

Gehandicaptenzorg en sport in Rotterdam

Sport voor verstandelijk beperkte mensen bij Sportplusvereniging Atomium '61

Marijke Bohnen

Atomium '61 is één van de elf Rotterdamse Sportplusverenigingen. Het Rotterdamse Sportplusprogramma, dat wordt uitgevoerd door Rotterdam Sportsupport, heeft als doel de maatschappelijke rol van de sportverenigingen in de stad vergroten. Rotterdam Sportsupport en de gemeente Rotterdam willen met het programma een beweging op gang brengen die de sportsector in de stad verbindt aan thema's als gezondheid, onderwijs, veiligheid en participatie. Sportplusadviseurs van Rotterdam Sportsupport ondersteunen de Sportplusverenigingen bij de ontwikkeling van maatschappelijke projecten voor de eigen leden (bijvoorbeeld gezond aanbod in de kantine) en voor niet-leden (bijvoorbeeld sportaanbod voor mensen met een lichamelijke beperking), en bij de samenwerking met professionele organisaties uit het sociale domein.



Atomium '61 onderneemt een breed scala aan maatschappelijke activiteiten, waaronder Goalbal (handbalvorm voor mensen met een visuele beperking) voor 9- tot 14-jarigen, G-Handbal, een seniorenportuurtje, een gezondheidsmarkt voor senioren uit de wijk, Kombi-fit voor mensen met een verstandelijke beperking, en Bewegen op Recept voor mensen met gezondheidsklachten als artrose, diabetes, obesitas of reuma. Daarnaast zijn er recent fitnessapparaten voor wijkbewoners geplaatst op de verenigingsaccommodatie. Deze kunnen de hele dag vrij worden gebruikt. In interviews met Marijke Bohnen (bestuurslid en projectleider Sportimpuls bij Atomium '61) en een medewerker van zorginstelling Middin ligt de nadruk op Kombi-fit, als voorbeeld van de maatschappelijke activiteiten van de sportvereniging.

Meer plezier en contact door sporten in een vertrouwde omgeving

Zorgorganisatie Middin biedt in Zuid-Holland ondersteuning en zorg aan mensen met een verstandelijke beperking. Dit doen zij op woonlocaties, aan huis en in activiteitenencentra. De organisatie probeert mensen zoveel mogelijk alles zelf te laten doen.

Elke week een andere sport

Eén van de woonlocaties van Middin waar ongeveer 25 mensen wonen, participeert in het project Kombi-fit van Atomium '61. Kombi-fit is sportaanbod voor mensen met een verstandelijke beperking: twaalf weken achter elkaar maakt een groep van ongeveer tien cliënten van Middin kennis met verschillende sporten.

toe en de sportlessen worden leuk gegeven. Het is voor iedereen goed om te sporten, dus ook voor de mensen aan wie wij zorg verlenen. Sommigen van hen hebben te maken met overgewicht en ze hebben weinig contacten met andere mensen. Daarom is sporten voor hen belangrijk. En het verschil met onze eigen activiteiten is dat de cliënten tijdens het

“Door de betrokkenheid van professionals is er bij ons ook meer vertrouwen in de kwaliteit van de sport- en beweegactiviteiten”

De kennismakingsactiviteiten vinden plaats op de accommodatie van Atomium '61 en in de winter in een sporthal. De gedachte is dat de deelnemers na de twaalf weken kiezen voor een sport. Atomium '61 probeert de deelnemers bij hun vereniging te betrekken door hen er ook op andere momenten uit te nodigen, zoals bij een kerstlunch. De begeleider van Middin (zij heeft aangegeven anoniem te willen blijven en is daarom ook niet in beeld gebracht) is positief over Kombi-fit: “De mensen gaan er met plezier naar

sporten bij een sportvereniging ook in contact komen met andere mensen.”

Structureel sporten door een veilig gevoel

Het is voor de doelgroep van Middin moeilijk structureel te blijven deelnemen aan activiteiten, zo vertelt de begeleider. “Dat iemand van Middin meegaat, geeft de deelnemers een veilig gevoel.”

Of ze na de twaalf kennismakingslessen lid worden van een sportvereniging is volgens de

begeleidster voor een groot deel afhankelijk van dit gevoel van veiligheid en vertrouwdheid. “De kans dat deelnemers blijven sporten is groter als de mensen met wie zij samen sporten ook blijven gaan. En ze moeten zich er veilig voelen. Daarnaast is financiële ondersteuning belangrijk. De mensen aan wie wij zorg verlenen, hebben vaak beperkte financiële middelen.”

Kwaliteit van de begeleiding

Eén van de succesfactoren van Kombi-fit vindt de begeleider van Middin de professionele begeleiding, vooral vanwege de specifieke kenmerken van hun doelgroep, zoals weinig zelfvertrouwen en soms ook overgewicht. Ze vertelt: “Onze mensen kunnen niet zomaar meedoen met alle sportactiviteiten. Het is belangrijk dat de begeleiding weet welke activiteiten ze wel aan kunnen. Daarom vind ik het prettig dat zowel de coördinator als de sportbegeleiders professionals zijn. Met de coördinator heb ik vooral contact over praktische zaken, zoals het aantal deelnemers, de locatie van de activiteit en de specifieke kenmerken van (enkele van) de deelnemers. Door de betrokkenheid van professionals is er bij ons meer vertrouwen in de kwaliteit van de sport- en beweegactiviteiten.” 🌟



● —————
“De maatschappelijke activiteiten die we al hadden, kunnen we met het Sportplusprogramma verder uitbreiden”

Atomium '61, een sportvereniging met een welzijnshart

Marijke Bohnen is al vele jaren betrokken bij Atomium '61. De vereniging met ongeveer 250 leden heeft een duidelijke maatschappelijke ambitie, die is samengevat in hun beleidsplan 'Het Kloppend Hart'. Op de sportvereniging is een aanbod van verschillende sporten voor verschillende doelgroepen: handbal, g-handbal, jeu de boule/koersbal, nordic walking, tennis en goalbal.

Maatschappelijke ambities

Atomium '61 werd in december 2011 de tweede Sportplusvereniging in Rotterdam. Marijke geeft aan dat de vereniging aan het programma deelneemt vanwege de maatschappelijke betrokkenheid van de leden en vrijwilligers: "We zijn altijd al een vereniging geweest die meer doet dan de organisatie van de sport. We willen een rol spelen in de wijk en voor verschillende groepen mensen. De accommodatie van de vereniging is dan ook 24 uur per dag open en tot 22.00 uur kan het licht bij één van de velden aan, zodat mensen uit de wijk er ook 's avonds kunnen sporten. De maatschappelijke activiteiten die we al hadden, kunnen we met het Sportplusprogramma verder uitbreiden."

Kombifit: draagvlak voor sport bij Middin

Marijke is vanuit Atomium '61 cprojectleider van de Sportimpuls, waaronder Kombifit valt. Hierbij zijn ook enkele professionals betrok-

ken. De sport- en beweegactiviteiten worden begeleid door vakkrachten en er is een coördinator aangesteld voor de activiteiten en voor het contact met Middin. Marijke is erg blij met inbreng van Middin zelf: "Om zo'n activiteit te laten slagen, is het belangrijk dat er genoeg deelnemers zijn. Managers bij Middin hechten belang aan sport en bewegen voor hun doelgroep. En zo zie je dat de begeleiders gericht proberen deelnemers te werven. Daarnaast komt er altijd een begeleider van Middin mee naar de sportactiviteiten, zodat de sportbegeleiders vragen kunnen stellen over de doelgroep."

Draagvlak voor een activiteit als Kombi-fit is ook om een andere reden belangrijk, vertelt Marijke: "Als de subsidie vanuit de Sportimpuls wegvalt, zijn er misschien wel vrijwilligers die de begeleiding van de activiteiten over kunnen nemen. Dat kunnen we nog wel structureel organiseren, maar we blijven afhankelijk van subsidies voor bijvoorbeeld zaalhuur. Wat ook belangrijk is, is het behoud van dezelfde sportbegeleiders. Onze mensen moeten erg wennen aan nieuwe begeleiders."

Ondersteuning vanuit het Sportplusprogramma

De Sportplusadviseur van Rotterdam Sportsupport heeft Atomium '61 geholpen met de ontwikkeling van maatschappelijke activiteiten die aansluiten bij de interesses van de vrijwilligers en de organisaties in de wijk. Zo helpt

de Sportplusadviseur met de ontwikkeling van ideeën voor maatschappelijke activiteiten die aansluiten bij de interesses van de vrijwilligers en de organisaties in wijk. Marijke vertelt dat G-Handbal, het seniorensportuurtje, de fitness-

aantallen overal in het land teruglopen. "Veel van onze vrijwilligers hebben hart voor de maatschappelijke activiteiten van de vereniging en besteden er veel tijd aan. We moeten wel oppassen dat we niet te veel hooi op

"We moeten wel oppassen dat we niet te veel hooi op onze vork nemen."

apparaten, Kombi-fit en Bewegen op Recept, in samenwerking met de Sportplusadviseur zijn ontstaan. Atomium '61 heeft deze vervolgens zelf uitgewerkt en gerealiseerd.

"De Sportplusadviseur draagt de ideeën aan, helpt waar mogelijk bij de contacten met professionals en met beperkte financiering. De Sportplusadviseur heeft ook geholpen met het schrijven van de Sportimpulsaanvragen voor KombiFit en Bewegen op Recept."

De sport is de kern

De uitvoering van de maatschappelijke activiteiten wordt door de vereniging zelf gedaan. De vrijwilligers van Atomium '61 doen dit met hart en ziel. Marijke Bohnen is zich ervan bewust dat dit de kernactiviteit van de vereniging, de organisatie van de sport, soms in de weg kan zitten. Handbal - de hoofdsport van Atomium '61 - is een sport waarin de leden-

onze vork nemen. Handbal is namelijk ook een sport waarin de ledenaantallen overal in het land teruglopen." 🟡