

Integreer spelen en bewegen

Waarom de ouders op het bankje als de kinderen in het klimrek bungelen?

Bij de inrichting van de openbare ruimte kunnen behalve beweegplekken voor kinderen en jongeren ook volwassenen worden meegenomen. Buiten sporten is een trend en bewegen blijft immers gezond voor iedereen. Jaap de Wit van Hercules Speeltoestellen ziet eigen initiatieven van jongeren die uiteindelijk zelf de gemeente maar benaderen. 'Zet die toestellen nou gewoon naast of in plaats van het klimrek.'

Auteur: Heidi Peters



4 min. leestijd

‘Naast wandelen, hardlopen en fietsen zijn fitness en street work-out de populairste autonome sporten om buiten te doen. Een sport als calisthenics, waarbij je een work-out doet met je eigen lichaamsgewicht, zie je steeds meer in het straatbeeld. Met name bij jongeren zie je dan ook een sfeer ontstaan van elkaar aanmoedigen en motiveren. Dat is goed, want vanaf de leeftijd van twaalf, dertien jaar zie je onder kinderen een keldering in de deelname aan sportclubs. Maar sporten is belangrijk. Met bijvoorbeeld calisthenics maak je sporten en bewegen in de openbare ruimte toegankelijker. En als je dan toch bezig bent, probeer dan sporten en spelen te combineren.’ Aan het woord is Jaap de Wit van Hercules Speeltoestellen. ‘Jongeren komen met sportieve initiatieven, waarmee ze naar de gemeente stappen. Kijk dan vooral hoe je dit wél kunt faciliteren en niet naar wat er niet kan. Overal zijn mitsen en maren bij te bedenken, maar kijk nu eerst eens naar het ideaalbeeld en wat daarvan mogelijk is. Oplossingen zijn er bijna altijd.’

De juiste plek

Toen de eerste fitnessstoestellen werden neer-

gezet, zag De Wit dat er niet of minder goed werd nagedacht over het stimuleren van de sportplek en dat mensen niet werden gemotiveerd om de locatie te bezoeken. ‘Het totaalplaatje moet kloppen. Ja, je moet een robuust en uitgebalanceerd aanbod hebben en van onze nieuwe work-outtoestellen staat de kwaliteit buiten kijf. Maar waar zet je ze neer en hoe stimuleer je het gebruik vervolgens? Wat grotere gemeenten hebben budget beschikbaar voor buurtsportcoaches in de wijk, of hebben formatie geregeld op een Krajicek-playground of Cruyff-court. Kijk eerst welke behoeften er zijn en wat er nodig is om er een succes van te maken. Maak de beschikbare locaties en de doelgroepen die je wilt bereiken concreet. Voor wie wil je dit doen? Wonen er in een wijk vooral ouderen, die je zou gunnen dat ze meer bewe-

gen, dan heeft het plaatsen van alleen fitnessstoestellen geen zin. Organiseer in zo’n geval regelmatig een sociaal evenement, combineer fitness met een wandeling, eventueel met introducées en een kopje koffie in het buurthuis achteraf. Kijk naar de doelgroep in relatie tot de locatie, de afstand, de plek. Vraag je af of het ook een prettige plek is voor ouders, of het een veilige omgeving is en of je er veilig kunt komen. Al die vragen moet je beantwoorden voordat je iets aanlegt of installeert. Het is complex, maar als het lukt, is het een groot succes.’

Spelen en sporten

De Wit adviseert gemeenten om spelen en sporten in de openbare ruimte vaker te combineren en te integreren. ‘Het is mooi om samen bezig te zijn op hetzelfde terrein. Kinderen zien

‘Integreer sporten en spelen in de buitenruimte, ook op beleidsniveau’



De nieuwe Robinia-fitnessstoestellen van acaciahout



‘Maak bewegen in de openbare ruimte zo verleidelijk mogelijk’

voorbeeldgedrag van volwassenen die blijven bewegen. Als het nodig is, kunnen er gedragsregels opgesteld worden. Wanneer kinderen op school zitten, kan de ruimte benut worden door anderen, volwassenen en jongvolwassenen. Doelgroepen kunnen best gecombineerd worden bij de inrichting van de openbare ruimte; daar zijn al goede voorbeelden van. Als gemeente en beleidsmedewerkers onderling moet je dan wel in gesprek gaan met elkaar, want de budgetten moeten dan ook gecombineerd worden. Elke gemeente heeft een budget voor spelen en een budget voor sport. Traditioneel gezien is dat laatste bedoeld voor sportaccommodaties of de ondersteuning van clubs. Bij verandering van de buitenruimte gaat men ervan uit dat dit uit het budget voor spelen moet komen, niet dat voor sport. Maar dat kan best samengaan. Het gaat erom: wie neemt het initiatief om budget vrij te maken? De meeste gemeenten zijn een sportakkoord aangegaan. Dat biedt kansen.’

Van sportakkoord naar vitaliteit

Bijna alle gemeenten in Nederland werken aan de opzet van een sportakkoord of aan de uitvoering daarvan. Voordat hij bij Hercules Speeltoestellen begon, was De Wit relatiemanager bij de stichting JOGG (Jongeren op Gezond Gewicht) en ambassadeur voor een gezonde omgeving en leefstijl voor jongeren. In die rol kwam hij bijna dagelijks bij gemeenten over

de vloer. De Wit ziet dat bij veel gemeenten het begrip ‘sport’ wordt doorgetrokken in de richting van vitaliteit of leefstijl. ‘Dit betekent in de praktijk dat er wat budget is om hier iets mee te doen, maar vaak te weinig om écht door te pakken. Het is mooi als je in je leefomgeving wordt verleid of uitgenodigd om te bewegen. Daarnaast is het ook urgent. Obesitas en overgewicht zijn groeiende problemen in Nederland. Iets meer dan de helft van de volwassenen heeft al overgewicht of erger. En als we zo doorgaan, heeft in 2040 60 procent van onze bevolking overgewicht of zelfs obesitas. Nu al is bekend dat de zorgkosten jaarlijks met 2,9 procent stijgen en dat de komende twintig jaar blijven doen, als we het tij niet keren.’

Gedeeld eigenaarschap

‘Als je als bestuurders en ambtenaren samen naar het probleem kunt kijken en openstaat voor het aantrekken van externen, kun je veel bereiken. Denk aan een buurtvereniging, een plaatselijke fysiotherapeut, ondernemers of de sportvereniging. Creëer gedeeld eigenaarschap bij zo’n plek; dat gebeurt nog veel te weinig. Je kunt dan ook verder kijken dan de gemeentelijke potjes. Wij als Hercules Speeltoestellen gaan altijd graag in gesprek met de buurt en andere stakeholders voordat we een speel- of sportplek ontwerpen. Deze manier van participatie zorgt voor meer eigenaarschap dan alleen meedelen of kiezen tussen twee ontwerpen.’

Voor de inrichting van de buitenruimte heeft Hercules Speeltoestellen ook het nodige te bieden als het gaat om sport, zowel voor work-out als voor fitness. Het bedrijf komt binnenkort als eerste leverancier met een Robinia-fitnesslijn. Deze producten zijn, net als de work-out-producten, gemaakt van robinia-acacia hout, gecombineerd met rvs. De Wit: ‘Vanwege de bewegende onderdelen in de toestellen mag je dit gerust bijzonder noemen. Deze fitnessstoestellen zijn een ideale aanvulling voor bijvoorbeeld een beweegtuintje voor senioren, een park of een groene omgeving.’ De work-out- en fitnessproducten zijn eveneens leverbaar in rvs en in verzinkt en gepoedercoat staal, in verschillende kleurvarianten.

De Wit besluit: ‘Overall waar we verblijven, moeten we minder in aanraking komen met het ongezonde en meer verleid worden om te bewegen. Daarbij hoeft je als gemeente niet groot te denken, hoor. Een waterpunt op een speelplekje is ook al een mooi begin. En richt je niet alleen op de sportieve mensen; die bewegen toch wel. Bied iets aan voor de mensen die de neiging hebben om op de bank te blijven zitten.’

