



Beweegimpuls voor kwetsbare senioren in Overijssel

Waarom

Zowel de dubbele vergrijzing als de extramuralisering in de zorg leggen extra druk op de WMO-taken van de gemeente. Om zware/zwaardere zorg zo lang mogelijk uit te stellen is het vooral voor kwetsbare senioren van groot belang dat zij (blijven) participeren in de samenleving. Een gezonde leefstijl, waaronder voldoende lichaamsbeweging, kan juist voor deze doelgroep in belangrijke mate bijdragen aan zelfredzaamheid en aan het zo lang mogelijk zelfstandig kunnen functioneren. Dat maakt het weer mogelijk om (langer) te kunnen participeren in de eigen omgeving/buurt.

NB Het aantal ouderen en dus ook het aantal kwetsbare ouderen in Overijssel neemt toe. In de eerste plaats door de dubbele vergrijzing. In 2030 zal Nederland 4,2 miljoen 65-plussers tellen. Het aandeel 65-plussers groeit daarmee naar ruim 23,7% van de totale bevolking (bron: CBS 2012). In Overijssel wijkt deze groei nauwelijks af van landelijke percentages, hoewel er per gemeente verschillen zijn (bron: Trendbureau Overijssel). De bevolkingsgroep van 70 tot 80 jaar zal in Overijssel het meeste toenemen. In Overijssel bewegen ouderen significant minder dan andere leeftijdsgroepen (bron: "Fit en Gezond in Overijssel 2012").

Wat

Het creëren/versterken van samenwerkingsverbanden en het makelen/schakelen tussen behoeften en het aanbod van activiteiten. Per buurt/wijk wordt een keuze gemaakt voor (een) specifieke doelgroep(en) kwetsbare senioren. Daarbij worden op basis van een buurt-/wijkscan gerichte keuzes gemaakt voor wat betreft in te zetten beweeginterventies en te betrekken (samenwerkings-)partners. Waar mogelijk/nodig wordt ook aandacht gegeven aan vernieuwende activiteiten en de kansen/mogelijkheden die zorginstellingen bieden.¹

Wie

Het project richt zich primair op minder mobiele en kwetsbare senioren in de buurt/wijk. Het betreft inactieve oudere senioren met één of meer chronische aandoeningen en lichamelijke beperkingen, bij wie het risico op bijv. valaccidenten groter is. Bewegen heeft ook voor minder vitale en eenzame ouderen een meerwaarde voor de kwaliteit van leven.

Het project richt zich secundair op sport- en beweegaanbieders, welzijnsorganisaties, zorg- en verpleeghuizen, werkers binnen de woonservicegebieden (welzijnswerkers, vrijwilligers en mantelzorgers) en op ondersteuning van de gemeente (c.q. 'seniorencoördinator' of Buurtsportcoach).

Werkwijze

In principe wordt gestreefd naar de inzet/aanstelling van een 'seniorencoördinator' (Buurtsportcoach) op buurt-/wijkniveau. Tot zijn/haar takenpakket zullen onder meer behoren:

- inventariseren (m.b.v. een scan) van:
 - het potentieel aan senioren behorende tot de doelgroep(en)
 - het bestaande beweeg- en sportaanbod en bestaande cursussen
 - de infrastructuur van de buurt/wijk (zoals aanwezigheid van wandelroutes, beweeg- en beleeftuinen etc.)
 - het potentieel aan belanghebbende/betrokken samenwerkingspartners
- realiseren van/uitbreiding van samenwerking(-verbanden).
- versterken, verbreden en/of vernieuwen van het beweeg- en sportaanbod. Hierbij kan ook worden gedacht aan laagdrempelige trainingen zoals Valpreventie en Weerbaarheid.

¹ Een nieuwe ontwikkeling is dat de Inspectie voor de Gezondheidszorg (IGZ) de woonzorg-instellingen en verpleeghuizen verplicht om bewegen m.i.v. 2015 als structureel onderdeel binnen de ouderenzorg vorm te geven en daarmee een buurtfunctie te gaan vervullen. Dit vraagt om extra inspanningen, gericht op sport- en beweegstimulering in de buurt.



Kosten

Een belangrijke kostenpost is de inzet van een lokale projectleider (per buurt/wijk). Overige kostenposten zijn o.a. de buurtscan, de ontwikkeling van arrangementen, informatie en voorlichting (PR), realiseren van samenwerkingsverbanden, deskundigheidsbevordering, monitoring en evaluatie, de provinciale projectcoördinatie door Sportservice Overijssel en uitrol.

Bijdrage & inzet gemeente

Afstemming gemeentelijk beleid, inzetten van (een) projectleider(s), stimuleren van samenwerking, participeren in een lokale projectgroep.

Bijdrage & inzet Sportservice Overijssel

Ondersteuning van een lokale projectgroep, begeleiding van lokale projectleider(s), uitvoeren buurtscan en verzorgen van trainingen, monitoring en evaluatie, provinciale projectcoördinatie en uitrol.

Meer informatie

Dick Bloemert

t 038 – 45 777 76

e dbloemert@sportserviceoverijssel.nl

Krijn van Houten

t 038 – 45 777 73

e kvhouten@sportserviceoverijssel.nl

