

PASSEND SPORTAANBOD VOOR KINDEREN MET EEN VERSTANDELIJKE BEPERKING

Sporten is voor kinderen met een verstandelijke beperking lang niet altijd vanzelfsprekend. Met een bijzondere pilot in Overvecht willen Vereniging Sport Utrecht, Harten voor Sport en drie sportaanbieders die situatie veranderen. Dankzij initiatiefneemster Femke Heijdemann kunnen kinderen op drie plekken in de wijk turnen, dansen en Taekwondo beoefenen. Een impressie van de eerste proeflessen...



Foto links: combinatiefunctionaris turnen Jolanda van der Linden tijdens training in Overvecht



Foto rechts: Randy Brouwer probeert de kinderen op hun gemak te stellen bij de taekwondolessen

Dinsdagmiddag, de gymzaal aan de Bangkokdreef. Een handjevol kinderen balanceert op een rij banken en maakt koprollen op de grote mat. De energie spat ervan af. Combinatiefunctionaris turnen Jolanda van der Linden, geeft aanwijzingen, moedigt aan en helpt als het nodig is. "Het is een beetje improviseren," zegt ze lachend. "De kinderen variëren in leeftijd en hebben motorisch ook verschillende mogelijkheden. Ik heb daarom oefeningen bedacht die een beetje uitdagend zijn en die ik tijdens de les eenvoudig kan aanpassen." Fraternitas had al eerder de wens voor een speciaal aanbod, waar Jolanda vanuit haar functie een bijdrage aan leverde. "Het is belangrijk dat deze kwetsbare groep voldoende kan bewegen en plezier kan hebben. Ik voel affiniteit met deze kinderen en help daar graag aan mee."

Woensdagmiddag, buurthuis De Boog. Uit de muziekinstallatie van Macy Mulder, combinatiefunctionaris dans bij PM Dance, rolt swingende muziek die stilzitten bijna onmogelijk maakt. Macy laat deelnemertjes Jennifer en Sebastian de kinderen op speelse wijze een dans instuderen. Lesgeven aan kinderen met een verstandelijke beperking is haar niet vreemd. "Scholing is natuurlijk belangrijk, maar met geduld kom je ook al een heel eind. Een kind voelt het haarfijn aan als je geen geduld hebt. En ik kan heel goed peilen of een kind zich goed voelt." Ze vindt het gaaf dat kinderen met een verstandelijke beperking in ieder geval tijdelijk extra beweegmogelijkheden krijgen in Overvecht. "PM Dance is maatschappelijk betrokken en levert daar graag inspanningen voor. Maar het draait uiteindelijk om de kinderen. Bewegen maakt blij, ze kunnen hier hun ei kwijt."

Donderdagmiddag, gymzaal Teun de Jagerdreef. 'Vaste klant' Sebastian is na het turnen en dansen ook de derde keer van de partij. Taekwondo lijkt vader Sander de perfecte sport voor Sebastian. "Zelfbeheersing en discipline zijn belangrijk, dingen die hij met z'n concentratieproblemen wel kan gebruiken. Ik hoop echt dat deze pilot ook na kerstmis doorgaat." Die hoop deelt hij met combinatiefunctionaris Taekwondo Randy Brouwer. Hij geeft op de Maarssense locatie van IN NAE DO KWAN sinds 1,5 jaar les aan kinderen met autisme en het syndroom van Down, de Taekwon-Do Heroes.

"Ik heb diverse cursussen gevolgd om meer te leren over kinderen met beperkingen. Je moet op de eerste plaats enthousiast zijn en vervolgens genoeg kennis in huis hebben om de kinderen op hun gemak te kunnen stellen. Dan lukt het ook om ze plezier te geven en het gevoel dat ze erbij horen." Het speciale aanbod voor kinderen met een verstandelijke beperking past helemaal bij de filosofie van zijn sportschool: "Het idee achter deze sport is dat je veel voor de samenleving doet, je inzet voor je medemens. Ik ben er trots op dat IN NAE DO KWAN er als eerste ITF-Taekwon-Do-school in Nederland mee is begonnen."

SPORT doet meer
Onder deze noemer ontplooit Utrecht tal van maatschappelijke initiatieven op het gebied van sport en bewegen. De gemeente, Harten voor Sport, VSU en sportaanbieders werken samen om de inspirerende voorbeelden daarvan in de schijnwerper te zetten.



Sportpilot dankzij krachtenbundeling

"Het gaat om een project dat een langere adem nodig heeft"
- Femke

Méer kinderen met een beperking de weg naar een sportclub laten vinden; dat is de ambitie van Femke Heijdemann, combinatiefunctionaris Special Heroes.

Ze is de drijvende kracht achter de pilot Speciaal sportaanbod in Overvecht. Femke zet zich als combinatiefunctionaris al vijf jaar in voor het sportstimuleringsproject Special Heroes dat leerlingen in het speciaal onderwijs tijdens de gymles kennis laat maken met uiteenlopende sporten. Het uiteindelijke doel: leerlingen laten doorstromen naar een sportvereniging met passend aanbod, zodat ze structureel blijven sporten. De afgelopen jaren is er nauwelijks doorstroming geweest. Met name in Overvecht en Kanaleneiland wonen veel kinderen die niet sporten na schooltijd. "Voor ouders is het vaak moeilijk om hun kinderen te laten sporten buiten hun eigen woonwijk, omdat het lastig is qua vervoer of omdat ze het niet kun-

nen betalen. Verenigingen vinden het ingewikkeld om een speciaal aanbod te starten, want daar komt organisatorisch nogal wat bij kijken." Leerlingen in Overvecht met een beperking hebben wel sportwensen, blijkt uit Femke's onderzoek, maar er zijn in hun eigen wijk geen mogelijkheden. Dat was voor Femke aanleiding om alle partijen samen te brengen die daar een bijdrage aan zouden kunnen en willen leveren: De VSU, de gemeente, de beweegmakelaar Onderwijs en Sport in Overvecht en dansschool PM Dance, turnvereniging Fraternitas en Taekwon-Do-school IN NAE DO KWAN. "Uit het onderzoek bleek ook dat deze sporten erg gewild zijn. Het mooie is dat deze drie verenigingen een combinatiefunctionaris hebben die een brug slaan tussen onderwijs en sport en affiniteit heeft met de doelgroep."

Ze organiseerde een promotiecampagne en puzzelde flink om de beschikbaarheid van alle combinatiefunctionarissen en de schooltijden optimaal op elkaar af te stemmen. Daarna ging de pilot van start. Kinderen kunnen twee proeflessen volgen en daarna lid worden van een van de deelnemende sportaanbieder. Na afloop van de proeflessen is Femke optimistisch over het vervolg. "Op basis van het aantal aanmeldingen had ik iets meer toeloop verwacht, maar ik weet ook dat het om een project gaat dat een langere adem nodig heeft. We gaan in ieder geval door tot kerstmis en afhankelijk van de belangstelling tot volgend jaar zomer. Daarna evalueren we en mocht dan blijken dat het goed gaat, dan willen we ook graag starten in Kanaleneiland."

[sportstad-utrecht.nl/aangepast-sportaanbod-overvecht](https://www.sportstad-utrecht.nl/aangepast-sportaanbod-overvecht)
femke@hartenvoorsport.nl