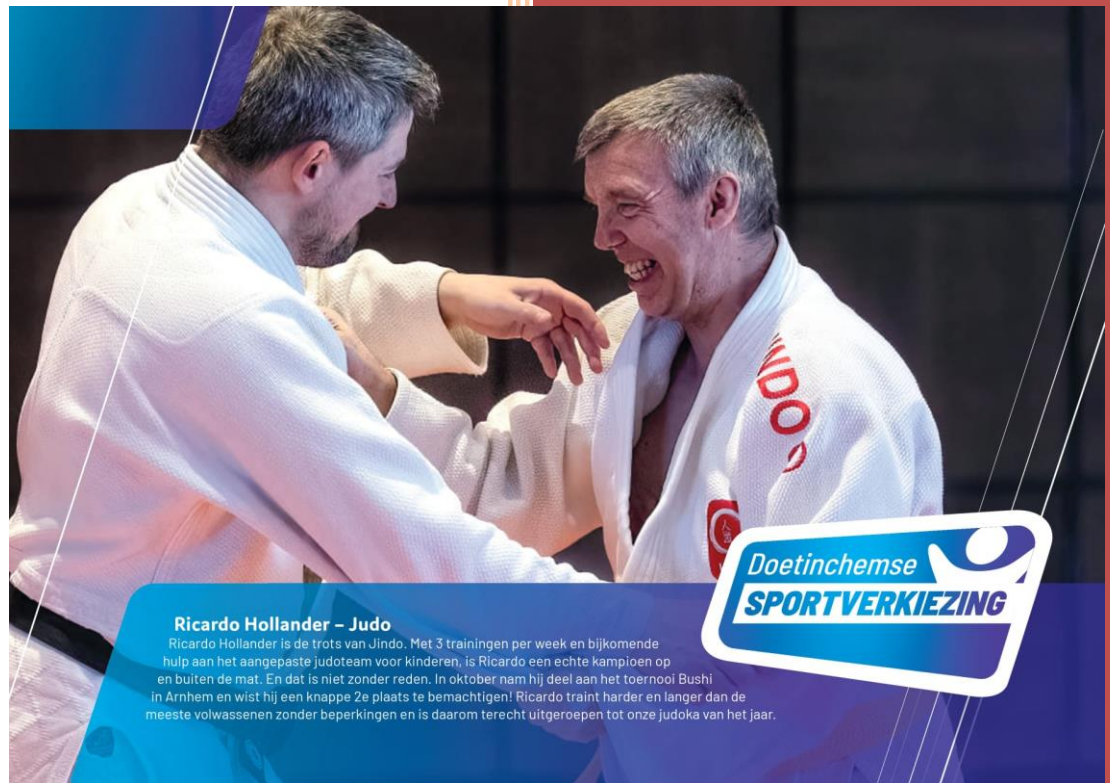


2023- 2024

Project Aangepast sporten



Ricardo Hollander – Judo

Ricardo Hollander is de trots van Jindo. Met 3 trainingen per week en bijkomende hulp aan het aangepaste judoteam voor kinderen, is Ricardo een echte kampioen op en buiten de mat. En dat is niet zonder reden. In oktober nam hij deel aan het toernooi Bushi in Arnhem en wist hij een knappe 2e plaats te bemachtigen! Ricardo traint harder en langer dan de meeste volwassenen zonder beperkingen en is daarom terecht uitgeroepen tot onze judoka van het jaar.

Doetinchemse
SPORTVERKIEZING

Thijs Holtermann

JINDO

2023-2024

Voorwoord

Bewegen verbindt, maakt je lichaam gezond en je geest leeg. Bijna iedereen heeft het nodig om zich fijn te voelen. Onze lessen puilen uit van de kinderen en volwassenen. Maar we missen nog een grote groep. Van de 160 leden zijn er 6 met een dusdanige beperking dat zij extra begeleiding nodig hebben. Daarbuiten is er nog een hele grote groep met een lichtere vorm van een beperking die in de reguliere groep meedraait. Judo leent zich hier fantastisch voor.

Slechts 20-30% van de mensen met een beperking sport. Dat is een heel verschil met de 60% van mensen zonder beperking. Ondanks dat dit een kleinere groep is zou dit procentueel niet uit hoeven maken. Iedereen heeft het recht om zich thuis te voelen in een sportschool. En het komende jaar gaan wij alles op alles zetten om op verschillende plekken in de Achterhoek zichtbaar te maken waar het kan en sportscholen de tools te geven om deze prachtige doelgroep goed te kunnen begeleiden.

Inhoudsopgave

Projectomschrijving	3
Acties en activiteiten	4
Promotiemateriaal	4
Lerarentraining	4
Materiaalpakketten	4
Budo Marathon.....	4
Uitbreiding lessen.....	5
Ondersteuning externe lessen.....	5
A-Judotoernooi	5
Inspiratie sessies.....	5
Aanbod sporten met een beperking.....	5
Deelnemende sportscholen.....	6
Rolverdeling project	7

Projectomschrijving

Alexander Tempels heeft in 2020 een onderzoek uitgevoerd over de sportparticipatie onder mensen met een beperking. 20-35 % van de mensen met een beperking sport tegenover 60% van de mensen zonder beperking, dit is een enorm verschil. In het onderzoek kwam naar voren waar dit aan zou liggen. De grootste redenen zijn transport, zichtbaarheid waar te kunnen sporten en de juiste begeleiding voor mensen met een beperking. Twee van de drie redenen kunnen we met dit project wat aan doen.

JINDO heeft de handen ineengeslagen met verschillende sportscholen om deze problemen aan te pakken. Dit gaan we doen in onderstaande fases:

Fase 1 → tot 24 april 2023

- Bekendheid genereren over ons project
- Sponsors binnenhalen om geld of middelen te doneren
- Organiseren van de Budo Marathon – ophalen sponsorgeld
- Ondersteunende materialen pakketten in elkaar zetten voor elke deelnemende sportschool
- Promotiemateriaal ontwikkelen
- Organiseren van lerarentrainingen
- Sportscholen betrekken om mee te doen

Fase 2 → tot 1 januari 2024

- Lerarentraining 2x
- Verspreiden promotiemateriaal
- Starten online campagne
- Verspreiden materiaalpakketten onder sportscholen
- Hulp binnen externe sportscholen
- Extra lessen opzetten
- A judotoernooi organiseren
- Inspiratie sessies organiseren

Fase 3 → na 1 januari 2024

- Zijn er extra lessen gestart?
- Hoeveel mensen met een beperking zijn daadwerkelijk gestart per sportschool?
- Wordt er gebruikgemaakt van de materialen?
- Wat hebben de sportscholen nog nodig om meer deelname te realiseren?
- Begrotingscontrole
- Evaluatie totaalproject

Al met al een bijzonder project.

Acties en activiteiten

De diverse acties en activiteiten die ervoor gaan zorgen dat de samenwerkende sportscholen de doelgroep gaat bereiken, en om ervoor te zorgen dat wij hen kunnen bieden wat zij nodig hebben, staan hieronder omschreven.

Promotiemateriaal

Om onze doelgroep en/of diens verzorger te bereiken, wordt een informatieve folder ontwikkeld. In deze folder komen 2 pagina's aan informatie over aangepast sporten. Tevens is er voor elke sportschool een eigen pagina met uitleg over de sport en de begeleiding die zij kunnen bieden aan de doelgroep. De folders worden verspreid op contactpunten waar mensen met een beperking veel komen zoals: huisartsen, woongroepen, zorginstellingen, fysiotherapeuten en aangepast onderwijs. Daarnaast wordt er een online marketingcampagne opgestart met de gemaakte promotiefilm.

Lerarentraining

Om de doelgroep beter te kunnen begeleiden organiseert JINDO vóór en ná de zomervakantie een lerarentraining voor geïnteresseerde leraren en assistenten. Bij de eerste training op 11 juni zal gastdocent Marco Borst, een specialist in a-judo, uitleg geven over lesgeven aan een doelgroep met een beperking. Ook is gebarentolk Judith Schuitvlot aanwezig om alle aanwezigen ondersteunende gebaren te leren die ze kunnen gebruiken tijdens de les. Na de zomervakantie op een nog nader te bepalen datum komt Tycho van der Werff, oprichter van de Special Judo Foundation, lesgeven over hoe om te gaan met de verschillende doelgroepen. De lerarentrainingen staan open voor elke sportschool in de Gemeente Doetinchem met een maximum van 40 leraren, waarbij de betrokken sportscholen binnen dit project voorrang hebben.

Tevens wordt er binnen JINDO de opleiding judoleraar A van L. Loeven gefinancierd zodat zij bekwaam en bevoegd is om ook deze doelgroep les te geven.

In samenwerking met gebarentolk Judith Schuitvlot wordt er op het YouTube kanaal van JINDO een playlist aangemaakt met filmpjes van gebaren die te gebruiken zijn binnen de lessen voor mensen met een beperking. Dit wordt uitgebreid met leuke oefeningen, o.a. opgedaan uit de lessen van Marco Borst en Tycho van der Werff.

Materiaalpakketten

Elke betrokken sportschool ontvangt een grote krat met trainingsmaterialen die zij kunnen gebruiken tijdens de aangepaste lessen. De materialen bestaan uit hulpmiddelen zoals een Time-Timer (speciale klok die aftelt met een rood vlak), judobuddy voor oefeningen zonder fysiek contact, grote zandloper van 5 minuten en een hoop spel materiaal gericht op mensen met een beperking. Hierdoor kan elke sportschool zijn lesinhoud aanpassen aan de deelnemers. Deze pakketten worden voor de meivakantie uitgedeeld.

Budo Marathon

Naast dat deze dag bedoeld is om geld op te halen om dit langdurige project te ondersteunen, gaan wij een samenwerking aan met Downkern Doetinchem. Zij komen met een groep mensen met het syndroom van Down deelnemen aan een les aangepast judo. Zo kunnen wij de eerste mensen bereiken en de betrokken sportscholen enthousiasmeren voor deze doelgroep. Downkern Doetinchem ontvangt ook een bijdrage vanuit het

opgehaalde sponsorgeld als maatschappelijke ondersteuning en ter versterking van de relatie met de stichting.

Uitbreiding lessen

JINDO geeft op dit moment les aan de doelgroep op zaterdagen. Na een evaluatie met de deelnemers gaf de helft van de groep aan moe te zijn in het weekend na een lange schoolweek. Om meer lesaanbod te creëren en dit probleem te ondervangen, zal JINDO na de meivakantie een nieuwe les A-judo opstarten met extra begeleiding op de maandag. De zaterdag les zal blijven bestaan.

De overige sportscholen hebben ook aangegeven lesuitbreiding te realiseren voor de aangepaste doelgroep als hier voldoende vraag naar is. Daarnaast gaan zijn de reguliere groepen zo inrichten dat de doelgroep makkelijker kunnen instromen.

Ondersteuning externe lessen

Voor de aangesloten sportscholen zijn lessen voor de doelgroep nieuw. Om hen extra ondersteuning te bieden zal Thijs Holtermann voor en na de zomervakantie lessen bezoeken, assisteren en evalueren. Hierdoor hopen wij dat elke sportles nog toegankelijker wordt voor mensen met een beperking.

A-Judotoernooi

In aanloop van de Achterhoekse Special Olympics organiseert JINDO in het najaar van 2023 een A judotoernooi. Alle judoka's met een beperking in de Achterhoek kunnen zich hiervoor inschrijven.

Inspiratie sessies

In september zal tijdens de seizoensopening tweemaal wereldkampioene Sanne Vermeer een inspiratieles komen geven voor alle judoka's binnen JINDO. Om het project kracht bij te zetten zal er een uur vrijgemaakt worden om alle judoka's met een beperking uit de Achterhoek (ook buiten JINDO) gratis te laten deelnemen aan een clinic van Sanne.

Aanbod sporten met een beperking

Dit alles zorgt ervoor dat de doelgroep sneller een sport kan oppakken bij de deelnemende sportscholen en kan blijven sporten. Onder welke voorwaarden nieuwe leden bij een sportschool lid wordt, bepalen de scholen zelf. Bij JINDO betekent dit dat nieuwe leden een maand gratis proeflessen mogen afnemen, aanvullend instructiemateriaal ontvangen en een gratis judopak krijgen bij inschrijving.

Deelnemende sportscholen

JINDO - Judo Instituut Doetinchem

Leraren: Thijs Holtermann & Luna Loeven

Discipline: Judo

Adres: Rossinilaan 14, Doetinchem

Contact: info@jindodoetinchem.nl & 06-26854252

Budo Academy Kiai – Doetinchem

Leraren: Rob Boonman & Rolf Arnts

Discipline: Jiu-Jitsu

Adres: van Limburg Stirumlaan 5, Doetinchem

Contact: info@budoacademykiai.nl & 06-12900236

Ketelaar Sport & Bent Sports

Leraren: Simon Freriks & Rik Meeuwissen

Discipline: Judo & Jiu-Jitsu

Adres Ketelaar: Debbeshoek 9A, Uft

Adres Bent Sports: Hunneveldweg 6B, Zevenaar

Contact Ketelaar: corine@bentsports.nl & 06-20078785

Enso Dojo – Doetinchem

Leraren: Judith Lorist

Discipline: Karate

Adres: Rossinilaan 14 & Willie Brandtplein 8, Doetinchem

Contact: info@enso-dojo.nl & 06-41100248

CityFit – Doetinchem

Leraren: Noah Reusen

Discipline: Fitness & Kickboksen

Adres: Varsseveldseweg 89, Doetinchem

Contact: admin@cityfitdoetinchem.nl & 06-40711023

Rolverdeling project

Projectmanager

Thijs Holtermann/ 06-26854252/ info@jindodoetinchem.nl

Lead werving sponsoren

Rick Vollenberg/ 06-23828266/

Tekstschrijven persberichten & folder

Mariël Eitink - Groene letters content/ 06-36256340/ info@groeneletterscontent.nl

Verenigingsondersteuner - Hulp bij sportfonds

Manon Huinink - Sport-ID/ 06-41887706/

Verenigingsondersteuner Judo Bond Nederland - Scholing

Edwin Kortenbergh/ 06-50258960

Trainer aangepast judo - Sakura

Marco Borst/ 06-27253143

Trainer aangepast judo - Special Needs Judo Foundation

Tycho van der Werff/ 06-15172788

Trainer gebarentaal op de mat

Judith Schuitvlot/ 06-13541212

Deelnemende sportschool/ JINDO

Thijs Holtermann/ 06-26854252

Deelnemende sportschool/ Budo Academy Kiai

Rob Boonman/ 06-12900236

Deelnemende sportschool/ Enso Dojo

Judith Lorist/ 06-41100248

Deelnemende sportschool/ Ketelaar Sport/ Bent Sports

Simon Freriks/ 06-30714875

Deelnemende sportschool/ Cityfit

Noah Reusen/ 06-40711023

Downkern Doetinchem

Cynthia Lenting/ 06-15202218