



# Het belang van de 'O' in BOSS

**OBB Spelmakers + Ruimtedenkers helpt veel gemeentes bij het opstellen van een breder speelbeleid, namelijk een BOSS-beleid. Hierin worden 'bewegen, ontmoeten, spelen en sporten' integraal bekeken. Spelen, sporten en bewegen worden vaak onder één noemer geschaard, maar ontmoeten is van een andere orde. Toch is dit een 'O' zo belangrijk onderdeel van het netwerk voor spelen, sporten en bewegen!**

Auteur: Anneke Hoppenbrouwer, OBB Spelmakers + Ruimtedenkers

Als we kinderen vragen waarom ze buiten spelen of wat ze buiten graag doen, wordt in zo'n 80 procent van de antwoorden het woord 'samen' genoemd. Samen is alles leuker, of je nu met andere kinderen speelt, in een groepje aan bootcamp doet of met een andere senior een

ommetje maakt. *Gezamenlijk* eropuit gaan – of je dat nu spelen, sporten of bewegen noemt – is de belangrijkste drijfveer om eropuit te gaan en om dat zo lang mogelijk te blijven doen. Denk aan die goede gewoonte die je in stand wil houden, of aan een fijn gesprek met een

vriend tijdens een avondwandeling. De gezamenlijkheid van die ervaringen en activiteiten zorgt voor een enorme verrijking.

Het belang van de O zit vooral in dat 'samen': verschillende doelgroepen die een plek samen





willen en moeten kunnen gebruiken. Kinderen, jongeren en volwassenen die samen spelen of sporten, hebben een plek nodig waar ze even kunnen ontspannen, waar ze kunnen uitblazen of in alle rust hun volgende spel kunnen bedenken. Opa en oma zullen langer samen met hun kleinkind op de speelplek blijven als er een bankje staat. Als er faciliteiten zijn die ontmoeting stimuleren en een rustplek bieden, wordt de plaats dus meer en langer gebruikt. En juist op zo'n plaats – bij dat ogenschijnlijk nietszeggende bankje op de speel- of sportplek – vinden nieuwe ontmoetingen plaats. Er is ruimte om iemand te leren kennen, ruimte voor een goed gesprek, misschien wel met iemand die je anders nooit zou aanspreken. Deze mogelijkheid voor ontmoeting kan positief bij-

dragen aan de gezondheid in de buurt: aan het verhogen van de mentale gezondheid, het verminderen van eenzaamheid en het doorbreken van de bubbels van gelijkgestemden waarin we ons vaak onbewust bevinden.

Naast mogelijkheden om samen actief bezig te zijn: te bewegen, spelen en sporten, is de mogelijkheid om samen te ontspannen minstens zo belangrijk! Ontspanning zorgt voor rust, prikkelverwerking, verveling (in positieve zin) en creativiteit. Ontspanning is dan ook één van de drie speerpunten van de JOGG-aanpak\*, waaraan inmiddels de helft van de Nederlandse gemeenten zich heeft gecommitteerd. Voor een gezonde leefstijl zijn niet alleen bewegen en gezonde voeding van belang; ook ontspanning

is nodig. Het eerst- en laatstgenoemde kun je faciliteren in de buitenruimte op een voor iedereen toegankelijke manier.

Het belang van 'het bankje' is dus groot. Toch is het vaak niet zo simpel als alleen maar het lukraak plaatsen van een bankje bij een speelplek. Om te zorgen dat er echt gebruik wordt gemaakt van een zitgelegenheid, moet die daartoe uitnodigen. Als ontwerpers van buitenruimte houden wij hier uiteraard rekening mee. De factoren die ertoe bijdragen dat een zitplek ook wordt gebruikt, zijn goed samengevat in het boek 'Prettige plekken – handboek mens en openbare ruimte' van Bureau KM. De ingrediënten voor een prettige plek zijn hierin te herleiden tot de vier V's: veiligheid, variatie, verblijf en verplaatsing.

Allereerst moet je met een veilig gevoel gebruik kunnen maken van de zitplek, waarbij bijvoorbeeld rugdekking en zichtlijnen belangrijk zijn. Het voelt ook prettiger om aan de rand van een plek te zitten. Met meer overzicht heb je naast een gevoel van veiligheid meteen ook de tweede V: variatie in wat je kunt zien. Verder moet het verblijf prettig zijn. Denk aan schaduw of juist zon, een prettig klimaat met groen en natuurbeleving, maar ook aan zitcomfort op een luxe houten bank, of een chillplek op een tribune van zitblokken. Wees vooral creatief in het bedenken van een zo aantrekkelijk mogelijke ontmoetingsplek voor de verschillende doelgroepen die de plek gebruiken. De laatste V, verplaatsing, is vooral van belang met het oog op inclusie. Iedereen moet de plek goed kunnen bereiken, liefst over een vlakke stroeve ondergrond. De plek wordt nog interessanter als die bereikt kan worden via twee verschillende routes, zodat je je niet langs dezelfde weg heen en terug hoeft te verplaatsen. Daar sluit de 'O' van ontmoeting weer aan op de 'B' van bewegen – maar daarover vast een andere keer meer.

\*JOGG-aanpak: lokaal netwerk dat ervoor zorgt dat een gezonde leefstijl voor kinderen en jongeren op de agenda staat van alle betrokkenen. JOGG biedt daarbij advies en ondersteuning op maat.



**BE SOCIAL**  
Scan, lees & deel!