Wat als… seniorensport dé mediasport was?

Maak levenslang sporten mogelijk voor iedereen

VLAAMSE OUDERENRAAD

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

MAAK LEVENSLANG SPORTEN MOGELIJK VOOR IEDEREEN

Eva Vonck, Sport Vlaanderen
Hanne Neirynck, ISB vzw

VLAAMSE OUDERENRAAD

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

MAAK LEVENSLANG SPORTEN MOGELIJK VOOR IEDEREEN

- Dé ouderen bestaan niet
- De open sportclub en het verenigingsleven
- Het semi-formele beweeg- en sportaanbod
- Informeel: groepen en individuen bereiken

Dé ouderen bestaan niet

Grote diversiteit binnen de groep van ouderen

- Verschillende motieven, drempels, interesses en ervaringen om te bewegen en te sporten
- Verschillende contexten waarin ouderen sporten en bewegen
  - Sportclub
  - Fitness
  - Zwembad
  - In openlucht
  - Alleen of met vrienden
  - …

vlaamse ouderenraad
VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

VLAAMSE OUDERENRAAD

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Een open sportclub

- Kostprijs en betaalbaarheid (inschrijvingsgeld, kledij, kantine, …)
  - Bestaande kortingssystemen (vb. UiTPAS)
  - Mutualiteiten
  - Gedifferentieerd prijzenbeleid
  - Voordeelsysteem
  - Uitleendienst met tweedehands materialen
  - Duidelijke communicatie
  - …

VLAAMSE OUDERENRAAD

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Een open sportclub

- Een aanbod op maat
  - Gedifferentieerd aanbod (vb. wandelvoetbal, sporten overdag, …)
  - Werken met niveaugroepen i.p.v. leeftijdsgroepen
  - Samenwerken met organisaties uit de buurt (vb. ouderenvereniging, LDC, WZC, …)

Een open sportclub

- Het onthaal
  - Een goed inschrijvingsbeleid
  - Maar ook opvolging bij afhaken
- Bestuur dat huidige gewoontes in vraag stelt

VLAAMSE OUDERENRAAD
VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Verenigingsleven

- **Bewegen in de vrije tijd ruimer zien dan sportclubs**
  - Verenigingen met actief sportaanbod
  - Verenigingen die beweging uitlokken

VLAAMSE OUDERENRAAD

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Zet in op 'lichte sportinterventies'

→ Belang van een semi-formeel en informeel aanbod

- ✓ Speel in op grootste hindernissen (laagdrempelig!)
- ✓ Benut het ruime verenigingsleven
- ✓ Stem af op de 3 basisbehoeften (ABC)

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

VLAAMSE OUDERENRAAD

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Semi-formeel aanbod

1. **Commerciële sportcentra**
   - Uitbreiding bestaande aanbod
     → tijd, niveau, begeleiding, communicatie, ...

2. **Andersgeorganiseerde sport**
   - Bedrijfssport
     - Vb. Dienstenclash, fitheidstesten, afterwork bootcamps, …
   - Sportdienst
     - Vb. Brochure 50 sporten senioren
   - Sportevenementen
     - Warmathon, fietshappening, enz.

VLAAMSE OUDERENRAAD

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

VLAAMSE OUDERENRAAD

Informeel: groepen en individuen bereiken

- Zilverroutes Oostende
- Kwiek beweegroutes Kortrijk
- Start to fiertel in Ronse

VLAAMSE OUDERENRAAD

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

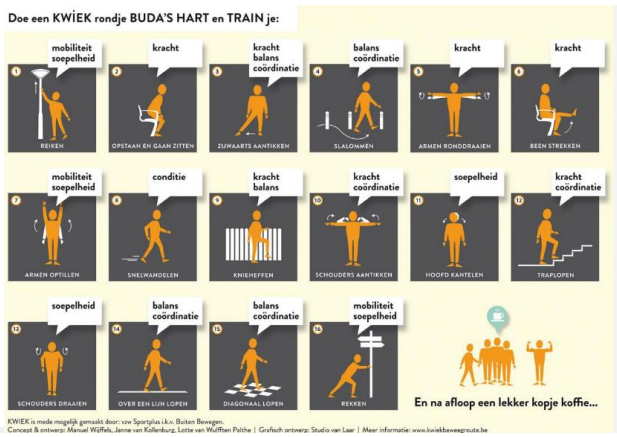
Zilverroutes Oostende

- 6 wandeltrajecten
- Tussen 1,6 en 3,4 km lang
- Max. 250 m tussen de zitbanken

VLAAMSE OUDERENRAAD

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Kwiek beweegroute Kortrijk



VLAAMSE OUDERENRAAD

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Seniorenfiertel in Ronse

- Langer genieten, Ronse gezonde stad
- Start to fiertel voor ‘actieve’ senioren
- Groepsgebeuren voor minder mobiele senioren

VLAAMSE OUDERENRAAD

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

VLAAMSE OUDERENRAAD

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN