

# ‘Ik geloof dat ik er weer **bovenop** ben’

**Geen lamlendigheid meer of alleen maar gamen.**

Jongeren pakken het leven weer op dankzij het project Scoren met Gezondheid. „Ik voelde me meteen al beter.”

**Anne Loohuis**  
Enschede

**H**un leven bestond tot voor kort vooral uit gamen en op de bank hangen. De sociale activiteiten van Sean Aagten (20) uit Glanerbrug en Nicola Abels (21) uit Enschede waren tot nul gereduceerd en ook op het gebied van werk ging het slecht. Inkomen hadden ze via een uitkering. Door deelname aan het project Scoren met Gezondheid (SMG) kregen ze in korte tijd echter weer plezier in het leven.

De scholengemeenschap ROC van Twente ontwikkelde negen jaar geleden het SMG-project samen met de voetbalclub FC Twente en het project Scoren in de Wijk. Het doel is mensen te activeren weer deel te nemen aan de maatschappij. Sport is daarbij het middel dit doel te bereiken. Ook worden theorielessen aangeboden, die zijn gericht op de persoonlijke ontwikkeling en competenties van de deelnemer en op een verbetering van de gezondheid.

**Gemeen**

Alle deelnemers hebben iets gemeen: ze zitten lan-

gere tijd thuis en zijn de motivatie kwijt actief mee te doen in de maatschappij. De gemeente krijgt deze mensen in beeld als ze een uitkering aanvragen. „Meestal komen ze dan ook via de gemeente bij ons terecht”, zegt Wilmar Westerveld, docent SMG. Samen met Ellen Bulthuis bekommert hij binnen dit project zich over de jongvolwassenen in de leeftijd van 18 tot 30 jaar. De resultaten mogen er

“**Mijn moeder is gelukkiger nu ik dat ook ben**”

— Sean Aagten

zijn. In het afgelopen schooljaar stroomde van de 45 deelnemers 80 procent door naar een vervolgtraject in de vorm van bijvoorbeeld een studie, vrijwilligerswerk of werk en cursussen. Zes jongeren maakten het dertien weken durende programma niet af. Sean en Nicola

deden dat wel, terwijl vooral bij Sean de motivatie het grootste struikelblok in zijn leven was. Twee keer stopte hij met school. Nadat hij de opleidingen ict en detailhandel aan het ROC van Twente niet had afgemaakt besloot de school hem alleen een derde kans te geven als hij kon laten zien dat hij genoeg motivatie had om aan een nieuwe opleiding te beginnen. Sean zat vervolgens ruim een jaar thuis en vulde zijn tijd met gamen. „In het begin beviel dat wel”, zegt hij. „Later begon de verveling toe te slaan.”

Toen in een gesprek met de gemeente over zijn persoonlijke situatie het project Scoren met Gezondheid ter sprake kwam werd de jonge Enschedeër enthousiast. Vol goede moed begon hij aan het traject waarbij hij dertien weken lang drie dagen per week aan de bak moest. „Niet alleen sport”, legt Sean uit. „Maar ook moesten we opdrachten maken over thema’s als voeding, social media en solliciteren.” Hoe interessant hij de lessen ook vond, zo nu en dan

viel hij terug in zijn oude patroon en kwam niet opdagen. „We hebben hem wel eens moeten bellen...”, zegt Westerveld. „Dat hoort ook bij ons beleid. We verwachten van de deelnemers dat ze komen. Als ze een aantal bijeenkomsten verstek laten gaan kunnen ze worden gekort op hun uitkering.” Die stok achter de deur was wat Sean nodig had. Zijn dagen zien er nu heel anders uit dan een paar maanden geleden

“**Vooral sport gaf mij het plezier in het leven terug**”

— Nicola Abels

en daar is hij trots op. „In september ben ik begonnen met de opleiding maatschappelijke zorg op het roc en ook werk ik ook nog vijf dagen in de week bij een koeriersbedrijf.” Via school krijgt Sean begeleiding, zodat hij gemotiveerd blijft de opleiding te volgen. Hij

is blij met de kans die hij kreeg. Niet alleen voor zichzelf. „Maar zeker ook voor mijn moeder”, zegt hij geëmotioneerd. „Het doet me goed om te zien dat zij gelukkiger is nu ik dat ook ben.”

**Niet op de rit**

Ook Nicola had zijn leven tot een aantal maanden geleden niet op de rit. Hij worstelde vooral met een gebrek aan zelfvertrouwen. Het eerste jaar van zijn studie chemie op de hogeschool Saxion moest hij afbreken, omdat hij niet genoeg punten behaalde. Nicola belandde in een diep dal en zocht zijn toevlucht ook in gamen. Werk zoeken deed hij niet. Nicola: „Niet omdat ik het niet wilde, maar na een paar keer afgewezen te zijn durfde ik het gewoon niet meer. Mijn zelfvertrouwen was altijd al laag, maar zo’n afwijzing drukte je nog verder de grond in.” Nicola zocht hulp en kwam via de gemeente Enschede terecht bij SMG. De eerste dag was een schot in de roos, herinnert Nicola zich nog. „Ik voelde mij meteen al beter en meer gemotiveerd. Ik kreeg gewoon zin om hier naartoe te gaan. Vooral het vele sporten hielp mij om het plezier in het leven terug te krijgen. Ik voelde mij veilig in de groep en dan is het ook makkelijker om over je problemen te pra-

ten.” Geleidelijk stapte Nicola de wereld weer binnen en begon met de opleiding social work op Saxion. „Werk heb ik nog niet, omdat ik mij nu eerst wil concentreren op school. En binnenkort wil ik weer de fitness oppakken.” Er verschijnt een voorzichtig glimlach op z’n gezicht. „Ja, ik geloof dat ik er weer bovenop ben.”

Het succes van Scoren met Gezondheid schuilt volgens Westerveld vooral in het feit dat de deelnemers een programma krijgen dat past bij hun behoeftes. Voornamelijk sport en spel is in trek. „Als ze graag willen tennissen of zwemmen, dan proberen we dat te regelen”, vult Bulthuis aan. Vanaf januari is dat echter niet meer zo vanzelfsprekend, omdat er vanuit de gemeente minder budget beschikbaar is. Het programma wordt dan van drie dagdelen per week teruggebracht naar wekelijks één dagdeel. Westerveld: „Het gevolg is dat we veel minder maatwerk en persoonlijke begeleiding kunnen bieden.” Hoe het programma er precies uit komt te zien weet Westerveld nog niet. „Zeker is wel dat we een meer basaal programma aanbieden. Dan sorteert je natuurlijk veel minder effect dan we nu doen en dat is jammer.”

■ scorenmetgezondheid.nl



◀ Vlnr: Sean Aagten, Wilmar Westerveld, Ellen Bulthuis en Nicola Abels.

FOTO EMIEL MUJDERMAN