

COLLEGEVOORSTEL

Onderwerp

Uitnodiging fittest 2018 aan de inwoners van 65 tot en met 70 jaar van Krimpen aan den IJssel.

Te besluiten om

1. Alle inwoners van 65 tot en met 70 jaar op naam en adres uit te nodigen voor een gratis fittest via bijgaande brief.

Inleiding

In de Sportagenda 2015-2019 is speerpunt 3, genaamd Blijven Sporten gericht op de oudere inwoners van Krimpen aan den IJssel. Naast de beweeggids voor ouderen die in 2017 weer is uitgekomen, wordt er een sportstimuleringsproject voor ouderen georganiseerd. Deze zogenaamde fittest is in 2003/2004, in 2010 en in 2016 in Krimpen aan den IJssel met succes georganiseerd in samenwerking met Sportservice Zuid-Holland. Het opnieuw organiseren van deze fittest wordt ondersteund door het Seniorenplatform, ouderenfunctionaris Krimpenwijzer, de gymnastiekvereniging KDO en tennisclub TCK en wellicht nog meer sportverenigingen.

Inhoud en doel fittest 2018

Een fittest geeft inzicht in de fysieke en deels mentale fitheid van mensen. De test bestaat uit negen onderdelen, zoals bloeddrukmeting, lengte- en gewichtsmeting, oog-handcoördinatie-test, reactietest en uithoudingsvermogen test.

Door deze test aan te bieden gevolgd door een beweegaanbod, worden mensen gestimuleerd om te gaan bewegen. Regelmatig bewegen is gezond en voorkomt veel chronische aandoeningen. Naast fysieke voordelen verkleint bewegen het sociaal isolement voor ouderen.

Op zaterdag 17 november 2018 wordt de fittest aangeboden aan alle inwoners van 65 tot en met 70 jaar. Deze fittest wordt wederom uitgevoerd door Sportservice Zuid-Holland. De fittest wordt gratis aangeboden, voor het vervolg beweegaanbod van de verenigingen moet betaald worden. Dit beweegaanbod start direct in de week na de fittest.

Beweegaanbod na de fittest

De gymnastiekvereniging en de tennisvereniging deden in 2016 mee en hebben aangegeven, dat zij wederom mee willen werken aan dit project. Het zwembad en de andere verenigingen worden op dit moment benaderd.

Geadviseerd wordt om de inwoners van 65 tot en met 70 jaar via de gegevens uit de basisregistratie uit te nodigen.

Beoogd effect

Een zo groot mogelijke respons door een gerichte uitnodiging van de gemeente op naam en adres van de bedoelde inwoners van Krimpen aan den IJssel.

Argumenten

1. *Gerichte uitnodiging op naam en adres geeft hogere respons.*

In het verleden zijn zowel uitnodigingen op naam, als anonieme uitnodigingen via flyers gebruikt. In het laatste geval was er zo weinig respons dat de fittest niet door is gegaan.

2. Leeftijdsgroep 65 tot en met 70 jaar

In overleg met Sportservice Zuid-Holland, het Seniorenplatform en de ouderenfunctionaris Krimpenwijzer is gekozen voor deze leeftijdsgroep. In 2003/2004 was de leeftijdsgroep 55 tot en met 65 jaar. De gemiddelde leeftijd dat mensen actief blijven, ligt nu hoger. Het gaat om ongeveer 2400 personen.

Volgens de ervaring vanuit Sportservice Zuid- Holland komen er gemiddeld bij 2500 uitnodigingen, 75 aanmeldingen binnen. In onze gemeente ligt dit veel hoger. In 2016 zijn er 2400 brieven verstuurd en waren er 193 deelnemers.

Kanttekeningen

Financiën

De kosten voor de fittest zijn € 2000,- (inclusief de apparaten en kosten (test)arts).

Bijkomende kosten zijn huur sportzaal, catering, flyer beweegaanbod, mailing etc. Totaal van dit project wordt begroot op € 3.000,-.

Dit wordt bekostigd vanuit het preventieprogramma gezondheidszorg.

Communicatie

De Sportraad, Adviesraad Sociaal Domein, Krimpenwijzer, Seniorenplatform etc. ontvangen een kopie van de uitnodiging. Tevens zal een bericht op de gemeentelijke website en op de gemeentepagina geplaatst worden.

Uitvoering

Namen en adressen komen via de gemeentelijke basisregistratie

Bijlagen

1. Brief uitnodiging fittest