

Nederweert Beweegt!

2009-2012

Uitvoeringsnota
Beweeg- en Sportbeleid voor
50-plussers

Samenleving en Ruimte
januari 2009

Inhoudsopgave

Inleiding	3
1. Beweeg- en sportbeleid voor 50-plussers	4
1.1 Sportnota Nederweert	4
1.2 Nederweert Beweegt!.....	4
1.3 Doelstellingen beweeg- en sportbeleid voor 50-plussers.....	5
2. Sportstimulering	6
2.1 Inleiding	6
2.2 Visie	6
2.3 Kaders en ambities.....	6
3. Sportaanbod	9
3.1 Inleiding	9
3.2 Visie	9
3.3 Kaders en ambities.....	9
4. Netwerk sport en bewegen	12
4.1 Inleiding	12
4.2 Visie	12
4.3 Kaders en ambities.....	12
5. Subsidies	13
5.1 Inleiding	13
5.2 Visie	13
5.3 Kaders en ambities.....	13
6. Uitvoeringsplan	14
6.1 Sportstimulering.....	14
6.2 Beweeg- en Sportaanbod	166
6.3 Sportnetwerk	177
7. Evaluatie	18
Bijlage 1 Overig beleid.....	1919
Bijlage 2 Toelichting uitvoeringsplan	200
Bijlage 3 Toelichtingen begrippen/afkortingen	244
Bijlage 4 Relevante onderzoeksresultaten Nederweert Beweegt! 2007	255

Inleiding

De vraag naar beweeg- en sportaanbod onder 50-plussers verruimt en verandert. De vraag verruimt doordat het aantal 50-plussers snel toeneemt en het verandert omdat de vergrijzing 'verjongt'. Tegelijkertijd zijn 50-plussers steeds meer geneigd om minder te gaan bewegen. Hoewel de noodzaak voor 50-plussers om in beweging te blijven alleen maar toeneemt op hogere leeftijd. Verantwoord bewegen heeft een positieve invloed op de zelfstandigheid van 50-plussers, vergroot de kwaliteit van leven, verbetert de fysieke gesteldheid en verlaagt de kans op sterfte. Daarom is het voor de gemeente Nederweert van belang een beweeg- en sportbeleid voor senioren te hanteren.

Nederland vergrijst. De prognose is dat in Nederland in 2010 5,8 miljoen 50-plussers zijn; dit is dan 35% van de totale Nederlandse bevolking. Limburg vergrijst sterker dan de rest van Nederland. Het is zelfs de sterkst vergrijzde regio in Europa. Nu zijn er 416.437 50-plussers, dat is 36,5% van de totale Limburgse bevolking (het Nederlandse cijfer bedraagt nu 32,5%). Ook in de gemeente Nederweert gaat er een flinke vergrijzing plaatsvinden. Bestaat in 2007 de totale bevolking van Nederweert voor 36% uit 50-plussers, is dit in 2015 toegenomen tot 44%.

Inspeland op bovenstaande feiten en op de kadernota *'Een leven lang sporten en bewegen'* die gemeente Nederweert heeft geformuleerd is het noodzakelijk om voor de doelgroep 50-plus voorwaarden te scheppen waarin zij verantwoord kunnen bewegen. Een uitvoeringsnota Nederweert Beweegt! is hiervoor de basis. De uitvoeringsnota wordt als het ware aan de kadernota *'Een leven lang sporten en bewegen'* opgehangen. Door de uitvoeringsnota actief in te zetten als middel wordt er op een daadkrachtige manier bijgedragen aan het bevorderen van het beweeggedrag van 50-plussers.

In deze uitvoeringsnota zal worden ingegaan op het huidige (beweeg- en sport)beleid dat aansluit op het te formuleren beweeg- en sportbeleid voor 50-plussers. Vervolgens zal een koppeling worden gemaakt naar het thema Sportstimulering, waarin concrete acties worden benoemd die als doel hebben 50-plussers te stimuleren meer te bewegen/sporten. Sportstimulering is niet mogelijk zonder beschikbaar sportaanbod. Vandaar dat er ook aandacht uitgaat naar het sportaanbod in de gemeente. Kadernota en ambities worden hierover uitgesproken en acties worden benoemd.

Vanuit Sportaanbod wordt er verder ingegaan op het thema Sportnetwerk, dat van toegevoegde waarde is om het thema Sportstimulering te laten slagen. Ook beleid met betrekking tot subsidies en tarieven is van belang om het thema Sportstimulering kracht bij te zetten. Dit wordt dan ook meegenomen in deze uitvoeringsnota.

Om te kunnen beoordelen of het uitvoeringstraject een positieve invloed heeft gehad op het beweeg- en sportgedrag van de 50-plussers in de gemeente is het van belang een goede evaluatie te hanteren. In deze nota wordt ook het evaluatieproces beschreven zoals deze er voor de gemeente uit dient te zien.

In de bijlagen van deze nota is een toelichting van de gemeentelijke rollen toegevoegd, de relatie met overige beleidsterreinen op het gebied van bewegen voor 50-plussers beschreven en de belangrijkste onderzoeksresultaten van het onderzoek Nederweert Beweegt! beschreven. Allen kunnen als achtergrondinformatie dienen tijdens het lezen van deze uitvoeringsnota.

1. Beweeg- en sportbeleid voor 50-plussers

1.1 Sportnota Nederweert

De Kadernota *'Een leven lang sporten en bewegen'* van de gemeente Nederweert laat zien dat de gemeente inzet op een leven lang sporten en bewegen. De gemeente heeft als visie dat zoveel mogelijk inwoners gaan c.q. blijven sporten en bewegen en zij wil alle inwoners daartoe stimuleren. Hierbij staat de kwaliteit van de sportbeoefening voorop.

De doelstellingen die in het sportbeleid worden nagestreefd sluiten aan op bovenstaande visie. De gemeente wil zoveel mogelijk inwoners stimuleren om te gaan en blijven sporten en bewegen. De 50-plussers zijn hierbij een van de doelgroepen waarop de gemeente zich richt, waarbij de aandacht verschuift van sport & bewegen naar bewegen & sport.

Daarnaast wil de gemeente de kwaliteit van sporten en bewegen verhogen met een gericht en passend sportaanbod, vitale verenigingen en adequate sportvoorzieningen. De laatste doelstelling heeft betrekking op het inzetten van sporten en bewegen om maatschappelijke doelen te realiseren, zoals leefbaarheid, gezondheid en burgerparticipatie.

Sport en bewegen is geen doel op zich, maar wordt meer en meer ingezet bij het realiseren van maatschappelijke doelen.

1.2 Nederweert Beweegt!

Om in te spelen op de toekomstige vergrijzing van Nederweert, is de gemeente in 2007 het beweegproject Nederweert Beweegt! gestart. Nederweert Beweegt! wordt in samenwerking met het Nederlands Instituut Sport en Bewegen (NISB) en het Huis voor de Sport Limburg uitgevoerd. De basis van Nederweert Beweegt! is afkomstig uit het landelijke project Taskforce 50+.

Nederweert Beweegt! is voor de gemeente belangrijk vanwege zes redenen:

- Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB), steeds minder mensen van 50 jaar en ouder voldoen aan de NNGB
- Het aantal 50-plussers neemt toe, de wensen en behoeften van deze doelgroep veranderen
- Gezondheidswinst, ook op latere leeftijd zorgt voldoende beweging voor gezondheidswinst
- Ontbreken van zicht op huidige beweegactiviteiten
- Ontbreken van informatie over doelgroepbenadering
- Kadernota *"Een leven lang sporten en bewegen"*, Nederweert Beweegt! speelt in op de genoemde doelgroep 50-plussers

Nederweert Beweegt! is een project waarin het stimuleren van mensen van 50 jaar en ouder om (meer) te gaan bewegen voorop staat. Om dit doel te bereiken is er een aantal subdoelen gesteld:

- Bereiken van de doelgroep
- Inventariseren van de wensen en behoeften van de doelgroep
- Passend activiteitenplan samenstellen én uitvoeren
- Structureel opnemen in beleid
- Positief imago van de gemeente stimuleren

Door het uitvoeren van een onderzoek onder een representatief deel van de 50-plussers van de totale gemeente zijn de wensen en behoeften van deze doelgroep geïnventariseerd. Ook de wijze waarop deze doelgroep het best te bereiken is, is inzichtelijk gemaakt. In het onderzoek zijn ook andere aspecten op het gebied van sport en bewegen meegenomen en getoetst. De meest relevante bevindingen worden in bijlage 3 kort weergegeven.

Naar aanleiding van het inventariserende onderzoek is er een aantal speerpunten beschreven waarop de gemeente wil inzetten:

- meer mensen moeten voldoen aan de NNGB
- er moet meer aandacht uitgaan naar mensen met een beperking
- er moet meer aandacht uitgaan naar de bekendheid van het beweeg- en sportaanbod

Het samenstellen van een passend activiteitenplan is tot op heden nog niet voltooid en wordt met deze uitvoeringsnota beoogd. Deze nota moet de aanzet geven voor de daadwerkelijke uitvoering van het activiteitenplan.

1.3 Doelstellingen beweeg- en sportbeleid voor 50-plussers

1. Nederweert wil zoveel mogelijk 50-plussers aan het bewegen en sporten krijgen en houden, en hiermee het percentage 50-plussers dat voldoet aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen verhogen van de huidige 48% naar 53%
2. Nederweert wil een beweegaanbod voor 50-plussers dat aansluit op de wensen en behoeften van de doelgroep en waarbij kwaliteit een belangrijke plaats inneemt, mensen met een beperking zijn hierbij een specifieke doelgroep
3. Nederweert wil een infrastructuur opzetten met alle partners die een bijdrage (kunnen) leveren aan het beweeg- en sportbeleid voor 50-plussers

Om deze doelstellingen te verwezenlijken geven we in de hoofdstukken 2 tot en met 5 invulling aan vier pijlers, te weten sportstimulering, sportaanbod, sportnetwerk en subsidies. Gezamenlijk vormen deze pijlers het beweeg- en sportbeleid voor 50-plussers van de gemeente Nederweert.

2. Sportstimulering

2.1 Inleiding

Bewegen en sporten is geen doel meer op zich, maar wordt meer en meer ingezet bij het realiseren van maatschappelijke doelen. Bewegen en sporten verbetert de gezondheid en leefbaarheid, het draagt bij aan het welbevinden en het is vooral leuk en plezierig om te doen. Dit geldt ook voor 50-plussers.

2.2 Visie

De gemeente Nederweert wil dat zoveel mogelijk 50-plussers sportief actief bewegen. Dit vanuit de overtuiging dat bewegen en sporten niet alleen leuk is, maar ook een bijdrage levert aan maatschappelijke doelen zoals leefbaarheid, gezondheid en burgerparticipatie. Daarnaast heeft bewegen en sporten ook een positieve invloed op de zelfredzaamheid en de kwaliteit van leven.

Het stimuleren van bewegen en sporten zal aangejaagd en geregisseerd worden door de gemeente met als belangrijke voorwaarde dat alle initiatieven uiteindelijk verankerd worden binnen de bestaande structuren. Het is belangrijk om alle 50-plussers van Nederweert te stimuleren en enthousiast te maken om te gaan bewegen en sporten, maar het is nog belangrijker dat ze blijven bewegen en sporten.

Om verankering mogelijk te maken, zoekt de gemeente ook bewust de samenwerking op met partners die direct in contact staan met 50-plussers en die er ook belang bij hebben om te investeren in sportstimulering. Hierbij richten we ons op ouderenverenigingen, dorpsraden, zorg- en gezondheidsorganisaties, werkgevers, sportverenigingen en commerciële sportaanbieders.

Om goed en gericht sportstimuleringsbeleid uit te kunnen voeren is het van belang dat het sport- en beweegaanbod aansluit op de wensen en behoeften van de 50-plussers, dat er voldoende kwalitatieve voorzieningen zijn om dit aanbod te kunnen verwezenlijken, partijen openstaan voor samenwerking en dat er een subsidiesystematiek wordt gehanteerd waardoor bewegen en sporten mogelijk is voor een voor de doelgroep betaalbare prijs. Om het sportstimuleringsbeleid goed te laten aansluiten op de levensfase waarin de doelgroep zich bevindt zullen er concrete acties worden uitgevoerd voor de groep jonge en/of vitale ouderen en de groep oude en/of beperktere ouderen.

2.3 Kaders en ambities

Om zoveel mogelijk 50-plussers in Nederweert aan het bewegen en sporten te krijgen en te houden, kiezen we voor een aanpak om deze doelgroep in staat te stellen om een leven lang te sporten en bewegen.

Om dit te realiseren gaan we bewegen en sporten een plek geven binnen de verschillende omgevingen waar onze 50-plussers zich voornamelijk bevinden. Dit doen we samen met de 50-plussers en de partners, vanuit de overtuiging dat de behoeften op het gebied van sporten en bewegen veelal bepaald worden door de levensfase waarin onze doelgroep zich bevindt. Bovendien willen we samenhang en samenwerking realiseren tussen de diverse partners, waardoor wederzijdse belangen en kwaliteiten optimaal benut zullen worden. De partners, die voortvloeien uit de leefomgevingen waarin onze 50-plussers zich voornamelijk begeven, worden gestimuleerd en aangesproken op hun verantwoordelijkheid en ondersteund bij activiteiten om een omslag in het bewegingspatroon te realiseren.

We gaan ons richten op vier leefomgevingen met bijbehorende ambities per leefomgeving. Hier zal nu verdere uitwerking van worden gegeven.

2.3.1 Zorg en gezondheid

Gezondheidsstimulering is een belangrijke legitimatie om te investeren in beweeg- en sportbeleid. Hierbij is onder andere oog voor de doelgroep ouderen. Bewegen en sporten is voor de doelgroep ouderen erg belangrijk. De gemeente wil zich dan ook actief inzetten voor beweeg- en sportstimulering onder deze doelgroep.

Voor mensen met een lichamelijke beperking is bewegen en/of sporten niet altijd vanzelfsprekend. De gemeente wil drempels voor sportbeoefening voor deze doelgroep verlagen en gerichte beweeg- en sportactiviteiten inzetten voor deze doelgroep.

Ook in het kader van de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) zijn er verschillende kansen vanuit sport en bewegen die een relatie hebben naar de leefomgeving en gezondheid. De uitvoeringsnota haakt in op prestatieveld 5: het bevorderen van de deelname aan het maatschappelijke verkeer en van het zelfstandig functioneren van mensen met een beperking of een chronisch psychisch probleem en van mensen met een psychosociaal probleem. Ook heeft de nota raakvlakken met prestatieveld 1: het bevorderen van de sociale samenhang in en leefbaarheid van dorpen, wijken en buurten, en prestatieveld 4: het ondersteunen van mantelzorgers en vrijwilligers.

Thema 1: Gezond door beweging

Ambities

- Inactieven en zorgvragende doelgroep gaan bewegen en/of sporten
- Samenwerking en samenhang tussen sportaanbieders, zorgverleners en welzijn
- Bewegen en sporten levert een bijdrage aan het lokale gezondheidsbeleid

2.3.2 Buurt

De gemeente wil inzetten op levendige buurten waar het goed leven is en waar sprake is van een hechte gemeenschap. Het beweeg- en sportaanbod voor de doelgroep 50-plussers en de positie van de (sport)verenigingen vervullen hierin een belangrijke rol.

De buurten fungeren als een belangrijke ontmoetingsplek voor 50-plussers. Door beweeg- en sportactiviteiten in de buurt te organiseren voelen mensen zich ook meer verbonden met de buurt. De gemeente wil door middel van bewegen en sporten de leefbaarheid en de sociale cohesie in de buurten versterken.

Thema 2: Buurt in Beweging

Ambities

- De dorpsraden worden betrokken bij de uitvoering van het beweeg- en sportaanbod
- Het voorkomen van sociaal isolement door de inzet van bewegen en sport
- Meer 50-plussers zetten zich in als vrijwilliger

2.3.3 Werk

Gezonde en fitte werknemers hebben een hogere productiviteit, hebben een lager ziekteverzuim en bezoeken minder vaak de huisarts. Voor werkgevers biedt het toegevoegde waarde om het thema bewegen en sport onderdeel te maken van de bedrijfsvoering.

Behalve een belangrijke vindplaats, bieden bedrijven in Nederweert ook kennis en kunde die wellicht ingezet kunnen worden voor de lokale verenigingen. Tevens zien we een ontwikkeling waarin het bedrijfsleven uit oogpunt van maatschappelijk ondernemen wil investeren in de breedtesport.

Voor de gemeente is het bedrijfsleven een mogelijke vindplaats om met name de 'jongere' ouderen tussen de 50 en 65 jaar te bereiken. Tevens kan een gezamenlijke aanpak, om te komen tot sportieve en gezonde ondernemingen, een positieve bijdrage leveren aan het vestigingsklimaat voor bedrijven in Nederweert.

De ambities die de gemeente heeft op het gebied van werk en bewegen zijn opgenomen in de Kadernota *'Een leven lang sporten en bewegen'*. In deze nota zijn actiepunten terug te vinden waar de gemeente op inzet.

2.3.4. Vrije tijd

Georganiseerd bewegen en sporten vindt vaak plaats in binnen- en/of buitenaccommodaties. Bewegen en sporten in een veilige en schone omgeving is daarom een belangrijk aandachtspunt. Handhaving van een goede hygiëne bij dergelijke accommodaties is dus van groot belang.

Ongeorganiseerd bewegen en sporten in de openbare ruimte zoals fietsen en wandelen wordt in de gemeente veel gedaan door de senioren. Stimulering van deze vormen van bewegen en sporten is mogelijk door faciliteiten te realiseren c.q. te onderhouden. Hierbij kan gedacht worden aan wandelpaden en fietsroutes, ruiterspaden etc. Deze voorzieningen hebben niet alleen een positieve invloed op het beweeggedrag van 50-plussers, maar ook op het beweeggedrag van de overige inwoners van de gemeente. Daarnaast biedt deze ontwikkeling ook kansen voor het toerismebeleid van de gemeente.

Thema 4: Sport & vrije tijd

Ambities

- De gemeente Nederweert creëert voorwaarden in de openbare ruimte om ongeorganiseerd te kunnen sporten en bewegen
- De openbare weg is veilig en toegankelijk voor 50-plussers die zich voortbewegen met behulp van hulpmiddelen
- 50-plussers nemen zelf initiatief om beweeg- en sportactiviteiten te organiseren

3. Beweeg- en Sportaanbod

3.1 Inleiding

Sportstimulering is niet mogelijk zonder beschikbaar sportaanbod in georganiseerd, ongeorganiseerd of anders georganiseerd verband. De georganiseerde sport wordt voornamelijk aangeboden door de Nederweerder sportverenigingen. Het verenigingsleven verliest landelijk echter terrein ten gunste van de ongeorganiseerde en anders georganiseerde sport.

3.2 Visie

Sportstimulering is niet alleen onmogelijk zonder sportaanbieders, sportstimulering moet er tevens toe leiden dat 50-plussers structureel gaan bewegen en sporten bij de bestaande sportaanbieders. De gemeente ziet het als haar taak om aandacht te besteden aan sportverenigingen als een belangrijke partner voor de uitvoering van het beweeg- en sportbeleid. Verenigingen moeten gefaciliteerd worden om deze rol te kunnen vervullen. Gelet op de trends en ontwikkelingen lijkt het onontkoombaar dat er wordt geïnvesteerd in vitale verenigingen die toekomstbestendig zijn.

De bestaande MBvO groepen (Meer Bewegen voor Ouderen), welke ook belangrijke uitvoerders zijn van het beweeg- en sportbeleid, zullen een andere structuur hebben dan de hedendaagse structuur. In de nieuwe structuur hebben deze groepen een minder afhankelijk karakter. Ook de werkvoorwaarden voor het kader zullen aantrekkelijker en goed geregeld zijn.

Maar de gemeente heeft ook oog voor de populariteit van sporten in commercieel verband en ziet een belangrijke rol weggelegd voor commerciële partners op het gebied van sportstimulering. Binnen het sportnetwerk is ook aandacht voor samenwerking met deze partners.

Speciale aandacht gaat uit naar zorgvragende burgers, waar onder andere mensen met een beperking onder worden verstaan.

Verder wil de gemeente ook sterk inzetten op de vrijwilligersproblematiek bij sportverenigingen en wil men de deelname aan lokaal sociale netwerken bevorderen. De toenemende vergrijzing moet verzilverd worden, ouderen beschikken vaak over veel kennis en ervaring en hebben vaak een uitgebreid netwerk.

Behalve de reguliere sportaanbieders is er ook aandacht voor het aanbod van overige partners, zoals zorgaanbieders, welzijnsorganisaties, buurtorganisaties en onderwijsinstellingen.

3.3 Kaders en ambities

De gemeente Nederweert blijft zich richten op ondersteuning van sportverenigingen omdat de georganiseerde sport vrijwilligersorganisaties zijn die een belangrijke bijdrage leveren aan het beweeg- en sportbeleid. Zonder een goed functionerend verenigingsleven is een bijdrage door beweging en sport aan diverse maatschappelijke doelen ondenkbaar. Behalve een voorwaardenscheppende rol zal de gemeente hier ook een initiatiefnemende rol vervullen.

Georganiseerd aanbod

De gemeente richt zich op verenigingsondersteuning bij verenigingen die te maken hebben met de doelgroep 50-plussers. Het ondersteunen en stimuleren van verenigingen om de actieve sporters binnen de vereniging te houden, bij het toenemen van de jaren.

Verenigingen zijn in sterke mate afhankelijk van vrijwilligers. De gemeente wil de bestaande vrijwilligers graag waarderen en ondersteunen. Daarnaast wil de gemeente initiatieven ontplooiën om nieuwe vrijwilligers te enthousiasmeren en de druk op vrijwilligers (in de sport) te verminderen. De groep 50-plussers in de gemeente kunnen een grote rol spelen bij vrijwilligerswerkzaamheden.

Anders georganiseerde aanbod

De anders georganiseerde sport bestaat voor een deel uit MBvO groepen. Deze groepen zijn een belangrijke uitvoerder van het beweeg- en sportbeleid voor 65-plussers en mensen met een beperking. Om deze functie goed te kunnen blijven vervullen is een gerichte ondersteuning noodzakelijk.

De anders georganiseerde sport wordt daarnaast vormgegeven door de commerciële sector. Deze sector krijgt binnen het sportstimuleringsbeleid eveneens aandacht. De commerciële sector kan immers een rol spelen in het aanbod van activiteiten. Daar waar de commerciële sector een bijdrage levert aan het gemeentelijk beweeg- en sportbeleid, zullen ze als partner worden ingezet.

Ten aanzien van het aanbod voor de ongeorganiseerde sporter (fietsen, wandelen) treedt de gemeente Nederweert met name voorwaardenscheppend op. Dit door op het gebied van ruimtelijke ordening en toerisme en recreatie de mogelijkheden om te sporten en bewegen in de openbare ruimte structureel in te bedden.

Georganiseerde sport

Ambities

- Het erkennen van sportverenigingen als partner van beleid
- Het gericht ondersteunen van verenigingen
- Het ontwikkelen van een passend aanbod vanuit de verenigingen dat beter invulling geeft aan de veranderende vraag vanuit de doelgroep
- Het (bij)scholen van kader op het gebied van 50-plussers
- Een breed beweeg- en sportaanbod voor chronisch zieken
- Het samen bewegen/sporten stimuleren
- Het in kaart brengen van het beweeg- en sportaanbod bij de doelgroep

Anders georganiseerde sport

Ambities

- Het samen bewegen/sporten stimuleren
- Het in kaart brengen van het beweeg- en sportaanbod bij de doelgroep
- Een breed beweeg- en sportaanbod voor mensen met een beperking
- Goede werkvoorwaarden voor kaderleden (is bedoeld voor MBvO)
- Het organiseren van recreatieve beweeg- en sportactiviteiten
- Commerciële aanbieders worden partners en uitvoerders beleid

Ongeorganiseerde sport

Ambities

- Actieve leefstijl stimuleren door het creëren van voorwaarden in de openbare ruimte om ongeorganiseerd te kunnen bewegen en sporten
- Het samen bewegen/sporten stimuleren

4. Netwerk sport en bewegen

4.1 Inleiding

De inzet van sportstimulering, sportvoorzieningen en sportaanbod moet worden afgestemd. Hiervoor is een goed functionerende sociale infrastructuur van belang. De beweeg- en sportinfrastructuur voor 50-plussers is een netwerk met taken, bevoegdheden, verantwoordelijkheden en communicatielijnen van alle organisaties die een rol hebben binnen het 'veld' bewegen en sporten voor 50-plussers.

4.2 Visie

De Nederweerder sportverenigingen en MBvO-groepen zijn belangrijke uitvoerders van het beweeg- en sportbeleid voor 50-plussers. Daarnaast zijn er binnen de infrastructuur ook andere partners actief. Partners op het gebied van onder andere gezondheid en de buurt. Door een goede samenwerking tussen de partners in het netwerk van bewegen en sporten voor 50-plussers kan worden gewerkt aan continuïteit en professionaliteit.

4.3 Kaders en ambities

De gemeente Nederweert zal blijven investeren in de netwerkgroep Nederweert Beweegt!, waarin alle partners van het beweeg- en sportbeleid voor 50-plussers zijn vertegenwoordigd. De partners bepalen zelf de mate van invulling van participatie. De gemeente vindt het belangrijk om samen met de partners invulling en uitvoering te blijven geven aan het beleid en om samenwerking en samenhang te stimuleren.

Op het gebied van communicatie zal de gemeente inzetten op communicatiemiddelen waardoor de essentie van voldoende bewegen bij de doelgroep wordt onderstreept en waarmee de bekendheid van het beweeg- en sportaanbod wordt vergroot.

Ambities

- Het blijven benutten van de netwerkgroep Nederweert Beweegt!
- Het vergroten van de bekendheid van het beweeg- en sportaanbod bij de doelgroep
- Het gebruiken van gemeentelijke communicatiemiddelen om bewegen/sporten onder de aandacht te houden van de doelgroep

5. Subsidies

5.1 Inleiding

Subsidies en tarieven vormen het sluitstuk op de voorgaande pijlers. Het zijn de instrumenten die kunnen bijdragen aan de beoogde beleidsdoelstellingen.

5.2 Visie

Subsidies en tarieven zijn geen doelen op zich, maar worden ingezet als instrumenten om de doelstellingen en de ambities van het beweeg- en sportbeleid voor 50-plussers te realiseren.

Het streven is om subsidie als een stimuleringsmiddel te hanteren en niet een vaste inkomstenbron. Door subsidies als stimuleringsmiddel in te zetten, worden de beweeg- en sportaanbieders geprikkeld om bij te dragen aan de gestelde doelen.

5.3 Kaders en ambities

Subsidies en tarieven zijn instrumenten die bijdragen aan het realiseren van de doelstellingen van het beweeg- en sportbeleid voor 50-plussers. Aanbieders, die een belangrijke bijdrage leveren aan het gemeentelijk beweeg- en sportbeleid voor 50-plussers mogen hiervoor beloond worden.

Ambities

- Het subsidie- en tarievenbeleid levert een belangrijke bijdrage aan het realiseren van de doelstellingen van het beweeg- en sportbeleid voor 50-plussers.
- Onderzoek naar goede werkvoorwaarden voor kader van MBvO

Voor een concrete uitwerking van de ambities en de daarbij horende acties verwijzen wij naar Hoofdstuk 7 van de Kadernota *'Een leven lang sporten en bewegen'*.

6. Uitvoeringsplan

In onderstaande schema's zijn gerichte uitvoeringsacties beschreven welke betrekking hebben op sportstimulering, het beweeg- en sportaanbod en de netwerkgroep. Inhoudelijke informatie over interventies, projecten en cursussen is niet opgenomen in deze schema's, maar is terug te vinden in bijlage 2.

6.1 Sportstimulering

Wat gaan we er voor doen?	Wanneer gaan we het doen?	Kosten	Rol v/d gemeente	Mogelijke partners	Financiering 2009
Voorlichting over belang van bewegen en over het beweeg- en sportaanbod	2x per jaar	€ 750	initiatiefnemer, voorwaardenschepper	1 ^e lijn, GGD, Huis voor de Sport, patiëntenorganisaties, Vorkmeer, wozoco's, ouderenverenigingen, thuiszorg	Breedte Sportimpuls
Voorlichting en cursus valpreventie voor zowel zelfstandig wonenden en bewoners van woonzorgcomplexen - cursus In Balans (voor oudere ouderen)	1x per 2 jaar	€ 2.000	initiatiefnemer, voorwaardenschepper	Vorkmeer, Huis voor de Sport, 1 ^e lijn, portaanbieders, zorgverzekeraars, thuiszorginstellingen	Post zorgvragende burgers
Realisatie SMALL traject, met speciale aandacht voor mensen met een beperking	2009 (bij succes wellicht herhaling na 4 jaar)	€ 11.000	initiatiefnemer, voorwaardenschepper	Vorkmeer, Huis voor de Sport, 1 ^e lijn, sportaanbieders	Breedte sportimpuls

Wat gaan we er voor doen?	Wanneer gaan we het doen?	Kosten	Rol v/d gemeente	Mogelijke partners	Financiering 2009
Voorlichting en cursus 'Als botten en spieren protesteren'	1x per 2 jaar	± € 1.500	initiatiefnemer, voorwaardenschepper	Vorkmeer, Huis voor de Sport, 1 ^e lijn, sportaanbieders	Post zorgvragende burgers
Jong en oud samen laten sporten - opa en oma gymnastiek	1x per jaar	€ 250,-	initiatiefnemer, voorwaardenschepper, makelaar	ouderenverenigingen, Vorkmeer, Humanitas, basisscholen	Post zorgvragende burgers
Er worden gericht programma's/acties uitgevoerd om het vrijwilligerswerk te stimuleren - Verzilver je club - MADD (Make A Difference Day)	2009-2012	€ 3.300	initiatiefnemer, voorwaardenschepper	sportverenigingen, ouderenverenigingen, Vorkmeer	Budget vrijwilligersbeleid
Ontwikkeling/onderhoud openbare beweegvoorzieningen - wandelpaden - scootmobielpaden - fietspaden (onderhoud) - PromoPark - Centrumplan	2009-2012	koppeling andere beleidsterreinen	initiatiefnemer, partner, regisseur	Vorkmeer, projectontwikkelingbureau	Regulier budget
Veilig en toegankelijk maken/houden van de openbare weg - project 'Veilig in en om de wijk' - PromoPark	2x per jaar	Reguliere middelen	initiatiefnemer	Vorkmeer, gemeentewerf	Regulier budget

6.2 Beweeg- en sportaanbod

Wat gaan we er voor doen?	Wanneer gaan we het doen?	Kosten	Rol v/d gemeente	Mogelijke partners	Financiering 2009
Sportaanbieders informeren/overtuigen over/van noodzaak beweegaanbod voor senioren - deskundigheidsbevordering van kader (4 dagdelen voor max. 20 deelnemers)	1x per 2 jaar	€ 3.200	initiatiefnemer, voorwaardenschepper, regisseur	sportaanbieders, Huis voor de Sport, NSA, Fontys Sporthogeschool, CIOS Sittard	Sportlink
Samen sporten stimuleren - promoten 'Beweegmaatje'	2009-2012	€ 1.500,- (promotiekosten)	initiatiefnemer, voorwaardenschepper, stimulator	Vorkmeer	
Huidig beweeg- en sportaanbod in beeld brengen - Nederweert Beweegt! 50+ (boekje en website Sportlink)	2009, boekje 1x per 5 jaar Website continu	Via advertenties kostendekkend	opdrachtgever	(commerciële)sportaanbieders, ouderenverenigingen, Vorkmeer, afdeling Communicatie	
<ul style="list-style-type: none"> - De bestaande MBvOgroepen worden meegenomen in een nieuwe structuur, waarin meer samenhang onderling ontstaat en de individuele groepen minder kwetsbaar zijn. - Onderzoek naar werkvoorwaarden van MBvO-kader 	Start in 2009		initiatiefnemer, voorwaardenschepper	Huis voor de sport, Vorkmeer, zorginstellingen	Regulier budget Vorkmeer

6.3 Sportnetwerk

Wat gaan we er voor doen?	Wanneer gaan we het doen?	Kosten	Rol v/d gemeente	Mogelijke partners	Financiering
Ondersteunen netwerkgroep Nederweert Beweegt!	2009-2012	n.t.b.	voorwaardenschepper, stimulator, partner	Vorkmeer, beweeg/ sportaanbieders, 1 ^e lijn, Huis voor de Sport, ouderenverenigingen, dorpsraden, buurtverenigingen	
Actieve informatieverstrekking d.m.v.: gemeente contact Nederweert website gemeente Nederweert website Sportlink	2009-2012	-	uitvoerder	afdeling Communicatie	

7. Evaluatie

De uitvoeringsnota *'Nederweert Beweegt!'* is ambitieus. Evaluatie en monitoring van de ambities en de verwachte resultaten vormen een belangrijk onderdeel van het beleid. Aan de hand daarvan kan het beleid tussentijds worden bijgesteld en informatie worden verkregen voor toekomstig beleid.

De evaluatie en monitoring zal op twee manieren gaan plaatsvinden. De eerste manier is het jaarlijks opstellen van een jaarverslag van de Kadernota *'een leven lang sporten en bewegen'* waarin de voorgenomen acties worden geëvalueerd. Belangrijk om te weten is of de voorgenomen acties zijn uitgevoerd en wat vervolgens de status van deze acties is. Eventuele afwijkingen worden toegelicht. Op deze manier worden de raad en de betrokken partners actief geïnformeerd over de voortgang van de voorgenomen acties en over de uiteindelijke effecten hiervan. Ook worden in deze voortgangsrapportages de structurele overlegsituaties geëvalueerd.

Een tweede manier om het beweeg- en sportbeleid voor 50-plussers te evalueren en monitoren is het uitzetten van het onderzoek *Nederweert Beweegt!*. Dit onderzoek is in 2007 ingezet als instrument voor een 0-meting onder de 50-plussers. Eind 2011/begin 2012 zal dit onderzoek weer worden uitgezet om als 1-meting te fungeren. De uitkomsten van dit onderzoek kunnen aanleiding geven voor eventuele aanpassingen in de uitvoeringsnota.

Bijlage 1 Overig beleid

Niet alleen de Kadernota *“Een leven lang sporten en bewegen”* onderstreept het belang van een samenleving waarin sport en bewegen een prominente plaats heeft. Ook op andere beleidsterreinen wordt het belang van sport en bewegen voor 50-plussers onderkend. Deze uitvoeringsnota is dus van belang om uitvoering te garanderen van het geformuleerde beleid.

Gezondheidsbeleid

In het Gezondheidsbeleid 2008-2011 van de gemeente Nederweert wordt het bevorderen van een gezonde leefstijl bij o.a. ouderen gezien als een speerpunt. Acties gericht op meer bewegen en het stimuleren van sport worden hiervoor als middel beoogd.

Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo)

Mensen in staat stellen zelfstandig en volwaardig deel te laten nemen aan de samenleving is kort gezegd de opdracht die de gemeente wil volbrengen. Deze opdracht wordt uitgesproken in het kader van hulp- en zorgvragende burgers. Met het toenemen van de jaren, neemt de weerbaarheid af en daardoor maken ouderen een groot deel uit van deze groep. Sport en bewegen is een middel om de participatie in de samenleving te vergroten en te stimuleren. De gemeente zegt hier ook een belangrijke rol in te willen spelen, wat terug te zien is in het minimabeleid. Ook in het plan van aanpak van het beleidsplan komt terug dat beweegactiviteiten voor 50-plussers en mensen met een beperking moeten worden geïmplementeerd om eenzaamheid en gezondheidsproblemen tegen te gaan en te voorkomen.

Vrijwilligersbeleid

Zoals in het Vrijwilligersbeleid van de gemeente wordt beschreven is een bloeiend verenigingsleven één van de pijlers voor de leefbaarheid in Nederweert. Het verenigingsleven is in belangrijke mate afhankelijk van vrijwilligerswerkzaamheden bij sportverenigingen. De grote groep 50-plussers in de gemeente kan een grote rol spelen bij deze vrijwilligerswerkzaamheden. Door het initiëren van sport en bewegen voor 50-plussers wordt deze doelgroep meer betrokken bij het verenigingsleven en ligt de invulling van vrijwilligerswerkzaamheden voor de hand.

Strategische visie: ‘Nederweert in 2020’

In de Strategische visie van de gemeente wordt gesteld dat het verenigingsleven het cement van de samenleving dient te zijn. Waarbij o.a. ouderen elementaire functies vervullen in besturen en bij de overige ondersteuning van verenigingen en het behoud van de eigen cultuur. Vrijwilligers ondersteunen verenigingen en nemen daarmee een belangrijke positie in. De gemeente heeft hierin een faciliterende rol.

Ook wordt er in de strategische visie gesproken over een breed aanbod van cultuur en sport.

Bijlage 2 Toelichting uitvoeringsplan

Interventies, projecten en cursussen

Interventie	Uitgangspunt	Doel	Doelgroep	Aantal deelnemers	Tijdsomvang	Kosten	Resultaat
In balans	Het uitgangspunt van de cursus is het gegeven dat met uitgebreide, gerichte voorlichting een valreductie van 50% kan worden bereikt.	In Balans is een voorlichtingscursus gekoppeld aan een bewegingsprogramma om valongevallen te voorkomen	Senioren vanaf 65 jaar. Naarmate de leeftijd stijgt, wordt de kans om te vallen groter en de gevolgen ernstiger.	Voorlichting: onbeperkt, minimaal 12 Cursus; minimaal 10 Training; minimaal 10	Looptijd: half jaar: - 1 voorlichtings-bijeenkomst - 3 cursus-bijeenkomsten - 10 trainings-bijeenkomsten - evaluatie	€ 2.000	Ouderen die de cursus hebben gevolgd hebben een betere balans, voelen zich zekerder en meer ontspannen.
SMALL	Omdat in kleinere gemeenten inwoners het risico lopen uitgesloten te worden van grote gezonde leefstijlcampagnes zoals het GALM project.	De lichamelijke activiteit van inactieve senioren in kleinere gemeenten in het dagelijks leven zodanig te stimuleren, dat deelnemers voldoen aan de NNGB door middel van leefstijlactiviteiten in combinatie met groepsactiviteiten	Senioren van 55-70 jaar	Maximaal 800 mensen worden benaderd fittest 25/50 Leefstijl actief programma 20/40	Looptijd; 15 maanden: - voorbereiding - benadering - fittest - beweegprogramma van 8 weken - vervolg beweegprogramma 9 maanden - afsluitende fittest - evaluatie	€ 11.000 Incl. uitvoeringskosten	Deelname van 5,9% van de doelgroep. 30% meer stappen. Ruim 85% van de deelnemers vindt de SMALL methode stimulerend en aantrekkelijk en 75% van de deelnemers is van mening dat ze meer zijn gaan bewegen.

Interventie	Uitgangspunt	Doel	Doelgroep	Aantal deelnemers	Tijdsomvang	Kosten	Resultaat
Als botten en spieren protesteren	Klachten aan spieren en botten kunnen het leven van ouderen behoorlijk beïnvloeden. Bewegen en goede voorlichting kunnen helpen deze klachten te voorkomen en te verlichten	Geeft inzicht in algemene lichamelijke verouderingsverschijnselen. De deelnemers leren wat ze zelf kunnen doen om deze klachten te voorkomen en te verlichten. De cursus is een combinatie van voorlichting over het thema en bewegings-oefeningen.	De cursus is gericht op personen van 55 jaar en ouder met (lichte) klachten aan knieën, rug of nek.	Het minimum aantal deelnemers is 10, het maximum 20. De ervaring leert dat vooral vrouwen vanaf 50 jaar deze cursus bezoeken.	Looptijd 5 maanden - voorbereiding - 3 bijeenkomsten van 2 uur - vervolg bewegings-programma of instromen in regulier aanbod Per gemeente advies op maat	± € 1.500	Leren ontspannen, zitten en staan in een goede houding blijken bij veel mensen al een enorme verbetering te geven. Daarnaast doorstromen naar bestaande beweegaanbod
Verzilver je club	Te weinig 50+ bewegen voldoende en niet in georganiseerd verband	Meer senioren binnen de georganiseerde sport, zowel als deelnemer als vrijwilliger	50-plussers	Gericht op (sport)verenigingen	Looptijd 1 jaar: - S-monitor in vereniging - 3 cursus-bijeenkomsten in 3 maanden, - implementatie - terugkomdag - evaluatie - 2° S-monitor	Cursus Seniorensport coördinator € 3.300	Toename seniorleden n vrijwilligers binnen sportvereniging
Deskundigheidsbevordering kader	Kader tekort sport en beweegleiders senioren	Deskundigheid kader vergroten t.a.v. les en leiding geven aan senioren en chronisch zieken	Trainers verenigingen, lesgevers in beweegactiviteiten	Maximaal 25	Deeltijd opleiding CIOS van 35 weken	€ 600,- per deelnemer excl. materiaal en reiskosten	Toename deskundig kader

Interventie	Uitgangspunt	Doel	Doelgroep	Aantal deelnemers	Tijdsomvang	Kosten	Resultaat
Beweegmaatje	Zin om te sporten, maar liever niet alleen? Met een beweeg of sportmaatje kom je in beweging.	Het doel van Beweegmaatje is mensen in de gelegenheid stellen een sport- of beweegmaatje te vinden.	Senioren die een maatje zoeken om te gaan bewegen	Gehele doelgroep (er zijn nu landelijk 5.000 ingelogden)	Hele jaar door	Beweegmaatje wordt gefinancierd door de overheid en is gratis! Ook mogelijkheden om het lokaal uit te zetten Indien lokale licentie € 4.000	Meer mensen bewegen en blijven bewegen omdat ze het samen bewegen
Deskundigheidsbevordering kader	Uitbreiding kennis op gebied van senioren en chronisch zieken	Deskundigheid kader vergroten tav les en leiding geven aan senioren en chronisch zieken	Trainers verenigingen, lesgevers in beweegactiviteiten	Maximaal 20	Workshops van 4 dagdelen	€ 3.200,-	Toename deskundig kader

Toelichting gemeentelijke rollen

Initiatiefnemer:

De gemeente Nederweert zet de eerste stap om een actie uit te voeren, eventueel gezamenlijk met de partners. De partners nemen het initiatief vervolgens over.

Makelaar:

De gemeente Nederweert brengt organisaties bij elkaar.

Uitvoerder:

De gemeente Nederweert voert een actie volledig uit.

Partner:

De gemeente Nederweert zet zich als partner in met kennis, kunde en netwerk.

Regisseur:

De gemeente Nederweert regisseert een actie, die wordt uitgevoerd door een of meerdere partners.

Voorwaardenschepper:

De gemeente Nederweert schept de voorwaarden door middelen en/of faciliteiten beschikbaar te stellen aan de partners.

Stimulator:

De gemeente Nederweert maakt partners enthousiast om acties uit te voeren en/of stimuleert doelgroepen om deel te nemen aan activiteiten.

Bijlage 3 Toelichtingen begrippen/afkortingen

Kwaliteit van leven:

De eigen kijk op de positie die men als individu inneemt in het leven, in relatie met persoonlijke doelen, verwachtingen, standaarden en zorgen.

MBvO

Meer Bewegen voor Ouderen

Mensen met een beperking:

Hieronder vallen mensen met een lichamelijke en/of chronische aandoening of mensen die vanwege een andere aandoening aangepast (dienen te) bewegen en/of sporten

NISB

Nederlands Instituut Sport en Bewegen

NNGB

Nederlandse Norm Gezond Bewegen

NSA

Nederlandse Sport Alliantie

Wmo

Wet maatschappelijke ondersteuning

Bijlage 4 Relevante onderzoeksresultaten Nederweert Beweegt! 2007

Toename aantal 50-plussers

Onderstaande figuur laat zien dat het aantal 50-plussers in de gemeente in 2015 in grote aantallen zal toenemen. Het sport en beweegbeleid voor 50-plussers zal hier dan ook nauwkeurig op afgestemd dienen te worden.

Aantal inwoners Nederweert	2007	% totale bevolking	2015	% totale bevolking
50-74 jaar	5032	30%	5826	37%
75+	927	6%	1437	9%
Totaal	5959	36%	7263	46%

Tabel 1 Overzicht aantal inwoners 2007-2015

Nederlandse Norm Gezond Bewegen

De Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB) stelt dat personen van 50 jaar en ouder een half uur matig intensieve lichamelijke activiteit op tenminste vijf, maar bij voorkeur op alle dagen van de week zouden moeten doen willen zij hun gezondheid op peil houden. Voor een verbetering van de gezondheid is meer beweging nodig.

Onderstaande tabel geeft een overzicht van het percentage 50-plussers in de gemeente dat voldoet aan de NNGB.

	60 min. of meer	30 tot 60 min.	15 tot 30 min.	< 15 min.
1 tot 4 dagen	14 %	14%	10%	9%
5 tot 6 dagen	17,5 %	12,5%	3%	0 %
7 dagen	13%	5%	1,2%	0 %

Tabel 2 Overzicht 50-plussers dat voldoet aan de NNGB

Uit bovenstaande tabel is af te lezen dat 48% (17,5%+13%+12,5%+5%) van de 50-plussers voldoet aan de NNGB. Het percentage 50-plussers dat wel voldoet aan de NNGB ligt lager dan het landelijke gemiddelde.

Beweegactiviteiten

In onderstaande tabel wordt een overzicht gegeven (dagelijkse) beweegactiviteiten en de mate waarin deze activiteiten worden uitgevoerd door 50-plussers.

Beweegactiviteit	(%)
Fietsen	36
Wandelen	40
Tuinieren	23
Anders	0,09

Tabel 3 Mate van beweegactiviteiten

Sportactiviteiten

Onderstaande tabel geeft een overzicht van de populairste sporten die door 50-plussers in de gemeente wordt gedaan.

Populairste sportactiviteiten
1. Fitness & zwemmen/ MBvO watergym (12,5%)
2. Dansen/volksdansen/stijldansen (10,3%)
3. Nordic walking (9,3%)
4. Tennis (6,4%)

Tabel 4 Populairste sportactiviteiten

In de leeftijdscategorie 50-74 jaar wordt relatief gezien meer aan sportactiviteiten gedaan (68%) dan in de leeftijdscategorie 75+ (49%).

Motieven om wel of niet te bewegen

De motieven voor 50-plussers om te bewegen zijn:

- Gezondheid/fitheid (25%)
- Plezier/ontspanning (25%)
- Belangrijkheid van bewegen (19%)
- Sociale contacten/vriendschap (12%)
- Advies van huisarts/fysiotherapeut (6%)

Motieven voor 50-plussers om niet te bewegen zijn:

- Lichamelijke beperking (21%)
- Tijdgebrek (16%)
- Andere redenen (13%)
- Te hoge kosten (10%)
- Onbekendheid met aanbod & onbekendheid met inhoud activiteiten (6,7%)

Behoeftte aan beweegvoorzieningen

Van de 50-plussers geeft 57,8% aan behoefte te hebben aan meer beweegvoorzieningen. Gemarkeerde fiets- en wandelroutes, een bos en een zwembad zijn voorzieningen die de 50-plussers graag terug zien. Ook wordt aangegeven dat aanpassingen aan bestaande fiets- en wandelroutes een goed initiatief zou zijn. Vooral het plaatsen van rustbankjes is een veel gehoorde opmerking.

Mate op de hoogte zijn van sport- en beweegaanbod

Een groot deel van de 50-plussers in de gemeente is slecht op de hoogte van het sport- en beweegaanbod. Onderstaande tabel geeft dit weer.

Op de hoogte van beweeg- en sportaanbod	%
Goed	16,9
Redelijk	25,5
Matig	28,8
Slecht	28,8

Tabel 5 Mate van op de hoogte zijn van sport- en beweegaanbod

De 50-plussers in de gemeente verkrijgen hun informatie over sport- en beweegactiviteiten door middel van de volgende media:

- Gemeente Contact/ weekblaadje (40%)
- Mond-tot-mond reclame (25%)
- Regionale kranten/ huis aan huis bladen (13%)
- Nergens (10%)