

tekst Stef Verhoeven
beeld Marike Knigge

Bossche Bollen

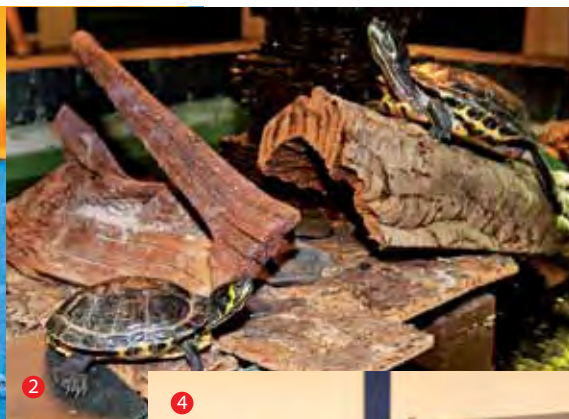
De stevige handdruk van Nicole Beerens (29), docent lichamelijke opvoeding, **1** doet vermoeden dat ze haar leven voornamelijk in gymzalen en sportscholen doorbracht. Dat blijkt te kloppen. Sinds haar vijfde hangt ze in klimrekken en zwaait ze aan bruggen met ongelijke leggers. De Tilburgse turnvereniging 'Kunst en Kracht' was haar tweede thuis; ze zat in het selectieteam vanaf haar 10^e, gaf trainingen vanaf haar 15^e en bewaart geweldige herinneringen aan de turnkampen. Het bloed kroop, kortom, waar het niet gaan kan. Ze was - en is eigenlijk nog steeds - een stuiterbal. In haar trainingspak zit ze op het puntje van de bank in de sfeervolle docentenkamer van VMBO Groen Den Bosch. 'Als kind krom ik overal op. Alles wat ik zag, moest ik aanraken. Mijn moeder was me altijd kwijt', zegt ze zwaaiend met haar armen. 'Geen wonder dat ze op een dag zei: "Ga jij maar lekker in een klimrek hangen!"'

Goed bekkie

Alles op deze kleine vmbo-school (580 leerlingen) ruikt naar praktijk. Bij binnenkomst sta je oog

in oog met een waterschildpaddenfamilie **2** en de geur van versgebakken scones trekt door de gangen. Als Nicole 'de fysiologische fijnzinnigheid van het menselijke lichaam' uit de doeken had willen doen voor leerlingen met zitvlees, dan was ze wel op een vwo-school gaan werken. Maar nee, ze snapt deze rusteloze kinderen met een korte spanningsboog veel beter. Liefkozend noemt ze haar leerlingen 'Bossche Bollen', naar de met slagroom gevulde chocoladebommetjes van de beroemde banketbakker Jan de Groot. 'Goudeerlijke kinderen met een goed bekkie erop. Daar heb ik een klik mee.'

In de gangen stuiten we op hordes Bossche Bollen die toe zijn aan buitenlucht. De een krijgt een compliment van Nicole, de ander een aai over de bol. 'Mijn eerste jaren als gymjuf was ik vooral druk met inhoud en opbouw van mijn lessen, maar nu kan ik beter kijken naar elke individuele leerling', zegt ze bevrogen. 'Elk kind heeft zijn eigen verhaal, ook als het gaat om bewegen, sporten en leefstijl. Het is mijn uitdaging om hun motivatieknopje te vinden.' En daar heeft Nicole haar



Bestemming Helicon VMBO Groen Den Bosch

Reisleider Nicole Beerens, docent lichamelijke opvoeding, geboren stuitbal.

Reisbeschrijving Zet u schrap. Bij dit dynamische schoolreisje door deze officieel erkende Sport-actieve School 6 stuurt u door de praktijklokalen en gymzaaltjes en neemt de reisleider u mee in haar ontembare enthousiasme naar haar stip aan de horizon: De Gezonde School.

professionele missie van gemaakt in het project De Gezonde School. Sinds haar docentenstage van 10 weken bij de GGD Den Bosch is ze niet meer te stuiten. De GGD bleek al snel een schatrijke bron van praktische interventies. Ze ging mee naar 'seksprekken' en 'ontbijtlessen', hield op Facebook een stagedagboek bij en verzorgde een inspirerende workshop voor collega's. Nu ligt er een concept beleidsplan bij de directie om bewegen en voeding integraal in het curriculum op te nemen. 'Los van elkaar doen we best veel aan die thema's, maar er is te weinig samenhang en opbouw', zegt ze. 'Dat kan gewoon beter.'

Notoire stilzitters

In de gymzaal treffen we Cindy 3, een tweedejaars die de extra beweeglessen van Nicole volgde. Uit de fittesten bij de eerstejaars bleek dat 22 procent van de meiden en maar liefst 33 procent van de jongens overgewicht heeft. 'Bijna 5 procent van onze leerlingen is officieel obees! Schrikbarende uitslagen', zegt Nicole. Samen met haar team zette ze een gezondheidsleerlingvolgsysteem op. In het

eerste jaar doen alle leerlingen de Eurofittest en in jaar twee volgt een screening door de GGD. Kinderen met ernstig overgewicht komen via de schoolarts in externe programma's die zich, naast voeding en bewegen, ook op de sociale achtergrond kunnen richten. Voor de sporthaters en notoire stilzitters ontwierp ze beweeglessen met speelse werkvormen, wandelingen in de buitenlucht en veel individuele gesprekjes. 'Gave lessen', zegt Cindy met een grote glimlach. 'Eerst spraken we in de gymzaal over wat we bijvoorbeeld hadden ontbeten, en dan naar buiten.' Ze zit inmiddels op Scouting, is vaker in het bos te vinden – 'vuurtje stoken!' – en, oh ja, ze eet 's ochtends twee bruine boterhammen. Met kaas dus. Nicole: 'Over drie jaar wil ik dat 80 procent van de school gewoon op "gezond gewicht" zit.' Daarom zijn de snacks uit de kantine verdwenen en gaat de snoepautomaat pas bij de tweede pauze in bedrijf. Als het aan Nicole ligt gaan de leerlingen van Voeding zelf de eigen caloriearme lunchproducten bereiden. 'Want in een gezonde schoolomgeving zijn de leerprestaties gewoon beter. Dat is bewezen.'

'Het is mijn uitdaging om hun motivatieknopje te vinden'

Oase

In de professionele keuken 4 van de afdeling Voeding vallen we met onze neus in de foute calorïeën: warme scones met jam! Speciaal gebakken voor de vierdejaars die naar Londen vliegen als feestelijke afsluiting van hun praktijkjaar. Daarom zijn er vandaag ook echte golflessen in de gymzaal, leren we bij de afdeling Evenementen de regels van het edele dartspeel en drinken we in de gang - *typical English - high tea* met scones. Op een Gezonde School mag je ook af en toe zondigen, dus nemen we er twee. Binnen is het warm, druk en leuk maar als je een Groenschool wilt leren kennen dan moet je vooral naar buiten, vindt Nicole. In de kas doet een tiental leerlingen een examentraining bloemschikken met verse rozen en een stukje oase 5. 'Op een zomerse dag is het hier achter de school een mierenhoop van activiteiten: leerlingen die jonge kweek uit de kas planten in de tuinen, klinkertjes leggen, het paard en de geitjes worden verzorgd door afdeling Dier en de imposante klimmuur hangt vol met juichende Bossche Bollen.' Dat zijn de dagen waarop Nicole zeker weet: 'Hier wil ik nog heel lang werken.' ■

