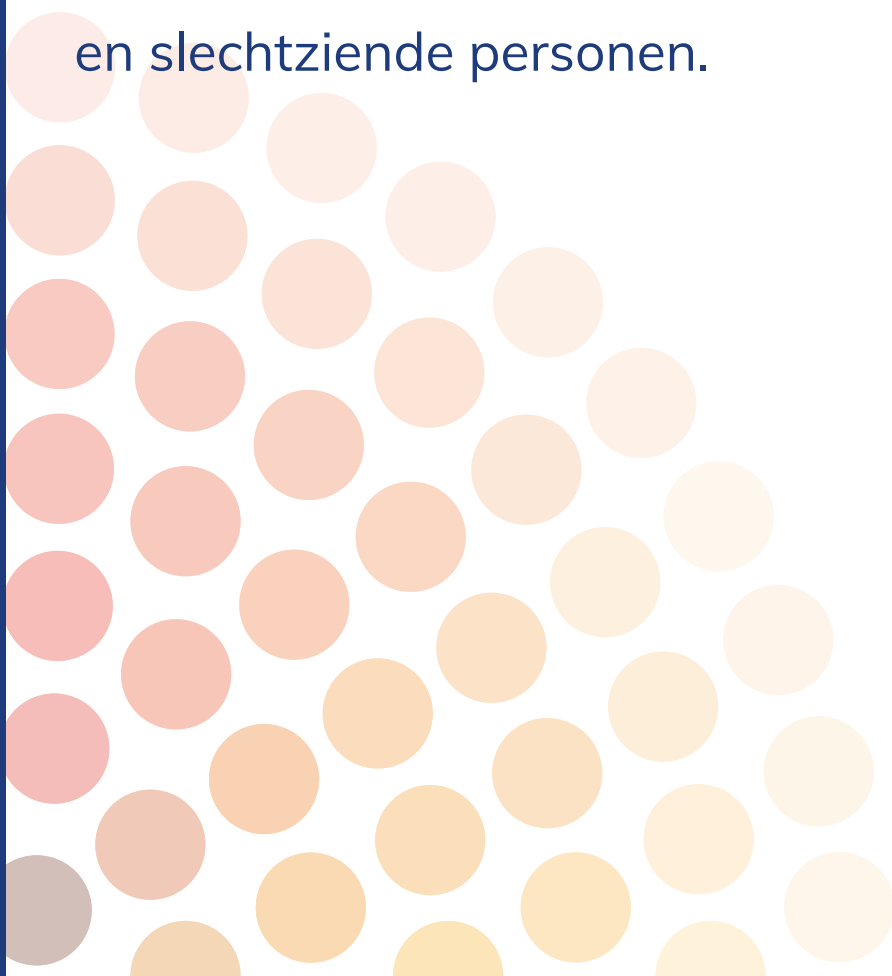


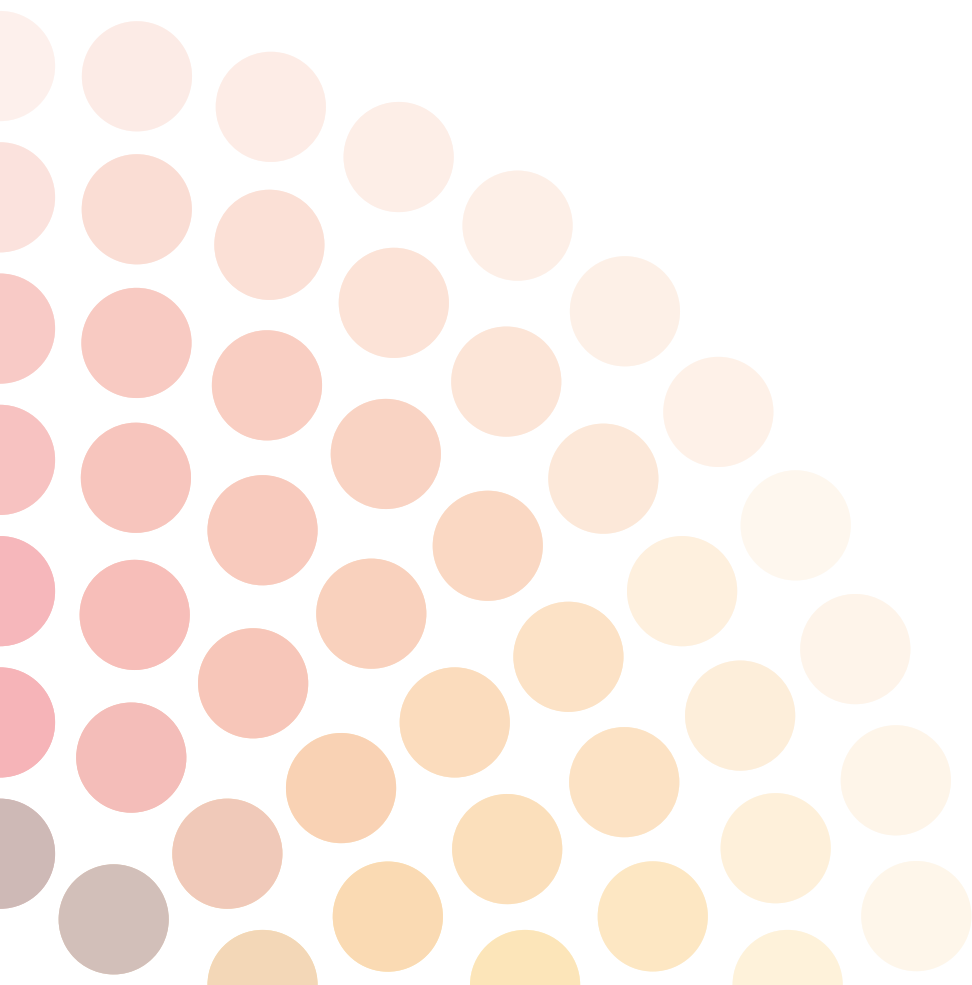
EYE KEY

Toegankelijke sportbeleving



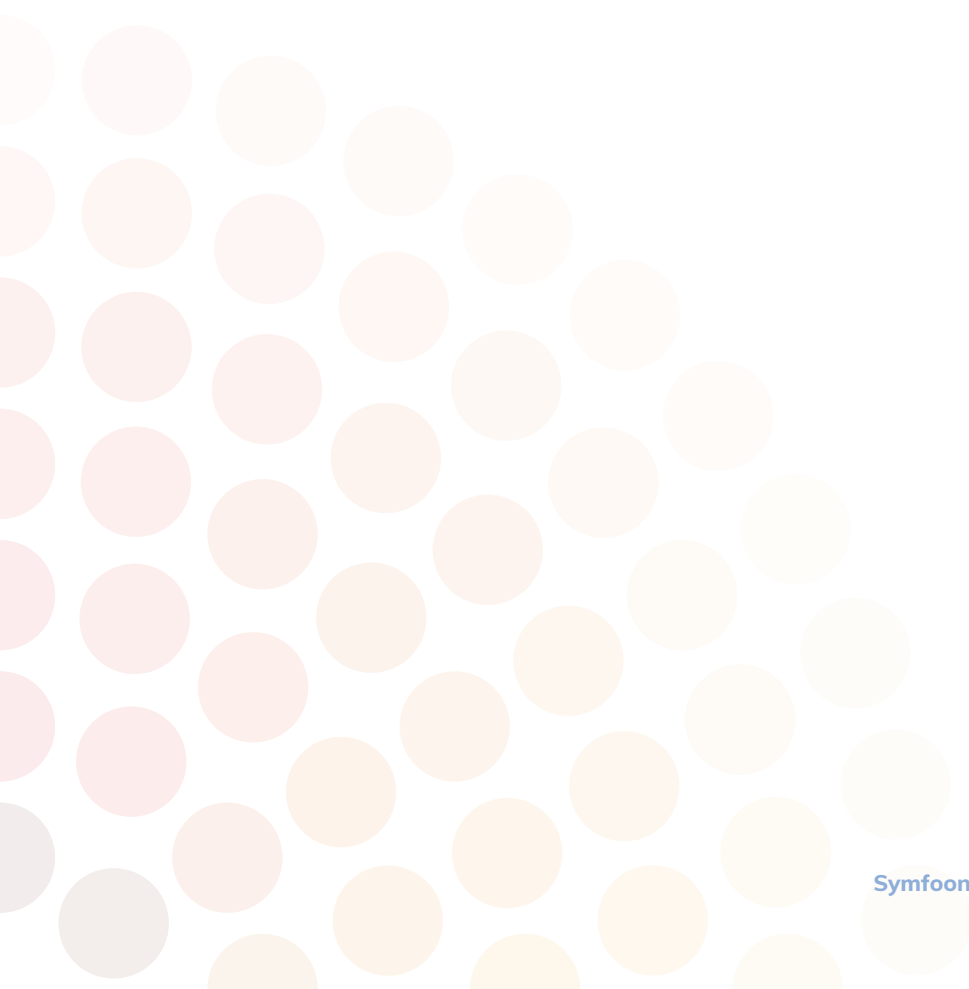
Sleutels voor de toegankelijkheid van
sport en sportinfrastructuur voor blinde
en slechtziende personen.





Inhoud

Over Symfoon en de reeks Eye Keys	4
Over deze Eye Key	4
Deze gids helpt je:	5
Voor wie is deze handleiding bestemd?	5
Wat begrijpen we onder de termen 'sport' en 'sportinfrastructuur'?	6
Fysieke, technische en technologische hulpmiddelen	7
1. Eerst en vooral: enkele vragen en antwoorden	8
1.1. Hoe sporten blinde en slechtziende mensen?	8
1.2. Hoe herken je een blinde of slechtziende sporter?	9
1.3. Wat als een blinde of slechtziende persoon bij onze club of vereniging wil trainen?	10
1.4. Heb je al aan deze sporten gedacht?	11
2. Tips voor trainers	12
3. Verplaatsing in de sportinfrastructuur	13
4. De 6 b's voor toegankelijke sportbeleving en -infrastructuur	14
4.1. Begrijpbaarheid, bekendmaking en communicatie	14
4.1.1. Digitale media (website en sociale media)	14
4.1.2. (Specifieke) geschreven media	15
4.1.3. Audiovisuele media (televisie, video's en beeldfragmenten)	15
4.1.4. Persoonlijk	16
4.1.5. Expo's of beurzen	16
4.2. Bereikbaarheid van de locatie	17



4.3. Betreedbaarheid van de locatie	19
4.4. Bruikbaarheid	20
4.5. Betaalbaarheid en reservatie	20
4.6. Beleving	21
Ten slotte	22
Bronvermelding	22
Eye Keys	24
Colofon	25

Over Symfoon en de reeks Eye Keys

Symfoon, **het Vlaamse blinden- en slechtziendenplatform**, bouwt aan inclusie vanuit de kracht van blinde en slechtziende personen. Dat wil zeggen dat wij niet alleen voor hen werken, maar ook mét hen. Het bestuur en de helft van het team bestaan uit blinde of slechtziende personen. Samen streven we ernaar dat allerlei soorten **vrijtijdsbesteding**, van musea tot concerten en theater, vrij toegankelijk worden voor blinde en slechtziende mensen.

Om onze ziende medeburgers bewust te maken van specifieke noden van blinden en slechtzienden, ontwierpen wij een reeks 'Eye Keys'. Dat zijn **beknopte, informatieve brochures** die per thema enkele drempels aanduiden en mogelijke oplossingen bieden. Zo zijn er Eye Keys over toegankelijke bezienswaardigheden, horeca, evenementen, enzovoort. Met deze Eye Keys hopen we samen drempels weg te werken en een zo inclusief mogelijke maatschappij te creëren.

Over deze Eye Key

Studies tonen dat de meerderheid van blinde en slechtziende mensen onvoldoende sport. Verder geven veel blinde en slechtziende personen aan dat ze graag actiever willen zijn. Obstakels die blinde en slechtziende personen signaleren zijn onder andere clubs die niet openstaan voor mensen met een beperking en een tekort aan uitleg en communicatie. Met deze Eye Key hopen wij deze hindernissen te verminderen.

De input uit de doelgroep verzamelde Symfoon op twee manieren: enerzijds met een **werkgroep** van vijf blinde en slechtziende sporters en anderzijds met een brede **bevraging**. Tijdens de werkgroep hielden we een korte brainstorming over de definitie van sport, welke obstakels deelnemers ervaren en goede voorbeelden van toegankelijke sportclubs of -verenigingen en sportinfrastructuur. Door de bevraging beschikken we over de sportervaringen van 27 blinde en slechtziende personen.

Eye Key gerealiseerd met de steun van het Jeanne en Pierre Beeckman Fonds, beheerd door de Koning Boudewijnstichting.



Vlaanderen
verbeelding werkt

Deze gids helpt je:

- **Na te denken** over hoe je jouw sportinfrastructuur toegankelijk kunt maken voor blinde en slechtziende personen.
- **Mensen begeleiden** die een sport willen beoefenen.
- **Elementen te herkennen** die het voor blinde en slechtziende personen mogelijk of onmogelijk maken om te sporten.
- **Advies of informatie te vinden** die je nodig hebt bij het toegankelijk maken van je sportclub en/of infrastructuur.

Voor wie is deze handleiding bestemd?

- Trainers, coaches, vrijwilligers of begeleiders van een sportvereniging of sportclub;
- Bestuur van een sportvereniging;
- Eigenaars en werknemers van een sportclub;
- Schepen en werknemers verantwoordelijk voor sport van steden en gemeenten.

Wat begrijpen we onder de termen 'sport' en 'sportinfrastructuur'?

Sport: Volgens Van Dale is de definitie van sport 'allerlei lichamelijke oefeningen en ontspanning waarbij vaardigheid, kracht en inzicht vereist worden'. Uit de bevraging blijkt dat dit zowel recreatief als competitief kan zijn, met of zonder aanpassingen, individueel of in groep, binnen of buiten.

Sportinfrastructuur: Alle locaties waar mensen terechtkunnen om een sport te beoefenen. Dat zijn bijvoorbeeld zwembaden, recreatiedomeinen, sporthallen, atletiekpistes, fitnesszalen, klimzalen en privésportclubs.



Fysieke, technische en technologische hulpmiddelen

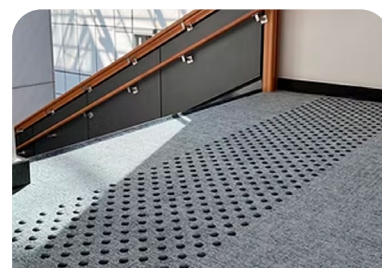
- **NFC-tag:** Voorzie (promotioneel) **drukwerk** niet alleen van een QR-code, maar ook van een NFC-tag. NFC, languit Near Field Communication, is een **draadloze verbinding** waarmee je laagdrempelig, eenvoudig én veilig via een chip informatie uitwisselt. NFC is ingebouwd in bijna alle **smartphones**, men moet niets installeren en het kost helemaal niet veel. Iedereen, beperking of niet, kan NFC gebruiken. Daarom is het zeer geschikt om inclusie te bevorderen van allerlei doelgroepen in de maatschappij.
- **Navilens-codes:** Dit werkt in principe hetzelfde als een QR-code, alleen moet je met de Navilens-code niet mikken met je camera. Als je de **Navilens-app** opent en **in de buurt komt van de code**, opent die automatisch de achterliggende link. Dat kan bijvoorbeeld gaan om een trainingsschema, openingsuren of de toegankelijkheidspagina.
- **Natuurlijke geleidelijnen of gidslijnen:** muren, leuning, hagen en ondergronden om zich te oriënteren. Die natuurlijke lijnen krijgen de voorkeur.
- **Kunstmatige geleidelijnen of ribbellijnen:** podo-tactiele markeringen op de vloer die de looprichting aanduiden.
- **Rubberen tegels, verende tegels of oriëntatie-vierkanten:** dat zijn informatietegels. Op dat punt kun je iets doen: op de bus stappen, op een knop drukken, een gebouw binnengaan, enzovoort.
- **Noppenstroken of waarschuwingsstroken:** een noppenstrook wijst op een gevaarlijk punt, zoals een oversteekplaats, trap of deur.



KUNSTMATIGE GELEIDELIJNEN
OF RIBBELLIJNEN



RUBBEREN TEGELS, VERENDE TEGELS
OF ORIËNTATIEVIERKANTEN



NOPPENSTROKEN OF
WAARSCHUWINGSTROKEN:

1. Eerst en vooral: enkele vragen en antwoorden

Voor we allerlei laagdrempelige tips meegeven voor meer toegankelijkheid, schetsen we eerst even een beeld van het huidige sportlandschap in Vlaanderen voor blinden en slechtzienden.

1.1. Hoe sporten blinde en slechtziende mensen?

Net zoals bij de ziende bevolking sporten blinde en slechtziende mensen op alle niveaus. Ze kunnen dit zowel individueel als in teamverband doen. Uit de bevraging blijkt dat ongeveer de helft kiest voor het **reguliere sportcircuit** en de andere helft liever sport in een **aangepaste sportclub, via G-sport Vlaanderen**.

Er bestaan ook sporten die speciaal ontwikkeld zijn voor blinden en slechtzienden, waarvan de bekendste **torbal** en **goalball** zijn. Iedereen kan deze sport bovendien beoefenen, want elke speler draagt een verduisterende bril. Elk team bestaat uit drie spelers, die een bal met een belletje in naar de overkant werpen en zo proberen te scoren. Op basis van het geluid moet het andere team de goal proberen te verhinderen. Bij goalball is de bal zwaarder en het veld groter en in tegenstelling tot torbal wordt goalball op Paralympisch niveau gespeeld.

Showdown is een ander voorbeeld van zo'n speciaal ontwikkelde sport. Het wordt vaak vergeleken met tafeltennis, omdat het ook gespeeld wordt op een tafel en elke speler gebruikmaakt van een bat. Aan elke kant van de tafel zit een doel, en de speler moet verhinderen dat de andere de rinkelbal in het doel krijgt.

Blinde en slechtziende mensen kunnen dus veel sporten beoefenen. Afhankelijk van de sport zijn er soms andere regels of aangepast materiaal nodig. Veel blinden en slechtzienden willen **zelfstandig** sporten, terwijl anderen een **begeleider** verkiezen. Een voorbeeld hiervan is **'Running blind'**, waarbij een blinde of slechtziende loper gekoppeld wordt aan een ziende en de twee lopers elk het uiteinde van een rekker vasthouden. Ook fietsen gebeurt op een tandem- of duofiets.

Blinde en slechtziende sporters gebruiken bovendien veel meer andere **zintuigen** om te sporten; zo bestaan er ballen met rinkelende bellen in of fitnessstoestellen met voelbare knoppen in plaats van touchscreen.

‘BEST PRACTICE’

In de **klimzalen** van Maniak (Nijvel en Brussel) zijn er koptelefoons met Bluetooth beschikbaar, zodat een gids van op de grond duidelijke instructies kan geven aan de slechtziende of blinde klimmer.

1.2. Hoe herken je een blinde of slechtziende sporter?

Niet elke blinde of slechtziende gebruikt een witte stok of een blindengeleidehond. Wees je er dus bewust van dat je soms niet merkt dat iemand blind of slechtziend is. Sommige sporters kiezen er wel voor om **iets te dragen dat hen onderscheidt** van de andere sporters. Enkele voorbeelden daarvan zijn de blauwe of gele **badmutsen** met een **pictogram** of het **fluohesje** met de woorden ‘Blinde loper’. De twee pictogrammen die het vaakst gebruikt worden zijn de volgende:



Sommige sporters gebruiken wel een **blindengeleidehond**. Sinds juli 2013 is het wettelijk verplicht om geattesteerde assistentiehonden toe te laten op publieke plaatsen. Blindengeleidehonden mogen dus mee naar binnen en mogen op alle locaties (ook in de cafetaria) hun functie als mobiliteitshulpmiddel vervullen. Toch is een zwembad bijvoorbeeld niet de meest aangename plek voor een hond, dus je kan altijd aanbieden om de hond te laten rusten achter de balie terwijl het baasje baantjes trekt.

Hoe schattig blindengeleidehonden er ook uitzien, als ze aan het werk zijn **mogen ze niet afgeleid** worden door aaitjes of verbale liefkozingen. Maar maak je geen zorgen: als de hond zijn werkharnas niet draagt, krijgt hij meer dan voldoende liefde van zijn baasje.

Informeer op voorhand waar in de buurt de hond zijn plasje kwijt kan of voorzie zelf een plaats. Op warme dagen is een kom met fris water een extra pluspunt.

1.3. Wat als een blinde of slechtziende persoon bij onze club of vereniging wil trainen?

Een kennismakingsgesprek doet wonderen. Zo kunnen jullie vooraf samen bespreken wat jullie verwachtingen zijn, hoe gemotiveerd de sporter is en wat jouw club kan aanbieden. Thema's die ook aan bod kunnen komen zijn het eventuele **restzicht** van de persoon, diens **sportgeschiedenis** en coördinatie en of er nood is aan aangepast materiaal of een vaste kleedkamer of locker. Je kan ook altijd een gratis **proefles of korte introductie tot de sport** voorstellen, zodat ze al eens een voorproefje kunnen ervaren voor een definitieve inschrijving.

Verloopt het gesprek goed en schrijft de sporter zich in? Dan kunnen jullie nu samen aan de slag. In het volgende punt vind je enkele tips die een training met een blinde of slechtziende persoon makkelijk, veilig en aangenaam maken.

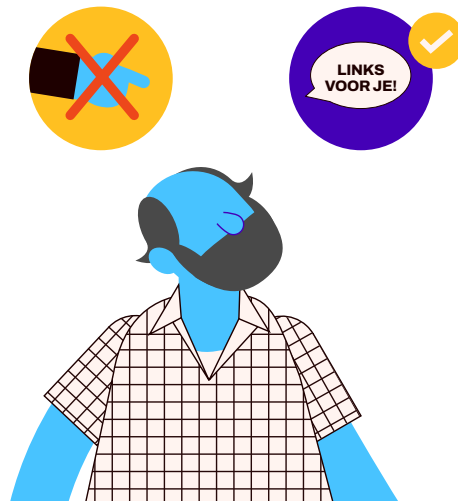
1.4. Heb je al aan deze sporten gedacht?

Niet iedereen loopt, fietst of doet aan fitness. Deze sporten liggen misschien minder voor de hand, maar worden ook beoefend door blinden en slechtzienden:

- **Denksport.** De International Mind Sport Association erkent zeven denksporten, waaronder schaken, dammen, bridgen en poker:
 - **Schaken:** Er bestaan aangepaste schaakborden, waarbij de zwarte vlakken wat hoger liggen dan de witte. De zwarte stukken hebben bovenaan ook een pinnetje om ze te onderscheiden van de witte. Verder zitten er ook gaatjes op elk veld, zodat de stukken kunnen worden vastgezet en niet makkelijk omvallen.
 - **Dammen:** Bij een aangepast dambord zijn de speelvelden lager dan de velden die je niet mag gebruiken. Net als bij schaken zijn de zwarte schijven gemarkeerd, bijvoorbeeld door er een spijkertje in te slaan.
 - **Bridge en poker:** Er bestaan speelkaarten met braille of met extra grote letters.
- **Skiën.** De blinde of slechtziende skiër krijgt via een portofoon instructies van zijn partner, zoals 'links' of 'remmen', maar ook wanneer er bijvoorbeeld een heuvel aankomt.
- **Darts.** Met een dartbord dat voorleest, kan iedereen spelen. Zo'n aangepast bord leest de scores voor en kan optioneel ook een ping-geluid maken zodat een volledig blinde speler beter kan mikken.
- **Hengelsport.** Er bestaan tegenwoordig heel wat geluidshulpmiddelen bij het vissen, die ook handig zijn voor blinde en slechtziende vissers. Zo heb je bijvoorbeeld beetmelders die een geluidssignaal uitsturen als je een vis aan de haak hebt.
- **Vechtsporten.** Doordat vechtsporten, zoals judo, bestaan uit veel contact met de ander, zijn ze heel geschikt voor blinden en slechtzienden. De judoka kan namelijk heel goed aanvoelen welke techniek zijn of haar tegenstander wil inzetten.
- **Dansen.** Er bestaan al enkele hulpmiddelen om blinden en slechtzienden vlotter danspassen aan te leren. Naast duidelijke instructies (zie hoofdstuk 2), is er bijvoorbeeld ook het bord Magnetic Steps. Daarbij worden pionnen in de vorm van voeten bewogen over een magnetisch bord, waardoor de danser de danspassen al eens kan voelen voor het effectief zelf uitproberen.
- **(Boog)schieten.** Bij schieten wordt een toestel bevestigd op het wapen, dat de visuele mikinformatie, bijvoorbeeld het rood lichtje op het doelwit, omzet in geluidstonen. Bij boogschieten wordt gebruik gemaakt van een statief dat de richting aangeeft en een schotwaarnemer die de schutter laat weten waar de pijlen zijn terechtgekomen.

2. Tips voor trainers¹

- Gebruik jouw **stem** in plaats van handgebaren. Het is ook belangrijk dat je duidelijke **aanwijzingen** geeft, zoals 'links' of 'rechts' in plaats van 'hier' en 'daar'.
- Soms hebben blinde en slechtziende mensen last van felle **lichtinval** of **achtergrondlawaai**. Bevraag eens of de sportruimte aangenaam is.
- Maak **duidelijke afspraken** over hoe je hen instructies geeft. Wanneer kan je hen bijvoorbeeld aanraken? Welke bewegingen zijn gevaarlijk of veilig?
- Om blessures te voorkomen, leert de sporter best eerst de omgeving kennen in een **oriënterende rondleiding**. Geef ook info mee over de grootte van de zaal of de diepte van het zwembad.
- Als je iemand oriënteert of rondleidt, kies dan voor een route met **weinig obstakels**.
- Spreek een **vaste ontmoetingsplek** af, bijvoorbeeld aan de uitgang van de kleedkamers. Voor sommigen is het niet evident om iemand te vinden in een grote ruimte met veel zintuigelijke prikkels.

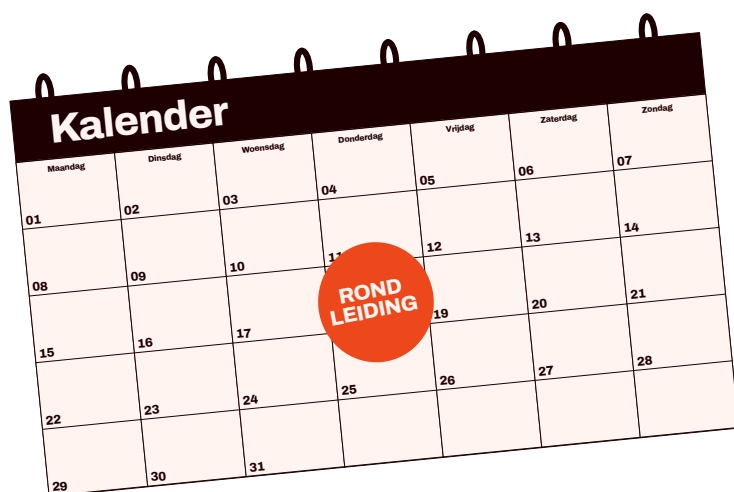


- Het is mogelijk dat de sporter in het begin liefst in een kleine groep of individueel met je werkt.
- In plaats van een bepaalde beweging of techniek zelf te demonstreren, geef je best een **extra woordje uitleg**. Je kan hen ook laten voelen hoe je zelf de beweging maakt of hen begeleiden in de beweging.

¹ De tips zijn nuttig voor trainers, maar evengoed voor onthaal-, zaal- of horecapersoneel van het sportcomplex.

- Houd er rekening mee dat het **soms langer kan duren** voor de blinde of slechtziende sporter iets onder de knie heeft.
- **Ga in gesprek** over de samenwerking en luister wat de sporter goed en minder goed vindt lopen. Dit is ook een moment waarop jij jouw feedback kan delen.
- Wil je aan de balie bijvoorbeeld de identiteitskaart teruggeven? **Geef een voorwerp altijd in de hand** van de blinde of slechtziende bezoeker.
- Spreek altijd de persoon zelf aan, nooit alleen de begeleider.
- Vraag eerst of de bezoeker hulp nodig heeft en kom alleen in actie als hij/zij dat bevestigt.
- Als een bezoeker naar het **toilet** moet, beschrijf dan in duidelijke woorden waar ze dat kunnen vinden. Als de bezoeker dat graag wil, kan je hem of haar begeleiden naar het urinoir of naar de ingang van het toilet en daar dan zijn of haar hand op de klink leggen. Geef de bezoeker wel voldoende privacy.
- **Begeleiden** doe je door jouw arm aan te bieden, zodat de blinde of slechtziende kan inhaken. Sommigen verkiezen hun hand op jouw schouder of elleboog te leggen en je zo te volgen.

Besef dat je soms niet meteen merkt dat een bezoeker blind of slechtziend is.

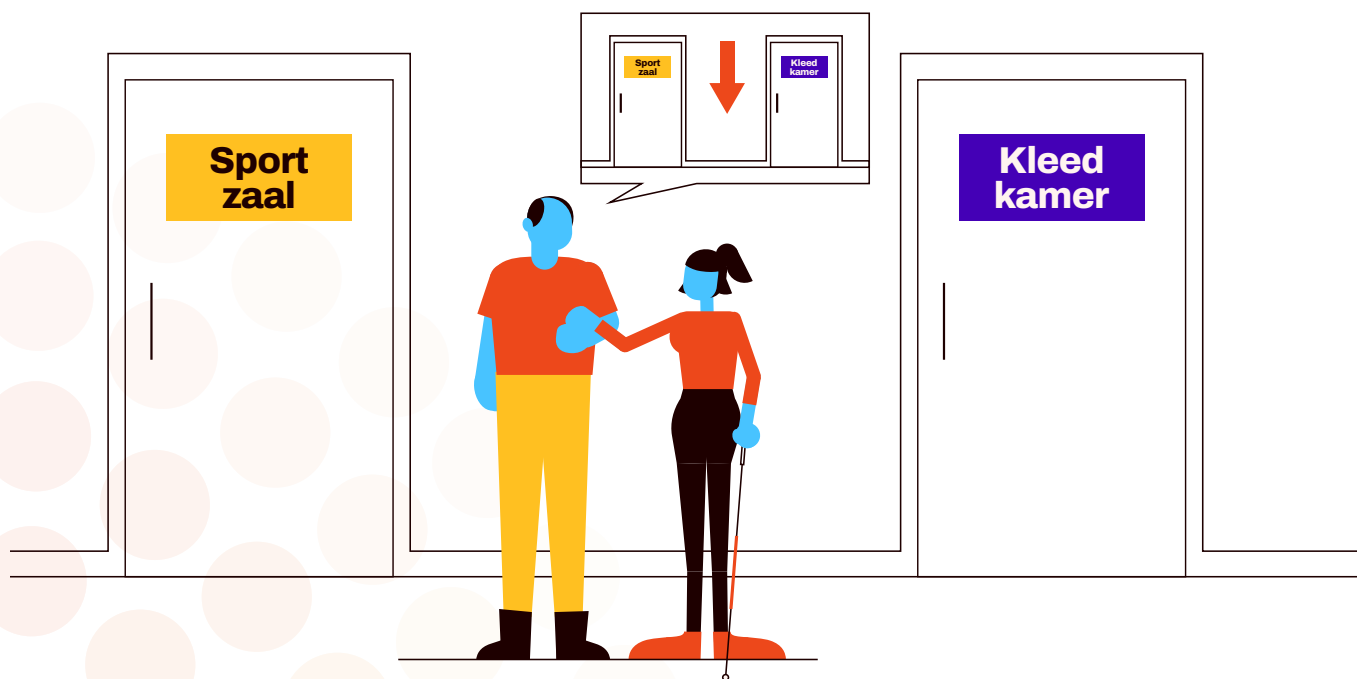


3. Verplaatsing in de sportinfrastructuur

Verskillende factoren spelen een rol in hoe iemand zich door de infrastructuur verplaatst. Niet alleen de **omgeving** zelf speelt een rol, maar ook het **restzicht** van de sporter en natuurlijk ook diens **persoonlijke vaardigheden**. Toch blijkt uit de bevraging dat **een verkennende rondleiding** een grote drempel wegneemt. Zo kan de geïnteresseerde sporter zonder tijdsdruk de infrastructuur ontdekken en memoriseren, zodat ze zich de volgende keer zelfverzekerder alleen kunnen verplaatsen.

Sommige sporters vinden het bovendien aangenaam dat een plek voor hen wordt voorbehouden als ze dat vragen. Zo kan je overwegen om op rustige momenten een baan te reserveren voor blinde of slechtziende zwemmers. Zo botsen ze niet op andere zwemmers.

Verder zijn er veel **makkelijke aanpassingen** die je kan doen om je infrastructuur toegankelijker te maken. In het volgende hoofdstuk gaan we dieper in op de 6 B's van toegankelijkheid, namelijk Begrijpbaarheid, Bereikbaarheid, Betreedbaarheid, Bruikbaarheid, Betaalbaarheid en Beleving. Per B vind je enkele tips om het pad naar jouw vereniging en/of infrastructuur te effenen voor blinden en slechtzienden.



4. De 6 b's voor toegankelijke sportbeleving en -infrastructuur

4.1. Begrijpbaarheid, bekendmaking en communicatie

De meeste sportclubs willen nieuwe leden vinden. Dat kan door **breed te communiceren** over een eventueel aangepast programma. Ook als je (nog) geen aanpassingen ter beschikking hebt, kan je nog steeds een **toegankelijkheids-pagina** op je website maken. Zo neemt iemand misschien eens contact met jullie op om te horen wat de mogelijkheden zijn. Bied je wel al extra ondersteuning aan? Super! Neem dit dan ook zeker mee in je communicatie.

Bekendmaking en verspreiding van jullie aanbod kan op verschillende manieren. Die sommen we hieronder op.

4.1.1. Digitale media (website en sociale media)

Blinde en slechtziende mensen vernemen initiatieven via verschillende doelgroep-specifieke en algemene **mediakanalen**. Blinde en slechtziende personen halen de meeste informatie uit het gesproken woord, terwijl ze het geschreven woord kunnen beluisteren via hun **spraaksoftware**. Veel slechtzienden gebruiken hun **restzicht** om drukwerk en websites te lezen.

Zorg er dan ook voor dat **digitale media** toegankelijk zijn en raadpleeg erkende standaarden. Zo kan je de **foto's** van dat voetbaltoernooi of die salsa-les voorzien van een beschrijvende **alt tekst**. Die beschrijving wordt dan voorgelezen door de spraaksoftware. Op sommige websites staat overigens een eenvoudige hand-leiding om digitale documenten toegankelijk te maken¹.

'BEST PRACTICE'

De foto's in de galerij van de **sportdienst** van **Oostende** zijn voorzien van alt tekst.

¹ <https://www.vlaanderen.be/inter/toolbox-toegankelijke-steden-en-gemeenten/algemeen-bestuur-dienstverlening-en-communicatie/digitale-toegankelijkheid/richtlijn-eu-over-de-toegankelijkheidsvoorschriften-voor-producten-en-diensten>
<https://www.w3.org/Translations/WCAG21-nl/>

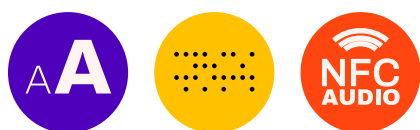
Wil je een document uploaden op je website of je Facebookpagina? Dan gebruik je best een **Word- of PDF-formaat**. Een scan of flyer in JPG-formaat werkt niet, omdat spraaksoftware geen afbeeldingen kan voorlezen.

Een contactformulier invullen is niet altijd even gemakkelijk. Idealiter staan dus ergens op een duidelijke plek een **telefoonnummer en e-mailadres**. Het is verder heel belangrijk dat alle info op één plaats te vinden is. **Bundel alle informatie** over toegankelijkheid op één webpagina en verwijst ernaar op je startpagina.

4.1.2. (Specifieke) geschreven media

De meeste **tijdschriften** die specifiek voor blinde en slechtziende lezers zijn, verschijnen maar om de twee of drie maanden. Het is dus belangrijk om de informatie ruim op voorhand door te geven.

Maak je zelf reclame met **flyers**, verlies dan niet uit het oog dat slechtziende personen deze flyers meestal alleen kunnen lezen als aan enkele basisvoorwaarden is voldaan: groot en schreefloos lettertype, voldoende contrast tussen tekst en achtergrond en mat papier zonder weerkaatsing. Voorzie jouw drukwerk van een **QR-code of NFC-tag** met een rechtstreekse verwijzing naar een website, zodat de spraaksoftware de info kan voorlezen.



4.1.3. Audiovisuele media (televisie, video's en beeldfragmenten)

Maak je een **aftermovie** van een overwinning van jouw club of een rondleiding van jouw faciliteiten? Beelden in filmpjes of video's worden idealiter omgezet in woorden. Dit kan met **audiodescriptie**: een stem vertelt wat er te zien is op het scherm, in de stiltes tussen de relevante geluiden en het gesproken gedeelte. Als een **vertelstem** met veel enthousiasme jouw toffe promofilmje beschrijft, zullen blinde en slechtziende kijkers de boodschap ook meekrijgen. Er bestaan een heleboel professionele bureaus en freelancers die getraind zijn om beelden te vertalen naar heldere, uitnodigende woorden. **Geen budget? Geen zorgen**: een laagdrempelige oplossing is zelf de video beschrijven en de tekst onder het filmpje kopiëren.

4.1.4. Persoonlijk

De beste reclame is nog altijd **mond-tot-mondreclame**. Niet alleen individuele blinde en slechtziende sporters vertellen hun ervaringen voort, ook [belangenverenigingen](#) kunnen je initiatief kenbaar maken via hun kanalen. Laat weten dat je vereniging inspanningen levert en dat je je infrastructuur toegankelijk wil maken voor blinde en slechtziende sporters. Zo kan je je aanbod registreren op de **website van G-Sport**, waardoor mensen die op zoek zijn naar een sport meteen beschikken over alle informatie. Als je al **blinde of slechtziende** leden hebt, kan je die ook altijd eens **in de kijker** zetten. Zo ontstaat er misschien wel een sneeuwboleffect en zien anderen dat er plaats is in jouw club voor diversiteit.

4.1.5. Expo's of beurzen

Veel sportverenigingen maken ook reclame over hun club met een standplaats op een beurs of een ander evenement. Aangezien de kans bestaat dat potentiële leden je stand zomaar voorbijlopen, kan het nuttig zijn om blinde of slechtziende passanten zelf aan te spreken en te informeren.

4.2. Bereikbaarheid van de locatie

De meeste respondenten van de bevraging gaven aan dat ze graag actiever willen zijn. Toch tonen verschillende studies dat **verplaatsing en openbaar vervoer de grootste belemmering** vormen. Veel sportinfrastructuur bevindt zich aan de rand van een stad of gemeente, omdat daar meer ruimte is voor een groot gebouw, een complex of een parking.

Toch is het veel moeilijker om die afgelegen plekken te bereiken met het openbaar vervoer. Zo zijn er minder haltes, **minder frequente** dienstverlening of een **onveilige** weg tussen de halte en de infrastructuur. Een extra uitdaging is wanneer de sportles **laat op de avond** plaatsvindt en de laatste bus misschien al gereden heeft.

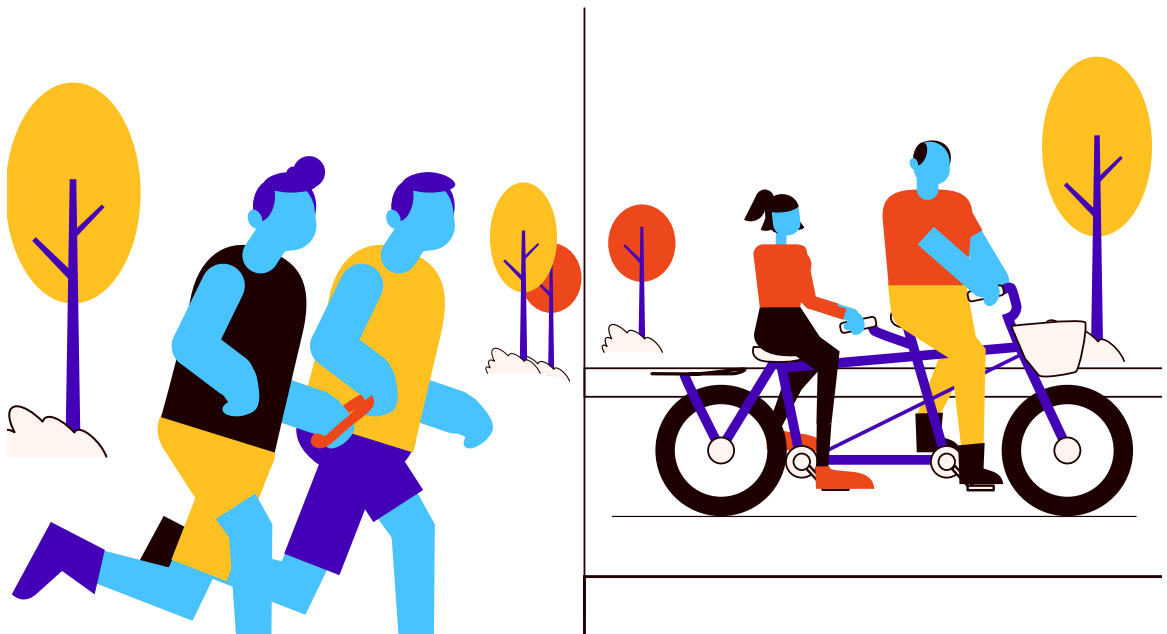
Hieronder vind je **een aantal tips** over hoe je mensen kan informeren over de bereikbaarheid van jouw centrum of hoe je die toegankelijker kan maken:

- Verleen geactualiseerde en toegankelijke **informatie** over de beschikbare trein-, tram- en buslijnen, de aankomst- en vertrektijden, de dichtste halte, enzovoort.
- Als er geen goeie dienstregeling is, kan het misschien lonen om eens aan de mouw te trekken van het stadsbestuur.
- Bij gebrek aan openbaar vervoer is het nuttig om eventuele **alternatieven**, zoals taxibedrijven, te vermelden op de website.
- Daarnaast is een **duidelijke, gedetailleerde wegbeschrijving** op de website heel handig. De wegbeschrijving, uiteraard ook nuttig voor de andere bezoekers, biedt de mogelijkheid de weg vooraf te memoriseren. Vermeld onder meer de straatnamen, de hoeveelste straat ze links of rechts moeten nemen en wijs de bezoeker op eventuele herkenbare details (bijvoorbeeld: “sla de tweede straat links in naar de steil opklimmende Molenweg”).

‘BEST PRACTICE’

Op de website van het recreatiedomein **Netepark (Herentals)** staat een gedetailleerde wegbeschrijving en de GPS-coördinaten van de verschillende delen van het domein.

- Geef in de wegbeschrijving ook duidelijk aan **waar de ingang is** gelegen: ligt die aan de voorkant van het gebouw, of eerder aan de zijkant? Loopt er een pad naartoe?
- Beschrijf best ook waar het **onthaal** zich ten opzichte van de ingang bevindt.
- Als je een blinde of slechtziende persoon verwacht, kan je altijd vragen of er een **gemakkelijker afspreekpunt** is, bijvoorbeeld dicht bij de bushalte of de inrit van de parking. Voor veel blinden en slechtziende mensen kan het gevaarlijk of moeilijk zijn om over een parking te stappen, omdat er geen lijnen of voetpaden zijn die ze kunnen volgen.
- Sommige verenigingen werken met een **buddy-systeem**. Dat houdt in dat een collega-sporter of vrijwilliger afspraken maakt met de blinde of slechtziende persoon over vervoer en een **carpooling** organiseert van thuis of van aan de dichtstbijzijnde halte.



4.3. Betreedbaarheid van de locatie

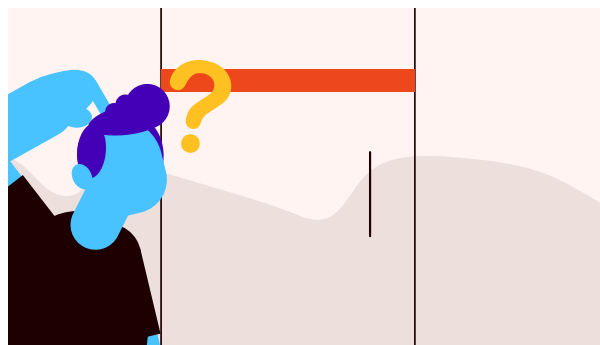
Zoals we eerder al vermeldden, kan een blinde of slechtziende sporter na een **oriënterende rondleiding** zelf de weg leren vinden in de infrastructuur.

‘BEST PRACTICE’

In de fitnesszaal **Dr Fitness (Oudsbergen)** kan iedereen een afspraak maken voor een rondleiding door de fitnessruimte en de faciliteiten. De lockers kan je bovendien sluiten met een hangslot.

Een aantal tips om jouw sportinfrastructuur betreedbaarder te maken zijn:

- De naam van de zaak staat met grote, schreefloze letters aan de buitenkant van het gebouw of ruimte.
- Een overzichtelijke en logische indeling van ruimtes.
- Er zijn geen **obstakels** ter hoogte van de voeten, het hoofd en naast het lichaam in de ruimte waar men zich verplaatst. Aanwezige obstakels zijn in een contrastrijke kleur aangeduid.
- **Niveaueverschillen** zijn idealiter voorzien van een visuele **contrastmarkering**. Trappen hebben best gesloten treden en een ononderbroken **leuning**.
- Meubels of toestellen zijn duidelijk te onderscheiden van de rest van het interieur.
- Glazen toegangsdeuren hebben een duidelijke contrastmarkering op ooghoogte.
- Binnenruimtes zijn **goed verlicht**. Natuurlijk daglicht heeft de voorkeur. Op plaatsen waar dit niet mogelijk is, is er indirect en diffuus kunstmatig licht. Er is bijzondere aandacht voor voldoende verlichting bij trappen, drempels en nauwe doorgangen.
- **Blindengeleidehonden** zijn welkom en kunnen in elke ruimte hun functie als mobiliteitshulpmiddel vervullen.
- Het personeel weet hoe om te gaan met een blindengeleidehond en waar de hond kan uitgelaten worden.



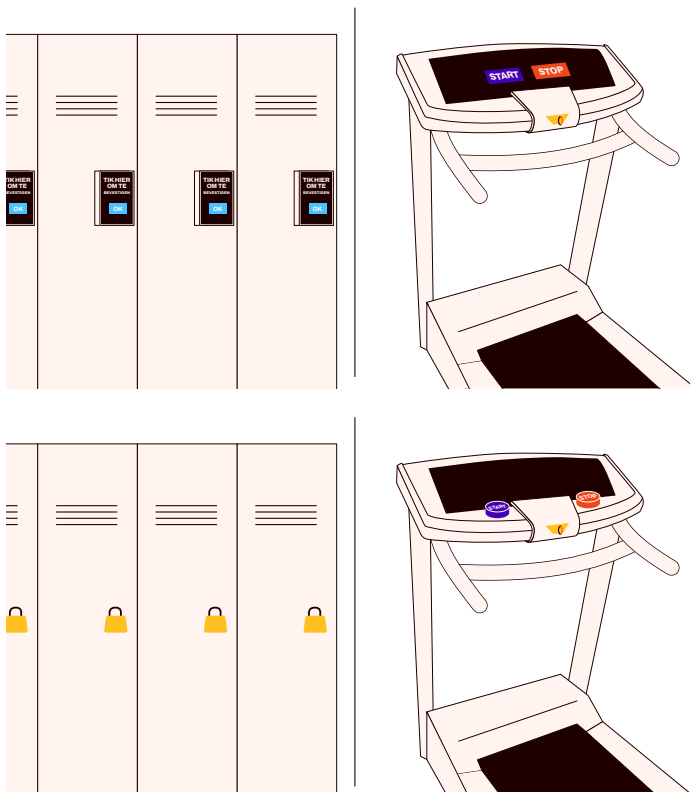
‘BEST PRACTICE’

In het **sportcentrum van Sport Vlaanderen Brasschaat** lopen er gidslijnen van de ingang naar het onthaal en naar de verschillende gangen. Daar neemt de muur het over als natuurlijke gidslijn. De deurstijlen contrasteren bovendien met de witte muren.

4.4. Bruikbaarheid

Als een blinde of slechtziende van jouw sportcentrum wil genieten, dan is het belangrijk dat alle faciliteiten toegankelijk zijn. Als je jouw club toegankelijker wil maken voor blinde en slechtziende mensen, dan kan je de volgende thema's overwegen:

- **Lockers** – Tegenwoordig moet je vaak op een centrale plek met touchscreen je locker ontgrendelen, maar dat systeem is moeilijk te gebruiken. Het is best als de lockers hun eigen sleutel hebben. Plaats voelbare tekst of de nummers in braille op de lockers. Zo kunnen mensen hun locker terugvinden.
- Zorg voor **fitnesstoestellen** met voelbare knoppen in plaats van touchscreen.
- Als de **toegangspoortjes** opengaan met een **kaart**, overweeg dan om een kaart te ontwerpen met een inkeping of een hoekje af, zodat iedereen weet in welke richting de kaart in de machine gaat.



4.5. Betaalbaarheid en reservatie

Werkt de club met een **online reservatiesysteem**, dan is het nodig dat het systeem een beetje **geduld** heeft. Het gebeurt dat er niet genoeg tijd is om een tijdslot via de website te reserveren, omdat de timer aftelt. De extra controle 'Ik ben geen robot' is bovendien geen toegankelijk systeem, omdat je foto's moet aanvinken. Wist je dat zo'n **CAPTCHA-controle** inmiddels ook kan met Nederlandstalige audiofragmenten?

Als er een **korting** is voor houders van de **European Disability Card**, vergeet dit dan zeker niet te vermelden op je website. Als iemand ook een korting kan genieten met een UiT-pas of een andere lokale pas, verspreid dan ook zeker deze informatie. Verder is het belangrijk dat het baliepersoneel hier verder uitleg over kan geven bij eventuele vragen van de bezoekers. Wat in elk geval te vermijden valt, is dat de eventuele extra kosten voor toegankelijke materialen worden doorgerekend aan de gebruiker.

'BEST PRACTICE'

In zwembad **Lago Rozebroeken (Gent)** krijgen houders van de European Disability Card korting en mogen ze gratis een begeleider meenemen.

4.6. Beleving

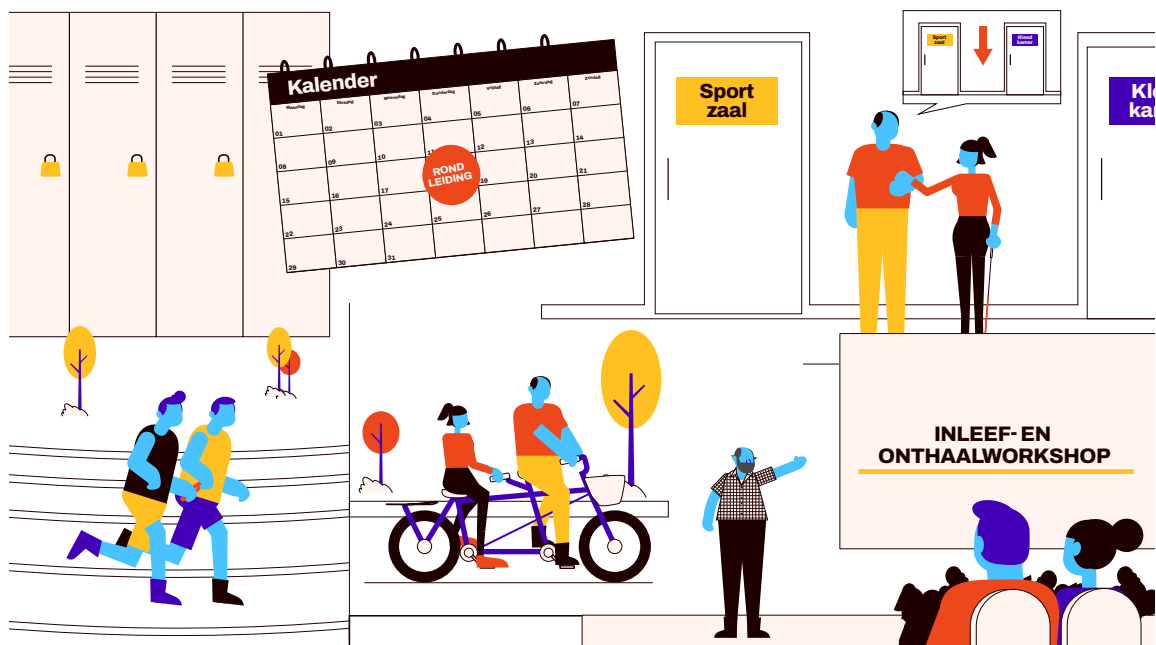
Met onderstaande tips til je de sportbeleving voor blinden en slechtzienden naar een hoger niveau:

- Als je over een cafeteria beschikt, neem dan zeker ook eens onze [Eye Key voor Toegankelijke Horeca](#) door!
- Het **personeel** weet hoe ze blinde of slechtziende mensen verwelkomen. Dat kan door de tips in deze Eye Key toe te passen, maar ook door een **inleef- en oefenworkshop** te volgen. Hoe het eraan toe gaat op zo'n workshop zie je [hier](#). Verder organiseert G-sport ook opleidingen specifiek over sport ¹.
- Behalve de oriënterende rondleiding door de infrastructuur, willen sporters **materiaal en toestellen** het liefst zelfstandig bedienen. Een grondige uitleg van bijvoorbeeld de fitnessapparaten is een meerwaarde.

¹ <https://www.gsportvlaanderen.be/overzicht-opleidingen>



- Als een blinde of slechtzienende persoon op zoek is naar een sportpartner, kan jij als trainer of vereniging gerust je netwerk aanboren. Wie weet vind jij wel de ideale **buddy**?
- **Sociale contacten** zijn een belangrijk facet van sportbeleving. Af en toe iets gaan drinken in de cafetaria, sportende individuen samenbrengen in dezelfde ruimte of de sporter betrekken bij het verenigingsleven: allemaal zaken die de sociale batterij opladen.
- In een sportvereniging zijn er natuurlijk niet alleen sporters. Een blinde of slechtzienende persoon wil soms evengoed aan de slag als **trainer, vrijwilliger of bestuurslid**.



Ten slotte

Wil je je nog verder verdiepen in de materie? Of zoek je informatie over leveranciers voor bepaalde diensten? Aarzel dan niet om contact op te nemen met Symfoon via info@symfoon.be of 0487 51 88 64.

Bronvermelding

- **De kracht van aangepast sporten: mensen met een visuele (Beperking Alles over Sport.nl)** - 23 augustus 2016
<https://www.allesoversport.nl/thema/meedoen-door-sport-en-bewegen/de-kracht-van-aangepast-sporten-mensen-met-een-visuele-beperking/>
- **Dance Tools (DanceOrientationEU)**
<https://www.danceorientation.eu/PUB24011.html>
- **Blinde en slechtziende (G-Sport Vlaanderen)** - 2024
<https://www.gsportvlaanderen.be/vi>
- **Mobiliteit en G-sport (Imob U Hasselt)** - 30 juni 2019
https://www.gsportvlaanderen.be/uploads/documents/2019_IMOB-UHasselt_Eindrapport-IMOB-Vervolgonderzoek-mobiliteit-G-sport-vzw.pdf
- **Shooting (International Blind Sports Federation)**
<https://ibsasport.org/growing-blind-sports/helping-other-sports-grow/shooting/>
- **Aangepast judo (Judobond Nederland)**
<https://www.jbn.nl/judo/aangepast-judo/>
- **Tips en tricks naar een toegankelijk vereniging (Kom Af)** - 2024
<https://komaf.be/nl/themas/artikel/10-tips-naar-een-toegankelijke-vereniging>
- **Handboek wet en regelgeving (NOC*NSF)** - 2024
<https://nocnsf.nl/handboek-wet-en-regelgeving/24-fysieke-toegankelijkheid-sportvereniging>
- **Tools voor ontwerpers (Sport Vlaanderen)** - 2024
<https://www.sport.vlaanderen/wij-helpen-bij-sportinfrastructuur/toegankelijke-sportinfrastructuur/tools-voor-ontwerpers/>

- **Hoe kunnen blinden en slechtzienden boogschieten? (Straffe Boog)**
<https://www.straffeboog.be/6-hoe-kunnen-blinden-en-slechtzienden-boog-schieten>
- **Sporten als je blind bent, zo doe je dat (Unieke sport)** - 26 maart 2019
<https://www.unieksporten.nl/actueel/nieuws/10672/sporten-als-je-blind-bent-zo-doe-je-dat>
- **Tipkaart Blinde Zwemmers (Visio)** – 1 juni 2023
<https://kennisportaal.visio.org/sporten>
- **Eén op drie mensen met beperking sporten niet het afgelopen jaar (VRT)** - 9 december 2024
<https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2024/12/09/een-op-drie-mensen-met-beperking-sportte-niet-het-afgelopen-jaar/>

Eye Keys

In de reeks Eye Keys verschenen al de thema's:

- [Toeristische Bezienswaardigheden](#)
- [Stemproces en publieke ruimtes](#)
- [Horeca](#)
- [Evenementen](#)
- [Sportbeleving](#)

Colofon

'Eye key: Sportbeleving' is een uitgave van:

Symfoon - Vlaams blinden- en slechthziendenplatform vzw

Rerum-Novarumplein 25

9000 Gent

Tel: + 32 487 51 88 64

info@symfoon.be

www.symfoon.be

BE 0417.430.590

RPR Gent

Coördinatie

Francis Bossaert

Eindredactie

Hanne Craye

Inhoud

Joanna Ruba, Francis Bossaert, Hanne Craye en Leticia Larangé

Bestuursorgaan

Geert Van Brempt, Dirk Opsteyn en Manuel Delaere

Met dank aan alle andere mensen die rechtstreeks of onrechtstreeks meewerkten aan deze Eye Key.

Onze uitdrukkelijke dank gaat uit naar alle mensen die hun ervaringen met ons deelden in de bevraging en in de werkgroep (Jan Gosselin, Michel Van Wambeke, Peter Brepoels en Rob Eijssen).

Vormgeving

Graviteit

Video

Wellplayed

Podcast

Wajoo

Verantwoordelijke uitgever: Geert Van Brempt

© 2025 – eerste druk.

D/2024/15844/05

ALLE RECHTEN VOORBEHOUDEN. BEHOUDENS DE UITDRUKKELIJK BIJ WET BEPAALDE UITZONDERINGEN MAG NIETS UIT DEZE UITGAVE WORDEN VERVEELVOUDIGD, OPGESLAGEN IN EEN GEAUTOMATISEERD GEGEVENSBESTAND OF OPENBAAR GEMAAKT, OP WELK WIJZE OOK, ZONDER DE VOORAFGAANDE EN SCHRIFTELIJKE TOESTEMMING VAN DE UITGEVER.

EYE KEY GEREALISEERD MET DE STEUN VAN HET JEANNE EN PIERRE BEECKMAN FONDS, BEHEERD DOOR DE KONING BOUDEWIJNSTICHTING.



