



Jeroen Smidt

“Met veelzijdig bewegen kun je heel veel winnen. Je wordt een gelukkiger en gezonder mens. Het is soms pijnlijk om te zien hoe niet-fit mensen zijn. Ouderen denken vaak dat ze nog maar weinig kunnen en gaan zitten, waardoor ze ook daadwerkelijk minder kunnen. En kinderen worden soms teveel beschermd door hun ouders. Dat staat hun ontwikkeling in de weg.”

Buurtsportcoach Jeroen Smidt kreeg zijn ASM-opleiding in het Topsportcentrum in Almere Poort en werkt bij Talent in Opleiding. Hij begon twee jaar geleden in Almere Buiten en is nu actief in Almere Stad-West. Zelf doet hij aan crossfit: zo zwaar, snel en veel mogelijk doen in één training. Van gewichtheffen en gymnastiek tot cardio. Hij begon ooit in Groningen als personal trainer. “Ik dacht toen al veel meer in bewegingen dan in specifieke sporten. Toen ik in Almere ging werken, kwam ik in aanraking met het AKT, dat nog verder ging met hun visie op het belang van veelzijdig bewegen. Mensen zijn gemaakt om heel veel te kunnen. Wat we nu doen is heel veel zitten. Daarmee verliezen we veel van onze vaardigheden. En dat is zonde.”

VERANTWOORDELIJKHEIDSGEVOEL

Eens in de zoveel maanden organiseert Smidt een Mystery Bootcamp. De eerste keer deed hij dat in de AKT-ruimtes in Almere Poort. Daarbij werd geld ingezameld voor het Jeugdfonds Sport & Cultuur. “Ik probeer in mijn gebied zoveel mogelijk mensen te laten sporten.” Daarvoor ondersteunt en verbindt hij mensen en verenigingen die daar iets in kunnen betekenen. Bijvoorbeeld in de Eilandenbuurt, met jongerenwerk, politie en woningbouw. “In die buurt was veel hangjeugd; we wilden die jongens ‘s avonds een plek geven en hebben voetbal georganiseerd. Dat voorkomt verveling en overlast. Een jongen uit die groep heeft nu een sportopleiding gevolgd en gaat de groep verder begeleiden. Zo kunnen ze het zelf regelen en krijgen ze ook verantwoordelijkheidsgevoel voor hun omgeving.”

MUDMASTERS

De buurtsportcoaches zien ook kansen door op creatieve manieren om te gaan met problemen. “Er zijn heel veel leefstijlprogramma’s voor kinderen, maar dat voelen ze als verplichting. Als je wat dikker bent en je moet samen sporten met andere dikke kinderen, dan wordt je meteen al in een hokje geplaatst. Wij wilden iets tofs, waar ze graag aan mee wilden doen.” Met een goed plan konden ze twee jaar lang subsidie krijgen van Sportimpuls. Daarna moesten ze het geborgd hebben. “Samen met Slim Fysio zijn we gaan trainen met vier van deze groepen in de ‘School of Mud’. We doen bootcamps, we boksen en we trainen toe naar deelname aan MudMasters. In het begin denken ze dat ze het niet kunnen, maar een paar maanden later staan ze toch aan de start. Hartverwarmend. We kijken nu of we een kleine bijdrage kunnen vragen van de ouders en de zorgverzekeraars, zodat we hiermee door kunnen gaan.”



“Mensen zijn gemaakt om heel veel te kunnen”

WIJKGERICHT

Buurtsportcoaches ondersteunen bij open dagen en verenigingen en werken wijkgericht. Combinatiefunctionarissen werken sportgericht. “Als buurtsportcoach kunnen we clinics aanvragen bij de combinatiefunctionarissen en verenigingen. Je moet kind aan huis zijn bij elke bso, elke school en elke vereniging. We zijn er ook voor anderen. Zo hebben we twee woongroepen: Paladijn en Philadelphia, voor mensen met een lichamelijke en/of verstandelijke beperking. Zij wilden allebei meer sportactiviteiten. De een organiseerde voetbal, de ander zwemmen. Ik heb ze samengebracht en nu organiseren ze samen beide sporten voor hun bewoners.”

GEDRAGSVERANDERING

“De ASM-gedachte zit altijd in mijn achterhoofd en in al mijn werkzaamheden”, zegt Smidt. Bij een kleuterschool gaf hij een spoedcursus van vier dagen voor lesgeven in sport op de ASM-manier. “Daarmee creëer je iets heel duurzaam.” Talent in Opleiding heeft specialisten voor elke doelgroep. Smidt werkt vooral met jongeren en fitness, zoals voor Up2Work, een programma in Almere Haven bij De Meergronden om jongeren stagebekwaam te maken. “Het gaat om jongeren met probleemgedrag. Met sport proberen we ze competenties als discipline, samenwerking en doorzettingsvermogen bij te brengen. Ze krijgen zware fysieke trainingen en mentale ondersteuning. De school is enthousiast en ziet gedragsverandering bij de jongeren.”

POWERGIRLZ

Een jaar geleden begon Talent in Opleiding met PowerGirlZ, samen met diverse partners in de stad. “Talent in Opleiding initieert die beweging door heel Almere. Meisjes spelen minder buiten, komen minder op de Playgrounds. Wij willen die meisjes in hun kracht zetten: zij kunnen ook sporten, zijn niet minder dan jongens en kunnen zelf kiezen wat ze willen. Door stereotypering denken meiden én hun omgeving dat ze minder sterk, snel en beweeglijk zijn. Dat ze gooien als een meisje. Maar uit onderzoek is al gebleken dat jonge meisjes niet anders gooien dan jongens. Pas in hun tienertijd gebeurt er iets waardoor ze zich gaan aanpassen aan die verwachting. Terwijl dat nergens voor nodig is. Daarover hebben we een film gemaakt. Bij dansscholen en kickboks scholen willen we ook PowerGirlZ-keurmerken gaan aanbrenge, als broedplaatsen van empowerment. Samen met die meiden kijken we wat ze willen en wat ze nodig hebben om meer te bewegen. Bijvoorbeeld door een andere inrichting van de Playground. Maar vooral door bewustwording. Zo kunnen ook zij zich ontwikkelen tot gezonde, gelukkige mensen.”