

# Ga toch buiten spelen!

10 juni 2009

*Artikel in diverse regionale dagbladen, o.a. Eindhovens Dagblad, BN/De Stem, Branbants Dagblad, De Limburger, Provinciale Zeeuwse Courant, De Stentor, De Twentse Courant Tubantia, De Gelderlander.*

**Vandaag is het Landelijke Buitenspeeldag én Nationale Straatspeeldag. Kinderzender Nickelodeon gaat 's middags op zwart. Kinderen gaan anno 2009 niet meer vanzelfsprekend de deur uit om samen vertier te zoeken. Ze verkiezen vaak de eenzaamheid van het beeldscherm. Tijd voor actie?**

door **Joep Trommelen** illustratie **Anke Arts**

Opgroeien in de jaren zestig en zeventig betekende buiten opgroeien. Na school linea recta richting trapveld of 'niemandslaan', waar honderden indianen en cowboys in de loop der jaren het loodje legden. En als we ergens voetballen waar de buurman dat niet op prijs stelde, schold 'ie je voor rot en zocht je net zo lang tot je een plek had waar het wél mocht.

De afspraak met pa en ma was: voor het eten of het donker thuis. Op druilerige woensdagmiddagen waren er een paar uurtjes kindertelevisie, maar buiten lonkte de vrijheid.

Hoe anders lijkt het anno 2009. Trapveldjes zijn nu gesponsorde Cruyff Courts, braakliggende terreinen zijn volgebouwd en kinderen gaan na school naar de opvang. Waar terreinen worden ingericht met dure speeltoestellen, klaagt de buurt over overlast en hangjongeren. Ouders durven hun kroost niet meer de straat op te sturen, bang voor auto's, pedofielen en agressieve Marokkaantjes.

Er zijn blijkbaar nationale straat- en buitenspeeldagen nodig om kinderen en ouders de straat op te krijgen. Lonkt de vrijheid niet meer?

Omgevingspsychologe Agnes van den Berg van Wageningen Universiteit en onderzoeksinstituut Alterra plaatst daar vraagtekens bij. In grote steden komen kinderen inderdaad minder buiten, stelt ze, maar uit enquêtes blijkt dat kinderen gemiddeld per dag nog twee uur buiten zijn. "Er zijn weinig objectieve cijfers, maar gevoelsmatig zeggen alle mensen dat er minder buiten wordt gespeeld."

Er wordt vaak gesproken over de 'trekkracht' van tv en computer. "Men vergeet dan dat huizen vroeger kleiner en gezinnen groter waren. Ouders joegen hun kinderen de keuken uit. Dat gebeurt nu nog in de kleine flatjes waar veel allochtonen wonen. Huizen zijn speelparadijzen geworden."

Bamber Delver is directeur van Stichting de Kinderconsument, die strijdt tegen het grote aantal uren dat kinderen voor een beeldscherm in een virtuele wereld doorbrengen. De computer is niet het Grote Kwaad, legt Delver uit. "Heel leerzaam en het hoort gewoon bij deze tijd. Maar er is zo veel méér."

"De meeste deskundigen zeggen dat kinderen op de basisschool niet langer dan één tot anderhalf uur per dag achter een scherm mogen zitten. Op het moment dat je dat ouders en kinderen vertelt, gaat er een bom af. Want ze hebben het over beeldschermen, dus ook over de tv en de PlayStation Portable. Toch zeggen wij tegen ouders: ga het gevecht maar aan. Want het gaat over de gezondheid en het welzijn van je kinderen."

De gevaren? RSI, te weinig beweging (overgewicht) en een obsessie met de virtuele wereld, somt Delver op. "Er zijn kinderen die weinig tot geen vriendjes hebben, die het liefst uit school naar hun computer rennen en hun ouders niets meer vertellen over school. De computer is een ultra-magneet. Lichamelijk contact, lekker ravotten schieten er nu te vaak bij in."

Overheden en ouders moeten hun verantwoordelijkheid nemen, stelt hij. En daarbij niet alles tot in de puntjes willen regelen. "Vooral in de grote steden is alles 'af', ook de speelplaatsen. Terwijl kinderen het liefst hutten willen bouwen en willen klimmen. Ze willen spelen in een on-affe omgeving. Ook thuis: laat het maar eens een rommel zijn in huis!"

Omgevingspsychologe Agnes van den Berg kan zich daar wel in vinden. "Nederland is overgereguleerd. Als je kijkt waar speelterreinen qua veiligheid aan moeten voldoen! Een boom waar kinderen spontaan in willen klimmen kan dat in ieder geval nooit. Kinderen moeten ook hun eigen grenzen kunnen ontdekken. Dat is op de lange termijn zelfs beter voor hun veiligheid."

Ze denkt dat de contacten met de natuur voor kinderen heel belangrijk zijn. "Dat blijkt als ik studenten vraag wat hun 'topervaring' als kind was. Dan krijg je bijna altijd als antwoord een avontuurlijk, spannend iets in de natuur, waar ze bijvoorbeeld kikkers zochten. En dat is bovendien altijd zonder ouders erbij."

Ouders willen hun prinsjes en prinsesjes te veel beschermen, vindt Delver. "Je mag als kind niet eens meer af en toe kwijt zijn! Dat was toch het allerleukste vroeger, dat je even niet gevonden werd? Maar kinderen krijgen nu een mobieltje mee. Dan klagen ze: mijn moeder belt alweer! Laat kinderen meer hun gang gaan en ook af en toe eens met een vieze broek thuiskomen. Dat is nodig voor hun sociale ontwikkeling."

Volgens Van den Berg blijkt ook uit internationaal onderzoek dat ouders uit angst kinderen vaker thuishouden dan vroeger: angst voor verkeer, onbekenden en vies worden. "Er bestaat een overdreven angst voor wat er buiten kán gebeuren. Dat heeft denk ik te maken met de kleinere gezinnen. Als mensen maar een paar kinderen hebben, willen ze die beter beschermen. Ze mogen minder alleen over straat, hebben zo minder contact met de 'natuurlijke omgeving'. Niet per se minder met andere kinderen, want die kunnen ze thuis ook zien en kinderen worden tegenwoordig overal met de auto naartoe gebracht."

Volgens Frea Broekman van de Vereniging Nederlandse Gemeenten, die de Landelijke Buitenspeeldag samen met Nickelodeon heeft georganiseerd, bestaan er voor gemeenten geen regels over hoe ze woonwijken moeten inrichten als het gaat om speelvoorzieningen. "Want op het platteland is daarvoor natuurlijk veel meer ruimte dan in de grote stad."

Wel stelt ze dat speelplaatsen inrichten niet per se veel geld hoeft te kosten. "Het hoeft niet altijd om een dure speeltuin te gaan. Als je maar prikkels om te spelen in de ruimte aanbrengt. Op een leeg trapveldje bedenken kinderen heus zelf wel wat ze gaan doen. Het stimuleren van creativiteit is belangrijker dan een voorgeschreven percentage van een wijk inrichten als speelterrein."

Van den Berg verwijt met name gemeenten dat ze met hun politiek van inbreiden - het benutten van lege plekken in de bebouwde kom voor woningbouw - de speelruimte voor kinderen hebben verkleind. "Er groeit nu een generatie op die iets mist."

#### Eerste Buitenspeeldag

Aandacht vragen voor **het belang van buitenspelen**, dat is het doel van de Landelijke Buitenspeeldag, die vandaag voor het eerst plaatsvindt. In **meer dan vijftig gemeenten** worden tal van activiteiten gehouden: van spelletjesparades tot hutten bouwen. Zie voor het programma: [www.buitenspeeldag.nl](http://www.buitenspeeldag.nl)

Een van de initiatiefnemers is kindertelevisiezender **Nickelodeon**. Vanmiddag, tussen 13.00 en 17.00 uur gaan de zender en de eigen website 'op zwart', om zo de kinderen naar buiten te krijgen. Vandaag vindt ook de **Nationale Straatspeeldag** plaats, een initiatief dat Veilig Verkeer Nederland twintig jaar geleden is begonnen. Doel daarvan is aandacht vragen voor de verkeersveiligheid. In bijna alle gemeenten worden straten afgesloten, zodat kinderen ongestoord kunnen spelen.

### 1. Begin een speelbibliotheek

Verzamel je leukste speelgoed voor buiten en spreek af met je vrienden. Zorg dat je niet allemaal hetzelfde meeneemt. Je kunt dan de hele middag met elkaars speelgoed spelen. Spreek wel regels af. Bijvoorbeeld na hoeveel tijd je het speelgoed wisselt, zodat iedereen met verschillende dingen kan spelen. Snuffel ook eens rond op de zolder. Daar ligt vast nog 'vergeten' speelgoed van mama en papa of oma en opa.

### 2. Helemaal getikt!

Het spelletje 'tikkertje' is zo oud als de straat. Maar het blijft leuk om te spelen. Er zijn veel versies. Zoals de Chinese Draak wanneer de tikker iemand aantikt, geven ze elkaar de hand. Samen proberen ze de volgende te tikken, die op zijn beurt aansluit bij de eerste twee, enzovoort.

### 3. Touwtje springen op muziek

Spring honderd keer met je springtouw op de tonen van je favoriete muziek. Dat is weer eens iets anders dan 'gewoon' touwtje springen. En lukt het je ook nog om mee te zingen tijdens het springen?

### 4. Het is buitenspeeldag!

Probeer anderen mee te laten spelen vandaag door de aandacht te trekken. Versier je straat met vlaggetjes en ballonnen. Maak een straattapijt met stoepkrijt. Maak originele verkeersborden die aangeven dat er gespeeld wordt. Probeer ook volwassenen mee te laten doen. Zij zijn natuurlijk ook erg handig wanneer je zin krijgt in iets lekkers.

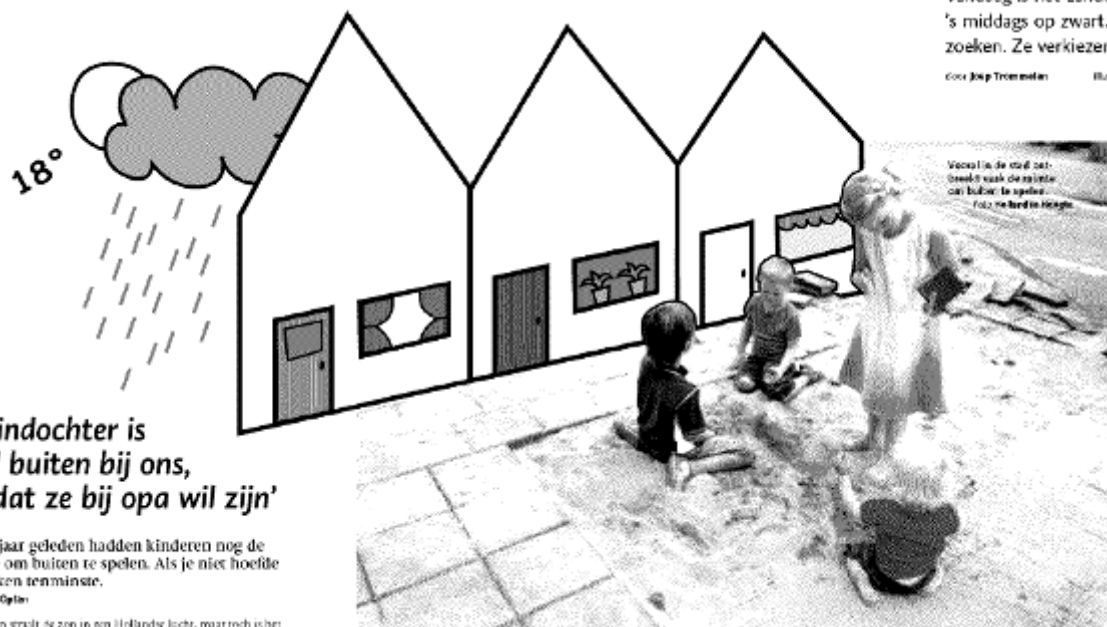
### 5. Stok-tikkertje-stop

Knip een touw in stukjes van 50 cm. Elke speler stopt de helft van het touw achter in zijn of haar broek, zodat je een staartje hebt. Wijs twee tikkers aan. Zij houden samen één stok vast. De tikkers proberen nu alle staarten uit de broeken te trekken. De stok mag niet losgelaten worden. Als je geen staart meer hebt, ben je af. De speler die overblijft, wint.

Omwonenden klagen  
nogal eens over overlast  
van spelende kinderen.  
foto ANP



## Buitenspeeltips



Vandaag is het Lande  
's middags op zwart.  
zoeken. Ze verkiezen

door Jip Trommelin 114

### 'Kleindochter is veel buiten bij ons, omdat ze bij opa wil zijn'

Zestig jaar geleden hadden kinderen nog de  
ruimte om buiten te spelen. Als je niet hoefde  
te werken tenminste.

door Nikk Ogilvie

**D**aten verdrt de zon in een Hollandse lucht, maar toch is het  
dook in Chloë's Chaum die overdekte schaduw van twee

Veelal in de stad zet-  
breken vaak de relatie  
om buiten te spelen.  
Foto: Marcel de Haan