Taskforce Sport en Bewegen 50+

In Nederland stijgt het aantal vijftigplussers de komende jaren aanzienlijk: in 2010 is maar liefst 35 procent van de bevolking vijftig jaar of ouder. Uit onderzoek blijkt dat het sport- en beweegaanbod niet meegroeit met de vraag. En ouderen blijken slecht op de hoogte te zijn van het beweegaanbod. Daarom is er nu *Taskforce Sport en Bewegen 50+*.

Taskforce Sport en Bewegen 50+ is een landelijk initiatief dat op lokaal niveau plaatsvindt. De taskforce stemt vraag en aanbod zowel kwantitatief als kwalitatief op elkaar af en spoort vijftigplussers aan om te gaan bewegen. De taskforce informeert de doelgroep over het sportaanbod en past indien nodig het bestaande sportaanbod aan. Daarnaast brengt de taskforce meer samenhang aan tussen bestaande activiteiten.

Methode

In een lokale taskforce zitten vertegenwoordigers van de gemeente en organisaties die zich bezighouden met activiteiten voor vijftigplussers: welzijnsorganisaties, seniorenraden of ouderenbonden. De lokale taskforces werken in het traject volgens de volgende stappen:

1. Verkenning tot stuurgroep
2. Inventariserend onderzoek (nulmeting, sociale kaart)
3. Planvorming en planuitvoering
4. Evaluatie

Lokaal werkt men aan meer draagvlak voor activiteiten in het kader van sport en bewegen en meer samenhang tussen (geïsoleerde) activiteiten. Praktisch moet er lokaal een overzicht van bestaand aanbod voor senioren komen, wat zo nodig moet worden aangepast. Eventueel wordt lokaal nieuw aanbod naar wensen en behoeften van 50-plussers gecreëerd.

Effecten

Op dit moment zijn er meer dan 25 lokale taskforces. De ouderen zitten niet meer geïsoleerd thuis, maar participeren in hun wijk. Ze komen in contact met leeftijdgenoten en bouwen nieuwe sociale contacten op. De taskforce maakt ze wegwijs in het beweegaanbod van de wijk. Lekker dichtbij dus, wat voor deze doelgroep heel prettig is. Niet alleen voor de vijftigplusser, maar het is ook gunstig voor de zorgverzekeraar: gebleken is dat mensen langer zelfredzaam blijven wanneer ze aan sociale (beweeg)activiteiten deelnemen.

Quotes van deelnemers

Ouderenbond: "*Taskforce Sport en Bewegen 50+* brengt doelgroepen bij elkaar."

Vijftigplusser: "Ik ben blij met de lokale taskforce. Ik beweeg nu niet alleen regelmatig, maar ik heb ook veel nieuwe mensen leren kennen!"

Wilt u meer weten over interventie en/of met interventie aan de slag binnen het project "Bewegen: gewoon DOEN!":

- Kijk op www.nisb.nl/taskforce50+
- Neem contact op met de ouderenconsulent van de provinciale sportraad in uw provincie
- Of neem contact op met Marianne Henzen van NISB via marianne.henzen@nisb.nl