

Kristian van den Nouwland, buurtsportcoach JIBB Helmond
GoldenSports : samendoen in plaats van nadoen!!!

“Wij waren de tweede organisatie buiten Amsterdam die Golden Sports gingen aanbieden. Het lag mooi in het verlengde van wat we al deden voor senioren. Ook in de buitenlucht en met aandacht voor het sociale aspect, maar een stuk interactiever. Golden Sports bevat veel beweging in spelvorm. Niet nadoen maar samendoen. Bovendien is er meer variatie; het heeft ons veel nieuwe inzichten opgeleverd.

Mooi meegenomen is de subsidie (vanuit Sportimpuls) voor de eerste twee jaar van Golden Sports. Golden Sports kunnen we hierdoor aanbieden in alle wijken. Voor organisaties die nog zoekende zijn is het goed te weten dat Golden Sports uitstekend de weg weet in subsidieland.

In een korte training in het concept bij ons in Helmond hebben ze uitleg gegeven over de aanpak. Bovendien biedt GoldenSports uitstekende handvatten en hulpmiddelen zoals communicatiematerialen, formulieren en een deelnemersregistratie. Ze doen het hartstikke goed. En ze inspireren. Wij bedenken nu ook zelf allerlei creatieve spellen.

Wij zijn in 2018 begonnen met drie groepen, elk met vijftien deelnemers. Inmiddels zijn we ook op twee andere locaties gestart. Bewust gekozen in wijken waar weinig bewegingsactiviteiten werden aangeboden. De deelnemers zijn heel enthousiast! De sfeer is fijn – pas had een deelnemster zo’n ouderwetse koekjestrommel mee voor bij de koffie na afloop omdat ze het zo gezellig vindt. En de deelnemers worden vitaler, zowel fysiek als in hun hoofd. Ze merken dat ze in het dagelijkse leven dingen gemakkelijker kunnen en durven. Het keukentrapje weer op om in de bovenste kastjes te kunnen, bijvoorbeeld. Maar ook andere activiteiten en ontmoetingen aangaan, nu de eerste stap is gezet. Deze ouderen voelen zich veilig.” “ Bij GoldenSports bewegen we samen “.

Shirley....., tekstschrijven, Tussenzinnen