

Projectplan: Ouderen en kinderen in beweging



Eindelijk een toestel wat jong en oud bij elkaar brengt

Johnny Versteeg

Stichting Akkerbloem

25-02-2013, versie 2

Alphen aan den Rijn

Inhoud:

Inleiding	pagina 2
➤ Het buitenland	
➤ Enkele voorbeelden	
➤ Huidige stand van zaken in Nederland	
Aanleiding en de praktijk	pagina 4
Het project	pagina 4
Doelstelling	pagina 4
Doelgroep	pagina 4
Subdoelen	pagina 5
Locatie en toestel	pagina 6
Resultaat en effect	pagina 8
Succesfactoren	pagina 8
Stakeholders	pagina 9
Projectplanning	pagina 9
Bronnen en advies	pagina 10

1) Inleiding

Veel ouderen worden steeds strammer en daarmee steeds onzekerder over wat hun lichaam nog wel en niet kan. Inactiviteit is vaak het gevolg. Samen bewegen is voor ouderen heel belangrijk. Verveling is helaas bij veel ouderen aan de orde van de dag. Dit geldt zowel voor nog thuis wonende senioren, als senioren die in woon-zorgcomplexen wonen. Samen bewegen en leuke dingen doen leidt tot nieuwe sociale netwerken.

Het Buitenland

In Nederland is de overheersende cultuur rond senioren en beweging: ‘doe zo voorzichtig mogelijk met bewegen, want wie weet valt u wel’. Cultureel gaan diverse andere landen daar heel anders mee om.

Enkele voorbeelden:

In Finland staan naast diverse verpleeghuizen- en revalidatie-instellingen complete ‘indoor speeltuinen’, die deels door kinderen uit de buurt worden gebruikt, maar deels ook door de bewoners van ernaast gelegen zorginstellingen. Bekijk de uitzending op:

<http://www.youtube.com/watch?v=ITftsmEqGw>

In China staan op vele pleinen en straten openbare beweegtoestellen, die vooral door ouderen gebruikt worden om bewegingen op te doen. In de stad Barcelona staan ruim 150 ‘beweegtuinten’ die voor senioren zijn ingericht. Zowel ouderen als kinderen maken gebruik van deze toestellen. In de VS zijn complete competities per stad en staat, van ouderen die met de Nintendo-Wii tal van spellen doen.

Huidige stand van zaken in Nederland

Ouderen en beweging, voorzichtigheid is troef. Toch is ook in Nederland een kentering aan de gang op dit onderwerp. Jongere senioren worden via tal van vaak gemeentelijke programma’s uitgedaagd om meer te bewegen: senioren zwemmen, nordic walking, speciale seniorenafdelingen van sportverenigingen. Steeds meer verpleeg- en verzorgingshuizen hebben fitnessruimtes met diverse toestellen. Deze worden nu vooral ingezet voor individuele revalidatieoefeningen onder leiding van een fysiotherapeut. Enkele tientallen verpleeg- en verzorgingshuizen maken inmiddels gebruik van de Wii, met vaak hele positieve en verrassende resultaten. Oefenen op toestellen in de openbare ruimte, voor thuiswonende senioren.

Het ouderen beweeg concept waarvan er in Barcelona al zoveel staan, heeft veel jaren van toepassingsontwikkeling doorgemaakt. Inmiddels zijn er ruim 200 verschillende beweegoefeningen ontwikkeld, die op dit toestel gedaan kunnen worden. Dit toestel is in 2006 voor het eerst ook naar Nederland gehaald. Het is geplaatst in een grote buurtspeeltuin in Rotterdam Hillesluis. Via het gemeentelijke ouderenwerk is een groep mensen geworven die de uitdaging aandurfde om op dit toestel beweegoefeningen te gaan doen. Hun leeftijd varieerde van 65 tot 86. Voorafgaand en aansluitend dronk de groep samen een bakkie koffie. TNO heeft de effecten bij deze eerste groep gemonitord. Deze waren ronduit positief.

Conclusies uit het onderzoeksrapport:

Betrokkenen vonden het heel leuk om te doen. De sociale component was wellicht nog belangrijker dan de fysieke component; de groep is hecht geworden en men eet nu zelfs af en toe samen. De deelnemers voelen zich veel zekerder. De spieren van betrokkenen zijn sterker; de deelnemer die met een rollator aan het project begon, had die na afloop niet meer nodig. De oefeningen zijn een uitstekende training valpreventie. Betrokkenen ervaren minder valangst en het balanceervermogen was meetbaar toegenomen.

Het groepsproces droeg er aan bij dat mensen niet afhaakten en mee bleven doen. Vanuit deze ervaringen en resultaten is het “Yalp beweeg Interventie voor ouderen” ontwikkeld. Dit programma bestaat uit een combinatie van een beweegtoestel, trainingsvormen, train de trainer programma's en lokale verankering. In navolging van dit eerste project staan inmiddels vele projecten in het land, waar thuiswonende senioren oefeningen doen op deze toestellen. Op het toestel zoals dat in de wijkspeeltuinen en de openbare ruimte gebruikt wordt, kunnen in totaal enkele honderden beweegoefeningen gedaan worden. Door de nu draaiende seniorgroepen en hun begeleiders worden ook nog steeds nieuwe oefeningen uitgevonden. Na langdurige oefeningen blijkt dat een deel van de senioren de oefeningen ook op andere momenten gaan doen, bijvoorbeeld samen met hun kleinkinderen. In zijn algemeenheid zijn de ervaringen van de eerste groep ook van toepassing op alle andere groepen.

2) Aanleiding en de praktijk

De buurt werd geconfronteerd met bezuinigingen op dagbesteding voor oudere mensen met niet aangeboren hersenletsel en een lichamelijke beperking. Door de bezuiniging op dagbesteding viel daardoor ook het sporten en bewegen weg. Veel oudere buurtbewoners worden steeds onzekerder over wat hun lichaam nog wel en niet kan. Inactiviteit is vaak het gevolg. Samen leuke dingen doen is voor ouderen en zeker voor oudere met een beperking erg belangrijk. Verveling is bij deze doelgroep aan de orde van de dag. We zien dit dagelijks bij de nog thuis wonende oudere in de wijk. Samen bewegen leidt tot nieuwe sociale netwerken. Bevordert de sociale cohesie in de buurt en zorgt ervoor dat iedereen bij ons in de buurt blijft meedoen. Maar vooral in beweging blijft.

** Op 13 februari kwam het bericht binnen dat de ZMOK school de Prisma graag mee zou willen doen met de beweegtuin. Prisma is een algemeen Christelijke school voor Speciaal Onderwijs (SO) en Voortgezet Speciaal Onderwijs (VSO) aan Zeer Moeilijk Lerende Kinderen (ZMLK.) Niet alleen oudere met een beperking, maar ook kinderen met een beperking zouden veel plezier aan de beweegtuin kunnen beleven. Echter daarmee veranderd het project.*

3) Het project

We zouden graag een Yalp-beweegtoestel voor ouderen en kinderen willen plaatsen, daarmee krijgt het beweegtoestel een nieuwe maatschappelijke functie en kunnen we inspelen op de behoefte van ouderen en kinderen om meer te bewegen en sociale contacten op te doen. Het onderstaande filmpje maakt gewoon meteen duidelijk wat we graag zouden willen.

[http://www.yalp.nl/127-Ouderen in Beweging.html](http://www.yalp.nl/127-Ouderen_in_Beweging.html)

4) Doelstelling

Doel van het project is het realiseren van een beweegtuin voor oudere en kinderen op het schoolpeil van ZMOK school de Prisma te Alphen aan den Rijn zodat meer oudere buurtbewoners en kinderen naar buiten komen en gaan bewegen.

4a Doelgroep

De doelgroep zijn ouderen van 65 jaar en ouder.

De doelgroep zijn kinderen met een beperking.

- Het aantal ouderen in Nederland neemt toe. Waren er in 2002 nog ongeveer 2,2 miljoen Nederlanders 65 jaar of ouder (14% van de bevolking), naar verwachting zal in 2030 ongeveer 4 miljoen Nederlanders (22% van de bevolking) ouder zijn dan 65 jaar, waarvan de helft ouder dan 75 jaar (CBS, 2003).
- Ongeveer 88 procent van de personen ouder dan 65 jaar heeft ten minste één chronische aandoening en een groot aantal ouderen ondervindt beperkingen in het functioneren of in het algemeen welbevinden (LaCroix e.a. 1993).
- Een hoge leeftijd en een lichamelijke beperking zijn de belangrijkste determinanten voor het gebruik van gezondheidszorg (Polder e.a., 1998). Per jaar verliest ongeveer 10 procent van de thuiswonende personen ouder dan 75 jaar hun zelfstandigheid.
- Dit verlies van zelfstandigheid betekent een beduidende afname in de kwaliteit van leven en vormt het meest beangstigende aspect van veroudering voor veel Nederlandse ouderen (Van Heuvelen e.a., 2000).

Het is dan ook niet verwonderlijk dat de gezondheid van de oudere bevolking steeds meer aandacht krijgt en dat de nationale doelstellingen voor de gezondheidszorg voor ouderen zich richten op het verminderen van beperkingen in de uitvoer van activiteiten van het dagelijks leven (ADL) en het verlengen van de periode met een gezonde en onafhankelijke leefstijl (Ministerie van VWS, 2006).

Het programma *“Yalp Beweeg Interventie voor Ouderen”* sluit uitstekend bij deze doelstelling aan.

Wist u dat: 200.000 oudere in Nederland slechts 1x per maand bezoek ontvangen van familie

4b Subdoelen

Bewegen is belangrijk voor de gezondheid en het welbevinden maar bewegen doe je pas als je er plezier aan beleefd. Bij het beweeg Interventie programma voor ouderen en kinderen worden de volgende doelen nagestreefd:

1. verhogen balans;
2. verminderen valincidenten;
3. vergroten zelfverzekerdheid;
4. verhogen van de mate van zelfstandigheid;
5. verlengen van de periode van zelfstandigheid;
6. vergroten sociale contacten en sociale cohesie in de buurt;
7. samen plezier maken;
8. integratie tussen verschillende leeftijdsgroepen en nationaliteiten;
9. actief ouderen en kinderen beweeg beleid;

Ouderen en kinderen komen door inactiviteit vaak in een negatieve beweegspiraal terecht. Het bewegen gaat bij ouderen en kinderen met een beperking minder makkelijk en worden daardoor onzeker, bewegen daardoor minder, worden meer en meer immobiel en raken

sociaal geïsoleerd. Door het regelmatig bewegen en plezier in het bewegen wordt deze negatieve spiraal omgedraaid. Door te oefenen gaat de motoriek weer vooruit en worden ouderen en kinderen zelfverzekerder. Hierdoor worden oudere maar ook de kinderen zelf actiever en gaan ze meer ondernemen.

We denken daarbij vooral aan kinderen in de volgende groepen:

- kinderen met een visuele beperking
- kinderen met een hoorbeperking
- kinderen met een beperkte arm-, hand- of loopfunctie
- kinderen die afhankelijk zijn van een rolstoel, fiets, driewieler, loopwagen, e.d.
- kinderen met aandachtsstoornissen en hyperactiviteit
- kinderen met een verstandelijke beperking

5) Locatie en toestel

Welke zaken komen aan de orde, met wie hebben we te maken als we een beweegtoestel in de buurt (willen) hebben? Door het plaatsen van een beweegtoestel in de openbare ruimte krijgen de speelplaatsen een nieuwe maatschappelijke functie en kunnen ze inspelen op de behoefte van ouderen om meer te bewegen en sociale contacten op te doen.

Ook zijn we in gesprek met een ZMOK school de Prisma. Het zou helemaal super zijn als zowel kinderen met een beperking als oudere hier plezier aan beleven. We zullen hierover in gesprek gaan met diverse partijen en advies inwinnen bij Yalp.

** Op 13 februari kwam het bericht binnen dat de ZMOK school de Prisma graag mee zou willen doen met de beweegtuin. Prisma is een algemeen Christelijke school voor Speciaal Onderwijs (SO) en Voortgezet Speciaal Onderwijs (VSO) aan Zeer Moeilijk Lerende Kinderen (ZMLK).*

Een kenmerk van alle leerlingen is dat ze moeite hebben met leren. Ze hebben in meerdere of mindere mate een verstandelijke beperking. Het doel is de individuele leerling zo zelfstandig mogelijk te leren leven. Dit doet de school door zich steeds af te vragen welke kennis en vaardigheden de leerling in zijn leven nodig heeft om na de schooltijd voor de levenssterreinen werken, wonen en vrijetijdsbesteding zo optimaal mogelijk voorbereid te zijn. Sporten en bewegen in de beweegtuin op school past daar prima bij.

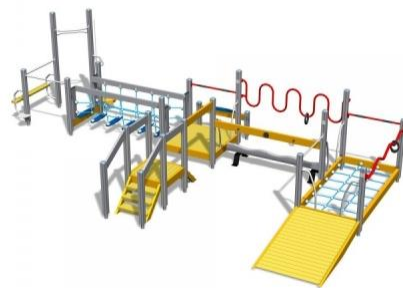
Ieder kind heeft namelijk het recht om in zijn of haar buurt veilig buiten te kunnen spelen, samen met andere kinderen. Voor kinderen met een beperking gaat buitenspelen echter niet vanzelf. Veel speeltuinen zijn nauwelijks bespeelbaar voor kinderen met een handicap. En bij de inrichting en het beheer daarvan wordt onvoldoende rekening gehouden met hen. Terwijl buitenspelen, juist voor deze kinderen, zo ontzettend belangrijk is.

ZMOK school de Prisma gaat akkoord dat de beweegtuin op het schoolplein wordt geplaatst. Zowel de buurtbewoners als school zijn hier erg content mee. Ook omdat er verlichting is en het terrein kan worden afgesloten. 5 verschillende buurtbewoners hebben een sleutel van het toegangshek. Stichting Akkerbloem heeft zelfs de sleutel van de school.

Zo brengen we wel op een hele unieke manier oudere met een beperking en kinderen met een beperking bij elkaar.

Aan welke voorwaarden moet de plaats in de openbare ruimte voldoen om de mogelijkheden van het toestel te kunnen gebruiken en volledig te benutten?

- In de wijk, bij voorkeur in een gebied waar ouderenwoningen zijn.
- Het moet goed bereikbaar en duidelijk zichtbaar zijn.
- In de buurt van een overdekte accommodatie waar klein oefenmateriaal opgeslagen kan worden (ballen, steps) en bij slecht weer een vervangende activiteit georganiseerd kan worden.
- Horeca faciliteiten in de buurt om na afloop koffie te drinken (sociale aspect).
- Het toestel kan binnen en buiten geplaatst worden
- Yalp geeft advies over de geschiktheid van de locatie, de inrichting van de plek, het type ondergrond, de toegankelijkheid, de landschappelijke inrichting, doet de project-begeleiding en kan het project turn-key opleveren.



De lesgevers

Van welke organisaties of instellingen kunnen we lesgevers verwachten?

Stichting Akkerbloem (wij), Gemeentelijke instanties, de afdeling sport, andere buurt/wijk organisaties, woon-zorg groepen, zorginstellingen in de buurt, verenigingen, zelfstandige ondernemers, commerciële sportstellingen (fitnesscentra). Als voorbeeld: Nordic walking en sportief wandelgroepen kunnen het toestel gebruiken als aanvulling en uitbreiding van de oefenstof. Woon-zorg instellingen kunnen aparte cursussen opstarten om bewoners te stimuleren om buiten actief te zijn. Yalp geeft advies over welke instanties lokaal bij de implementatie en uitvoering van het project betrokken kunnen worden.

** Op 25 februari kwam het bericht binnen dat ook Stichting MEE Zuid Holland Noord, een organisatie die mensen ondersteund met een beperking graag mee zouden willen doen met dit project. Haar dochter organisatie VTV (Vrije Tijd en Vorming) gaat een speciale vakkracht inhuren voor de sport en bewegingslessen. In 1^e instantie voor de kinderen. Opnieuw wordt het projectplan op een positieve manier weer aangepast. De vacature is inmiddels geplaatst (zie bijlage)*

Werving lesgevers

Dit kan door een persoonlijke benadering of door middel van plaatselijke pers en media. Doel: de opleiding bekend maken en wijzen op de mogelijkheden voor individuele ontwikkeling van de lesgever maar ook de mogelijkheid om lokaal samen te werk met andere (sport)instellingen en een uitbreiding van de sportief-actieve mogelijkheden voor ouderen. Dit valt binnen de verantwoordelijkheid van de opdrachtgever.

Opleiding – Train de trainer

Door leverancier Yalp en de sportacademie van Fontys Hogeschool wordt een eendaagse training verzorgd voor alle begeleiders die met het DFA toestel in de praktijk (kunnen) gaan werken. Tijdens de training zal aandacht besteed worden aan de diverse mogelijkheden die het toestel biedt, met aandacht voor de opbouw van beweegoefeningen, het zelf door ontwikkelen en het uitvoeren van diverse oefeningen.

Yalp heeft hiervoor in samenwerking Fontys Sport hogeschool een lesmodule ontwikkeld als ondersteuning voor de lesgevers die gebruik gaan maken van het Yalp beweegtoestel voor ouderen. Als onderdeel van de training wordt concreet met een groep ouderen uit de wijk op de betreffende toestellen geoefend. Deze Training is vast onderdeel van het Yalp beweeg Interventie programma voor ouderen. Met dit train de trainer concept wordt een kwalitatieve lokale verankering gewaarborgd.

Werving van ouderen

Afhankelijk van wie de cursus organiseert is er sprake van een andere doelgroep. De woonzorg instelling die een cursus start, werft op een andere manier dan wij als buurtvereniging.

Cursus

Er wordt gestart met een intake met een nulmeting. Vervolgens wordt er tien weken twee keer per week getraind. De introductiecursus wordt afgesloten met een hertest. Om de nieuwe actieve leefstijl vol te blijven houden en te voorkomen dat de mensen weer terugvallen in de oude gewoontes is het noodzakelijk hierna de mogelijkheid aan te bieden om aan een vervolgcursus mee te doen. Afhankelijk van de mogelijkheden of de persoonlijke aanpak van een lesgever kan de Yalp cursus aangevuld worden met een voedingsadvies, lezingen over een gezonde leefstijl, voorlichting over diverse aandoeningen of functioneren van het bewegingsapparaat. Yalp heeft de samenwerking gezocht met DAZ, een bureau dat gespecialiseerd is in zorginnovatie.

Vanuit dit specialisme kunnen wij, zorginstellingen, cliëntenorganisaties, beroepsorganisaties, brancheverenigingen, overheden en woningbouwverenigingen ondersteund worden bij de ontwikkeling en uitvoering van deze ‘ouderen in beweging’ projecten. DAZ helpt daarbij om strategische keuzes te maken, met oog voor de praktische uitvoering. Communicatie is hierbij ook een belangrijk aandachtspunt. DAZ helpt ons met de projectmatige aanpak.

Methode

Deelname aan het programma is voor de ouderen gratis te volgen. Iedere sessie duurt ongeveer een uur bestaande uit 5-10 minuten warming-up oefeningen, gevolgd door een 50 minuten durende kern en wordt afgesloten met 5-10 minuten cooling-down oefeningen. Het beweegprogramma is ontwikkeld door TNO Kwaliteit van Leven, Spanjersberg Sportfysiotherapie en Fontys Sporthogeschool en worden uitgevoerd op de toestellen van het Finse bedrijf Lappset. De oefeningen richten zich voornamelijk op verbetering van de balans, coördinatie en lenigheid. De warming-up en cooling-down worden groepsgewijs uitgevoerd, terwijl de kern van het beweegprogramma in trainingsparen wordt uitgevoerd.

Trainingspartners hebben om beurten een uitvoerende en een observatieve rol. De intensiteit en de complexiteit van de oefeningen wordt in overleg tussen instructeur en deelnemer aangepast op de belastbaarheid van de persoon. Gedurende de 10 weken hebben de trainers de vrijheid om naast de basisoefeningen nieuwe oefeningen met het toestel te verzinnen. Tevens worden de deelnemers aangemoedigd om variaties op de basisoefeningen te bedenken.

Voorafgaand en na afloop van de trainingssessies worden de deelnemers uitgenodigd om een kopje koffie of thee te nuttigen. Aangeraden wordt om de groepen uit maximaal twaalf deelnemers te laten bestaan. Met twaalf deelnemers blijft er overzicht en voldoende aandacht en is de doorstroom van de deelnemers voldoende.

6) Resultaat en effect

In december 2006 volgden 13 zelfstandig wonende ouderen (gemiddelde leeftijd 72 jaar) uit de deelgemeente Feijenoord Rotterdam gedurende een periode van 10 weken 2 keer per week een trainingssessie van een uur. De oefeningen richtten zich op het verbeteren van de balans, coördinatie en flexibiliteit van de deelnemers en stonden onder begeleiding van een fysiotherapeut.

De gegevens tonen aan dat het beweegprogramma goed uitvoerbaar is en dat het gebruik van de beweegtoestellen hoog wordt gewaardeerd door de deelnemers en de trainers. Daarnaast geeft het hoge percentage gevolgde oefensessies door de deelnemers (gemiddeld volgde de deelnemers 92% van de sessies) en de (stijgende) motivatie van de deelnemers aan dat een dergelijk programma goed wordt ontvangen. Dit wordt bevestigd door het initiatief van de oudere deelnemers om zelf het programma te continueren.

Tevens lieten de resultaten zien dat het programma de balans en valangst van ouderen verbetert. Het gebruik van de openbare ruimte en de ruimte rondom verzorgingstehuizen biedt een nieuwe, goedkope en eenvoudige mogelijkheid voor het aanbieden van een beweegprogramma voor ouderen. De speelplaatsen in de wijk zouden op deze manier een nieuwe maatschappelijke functie kunnen vervullen en inspelen op de behoefte van ouderen om meer te bewegen. Bij plaatsing in de nabijheid van zorgcentra werkt dit ook buurt integrerend.

7) Belang van het project / kritische succesfactoren

Specifieke succesfactoren van dit project zijn:

- Een door TNO onderzoek onderbouwde methode;
- speciaal daartoe ontwikkelde toestellen in combinatie met een door deskundigen ontwikkeld beweegprogramma en projectplan;
- werken in groepen ipv individueel;
- buiten ipv een zaaltje binnen;
- geen stigmatiserend toestel maar een toestel voor iedereen;
- spelen = plezier = succes!
- lokale verankering (ook de valkuil)
- Nivel (onafhankelijk onderzoeksbureau) heeft aangetoond dat deze beweeginterventie heeft bijgedragen om de 'niet actieven' in beweging te krijgen

8) Concurrentie/samenwerkingspartners

Wat zit er voor de Stakeholders in (whats in for them/my)

- voor oudere cliënten - direct resultaat, gevoel van eigenwaarde
- voor ZMOK school, ideaal voor kinderen met een beperking
- voor zorgverzekeraars – kostenbesparend - hart terug naar de zorg, voorkomen van inzetten van duurdere zorg.
- voor Gemeente – WMO – Sport en bewegen naar de wijk en bewoners
- voor vrijwilligersorganisaties, tijd en inzet
- voor andere organisaties, het is gemakkelijk over te nemen en te implementeren.
- voor professionele fysio/ergo een plek om naar toe te gaan en te oefenen.
- voor financierders – zij maken het verschil

- voor bedrijven, euro, vrijwilligers, NL doet, traject MVO,

Samenwerkingspartners

Participe, verpleeg en verzorgingshuizen in de buurt, Zmok school de Prisma, Scouting Willem Barendsz, kinderdagverblijf de Boterbloem, de Gemeente, WonenCentraal, team wonen Akkerbloem, diverse ondernemers, IVN, Kinderboerderij Zegersloot, jong Alphen, *MEEZHN*

9) Project planning

Fase 0: Voorbereiding

- Overleg met oudere wijkbewoners wat hun wensen zijn.
- Overleg met de Gemeente en betrokken gebiedsbeheerder uitnodigen bij aanvang van het project
- Overleg met diverse stakeholders, Sportspectrum en de WMO en ze op de hoogte brengen van het project.
- Overleg met bewoners rondom de locatie en draagvlak creëren.
- Projectplan schrijven

Fase 1: Start

- Uitnodigen van de vertegenwoordiger van Yap (producent van het toestel) en offerte laten maken op basis van wensen en de mogelijkheden.
- Contact zoeken met wethouder Michel Du Chantier en het Initiatief/project voorleggen en draagvlak creëren in de Gemeente.
- Oudere wijkbewoners kiezen zelf welk toestel ze willen en aan de hand van de offerte wordt duidelijk wat dit gaat kosten.

Fase 2: Go/or no go

- In fase 2 dient duidelijk te zijn wat de kosten zijn en dient het bestuur van Stichting Akkerbloem een Go / or no Go af te geven en tegen welke voorwaarde en condities.
- Aandacht dient er te zijn voor duurzaamheid.
- Diverse fondsen en subsidieverstrekkingen worden aangeschreven.
- Oudere wijkbewoners gaan nadenken over hoe zij een bijdrage kunnen leveren aan het project.

Fase 3: Uitvoering

- Tijdens de uitvoering en het realiseren van de beweegtuin wordt de buurt, alle andere betrokken partijen, stakeholders en fondsen op de hoogte gehouden.
- Tijdens de uitvoering is er regelmatig overleg over de voortgang met alle partijen, Gemeente en Stichting Akkerbloem en Yalp

Fase 4: Opening

- Feestelijke opening in de wijk
- Alle partijen worden uitgenodigd
- Na 1 jaar wordt er geëvalueerd.

Geraadpleegde bronnen/advies:

@ *Vitaliteit en kwetsbaarheid*

Startdocument bij de expertmeeting van Stichting RCOAK en fonds Sluyterman van Loo over de mogelijke inzet van vitale senioren voor kwetsbare ouderen.

@ *Bewegingen in de zorg voor kwetsbare ouderen*

Overzicht van experimenten in het Nationaal Programma Ouderenzorg
Werkdocument Versie 12-06-2010

@ *Evaluatierapport - DAZ*

“Ouderen in Beweging” Over de ervaringen met speel- en beweegtoestellen voor senioren bij 20 zorglocaties
Hilversum, 10 juni 2011

@ *NASB kansrijke interventies 2010*

YALP Ouderen in Beweging

@ *Eindrapport Werkgroep Flankerend beleid Buurtsportcoaches*

Ministerie van Volksgezondheid , welzijn en sport

@ *Samenvatting TNO onderzoek maart 2007*