

# Vrouwen bewegen vrouwen

Uit verschillende onderzoeken blijkt dat vrouwen en meiden uit etnische minderheden weinig sporten, vergeleken met andere bevolkingsgroepen. Reden voor drie Gelderse organisaties, de Gelderse Sport Federatie, Osmose en Enzovoort, om in 2007 de gezamenlijke pilot 'Vrouwen bewegen vrouwen' te starten, om meer allochtone vrouwen en meiden in beweging te krijgen. Fysiek bewegen om maatschappelijk te gaan bewegen. Wat behelst het project Vrouwen bewegen vrouwen en wordt het voortgezet?

Asha Dijkstra, Francy Leatemala-Tomatalla en Belgijn Keles

**V**olgens de cijfers uit de Sociale Atlas van vrouwen uit etnische minderheden van het SCP zijn er grote verschillen in de sportdeelname van etnische groepen in Nederland. Onderzoekster Agnes Elling constateerde al veel eerder, dat vooral de Turkse en Marokkaanse vrouwen en meiden weinig aan sport doen. Gemeenten trokken zich dit, in ieder geval tot voor kort niet aan: van de gemeentelijke sportstimuleringsgelden en sportbudgetten wordt maar een heel beperkt deel aangewend voor meisjes en vrouwen uit etnische minderheden.<sup>1</sup>

## Oorzaken

Een eerste verklaring waarom Turkse en Marokkaanse meisjes en vrouwen zo weinig sporten is simpelweg dat hun ouders of echtgenoot het niet goedvinden. Althans niet onder de gebruikelijke omstandigheden. In

traditionelere gezinnen is het een probleem als er geen vrouwelijke docent is, als de vrouwen niet gescheiden van jongens en mannen kunnen sporten en is het ook een probleem als mannen kunnen kijken. Dat betekent bijvoorbeeld dat de ramen van een zwembad geblinderd moet kunnen worden. Ook tijdstip en locatie kunnen een drempel zijn: 's avonds naar een veraf gelegen sportaccommodatie gaan, is een probleem. In grote steden wonen relatief veel migranten in de binnenstad, terwijl de sportzalen verhuisd zijn naar nieuwbouwwijken aan de rand van de stad.

Soms speelt een cultuuraspect een rol voor meiden: ouders denken dat hun dochter haar maagdenvlies kan scheuren als zij gaat sporten en dat betekent reputatieverlies voor de ouders. En voor een groep meiden speelt tenslotte dat ze weinig tijd hebben, ze focussen zich op hun huiswerk en van hen

wordt verwacht dat ze meehelpen in de huishouding. 's Avonds nog naar buiten gaan is voor deze meisjes niet vanzelfsprekend.

## Pilot

Hoe kun je dit soort belemmeringen wegnemen? Welke drempels kun je slechten om deze doelgroep in beweging te krijgen? De Gelderse Sport Federatie, Osmose en Enzovoort meenden dat je de doelgroep zelf moet activeren om verandering te brengen. Om vrouwen en meiden kennis te laten maken met verschillende sporten is er daarom voor gekozen eerst een groep vrouwen te infomeren en motiveren, die vervolgens zelf activiteiten gingen organiseren. Het motto is empowerment: leiding nemen vanuit je eigen kracht. De pilot is uitgevoerd in twee gemeenten: Zaltbommel en Rheden. In beide gemeenten is gestart met een infor-



Startbijeenkomst Vrouwen bewegen vrouwen.

matiebijeenkomst voor lokale vrouwenorganisaties, zelforganisaties en andere instellingen. Deze bijeenkomst was puur gericht op het creëren van draagvlak, het leggen van contacten en het werven van vrouwen en meiden die op hun beurt weer anderen kunnen werven. Het vervolg was een startbijeenkomst in beide gemeenten, om het belang van sport en bewegen voor de gezondheid voor het voetlicht te brengen en een groepje samen te stellen dat zich aan het project wil verbinden. Een beetje speels ingevuld, met een sportquiz en gezonde hapjes. In beide gemeenten is dat gelukt; de rol van de projectpartners was het begeleiden van deze werkgroepen bij het organiseren van drie sportactiviteiten om allochtone vrouwen en meiden te laten kennismaken met verschillende sporten.

### Sportactiviteiten

In Zaltbommel werd gevoetbald, aan gymnastiek gedaan en de eerste stappen gezet in streetdance. Vrouwen in Rheden konden kiezen uit zwemmen, volleybal en aerobics.

De docenten hadden allemaal een gelijke opbouw: eerst een goede warming-up, dan het oefenen van de noodzakelijke basistechnieken. Bij de teamsporten werd er natuurlijk ook een wedstrijdje gespeeld. De deelname was bevredigend, variërend van 15-25 vrouwen. Alleen bij het volleybal overtrof het aantal nieuwsgierige toeschouwers het aantal deelnemers. De docenten hadden af en toe wel veel improvisatietalent nodig om hun les af te stemmen op leerlingen van wel heel uiteenlopende leeftijden en vaardigheden. Bijvoorbeeld een zwemles leuk maken voor vrouwen die niet kunnen zwemmen en meiden die het prima kunnen, gymmen met veertigers en met pubers. Belangrijk is dat de deelnemende vrouwen en meiden er enorm veel plezier in hadden.

Bij de organisatie kwamen ook een paar lastige punten naar boven. Voor het organiseren van het volleybal moest de projectgroep bijspringen omdat het verantwoordelijke werkgroeplid niet taalvaardig genoeg was



om de eerste contacten te leggen, maar daarna kon ze zelf de draad oppakken. Vrouwen die enthousiast waren na de aerobics en best lid wilden worden van de club, vonden het tarief bezwaarlijk. Sommige deelnemers hadden moeite om oppas te vinden en bij het zwemmen hadden sommigen moeite met de aanwezigheid van mannen in de kantine.

Van het projectteam werd ook de nodige flexibiliteit verwacht: inspringen op cruciale momenten en zondag vroeg op om aanwezig te zijn bij een activiteit.

### Meenemen

De pilot 'Vrouwen bewegen vrouwen' is een succes geweest en daarom wordt het traject voortgezet. Natuurlijk levert een evaluatie ook verbeterpunten op en die worden meegenomen in het vervolg.

Het eerste doel blijft: vrouwen met een lage sociaal economische status en vrouwen die niet actief zijn in de sport stimuleren en activeren om een sport- en beweegaanbod te organiseren en daarmee vrouwen uit de doelgroep te bereiken. Sportparticipatie wordt ingezet voor maatschappelijke participatie. Voor het vervolg is meer

diepgang nodig. Van incidentele activiteiten naar een structureel aanbod en blijvende aandacht voor empowerment. Voor een structureel aanbod is het ook belangrijk om bij de sportverenigingen en accommodaties draagvlak te vinden. Ze kunnen een nieuwe doelgroep binnenhalen, mits ze bereid zijn om een aangepast aanbod te gaan bieden. Dat is een wederzijds belang.

In het vervolg op 'Vrouwen bewegen vrouwen' blijft het principe van dóór vrouwen vóór vrouwen gehandhaafd en zal er meer aandacht zijn voor deskundigheidsbevordering. Vrouwen die een aanbod organiseren worden getraind in de principes van empowerment, docentes krijgen inzicht in diversiteit aangereikt.

Het projectplan is in de maak.

Gemeenten en sportverenigingen die enthousiast geworden zijn, zijn van harte welkom om Vrouwen bewegen vrouwen verder te brengen. ■

### Nieuwsgierig naar vrouwen bewegen vrouwen?

Neem contact op met de Gelderse Sportfederatie (Hilde van der Velde), T (026) 354 03 99, Osmose (Francy Leatemia-Tomatala), T (026) 352 34 20, of Enzovoort (Belgin Keles), T (026) 351 70 17.

Asha Dijkstra was als beleidsmedewerker bij Enzovoort betrokken bij het project Vrouwen Bewegen Vrouwen, zij droeg het stokje over aan Belgin Keles. Vanuit Osmose is Francy Leatemia-wTomatala betrokken.

### Voetnoot

1 Dijkstra, A., F. Leatemia-Tomatala en H. van der Velde, *Eindrapportage Project Vrouwen Bewegen Vrouwen*. Arnhem, 2008.

### Bronnen

- Elling, A., *Ze zijn er niet voor gebouwd* (zie literatuurlijst).
- E-Quality, *Factsheet Sportdeelname* (zie literatuurlijst).
- Keuzenkamp, S. en A. Merens, *Sociale Atlas van vrouwen uit etnische minderheden*. Den Haag (SCP) 2006.
- Pannen, S., *Wat beweegt allochtone meisjes? Een onderzoek naar het beweeggedrag van allochtone meisjes*. Masterscriptie Sportbeleid en Sportmanagement (Universiteit Utrecht) 2008.