



Ragna Schapendonk, Directeur Special Olympics Nederland. "Ik ben 46 jaar oud, getrouwd met Jeroen en moeder van Torsten (12 jaar) en Elin (10 jaar). Sport is de rode draad in mijn leven, als werk, als vrijwilliger en zelf als sporter."

AAN HET WOORD:
RAGNA SCHAPENDONK VAN SPECIAL OLYMPICS NEDERLAND

Sport als doel én middel

Special Olympics Nederland is dé sportorganisatie voor mensen met een verstandelijke beperking. Naast de vele gezondheidsvoordelen geeft Special Olympics de sporters een kans om te stralen op een podium. Een podium die hen meer zelfrespect en zelfvertrouwen geeft. Zij worden mondiger, zelfstandiger en leren opkomen voor hun eigen belangen. Daarmee verbetert de kwaliteit van hun leven en neemt hun geluksgraad toe.

Onze missie is om gedurende het hele jaar sport voor mensen met een verstandelijke beperking te stimuleren, zodat zij continu de kans krijgen om zich te ontwikkelen, plezier te beleven, moed te tonen en dit te delen met hun naasten.

Dit is al 50 jaar de missie van Special Olympics en het blijft de basis. Sport is de kern en het middel voor Special Olympics om verandering te bewerkstelligen. In de afgelopen jaren is er veel bereikt. De VN conventie met rechten voor mensen met een beperking (in 2016 in Nederland geratificeerd) en het WHO World Report on Disability hebben geholpen om mensen met een beperking te zien als gelijkwaardige mensen die zo zelfredzaam mogelijk dienen te functioneren in onze maatschappij. Tegelijkertijd is

er nog veel te doen om taboes te doorbreken, het stigma te laten verdwijnen en een inclusieve samenleving te realiseren.

Positieve beeldvorming

Onze visie is dan ook dat sport harten opent en houding en gedrag jegens mensen met een verstandelijke beperking positief beïnvloedt. Sport creëert wereldwijd een samenleving waarin alle mensen kunnen meedoen.

Special Olympics levert niet alleen een belangrijke bijdrage aan het fysieke, mentale en sociale welbevinden van de sporter, maar levert ook een belangrijke en onmisbare bijdrage aan een positieve beeldvorming van mensen met een verstandelijke beperking als volwaardige burgers van onze samenleving.

Iedereen kan winnen

Ik vind de kracht van sport iedere keer weer indrukwekkend en organiseer die graag, zodat zoveel mogelijk mensen zich motorisch en sociaal ontwikkelen, plezier beleven en presteren. Bij Special Olympics komt alles samen, het is breedtesport met internationale allure. Door de inzet van sport veranderen we de levens van mensen met een verstandelijke beperking. Zij verleggen hun grenzen, zij worden uitgedaagd, leren omgaan met tegenslagen en maken vrienden. Bij Special Olympics heeft iedereen de kans om te winnen, omdat ze op eigen prestatieniveau worden ingedeeld. Dan start pas de wedstrijd en strijden ze voor het goud en het podium. Op dat podium zie je ze stralen en kunnen ze anderen laten zien waartoe ze in staat zijn.



Van sportkamp tot wereldwijde sportorganisatie

Special Olympics is in 1968 opgericht door Eunice Shriver Kennedy, de zus van John F. Kennedy. Hun oudste zus had een verstandelijke beperking, voor wie weinig mogelijkheden waren, zelfs als je de zus van de President bent. Eunice startte met het organiseren van sportkampen in de tuin van het Witte Huis. Deze kampen groeiden binnen korte tijd uit tot een wereldwijde sportorganisatie die in 190 landen actief is en een zogenaamde inclusie revolutie ontketende.

Voorwaarde voor een gelukkig leven

Sport domineert mijn leven en is voor mij noodzakelijk.

Ik word er gelukkig van op veel verschillende manieren. Samen sporten en ondertussen bijkletsen. Diep gaan en aan niks anders denken dan de bal en het spel. Alleen door de bossen rennen en mijn gedachten ordenen. Of de wereld verkennen als cycling/ running toerist en mij verwonderen en nieuwe ideeën opdoen. Het maakt mij ook gelukkig om langs de lijn te staan als trainer of coach en anderen ultiem te zien genie-

“Sport is de rode draad in mijn leven”

ten van het contact met elkaar en de succesmomenten wanneer iets waarop hard geoefend is, eindelijk lukt.

Ik sport zelf minimaal vier keer per week; twee keer voetbal, minimaal één keer hardlopen, één keer yoga en soms stap ik op de racefiets. Is sporten een voorwaarde voor een gelukkig leven? Jazeker!

Grenzen verkennen

Zowel Special Olympics als het evenement waar Janse & Janse aan deelneemt, brengt sportliefhebbers wereldwijd samen om in wedstrijdverband te laten zien waartoe sport en zij in staat zijn. Janse & Janse zet sport in om grenzen te verkennen, te verleggen en uit te dagen. Precies wat wij doen.

In de tijd dat ik wielrentraining gaf en een nieuw iemand zich melde die uit het roeien kwam, zette ik haar standaard in de snelste groep. Roeiers kunnen als geen ander verzuring aan, zij hebben ijzersterke beenspieren en een (mentale) kracht die uit het diepste van hun lijf komt. De Atlantic Challenge draagt en daagt dat uit. Ik heb er diep respect voor.

Zo'n grote uitdaging als de Talisker Whisky Atlantic Challenge is niet iets wat ik per se zelf amibieer. Het dichtst bij komt denk ik La Marmotte, een wielertocht van 1 dag van 175 km en 5.000 hoogtemeters. Dat was voor mij de ultieme uitdaging en het revalidatie-doel na een heupbreuk. En het lopen van de marathon. Nu

staat op mijn lijstje een trailrun van 30 kilometer, maar dat is niks in vergelijking met de uitdaging die Eric en Astrid tegemoet gaan.

Zowel La Marmotte als de Marathon van Amsterdam heb ik samen met Jeroen, mijn man, gedaan. Het samen een doel hebben en samen trainen is al heel fijn, dus beiden hebben we de trailrun nu als doel gesteld.

Ik wil team Janse & Janse meegeven om vooral ook van de voorbereidingstijd te genieten. Het stap voor stap samen toewerken naar dat ene doel, elkaar steunen, helpen maar ook de ruimte geven om maximaal van elkaars sterkten en zwakten te leren.

Tot slot

Heel veel dank dat Special Olympics samen met Plastic Soup Foundation het goede doel is van Janse & Janse.

Speciale vraag aan Eric en Astrid: “Zouden jullie een keer samen met een aantal van onze Special Olympics sporters willen sporten? Ik denk dat er wederzijds veel van elkaar te leren valt als grensverleggende sporters onder elkaar.”

