket binnenkwam, vandaan kwam, door wie mensen doorverwezen waren. We wisten daardoor waar de boodschap écht goed geland was, maar het vertelde ons ook waar we nog eens langs moesten gaan.” Schijvens vervolgt: “We hebben vanaf de zomer van 2018 nog wat extra aandacht aan de communicatie besteed. Toen we in 2017 startten was er na-



tuurlijk veel geluid omheen, en kreeg het Beweegloket een flinke boost. Maar in de loop van 2018 merkten we dat het nodig was ons verhaal her en der nog eens te vertellen. En dan niet per se alleen maar met artikelen in specifieke bladen, maar ook via bezoeken aan diverse doorverwijzende partijen. We merkten dat bij sommige zorginstellin-

gen bijvoorbeeld altijd wel één persoon enthousiast naar ons doorverwees, maar eigenlijk nooit collega's op die mogelijkheid had gewezen. Dankzij dat extra duwtje zien we nu dat de olievlek zich weer beter verspreidt.”

Deel II

Sportaanbieders

Om de mismatch tussen de behoefte vanuit de doelgroep en het sport- en beweegaanbod te verbeteren, werd door Grenzeloos actief, naast het opzetten van regionale samenwerkingsverbanden, het sport- en beweegaanbod voor mensen met een beperking versterkt. Er was een stimuleringsbudget beschikbaar voor het (op maat) verbeteren van sport- en beweegaanbod binnen de regio’s. Het heeft geresulteerd in duurzame meerjarenplannen en langjarige activiteiten van sport- en beweegaanbieders met aandacht voor kwaliteit, kader en accommodatie.

Op honderden locaties binnen de regio’s is het sport- en beweegaanbod voor mensen met een beperking verbeterd. Op basis van de vraag vanuit de doelgroep en de interesse en het aanbod van de sport- en beweegaanbieder, wordt maatwerk geleverd. Samenwerking met partijen uit de buurt en ondersteuning door fondsen die zich inzetten voor de doelgroep hebben tot een zeer divers aanbod geleid.

Op de volgende pagina’s staan vijf voorbeelden van sportaanbieders die met succes sport- en beweegaanbod voor sporters met een beperking hebben gecreëerd.



Denk goed na bij het organiseren van sportaanbod



In Nederland zijn circa 1,7 miljoen mensen met een beperking. Zij sporten aanzienlijk minder dan mensen zonder beperking. Met sportaanbod dat aansluit bij de wensen van deze doelgroep, kan daar verandering in komen! Samen sporten, daar kunnen sportclubs en andere sportaanbieders ook aan bijdragen.

de '6 van aangepast sporten', samengesteld door Kenniscentrum Sport, bestaat uit zes vragen die helpen bij het organiseren van (nieuw) sportaanbod voor mensen met een beperking. Wat de aanleiding om te starten ook is, de vraag of ambitie waarom je als sportclub gaat investeren in aanbod voor mensen met een beperking is van belang. De aanleiding voor de sport- en beweegaanbieder om sportaanbod te (gaan) organiseren kan vanuit een vraag komen. Iemand met een beperking wil sporten, een ouder zoekt passend sportaanbod voor zijn kind of de buurtsportcoach heeft iemand die op zoek is naar passend aanbod. Mogelijk dat de gemeente of bond stimuleert om te starten met aangepast sporten, het speciaal onderwijs sportaanbod na schooltijd wil of een zorginstelling aanbod voor cliënten zoekt.

Het kan ook zijn dat de ambitie bij de sportaanbieder zelf ligt. Deze wil zijn maatschappelijke rol oppakken of het sportaanbod (voor een nieuwe doelgroep) – al dan niet met een startsubsidie – uitbreiden.

Stap 1
Voor wie is je sportaanbod?
Eén op de tien mensen in Nederland leeft met een beperking. Dit is een heel diverse groep. Niet iedereen met een beperking heeft specifiek sportaanbod nodig om te gaan bewegen. 'Normaal wat normaal kan, aangepast wat speciaal moet.'
Voor de ene persoon is een drankje in de kantine voldoende voor een eerste kennismaking, een ander wil meteen meetrainen. De een wil aan wedstrijden deelnemen of droomt van paralympische topsport, terwijl de ander nog nauwelijks een idee heeft over wat

De vraag of ambitie waarom je als sportclub gaat investeren in aanbod voor mensen met een beperking is van belang

sport kan betekenen. Het is dan ook belangrijk de ervaringen en behoeften van de doelgroep te checken. Op wie richt je je als sportaanbieder? Zijn dat weinig mensen met veel wensen? Het is vanzelfsprekend van belang om het

aanbod aan te laten sluiten op de wensen van de doelgroep. Zo kan het zijn dat schaamte voor de beperking een reden is voor terughoudendheid bij de sporter. Mogelijk vraagt dat om andere sportkleding of

aangepaste douchevoorzieningen. De beperking vraagt om aanpassingen qua sportmaterialen, plaats en tijdstip. Het is belangrijk om te bespreken hoe de drempel voor de sporter verlaagd kan worden.

Stap 2
Waar sta jij?
Met enthousiasme en inzet kun je een verschil gaan maken. Bedenk, als bestuurder van een sportclub, ouder of buurtsportcoach, welke kennis of vaardigheden en medewerking je nodig hebt om het aangepaste sportaanbod te organiseren. De vraag is hoe je startpositie kunt versterken met hulp van anderen. Alleen ga je misschien



Werk samen met mensen en organisaties die zich met (sport voor) mensen met een beperking bezighouden

Infographic



sneller, maar samen kom je verder! Het is belangrijk de ambities voor de korte en langere termijn vast te stellen en de vraag te stellen wat er nodig is om die ambitie waar te maken. Als helder is wat je beweegt om je in te zetten voor het sportaanbod voor mensen, kunnen andere organisaties en mensen ook een bijdrage leveren om het initiatief mede mogelijk te maken. Nieuw sportaanbod opstarten en behouden kost energie en structurele aandacht. Het is belangrijk om kennis en kunde, binnen en buiten de club, te verzamelen.

Stap 3
Waar wil je het organiseren?

De plek die je voor ogen hebt is van belang. Sluit zo veel als mogelijk aan bij bestaande initiatieven en goede plekken! Het kan zijn dat mensen met een beperking wekelijks naar een bepaalde sportplek komen, maar het is ook mogelijk dat de sport juist naar de doelgroep komt. Voordat je de plek bepaalt, is het belangrijk om te kijken wat er in de buurt al is op het gebied van sport of bewegen voor mensen met een beperking. Het is zonde om iets heel nieuws te starten als er in de buurt al een soortgelijk sportinitiatief is. Als er al aanbod in de buurt is, zou je er ook

bij aan kunnen sluiten of mee kunnen samenwerken. Medewerkers van een regionaal samenwerkingsverband en de sportbonden kunnen helpen om te checken waar er wat in de buurt is aan sport, onderwijs, zorg en revalidatie. Het is altijd belangrijk de sportplek ter inspiratie te bezoeken en dan te beoordelen hoe de toegankelijkheid is. Dat geldt niet alleen fysiek. Het is ook belangrijk eerlijk antwoord te geven op de vraag hoe welkom iemand zich kan voelen. Het is altijd belangrijk bij de doelgroep na te vragen wat er minimaal nodig is aan faciliteiten.

Stap 4
Met wie wil je het organiseren?

Voor het organiseren van sportaanbod heb je verschillende mensen en organisaties nodig. Het is belangrijk de samenwerking te zoeken met mensen en organisaties die zich met (sport voor) mensen met een beperking bezighouden. Het is als organisatie, of je nu een bedrijf of sportvereniging bent, altijd belangrijk om mensen uit je 'club' te betrekken bij het plan. Deel je initiatief, vraag om tips en samenwerking. Van vrijwilligers tot bestuurders. Het is belangrijk dat meer mensen een plan van aanpak omarmen, dat trainers, vrijwilligers, samenwerkingspartners

worden betrokken. Mogelijk zijn er (jeugd)leden, ouders/verzorgers en/of sponsors die affiniteit hebben met de doelgroep en een bijdrage willen leveren aan het realiseren van de plannen. Het is goed om duidelijk vast te stellen of je deskundig kader moet aantrekken, of de huidige trainers en coaches kunt ondersteunen of bijscholen. Ga vooral samenwerking aan met partijen die zich bezighouden met (sport voor) mensen met een beperking. Mogelijk is de gemeente, het regionale sportloket, een inspirator. Onderwijsinstellingen, revalidatiecentra, afdelingen van een ziekenhuis of het speciaal onderwijs en patiëntenverenigingen kunnen vaak helpen, hebben gedeelde belangen. Informeer wat een sportbond kan betekenen en of bekende sporters als ambassadeur willen optreden. Daarna kun je je afvragen hoe je met de werving van deelnemers start.

Stap 5
Wat is je resultaat?

Als er eenmaal sportaanbod voor mensen met een beperking is georganiseerd, is het belangrijk sporters en betrokkenen te vragen hoe ze de situatie ervaren. Dat helpt bij het bepalen van de volgende stappen. Bespreek met de sporters het vervolgaanbod. Welk sportaanbod kan structureel worden, welke specifieke wensen of voorwaarden zijn er nog op het gebied van begeleiding, materiaal en vervoer. Behoeften kunnen veranderen en specifiekere worden. Van wekelijks bewegen tot deelnemen aan (landelijke) toernooien. Ieder zijn eigen sportloopbaan. Sta open voor nieuwe ideeën. Heb ook het lef om een stapje terug te doen als de situatie daarom vraagt. Bijvoorbeeld omdat het resultaat niet

is wat je verwacht of omdat de prioriteiten veranderen. Promoot het sportaanbod voor mensen met een beperking en trek hiermee de aandacht. Maak gebruik van verschillende communicatiemiddelen, zoals de krant of social media. Stem het communicatiemiddel af op het doel en de doelgroep die je wilt bereiken. Vergeet daarbij communicatiekanalen van de partners niet. Een bericht in hun nieuwsbrief heeft vaak veel effect. Vergeet ook niet het aanbod op het digitale platform en de app van Uniek Sporten te zetten. Hier kunnen mensen met een beperking een geschikte vorm van sport of bewegen vinden. Zoek bovendien contact met verschillende fondsen, die zowel lokaal als nationaal, stimuleringsubsidies verstrekken. Ze kunnen een steun in de rug geven.

Stap 6
Wat heb je nog nodig?

Het sportaanbod voor mensen met een beperking kan altijd worden versterkt. Wat is er al en wat is nog nodig om het aanbod te starten of te bestendigen? Zijn er belemmeringen om op te lossen? Zijn de potentiële deelnemers gehoord? Zoek je mensen of organisaties die het project versterken? Is er een geschikte(re) locatie, andere materialen of geld nodig? Op naar meer mensen in beweging! Door in gesprek te blijven met betrokkenen en op deze manier open te staan voor aanpassingen, kom je verder.

Infographic



Ook rolstoeltenennissers horen erbij bij HTV Ten Woude

2019 mocht dan nat én koud begonnen zijn, ook bij de start van het nieuwe jaar werd er bij tennisvereniging HTV Ten Woude weer vol enthousiasme getraind door de tennissers met een beperking. De club uit Heerenveen heeft inmiddels meer dan tien G-tennissers op de ledenlijst en is, in navolging op dat succes, vorig jaar ook vol enthousiasme met een rolstoeltennisafdeling begonnen.

Ton van Hooijdonk was als bestuurslid van de Friese tennisclub nauw betrokken bij de opzet van rolstoeltennis bij Ten Woude. Vol passie en overgave maakte hij zich in 2018 hard voor de nieuwe lesvariant bij zijn club, die al veel langer ook G-tennis aanbod. Met het aanbieden van rolstoeltennis is de vereniging een flinke uitdaging aangegaan, maar Van Hooijdonk gaat die niet uit de weg. Het integreren van aangepast sporten binnen de club is immers zijn doel. "Het streven vanaf het begin was dat het rolstoeltennis echt onderdeel werd van de tennisvereniging. Wat dat betreft gaat het bij mij niet alleen om een flitsende start en

goede trainingen. Ik wil dat de rolstoeltennissers geïntegreerd worden in de club."

De bestuurder wil daarmee benadrukken dat er geen verschil hoeft te zijn tussen de 'reguliere' tennissers en de rolstoeltennissers. "Als we activiteiten organiseren, wil ik dat iedereen daaraan mee kan doen. Er hoeft wat mij betreft geen onderscheid gemaakt te worden tussen de rolstoeltennissers of de valide tennissers."

Volgens Van Hooijdonk is tennis een uitermate geschikte sport wanneer het om integratie bij een club gaat. "Je bent namelijk niet afhankelijk van een andere speler die ook in een rolstoel



“Plezier hebben in het tennisspel is nog steeds de hoofdpijler”

Ton van Hooijdonk

zit. Nee, tennissen kun je ook met een valide sporter. Dat maakt het juist zo interessant. Rolstoeltenissers kunnen gemakkelijk met hun (valide) vrienden spelen. Bij andere sporten kan dat niet altijd.”

Nieuwe discipline

Bij HTV Ten Woude is het rolstoeltennis dus afgelopen jaar van start gaan. Aan het begin van dit decennium werd er bij de Friese club al gestart met G-tennis. “Het G-tennis loopt heel goed, is niet meer weg te denken. We begonnen met drie deelnemers in 2011 en nu zijn er elf G-tennissers die elke week trouw een balletje komen slaan. In de beginperiode waren de lessen vooral gericht op plezier, racket- en balgevoel. Vandaag de dag is dat wel anders. Plezier hebben in het tennisspel is nog steeds de hoofdpijler, maar de G-tennissers van Ten Woude weten maar al te goed waar ze elke week voor in training zijn. Dat zijn de toernooien, daar gaan ze vol zelfvertrouwen heen.” Ten Woude wil een vereniging zijn die zo veel mogelijk doelgroepen bedient. Toen via Sport Fryslân en de Esther Vergeer Foundation de vraag kwam of de club ook met rolstoeltennis wilde starten, was er direct enthousiasme bij Van Hooijdonk en zijn medebestuurders.



Het bestuur van de club in de regio van Heerenveen zag de tennisvariant als zinvolle uitbreiding van het tennisaanbod. “We wilden ons daar wel hard voor maken, want we willen meer zijn dan ‘gewoon’ een tennisvereniging. Zodoende zijn we een traject ingegaan om het te realiseren. Er kwam veel bij kijken.” Om de nieuwe discipline te kunnen starten, kon HTV Ten Woude rekenen op een budget van Grenzeloos actief. “Die bijdrage is essentieel, want om rolstoeltennis te kunnen aanbieden, moesten we wat aanpassingen doen. Ons park was al aardig goed, maar er moest wel nog wat gebeuren bij de

tennisbanen, in de kleedkamers, het terras, de toiletten en de kantine. Het is fijn om een budget te hebben om zulke aanpassingen te kunnen doen.”

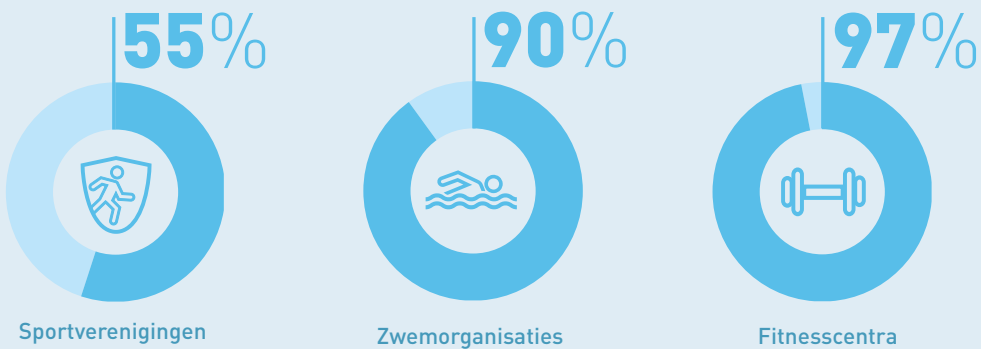
Promoten

De faciliteiten bij HTV Ten Woude mogen volgens Van Hooijdonk potentiële rolstoeltenissers niet afremmen. “De drempel om te komen tennissen moet niet te maken hebben met de faciliteiten van onze vereniging. Wat dat betreft zal de enige drempel wellicht een herkenbare zijn: de zogenaamde ‘eerste keer’ of de onbekendheid met de tennissport.”

Als Van Hooijdonk over ‘onbekendheid’ spreekt, komt hij meerdere malen terug op dezelfde uitspraak. “Onbekend is vaak onbemind. Eigenlijk is dat voor mijzelf ook een beetje het geval. Ik wist niets van rolstoeltennis of aangepast sporten in het algemeen. Maar als je er eenmaal mee aan de slag gaat, verruimt het je blik.” De Friese vereniging startte eerder al een stevige communicatiecampagne. “In samenwerking met Sport Fryslân en de Esther Vergeer Foundation hebben we het rolstoeltennis zo veel mogelijk gepromoot. Via scholen, revalidatiecentra en het internet willen we zo veel

Infographic

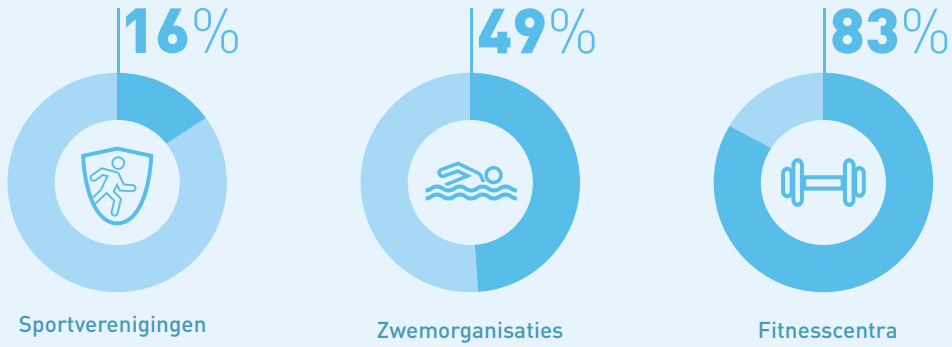
Percentage sport- en beweegaanbieders waar mensen met een beperking sporten



Bron: Stam, W. van, Brandsema, A., Jonge, M. de, Maasdam, S. & Lindert, C. van (2018). *De organisatie van sportaanbod voor mensen met een beperking*. Utrecht: Mulier Instituut.

Infographic

Percentage sport- en beweegaanbieders met specifiek aanbod voor sporters met een beperking



Bron: Stam, W. van, Brandsema, A., Jonge, M. de, Maasdam, S. & Lindert, C. van (2018). *De organisatie van sportaanbod voor mensen met een beperking*. Utrecht: Mulier Instituut.

“De drempel om te komen tennissen moet niet te maken hebben met de faciliteiten van onze vereniging”

Ton van Hooijdonk

mogelijk mensen uit de regio Heerenveen trekken.”
Hoewel alle begin moeilijk is, zijn er wél serieuze ambities. “We richten ons in eerste instantie primair op de jeugd tot achttien jaar, maar uiteindelijk willen we het breder trekken. Naar alle leeftijden. En we willen uiteindelijk meer dan alleen de reguliere lessen.”
Van Hooijdonk aast op samenwerkingen met andere verenigingen. “Als we straks een leuke groep rolstoeltenissers hebben, lijkt het ons leuk om bijvoorbeeld wedstrijdjes te spelen met andere verenigingen of speciale dagen te organiseren.”

Uitdaging

Hoe langer Van Hooijdonk over de nieuwe discipline bij zijn vereniging praat, hoe enthousiaster hij wordt. “We willen het rolstoeltennis echt structureel neerzetten bij onze club, het is belangrijk dat we de komende tijd de interesse levend houden.” Tijdens een speciale open dag, in september 2018, was de kick-off.
Tijdens de open dag waren voor mindervaliden speciale rolstoelen beschikbaar. De Esther Vergeer Foundation heeft zich ten doel gesteld dat kinderen met een lichamelijke beperking kunnen sporten op een gewone vereniging. “De rolstoelen zijn bijvoorbeeld voor men-

sen die slecht ter been zijn, maar toch graag willen tennissen. Ook mensen die in een rolstoel zitten maar geen speciale rolstoel voor het tennis hebben, kunnen er gebruik van maken.”
Trainer Paul Plantinga gaf een introductieles, waarbij niet alleen aandacht werd besteed aan het tennis, maar ook aan het manoeuvreren met de rolstoel. Van Hooijdonk: “Dat is nog een flinke uitdaging. Het schijnt lastig te zijn om rolstoeltennis onder de knie te krijgen, vooral vanwege het bewegen met de rolstoel. Soms ben je een paar maanden onderweg voordat je echt een aardig potje kunt spelen. Ondertussen moet je natuurlijk wel zorgen dat je de interesse van de spelers vasthoudt.”



Mensen met een lichamelijke beperking minder vaak lid van een sportvereniging

- 41 procent van de ‘wekelijkse’ sporters met alleen een lichamelijke beperking is lid van een sportvereniging.
- 39 procent van de ‘wekelijkse’ sporters met een fysieke beperking én een chronische aandoening is lid van een sportvereniging.
- Van de ‘wekelijkse’ sporters zonder lichamelijke beperking of chronische aandoening is 47 procent lid van een sportvereniging.

Bron: Brandsema, A., Lindert, C. van & Berg, L. van den (2017). *Factsheet Sport en bewegen voor mensen met een lichamelijke beperking*. Utrecht/ Ede: Mulier Instituut/Kenniscentrum Sport.



Op borstelbaan in Gouda is ook plaats voor sporters met een verstandelijke beperking

Langlaufen is zó leuk, dat moet voor iedereen te doen zijn

Bij Langlaufvereniging Gouda hebben ze één ding voor ogen: de sport is zó leuk, die moet voor iedereen toegankelijk zijn. En dus ontvangt de club, op de langste borstelbaan van Nederland, niet alleen valide sporters, maar ook blinden en slechtzienden. En, sinds 2017, ook sporters met een verstandelijke beperking.

In 2017 werd de eerste, uiterst succesvolle, editie van het Special Olympics Nationaal Langlauf Evenement in Gouda gehouden, eind vorig jaar was alweer de tweede keer. LLV Gouda organiseert de leuke langlaufdag in samenwerking met de Stichting Tandem Support.

Olympisch vuur

Toen de club het verzoek kreeg om mee te werken aan een Special Olympics Nationaal Evenement, was er geen enkele twijfel. Dat leek ze wel wat in Gouda, het organiseren van zo'n groots evenement voor sporters met een verstandelijke beperking.

De vereniging had tot dan toe geen ervaring met het aanbieden van de sport voor mensen met een verstandelijke beperking. Daar kwam eind 2017 verandering in, weet voorzitter Bea Marsman zich nog goed te herinneren. "We organiseerden weleens activiteiten voor blinden en slechtzienden, maar voor mensen met een verstandelijke beperking hadden we nog nooit echt iets gedaan. Toen we benaderd werden door de Stichting Tandem Support waren we meteen geïnteresseerd. Natuurlijk vonden we het wel een beetje spannend."

Die spanning was echter niet nodig, want Marc Pelkman van Stichting



“Het Special Olympics-evenement was een enorm succes, een groot feest”

Marc Pelkman

Tandem Support beschikt over veel ervaring met het organiseren van Special Olympics-evenementen. Pelkman: “Het was een enorm succes, een groot feest. De politie kwam het olympisch vuur brengen, de wethouder opende het evenement en de wedstrijd. In de pauze werd er een clinic gegeven voor mensen die kennis wilden maken met de sport, dat was eveneens succesvol.”

Bijeenkomsten

Special Olympics Nederland stimuleert sporttrainingen en competities in verschillende takken van sport voor kinderen en volwassenen met een verstan-

delijke beperking. Via sport wil Special Olympics de persoonlijke ontwikkeling van mensen met een verstandelijke beperking stimuleren, hun zelfvertrouwen en eigenwaarde vergroten en bijdragen aan een positieve beeldvorming. Pelkman had op eigen initiatief contact opgenomen met de Goudse langlaufvereniging. “Ik wil meer mensen in beweging krijgen en met langlaufen had ik nog nooit iets gedaan. Het is een leuke sport. Zodoende heb ik destijds bij de vereniging aangeklopt.” Met succes, want het evenement kreeg navolging. “Uiteindelijk gaan we vaker dit soort evenementen organiseren.

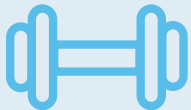
We willen het langlaufen voor iedereen toegankelijk maken. Als er uiteindelijk op termijn een vaste lesgroep uit voort zou vloeien, zou dat helemaal mooi zijn. Daar staan we in ieder geval voor open”, aldus Marsman. In aanloop naar het Special Olympics Nationaal Evenement Langlaufen zijn verschillende bijeenkomsten georganiseerd. Tijdens die bijeenkomsten, gefinancierd door het stimuleringsbudget van Grenzeloos actief, konden mensen met een verstandelijke beperking op eigen tempo kennismaken met de langlaufsport. Pelkman: “Aan het einde van die serie vond het evenement

Infographic

5 meest sportieve activiteiten
Mensen met een verstandelijke beperking



Zwemsport



Fitness



Danssport



Wandelsport



Hardlopen/joggen

Bron: Heijden-Brinkman, A. van, Dool, R. van den, Lindert, C. van & Breedveld, K. (2013). *(On) beperkt sportief 2013*. Utrecht/Nieuwegein: Mulier Instituut/Arko Sports Media.

“We vonden het lastig om de doelgroep te bereiken, maar nu weten we elkaar al beter te vinden”

Marie-José Steenwinkel

plaats. Uiteindelijk willen we natuurlijk dat langlaufen voor mensen met een verstandelijke beperking in het lesaanbod van de vereniging wordt opgenomen. Het zou gaaf zijn als we rond de vijftien deelnemers kunnen vinden voor de cursus. Als zij allemaal door willen, kunnen we wellicht een lesgroep opstarten.”

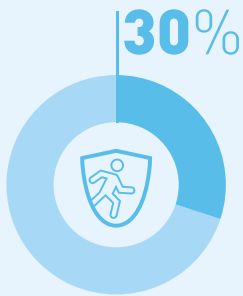
Eigen niveau

De tweede editie was overigens ook een groot succes. Er was aandacht van veel toeschouwers, onder wie wethouder Michiel Bunnik van de gemeente Gouda. Hij gaf het officiële startsein. Eerder was al de vlam ontstoken en had een aantal deelnemers de eed uitgesproken: ‘Ik ga voor de overwinning, maar door mijn inzet ben ik al een winnaar.’ Marie-José Steenwinkel is als trainster erg enthousiast over de speciale dag voor sporters met een verstandelijke beperking én de follow-up daarop. “Bij de eerste editie kwamen de deelnemers nog uit het hele land, maar bij de tweede keer deden er daadwerkelijk ook twee sporters mee die we zelf hadden opgeleid. We vonden het aan-

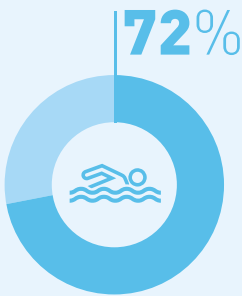
Infographic

Percentage sport- en beweegaanbieders die aanpassingen hebben doorgevoerd in de sportomgeving van sporters met een beperking

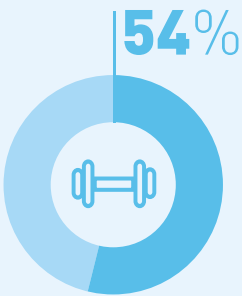
Het gaat vooral om een aangepaste groepsgrootte en een aangepast aantal begeleiders.



Sportverenigingen



Zwemorganisaties



Fitnesscentra

Bron: Stam, W. van, Brandsema, A., Jonge, M. de, Maasdam, S. & Lindert, C. van (2018). *De organisatie van sportaanbod voor mensen met een beperking*. Utrecht: Mulier Instituut.



vankelijk best lastig om de doelgroep te bereiken, maar nu weten we elkaar al wat beter te vinden.” Met name in de periode oktober-november organiseert LLV Gouda een speciaal programma met clinics voor de sporters met een verstandelijke beperking. “Maar ze kunnen de rest van het seizoen ook meedoen met de overige activiteiten. Bij de conditietraining bijvoorbeeld kan iedereen op zijn eigen niveau meetraining. We geven wat extra begeleiding, en zo kunnen ze meedoen met het reguliere programma. Dat is juist ook wat we willen. Dat willen we

uitstralen als vereniging; iedereen kan op zijn eigen niveau sporten. Alle mensen met een beperking zijn welkom, we proberen ze zo goed mogelijk in te passen. Al vijf jaar hebben we ook een programma voor blinden en slechtzienden, die hebben ook gaandeweg het traject hun weg bij ons gevonden.”

“Als er een vaste lesgroep uit voort zou vloeien, zou dat helemaal mooi zijn”

Bea Marsman

Hoe bereik je, als je beweegaanbod hebt, mensen met een verstandelijke beperking?

Sporten en bewegen is voor mensen met een verstandelijke beperking belangrijk. Maar hoe bereik je hen? Mensen met een verstandelijke beperking kunnen het best worden bereikt door bij locaties en voorzieningen waar zij gebruik van maken aan te sluiten.

Denk aan:

- woonlocaties;
- dagbestedingslocaties;
- speciaal onderwijs;
- belangenorganisaties.

Via deze voorzieningen en instellingen kan contact worden gezocht met hen of de begeleiding.

Andere benaderingswijzen:

- de buurtsportcoach die zich voor deze doelgroep inzet;
- de huisarts, het sociaal wijkteam of andere intermediairs.

Deze professionals hebben dikwijls (een deel van) de doelgroep al in beeld.

Bron: Brandsema, A., Berg, L. van den & Lindert, C. van (2017). *Factsheet Sport en bewegen voor mensen met een verstandelijke beperking*. Utrecht/Ede: Mulier Instituut/ Kenniscentrum Sport.

Nimrod richt pijlen op sporters met visuele beperking

Of je nu ziet of niet, bij handboogvereniging in Etten-Leur kan iedereen terecht

Handboogschieten is geen voor de hand liggende sport voor mensen met een visuele beperking. En toch is het mogelijk. Bij Handboog Vereniging (HBV) Nimrod in Etten-Leur kan iedereen terecht. Of je nu ziet of niet. De vereniging ontwikkelde zelf een hulpmiddel om mensen met een visuele beperking deze mooie sport te kunnen leren. Secretaris Jan Beemer vertelt hoe zijn club op de plotselinge vraag inspeelde.

Bij HBV Nimrod komt jong en oud. En sinds 2018 kunnen mensen die een beperkt zicht hebben of helemaal blind zijn hier ook terecht. En dan niet in een apart groepje. Nee, iedereen traint er samen. Secretaris Jan Beemer zit sinds het begin van het decennium bij de club. “Op vakantie kwam ik op de camping in aanraking met het handboogschieten. Dat vond ik wel wat. Ik vond er mijn ontspanning in. Niet alleen fysiek, maar ik werd er in mijn hoofd lekker ontspannen van. Thuis ben ik op zoek gegaan naar een vereniging en uiteindelijk kwam ik bij HBV Nimrod terecht.”

Vrijwilligers

Beemer werd meteen actief bij de vereniging, die op vrijwilligers draait. Hij maakte er de website. En later stapte hij in het bestuur in de rol van secretaris. En hij werd trainer. Toen Beemer bij de vereniging kwam, was er nog geen voorziening voor mensen met een visuele beperking. “Op een gegeven moment kwamen er twee mensen binnenlopen, waarvan de een slechtziend was. Dat hadden we eigenlijk niet meteen door. Ze hadden beiden interesse in de sport. En dan ga je denken hoe je dat kan realiseren. Houding is het belangrijkste bij het handboogschieten. Dus ik dacht: de juiste houding aannemen moet je ook kunnen leren als je slecht ziet. In het



“We hebben ruimte voor meer mensen met een visuele beperking”

Jan Beemer

begin maakten we gebruik van een dikker vizierbolletje waar de vrouw, Ariëtta genaamd, zich dan op kon richten. Dat lukte. Maar helaas ging haar zicht achteruit en was dit op den duur geen oplossing meer.” Beemer keek rond bij andere verenigingen. Zo zag hij dat een andere club een fotostatief gebruikte. “Dat werkte niet. Het is niet stabiel en de poten zitten in de weg. We besloten toen om zelf iets te ontwikkelen.”

Toekomstplannen

Beemer zocht ondersteuning bij de gemeente voor het ontwikkelen van een voorziening. Een sportcoach wees hem op de mogelijkheid van een subsidie van Grenzeloos actief via NOC*NSF. Met dit stimuleringsbudget ontwikkelde hij een statief waarmee sporters met een visuele beperking de juiste houding kunnen aannemen om te schieten.

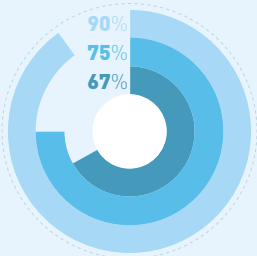
“We hebben het statief laten maken bij een fabriek die aluminiumprofielen maakt voor industrieel gebruik. Ariëtta is (nog) niet volledig blind, maar kan dankzij dit statief blijven schieten. Door haar voeten tegen de balken op de grond te plaatsen en haar booghand tegen een pin op de staander te leggen, staat ze precies goed.” De vereniging heeft inmiddels drie statieven. “We gebruiken ze ook voor mensen zonder visuele beperking”, vertelt Beemer. “Je kunt er namelijk heel goed de juiste houding mee aanleren.” Overigens is HBV Nimrod van plan het statief van Ariëtta nog meer aan haar persoonlijke wensen aan te passen. Dit heeft echter een tijd stilgestaan, vanwege een blessure van haar. Toekomstplannen zijn er wel: zo zal onder meer ook een systeem voor audio-feedback van de scores worden ontwikkeld. Dat zal gebeuren door het ontwerpen van

Met subsidie van Grenzeloos actief ontwikkelde de club een statief waarmee visueel gehandicapte sporters de juiste schiethouding kunnen aannemen

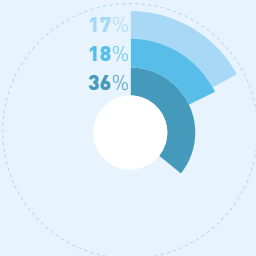
Infographic

Bereidheid en mogelijkheden om (meer) sporters met een beperking op te nemen

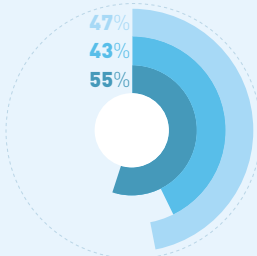
Sportaanbieders die bereid zijn om (meer) sporters met een beperking op te nemen en mogelijkheden daarvoor zien



Sportaanbieders die bereid zijn om (meer) sporters met een beperking op te nemen, maar daartoe geen mogelijkheden binnen hun organisatie zien



Sportaanbieders die bereid zijn om (meer) sporters met een beperking op te nemen maar niet weten of het mogelijk is binnen hun organisatie



Legenda:

- Fitnesscentra
- Zwemorganisaties
- Sportverenigingen

Bron: Stam, W. van, Brandsema, A., Jonge, M. de, Maasdam, S. & Lindert, C. van (2018). De organisatie van sportaanbod voor mensen met een beperking. Utrecht: Mulier Instituut.



een camerasysteem met beeldherkenning, een mogelijke stage/praktijkopdracht voor enkele ICT-studenten van een hbo-opleiding.

Trainingscapaciteit

Het enige verschil bij het handboogschieten tussen mensen met een visuele beperking en mensen die wel kunnen zien, is de mobiliteit. Iemand anders haalt de pijlen voor Ariëtta op. “Het positie zoeken kost veel tijd, dus is het beter wanneer iemand anders heen en weer loopt, zodat zij in het statief kan blijven staan”, legt Beemer uit. “Bij wedstrijden moest Ariëtta overigens alsnog een blinddoek om als ze met statief wil schieten, vanwege haar zeer beperkte restzicht.”

Ariëtta is vooralsnog het enige lid met een visuele beperking bij HBV Nimrod. Maar de deur staat wagenwijd open voor nieuwe leden met slecht of geen zicht. “We hadden er tot nog toe geen reclame voor gemaakt, maar geven nu wel ruchtbaarheid aan het feit dat mensen met een visuele beperking bij ons kunnen komen schieten. We hebben geen limiet, zolang er maar niet ineens tien nieuwe leden met een visuele beperking binnenkomen. Dat heeft niet met hun beperking te maken, maar met onze trainingscapaciteit. Zolang iemand nog niet zelfstandig kan schieten, worden ze intensief begeleid.”

Er zal in de toekomst een systeem voor audio-feedback van de scores worden ontwikkeld

Hoe stimuleer je sport en bewegen voor mensen met een visuele beperking?

Begeleiding:

- maak afspraken met de sporter over de manier van begeleiden. Mag je een sporter bijvoorbeeld ongevraagd aanraken en zo ja, op welke manier? Spreek een hoorbaar teken af om de aandacht van de persoon te trekken of noem bij het aanspreken van de sporter elke keer zijn of haar naam;
- gebruik beeldspraak of laat de persoon de oefening voelen, zodat de sporter goed begrijpt wat wordt bedoeld;
- woorden als ‘zien’ en ‘kijken’ kun je gerust gebruiken. Blinden en slechtzienden gebruiken deze woorden ook. Vermijd begrippen als ‘hier’ en ‘daar’. Geef concreet de richting aan.

De sportomgeving of -accommodatie:

- zorg dat op de vloer geen losse spullen liggen, geen obstakels staan en dat er geen elementen zijn die uitsteken;
- inventariseer of de sporter liever tegen of met de lichtinval mee speelt en gebruik felle contrasterende kleuren. Controleer of de accommodatie goed en gelijkmatig verlicht is;
- door gebruik van XL-materiaal, vertragend sportmateriaal of rinkelballen kan de sporter makkelijker meedoen;
- zorg voor een geluidsarme omgeving met goede akoestiek en geluidsisolatie, zodat sporters en trainers goed worden gehoord.

Bron: Brandsema, A., Lindert, C. van & Berg, L. van den (2018). *Factsheet Sport en bewegen voor mensen met een visuele beperking*. Utrecht/Ede: Mulier Instituut/Kenniscentrum Sport.

Doof of slechthorend, bij LMO kan je gewoon meevoetballen

“Sportvereniging is de ideale plek om te integreren”

John Retel Helmrich staat wekelijks druk gebarend langs de sportvelden. Niet omdat hij zich aan het opwinden is, maar omdat hij trainer is van OLDI (Oud Leerlingen Doven Instituut) Rotterdam. Het voetbalteam, ondergebracht bij voetbalvereniging LMO, bestaat uit enkel dove en slechthorende spelers. Dat is zo’n succes dat Retel Helmrich nu ook streeft naar de oprichting van een jeugdelftal.

Elke wedstrijd, nog voor de aftrap, gaat Retel Helmrich even naar de scheidsrechter en de trainer van de tegenstander voor een kort praatje. “Ik leg ze dan de situaties van onze spelers uit en vraag of ze er rekening mee willen houden dat onze jongens niet altijd het (fluit)signaal van de scheidsrechter horen of doorhebben. Dan moeten ze even een stopgebaar maken. Het is een kleine moeite, maar als je het vooraf duidelijk communiceert, kweek je al veel wederzijds begrip.”

Maatschappelijke waarde

Sinds de zomer van 2018 speelt het team, bij voetbalvereniging LMO in Rotterdam, voor het eerst mee in de reguliere competitie van de KNVB. De spelers van OLDI Rotterdam, in de leeftijd van 18 tot 35 jaar, kwamen al uit

in de officiële zaal- en veldcompetitie van de Koninklijke Nederlandse Doven Sport Bond (KNDSB), maar omdat deze competitie op jaarbasis slechts vier speelrondes kende, ontstond bij het team de behoefte om deel te nemen in een reguliere competitie. En dus trok Retel Helmrich, die zelf een aangeboren gehoorbeperking heeft, de stoute schoenen aan. De trainer benaderde het bestuur van de Linker Maas Oever met de vraag of hij met OLDI Rotterdam in de zondag reserve zesde klasse kon aansluiten. Onder de vlag van LMO, een voetbalclub die zijn best doet om van extra maatschappelijke waarde te zijn. Rotterdam Sportsupport stimuleert en ondersteunt dergelijke clubs, onder meer bij het realiseren van maatschappelijke activiteiten.

Rotterdam Sportsupport stimuleert en ondersteunt clubs bij het realiseren van maatschappelijke activiteiten

Integreren

Retel Helmrich: “Ik had bij LMO direct een warm gevoel. We voelden ons hier heel welkom. De vereniging heeft al ervaring met G-voetbal, dat was een groot

voordeel. Omdat ook het bestuur van LMO enthousiast was, zijn we van start gegaan. En met succes. Ondanks dat wij onderaan staan, doen de jongens het hartstikke goed. Het was even wennen, niet alleen conditioneel maar natuurlijk ook in de communicatie. Met elf man op zo’n veld, in drie linies; dat vraagt nogal wat. Maar de automatismen beginnen nu te komen.”

De ontmoetingen met de Rotterdamse tegenstanders verlopen zeer voorspoedig. Retel Helmrich vindt het belangrijk dat mensen zonder gehoorbeperking in contact komen met doven en slechtho-

Infographic



Voetbalvereniging in Doetinchem
stelt zich open voor de hele maatschappij

Iedereen voelt zich thuis bij DZC'68

Het clubhuis van DZC'68 is zeven dagen per week open. En niet alleen vanwege het voetbal. Welnee, de vereniging staat letterlijk open voor tal van andere activiteiten. Voorzitter Jan Minkhorst vindt het belangrijk dat iedereen welkom is bij zijn club. "En dat zeven dagen in de week, zestien uur per dag. En dat zijn we heel gewoon gaan vinden."

Jan Minkhorst is al een halve eeuw lid van voetbalvereniging DZC'68. Als achtjarig jongetje kwam hij er voetballen. Inmiddels is hij, na tal van taken, ruim een decennium voorzitter van zijn Doetinchemse club. Nog steeds als vrijwilliger. Minkhorst werkt als programmamanager en adviseur clubkaderontwikkeling bij NOC*NSF. In die rol stimuleert hij clubs om zich open te stellen voor de maatschappij en inclusie via sport te bevorderen. Zijn eigen club heeft onder zijn bezielende leiding in ieder geval een enorme me-

tamorfose ondergaan. Koken, fietsles en buitenschoolse opvang? Het kan allemaal.

Breed activiteitenprogramma

"We constateerden op een gegeven moment dat we een goed georganiseerde club zijn, maar dat er vanuit de maatschappij ook andere behoeften waren", vertelt Minkhorst. "Zo begon bijvoorbeeld een groepje van zeven personen in de kantine met kookles. Inmiddels staan er wekelijks veertig tot vijftig mensen met een vluchtelingen-

"We zijn al lang niet meer die sportclub, mensen weten ons voor veel meer dan dat te vinden"

Jan Minkhorst



status of een verstandelijke beperking achter het fornuis in het prachtige, nieuwe clubhuis. Als onderdeel van een breed activiteitenprogramma." Maar er gebeurt zoveel meer dan dat. Minkhorst: "We zoeken voortdurend naar partners om mee samen te werken, om een win-winsituatie te bereiken. Zo hebben we nu al jaren een sportieve buitenschoolse opvang in ons gebouw. Wij verdienen daar iets aan, de opvang heeft een mooie locatie met sportfaciliteiten en de deelnemers maken kennis met diverse sporten."

Participatiefilosofie

De meeste activiteiten drijven op de participatiefilosofie. En dat gaat zover dat het clubhuis zeven dagen per week bol staat van de activiteiten. Zelfs het schoonmaken van het gebouw is een

activiteit op zich. Dat gebeurt door een groep mensen met een verstandelijke beperking en mensen met gedragsproblemen. "Dat is een mooi voorbeeld. We hebben het ingezet als dagbesteding. Eenmaal binnen kun je ze ook andere activiteiten aanbieden. De mensen in dit programma gaan binnenkort twee keer per week sporten en krijgen kookles. We leren ze zo een gezondere leefstijl. Ook de mensen die voor de kookles zijn gekomen, stijgen gaandeweg op de participatieladder en volgen inmiddels taalles, fietsles of zijn begonnen met sporten." "Heel veel van de mensen met een vluchtelingenstatus die als deelnemer aan bijvoorbeeld de kookles zijn gekomen, doen nu ook vrijwilligerswerk voor de club. Bovendien hebben we ook echt mensen in dienst kunnen nemen.

DZC'68 is werkgever, we hebben 3,5 fte. Daarnaast merken we dat ons imago in de buurt echt veranderd is. We zijn al lang niet meer die sportclub, mensen weten ons voor veel meer dan dat te vinden. We staan nu te boek als een maatschappelijke organisatie."

Imago

Samenwerken is het sleutelwoord gebleken bij de nieuwe koers van DZC'68. "We werken met heel veel partijen samen", zegt Minkhorst. "Gemeente, scholen, verenigingen, ziekenhuizen, Grenzeloos actief, noem maar op. We zijn eind 2018 met zeven sportclubs én een ziekenhuis gestart om mensen met de longziekte COPD aan het sporten te krijgen. We zetten sport in als middel om te re-integreren of te participeren." Niet alleen in het gebouw, ook op de

Wanneer is een club een open club?

Voor de ideale open club bestaat geen formule. En dat is maar goed ook, want elke buurt (en ook de daar aanwezige sportclubs) heeft zijn eigen specifieke behoeften. Elke club – groot/klein, binnensport/ buitensport, team/individueel – kan voor zichzelf een stap zetten om meer open te worden.

Een open club kenmerkt zich door een open houding bij de kartrekkers en betrokkenen bij de club. Een dergelijke club is een ontmoetingsplek waarbij eigen leden, andere regelmatige bezoekers van de club en de buurtbewoners worden genodigd om te sporten en om betrokken zijn. Een open club is ondernemend en richt zich op een langetermijnvisie en staat daarom nooit stil. Zij denkt vraag- en buurtgericht en gaat steeds opnieuw na wat de behoeften zijn en speelt daarop in. De club gaat – mogelijk in samenwerking met andere sportclubs en partijen uit andere sectoren – gericht aan de slag om activiteiten aan te bieden. Ook voert de club actief en continu beleid op de ontwikkeling, kwaliteit en opleiding van sporttechnisch, arbitrerend en bestuurlijk kader. En streeft zij 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.



velden zijn er allerlei activiteiten voor mensen die anders niet kunnen meedoen. Minkhorst: “We bieden bijvoorbeeld Walking football, voor mensen die wat ouder zijn of om een andere reden niet kunnen rennen. En we hebben samen met twee andere voetbalverenigingen elftallen voor mensen met een beperking.” Mensen met bijvoorbeeld ADHD of een autistische stoornis kunnen ook in de gewone teams meedoen en daarbij begeleiding krijgen als dat nodig is. Er loopt bij DZC’68 zelfs iemand rond die alle trainers en coaches begeleidt op het gebied van participatie.”

“We zijn een goed georganiseerde club, maar vanuit de maatschappij waren er ook andere behoeften”

Jan Minkhorst

“Mensen die zich om wat voor reden ook bij de club melden, voelen zich hier thuis”, heeft Minkhorst als verklaring voor het succes van de aanpak. “Of je hier nu komt om lekker recreatief te sporten, om met voetbal te presteren, of om sociale redenen, we staan open voor iedereen. Wij krijgen mensen binnen die je anders bij de club niet zou zien. Mensen willen graag ergens bij horen en bij ons kan dat. Het imago van de vereniging is daarmee ook veranderd. Dat heeft weer de positieve uitwerking dat sponsors zich bij ons komen melden. Dat is de omgekeerde wereld!”

Infographic

Belangrijkste succesfactoren om sporters met een beperking te verwelkomen en te behouden



- Goede sfeer en draagvlak
- Goede en betrokken instructeurs
- Extra begeleiding
- Aandacht
- Enthousiasme
- Bereidheid

Belangrijkste belemmeringen om sporters met een beperking te verwelkomen en te behouden



- Geschikte en gekwalificeerde instructeurs/ vrijwilligers
- Voldoende geschikte ruimte voor mensen met een beperking
- Financiën

Bron: Stam, W. van, Brandsema, A., Jonge, M. de, Maasdam, S. & Lindert, C. van (2018). De organisatie van sportaanbod voor mensen met een beperking. Utrecht: Mulier Instituut.

Maak jij voor mensen met een beperking het verschil?

Het programma Grenzeloos actief
is financieel mogelijk gemaakt door:



In samenwerking met:

