

# VOORBEELD PROJECTVOORSTEL

Dit projectvoorstel is geschreven door:

## 1. Aanleiding

Onze buurtvereniging heeft gevraagd om hulp voor mensen die weinig te besteden hebben. Dit mag in de vorm van geld of goederen, maar ook in de vorm van een leuke activiteit. Ik had direct een goed idee. Daarom doe ik dit projectvoorstel.

## 2. Globale omschrijving

In Eindhoven wonen veel jongeren en kinderen die om diverse redenen onder de armoedegrens leven. Ze hebben geen geld om kleding te kopen, eten te kopen of om leuke dingen te kunnen doen. Ook deze mensen hebben er recht op kind te zijn en in hun vrije tijd iets leuks te doen. Door afleiding kun je even afstand nemen van alle vervelende dingen waar je in je dagelijks leven mee te maken hebt. Mijn plan is om gratis vechtsportlessen (Braziliaans Jiu Jitsu) aan te gaan bieden aan jongeren tussen de 14 en de 18 jaar.

## 3. Betrokken partijen

Bij mijn plan zijn verschillende doelgroepen betrokken:

- Ikzelf; Gus Rolfsen
- Dynamo Eindhoven, de organisatie waarvan ik graag gratis een ruimte zou willen gebruiken.
- Nihon, een bedrijf dat vechtsportartikelen levert. Uit ervaring weet ik dat 20 mensen een les kunnen volgen op een zachte mat van ongeveer 30 m<sup>2</sup>. Nihon verkoopt van deze matten. Als zij ze niet willen leveren voor dit project zal ik op zoek gaan naar 2<sup>e</sup> hands judomatten die regelmatig op marktplaats aangeboden worden.
- De gemeente Eindhoven die mijn project bij de doelgroep bekend gaat maken via het maatschappelijk werk. Stel dat ik bij Dynamo niet gratis gebruik mag maken van een ruimte heb ik de gemeente nodig, misschien dat zij me wel kunnen helpen aan een gratis ruimte.
- Sportvision, een sportschool in Eindhoven, hier train ik Braziliaans Jiu Jitsu/Grappling/MMA. De hoofdinstructeur van deze sportschool wil ik vragen om me te helpen met het ontwikkelen van lessen zo dat ik daar niet elke keer zelf heel veel tijd aan kwijt ben. Omdat er bij het Braziliaans Jiu Jitsu met een bandensysteem gewerkt wordt en ik zelf geen banden mag geven, wil ik hem ook vragen om me te helpen met het gradueren (kijken of mensen misschien een hogere band krijgen) van de jongeren die bij mij trainen.

- Alle mensen met wie ik tot nu toe getraind heb en judoscholen in de omgeving van en Eindhoven zelf. Braziliaans Jiu Jitsu train je in een soort van Judopak. Door al heel erg lang te trainen weet ik dat de meesten die meer dan twee keer per week trainen verschillende pakken hebben en dat ze er waarschijnlijk wel een kunnen missen (versleten, te klein, enz.). De kosten van een dergelijk pak zijn redelijk hoog, dus ga ik vragen of ik oude pakken mag hebben die ik verstrek aan de deelnemers van mijn trainingen. Dat pak mogen ze dan tegen een borg van me gebruiken
- Mijn vriendin, want ik woon in haar appartement en dat is een klein appartement. Alle spullen die ik nodig heb, zoals de pakken, kan ik niet bij Dynamo of de andere plek waar ik de lessen wil gaan geven bewaren, dus ik moet met haar overleggen of ik de pakken voorlopig in haar appartement mag bewaren.

#### **4. Sociaal-maatschappelijk belang**

Door middel van het beoefenen van een vechtsport bereik je als mens de volgende dingen:

- weerbaarheid
- zelfverzekerdheid
- opbouwen van conditie
- je leren concentreren
- je lekkerder voelen in je lijf
- leren met anderen samen te werken

Daarnaast is de les een vrijetijdsbesteding. Hierdoor krijgen de deelnemers de mogelijkheid om even hun ellende te vergeten (zoals het gebrek aan geld om eten te kunnen kopen of een uitje te kunnen betalen). Tijdens de training kunnen ze bezig zijn met zichzelf. Omdat het in een groep plaats zal vinden, komen ze lotgenoten tegen. Zo zullen ze ervaren dat ze niet alleen zijn en kunnen ze van anderen leren hoe ze anders of beter kunnen omgaan met hun leven. Het contact zal de sociale kring waar ze in zitten vergroten: ze leren meer mensen kennen.

#### **5. Rolverdeling**

Ik, Gus Rolfsen, ben de persoon die de lessen gaat geven. Ik vul de rol in van projecteigenaar.

#### **6. Motivatie voor dit project**

De reden waarom ik hiervoor gekozen heb en dit graag wil gaan doen is omdat ik zelf net iets meer dan tien jaar bezig ben met vechtsport en zie wat het me heeft opgeleverd. Ik ben er fysiek en mentaal sterker door geworden. Ik heb er vrienden aan overgehouden en weet hoe het is om af te zien, dat je er voor moet werken als je iets wilt bereiken (stilstaan en zeuren levert niets op). Verder vind ik het leuk om mensen, door middel van lesgeven, te laten zien wat ik al jaren met zoveel plezier doe. Daar word ik zelf blij van.