

## Sport als middel voor re-integratie van kansengroepen

**Een brug slaan tussen de zorg- en sportsector. Sportclubs doen openstaan voor mensen uit kansengroepen. Maar evenzeer mensen met een verslaving aan het sporten krijgen, hen warm maken om aan te sluiten bij een reguliere sportclub. Dat is wat De Sleutel (een hulpverleningscentrum voor mensen met een drugproblematiek) wil bereiken met het project "Sport als stimulans tot succesvolle re-integratie van (ex-)drugverslaafden". ■ SANDER VAN DEN HENDE (DE SLEUTEL) en GRACE HELLINCKX (VSF)**

Thomas Sintobin en Sander Van den Hende, coördinatoren van het project, gingen de voorbije jaren aan de slag met het thema. Ze ontwikkelden een implementatieboek met een overzicht van alle ondernomen initiatieven, de goede praktijken en mogelijke drempels en valkuilen die tijdens het sportproject aan de oppervlakte kwamen. Het kan een praktische tool zijn binnen de zorgsector, op maat van organisaties die interesse hebben om een duurzaam sportbeleid binnen hun werking te ontwikkelen.

Waarom precies voor sport en bewegen werd gekozen om te integreren in de behandelingsmodellen? Thomas Sintobin, projectmedewerker sport bij De Sleutel: "In de drughulpverlening zetten wij vooral in op het aanleren van een alternatieve levensstijl. Weg van het druggebruik, weg van een ongezond en onregelmatig levensritme. In die visie kan sport en bewegen een belangrijke rol spelen. Iedereen weet dat sport belangrijke eigenschappen heeft om de levensstijl van iemand te veranderen. Ze komt de algemene gezondheid en de fysieke paraatheid ten goede. Daarnaast verlaagt ze de stressgevoeligheid, verhoogt de mentale weerbaarheid en creëert een positief zelfbeeld. Verder draagt sport bij tot sociale interacties en een goede samenwerking met anderen. Voor De Sleutel waren dat redenen genoeg om sport te verankeren."



Langs de andere kant vormen mensen met een drugprobleem in eerste instantie geen doelgroep voor sportorganisaties. "Vaak hebben sportverenigingen een negatief beeld van deze groep", stelt Sintobin, "maar de ervaringen in ons project nuanceren dat. Bij samenwerkingen met externe lesgevers of lokale sportclubs zien we dat de betrokken mensen wat onzeker starten, maar uiteindelijk heel positief afronden."

Ook uit getuigenissen blijkt dat de samenwerking tussen De Sleutel en lokale sportclubs een succes was. De Sleutel sprak o.a. atletiekclub KRC Gent en judoclub Bourgoyen Gent aan om enkele initiatieven op te zetten. Wij polsten eens naar hun ervaringen.

### KRC Gent atletiek

**Bert Misplon** is jeugdsportcoördinator diversiteit en omnisport. Hij probeert clubs te begeleiden om hun deuren zo open te zetten dat iedereen zich welkom voelt. De coördinatoren van het project bij De Sleutel contacteerden hem om samen te werken. Ook als bestuurder bij KRC Gent atletiek wilde hij hier mee op inzetten.

#### Wat was je motivatie?

Iedereen moet de mogelijkheid hebben om deel te nemen aan en zich te ontwikkelen door georganiseerde sport. Atletiek biedt doelen om naartoe te werken en geeft individuele voldoening. Je bent niet afhankelijk van anderen, maar kan het wel met anderen doen.

## ■ sport voor allen

De medewerkers van De Sleutel zijn ook heel gedreven, en geven zich helemaal voor dit project. Dan is het fijn om erin mee te stappen!

### **Jullie werken samen aan een "intermediaire sportclub". Wat houdt dat in?**

Een intermediaire sportclub is een sportclub die staat tussen een reguliere sportwerking (bv. een voetbalclub) en een algemene werking (bv. sportinitiaties binnen de afdelingen van De Sleutel). Iedereen is er welkom, het is ideaal als tussenstap om kansengroepen te helpen tijdens de re-integratie. Voor bijvoorbeeld mensen met een drugproblematiek is een intermediaire sportclub een eerste stap naar de sportclub. We hopen hen te motiveren om daarna aan te sluiten. In dit project is dat gelukt: drie van de deelnemers bleven komen naar de trainingen van atletiekclub KRC Gent. De dankbaarheid die je van hen krijgt kan je niet beschrijven. Na hun aankomst tijdens de midzomernachtrun (15km) kreeg ik zelf ook tranen in de ogen. Ze waren blij dat ze hun doel hadden bereikt, ze toonden aan zichzelf dat ze daar toe in staat zijn!

### **Hanteer je een specifieke aanpak om de doelgroep aan te spreken?**

Nee en ja. Ze snakken er gewoon naar dat mensen normaal doen tegen hen. We behandelen hen dus absoluut niet anders dan andere leden van de club. Ook gewoon aanspreken: met een vriendelijke goeiedag bij het begin van de training stel je hen al op hun gemak. Anderzijds moet je ook duidelijke regels opstellen en die moeten ze absoluut respecteren. Er mag niet gerookt worden tijdens de training, geen alcohol,... Daar zijn we streng in, maar we hebben geen enkel probleem gehad.

### **Er zijn wel wat drempels te overwinnen?**

Als je vooraf zegt dat er mensen met een drugproblematiek komen sporten, staat zeker niet iedereen daarvoor te springen.

Ik kreeg van een paar mensen de opmerking om hen niet samen met de jeugd te laten trainen. Maar eenmaal de gasten komen trainen, en iedereen ziet hoe enthousiast en vriendelijk ze zijn, slaat het helemaal om. Laat mensen met elkaar kennismaken, dan valt die schrik voor het onbekende weg. Daar gaan we voor.

### **Werkt jullie club nog op andere manieren rond laagdrempeligheid?**

KRC Gent probeert zo toegankelijk mogelijk te zijn. Er zijn groepen voor alle niveaus, en de club is ingestapt in de UiTPAS. Mensen met een inkomen onder de armoedegrens kunnen voor 1/5de van het normale inschrijvingsbedrag aansluiten. Ook Sportaround vzw, een organisatie die ontstaan is uit leden van KRC Gent, werkt rond het creëren van sportmogelijkheden voor iedereen. We proberen kinderen warm te maken voor sport. De club organiseert o.a. in 50 scholen in Gent naschoolse omnisport en er zijn 4 wijkgerichte omnisportclubs in Gent. Heeft een kind interesse in een bepaalde sport, dan gaan wij met hen naar een sportclub in de buurt.

## **Judoclub Bourgoyen Gent**

**Frieda Matthys** is als verantwoordelijke van judoclub Bourgoyen ook betrokken geweest bij het sportproject van De Sleutel. De samenwerking is ontstaan via de oproep "sociale sportprojecten" van de sportdienst Gent, waarbij sportclubs uitgenodigd worden om te participeren.

### **Wat hebben jullie georganiseerd en hoe kijken jullie erop terug?**

We hebben een gewone initiatieles aan volwassenen gegeven, aangepast aan het "kunnen" van de deelnemers. Daarvoor hebben we 2 lesgevers ingeschakeld: 1 trainer A en 1 aspirant-initiator. Er was vooraf voldoende contact en communicatie met de begeleider. We waren gerustgesteld dat er een begeleider in de zaal aanwezig bleef

tijdens de training. Dat motiveerde ons. We wilden aandacht geven aan en tolerant zijn voor mensen die vlugger moe waren dan andere spelers. Uiteindelijk bleek het in onze ervaring een leuke groep om mee samen te werken. Voor ons is het zeker voor herhaling vatbaar.

### **Wat was jullie motivatie om samen te werken met De Sleutel?**

Het project paste binnen de visie en missie van onze judoclub. We staan voor de waarden en tradities binnen het judo: respect, rechtvaardigheid, vriendschap voor en met de tegenstrever,... We werken ook al jaren samen met meerdere opvangthuizen voor jongeren, met begeleidingsthuizen voor jongeren met een bepaalde problematiek, en patiënten uit de psychiatrische opvang (o.a. Dr. Guislain). We hebben dus zeker een sociale ingesteldheid.

### **Hoe werkt jullie club rond het wegwerken van drempels?**

Judoclub Bourgoyen vzw wil een open club zijn waar de drempel erg laag is om toe te treden. Dat doen we o.a. door verschillende niveaus (kleuterjudo, recreanten, competitie) aan te bieden, het lidgeld zo laag mogelijk te houden, de extra kosten voor wedstrijden en bijscholingen op ons te nemen als club, en door te verwijzen naar instanties die financieel tussenkomen.

### **Wat zou je andere sportclubs aanraden die met hun sportaanbod kansengroepen willen betrekken?**

Gewoon doen! Wel is het moeilijk voor sommige deelnemers (vaak nog meer voor sommige ouders) om respect voor vrouwelijke trainers te aanvaarden. Het bestuur moet daar extra aandacht aan geven.

#### **Meer info**

- [www.desleutel.be](http://www.desleutel.be)
- [www.krcgentatletiek.be](http://www.krcgentatletiek.be)
- [www.jcbourgoyen.be](http://www.jcbourgoyen.be)