

# **Projectplan Zaalvoetbal 2019**

**Donderdag 04 april 2019 tot en met donderdag 11 juli 2019**

**En**

**Zondag 07 april 2019 tot en met zondag 14 juli 2019**

## **Sport voor buurtbewoners van de K-buurt.**

### **Uit het gebiedsplan 2019:**

#### **Bevolking**

Ook wonen er relatief veel kinderen en jongeren van wie 37 % opgroeit rond de armoedegrens. Om kansengelijkheid te bevorderen, besteden we de komende jaren daarom extra aandacht aan deze doelgroep, want ieder kind verdient de kans om zich maximaal te ontplooien.

#### **Basisvoorzieningen**

In alle gebieden zijn basisvoorzieningen, dicht in de buurt en voor alle bewoners vrij toegankelijk. Basisvoorzieningen zijn al die activiteiten die bijdragen aan het versterken en stimuleren van de zelf- en samenredzaamheid en het meedoen van Amsterdammers. Daarnaast gebeurt er veel op het gebied van sportstimulering. Deze activiteiten zijn belangrijk als aanvulling op de basisvoorzieningen en worden vaak ook in combinatie ingezet bij het aanpakken van gebiedsgerichte vraagstukken.

#### **Prioriteit 1: Verbeteren ontwikkelkansen jeugd.**

**Doelstelling 1.2: Minstens 30% van de jeugdigen (0-32 jaar) gebruikt voorzieningen die gericht zijn op talentontwikkeling, met speciale aandacht voor kinderen uit minimagezinnen.**

Bewoners hebben naar voren gebracht dat er behoefte is aan uitdagende sport - en speelvoorzieningen voor jong en oud. Cijfers van Onderzoek, Informatie en Statistiek (OIS) tonen dat het stimuleren van bewegen voor alle leeftijden belangrijk is. Kinderen leren door te spelen en ontdekken zo hun talenten en de wereld om zich heen. Ook dragen spelen, sporten en bewegen positief bij aan de leerprestaties van kinderen, het voorkomen van overgewicht, een gezonde leefstijl en sociale en creatieve vaardigheden.

**Doelstelling 1.3: Het percentage bewoners/jongeren dat deelneemt aan sport, al dan niet in clubverband, neemt toe met 5%**

Sporten is goed. Het verbetert de conditie, gaat overgewicht tegen en geeft meer energie. Regelmatig bewegen heeft niet alleen lichamelijke voordelen, maar zorgt er ook voor dat we meer zelfvertrouwen en discipline krijgen, minder gevoelig zijn voor stress en depressie; en ons beter kunnen concentreren.

De doelgroep die mee doet aan deze activiteit stimuleert jongere kinderen om ook actief mee te gaan doen met sport (voorbeeldfunctie)

De sportdeelname onder bewoners in Zuidoost is het laagst van de stad en de sportparticipatie in verenigingsverband blijft achter bij de rest van de stad. Voor sommige bewoners van Zuidoost is de weg naar een betaalbaar en passend sport- en beweegaanbod niet eenvoudig of haalbaar, zoals bijvoorbeeld bij bewoners die moeten rondkomen van een laag inkomen.

#### **Prioriteit 4: Verbeteren positie van kwetsbare bewoners.**

Het is belangrijk dat iedereen in Bijlmer Oost mee kan doen in de samenleving. Dat zoveel mogelijk obstakels die ervoor zorgen dat mensen niet kunnen participeren, uit de weg worden geruimd. Het hebben van een goede fysieke en mentale gezondheid en een goede aansluiting op het voorzieningenaanbod, zijn belangrijke voorwaarden om dit te realiseren. Met andere woorden het mogelijk maken dat de doelgroep mee kan doen is van essentieel belang. Voor mensen in een kwetsbare positie is het vaak lastig om op eigen kracht te participeren. Daarom verrichten we extra inspanningen om deze doelgroepen een duwtje in de

rug te geven. Tot slot willen we dat in 2022 het percentage kinderen én volwassenen met overgewicht of obesitas niet meer dan 5% afwijkt (in negatieve zin) van het stedelijk gemiddelde.

#### **Doelstelling 4.4: In 2022 wijkt het percentage kinderen én volwassenen met overgewicht of obesitas niet meer dan 5% af (in negatieve zin) van het stedelijk gemiddelde.**

##### **Meer lichaamsbeweging**

In Bijlmer Oost voelen minder mensen zich gezond ten opzichte van de rest van Amsterdam (66% ten opzichte van 76% in Amsterdam)<sup>6</sup>. Verder zijn er relatief veel bewoners (kinderen en volwassenen) met overgewicht en obesitas. Daar tegenover staat dat er weinig aan **lichaamsbeweging** wordt gedaan: 50% van de mensen voldoet niet aan de beweegnorm. In Bijlmer Oost is bij 59% van de volwassenen sprake van overgewicht of obesitas (stedelijk 40%). We willen dat dit in 2022 met 5 % is gedaald. Overgewicht is een risicofactor voor het ontwikkelen van chronische aandoeningen. Zo lijdt 20% van de obese inwoners van Amsterdam aan diabetes, terwijl dat geldt voor 6% van alle volwassen Amsterdammers. Risicogroepen voor overgewicht zijn: laagopgeleiden, inwoners met een laag inkomen of zonder betaald werk en inwoners van niet-westerse herkomst en 45-plussers. Bij de activiteiten die we organiseren, hebben we daarom een focus op deze doelgroepen.

##### **Prioriteit 5: Verminderen armoede**

Het verminderen van armoede is een sociaal complex probleem. Om dit echt op te lossen heb je langdurig de tijd en diverse maatregelen nodig. Het vraagt om een curatieve en preventieve aanpak door deze doelgroep te ondersteunen met het aanbod. Sport en spel zijn hier onderdelen van. Het brengt mensen samen die elkaar kunnen helpen, je netwerk vergroten en de kans is aanwezig dat je oplossingen vindt voor je armoedeproblemen. Door dit aanbod kan de doelgroep (divers van jong tot oud) meedoen met deze sportactiviteiten.

##### **Prioriteit 6: Bevorderen van participatie en democratisering**

#### **Doelstelling 6.1: Het percentage van de mate waarin men zich voor de buurt inzet stijgt met 5%**

We krijgen ook signalen uit het veld dat men toch ontevreden is met de mate van omgang met elkaar. Er is vaak wekelijks contact tussen burens, maar minder vaak contact met overige buurtbewoners dan gemiddeld in de stad (16% versus 23%) en dit is ook minder ten aanzien van eerdere jaren. Daarbij komt ook nog eens dat sociale uitsluiting relatief veel voorkomt in Bijlmer Oost (21% versus 8% in Amsterdam).

Het is extra belangrijk om in te zetten op voorzieningen met een buurtfunctie die toegankelijk zijn voor verschillende groepen bewoners of op activiteiten die verschillende bewoners samenbrengen. Deze activiteit (samen sporten) biedt voldoende mogelijkheid hierin.

Nog een reden om de sociale cohesie te versterken is de groeiende populariteit van Zuidoost als plek om te wonen en de nieuwe woningbouw die zorgen voor de komst van meer nieuwe stedelingen.

##### **Deelname en begeleiding:**

De activiteit zal minimaal 2 maal per week plaatsvinden, gedurende 14 weken:

Op donderdagen van 04 april 2019 tot en met 11 juli 2019 van 20.00 uur tot 22.00 uur

**En**

Op zondagen van 07 april 2019 tot en met 14 juli 2019 van 17.00 uur tot 19.00 uur.

Gemiddeld duurt de 1 activiteit 3 uur.

De grootte van de groep is 10 tot 12 personen. Er zal een eigen bijdrage van € 2,50 per week per persoon gevraagd worden, omdat het mede gaat om jongeren die werkloos zijn, naar school gaan of een deeltijdbaan hebben.

Uit de groep zullen 2 vrijwilligers speciaal geïnstrueerd worden om de groep te begeleiden.

Er wordt gestreefd om in de zomerperiode zoveel als mogelijk buiten actief te zijn.

Mogelijk dat de gemeente de groep kan voorzien van bidons om water uit de kraan te gebruiken.

### **Diversiteit van dit project:**

Er is veel talent aanwezig in Amsterdam Zuidoost. Veel van dit talent blijft onder de radar door de sociaaleconomische situatie in Bijlmer Oost. Wij spelen een maatschappelijke rol in het algemeen. Onze missie is om dat talent tot bloei te laten komen en door een divers aanbod van laagdrempelige sportactiviteiten aan te bieden. Middels deze sportactiviteiten voor jong en oud willen we bijdragen aan een gezonde leefstijl voor het hele gezin. Ook spelen we een verbindende rol in de buurt op sportgebied door onze activiteiten. Door jong en oud de mogelijkheid te bieden te sporten, mee te organiseren en zich professioneel te ontwikkelen, zijn we een meerwaarde in Bijlmer-Oost.

Het doel is om deze buurtbewoners te enthousiasmeren om in groepsverband op een sportieve manier bezig te laten zijn.

Verder willen we de deelnemers stimuleren om structureel sportactiviteiten te ontplooiën in samenwerking met Funtrax, K Zone en andere (sport)organisaties. Hiervoor zijn al contacten gelegd.

Met K Zone en Funtrax gaan we in gesprek om hun doelgroep mogelijk in het verlengde van hun activiteiten door te laten stromen naar onze activiteit.

Doelgroep van KZone is tot 14 jaar

Mogelijk kunnen ze lid worden van een vereniging en zo verder hun talent ontwikkelen.

Als experiment worden dit keer diverse instantie uitgenodigd op de speeldagen om een kijkje te nemen en mogelijk in gesprek te gaan met de deelnemers. Denk aan: Politie, Job-Hunter, Jongeren werkers etc.

Fitclub is ook aanwezig in de Kbuurt maar doet andersoortige sportactiviteiten.

Er is afgesproken met de diverse sportaanbieders om de mogelijkheid te bekijken om in de toekomst samen te werken. Wijk sportvereniging is nog in ontwikkeling.

### **Locatie:**

De activiteiten wordt uitgevoerd in een gymzaal die via sportverhuur Amsterdam te huren is en 2x per week een aantal uren te zaalvoetballen/sporten/gesprekken voeren.

Gesprekken in het kader van gezonde leefstijl, participatie en betrokkenheid. En dat heeft ook weer uitstraling naar andere bewoners die zo geïnspireerd raken om mee te doen.

Het initiatief verbetert de leefomgeving, de sociale cohesie en de maatschappelijke positie en/of vergroot de participatie van bewoners.

De activiteiten komen direct en aantoonbaar ten goede aan de bewoners van Amsterdam Zuidoost. Het stimuleren van bewonersinitiatieven om zoveel mogelijk op eigen kracht en initiatief een bijdrage te leveren aan de versterking van de participatie en leefbaarheid in het stadsdeel. Dit door bewoners actief te betrekken bij activiteiten ter verbetering van de maatschappelijke positie en/of het vergroten van de participatie van de bewoners.

### **Promotie:**

De activiteit wordt bekend gemaakt via alle beschikbare netwerken zoals: facebook, nextdoor, Kantershofenzo, 1104enzo, mond tot mond reclame, hartvoordebuurtnetwerk, eigen netwerk, gemeente communicatie netwerk etc.

**Doelgroep:** Bewoners uit Bijlmer oost.

**Deel Doelstellingen:**

- Lichamelijke gezondheid
- In beweging blijven
- Overgewicht tegen gaan
- Armoedebestrijding (laagdrempelige de mogelijkheid bieden om mee te doen)
- Participatie
- Vermindert overlast in de buurt

**Keuze voor onderwerp:**

Het streven naar een evenwichtig aanbod in allerlei voorzieningen voor jong en oud. Voorzien in de behoefte aan uitdagende sport- en speelvoorzieningen voor jong en oud. Spelen, sporten en bewegen dragen tevens positief bij aan, het voorkomen van overgewicht, een gezonde leefstijl en sociale en creatieve vaardigheden. Sportstimulering is gericht op het ondersteunen en faciliteren van sportaanbieders, de zorg voor een structureel en toegankelijk sport- en beweegaanbod samen met partners

Mijn ervaring is dat een groot deel van deze jongeren het leuk vinden om met elkaar een balletje te trappen in het openbaar, maar niet actief betrokken zijn bij een sport of sportclub. Daarom geven we extra aandacht aan deze doelgroep om kansengelijkheid te bevorderen, want iedereen verdient de kans om zich maximaal te ontplooien. Zaalvoetballen is hier een vorm van.

**Meerwaarde voor de bewoners:**

In de K-buurt wonen veel jongeren die vaak rondhangen, geen raad weten met hun vrije tijd en hierdoor een ongezonde leefstijl op na houden met als gevolg overgewicht en daaraan gekoppelde complicaties.

Gezondheid is belangrijk om mee te kunnen doen aan de samenleving. De gezondheid van de bewoners van Bijlmer Oost is echter op veel punten ongunstig.

Bewoners een podium bieden om zich d.m.v. sport uit te leven en eventueel te kunnen ontplooien wanneer blijkt dat er talent tussen zit.

Door dit aanbod is er veel aandacht voor het stimuleren van een actieve leefstijl en het toegankelijk maken voor activiteiten met een laagdrempelig aanbod.

Ten aanzien van veiligheid ligt er een opgave om met name het gevoel van veiligheid te vergroten en de criminaliteit onder jongeren te verminderen.

Door bij elkaar te komen en in contact te blijven bevorderen van betrokkenheid van jongeren maar ook bewustzijn vergroten van de eigen verantwoordelijkheid. Niet alleen voor dat moment als er gevoetbald moet worden maar ook daarna en in het dagelijks leven.

**Beoogd resultaat:**

Het percentage bewoners dat deelneemt aan sport, al dan niet in clubverband, neemt toe.

De activiteit is gericht op het verbeteren van de maatschappelijke positie en/of het vergroten van de participatie van bewoners van Zuidoost en is gericht op gezondheid en opvoedondersteuning.

De activiteit wordt buurtgericht georganiseerd in het Stadsdeel ten behoeve van ingezetenen van het Stadsdeel.

Tevens draagt de activiteit op een positieve manier bij aan de betrokkenheid van de mensen bij hun buurt.

### **Themabijeenkomsten**

**2 keer gedurende de looptijd van het initiatief zal er een bijeenkomst worden gehouden waar kennis en informatie gedeeld zal worden over:**

#### **Participatie en samenleving:**

Van iedereen die dat kan wordt gevraagd verantwoordelijkheid te nemen voor zijn of haar eigen leven en omgeving.

**En**

#### **Bewegen:**

Belang bewegen: Fysiek, Psychisch en Sociaal welzijn

De bijeenkomst **Participatie en Samenleving** vindt plaats op vrijdag 17 mei 2019 van 19.30 uur tot 20.30 uur

**En**

De bijeenkomst **Bewegen** vindt plaats op vrijdag 21 juni van 19.30 uur tot 20.30 uur.

Beide bijeenkomsten worden gehouden in de buurthuizen in Zuidoost. Deze worden nog bekend gemaakt.

De professionals voor het verzorgen van de bijeenkomst worden mogelijk door de gemeente aangeleverd of de organisatie draagt er zelf voor.

#### **Rol initiatiefnemer:**

Ondergetekende heeft de JSB-cursus met goed gevolg afgerond en is vanaf 2014 betrokken als vrijwilliger waarbij diverse bijeenkomsten zijn georganiseerd over thema's zoals: GGZ-Opvoedingsondersteuning- Huiselijk Geweld-Seksuele Diversiteit etc. Hierbij is steeds gebruik gemaakt van professionals van de diverse instanties.

De ervaring van de afgelopen seizoenen hebben uitgewezen dat het bij elkaar brengen en verbinden van jongeren door middel van sport alleen maar voordelen heeft. Je kan binnen de groep komen om hun leefwijze en gedrag te leren kennen en dit mogelijk bespreekbaar maken om gedragsverandering teweeg te brengen waar nodig.

Verder heeft ondergetekende de Leefzo Cursus met goed gevolg door lopen via VENZO. In 2016 heeft ondergetekende samen met GGD het project Amsterdam Aanpak Gezond Gewicht in Amsterdam Zuidoost, Kantershof, met succes uitgevoerd.

Thans ben ik bezig met implementatie 2<sup>e</sup> fase Ontwikkelbuurten traject en vormgeven aan het K midden stedenbouwkundig plan waarbij de fysieke inrichting in de K buurt wordt verbeterd. Hierbij worden bewoners in de gelegenheid gesteld zelf hun plannen te maken hoe zij de buurt willen inrichten.

In de wijk ben ik de laatste jaren actief als vrijwilliger waarbij ik in contact sta met vele bewoners en diverse organisaties. Hierdoor kan ik beter mensen in verbinding brengen met elkaar en met organisaties/instanties.

12 maart 2019

5.1, 2, e

Mobiel: 5.1, 2, e

E-mail: 5.1, 2, e @hotmail.com