

65-plussers, zo bereik je ze wel!

Om ervoor te zorgen dat je interventie de juiste impact heeft is het belangrijk dat je de juiste doelgroep bereikt. Het bereiken van de kwetsbare 65-plusser is niet altijd makkelijk. Afhankelijk van de beoogde doelgroep kun je verschillende wervingsstrategieën inzetten. Niet iedereen voelt zich op dezelfde manier aangesproken. Hoe stel je met succes jouw wervingsstrategie op? Hoe bereik je 'de 65-plusser? In interviews die we samen met Mulier Instituut hielden met 12 gemeenten kwamen een aantal succesfactoren naar voren. Laat je inspireren!

Succesfactoren

Ondersteuning door gemeente bij communicatie aanbod en interventies

Gemeente Emmen

Vanuit de gemeente worden alle 65-plussers aangeschreven met een uitnodiging voor een fittest.

"Het bereik en de opvolging van de fittesten is erg groot. Dat is de ingang naar de doelgroep, en het initiatief ligt dus echt bij beide: het uitnodigen van bij de gemeente en het ook echt komen bij de oudere zelf."

• **Esther Witte** - Seniorensport - Gemeente Emmen

Verbinden aanbod aan bekende organisatie of bekend persoon

Gemeente Meierijstad

In Meierijstad is de PSV foundation betrokken bij het opzetten van walking sporten.

"De naam van PSV (via de PSV-foundation) zorgt ervoor dat mensen bereikt en getrokken worden."

• **Henry van Alebeek** - Sportcoach - Gemeente Meierijstad

Inzet deelnemende 65-plussers en docenten als ambassadeur

Gemeente Alkmaar

"De sportdocenten van Sport Vitaal komen uit Alkmaar en hebben een groot netwerk.

Zij zijn goede ambassadeurs voor Sport Vitaal."

• **Mirjam van der Welle** - projectcoördinator Alkmaar Sport - gemeente Alkmaar

Goede verbinding en nauwe samenwerking met sociaal domein

Gemeente Waalwijk

In Waalwijk wordt de buurtsportcoach senioren ingezet vanuit de welzijnsorganisatie. Deze heeft korte lijntjes met het sociaal domein.

"De buurtsportcoach senioren zit elke week bij de weekstart van de sociaal werkers. Dan hoor je wat er speelt op thema's zoals armoede of eenzaamheid. Daar kan je met sport & bewegen heel goed op inhaken. Ook is er hierdoor meer grip op de kwetsbare groepen."

• **Annika Broer** - Beweegcoach senioren - Contourde Twern in Waalwijk

Praktijkvoorbeelden

Aanvullende activiteiten op de sportclub om 65-plussers aan te trekken

Gemeente Krimpen a/d IJssel

In Krimpen aan den IJssel wordt er op de tennisclub gekookt met mannen die weduwe zijn. Dat helpt niet alleen voor binding met bestaande spelende clubleden, maar kan ook nieuwe leden opleveren.

Beschikbaar overzicht van sport- en beweegaanbod in de gemeente

Gemeente Purmerend, Alkmaar, Krimpen a/d IJssel

Het volledige sport- en beweegaanbod voor senioren in Purmerend is verzameld in het boekje **SPURD** senioren sport.

Alkmaar Sport heeft haar beweegaanbod voor de 50+ doelgroep ondergebracht bij de afdeling 'Sport Vitaal'. Het aanbod is specifiek afgestemd op de wensen en behoeften van deze doelgroep. Wekelijks kan je in alle Alkmaarse wijken in meer dan 20 takken van sport bewegen. Op www.alkmaarsport.nl/sportvitaal vind je het complete sportaanbod, cursusvoorwaarden en contactmogelijkheden.

In de gemeente Krimpen a/d IJssel is er een gids met een **overzicht** van het sport- en beweegaanbod voor senioren.

Een goed voorbeeld delen?

Kenniscentrum Sport & Bewegen maakt kennis vanuit wetenschap, beleid en praktijk beschikbaar en toepasbaar voor professionals. Denk aan informatie over het belang en de effecten van sport en bewegen, wat wel en niet werkt, feiten en cijfers. Ook inspireren we graag met goede praktijkvoorbeelden. Heb jij een voorbeeld hoe in jouw gemeente succesvol 65-plussers bereikt worden?

Mail onze specialisten

Esmée Doets
esmee.doets@kenniscentrumsportenbewegen.nl

Rinske Bakker
rinske.bakker@kenniscentrumsportenbewegen.nl

Meer tips om 65-plussers te bereiken

Naast de bovenstaande ervaren succesfactoren zijn er vanuit onderzoek nog meer tips om 65-plussers te bereiken:

- Zorg dat je voldoende kennis hebt over de 65-plusser. Met kennis worden woonsituatie, geslacht, leeftijd, beperking en dagelijkse bezigheden van de einddoelgroep bedoeld.
- 65-plussers die via een zorgverlener of familie horen over een beweginginterventie zullen eerder deelnemen.
- Gebruik in je communicatie uitingen het woord "bewegen" in plaats van het woord "sport".
- Een persoonlijke benadering werkt goed om interesse te wekken voor deelname aan de interventie.
- Internet of een open dag zijn geen geschikte middelen om de 65-plusser te bereiken die niet of minder bewegen.
- 65-plussers stellen een folder met een overzicht van activiteiten op prijs.
- Benadruk in je boodschap dat bewegen leuk en gezellig is.
- Communiceer duidelijk over je interventie. Geef informatie over: doelgroep, locatie, wat de activiteit inhoudt en het niveau van de activiteit.
- Wees enthousiast en betrokken als je werft.
- Houd de kosten zo laag mogelijk en geef dit aan in je communicatie-uitingen.
- Zorg dat de afstand tot de beweegactiviteit niet te groot is.
- Zorg dat de locatie bekend is bij de 65-plusser. Dit zorgt voor een gevoel van veiligheid. Zorg ook dat de locatie toegankelijk is.
- Bij kwetsbare groepen draagt intensieve werving aan de deur bij aan een hoge respons.
- Combineer bewegen met het trainen van sociale vaardigheden, weerbaarheid of gezondheidsvaardigheden.
- Houd rekening met taal en taalvaardigheid.
- Houd rekening met culturele aspecten.

Denk bijvoorbeeld aan aparte groepen voor mannen en vrouwen of dat je als deelnemer een familielid mag meenemen.

- Stel de 65-plusser zelf en zijn of haar levensverhaal centraal.
- Draag altijd je werkkleding, zodat je zichtbaar en herkenbaar bent voor de 65-plusser.
- Wanneer je 65-plussers ziet en spreekt laat ze dan een contactformulier invullen zodat je ze kunt benaderen.
- Gebruik beeldmateriaal waar mensen zich mee kunnen identificeren.

Bronnen

- Succesvolle strategieën om de impact van beweginginterventies ter preventie van cognitieve achteruitgang te vergroten | Mulier Instituut en Kenniscentrum Sport en Bewegen
- Preventieve activiteiten voor ouderen die onvoldoende bereikt worden: wat zijn kansrijke elementen? (2018) | RIVM
- Ouderen bereiken voor sociale en beweegactiviteiten | Nivel
- Succesvol bereiken van senioren, lessen uit Amersfoort | Alles over Sport