
Infosessie prioriteitenbeleid 55-plussers

14 januari 2009



1. Inleiding

- Facultatieve opdracht prioriteitenbeleid
 - Thema 2009-2012: 55-plussers
 - Budget: 283.000 euro, geen maximaal bedrag per federatie
 - Advies door
 - Beoordelingscommissie : inhoudelijke aspecten
 - Bloso: zakelijke en financiële aspecten

1. Inleiding

- Algemene subsidiëringsvoorwaarden
- Specifieke subsidiëringsvoorwaarden/beoordelingscriteria
 - Van klassiek sportaanbod naar een specifiek en duurzaam/lifetime sportaanbod voor 55-plussers
 - Duurzame sportactiviteiten, met blijvende aansluiting van 55-plussers bij clubs
 - Relatie begroting – inhoud – beoogde resultaat – aantal 55-plussers
 - Inspelen op reële behoeften binnen de SF
 - Aandacht voor gelijkheid van kansen/diversiteit en achtergestelde groepen

1. Inleiding

- Bereiken van de verschillende leeftijdsgroepen van de 55-plussers
- Actieve en doelgroepgerichte promotie en toeleiding met het oog op aansluiting van 55-plussers bij een sportclub
- Actief beleid inzake opleiding en bijscholing => meer en beter sportgekwalificeerde begeleiders
- Netwerk met seniorenportfederaties, sportdiensten, seniorenraden en ouderenorganisaties
- Vernieuwend karakter of voorbeeldfunctie

2. Wie zijn ze? Beschrijving doelgroep

”Een heterogene groep”

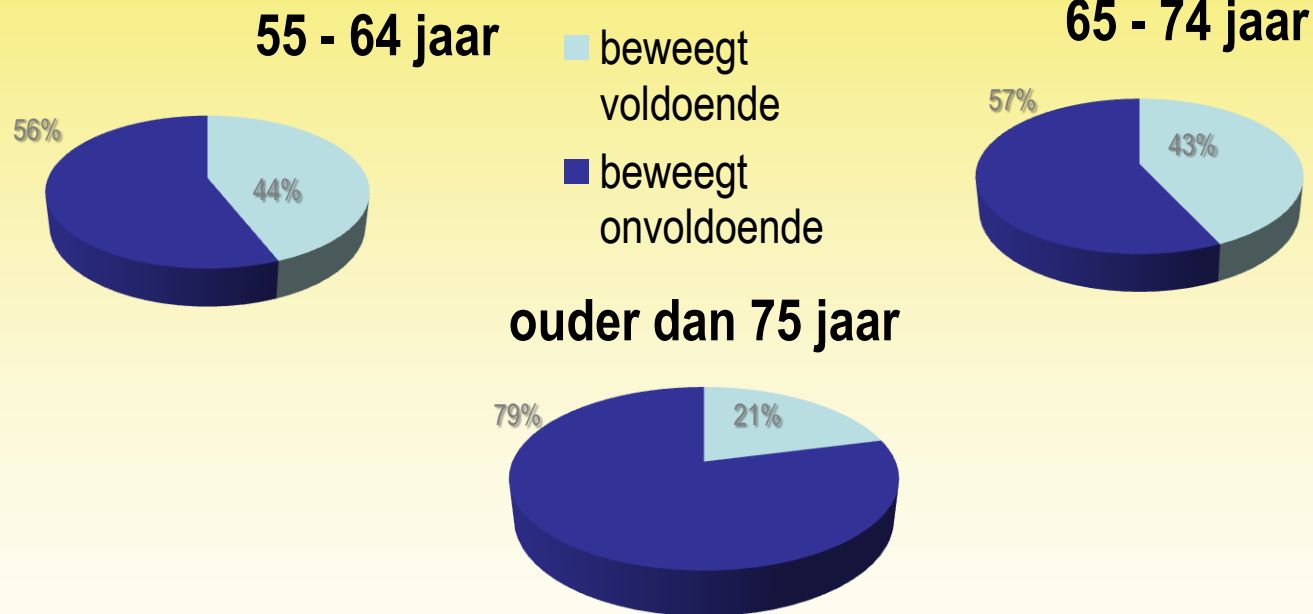
“Een steeds groter wordende groep”

- Nu: 25% > 60 jaar
- 2010: 30% > 60 jaar



2. Wie zijn ze? Beschrijving doelgroep

- Gezondheidsenquête 2001: Beweging in functie van gezondheid



- Werk aan de winkel!

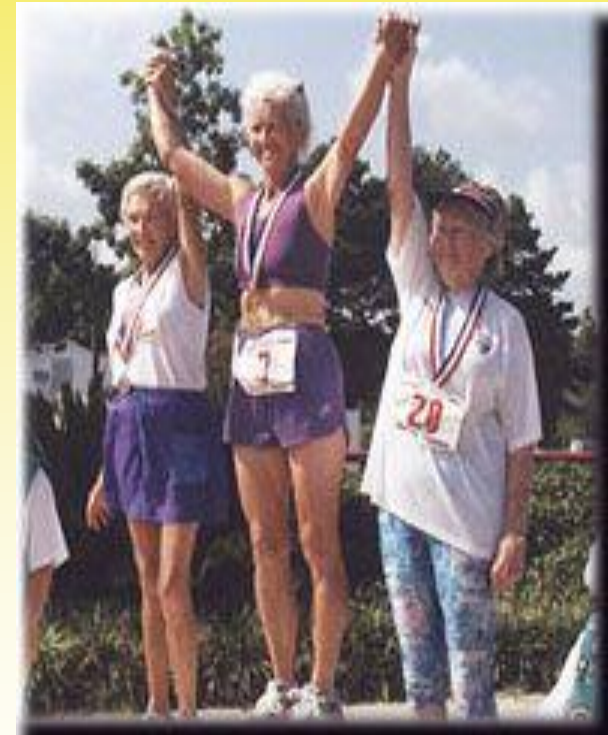
2. Wie zijn ze? Beschrijving doelgroep

- Grote verscheidenheid
 - Niet homogeen: dé senior bestaat niet
 - Verschil in fysieke activiteit (R. Schreurs)
 - Sedentaire senior
 - Normaal actieve senior
 - Bewegingsgerichte senior



2. Wie zijn ze? Beschrijving doelgroep

- Grote verscheidenheid
 - Verschil in niveau van sportbeoefening
 - Ongeoefende beginner of starter
 - Herintreder
 - Geoefende of levenslange sporter
 - Vroegere topsport
 - Risico-sporter



2. Wie zijn ze? Beschrijving doelgroep

- Grote verscheidenheid
 - Verschil in motivatie
 - Gezondheid / conditie
 - Sociaal contact
 - Plezier
 - De sport op zich



3. Wat is er al? Overzicht aanbod

- Vlaamse sportfederaties

156.326 55-plussers aangesloten bij sportfederatie

=

9% van de Vlaamse 55-plussers

- SSF's: 43.870 55-plussers
- USF's: 35.503 55-plussers (8% van totaal ledenaantal)
- RSF's: 109.120 55-plussers (32% van totaal ledenaantal)
- RSF's-SSF: 65.250 55-plussers (22% van totaal ledenaantal)
- OSV's: 11.703 55-plussers (39% van totaal ledenaantal)

3. Wat is er al? Overzicht aanbod

- Welke sporten bij sportfederaties?
 - Individuele sporten > ploegsporten
 - USF: tennis, wielrennen, schieten, gymnastiek
 - RSF: wandelen, fietsen, dansen en golf
 - OSV's: vier clusters
 - Vlaamse Liga Traditionele Sporten
 - Vereniging Internationale Volkssporten
 - Vlaamse Confederatie Hengel-, Honden en andere Dierenhobby's
 - Vlaamse Cluster Luchtsporten
- Leeftijd?
 - Bij USF's: sterke daling in aantal senioren volgens leeftijd
 - RSF's en OSV's: 55-75: daling, maar veel minder sterk



3. Wat is er al? Overzicht aanbod

- Gemeentelijke sportdiensten

- 82% heeft aanbod naar senioren
- 93% met aanbod ziet senioren als één groep
- Sporttakken:
 - Wandelen – fietsen – petanque
 - Groepen: “gericht op fitheid en gezondheid” (aerobic, fitheidsgym, ...) - volkssporten + watersport (zwemmen, aquafitness,...)



- Rusthuizen

- Kiné's: curatieve behandeling en valpreventie
- Bewegen i.f.v. gezondheid: vnl. wandelen en petanque



3. Wat is er al? Overzicht aanbod

- Sociaal-culturele verenigingen

- Specifiek naar senioren gericht

- Vb. Verbond van senioren, S-plus, OKRA, LBV



- Gedeeltelijk naar senioren gericht

- Vb. Gezinsbond, KVLV



⇒ Bieden laagdrempelige beweegactiviteiten aan:
wandelen, petanque, volkssporten, dans...



- Waardevolle partners: leg de link!

- Hun sociaal netwerk en lokale inbedding: drempelverlagend
- Bestaande communicatiekanalen en structuren



3. Wat is er al? Overzicht aanbod

- Andere initiatieven en aanbieders
 - Provinciale, regionale en gemeentelijke seniorenspordagen
 - BOEBS-project (Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie, nu VIGEZ)
 - OOK - Vlaamse Ouderenraad: juni=bewegingsmaand
 - Senior games
 - Tachtig maar krachtig
 - Start to run, start to walk, ...

=> Leg de link!

4. Hoe bereik je 55-plussers?

- Sportgeneraties → participatiepatroon

- 2 belangrijke factoren van communicatie

- Communicatiekanaal

- 55-plussers bereik je niet via de gebruikelijke sport-communicatiekanalen (website, e-mail,...), gebruik ook andere communicatiekanalen

- Inhoud

- 55-plussers bereik je beter via specifieke informatie, aangepaste formuleringen, ...



4. Hoe bereik je 55-plussers?

- Tips rond communicatie

- 55-plussers die nooit aan sport deden → zijn niet vertrouwd met het begrip “sport”, voelen zich niet aangetrokken
- Ander/specifiek woordgebruik
 - Vb. persoonlijk opbouwplan i.p.v. trainingsschema
 - Vb. bewegen i.p.v. sporten
 - Vb. begeleider i.p.v. coach / trainer
- Foto's, beelden, ... aanpassen
 - Vb. lettertype groot genoeg
 - Vb. een foto van een topsporter schrikt af, een foto van een senior spreekt aan



4. Hoe bereik je 55-plussers?

- Tips rond communicatie

- Niet enkel via internet!

- Maak ook gebruik van brochures, krantjes, socio-culturele verenigingen, andere activiteiten, ...

- FAQ's

- Zijn de activiteiten niet te zwaar voor mij?
 - Ben ik niet te oud hiervoor?
 - Is sporten niet te duur?
 - Ik ken niemand in de groep...



4. Hoe bereik je 55-plussers?

- Overzicht netwerk

- Seniorensportfederaties

- www.okrasport.be
 - www.s-sport.be

- Vlaamse Ouderenraad (OOK) www.vlaamse-ouderenraad.be

- Advies geven
 - Informeren
 - Sensibiliseren



- Lokale seniorenraden

- Niet verplicht voor steden en gemeenten
 - Meestal aanwezig (80%) en getrokken door een ambtenaar (75%)
 - Meestal onder welzijn

5. Hoe pakken we ons project aan?

- Tips rond aanpak
 - Samen met leeftijdsgenoten!
 - Overdag! (maar: ook werkende 55-plussers)
 - Probleem begeleiding? Oplossing: peer-education: voor en door. Heel wat 55-plussers hebben voldoende capaciteiten om zelf te begeleiden, mits de nodige bijscholing!



5. Hoe pakken we ons project aan?

- Tips rond aanpak

- Locatie!

- Sporthal met cafetaria
 - Toegangsweg goed toegankelijk en verlicht
 - Geen storende achtergrondgeluiden (vb. basketles in ander deel van de zaal)
 - Voldoende verwarmd? Zachte ondergrond? Voldoende licht? Voldoende ruimte?



- Sfeer!

- Beperk groepsgrootte
 - Vaste afspraken
 - Combineer de bewegingsactiviteit met een koffie, uitstap, ...



6. Wat met trainers en begeleiders?

- Soort lesinhouden: welke activiteiten?
 - Matig intensief
 - Oefenvormen algemene bewegingsvaardigheden
 - Veelzijdige bewegingsvormen



6. Wat met trainers en begeleiders?

- Soort lesinhouden: welke oefenstofkeuze?
 - Voldoende variatie
 - Voorzien van progressies
 - Ruimte voor inbreng van de deelnemers
 - Afwisseling inspanning – ontspanning
 - Gekende bewegingsvormen herhalen en aanvullen met nieuwe oefenstof



6. Wat met trainers en begeleiders?

- Vlaamse Trainersschool
 - Initiator opleiding
 - Gym voor senioren
 - Dans voor senioren
 - Wandelen
 - Aanvullende module 'Begeleiden van sportende senioren'
 - ⇒ Doelgroep: initiators alle sporttakken
 - Opleidingen met aandacht voor senioren:
 - Wegkapitein
 - Jogbegeleider



6. Wat met trainers en begeleiders?

- Aanbod vanuit de (senioren)sportfederaties
 - Bijscholingen
 - Federaties binnen het opleidingsforum senioren sport:
 - OKRA-SPORT
 - S-Sport Federatie
 - FROS
 - Sportievak
 - Vlaamse Sportfederatie

6. Wat met trainers en begeleiders?

- **Momenteel geen opleiding voor bestuursleden of organisatoren van seniorensport**
 - Voorgestelde inhoud:
 - Hoe starten?
 - Hoe de 55-plusser bereiken?
 - Met welke aspecten rekening houden?
 - Interesse?



Contactinfo

- Algemene info

- www.vlaamsesportfederatie.be

- Sophie Cools

- sophie@vlaamsesportfederatie.be

- 09 243 12 93

- Tekst “55-plussers in beweging” via ledenhoek > verslagen & docs

- www.bloso.be

- Els Vanmol

- els.vamol@bloso.be

- 02 209 45 76

- Seniorenportfederaties

- www.okrasport.be

- Ingrid Peeters

- ingrid.peeters@okrasport.be

- 02 246 44 36 of 0477 67 48 61

- www.s-sport.be

- Sandra Vandereet

- sandra.vandereet@s-sport.be

- 02 515 02 41

- Opleidingen Vlaamse Trainersschool

- Praktisch (inschrijvingen, ...)

- www.bloso.be > word trainer > aanbod

Sandra Berckmoes

sandra.berckmoes @bloso.be

02 209 47 35

- Inhoudelijk

- Nicole Bossaerts

nicole.bossaerts@bloso.be

02 209 47 72

- Mogelijke partners

- www.vlaamse-ouderenraad.be

- Adressen lokale seniorenadviesraden, dienstencentra en rusthuizen

- www.isbvzw.be

- Info sportdiensten

- www.socius.be

- Steunpunt voor sociaal-cultureel volwassenenwerk: overzicht organisaties

- www.vkv.be

- Vlaams Kinesitherapeuten Verbond

- www.vvi.be

- Verbond der Verzorgingsinstellingen

Praktische vragen in verband met eigen project?

...

