

MBVO

meer bewegen voor ouderen

ACTIVITEITEN EN
ORGANISATIE
IN AMSTERDAM

Inventarisatie-rapport

Secretarie-afdeling
Maatschappelijke en
Gezondheidszorg (MGZ)

Amsterdam, maart 1989

INHOUDSOPGAVE

Samenvatting

1. Inleiding	1
2. MBvO: doelstelling en uitgangspunten	3
3. Landelijke ontwikkelingen	7
3.1. Van bejaardengymnastiek tot MBvO	7
3.2. Landelijke Stichting MBvO	8
3.3. Taakstelling van de MBvO-consulenten	9
3.4. MBvO-opleidingen	11
4. Ontwikkeling van het MBvO in Amsterdam	13
4.1. Inleiding	13
4.2. Gymnastiek	13
4.3. Volksdansen	14
4.4. Zwemmen	15
4.5. Spelinstuiven	16
4.6. Overige bewegingsactiviteiten	16
4.7. Conclusies en knelpunten	17
5. Uitvoeringsorganisaties van het MBvO	19
5.1. Buurthuizen	19
5.2. Verzorgingshuizen	20
5.3. Sportbuurtwerk	22
5.4. Sportverenigingen	23
5.5. Ouderenclubs	25
5.6. Overige organisaties	26
5.7. Conclusies en knelpunten	28
6. MBvO-organisaties vergelijkenderwijs	29
6.1. Inleiding	29
6.2. Provincie Noord-Holland	29
6.3. Provincie Utrecht	31
6.4. Den Haag	31
6.5. Conclusies	31
7. Organisatiestructuur voor het MBvO in Amsterdam	35
7.1. Uitgangspunten	35
7.2. MBvO-organisatie op stadsdeelniveau	36
7.3. Centrale MBvO-steunfunctie	36
7.4. Financiële paragraaf	38
8. Algemene conclusies en aanbevelingen	39
Literatuurlijst	43
Bijlage I : MBvO-activiteiten per (toekomstig) stadsdeel	45
Bijlage II : Enquête-formulieren	63
Bijlage III : Toelatingseisen MBvO-opleidingen	67

Samenvatting

Het rapport "MBvO - activiteiten en organisatie in Amsterdam" bevat een inventarisatie van het aanbod van bewegingsactiviteiten voor ouderen in Amsterdam en een analyse van de huidige organisatiestructuur. Sinds 1973 is in Amsterdam een parttime MBvO-consulente ondergebracht bij de Stichting Amsterdams Kruiswerk (SAK), die zich richt op MBvO-gymnastiek. Als gevolg van deze centrale coördinatie is een uitgebreid netwerk van gymnastiekgroepen voor ouderen gerealiseerd, dat gekenmerkt wordt door een goede spreiding van groepen over Amsterdam, een constant deelnemersaantal en kwalitatief goede leiding.

De keerzijde van de medaille is dat andere MBvO-activiteiten als volksdansen en zwemmen binnen de haar ter beschikking staande tijd niet gecoördineerd kunnen worden door de MBvO-consulente. Hierdoor bestaat er nauwelijks inzicht in de opzet en reikwijdte van deze activiteiten. Deze MBvO-activiteiten hebben een relatief autonome ontwikkeling doorlopen. De Dienst voor de Sport heeft het voortouw genomen met betrekking tot de spelinstuiven en zwemactiviteiten voor ouderen en het Stedelijk Volksdans Overleg heeft voorlopig de zorg van coördinatie en bijscholing van dansdocenten op zich genomen. In dit rapport is aangegeven welke MBvO-groepen er in Amsterdam bestaan en onder welke randvoorwaarden deze activiteiten worden georganiseerd.

Doordat er met uitzondering van MBvO-gymnastiek geen ondersteuning kan worden geboden, is het uitbreiden van de huidige activiteiten en het opzetten van nieuwe bewegingsactiviteiten voor ouderen in Amsterdam nauwelijks van de grond gekomen. Zeker nu landelijk gezien het MBvO steeds meer aansluiting vindt bij de sportorganisaties (NSO, 1988) en de wensen en mogelijkheden van de aankomende ouderen steeds meer appelleren aan het vormgeven van een specifiek sportaanbod voor ouderen, zal in Amsterdam met name op dit terrein een ontwikkeling in gang gezet dienen te worden. In dit kader is het wenselijk, dat op korte termijn de vacature voor een tweede parttime MBvO-consulent(e) wordt ingevuld. De financiële middelen zijn hiertoe gereserveerd in de gemeentelijke begroting. Tevens is het wenselijk een doelgroeponderzoek onder ouderen uit te voeren naar de wensen, mogelijkheden en drempels met betrekking tot deelname aan MBvO-activiteiten in de breedste zin van het woord.

Naast de inventarisatie van activiteiten is tevens de huidige organisatiestructuur van het MBvO geanalyseerd (hoofdstuk 6) en een voorstel ontwikkeld voor een toekomstige organisatiestructuur van het MBvO in Amsterdam (hoofdstuk 7). Hierbij is rekening gehouden met de uitgangspunten van de Binnen Gemeentelijke Decentralisatie (BGD-operatie), die gericht is op het overdragen van beleidsmatige en bestuurlijke taken aan de stadsdelen.

Hoewel uiteraard meerdere organisatie modellen toepasbaar zijn, is in dit rapport beargumenteerd, dat uitvoerende en coördinerende taken met betrekking tot MBvO in de toekomst door de stadsdelen kunnen worden uitgevoerd, maar dat een centrale MBvO-steunfunctie vanuit het oogpunt van efficiëntie en kwaliteitsbevordering hierbij noodzakelijk is. Bovendien stijgen zaken als voorlichting, kaderopleidingen, het in gang zetten van nieuwe ontwikkelingen

(experimenten en onderzoek) en het overleg met de andere (provinciale en grootstedelijke) MBvO-consulenten en de Landelijke Stichting MBvO boven het belang van de afzonderlijke stadsdelen uit. Wanneer een dergelijke centrale MBvO-steunfunctie in Amsterdam niet in stand gehouden wordt, zal Amsterdam een 'blinde vlek' gaan vormen op de MBvO-landkaart van Nederland.

Indien bij de reorganisatie van de huidige Dienst voor de Sport een grootstedelijke steunfunctie sport en sportieve recreatie wordt gevormd, dient nagegaan te worden of het wenselijk en haalbaar is om de centrale MBvO-steunfunctie hierbij onder te brengen. In afwachting van de ontwikkelingen op dit gebied blijft deze MBvO-steunfunctie gesitueerd binnen de Stichting Amsterdams Kruiswerk.

Het is wenselijk, dat er een permanente begeleidingscommissie MBvO wordt geformeerd, teneinde enerzijds een bijdrage te leveren aan de beleidsontwikkeling op dit terrein en anderzijds te functioneren als klankbord voor de MBvO-consulenten. Op stadsdeelniveau zullen projectgroepen moeten worden geformeerd, waarvan (indien aanwezig) een sportbuurtwerk(st)er als coördinator kan worden aangesteld.

Binnen de voorgestelde organisatiestructuur voor het MBvO in Amsterdam kan een kwalitatief hoogstaand en gevarieerd aanbod van bewegingsactiviteiten worden opgezet, dat overzichtelijk en optimaal toegankelijk is voor ouderen.

Hoofdstuk 1: INLEIDING

Het Meer Bewegen voor Ouderen (MBvO) staat momenteel meer dan tevoren in de (beleidsmatige) belangstelling. Dit is niet uitsluitend het gevolg van een toenemende aandacht voor het behoud van een goede gezondheid, maar ook van het streven om de oudere mensen zo lang mogelijk zelfstandig binnen de samenleving te laten functioneren. In het kader van het flankerend ouderenbeleid zijn allerlei voorzieningen voor hen opgezet, zoals dagopvang, maaltijdvoorziening e.d., waardoor permanente opname in een verzorgingstehuis niet direct noodzakelijk is. Het MBvO wordt beschouwd als één van de middelen, die de zelfredzaamheid van ouderen kunnen verhogen en ertoe bijdragen, dat ouderen langer zelfstandig kunnen blijven wonen en functioneren.

Op 5 augustus 1988 heeft het College van Burgemeester en Wethouders besloten een onderzoek te laten uitvoeren naar de huidige stand van zaken met betrekking tot het Meer Bewegen voor Ouderen (MBvO) in Amsterdam. De volgende redenen hebben aanleiding gegeven tot het uitvoeren van dit onderzoek, te weten:

- De indruk, dat de ontwikkeling van het MBvO in Amsterdam is achtergebleven bij de landelijke ontwikkelingen. Dit betreft zowel het aantal deelnemers als de diversiteit in het aanbod van bewegingsactiviteiten voor ouderen.
- De behoefte om te komen tot een overzichtelijke organisatiestructuur voor het MBvO in Amsterdam.
- De noodzaak om in het kader van de BGD-operatie (Binnen Gemeentelijke Decentralisatie) te komen tot een afweging tussen taken en verantwoordelijkheden van de centrale stad en die van de stadsdelen inzake het MBvO.

Dit inventariserende onderzoek zal inzicht moeten geven in het aanbod van bewegingsactiviteiten voor ouderen en de organisatie van het MBvO in Amsterdam. Als gevolg van deze doelstelling is het onderzoek in deze fase dan ook geheel gericht op de aanbodzijde van het MBvO en niet op de wensen en mogelijkheden van ouderen ("vraagzijde") met betrekking tot MBvO.

Het rapport is als volgt opgebouwd. In hoofdstuk 2 wordt een beschrijving gegeven van de algemene doelstelling en verschijningsvormen van het MBvO. In hoofdstuk 3 staan de landelijke ontwikkelingen centraal, terwijl in hoofdstuk 4 de ontwikkeling van het MBvO in Amsterdam beschreven wordt. In hoofdstuk 5 wordt vervolgens stilgestaan bij de verschillende uitvoeringsorganisaties van het MBvO, waarbij met name de toekomstige mogelijkheden aan de orde komen. In hoofdstuk 6 wordt aan de hand van een drietal case-studies (Den Haag en de provincies Noord-Holland en Utrecht) inzicht gegeven in verschillende organisatiestructuren voor het MBvO en een vergelijking gemaakt met de Amsterdamse situatie.

Uitgaande van de huidige MBvO-situatie in Amsterdam en de vergelijking met de drie andere MBvO-steunpunten wordt in hoofdstuk 7 een voorstel gepresenteerd voor een toekomstige organisatiestructuur voor het MBvO in Amsterdam. Deze structuur zal voorwaarden moeten scheppen voor het opzetten van een kwalitatief hoogstaand en gevarieerd MBvO-aanbod in Amsterdam, dat tevens overzichtelijk en optimaal toegankelijk is voor de ouderen. In hoofdstuk 8 worden vervolgens de belangrijkste conclusies weergegeven, alsmede een aantal beleidsaanbevelingen, die richting kunnen geven aan de ontwikkeling van het MBvO in Amsterdam.

Ten behoeve van het onderzoeksproject Meer Bewegen voor Ouderen is op tijdelijke basis een onderzoeker aangesteld, die tevens de functie van secretaris van de begeleidingsgroep heeft vervuld. In de onderzoeksfase heeft de begeleidingsgroep bestaan uit de volgende personen:

Mevr. G.C.J. Hilgen	-	secretarie-afdeling Maatschappelijke en Gezondheidszorg (MGZ);
Dhr. F. Berkholz	-	secretarie-afdeling Sport & Recreatie (S&R);
Dhr. F. Blanken	-	secretarie-afdeling Jeugdzaken en Volksontwikkeling (JVO);
Mevr. N. van Apeldoorn	-	consulente MBvO-gymnastiek (Stichting Amsterdams Kruiswerk);
Dhr. M. van Geel	-	consulent volksdans (Stedelijk Volksdans Overleg);
Mevr. J.S. Frijda	-	secretaris Centraal Orgaan Samenwerkende Bonden voor Ouderen (COSBO);
Dhr. P.M.A. de Lange	-	secretaris van de Amsterdamse Sportraad;
Dhr. W. van Beusekom	-	hoofd grootstedelijke activiteiten van de gemeentelijke Dienst voor de Sport;
Dhr. M. van der Gugten	-	onderzoeker/secretaris van de begeleidingsgroep.

Hoofdstuk 2: MBvO - DOELSTELLING EN UITGANGSPUNTEN

Wanneer mensen voor het eerst horen van het begrip 'Meer Bewegen voor Ouderen' denken de meeste direct aan de bejaardengymnastiek. Deze laatste aanduiding roept vervolgens allerlei associaties op, die veelal in de richting gaan van de ochtendgymnastiek, zoals die jarenlang via de radio tot ons is gekomen. Hoewel het MBvO wel degelijk haar wortels heeft in de bejaardengymnastiek, zijn de doelstelling en de verschijningsvormen van het MBvO duidelijk verschillend. Was de bejaardengymnastiek in vroegere jaren vrijwel uitsluitend gericht op verbetering en instandhouding van de lichamelijke conditie, het MBvO heeft een veel ruimere doelstelling, te weten:

"Het bereiken dat oudere mensen door het deelnemen aan bewegingsactiviteiten zo lang mogelijk lichamelijk, geestelijk en sociaal optimaal blijven functioneren. Het wil de ouderen gelegenheid bieden aan de activiteiten deel te nemen op een wijze die is aangepast aan de behoeften en mogelijkheden van die levensperiode. De activiteiten zijn gericht op ontmoeting en contact, op zelfstandigheid en initiatief, op vreugdebeleving en daardoor op blijvende relatielegging met de omringende leefwereld" (MBvO - een voorwaartse beweging, 1986).

Deze doelstelling van het MBvO heeft geleid tot een verbreding van de verschijningsvormen van de activiteiten. Hoewel het MBvO zich in de beginjaren om pragmatische redenen vooral heeft beperkt tot gymnastiek en spel, zwemmen en volksdansen, krijgen langzamerhand steeds meer verschillende bewegingsactiviteiten een plaats binnen het MBvO. Hierbij kan gedacht worden aan stijldansen, koersbal, hatha yoga en t'ai chi, maar bijvoorbeeld ook aan tennis of badminton. Deze activiteiten worden echter pas MBvO, wanneer ze gebaseerd zijn op de achterliggende filosofie en uitgangspunten.

De wijze van omgaan en werken met ouderen binnen het MBvO draagt een bewegingsagogisch karakter. Dit betekent dat er sprake is van een bewuste beïnvloeding van het gedrag van ouderen door middel van het deelnemen aan bewegingsactiviteiten. Aan het MBvO worden dan ook de volgende functies toegeschreven:

- Sociaal-recreatieve functie: De bewegingsactiviteiten vinden plaats in groepsverband en zijn afgestemd op de wensen en mogelijkheden van ouderen. De activiteiten geven gelegenheid en nodigen uit tot plezier in bewegen, tot onderlinge contacten en lichaamserveringen, tot eigen initiatief en persoonlijke uitvoeringswijzen en door dit alles heen het voelen van medeverantwoordelijkheid voor de activiteit en voor elkaar.
- Preventieve functie: De activiteiten leveren een bijdrage aan het zo goed mogelijk in stand houden van het motorisch gedrag van ouderen. Het heeft een preventieve functie met betrekking tot het lichamelijk en sociaal welbevinden.

- (Re-)activerende functie: Het MBvO heeft een duidelijke taak ten opzichte van het gehele menszijn. Het wijst in de richting van een veranderde en verbeterde levensinstelling van de oudere mens: niet te berusten in de gegeven omstandigheden en eventuele beperkingen en begrenzungen van de 'oude dag', maar te zoeken naar een zo groot mogelijke zelfredzaamheid en zelfstandigheid. De activiteiten openen nieuwe perspectieven, zorgen voor nieuwe contacten met de buitenwereld en bieden op hun eigen wijze een intensivering en verdieping van het dagelijks leven.

Doelgroep

Het MBvO is gericht op mensen vanaf 55 jaar. Hoewel 55-jarigen zich over het algemeen nog geen 'oudere' voelen, wordt hierin aangesloten bij de doelgroep van het ouderenbeleid, dat om redenen van sociale aard (vervroegde uittreding, werkloosheid, lege nest fase e.d.) zijn insteek heeft gekozen bij deze leeftijdsgroep. De kerngroep van het MBvO wordt echter gevormd door de mensen van de 65-70 jaar, die hun leeftijd in aanmerking genomen gezond geacht kunnen worden.

Leiding

Naast consequenties voor de keuze van de oefenstof en de inbreng van ouderen daarbij, heeft de doelstelling van het MBvO gevolgen voor de wijze, waarop de activiteiten worden geleid. Bij de leiding moet een houding aanwezig zijn die gericht is op het tot zichzelf en tot elkaar laten komen van de deelnemers aan de activiteiten. De MBvO-lessen moeten gebaseerd zijn op een samenspel tussen groep en leiding, waarbinnen bewegingsvormen tot stand komen, die gekenmerkt worden door een actieve betrokkenheid van de deelnemers. De deelnemers worden hierbij gestimuleerd tot het zelf doen, het zelf handelen. Het MBvO werkt niet volgens vastomlijnde voorgeschreven oefenvormen en opdrachten, maar presenteert een zodanig aanbod van oefenvormen, dat de deelnemers hieraan hun eigen invulling kunnen geven. De mogelijkheden van bewegingsactiviteiten binnen het MBvO zijn dan ook velerlei, mits de bewegingen geen schade aan de deelnemers kunnen berokkenen en binnen de grenzen blijven van het op verantwoorde wijze werken met oudere mensen. In paragraaf 3.4. wordt nader ingegaan op de specifieke MBvO-opleidingen.

MBvO in relatie tot sport en therapie

Uit de doelstelling kan geconcludeerd worden, dat met de MBvO-activiteiten duidelijk een breder scala aan effecten beoogd wordt dan dat meestal nagestreefd wordt binnen de activiteitenvelden sport en therapie. In tabel I is een reikwijdteschema opgenomen, waarin het MBvO is gesitueerd tussen de velden sport en therapie. Dit schema is afkomstig uit het rapport "Binnen zekere grenzen" (Landelijke Stichting MBvO, 1986).

Tabel I: Reikwijdteschema van het MBvO

	III	II	I	II	III
	THERAPIE		MBvO		SPORT
<u>groepskenmerken</u>	- immobiele en niet vitale ouderen	- veelal minder mobiel en vitaal (ca. 75-90 jaar)	- i.v.m. leeftijd een verhoogd risico w.b.t. mobiliteit en vitaliteit (ca. 60-80 jaar)	- mobiel en vitaal (ca. 55-70 jaar) opnieuw-beginners, minder geoefenden	- oudere getrainden
<u>functie/intentie</u>	- behandeling van vastgestelde afwijking, individueel gericht	- gericht op: contact, vreugde beleving, doorbreking dag ritme, a.d.l.-verbetering	- gericht: op sociale recreatie- en (re) aktivering i.v.m. behoud en bevordering van het bewegingsgedrag en relatielegging	- meer gericht op vaardigheid, behendigheid, inspanning, ontmoeting t.b.v. preventieve gezondheid en vrije tijdsbesteding	- gericht op prestatie, competitie, training
<u>aktiviteitsvorm</u>	- bewegings- en/of fysiotherapie	- gymnastiek, dans- en spelvormen (stoel-rolstoel)	- gymnastiekvormen, wateraktiviteiten, dans- en spelvormen	- spel/sportvormen aangepast; één of meerdere spelen of sporten	- sport voor ouderen, één sportvorm
<u>plaats van handeling/organisatie/kader</u>	- praktijkruimte - verpleegtehuis	- verzorgingstehuis - verpleeghuis	- buurtakkommodatie - verzorgingstehuis	- buurtakkommodatie - sportakkommodatie	- (sport)akkommodatie

In de bovenstaande tabel vormt de sector I het kerngebied van het MBvO en behoren de sectoren aangeduid met II tot de reikwijdte van het MBvO (stippellijnen). De sectoren III, respectievelijk sport en therapie zijn geen onderdeel van het MBvO maar vormen de zogenoemde verwijzingsgebieden van het MBvO (dubbele lijnen).

Het MBvO is geen (bewegings-)therapie. De individuele verschillen in bewegingsmogelijkheden en gezondheid in aanmerking genomen, dienen de oudere mensen net als ieder ander met lichamelijke klachten of blessures naar een arts of therapeut te gaan. Wel kan deze arts of therapeut na de behandeling de ouderen stimuleren aan MBvO-activiteiten deel te nemen. Ook kunnen bij MBvO-activiteiten afwijkingen worden gesignaleerd, die aanleiding geven tot het advies om naar een arts of therapeut te gaan. MBvO en bewegingstherapie kunnen elkaar dus wel degelijk aanvullen of ondersteunen, maar onderscheiden zich duidelijk van elkaar in doelstelling en uitgangspunten.

Het MBvO is evenmin sport, althans geen sport in haar traditionele verschijningsvorm, voor zover deze gericht is op het leveren van prestaties en vorm heeft gekregen in competitie en specifieke training. De prestatie en wedijver kunnen binnen het MBvO eventueel slechts aangewend worden als motiverende hulpmiddelen. Naast de wedstrijdsport wint de recreatiesport of sportieve recreatie echter steeds meer terrein. Deze recreatieve vorm van sportbeoefening kan het MBvO dicht benaderen. Momenteel is de recreatiesport voor ouderen echter nog hoofdzakelijk gericht op de wensen van de zogenoemde 'midlife-sporter' en speelt in de meeste gevallen nog onvoldoende in op de mogelijkheden en behoeften van de mensen boven de 55 jaar.

Het MBvO is echter duidelijk in ontwikkeling. Juist de afgelopen jaren is in toenemende mate contact gelegd met enerzijds sportorganisaties en anderzijds verzorgings- en verpleegtehuizen. Dit heeft geleid tot het inzicht, dat de aard en intentie van het bewegingsaanbod voor ouderen meer diversiteit zal gaan vertonen en afgestemd dient te zijn op de behoeften, wensen en mogelijkheden van de verschillende leeftijdsgroepen. Globaal zijn omslagmomenten te signaleren bij de groep 55-65 jarigen, de 65-75 jarigen en de 75+. In het onlangs verschenen rapport "Hink, stap, sprong - ontwikkelingen in het MBvO" (Landelijke Stichting MBvO, 1989) wordt aangegeven, dat het bewegingsaanbod voor ouderen kan beginnen met seniorencompetitie (aankomende ouderen) en eindigen met therapeutische gymnastiek (hoogbejaarden). In hoofdstuk 5 zal nader ingegaan worden op de plaats van het MBvO, wanneer onder andere de mogelijkheden van MBvO-groepen binnen sportverenigingen en verzorgingshuizen aan de orde komen.

Hoofdstuk 3: LANDELIJKE ONTWIKKELINGEN

3.1. Van bejaardengymnastiek tot MBvO

Rond 1965 raakte de Rijksoverheid geïnteresseerd in de ontwikkeling van de 'bejaardengymnastiek', die met name werd gestimuleerd vanuit de gezondheidszorg. In een groot aantal gemeenten bestonden toen reeds gymnastiekclubs voor ouderen, die meestal door plaatselijke kruisverenigingen, instellingen voor gecoördineerd bejaardenwerk, de Unie van Vrijwilligers en niet te vergeten de ouderenbonden in het leven waren geroepen. Doordat deze clubs in een toenemende behoefte bleken te voorzien, ontstonden er allerlei vragen, zowel van praktische als van meer fundamentele aard.

De praktische vragen hadden vooral betrekking op de organisatie en de leiding van de activiteiten. Voor wat betreft de organisatie bestond er weinig of geen eenheid. De initiatiefnemers trachtten op hun manier hun plannen zo goed mogelijk te realiseren. Het vinden van deskundige krachten om activiteiten te leiden vormde een ander knelpunt. Er bestond geen enkele opleiding op het gebied van de lichamelijke opvoeding, sport of fysiotherapie, die specifiek gericht was op het organiseren en leiden van bewegingsactiviteiten voor groepen ouderen. De meer fundamentele vragen spitsten zich toe op de doelstelling en uitgangspunten van bewegingsactiviteiten voor ouderen.

Al in 1966 ging in de provincie Drenthe een experiment van start vanuit het Provinciaal Opbouworgaan. Bij dit experiment werd de term 'Meer Bewegen voor Ouderen' geïntroduceerd en werd een subsidie verkregen van het ministerie van Onderwijs en Wetenschappen. De doelstelling van dit experiment was het bieden van mogelijkheden voor een aantal oudere inwoners van Drenthe om deel te nemen aan regelmatig te geven verantwoorde en aangepaste gymnastieklessen. Verwacht werd dat deze gymnastieklessen zouden bijdragen aan het zo lang mogelijk handhaven van de eigen zelfstandige plaats van ouderen binnen de samenleving. Er werd een begeleidingscommissie geformeerd, die onder verantwoordelijkheid van het bestuur van het Provinciaal Opbouworgaan de zorg voor de ontwikkeling van het experiment op zich nam.

Na één jaar was het toenmalige ministerie van Cultuur, Recreatie en Maatschappelijk Werk (CRM) bereid het experiment verder te ondersteunen. Hierdoor werd het mogelijk een consultant voor deze werkzaamheden aan te stellen. In de hierop volgende periode ontstonden er verspreid over de gehele provincie Drenthe een groot aantal MBvO-groepen. Rond 1970 vonden ook nieuwe activiteiten hun plaats binnen het MBvO: er werden voor groepen ouderen aangepaste volkdans- en zwemlessen georganiseerd.

Naar aanleiding van de positieve ervaringen rondom de ontwikkeling van het MBvO in de provincie Drenthe werd door het ministerie van CRM een advies gevraagd aan de Nederlandse Federatie voor het Bejaardenbeleid (NFB) omtrent een landelijke aanpak van het MBvO. Binnen de door de NFB ingestelde werkgroep MBvO werd aandacht besteed aan de volgende zaken:

- de opleidingen;
- de structurering van het MBvO door middel van het bepleiten van de aanstelling van provinciale en grootstedelijke consultants;
- het ontwikkelen van een duidelijke visie op het MBvO.

In 1972 werd door de landelijke werkgroep MBvO advies uitgebracht middels het rapport "Meer Bewegen voor Ouderen". Op grond van de aanbevelingen in dit advies werden provinciale en grootstedelijke MBvO-consulenten aangesteld. In 1981 waren alle provincies voorzien van minstens één consultant op dit terrein.

3.2. Landelijke stichting MBvO

Als gevolg van de herstructurering bij de NFB is in 1980 de werkgroep MBvO opgeheven en vervolgens werd op 28 november 1980 de Landelijke Stichting MBvO opgericht. De doelstelling van deze stichting is als volgt geformuleerd:

- De stichting heeft ten doel de voorwaarden te scheppen voor de bevordering van bewegingsactiviteiten voor ouderen, die gericht zijn op het zo lang mogelijk lichamelijk, geestelijk en sociaal optimaal functioneren van de deelnemers. De kern van het MBvO is gelegen in de optimalisering van de relatielegging van de ouder wordende mens met zijn omgeving.
- De stichting zal daartoe functioneren als landelijk orgaan van beleidsontwikkeling, onder meer in de deskundigheidsbevorderende en de organisatorisch-structurele zin van het woord.
- Daarnaast zal de stichting ook functioneren als orgaan van coördinatie en overleg in samenwerking met de provinciale, regionale en lokale instituties terzake; op basis daarvan adviseert zij de betrokken overheden en derden.

De taken van de stichting zijn als volgt omschreven:

- het leveren van een bijdrage aan de ontwikkeling van leerplan en methodiek ten behoeve van de MBvO-cursussen;
- het leveren van een bijdrage aan de ontwikkeling van leer- en hulpmiddelen ten behoeve van cursusleiding en docenten;
- het bewaken van een evenwichtige en gespreide opzet en organisatie van cursussen ten behoeve van het MBvO-kader in het gehele land;
- het vorm geven aan een ontwikkelingsbeleid ten behoeve van diverse bewegingsactiviteiten van het MBvO;
- de coördinatie en stimulering ten behoeve van opzet en organisatie van het MBvO in het gehele land;
- voorlichting ten behoeve van de bevordering van het MBvO.

In de stichting hebben de meest betrokken organisaties zitting, hetzij in het bestuur, hetzij in de Raad van Advies of een der werkcommissies.

3.3. Taakstelling van de MBvO-consulenten

De provinciale MBvO-consulenten zijn in op een na alle gevallen ondergebracht bij de provinciale kruisverenigingen (Groningen, Noord-Holland, Zeeland, Noord-Brabant en Limburg), dan wel de provinciale sportraden (Friesland, Overijssel, Gelderland, Utrecht, Zuid-Holland). In de provincie Drenthe, de bakermat van het MBvO, is de consulent werkzaam binnen de Stichting Opbouw Drenthe. De grootstedelijke consulente in Den Haag is ondergebracht bij de Stichting Ondersteuning Welzijnswerk en Ouderenwerk 's Gravenhage (SOWOG) en in de Amsterdamse situatie functioneert de MBvO-consulente binnen de organisatie van de Stichting Amsterdams Kruiswerk (SAK).

De MBvO-consulenten hebben primair tot taak het bevorderen van een zo gevarieerd en groot mogelijk aanbod van bewegingsactiviteiten op lokaal niveau afgestemd op de wensen en mogelijkheden van ouderen. De activiteiten, die in dit kader ontwikkeld worden, liggen op de volgende gebieden:

1. Begeleiding en organisatie:

- Het adviseren van organisatoren en geven van ondersteuning bij de opzet van groepen
- Het bieden van ondersteuning op uitvoerend niveau door middel van begeleiding en coaching van de MBvO-leiders en -groepen ten behoeve van kwaliteits- en niveaubewaking
- Het geven van ondersteuning bij processen van organisatieontwikkeling, waarbij MBvO een geïntegreerd onderdeel is van het ouderenbeleid

2. Ontwikkeling en vernieuwing:

- Introductie van nieuwe activiteiten in de vorm van experimenten en stimulerings- en ontwikkelingsprojecten
- Het (laten) ontwikkelen van nieuwe middelen, methoden of modellen
- Introductie van deze nieuwe ontwikkelingen in het werkveld

3. Kadervorming en deskundigheidsbevordering:

- Het zorgdragen voor en/of bijdragen aan de organisatie en uitvoering van cursussen en andere deskundigheidsbevorderende activiteiten voor MBvO-leiders
- Het veelal vervullen van de rol van cursusleider, praktijkdocent en stagebegeleider met betrekking tot opleidingen
- De organisatie van bijscholing en kaderbijeenkomsten, aansluitend op de in de praktijk gebleken behoeften en in relatie tot de onder 1 en 2 genoemde functies

4. Beleidsontwikkeling en -voorbereiding:

- Het opstellen van een werkplan inzake het eigen beleid van de MBvO-organisatie, waarbij aandacht wordt besteed aan enerzijds de stimulerende en adviserende taak naar het locale niveau met betrekking tot de behoeften en in verband

daarmee de te organiseren activiteiten en anderzijds de ondersteunende en adviserende taak naar de locale, provinciale en landelijke overheden en organisaties onder meer op het terrein van de welzijnsplanning met betrekking tot de beleidsontwikkeling en -voorbereiding. Op provinciaal niveau dient hierover structureel contact onderhouden te worden met de consultant bejaardenwerk. Op lokaal niveau moet structureel contact bestaan met uitvoerende instanties, waaronder met name het gecoördineerd bejaardenwerk om coördinatie in de locale planning te bereiken. De ondersteuning en advisering vindt veelal plaats in samenspraak met een begeleidingscommissie, opdat het beleid in samenhang zowel naar de aard als de intentie van het MBvO gemaakt kan worden. Meestal voert de consultant MBvO voert het secretariaat van de begeleidingscommissie.

5. Documentatie, voorlichting en informatie:

- Het systematisch verwerken en bewerken van de resultaten van onderzoek en studie (boeken, tijdschriften, rapporten e.d.), ontwikkelings- en vernieuwingswerk
- De voorlichtende taak richt zich met name op de doelgroep ouderen en op introductie en promotie van MBvO-activiteiten bij locale, regionale en provinciale organisaties en overheden
- Het (laten) vervaardigen van voorlichtings- en informatie-materiaal en het verspreiden van het MBvO-periodiek

6. Onderzoek, studie en toepassing:

- Het dusdanig (laten) bewerken en vertalen van materiaal omtrent MBvO-activiteiten in zowel inhoudelijke als beleidsmatige zin, dat de vergaarde resultaten toegepast kunnen worden in de praktijksituatie en bij het adequaat uitoefenen van de steunfunctie
- Een signalerende taak naar de landelijke steunfunctie, onder meer met betrekking tot initiëring
- Het bijdragen aan het toepasbaar maken van landelijk en provinciaal beleid ten behoeve van een gelijkgericht provinciaal en grootstedelijk beleid

7. Coördinatie:

- Het zorgdragen voor bundeling van specifieke problemen en het initiëren van overleg daaromtrent, teneinde de problemen zoveel mogelijk tot een oplossing te brengen
- Het bijdragen aan een samenhangend beleid op MBvO-gebied op lokaal, regionaal en provinciaal niveau

8. Advisering van overheden en derden:

- Het geven van adviezen aan het eigen instellingsbestuur, zodat dit gevraagd dan wel ongevraagd advies kan uitbrengen aan de provinciale en lokale bestuurlijke niveaus en derden. Voorop dient de advisering te staan ten aanzien van instandhouding, initiëring en verbetering van de MBvO-activiteiten.

9. Registratie en vastlegging:

- Het bijhouden van een overzicht van MBvO-groepen, -leiders en organisatoren in het werkgebied
- Het opstellen van een jaarverslag en een werkplan ter verantwoording aan en als bouwsteen voor het toekomstig beleid van de MBvO-organisatie.

In de meeste gevallen wordt de MBvO-consulent(e) ondersteund door een begeleidingscommissie, die voornamelijk beleidsadviserend cq. -voorbereidend functioneert. De consulent(e) is meestal de secretaris van de bedoelde commissie. Daarnaast vindt in het Landelijk Consulenten Beraad zowel toetsing als vertaling plaats van werk en beleidsontwikkeling met betrekking tot MBvO op landelijk en provinciaal/grootstedelijk niveau.

3.4. MBvO-opleidingen

In het kader van het MBvO worden er diverse opleidingen verzorgd, zodat het omgaan met ouderen in verschillende bewegingssituaties zo verantwoord mogelijk plaatsvindt. Teneinde met het MBvO ook daadwerkelijk een kwaliteitsverbetering van het leven van de oudere mens te kunnen nastreven, wordt naast de specifieke deskundigheid op een of meer activiteitengebieden ook een breed inzicht gegeven in de lichamelijke, geestelijke en maatschappelijke factoren, die een rol spelen bij het ouder worden.

Op dit moment zijn er opleidingen op het gebied van gymnastiek, zwemmen en (volks-)dansen. Deze opleidings- en examenprogramma's zijn erkend door het ministerie van W.V.C. Met deze erkenning onderstreept het ministerie het belang dat gehecht wordt aan deskundige begeleiding van MBvO-activiteiten. Er wordt naar gestreefd ook op andere bewegingsgebieden de deskundigheidsbevordering op te pakken.

De opleidingen gymnastiek, dans en zwemmen vinden plaats onder auspiciën van de Landelijke Stichting MBvO. De zwemopleiding wordt in nauw overleg met de stichting uitgevoerd door de Koninklijke Nederlandse Zwembond (KNZB). Er zijn geen vaste MBvO-opleidingsplaatsen. De opleidingen vinden plaats naar aanleiding van kaderbehoeftepeilingen in bepaalde regio's/provincies, verricht door of in samenwerking met de grootstedelijke of provinciale consulent.

MBvO-leid(st)er gymnastiek en spel *

Deze opleiding is te beschouwen als een verdere specialisatie op een gevarieerd samengestelde onderbouw. De gemêleerde vooropleidingseisen zijn gebaseerd op de traditioneel gegroeide bemoeienissen met de gymnastiek voor ouderen vanuit verschillende hoeken. De opleiding omvat 90 lesuren (meestal 's avonds) en minimaal 20 stage-uren (overdag).

MBvO-leid(st)er dans *

Dansen is een bewegingsactiviteit, die op een natuurlijke manier aan kan sluiten bij de behoeften, mogelijkheden en beleving van de ouderen en als zodanig uitermate geschikt is om binnen het kader van het MBvO te beoefenen. Het gaat dan om dansvormen die de mogelijkheid in zich bergen om naast het uitbreiden of hernieuwd leggen van contacten met anderen ook de betrokkenheid bij het dansgebeuren als geheel te bevorderen. Dit betekent in de praktijk dat vooral volksdansvormen en in mindere mate ook stijldansvormen (bijv. ballroomdansen) zeer geschikt zijn voor dit doel.

In de opleiding worden vakken gegeven als didaktiek, methodiek en praktijk van het dansen, muziek en dansnotatie, alsmede lichamelijke, geestelijke en sociale aspecten van het ouder worden. Het geheel omvat 140 uren, verdeeld over minimaal 40 weken. Er dienen bovendien minimaal 20 stage-uren gelopen te worden.

MBvO-leid(st)er zwemmen *

Het zwemmen als MBvO-activiteit heeft in de loop der jaren een duidelijke ontwikkeling doorgemaakt. Werd aanvankelijk volstaan met de aankondiging van een 'bejaardenuurtje' in een zwembad, langzamerhand werd ook op dit gebied een goede begeleiding als wenselijk en noodzakelijk gezien. Zwemmen is een bewegingsactiviteit die erop gericht is ouderen op een prettige en zinvolle wijze in het water te laten bewegen. Deze activiteit biedt goede mogelijkheden voor relatielegging naar de omgeving. Door middel van waterymnastiek kunnen mogelijkheden aangereikt worden tot preventie, stabilisering en ontwikkeling, factoren die bij het ouder worden van uitermate groot belang zijn. In de theorie komen vakken aan de orde als didaktiek/methodiek, fysiologie, psychologie en sociologie. De opleiding omvat 72 lesuren en minimaal 15 stagelessen.

* De eisen met betrekking tot vooropleiding, teneinde toegelaten te kunnen worden tot deze MBvO-opleidingen zijn in bijlage III opgenomen.

Hoofdstuk 4: ONTWIKKELING VAN HET MBvO IN AMSTERDAM

4.1. Inleiding

In 1959 werd in Amsterdam de eerste gymnastiekclub voor bejaarden opgericht. In de jaren zestig ontstonden vervolgens verschillende bejaardengroepen, die zich bezig hielden met gymnastiek en volksdansen. Als gevolg van de landelijke ontwikkelingen op dit gebied kon er in 1973 een parttime MBvO-consulente aangesteld worden bij de Stichting Amsterdams Kruiswerk. De taken van deze consulente hebben zich echter van meet af aan uitsluitend gericht op de organisatie en coördinatie van de MBvO-gymnastiek.

Teneinde ook op andere bewegingsgebieden een dergelijke coördinatie te bewerkstelligen, is in 1981 financiële ruimte op de gemeentelijke begroting gecreëerd om een tweede partime MBvO-consulent(e) aan te stellen. Nadat deze functie binnen enkele maanden al weer vacant kwam, is deze sindsdien echter niet meer opgevuld, hoewel de financiële middelen hiertoe gereserveerd zijn op de gemeentelijke begroting.

4.2. Gymnastiek

In de loop van de jaren is in Amsterdam een uitgebreid netwerk van MBvO-gymnastiekgroepen tot stand gekomen. De groepen zijn redelijk verspreid over de (toekomstige) stadsdelen, het aantal deelnemers is al jaren zeer constant en de kwaliteit van de lesgevers is hoog te noemen. In tegenstelling tot de landelijke richtlijn wordt in Amsterdam niet uitgegaan van de mensen ouder dan 55 jaar, maar van degene ouder dan 60 jaar. Uiteraard wordt deze richtlijn niet al te stringent doorgevoerd. De kerngroep van de MBvO-gymnastiek wordt gevormd door de groep mensen tussen de 60 en 75 jaar. In overeenstemming met de landelijke tendens blijkt ook in Amsterdam het aantal mannelijke deelnemers sterk achter te blijven bij het aantal vrouwelijke deelnemers.

Tabel II: Deelnemersgroepen MBvO-gymnastiek

jaar	deelnemers	sexe		leeftijd			
		mannen	vrouwen	60-	60-75	75+	onb
1985	2.629	151	2.478	78	1.694	770	87
1986	2.650	146	2.504	85	1.639	897	29
1987	2.659	157	2.502	83	1.630	946	0
1988	2.778	192	2.586	106	1.644	1028	0

In bijlage I is een overzicht opgenomen van de spreiding van de gymnastiekgroepen over de (toekomstige) stadsdelen van Amsterdam. In 1988 waren er 148 MBvO-gymnastiekgroepen, waar in totaal 2.778 ouderen wekelijks aan hebben deelgenomen. Daarnaast waren er in

enkele buurthuizen nog 4 gymnastiekgroepen voor ouderen actief, die niet door de MBvO-consulente werden gecoördineerd. Aan de MBvO-gymnastiekgroepen waren in totaal 34 lesgevers verbonden, waarvan er 25 in het bezit zijn van een MBvO-diploma gymnastiek en spel. Alle gymnastiekdocenten, die na 1985 zijn aangesteld moeten in het bezit zijn van dit diploma, voor degenen die al eerder (soms al vele jaren) als lesgever actief waren is dispensatie verleend. Deze lesgevers worden echter wel gestimuleerd om de cursus alsnog te volgen. In Amsterdam vinden echter geen MBvO-cursussen plaats, belangstellenden moeten hiervoor meestal uitwijken naar Utrecht of Haarlem. Wel worden er kaderavonden/bijscholingen door de consulente MBvO-gymnastiek georganiseerd.

De MBvO-gymnastiekactiviteiten vinden veelal plaats in buurthuizen, wijkcentra en sociëteiten, kerkzaaltjes, verzorgingshuizen en verenigingsgebouwtjes in speeltuinen of bewonersruimten in serviceflats of aanleunwoningen. De activiteiten duren alle driekwartier en de deelnemers betalen allemaal een bijdrage van fl. 3,- per maand gedurende 10 maanden per jaar. De lesgevers ontvangen een all-in vergoeding van fl. 35,- per keer.

4.3. Volksdansen

Er zijn in Amsterdam drie danshuizen, te weten Zajednica (Van Oldenbarneveldtstraat 103), Terpsichoré (Zeeburgerdijk 21) en het Amsterdams Volksdans Centrum (Keizersgracht 485), die gezamenlijk het grootste deel van het algemene volksdansprogramma voor hun rekening nemen. In het programma van deze danshuizen staan vooral de verschillende dansstijlen en niet bepaalde leeftijdsgroepen centraal. Van de 83 volksdansgroepen in de danshuizen zijn er dan ook slechts 3 specifiek bedoeld voor ouderen/senioren. De drie danshuizen zijn vertegenwoordigd in het bestuur van het Stedelijk Volksdans Overleg (S.V.O.) en krijgen een gemeentelijke subsidie (afd. Kunstzaken) ten bedrage van f 132.000,-. Binnen het S.V.O. is een parttime consulent volksdansen werkzaam. Het MBvO-volksdansen behoort niet tot zijn takenpakket. Doordat de vacature voor de tweede parttime MBvO-consulent lange tijd niet is ingevuld, heeft het S.V.O. toch gemeend voorlopig de zorg van coördinatie en bijscholing op zich te moeten nemen.

Gezien de verminderde mobiliteit van ouderen vindt het MBvO-volksdansen voornamelijk plaats in de buurthuizen, wijkcentra, sociëteiten en kerkzaaltjes in de wijken. Van de 69 volksdansgroepen buiten de danshuizen, die in de 'Gids voor de Volksdans' van het S.V.O. zijn opgenomen, zijn er 40 specifiek gericht op ouderen/senioren. Op enkele uitzonderingen na is er een redelijk goede spreiding van de volksdansgroepen voor ouderen over de verschillende (toekomstige) stadsdelen tot stand gekomen. Ook de deskundigheid van de dansdocenten ligt op een redelijk hoog niveau. Van de in totaal 52 volksdansdocenten die les geven aan ouderengroepen hebben er 28 een diploma MBvO-volksdansen behaald.

Hoewel er geen exact inzicht bestaat in het aantal 55-plussers dat zich actief met volksdansen bezighoudt, gaat het hierbij naar schatting om ruim 1200 deelnemers. Daarnaast zal nog een aantal ouderen specifieke volksdansstijlen beoefenen of deelnemen aan de

leeftijdsgroep 40+. De volksdanslessen duren meestal 1 à 1½ uur.

Het ontbreken van een centrale coördinatie en afstemming heeft echter tot gevolg, dat de dansdocenten veelal hun eigen groepen opzetten. Doordat de volksdansgroepen voor ouderen/senioren momenteel geen gebruik kunnen maken van een uniforme subsidie-regeling zoals bij de MBvO-gymnastiekgroepen, moeten de kosten van de meeste groepen gedekt worden door de deelnemersbijdragen. In de subsidie-aanvragen van de ouderenbonden naar de gemeente worden de volksdansactiviteiten echter wel meegenomen. Verder dragen een aantal buurthuizen (bijv. Chassé) bij vanuit hun activiteitenbudget en verstrekken de stadsdelen Noord en Osdorp aan verschillende buurthuizen een subsidie voor volksdansgroepen voor ouderen.

Het een en ander heeft tot gevolg dat er geen harmonisatie van deelnemersbijdragen en docentenhonoraria is gerealiseerd. De deelnemersbijdragen lopen sterk uiteen van f 3,= tot f 20,= per maand, evenals de honoraria van de dansdocenten variëren van minimaal f 12,= tot maximaal f 40,= per uur.

4.4. Zwemmen

In zes overdekte zwembaden in Amsterdam vinden specifieke zwem-activiteiten plaats voor ouderen, te weten in het Marnixbad, het Sloterparkbad, het Zuiderbad, het De Mirandabad, het Bijlmerbad en het Floraparkbad. Voor de centrale stad worden deze activiteiten georganiseerd vanuit de gemeentelijke Dienst voor de Sport, die zowel het beheer van de zwembaden voert als werkgever is van de zweminstructeurs. Daarnaast maken verschillende ouderengroepen gebruik van het zwembad van de Jellinekkliniek (Unie van Vrijwilligers, Joods Maatschappelijk Werk, Stichting Wijkvoorzieningen Bejaarden en diverse verzorgingshuizen).

Momenteel hebben nog niet alle zweminstructeurs, die betrokken zijn bij het specifieke zwemactiviteiten voor ouderen het diploma MBvO-zwemmen. Zowel in de centrale stad als in de betreffende stadsdelen is men van mening, dat het wenselijk is een dergelijke cursus in de toekomst verplicht te stellen. Hoewel er geen exacte gegevens zijn met betrekking tot het aantal ouderen dat de specifieke zwemuren bezoekt, gaat het naar schatting om ca. 500 mensen. Daarnaast is er uiteraard een grote groep ouderen, die regelmatig het zwembad bezoekt tijdens de reguliere zwemtijden.

In de centrale stad is de normale entree-prijs voor de zwembaden f 3,50 per keer (65+ f 2,25), de tienbadenkaarten kosten f 22,50 (65+ f 17,50). In stadsdeel Noord (Floraparkbad) worden andere tarieven gehanteerd (voor 65+: entree f 2,80, 10-baden f 21,=) en kunnen ouderen een speciale pas kopen voor f 25,= per half jaar, waardoor ze deel kunnen nemen aan specifieke zwemactiviteiten en zwemlessen voor ouderen. Binnenkort kunnen 65-plussers en mensen die moeten rondkomen van een minimuminkomen bovendien profiteren van een extra korting op de entree door middel van de Amsterdamse stadspas.

Hoewel hierover geen gegevens beschikbaar zijn, lijken er drie knelpunten te bestaan, die een drempel kunnen vormen met betrek-

king tot de deelname van ouderen aan deze zwemactiviteiten. In de eerste plaats bestrijken de zwembaden een betrekkelijk groot verzorgingsgebied, waardoor over het algemeen een relatief grote afstand moet worden overbrugd. In de tweede plaats zijn de kosten voor deze zwemactiviteiten (entree en vervoer) beduidend hoger dan voor de MBvO-gymnastiek. In de derde plaats is niet bekend in hoeverre de ouderen op de hoogte zijn van het bestaan en de programmering van deze specifieke zwemactiviteiten.

4.5. Spelinstuiven

In vier sporthallen van de gemeente Amsterdam worden specifieke spelinstuiven voor ouderen georganiseerd. Deze activiteiten staan direct onder verantwoordelijkheid van de sportbuurtwerker en zijn of haar activiteitenbegeleiders. Hoewel het gaat om een relatief klein aantal specifieke MBvO-activiteiten, mogen deze zich verheugen in een grote belangstelling. Als zodanig hebben deze activiteiten zich in de loop der jaren ontwikkeld tot een vast onderdeel van het aanbod van de Dienst voor de Sport. Ook hier zijn exacte gegevens niet voorhanden, maar het gaat naar schatting om ca. 200 ouderen, die aan deze specifieke activiteiten deelnemen. Evenals bij de zweminstructeurs is het wenselijk, dat ook de sportbuurtwerkers/activiteitenbegeleiders, die betrokken zijn bij de spelinstuiven voor ouderen een MBvO-cursus gevolgd hebben.

Naast de deelname van ouderen aan deze specifieke activiteiten nemen echter ook veel 55-plussers deel aan de instuiven voor volwassenen. Met name de indoor tennis- en golfinstuiven worden voor 40% tot 50% bezocht door ouderen. In de visie van de Dienst voor de Sport en haar medewerkers is waar redelijkerwijs mogelijk een integratie van ouderen binnen de instuiven zelfs wenselijk. De indruk bestaat dat op deze instuiven met name de ouderen komen, die in hun jongere jaren geruime sportervaring hebben opgedaan. Naar schatting gaat het hierbij om 100 55-plussers. De deelnemersbijdrage van de reguliere sport- en spelinstuiven is f 3,=, terwijl die van de specifieke oudereninstuiven f 1,= bedraagt.

4.6. Overige bewegingsactiviteiten

Naast de zogenoemde kernactiviteiten van het MBvO, te weten gymnastiek en spel, volksdansen en zwemmen, zijn er in de afgelopen jaren verspreid over het land experimenten uitgevoerd met andere bewegingsvormen, die in beginsel goed lijken aan te sluiten bij de wensen en mogelijkheden van de ouderen. De laatste tijd kan met name het koersbal zich verheugen in een toenemende belangstelling van de ouderen. In Amsterdam bestaan er al enkele koersbalgroepen voor ouderen. Daarnaast is er al een aantal buurthuizen, die naast de algemene hatha yoga-lessen ook yoga voor ouderen in het programma hebben opgenomen. Tenslotte zijn ook de eerste ervaringen met t'ai chi (oosterse bewegingsleer) binnen het MBvO opgedaan. Door het gebrek aan een goede coördinatie bestaat er in Amsterdam echter geen goed inzicht in de ontwikkelingen die er op dit gebied gaande zijn en is het niet mogelijk om op constructieve manier ondersteuning te bieden.

4.7. Conclusies en knelpunten

In dit hoofdstuk is duidelijk naar voren gekomen, dat er tot nu toe in Amsterdam sprake is van een scheefgegroeide situatie met betrekking tot het Meer Bewegen voor Ouderen. Enerzijds bestaat er een strak georganiseerde structuur, waarbinnen een redelijk goed gespreid netwerk van gymnastiekgroepen voor ouderen tot stand is gekomen. Anderzijds wordt er ten aanzien van de beide andere kernactiviteiten van het MBvO, te weten het volksdansen en het zwemmen nauwelijks beleid gevoerd. Het MBvO-volksdansen heeft een praktisch autonome ontwikkeling doorlopen en de Dienst voor de Sport voorziet in een (beperkt) eigen aanbod van zwemactiviteiten en spelinstuiven voor ouderen. Het belangrijkste knelpunt in Amsterdam is dan ook het ontbreken van een goede coördinatie tussen de verschillende MBvO-activiteitsvelden.

In Amsterdam nemen ruim 4600 ouderen deel aan MBvO-activiteiten, hetgeen neerkomt op ongeveer 3% van het totaal aantal ouderen boven de 55 jaar. In bijlage I is een exact overzicht opgenomen van alle MBvO-activiteiten in de (toekomstige) stadsdelen van Amsterdam. Om een indruk te krijgen van de spreiding van deze MBvO-groepen over deze stadsdelen is in tabel III het aantal verschillende MBvO-groepen per stadsdeel aangegeven.

Tabel III: Spreiding van verschillende MBvO-groepen over de (toekomstige) stadsdelen van Amsterdam

Stads delen	Aantal 55+ *	Gymnas- tiek	Volks- dansen	Zwemmen	Instuif	Overig	Totaal
(A)	12.346	9	4	2	1	2	18
C	5.890	3	3	-	1	2	9
D	6.060	6	2	-	-	-	8
E	6.690	6	1	-	1	1	9
F	5.183	5	3	-	-	-	8
G	4.502	5	1	-	-	-	6
H	8.370	2	2	-	-	-	4
J	9.202	10	3	-	-	-	13
K	15.748	15	6	5	-	2	28
L	9.458	8	1	1	-	-	10
M	8.975	5	-	-	-	-	5
N	23.838	25	7	3	-	-	35
P	13.141	7	7	2	-	1	17
Q	11.638	7	2	-	-	-	9
R	9.919	8	2	-	-	-	10
S	8.912	10	2	-	-	-	12
T	11.780	21	2	2	1	-	26
Totaal	171.908	152	48	15	4	8	227

* Berekening via interpolatie

Uit dit spreidingsoverzicht kan worden opgemaakt, dat het netwerk van MBvO-activiteiten zich uitstrekt over alle stadsdelen, maar niet in alle opzichten evenredig gespreid is. Zo zijn de stads-

delen Bos en Lommer (H), Watergraafsmeer (M) en Osdorp (Q) relatief onderbedeeld en is een groot stadsdeel als Zuid-Oost met echter relatief het minste aantal 55-plussers (15.2%) sterk overbedeeld, hetgeen vooral voortkomt uit een groot aantal MBvO-gymnastiekgroepen.

Er blijken bij de volksdansgroepen voor ouderen zeer grote verschillen te bestaan in deelnemersbijdragen en docentenhonoraria. Het is wenselijk in dit verband te komen tot een harmonisatie van deze bedragen en de subsidieregeling voor MBvO-gymnastiek uit te breiden tot het volksdansen voor ouderen. Bij het huidige aantal groepen en deelnemers bedragen de honoraria-kosten van de dansdocenten f 73.920,= (44 weken x 48 groepen x f 35,=) en zal ongeveer f 6.000,= aan zaalruimte moeten worden betaald. Bij een deelnemersbijdrage van f 5,= (x 10 maanden x 1200 deelnemers) staat hier een bedrag van f 60.000,= aan inkomsten tegenover. In totaal zal voor een subsidieregeling met betrekking tot de huidige MBvO-volksdansgroepen jaarlijks ca. f 20.000,= nodig zijn.

Behalve de drie kernactiviteiten van het MBvO blijken andere MBvO-vormen in Amsterdam nog nauwelijks tot ontwikkeling te zijn gekomen. Verwacht kan worden, dat in de toekomst steeds meer bestaande en nieuwe sport- en spelactiviteiten zullen worden aangepast aan de wensen en mogelijkheden van oudere mensen. Juist ook omdat er in de komende jaren steeds meer ouderen zullen zijn, die op jongere leeftijd reeds in contact zijn gekomen met een breed en gevarieerd aanbod van sport- en bewegingsactiviteiten. Met name op dit gebied zal in Amsterdam aan de hand van experimenten een sterke impuls gegeven moeten worden.

Daarnaast bestaat er niet of nauwelijks inzicht in de wensen en mogelijkheden van ouderen op het gebied van MBvO. Evenmin is duidelijk in hoeverre de Amsterdammers op de hoogte zijn van het aanbod van bewegingsactiviteiten voor ouderen en welke drempels de deelname hieraan (in bijzonder voor mannen) in de weg staan. Het is wenselijk om in vervolg op deze studie een onderzoek uit te laten voeren naar de zogenoemde "vraagzijde" van het MBvO, namelijk onder de ouderen zelf. Indien er een goede coördinatie van het MBvO in Amsterdam tot stand komt, kan op basis van de resultaten van een dergelijk onderzoek richting worden gegeven aan de uitbreiding van bestaande MBvO-activiteiten en kunnen nieuwe activiteiten worden ontwikkeld, die zijn aangepast aan de wensen en mogelijkheden van ouderen.

Hoofdstuk 5: UITVOERINGSORGANISATIES VAN HET MBvO *

5.1. Buurthuizen

Een groot deel van de MBvO-activiteiten, met name gymnastiek en volksdansen, vindt plaats binnen de muren van een buurthuis. In totaal hebben 30 buurthuizen (57%) MBvO-gymnastiek en 19 buurthuizen (36%) MBvO-volksdansen in hun activiteitenprogramma opgenomen. Verder blijkt dat 55 van de 152 gymnastiekgroepen (36%) en 30 van de 48 volksdansgroepen (63% m.u.v. de activiteiten in de drie centrale danshuizen) onderdak hebben gevonden binnen een buurthuis. Naast deze bewegingsactiviteiten voor ouderen in de buurthuizen vinden tevens MBvO-activiteiten plaats in 8 wijkcentra of dienstencentra (gymnastiek 10% en volksdans 8%) en 4 speeltuinverenigingen (gymnastiek 3% en volksdans 4%).

De buurthuizen zijn redelijk goed over Amsterdam verspreid, al zijn er meer in de binnenstad en de oude wijken en minder in de perifere delen van de stad. Dit blijkt met name wanneer het aantal buurthuizen gekoppeld wordt aan het aantal inwoners (55+) in de verschillende (toekomstige) stadsdelen.

Tabel IV: Spreiding van buurthuizen in relatie met het totaal aantal inwoners en 55-plussers per (toekomstig) stadsdeel (Peildatum 1-1-87)

Stads-deel	Aantal bhuizen	Aantal inwoners abs. per huis		Aantal 55+ ** abs. per huis		Percentage 55+
(A)	6	71.865	11.978	12.346	2.058	17.2%
C	3	30.788	10.327	5.890	1.963	19.1%
D	2	33.905	16.953	6.060	3.030	17.8%
E	3	35.847	11.949	6.690	2.230	18.7%
F	4	32.354	8.089	5.183	1.296	16.0%
G	2	23.442	11.721	4.502	2.251	19.2%
H	1	31.888	31.888	8.370	8.370	26.2%
J	3	38.728	12.909	9.202	3.067	23.8%
K	3	56.959	18.987	15.748	5.249	27.7%
L	1	30.146	30.146	9.458	9.458	31.3%
M	1	23.111	23.111	8.975	8.975	38.9%
N	9	79.176	8.797	23.838	2.649	30.1%
P	2	34.286	17.143	13.141	6.570	38.3%
Q	3	33.330	11.110	11.638	3.879	34.9%
R	1	28.156	28.156	9.919	9.919	35.2%
S	1	19.822	19.822	8.912	8.912	45.0%
T	8	77.705	9.713	11.780	1.473	15.2%
Totaal	53	682.779	12.883	171.908	3.244	25.2%

* Het begrip 'uitvoeringsorganisatie' kan in dit verband enige verwarring opleveren, omdat tot nu toe voor de MBvO-gymnastiek niet bijv. een buurthuis, maar de S.A.K. als uitvoeringsorganisatie wordt beschouwd.

** berekening via interpolatie

Uit tabel IV blijkt, dat het aantal buurthuizen in relatie tot het aantal ouderen in een bepaald stadsdeel een ondervertegenwoordiging van deze voorzieningen te zien geeft in Bos en Lommer (H), Buitenveldert (S), Watergraafsmeer (M), Rivierenbuurt (L) en Slotervaart/Overtoomse Veld (R). Dit zijn tevens de stadsdelen waar relatief veel ouderen wonen.

In de (concept-)rapportage van de afdeling Jeugdzaken en Volksontwikkeling (1988) naar aanleiding van de motie 383 inzake een cijfermatige en productgerichte analyse van het sociaal-cultureel werk wordt de verdeling van periodieke activiteiten binnen de buurthuizen naar specifieke doelgroepen aangegeven. Uit deze rapportage blijkt, dat gemiddeld 12% van de periodieke buurthuisactiviteiten gericht zijn op mensen ouder dan 50 jaar (min. 2% en max. 31%). Hierbij wordt echter opgemerkt, dat veel activiteiten voor volwassenen ook door ouderen worden bezocht. Van alle periodieke buurthuisactiviteiten valt 24% te typeren als sport en spel (min. 9% en max. 38%). Uit de rapportage valt echter niet af te leiden in hoeverre deze sport- en spelactiviteiten evenredig verdeeld zijn over de verschillende leeftijdscategorieën. Een bijkomende factor is dat onder sport en spel ook bijvoorbeeld bingo verstaan wordt.

Concluderend kan gesteld worden dat een groot deel van de MBvO-activiteiten wordt georganiseerd binnen de buurthuizen. Over het algemeen komen de ouderen binnen deze wijkvoorzieningen redelijk aan bod. In een aantal stadsdelen waar relatief veel ouderen wonen (Bos en Lommer, Buitenveldert, Watergraafsmeer, Rivierenbuurt en Slotervaart/Overtoomse Veld) is echter slechts één buurthuis aanwezig. Teneinde toch een zekere mate van spreiding van het MBvO te bewerkstelligen, zullen de bewegingsactiviteiten in deze stadsdelen moeten plaatsvinden binnen andere accommodaties en/of organisatiekaders.

5.2. Verzorgingshuizen

In Amsterdam zijn 45 verzorgingshuizen gevestigd. Daar er vrijwel geen inzicht was in de bewegingsactiviteiten binnen de verzorgingshuizen, is besloten deze instellingen in het kader van de inventarisatie een enquête toe te sturen. Er werden 40 enquêtes ingevuld geretourneerd, zodat een uitstekende respons van 89% werd bereikt.

Uit het onderzoek blijkt, dat in alle verzorgingshuizen in Amsterdam bewegingsactiviteiten worden georganiseerd. Slechts in 2 gevallen is expliciet op het formulier aangegeven, dat het hierbij om groepswijze oefentherapie gaat en het dus geen MBvO in de strikte zin van het woord kan worden genoemd. Waarschijnlijk zal dit in een aantal andere verzorgingshuizen ook het geval zijn, maar geconcludeerd kan worden, dat er in een groot aantal verzorgingshuizen bewegingsactiviteiten worden georganiseerd, die in meer of mindere mate als MBvO getypeerd kunnen worden.

In 10 verzorgingshuizen (25%) zijn één of meer gymnastiekgroepen actief, die gecoördineerd worden door de consulent MBvO-gymnastiek. Enkele van deze verzorgingshuizen hebben deze groep echter

niet op het enquête-formulier vermeld, daar er (vrijwel) geen ouderen uit het verzorgingshuis aan deelnemen. In deze gevallen maken deze MBvO-groepen slechts gebruik van de accommodatie van het verzorgingshuis. Bij navraag bleken enkele van deze verzorgingshuizen het als een knelpunt te ervaren, dat deze groepen vaak vol zijn en er dus geen eigen bewoners kunnen deelnemen. In één geval beschouwde men de eigen bewoners als te weinig mobiel om met deze gymnastiekgroep mee te doen.

Uit het onderzoek is gebleken, dat in bijna alle verzorgingshuizen (90%) een gymnastiekgroep actief is. Het is op basis van deze kwantitatieve gegevens niet mogelijk om vast te stellen of deze bewegingsactiviteiten voldoen aan de MBvO-doelstellingen en -uitgangspunten. In sommige gevallen wordt gymnastiek met sport en spel gecombineerd, een situatie die echter ook binnen het MBvO vaak voorkomt. Verder blijkt er binnen 7 verzorgingshuizen (18%) een volksdansgroep te bestaan, binnen 2 huizen (5%) wordt yoga beoefend en 6 verzorgingshuizen (15%) hebben een zwemgroep.

In de meeste verzorgingshuizen (70%) vinden de bewegingsactiviteiten één keer per week plaats. De deelnemersaantallen variëren in grootte van 5-10 (25%), 10-20 (50%) tot 20-40 (25%). In 58% van de verzorgingshuizen kunnen ook ouderen, die in de omgeving wonen aan de bewegingsactiviteiten deelnemen. Deze verzorgingshuizen vervullen hiermee een zogenoemde wijkfunctie.

In ongeveer de helft van de verzorgingshuizen berust de leiding van deze bewegingsactiviteiten bij een fysiotherapeut, die in vaste dienst of op contractbasis binnen het verzorgingshuis werkzaam is. De overige lesgevers hebben een opleiding gevolgd aan de Academie Lichamelijke Opvoeding (ALO) of het Centraal Instituut voor Opleiding Sportinstructeurs (CIOS), dan wel een opleiding Mensendieck of Cesartherapie. Verder zijn er nog 7 verzorgingshuizen, waar de bewegingsactiviteiten begeleid worden door een vrijwilliger. Hoewel de inzet van vrijwilligers meestal als positief ervaren wordt, vormt het kunnen verzekeren van de kwaliteit en continuïteit van deze activiteiten vaak een knelpunt. Ongeveer de helft van de lesgevers is niet in het bezit van een MBvO-diploma: 10% heeft opleiding MBvO-volksdansen afgerond en 25% is in het bezit van het diploma MBvO-gymnastiek. Uitgezonderd de MBvO-groepen die door de consulente MBvO-gymnastiek worden gecoördineerd, ontvangt geen van de verzorgingshuizen in het kader van bewegingsactiviteiten ondersteuning of subsidie van buitenaf.

In 40% van de enquête-formulieren wordt aangegeven, dat er bij de bewoners van het verzorgingshuis behoefte bestaat aan meer of andere bewegingsactiviteiten en in 28% van de gevallen wordt vermeld, dat men hiervan niet op de hoogte is. Bij 30% van de verzorgingshuizen is men van mening, dat er bij de omwonenden behoefte bestaat aan meer of andere bewegingsactiviteiten en in 63% van de gevallen geeft men aan hiervan niet op de hoogte te zijn. Bij 35% van de lesgevers bestaat de behoefte aan een cursus of bijscholing met betrekking tot MBvO. De helft van de verzorgingshuizen geeft aan geen knelpunten te zien rondom de (toekomstige) organisatie van MBvO-activiteiten. Voor de overige verzor-

gingshuizen liggen de knelpunten vooral op het gebied van financiering en gebrek aan geschikte accommodatie en deskundige leiding.

Concluderend kan gesteld worden, dat er binnen de verzorgingshuizen redelijk veel bewegingsactiviteiten voor bewoners en omwonenden worden georganiseerd. Hoewel deze activiteiten meestal de oefentherapie ontstijgen (groepsgewijze opzet, breder aanbod van bewegingsvormen, niet uitsluitend inspeland op lichamelijke kwalen of gebreken), lijkt nog niet in alle gevallen voldaan te worden aan de doelstelling en uitgangspunten van het Meer Bewegen voor Ouderen. De deskundigheid van de lesgevers op het gebied van MBvO speelt hierbij een cruciale rol, zeker waar de leiding bij vrijwilligers berust. Ook de voorlichting aan de bewoners van de verzorgingshuizen dient in de toekomst meer aandacht te krijgen.

Het is wenselijk dat de MBvO-consulente in de toekomst ondersteuning aan de verzorgingshuizen kan bieden met betrekking tot voorlichting, deskundigheidsbevordering en het opzetten van nieuwe groepen. De MBvO-subsidie is echter bedoeld voor zelfstandig wonende ouderen en kan niet aangewend worden voor het subsidiëren van bewegingsactiviteiten voor de bewoners van de verzorgingshuizen. Wanneer er echter een MBvO-groep gebruik maakt van de accommodatie van een verzorgingshuis, bestaat in de praktijk vaak wel de mogelijkheid voor bewoners om mee te doen.

5.3. Sportbuurtwerk

De gemeentelijke Dienst voor de Sport is in Amsterdam, naast het beheer en onderhoud van de gemeentelijke sportaccommodaties, verantwoordelijk voor de organisatie van recreatieve sportactiviteiten voor met name groepen, die onvoldoende bereikt (kunnen) worden door het aanbod van de sportverenigingen. Uit het Beleidsplan voor de Sport (afdeling Sport en Recreatie, 1988) blijkt eens te meer, dat ook de ouderen een belangrijke doelgroep vormen van het Amsterdamse sportbeleid. Ook in de MBvO-visie (rapport "MBvO - een voorwaartse beweging") wordt aangegeven, dat er bij een gemeentelijke Dienst voor de Sport geschikte mogelijkheden zijn voor een specifiek of gevarieerd sportaanbod voor ouderen.

Op wijkniveau is de sportbuurtwerker de belangrijkste functionaris van de Dienst voor de Sport als zijnde initiator, coördinator en organisator van de buurtgebonden (recreatieve) sportactiviteiten in het algemeen en voor specifieke doelgroepen in het bijzonder. De uitvalsbasis van de sportbuurtwerker is meestal de sporthal in de wijk, maar de activiteiten behoeven zeker niet beperkt te blijven tot deze accommodatie. Toch kan deze sporthal binnen het MBvO-aanbod een belangrijke rol spelen, met name waar de grootte van de groep of de benodigde materialen dit vereisen. Bovendien vormt de sporthal voor de ouderen in de directe omgeving de meest voor de hand liggende locatie om deel te nemen aan sport- en spelactiviteiten.

De sportbuurtwerker is veelal het beste op de hoogte van de verschillende mogelijkheden op het gebied van sport en beweging, die in de buurt zelf aanwezig zijn. Momenteel beperkt de rol van

de sportbuurtwerker met betrekking tot ouderen zich tot het organiseren van specifieke instuiven, dan wel het scheppen van mogelijkheden voor deelname van ouderen binnen de instuiven voor volwassenen. Het lijkt wenselijk, dat de sportbuurtwerkers in de toekomst ook op het gebied van MBvO meer als coördinator op wijkniveau moeten gaan functioneren. Dit houdt uiteraard niet in dat ze deze activiteiten zelf moeten gaan organiseren. Bovendien zal een centrale ondersteuning daarbij noodzakelijk zijn. Hierop zal nader ingegaan worden in hoofdstuk 7. Deze coördinerende rol dient ook betrekking te hebben op de MBvO-activiteiten in de zwembaden en eventueel het vervoer van ouderen naar de zwembaden. De zweminstructeurs blijven uiteraard verantwoordelijk voor de opzet en begeleiding van de activiteiten in de zwembaden. Het wordt daarbij ook vanuit de Dienst voor de Sport wenselijk geacht, dat zowel zweminstructeurs als sportbuurtwerkers, die betrokken zijn bij bewegingsactiviteiten voor ouderen in de toekomst een MBvO-cursus gaan volgen.

5.4. Sportverenigingen

Traditioneel vindt de georganiseerde sportbeoefening in Nederland vooral plaats binnen de sportverenigingen. In hoofdstuk 2 is echter beargumenteerd, dat MBvO meestal een andere doelstelling en andere uitgangspunten heeft dan de sportbeoefening binnen de sportverenigingen. Daarbij wordt echter veelal gerefereerd aan de wedstrijd sport, waarbij competitie en wedijver een centrale plaats innemen. De sport is echter maatschappelijk gezien geen vastomlijnd en onveranderbaar gegeven. In de afgelopen twee decennia heeft bijvoorbeeld de recreatieve sportbeoefening zich een duidelijke plaats veroverd binnen de Nederlandse sportwereld.

In hoofdstuk 2 is dan ook al aangegeven, dat er nauwelijks argumenten zijn aan te voeren om de recreatieve sportbeoefening aangepast aan de wensen en mogelijkheden van de ouderen niet als MBvO-vorm te beschouwen. Dat de specifieke aandacht voor de wensen en mogelijkheden voor de ouderen binnen sportverenigingen veelal nog te kort schiet lijkt evident, maar vooralsnog geen reden om deze organisatiekaders bij voorbaat buiten spel te zetten.

Tabel V: Sportdeelname en lidmaatschap van een sportvereniging in relatie tot een aantal leeftijdscategorieën.
("Amsterdam heeft 't, maar wie krijgt 't?" ,1986)

Leeftijdsgroep	Sportbeoefening algemeen	Sportbeoefening in verenigingsverband
6 - 15 jaar	86%	68%
16 - 25 jaar	79%	45%
26 - 39 jaar	75%	28%
40 - 64 jaar	52%	14%
65+	21%	5%
Gemiddeld	60%	27%

In diverse onderzoeken is het vermoeden bevestigd, dat oudere mensen over het algemeen minder aan sport doen dan jongeren en jong-volwassenen. Uit tabel V blijkt bovendien dat het lid zijn van een sportvereniging met het stijgen der jaren sterker afneemt dan de sportdeelname in het algemeen.

Teneinde enig inzicht te krijgen in de deelname van oudere mensen aan diverse takken van sport en de mate dat sportverenigingen reeds voorzien in een specifiek sportaanbod voor ouderen, is een vragenlijst toegestuurd aan de Amsterdamse afdelingen van de sportbonden (koepels van Amsterdamse sportverenigingen in een bepaalde tak van sport).

Tabel VI: Aantal leden en 55-plussers binnen Amsterdamse verenigingen in diverse takken van sport.

Tak van sport	Ledenaantal	Aantal 55+	Veteranencomp.
Autosport	2.434	50	vanaf 40 jaar
Badminton	2.221	86	-
Bergsport	?	?	-
Biljart	1.071	400	vanaf 60 jaar
Bridge	4.000	?	-
Cricket	520	50	vanaf 35 jaar
Dammen	120	?	-
Darts	760	?	-
Gymnastiek	?	?	-
Handbal	6.400	?	-
Hengelsport	22.281	5.969	-
Hockey	4.407	250	vanaf 35 jaar
Jeu de Boules	500	300	-
Judo	1.454	?	-
Kanoën	?	30	-
Kegelen	333	215	-
Korfbal	3.162	132	-
Krachtsport	100	8	-
Motorsport	?	?	-
Roeien	3.000	?	vanaf 27 jaar
Schaatsen	2.500	?	vanaf 40 jaar
Schietsport	2.574	341	-
Tafeltennis	1.400	?	-
Tennis	28.000	11.084 *	vanaf 50 jaar
Voetbal	38.000	5.000	vanaf 35 jaar
Volleybal	3.000	120	-
Wandelsport	119	87(+850) **	-
Wielersport	?	?	-
Zwemmen	4.634	?	-
TOTAAL	132.990	24.122	

* : 50+ leden

** : Individuele leden niet aangesloten bij een vereniging

? : Aantal (55+)leden niet opgegeven

- : geen veteranencompetitie

Uit tabel VI blijkt dat een groot aantal bondsafdelingen geen inzicht heeft in het aantal 55-plussers, dat er bij de Amsterdamse sportverenigingen in de betreffende tak van sport actief is. Bovendien zijn niet alle enquête-formulieren geretourneerd, zodat geen inzicht bestaat in het totaal aantal 55-plussers, dat in verenigingsverband aan sport deelneemt. Daarnaast is er een aantal takken van sport, waarbij het bewegingsaspect niet centraal staat of zelfs niet aanwezig is. Deze activiteiten kunnen dan ook niet als MBvO beschouwd worden. Tenslotte betekent het lidmaatschap van een sportvereniging niet per definitie ook het actief deelnemen aan de desbetreffende sport (veel oudere mensen vervullen bijv. bestuurlijke functies binnen de verenigingen, maar zijn zelf niet (meer) actief).

Wel blijkt uit de enquête, dat het totaal aantal 55-plussers dat lid is van een sportvereniging (14.0%) hoger is dan op grond van de onderzoeksresultaten uit tabel IV zou worden verwacht. Het feit, dat de veteranencompetities binnen diverse takken van sport meestal gericht zijn op 35+/40+ maakt echter duidelijk, dat de verenigingen al wel inspelen op de wensen van de zogenoemde 'midlife-sporter' maar zich nog onvoldoende op de ouderen boven de 55 jaar richten.

Er kan geconcludeerd worden dat de sportverenigingen over het algemeen nog onvoldoende in staat zijn om een aangepast sportaanbod te leveren voor ouderen. Een aantal factoren is voor sportverenigingen moeilijk veranderbaar (bereikbaarheid, tijdstip, contributie), andere zijn door de verenigingen eenvoudiger aan te passen (activiteitsaanbod, organisatievorm en werving/informatie). Het is te verwachten, dat de sportverenigingen zich in de toekomst meer op ouderen zullen gaan richten en wel om de volgende redenen:

- Het steeds meer vorm krijgen van een recreatief sportaanbod binnen de sportverenigingen, dat aangepast is aan specifieke wensen en mogelijkheden van verschillende doelgroepen.
- Een toenemend aantal ouderen, dat vroeger lid is geweest van een of meer sportverenigingen. Bij deze groep zal de motivatie om sportbeoefening binnen verenigingsverband voort te zetten groter zijn dan bij de huidige generatie, die deze ervaring in veel mindere mate heeft opgedaan.

Zowel vanaf de kant van het MBvO (reikwijdte-onderzoek) als van de sportbonden (hockey, tennis, gymnastiek) bestaan er reeds initiatieven en experimenten, die gericht zijn op het creëren van een aanbod voor ouderen binnen de sportverenigingen. Bij een experiment in Naarden/Bussum is in een omni-sportvereniging een aparte ouderenafdeling met een eigen bestuur gevormd, waarbinnen twee badmingtongroepen, een tafeltennisgroep en een tennisgroep actief zijn. Het is wenselijk om ook in Amsterdam na te gaan in hoeverre binnen het organisatiekader van de sportverenigingen MBvO-groepen kunnen worden opgezet. Hierbij zal uiteraard aandacht moeten worden besteed aan de aspecten leiding, voorlichting en subsidie.

5.5. Ouderenbonden

Binnen Amsterdam zijn drie ouderenbonden actief, te weten de Algemene Nederlandse Bond voor Ouderen (ANBO), de Christen Ouderen Bond (COB) en de Katholieke Bond voor Ouderen (KBO). In totaal zijn er ca. 14.000 Amsterdammers bij deze bonden aangesloten. Rond 1980 is door de Amsterdamse afdelingen van deze drie bonden een samenwerkingsverband opgericht, te weten het Centraal Orgaan Samenwerkende Bonden voor Ouderen (COSBO). Het COSBO fungeert sindsdien als stedelijk overlegplatform van de georganiseerde ouderen in Amsterdam. Daarbij biedt het COSBO ondersteuning bij zaken, waar alle ouderen mee geconfronteerd worden, ongeacht welke levensbeschouwelijke achtergrond men heeft. Zo organiseert het COSBO cursussen voor ouderen, informatiebijeenkomsten etc. Hiertoe heeft het COSBO-bureau een aantal medewerkers in dienst. Mensen kunnen geen lid worden van het COSBO, wel van de drie ouderenbonden.

De COB kent geen activiteitenclubs en beperkt zich hoofdzakelijk tot belangenbehartiging en het organiseren van thema-avonden. De ANBO bestaat in Amsterdam uit 22 afdelingen met elk zo'n zes of zeven activiteitenclubs. Binnen vijf ANBO-afdelingen zijn volksdansgroepen opgezet en in zes afdelingen zijn twaalf gymnastiekgroepen actief, die gecoördineerd worden door de consulente MBvO-gymnastiek. Verder bestaat in de afdeling Gaasperdam een koersbalgroep. Vanuit de 33 KBO-kringen zijn 16 gymnastiekgroepen opgezet, die alle door de MBvO-consulente worden gecoördineerd en verder is er nog slechts een volksdansgroep actief.

Uit het bovenstaande blijkt dat er binnen de ouderenbonden een redelijk aantal gymnastiekgroepen van de grond is gekomen. De ondersteuning door de MBvO-consulente is hierbij van groot belang. Een voorwaarde voor deze ondersteuning is echter, dat deze activiteiten ook open staan voor mensen, die niet bij de ouderenbonden zijn aangesloten. De bonden beschouwen deze gymnastiekgroepen, die meestal een onderkomen vinden in kerk/parochie-zaaltjes, dan ook niet als eigen activiteiten en de ANBO heeft deze activiteiten niet opgenomen in haar activiteitenoverzicht. Het blijft echter voorop staan, dat bepaalde groepen ouderen via de afdelingen/kringen van de ouderenbonden goed bereikbaar zijn voor informatie en voorlichting betreffende het MBvO.

5.6. Overige organisaties

Naast de reeds beschreven organisaties, die zich met de uitvoering van het MBvO bezighouden, zijn er nog een aantal specifieke organisaties, die (op beperkte schaal) bewegingsactiviteiten voor ouderen organiseren. Ook deze organisaties maken voor gymnastiekgroepen vaak gebruik van ondersteuning door de MBvO-consulente. Het gaat hierbij om de volgende organisaties.

Unie van Vrijwilligers

De Amsterdamse afdeling van de Stichting Landelijke Unie voor Vrijwilligers bestond in 1987 uit 529 (vrijwillige) medewerkers,

die hun werkzaamheden vooral ontplooiden in de sectoren Huishoudelijke en Oppasdienst, Clubwerk voor ouderen en gehandicapte ouderen, Vervoer, Vriendschappelijk Contact, Ziekenhuiswerk, Tweedehands kleding- en speelgoedverkoop en de Jeugdverkeers-examens (i.s.m. de afdeling verkeer van de gemeentepolitie).

Met betrekking tot het MBvO is met name het "Clubwerk Ouderen en Gehandicapte Ouderen" van belang. Er zijn in totaal 10 ouderensociëteiten in Amsterdam, waarbij 409 leden zijn aangesloten. Slechts binnen een sociëteit wordt aan volkdansen gedaan (17 deelnemers) en in een andere is een gymnastiekgroep actief (10 deelnemers). Daarnaast is er onder leiding van een fysiotherapeut een aparte zwemclub ("Bewegen in warm water") opgezet, bestaande uit drie groepen, die gebruik maakt van het zwembad van de Jellinekkliniek (6x12 m). Hierbij zijn behalve in de begeleiding ook een aantal vrijwilligers actief bij het vervoer van ouderen naar het zwembad.

Geconcludeerd kan worden dat door de UVV in Amsterdam slechts een beperkt aantal MBvO-activiteiten wordt georganiseerd. Ter vergelijking met bijvoorbeeld Rotterdam, waar de UVV verantwoordelijk is voor de organisatie van 15 van de 25 volksdansgroepen en 8 van de 10 yogagroepen voor ouderen. Dit heeft waarschijnlijk te maken met de subsidie-regeling voor het MBvO in Rotterdam, die breder toegepast wordt dan voor uitsluitend de MBvO-gymnastiek, zoals in de Amsterdamse situatie.

NIVON

Het NIVON staat voor Nederlands Instituut voor Volksontwikkeling en Natuurvriendenwerk. Het NIVON is een landelijke culturele vereniging op democratisch socialistische grondslag met ruim 42.000 leden. Het is aangesloten bij een internationale organisatie, die ruim 300.000 leden telt. De federatie Amsterdam is een overkoepeling van zeven afdelingen en zes commissies. De activiteiten verschillen per afdeling en bestaan o.a. uit natuurwandelingen, lezingen, cursussen, excursies en volksdansen.

In het kader van deze inventarisatie zijn met name de volksdansgroepen van het NIVON van belang. Drie van de acht groepen zijn expliciet gericht op oudere deelnemers (Stadsdeel P: Slotermeer/Geuzenveld). Vroeger waren er vanuit het NIVON ook zwemclubs, maar die hebben het hoofd niet boven water kunnen houden. Binnen het NIVON houdt de zelfstandige G.W. Melchersstichting zich vooral bezig met het seniorenwerk. Deze stichting richt zich met name op het organiseren van uitstapjes en reizen voor ouderen. Het kan hierbij gaan om een midweek langlaufen in Sauerland, een midweek volksdansen of een week zeilen in Friesland. Het eerste en derde voorbeeld illustreert nogmaals dat het MBvO veel verder kan gaan dan de kernactiviteiten gymnastiek, volksdansen en zwemmen.

Leger des Heils

Het Leger des Heils heeft eveneens bemoeienis met het ouderen-

werk. Op het gebied van MBvO beperkt dit zich tot twee gymnastiekgroepen in de accommodatie van het Leger des Heils, die gecoördineerd worden door de MBvO-consulente.

Stichting Bejaarden- en Burenhulp

De Stichting Bejaarden- en Burenhulp beheert een zaaltje in de Plantagebuurt en verhuurt dit voor activiteiten aan een ouderensociëteit. Naast twee groepen voor MBvO-gymnastiek en volksdansen zijn vanuit deze sociëteit ook twee stijldansgroepen opgezet, waaraan ouderen, die zijn aangewezen op een rolstoel kunnen deelnemen.

5.7. Conclusies en knelpunten

In dit hoofdstuk is duidelijk naar voren gekomen, dat er verschillende uitvoeringsorganisaties betrokken zijn bij het verzorgen van de MBvO-activiteiten. Momenteel is er nauwelijks sprake van enige afstemming en samenwerking tussen deze uitvoeringsorganisaties. Naast de harmonisatie van subsidie-regels, deelnemersbijdragen en docentenonoraria verdient het tevens aanbeveling, dat er samenwerking tot stand komt tussen deze uitvoeringsorganisaties. Op deze manier kan in de verschillende buurten een gecoördineerd en gevarieerd netwerk van MBvO-activiteiten tot stand kan komen.

Door het opzetten van een gecoördineerd netwerk van MBvO-activiteiten kan tevens duidelijke informatie verschaft worden aan de ouderen welke bewegingsactiviteiten er voor hen in de buurt georganiseerd worden. Bovendien kunnen de organisaties mensen doorverwijzen naar andere MBvO-activiteiten of met een eigen groepje aan deze andere activiteiten deelnemen (bijv. een buurthuisgroepje dat gezamenlijk aan een MBvO-zwemactiviteit meedoen). In dit verband is tevens wenselijk om na te gaan of vrijwilligers een rol kunnen spelen bij het vervoer en de begeleiding van ouderen naar de zwembaden. Ook moet bekeken worden of een "buurtbus" hierin een functie kan vervullen.

Tenslotte zal met name bij de ontwikkeling van nieuwe sport- en spelvormen voor ouderen nagegaan dienen te worden in hoeverre het sportbuurtwerk en de sportverenigingen voor deze groepen een geschikt kader kunnen bieden.

Hoofdstuk 6: MBvO-ORGANISATIES VERGELIJKENDERWIJS

6.1. Inleiding

In de twee voorgaande hoofdstukken hebben achtereenvolgens de MBvO-activiteiten zelf en de uitvoeringsorganisaties centraal gestaan. In het vervolg van dit rapport wordt aandacht besteed aan de grootstedelijke MBvO-organisatie, te weten het overkoepele niveau boven de activiteiten en uitvoeringsorganisaties. In hoofdstuk 4 is al kort stilgestaan bij de huidige organisatievorm. De uitbreiding en coördinatie van MBvO-activiteiten en de verschuiving van uitvoerende taken naar de stadsdelen zullen echter een duidelijke invloed hebben op de organisatie van het MBvO in Amsterdam en de taken van de MBvO-consulente.

In de Amsterdamse begroting is een bedrag van f 205.060,= opgenomen voor de coördinatie en uitvoering van MBvO-activiteiten. Bovendien is er een bedrag van f 38.000,= gereserveerd voor het aanstellen van een tweede parttime MBvO-consulent(e). De parttime MBvO-consulente (incl. administratieve ondersteuning voor 16 upw) is ondergebracht bij de Stichting Amsterdams Kruiswerk. Hierbij wordt gebruik gemaakt van de financiële middelen, die hiertoe door de gemeente aan de Stichting Wijkvoorzieningen Bejaarden (SWB) ter beschikking zijn gesteld. In de MBvO-begroting zijn de volgende begrotingsposten te onderscheiden: personeelskosten f 59.000,=, honoraria docenten f 190.000,=, zaalhuur f 22.000,= en overige kosten f 5.000,= (bijscholing, lesmateriaal, voorlichting e.d.). Daartegenover staan inkomsten uit deelnemersbijdragen van f 75.000,=.

Alvorens in het volgende hoofdstuk een voorstel wordt gedaan voor een toekomstige organisatie-structuur met betrekking tot het MBvO in Amsterdam, zal echter eerst een drietal cases worden beschreven. Daar de grootstedelijke MBvO-organisatie in Amsterdam in de toekomst meer de provinciale situatie zal gaan benaderen is gekozen voor een beschrijving van de MBvO-organisatie in de provincies Noord-Holland en Utrecht, alsmede in de gemeente Den Haag. Bij deze beschrijving zal met name aandacht worden besteed aan de plaats en formatie van het MBvO-steunpunt, de taken van de consulenten en de hoogte en wijze van subsidiëring van de MBvO-activiteiten.

6.2. Provincie Noord-Holland

Het MBvO-steunpunt in Noord-Holland is ondergebracht bij de Provinciale Kruisvereniging Noord-Holland. De formatie van dit steunpunt bestaat uit twee parttime consulenten (2 x 0.75) en een parttime administratieve kracht (1 x 0.5). Verder is er een aanvraag gedaan voor uitbreiding van het MBvO-steunpunt met een extra fulltime consulente. De consulenten hebben hun werkveld verdeeld in een noordelijk en een zuidelijk gedeelte (uitgezonderd Amsterdam). De aanhaking bij de kruisvereniging wordt door de consulenten als positief ervaren, waarbij met name de relatieve zelfstandigheid en het direct onder de directeur van de kruis-

vereniging functioneren van belang worden geacht. Er is geen provinciale begeleidingscommissie ingesteld, die het MBvO-beleid (mede-)ontwikkelt en als klankbord voor de consultants fungeert.

In de provinciale situatie hebben de MBvO-consulenten te maken met zelfstandige gemeenten, die voor de uitvoering van de activiteiten moeten zorgdragen. De consultants zien hun taken met name gelegen op een viertal steunfuncties:

1. Voorlichting en coördinatie
2. Ondersteuning van plaatselijke activiteiten
3. Scholing
4. Nieuwe ontwikkelingen

Deze vier steunfuncties zijn een afleiding van de taakstelling van MBvO-consulenten, zoals in hoofdstuk 3 is beschreven. In vergelijking met de Amsterdamse situatie is met name de wijze van ondersteuning van plaatselijke activiteiten van belang. Daar het uitgangspunt voor provinciale MBvO-consulenten is, dat gemeenten zelf verantwoordelijk zijn voor de organisatie en financiering van de activiteiten, betreft de ondersteuning van de provinciale consultant vooral initiëring en stimulering hiervan. De consultants zoeken allereerst contact met het gecoördineerde ouderenvoerwerk, de kruisvereniging of de sportraad binnen een gemeente. Wanneer deze contacten leiden tot het opzetten van een MBvO-activiteit biedt het provinciale MBvO-steunpunt in de beginfase personele ondersteuning en indien noodzakelijk een startsubsidie. Wanneer zo'n groep echter eenmaal draait dient de gemeente of een particuliere stichting deze taak over te nemen.

De consultants hebben zich naast ondersteuning en stimulering van de drie kernactiviteiten gymnastiek, volksdansen en zwemmen met name ingezet voor het ontwikkelen van nieuwe MBvO-activiteiten. Deze ontwikkeling is langs twee lijnen verlopen. Enerzijds een aantal experimenten met sportgerichte activiteiten, zoals badminton, tafeltennis, koersbal en tennis. Deze experimenten zijn veelbelovend. In het experiment Naarden-Bussum is binnen een bestaande sportvereniging een ouderenafdeling met een eigen bestuur gevormd, waarbinnen twee badmintongroepen, een tafeltennisgroep en een tennisgroep actief zijn. Daarnaast zijn er in de provincie Noord-Holland al zo'n 150 koersbalgroepen gevormd. Anderzijds is er een start gemaakt met een specifiek MBvO-aanbod op het gebied van ontspanning en lichaamsbewustzijn. Naast het aanbod op het gebied van de hatha yoga, werd daarbij geput uit bestaande bronnen als eutonie, t'ai chi, haptonomie en Alexander-techniek. De bedoeling is om te komen tot een aanbod "Gezond bewegen" voor ouderen. In Medemblik is de eerste t'ai chi groep met succes van de grond gekomen. Deze nieuwe ervaringen creëerden behoefte aan allerlei bijscholingen voor MBvO-docenten, zoals minicursussen op het gebied van t'ai chi, muziek en bewegen, gezond bewegen, badminton etc. Daarnaast bleek er in zowel de intra- als extramurale sfeer grote behoefte aan een minicursus "Meer Bewegen voor Minder Mobiele Ouderen".

In 1988 bedroeg de MBvO-begroting van het provinciaal steunpunt f 320.300,= waarvan het grootste gedeelte organisatiekosten

betreffen en ongeveer f 20.000,= bestemd was voor informatie/voorlichting en kaderscholing/deskundigheidsbevordering. Daarnaast werd er van de provincie in het kader van het Flankerend Bejaardenbeleid nog een extra subsidie verkregen ter grootte van f 25.000,= voor het verstrekken van startsubsidies en materialen.

6.3. Provincie Utrecht

In de provincie Utrecht is een fulltime MBvO-consulente werkzaam binnen het Provinciaal Steunpunt Sport Utrecht (P.S.S.U.). Het MBvO vormt een integraal onderdeel van het aandachtsveld van het provinciaal steunpunt, waartoe ook de stimulering sportdeelname voor etnische minderheidsgroepen en gehandicapten behoren. Er is dan ook geen specifieke administratieve ondersteuning, maar globaal wordt hiertoe een overhead van 0.2 a 0.3 formatieplaats gerekend. Uit deze constructie vloeit voort, dat er geen specifieke MBvO-begroting bestaat, maar dat deze formatieplaats structureel ten laste komt van de totale P.S.S.U.-begroting ten bedrage van circa f 500.000,=. Daarnaast is een bedrag beschikbaar van f 10.000,= voor kadercursussen en bijscholing en een bedrag van f 14.000,= voor subsidiëring van nieuwe activiteiten en MBvO-groepen. Ook in de provincie Utrecht is er geen begeleidingscommissie met betrekking tot MBvO geformeerd.

6.4. Gemeente Den Haag

In Den Haag is het steunpunt MBvO ondergebracht bij de Stichting Ondersteuning Welzijnswerk en Ouderenwerk 's-Gravenhage (SOWOG). Het steunpunt bestaat uit een fulltime consulente en 0.5 formatieplaats voor administratieve ondersteuning, die geheel functioneert ten behoeve van het MBvO. In het verleden is er wel een begeleidingscommissie geïnstalleerd, maar deze functioneerde onvoldoende en is daarom ter ziele gegaan.

In Den Haag worden de drie kernactiviteiten gymnastiek, zwemmen en volksdansen gecoördineerd vanuit het SOWOG. De docenten zijn allemaal in dienst van de stichting en ontvangen hiervoor een bruto salaris van ca. f 23,= (vergelijkbaar met de landelijke richtlijnen voor het honorarium op freelancebasis).

- De deelnemersbijdragen voor MBvO-gymnastiek en -volksdansen bedragen in Den Haag f 5,= per maand en voor MBvO-zwemmen f 7,= (1/2 uur) of f 8,= (3/4 uur). De deelnemers aan de zwemgroepen moeten zich bij de SOWOG opgeven. De leiding van de zwemgroepen (ca. 20 personen) berust bij een MBvO-zwemdocent, die eveneens bij de SOWOG in dienst is en dus niet bij de zwembadinstructeurs. De deelnemers komen in Den Haag op eigen gelegenheid naar de zwembaden.

6.5. Conclusie

In tabel VII zijn een aantal karakteristieken van de drie MBvO-organisaties weergegeven in relatie tot de Amsterdamse situatie.

Tabel VII: MBvO-organisaties in de provincies Noord-Holland en Utrecht en de gemeenten Den Haag en Amsterdam

MBvO-organisatie	N.-Holland ¹	Utrecht	Den Haag	Amsterdam
Inwonertal	1.651.430	953.957	445.127	682.779
Formatie				
- consulenten	2 x 0.75	1 x 1.00	1 x 1.00	1 x 0.525
- adm. onderst.	1 x 0.50	1 x 0.25	1 x 0.50	1 x 0.40
Werkverband	Provinciale Kruisver. N.-Holland	Provinciaal Steunpunt Sport Utr. (PSSU)	St. Onderst Welzijns-/ Ouderenwerk (SOWOG)	Stichting A'dams Kruiswerk (SAK)
Begroting	320.300,=	niet apart	250.000,=	205.060,=
-cursus/voorl.	20.000,=	10.000,=	5.000,=	3.000,=
-subs/materiaal	25.000,=	14.000,=	-	2.000,=
-struct.onderst MBvO-groepen	-	-	100.000,=	137.000,=
Honoraria (p/u) met MBvO-dipl zonder MBvO	landelijk fl. 30,25 fl. 25,70	landelijk fl. 30,25 fl. 25,70	vaste dienst bij SOWOG à fl. 23,= p/u	gymnastiek fl. 35,= (all-in)
Deelnemers (groepen)				
-gymnastiek	13000 (650)	3496 (184)	1400 (81)	2778 (148)
-zwemmen	3600 (148)	3475 (139)	900 (42)	500 (11)
-volksdansen	4830 (222)	1525 (61)	950 (52)	1200 (48)
-sport en spel	3590 (172)	1225 (35)	350 (7)	200 (3)
-Totaal	25020 (1192)	9721 (419)	3600 (182)	4678 (210)
MBvO-cursussen (cursisten) tot 1/7/86	16 (312)	11 (233)	7 (90)	0 (53) ²

¹ Exclusief gemeente Amsterdam² Elders opgeleid

Uit het overzicht in tabel VII blijkt, dat de formatie van het MBvO-steunpunt in Amsterdam kleiner is dan die in de provincies Noord-Holland en Utrecht en de stad Den Haag. Zeker wanneer daarbij in gedachten gehouden wordt, dat zowel het MBvO-steunpunt in Noord-Holland als Den Haag aangegeven hebben, dat uitbreiding gewenst en inmiddels aangevraagd is. De uitbreiding van het steunpunt in Amsterdam met een parttime MBvO-consulent lijkt dan ook een noodzakelijke, maar wellicht nog niet voldoende stap om te komen tot een kwalitatief hoogstaand en gevarieerd MBvO-aanbod in Amsterdam. Dit hangt echter sterk af van de toekomstige organisatiestructuur van het MBvO in Amsterdam. Hierop wordt in het volgende hoofdstuk nader ingegaan.

De onderbrenging van het MBvO-steunpunt in Amsterdam bij de Stichting Amsterdams Kruiswerk (SAK) komt overeen met de situatie in Noord-Holland. In beide gevallen wordt de werkomgeving van de kruisvereniging als positief ervaren, maar tevens wordt aangegeven, dat inhoudelijk nauwelijks aansluiting bestaat met de overige activiteiten van deze organisatie. Inhoudelijk gezien lijkt de situering van de MBvO-consulente bij het Provinciaal Steunpunt Sport Utrecht meer aanknopingspunten te bieden met de overige activiteiten van dit provinciale steunpunt. In Amsterdam zou een vergelijkbare plaats gevonden kunnen worden bij de huidige Dienst voor de Sport. Het MBvO-steunpunt in Den Haag is ondergebracht bij de Stichting Ondersteuning Welzijnswerk en Ouderenwerk 's-Gravenhage (SOWOG). Doordat als gevolg van de Binnen Gemeentelijke Decentralisatie (BGD) in Amsterdam geen plaats meer is voor een stedelijk bureau voor het gecoördineerde ouderenwerk, is deze situatie voor Amsterdam niet meer mogelijk.

De begroting van het MBvO in Amsterdam lijkt niet al te zeer af te wijken van de situatie in de beide provincies en Den Haag. Toch dient hier enige nuancering in aangebracht te worden. Aan de ene kant betreft het in de Amsterdamse situatie slechts een begroting voor de MBvO-gymnastiek. Voor een zuiver beeld van de werkelijke kosten van het MBvO in Amsterdam dienen ook de kosten van het MBvO-zwemmen en de spelinstuiven, die thans een onderdeel vormen van de begroting van de Dienst voor de Sport meegewogen te worden. Aan de andere kant behoren in Amsterdam tevens de (structurele) kosten voor de uitvoering van de activiteiten tot de MBvO-begroting, terwijl deze kosten in de provinciale situatie voor rekening komen van de betreffende gemeente of particuliere stichting. De werkelijke kosten van het MBvO in de provincies liggen dan ook beduidend hoger dan de begroting in het bovenstaande overzicht aangeeft.

Hoewel landelijk gezien het percentage 55-plussers, dat deelneemt aan MBvO-activiteiten hoger ligt (6.2%), blijkt het deelnemerspercentage in Amsterdam (2.7%) niet veel af te wijken van Den Haag (3.3%). In vergelijking met de deelnemersbijdragen in andere steden lijkt een verhoging van de deelnemersbijdragen voor MBvO-gymnastiek reëel, bijvoorbeeld van f 3,= naar fl. 4,= per maand. Een verdere verhoging is niet wenselijk en lijkt bovendien niet in overeenstemming met de uitgangspunten in het gemeentelijke profijtprogramma met betrekking tot de laagste inkomensgroepen. Bij een gelijkblijvend aantal deelnemers levert deze aanpassing een bedrag op van fl. 27.780,= per jaar.

Hoofdstuk 7: ORGANISATIESTRUCTUUR VOOR HET MBvO IN AMSTERDAM

7.1. Uitgangspunten

In het rapport is op verschillende plaatsen al kort gewezen op het proces van Binnen Gemeentelijke Decentralisatie (BGD), zoals dat momenteel in Amsterdam vorm krijgt. Het uitgangspunt van de BGD-operatie is dat Amsterdam opgesplitst wordt in zestien autonome stadsdelen, die in de toekomst (uiteraard binnen bepaalde randvoorwaarden) hun eigen beleid kunnen gaan voeren. De binnenstad zal bestuurlijk voorlopig onder het centrale stadsbestuur blijven staan. Het gemeentebestuur van Amsterdam gaat in haar decentralisatieplannen aanzienlijk verder dan bijvoorbeeld Rotterdam en Den Haag, doordat er niet alleen sprake is van een ambtelijke, maar ook van een bestuurlijke deconcentratie. Hierdoor zullen in de toekomst de stadsdeelbesturen binnen hun ruimtelijke grenzen voor een groot deel autonoom kunnen beslissen over de besteding van de beschikbare financiële middelen. Momenteel zijn er zes stadsdelen geformeerd en in 1990 zullen de overige tien stadsdeelraden ingesteld worden.

In het kader van het BGD-proces wordt een groot aantal gemeentelijke taken en bevoegdheden overgedragen aan de stadsdelen. Ook met betrekking tot het MBvO dient nagegaan te worden welke taken op stadsdeelniveau uitgevoerd kunnen worden en in hoeverre het wenselijk dan wel noodzakelijk is om bepaalde taken centraal te laten plaatsvinden. In beginsel zijn er drie organisatiemodellen te ontwerpen met betrekking tot de toekomstige MBvO-structuur in Amsterdam:

- Alle taken en verantwoordelijkheden met betrekking tot het MBvO blijven centraal bij een stedelijke MBvO-organisatie.
- De uitvoerende en coördinerende taken worden overgedragen aan de stadsdelen en er blijft centraal een consultantschap, dat een steunfunctie vervult met betrekking tot het MBvO in Amsterdam;
- Alle taken en verantwoordelijkheden met betrekking tot het MBvO worden overgedragen aan de stadsdelen.

In het eerste organisatiemodel bestaan goede mogelijkheden voor het opzetten van een gevarieerd en kwalitatief hoogstaand MBvO-aanbod in Amsterdam. Op deze wijze kan optimaal gebruik worden gemaakt van de reeds opgebouwde deskundigheid en ervaring op het gebied van MBvO. Bovendien kan in dit model harmonisatie van deelnemersbijdragen en docenten honoraria tot stand komen. Het eerste model is echter niet in overeenstemming met de uitgangspunten van de BGD-operatie. Het tweede model is dit wel, omdat de stadsdelen hierbij hun eigen MBvO-beleid kunnen voeren. Daarnaast blijft er echter een centrale MBvO-steunfunctie in stand. Dit verdient sterke aanbeveling omdat er een landelijk netwerk van provinciale en grootstedelijke MBvO-consulenten is opgebouwd en Amsterdam bij het verdwijnen van deze steunfunctie een 'blinde vlek' op de MBvO-kaart van Nederland zal worden. Dit is ook de reden, dat het invoeren van het derde organisatiemodel

geen voorkeur verdient.

In de lijn van deze redenering is het wenselijk, dat de toekomstige MBvO-structuur in Amsterdam wordt opgebouwd volgens het tweede organisatiemodel. Dit model komt voor de stadsdelen bovendien overeen met de situatie in andere steden, waar een autonoom MBvO-beleid gevoerd wordt, maar die daarbij ondersteuning krijgen van de provinciale MBvO-consulenten. Het grootstedelijke MBvO-consulentschap, dat evenals aan de provincies al in 1973 aan Amsterdam werd toegekend zal hierdoor vergelijkbaar gaan functioneren als de provinciale MBvO-steunpunten. Tevens sluit dit model aan bij de uitwerking van de BGD-operatie, waarbij is aangegeven, dat: "... het gemeentebestuur een groot aantal stedelijke instellingen blijft subsidiëren ... omdat ze instellingen in meer stadsdelen ondersteunen met hun deskundigheid" (Bestuurlijke reorganisatie van Amsterdam, p. 13). In het vervolg van dit hoofdstuk zullen de organisatie op stadsdeelniveau en de centrale steunfunctie met betrekking tot het MBvO nader belicht worden.

7.2. MBvO-organisatie op stadsdeelniveau

In de toekomst zullen de stadsdelen zelf verantwoordelijk zijn voor de vormgeving en invulling van het MBvO-beleid. Het verdient aanbeveling, dat er afstemming tussen de verschillende MBvO-activiteiten en samenwerking tussen de diverse uitvoeringsorganisaties tot stand komt. De activiteiten zullen uiteraard zoveel mogelijk overeenkomstig de wensen en mogelijkheden van de ouderen moeten worden georganiseerd, maar tevens aan dienen te sluiten bij de doelstelling en uitgangspunten van het MBvO. Het is daarbij wenselijk, dat in overleg tussen de stadsdelen uniforme tarieven voor deelnemersbijdragen en docenten honoraria worden vastgesteld.

Teneinde te komen tot een gecoördineerd netwerk van MBvO-activiteiten in Amsterdam is het noodzakelijk binnen de stadsdelen een MBvO-coördinator aan te wijzen. Indien aanwezig lijkt een sportbuurtwerker bij uitstek geschikt om deze functie te vervullen. Allereerst is de sportbuurtwerker inhoudelijk het meest betrokken bij bewegingsactiviteiten voor ouderen. Bovendien behoort het onderhouden van contact en het samenwerken met andere buurtorganisaties, zoals buurthuizen, speeltuinverenigingen, sportverenigingen e.d. tot zijn of haar takenpakket. Tenslotte bestaat er reeds een grootstedelijk overleg tussen sportbuurtwerkers, waarin ook het MBvO regelmatig aan de orde kan komen. Wanneer er (nog) geen sportbuurtwerker in een stadsdeel werkzaam is, zal nagegaan moeten worden of deze coördinerende taak kan worden uitgevoerd door een vertegenwoordiger van het ouderenwerk of sociaal-cultureel werk.

7.3. Centrale MBvO-steunfunctie

Doordat de uitvoerende en coördinerende taken worden overgedragen aan de stadsdelen, zullen de taken van de centrale steunfunctie meer dan tot nu toe het geval was overeenstemmen met de taakstelling, zoals die voor de provinciale MBvO-consulenten geformuleerd is (zie 3.3.). De taken liggen met name op de volgende gebieden:

- het geven van voorlichting over MBvO aan ouderen en betrokken organisaties;
- het verzorgen van de bestaande MBvO-cursussen, het ontwikkelen van nieuwe (mini-)cursussen en andere deskundigheidsbevorderende activiteiten voor MBvO-leid(st)ers;
- het inhoudelijk ondersteunen van de MBvO-netwerken op stadsdeelniveau;
- het introduceren van nieuwe activiteiten en ontwikkelingen in het werkveld;
- het begeleiden van onderzoek en experimenten, die stedelijk dan wel op stadsdeelniveau plaatsvinden;
- het onderhouden van regelmatig contact met de Landelijke Stichting MBvO en de MBvO-consulenten teneinde op de hoogte te blijven van nieuwe ontwikkelingen en bij te dragen aan gerichte advisering in de richting van landelijke organisaties en de rijksoverheid.

Bovendien kan overwogen worden de centrale MBvO-steunfunctie een uitzendbureautaak voor MBvO-docenten te geven: op verzoek van een stadsdeel wordt door de steunfunctie een aantal bevoegde docenten toegewezen.

Ondanks het feit, dat de uitvoerende en coördinerende taken overgedragen worden aan de stadsdelen, is uitbreiding van de centrale steunfunctie in Amsterdam met een tweede parttime MBvO-consulent noodzakelijk. Deze consultant kan eenvoudig toegevoegd worden aan de bestaande structuur binnen de Stichting Amsterdams Kruiswerk. Naast de personele kosten van de MBvO-steunfunctie is het wenselijk een budget te verschaffen voor kaderontwikkeling en deskundigheidsbevordering, voor voorlichting, experimenten en onderzoek, voor startsubsidies met betrekking tot nieuwe activiteiten en voor een uitleenservice voor sport en spelmaterialen.

Hoewel de Stichting Amsterdams Kruiswerk jarenlang een uitstekende werkgeefster is geweest voor de MBvO-consulente, bestaan er een aantal argumenten, die aanleiding kunnen vormen om de MBvO-steunfunctie in de toekomst niet bij de Stichting Amsterdams Kruiswerk onder te brengen, maar bij de Dienst voor de Sport:

- Het Meer Bewegen voor Ouderen sluit inhoudelijk beter aan bij de activiteiten van een Dienst voor de Sport dan die van de Stichting Amsterdams Kruiswerk.
- Bij de Dienst voor de Sport is reeds een consultant stimulering sportdeelname van etnische minderheidsgroepen actief en binnenkort waarschijnlijk ook een consultant gehandicaptensport.
- In samenwerking met de Amsterdamse Sportraad en de Nederlandse Culturele Sportbond (NCS) functioneert in Amsterdam tevens de Kursuscentrale Amsterdam Sportief (KAS), waar kadercursussen op het terrein van de sportieve recreatie worden ontwikkeld en georganiseerd.
- Bij de Dienst voor de Sport is een grote hoeveelheid sport- en spelmaterialen aanwezig, die aan groepen en organisaties uitgeleend kunnen worden.
- Bij de Dienst voor de Sport bestaat reeds een grootstedelijk overleg van sportbuurtwerk(st)ers, die in de stadsdelen mogelijk als MBvO-coördinatoren gaan functioneren.

In het kader van de BGD-operatie zal echter ook de Dienst voor de Sport een groot aantal taken en bevoegdheden overdragen aan de stadsdelen. De veel kleinere centrale Dienst voor de Sport zal ondergebracht worden binnen het organisatiekader van een nieuw te vormen Dienst Stedelijk Beheer. Hoewel de organisatie en de taken van de sector sport binnen de toekomstige Dienst Stedelijk Beheer nog niet geheel vastliggen, zal deze waarschijnlijk verantwoordelijk blijven voor een aantal grootstedelijke sportaccommodaties en tevens een steunfunctie op het gebied van sportieve recreatie gaan vervullen in de richting van de stadsdelen. Deze steunfunctie zal waarschijnlijk bestaan uit specifieke ondersteuning middels consulentschappen, een cursuscentrale en een uitleenservice voor sport- en spelmaterialen.

Afhankelijk van de definitieve vormgeving van deze steunfunctie (bijv. in een grootstedelijk sportservicebureau) kan het wenselijk zijn de MBvO-steunfunctie hierin onder te brengen. Op dit moment verdient het echter de voorkeur om de MBvO-steunfunctie voorlopig binnen de Stichting Amsterdams Kruiswerk te laten functioneren. Wanneer er in de toekomst een grootstedelijke steunfunctie op het gebied van sport en sportieve recreatie ontstaat, zal opnieuw moeten worden bekeken of onderbrenging van de MBvO-steunfunctie hierbij wenselijk/haalbaar is.

7.4. Financiële paragraaf

De totale gemeentelijke begroting met betrekking tot het MBvO bedraagt f 243.060,=. De afsplitsing van het MBvO-budget zal plaatsvinden aan de hand van de subsidies, die aan bestaande MBvO-groepen binnen de stadsdelen worden verstrekt. In de huidige situatie gaat het hierbij in totaal om een bedrag van ongeveer f 137.000,=. De voorgestelde verhoging van de deelnemersbijdrage voor gymnastiek (zie 6.5.) levert een bedrag op van f 27.780,=. Voor het realiseren van de gewenste subsidie-regeling voor het volksdansen voor ouderen (zie 4.7.) is in totaal een bedrag van ca. f 20.000,= benodigd. In totaal zal een bedrag van ongeveer f 130.000,= uit de MBvO-begroting kunnen overgaan naar de gezamenlijke stadsdelen.

De personele kosten van de centrale MBvO-steunfunctie zullen ca. f 97.000,= bedragen. Daarnaast is het wenselijk een budget van minimaal f 15.000,= te verschaffen voor kaderontwikkeling en deskundigheidsbevordering, voor voorlichting, experimenten en onderzoek, voor startsubsidies met betrekking tot nieuwe activiteiten en voor een uitleenservice voor sport en spelmaterialen. De totale kosten van de centrale MBvO-steunfunctie zullen ongeveer f 112.000,= bedragen.

Concluderend blijkt dat de voorgestelde organisatie-structuur voor het MBvO in Amsterdam met de huidige financiële middelen gerealiseerd kan worden. Binnen deze begroting bestaat echter geen ruimte voor subsidiëring van nieuwe MBvO-activiteiten en voor een groei van het aantal deelnemers. Het is wenselijk hiervoor extra middelen ter beschikking te krijgen.

Hoofdstuk 8: CONCLUSIES EN BELEIDSAANBEVELINGEN

Uit de inventarisatie van het 'Meer Bewegen voor Ouderen' in Amsterdam blijkt, dat de situatie hier enigszins is scheefgegroeid. Op het terrein van de MBvO-gymnastiek zijn de landelijke ontwikkelingen nauwgezet gevolgd en is een uitgebreid netwerk van gymnastiekgroepen ontstaan, dat gekenmerkt wordt door een constant deelnemersaantal en een redelijke spreiding over de (toekomstige) Amsterdamse stadsdelen. Deze situatie is met name tot stand gekomen vanwege de coördinatie door de MBvO-consulente, die zich van meet af aan uitsluitend met MBvO-gymnastiek heeft bezig gehouden. Deze eenzijdige gerichtheid heeft echter ook een keerzijde: in tegenstelling tot landelijke ontwikkeling hebben de twee andere kernactiviteiten volksdansen en zwemmen zich in Amsterdam niet onder het MBvO geschaard, maar hebben een autonome ontwikkeling doorlopen. Bovendien hebben nieuwe ontwikkelingen op het gebied van MBvO in Amsterdam nauwelijks een voet aan de grond gekregen, omdat er geen ondersteuning en financiële middelen voor beschikbaar konden worden gesteld. Het is wenselijk om in de toekomst te komen tot een gecoördineerd beleid met betrekking tot bestaande en nieuwe bewegingsactiviteiten voor ouderen.

In het kader van de BGD-operatie wordt een groot aantal taken en verantwoordelijkheden overgedragen aan de Amsterdamse stadsdelen. In hoofdstuk 7 is een voorstel gedaan voor een toekomstige organisatiestructuur voor het MBvO in Amsterdam. Hierbij zullen de uitvoerende en coördinerende taken met betrekking tot het MBvO onder verantwoordelijkheid van de stadsdelen komen te staan en wordt centraal een MBvO-steunfunctie gecreëerd naar provinciaal model. Wanneer een dergelijke steunfunctie niet tot stand komt, zal Amsterdam een 'blinde vlek' worden op de MBvO-kaart van Nederland. In verband met de uitvoering van de bijbehorende taakstelling is een uitbreiding van deze MBvO-steunfunctie met een parttime consulent(e) noodzakelijk.

Samenvattend kunnen de volgende beleidsaanbevelingen worden geformuleerd:

Aanbeveling 1:

Het verhogen van de deelnemersbijdrage voor MBvO-gymnastiek van f 3,- naar f 4,- per maand lijkt redelijk. Een verdere verhoging is niet wenselijk en lijkt bovendien niet in overeenstemming met de uitgangspunten in het gemeentelijke profijtprogramma met betrekking tot de laagste inkomensgroepen.

Aanbeveling 2:

De huidige subsidieregeling voor MBvO-gymnastiek wordt uitgebreid tot het MBvO-volksdansen, teneinde te komen tot een harmonisatie van deelnemersbijdragen en docentenhonoraria. Tevens zullen aangepaste subsidierichtlijnen opgesteld moeten worden voor andere MBvO-activiteiten. Bovendien zijn financiële middelen nodig om een groei van het aantal deelnemers mogelijk te maken.

Aanbeveling 3:

In navolging van het landelijke beeld worden in Amsterdam alle MBvO-activiteiten gericht op mensen ouder dan 55 jaar en niet zoals momenteel bij het MBvO-gymnastiek op 60-plussers.

Aanbeveling 4:

Gezien de wenselijkheid om te komen tot een kwalitatief hoogstaand, optimaal toegankelijk en gevarieerd MBvO-aanbod in Amsterdam en gezien de hiertoe gereserveerde financiële middelen in de gemeentelijke begroting verdient het aanbeveling een tweede parttime MBvO-consulent aan te stellen (voor 18 upw). Hierdoor kunnen de MBvO-consulenten zich in de toekomst gaan richten op het gehele aanbod van MBvO-activiteiten in Amsterdam. De nieuw aan te stellen consulent(e) zal zich met name bezig moeten houden met het opzetten van nieuwe MBvO-activiteiten. Het verdient bovendien aanbeveling jaarlijks een werkplan op te stellen met betrekking tot de werkzaamheden van de consulenten.

Aanbeveling 5:

In het kader van de bestuurlijke reorganisatie worden stadsdelen in 1990 verantwoordelijk voor de uitvoering en coördinatie van de MBvO-activiteiten binnen hun ruimtelijke grenzen. Hiertoe wordt een deel van de gemeentelijke MBvO-begroting overgedragen aan de stadsdelen. Deze uitkering zal plaatsvinden aan de hand van de subsidies, die aan de bestaande MBvO-groepen binnen de stadsdelen worden verstrekt.

Aanbeveling 6:

Binnen de stadsdelen zal een MBvO-coördinator moeten worden aangewezen, die de uitvoerende en coördinerende taken op stadsdeel-niveau kan overnemen. Afhankelijk van de MBvO-netwerken, die in de verschillende stadsdelen zullen ontstaan, lijkt een sportbuurtwerk(st)er bij uitstek geschikt om als MBvO-coördinator te functioneren. Het is daarbij noodzakelijk, dat de sportbuurtwerk(st)ers een MBvO-opleiding hebben gevolgd dan wel gaan volgen. Bovendien is het wenselijk, dat in de toekomst in alle Amsterdamse stadsdelen een sportbuurtwerk(st)er aangesteld wordt.

Aanbeveling 7:

Er blijft echter een centrale MBvO-steunfunctie bestaan, die door het overdragen van uitvoerende en coördinerende taken aan de stadsdelen een meer 'provinciale status' krijgt (zie par. 3.3. en 7.3.). De taken van de centrale MBvO-steunfunctie liggen vooral op het terrein van kaderontwikkeling en deskundigheidsbevordering, van voorlichting, experimenten en onderzoek, van startsubsidies met betrekking tot nieuwe activiteiten en van een uitleenservice voor sport en spelmaterialen. Wanneer een dergelijke steunfunctie niet in stand wordt gehouden, zal Amsterdam een 'blinde vlek' gaan vormen op de MBvO-kaart van Nederland.

Aanbeveling 8:

In afwachting van de vormgeving van een centrale steunfunctie met betrekking tot sport en sportieve recreatie in Amsterdam, blijft de centrale MBvO-steunfunctie gesitueerd binnen het organisatorisch kader van de Stichting Amsterdams Kruiswerk. Wanneer een dergelijke steunfunctie sport en sportieve recreatie tot stand komt, dient nagegaan te worden of de MBvO-steunfunctie hierbij ondergebracht kan worden.

Aanbeveling 9:

Het is wenselijk dat een permanente begeleidingscommissie MBvO wordt geformeerd, die enerzijds een bijdrage kan leveren aan de beleidsontwikkeling op dit terrein en anderzijds als klankbord voor de consultants kan functioneren. Eén van de MBvO-consulenten kan het secretariaat van deze begeleidingscommissie voeren. In de begeleidingscommissie dienen in ieder geval vertegenwoordigers van de ouderenbonden (COSBO), het Stedelijk Volksdans Overleg (SVO), de Dienst voor de Sport, de centrale secretarie en de stadsdelen (max. 2 leden) zitting te hebben. Daarnaast kunnen vertegenwoordigers namens de Amsterdamse sportverenigingen, de buurthuizen en de verzorgingshuizen in de begeleidingscommissie worden opgenomen.

Aanbeveling 10:

Deze inventariserende studie heeft betrekking gehad op activiteiten en organisatie van het Meer Bewegen voor Ouderen in Amsterdam. In de inleiding is dan ook nadrukkelijk gesteld, dat in deze studie de aandacht volledig zou worden gericht op de zogenoemde "aanbodzijde". Het is wenselijk dat er in vervolg op deze studie een onderzoek naar de "vraagzijde" wordt uitgevoerd. Dit kan de vorm hebben van een doelgroeponderzoek, waarbij wensen, mogelijkheden en drempels van ouderen met betrekking tot deelname aan MBvO-activiteiten centraal staan.

LITERATUURLIJST

- Bommel, G.L.G.M. van: Bewegingsactiviteiten voor ouderen in tehuizen (examenscriptie), Nationale Hogeschool voor Toerisme en Verkeer, 1987
- Gemeente Amsterdam, afdeling Bestuursinformatie: Amsterdam in cijfers, Amsterdam, 1988.
- Gemeente Amsterdam, afdeling Bestuursinformatie: Amsterdam heeft 't, maar wie krijgt 't?, Amsterdam, 1986.
- Gemeente Amsterdam, afdeling Jeugdzaken en Volksontwikkeling: Rapportage n.a.v. motie 383 inzake een cijfermatige en productgerichte analyse van het sociaal-cultureel werk, Amsterdam, 1988.
- Gemeente Amsterdam, afdeling Sport & Recreatie: Beleidsplan voor de Sport, Amsterdam, 1988
- Gemeente Amsterdam: De bestuurlijke reorganisatie van Amsterdam, 1988.
- Gemeente Rotterdam, afdeling Sport- en Recreatiezaken en Openbaar Groen: Lichaamsbeweging voor het Leven - recreatiesport en bewegingsvorming voor ouderen in Rotterdam, Rotterdam 1987.
- Kroes, G: Ouderen kiezen voor gevarieerd sportaanbod, in: Landelijk Contact (tijdschrift), Dordrecht, februari 1989.
- Landelijke Stichting MBvO: Perspectiefnota Meer Bewegen voor Ouderen, Utrecht, 1983.
- Landelijke Stichting MBvO: Symposiumverslag MB-in-VO, georganiseerd op 29 september 1984 in 'De Flint' te Amersfoort
- Landelijke Stichting MBvO: Binnen zekere grenzen - rapport omtrent reikwijdte-experimenten in het kader van MBvO, Utrecht 1986
- Landelijke Stichting MBvO: MBvO - een voorwaartse beweging, Utrecht, 1986.
- Landelijke Stichting MBvO: Hink, stap, sprong - ontwikkelingen in het MBvO, Utrecht, 1989.
- Lenders, H: Meer Bewegen voor ouderen - Stageverslag opleiding Welzijnsbeleid, HEAO/Sociale Academie, 's Hertogenbosch, 1987
- Nationaal Sport Overleg (commissie ad-hoc MBvO): Sport en Ouderen, Rijswijk, 1988
- Nederlandse Federatie voor Bejaardenbeleid: Werkboek gecoördineerd Ouderenwerk, VUGA Uitgeverij BV, 's Gravenhage, 1978.

- Postma, A: Wat ... beweegt U?, (determinanten van bewegingsgedrag van ouderen), Inter Faculteit Lichamelijke Opvoeding, Vrije Universiteit Amsterdam, 1986.
- Rijdsdorp, K (red): Meer Bewegen voor Ouderen, Nijmegen, 1980
- Stedelijk Volksdans Overleg: Gids voor de Volksdans in Amsterdam voor het seizoen 1988-1989, Amsterdam, 1988.
- Stichting Amsterdamse Kruisverenigingen: Jaarverslag MBvO 1986 Amsterdam, 1987.
- Stichting Amsterdamse Kruisverenigingen; Jaarverslag MBvO 1987 Amsterdam, 1988

BIJLAGE I: MBvO-activiteiten per (toekomstig) stadsdeel**STADSDEEL A: C E N T R U M**

Dag/tijd	Gymnastiek	Volksdans	Zwemmen	Instuif	Plaats/Adres
ma 11.30-12.15	x				Sociëteit Stichting Bejaarden- en en Burenhulp, H. Polaklaan 12
ma 14.00-16.00		stijldans			
di 10.00-11.30		x ²			
di 14.00-16.00		stijldans			
di 11.00-11.45	x				De Boomspijker (Buurthuis), Rechtboomsloot 52
di 11.00-11.45	x				Amstelveeldbuurthuis Prinsengracht 688
di 12.30-13.15	x				Sportzaal De Stokerij 1e Rozendwarsstr. 8
di 13.15-15.15				40+	
di 13.00-13.45	x				De Witte Boei (Buurthuis), Grote Wittenburgerstr. 200
di 13.30-14.30	x ¹				Buurths Jan Ligthart Lindengracht 85
wo 09.00-10.00			x		Marnixbad, Marnixplein 5-9
vr 10.00-11.00			x		
wo 11.30-12.15	x				Goodwill Burgh, Anna Frankstraat
wo 16.00-16.45	x				Gymzaal Kleine Wittenburgerstraat 10
do 11.30-12.30		x			Het Claverhuis (buurthuis), Oude Looierstraat 10
vr 10.30-12.00		x			
do 13.00-14.30		x			Amsterdams Volksdans Centrum, Keizers- gracht 485
do 15.00-15.45	x				De Rietvinck (verzorgingshuis) Vinkenstraat 185
¹ Niet via Stichting Amsterdams Kruiswerk ² Niet via Stedelijk Volksdans Overleg ³ Niet via Dienst voor de Sport					

STADSDEEL C: SPAARNDAMMER/ZEEHELDEN/STAATSLIEDENBUURT

Dag/tijd	Gymnastiek	Volksdans	Zwemmen	Instuif	Plaats/Adres
di 10.00-11.00	x ¹				Buurthuis De Reiger
do 09.30-11.00			x		Reigensbergerstr. 65
wo 09.30-11.00			x		Danshuis Zajednica
wo 11.00-12.30			x		v.Oldenbarneveldt 103
wo 12.00-12.45	x				Tichelsoos (wijk- centrum), Van Limburg Stirumstraat 119
do 11.00-12.00				x	Sportcentrum Bredius Zaanstraat 353
vr 10.30-11.15	x				De Bogt (verzorgings- huis), Polanenstr. 6
vr 13.00-14.00	yoga 55+				Buurthuis De Binding De Wittenstraat 27
		stijldans			Polanentheater, Polanenstraat 174

STADSDEEL D: O U D - W E S T

Dag/tijd	Gymnastiek	Volksdans	Zwemmen	Instuif	Plaats/Adres
di 10.00-11.15				x ²	De Havelaar (Buurthuis), D.Dekkerstr.2
di 12.00-12.45	x				KBO-kring, speeltuin
do 12.00-12.45	x				Bilderijkpark 2
wo 14.45-15.45				x ²	De Vierhoek
do 13.30-14.15	x				(Buurthuis)
do 14.45-15.30	x				Nic. Beetsstraat 84
do 12.30-13.15	x				Vincentius Kerk
					Gebouw 'De Burcht'
					J.van Lennepkade 281
do 15.30-16.15	x				Leger des Heils
					Overtoom 137

STADSDEEL E: D E P I J P

Dag/tijd	Gymnastiek	Volksdans	Zwemmen	Instuif	Plaats/Adres
ma 14.00-16.00				x	Sporthal De Pijp
vr 20.00-22.00				kegelen	Lizzy Ansinghstr. 88
di 13.45-14.30	x				Cinetol (Buurthuis)
wo 10.30-12.00			x		Tolstraat 162
wo 09.00-09.45	x				ANBO-afdeling
wo 10.00-10.45	x				Oranjekerk
wo 11.00-11.45	x				van Ostadestraat 151
vr 09.45-10.30	x				
vr 11.15-12.00	x				

STADSDEEL F: O U D - O O S T

Dag/tijd	Gymnastiek	Volksdans	Zwemmen	Instuif	Plaats/Adres
ma 15.00-15.45	x				Het Oosterhonk (Buurthuis) 1e Oosterparkstr 14
di 09.30-10.15	x				Buurthuis De Werf P. Nieuwlandstr 95
di 11.00-11.45	x				KBO-kring Bonifaciusparochie
di 13.15-14.15			50+		Buurthuis Iepenweg
di 14.30-16.00			50+		Iepenweg 11-13
vr 10.30-12.00			50+		
wo 11.00-11.45	x				De Gooyer (verzorgingshuis)
do 10.00-10.45	x				KBO-kring Sionkerk, (diaconie)

STADSDEEL G: OOSTELIJK HAVENGEBIED/INDISCHE BUURT

Dag/tijd	Gymnastiek	Volksdans	Zwemmen	Instuif	Plaats/Adres
ma 10.30-11.15	x				ANBO-afdeling
ma 11.30-12.15	x				Eltheto kerk
					Javastraat 118
ma 13.45-14.30	x				Flevohuis
					(verzorgingshuis)
					Kramatweg 20 A
di 10.00-10.45	x				ANBO-afdeling, Speel-
					tuin "Kindervreugd",
					Kramatweg 31 A
do 11.30-12.15	x				Het Karrewiel (buurt-
					huis), Batjanstraat 1

STADSDEEL H: B O S E N L O M M E R

Dag/tijd	Gymnastiek	Volksdans	Zwemmen	Instuif	Plaats/Adres
ma 15.45-16.30	x				ANBO-afdeling Wijkhaven
di 10.30-12.00			x ²		ANBO-afdeling Speeltuin Wiltzangh Flierfluiterspad
di 11.15-12.00	x				KBO-kring Pniëlkerk 4-Heemskinderenstr 56
?			x ²		

STADSDEEL J: A D M I R A L E N B U U R T

Dag/tijd	Gymnastiek	Volksdans	Zwemmen	Instuif	Plaats/Adres
ma 13.30-14.15	x				De Tagerijn (Buurthuis), B. Diazstr. 9
ma 14.30-15.15	x				
wo 10.00-10.45	x				De Tulp (Buurthuis) Postjeskade 200
wo 11.00-11.45	x				
do 13.45-15.15			x		
wo 12.00-13.00			x2		Nieuw-Vredenburg (verzorgingshuis) Postjesweg 125
do 12.30-13.15	x				
do 13.30-14.15	x				
do 14.30-15.15	x				
do 09.30-10.15	x				Chassé (Buurthuis) Chasséstraat 91
do 10.30-11.30			x		
vr 09.45-10.30	x				
vr 11.00-11.45	x				

STADSDEEL K: CONCERTGEBOUW/APOLLO/STADIONBUURT

Dag/tijd	Gymnastiek	Volksdans	Zwemmen	Instuif	Plaats/Adres
ma 14.00-15.00		x			Lydia (Buurthuis)
do 10.00-11.15		x			Roelof Hartplein 2 A
do 11.15-12.30		x			
ma 14.45-15.45			x ³		Zwembad Jellinek-
di 09.30-10.30			x ³		kliniek,
di 12.30-13.00			x ³		Jacob Obrechtstraat
wo 16.00-17.00			x ³		
di 12.45-13.30	x				Joods Maatschappelijk
vr 10.15-11.45		x			Werk "Beth Simcha", De Lairessestraat 13
di 12.15-13.00	x				Buurthuis De Meerpaal
wo 12.15-13.00	x				1e Schinkelstraat 30
do 10.00-11.30		x			
do 13.30-14.30	yoga 55+				
do 14.45-15.45	yoga 55+				
di 11.00-11.45	x				Buurthuis Zuid
di 12.15-13.00	x				Discusstraat 17 (dep)
wo 10.45-11.30	x				
do 13.30-15.00		x			
wo 09.30-10.15	x				De Coenen
wo 10.30-11.15	x				(Dienstencentrum)
wo 11.30-12.15	x				J.M. Coenenstraat 4
do 09.30-10.15	x				
do 10.30-11.15	x				
wo 10.00-12.00			x		Zuiderbad
					Hobbemastraat 26
wo 11.30-12.15	x				KBO-kring Obrecht
					Wijkgebouw Doopsge-
					zinde Gemeente
					Karperweg 5
wo 11.30-12.15	x				Speeltuin
do 09.30-10.15	x				Th. de Bockstraat
do 10.30-11.15	x				Bewonersvereniging
					"Het Nieuwe Huis"
					Roelof Hartplein 3

STADSDEEL L: R I V I E R E N B U U R T

Dag/tijd	Gymnastiek	Volksdans	Zwemmen	Instuif	Plaats/Adres
ma 10.00-10.45	x				Wijkcentrum Rivieren- buurt, Rijnstraat 113
ma 11.00-11.45	x				
do 09.30-10.15	x				
do 10.30-11.15	x				
do 11.30-12.15	x				

di 12.00-13.30			x		Buurthuis De Brug Pres. Kennedylaan 11
vr 09.00-09.45	x				
vr 10.00-10.45	x				
vr 11.00-11.45	x				

wo 11.00-12.00				x	De Mirandabad De Mirandalaan 9

STADSDEEL M: W A T E R G R A A F S M E E R

Dag/tijd	Gymnastiek	Volksdans	Zwemmen	Instuif	Plaats/Adres
di 12.45-13.30	x				De Vergulde Eenhoorn (buurthuis) Ringdijk 58
di 13.30-14.15	x				

wo 10.00-10.45	x				ANBO-afdeling 8
do 10.45-11.30	x				Onderlangs 36 c

do 12.45-13.30	x				KBO-kring H.H. Martelaren van Gorcum, Linnaeus-sociëteit Linnaeushof 94

STADSDEEL N: N O O R D

Dag/tijd	Gymnastiek	Volksdans	Zwemmen	Instuif	Plaats/Adres
ma 09.00-09.45	x				De Evenaar (Buurthuis) Kometensingel 189
ma 10.00-10.45	x				
ma 11.00-12.00	x				
ma 13.45-15.15			x		
do 13.00-14.30			x		
do 14.30-16.00			x		
ma 13.00-13.45	x				"De Purmer" Bredekerkepad 3 A
ma 14.15-15.00	x				
ma 15.45-16.30	x				't Twiske (UVV-groep) Cosmariumstraat 18
ma 10.45-11.30	x				De Gouwe (buurthuis) Markengouw 436
vr 11.00-11.45	x				
ma 12.45-13.30	x				De Open Vaart (multi- functioneel centrum) Hagedoornplein 1 B
ma 13.45-14.30	x				
di 14.00-14.45	x				
di 13.15-14.00	x				Het Zwanenmeer (buurthuis) Alkmaarderstraat 170
di 14.15-15.00	x				
di 12.30-13.15	x				KBO-kring Stefanuskerk Kamperfoelieweg 207
di 15.30-16.15	x				Kerkgebouw Wijkertje Wijkergouw 6 Schellingwoude
di 14.00-16.00			x		Het Breed (Buurtcentrum) Bovenover 241
do 10.30-11.15	x				
wo 09.00-09.45	x				Kadoelerbreek (serviceflat) Banne Buikslootln 397
wo 10.15-11.00	x				De Rietwijker (buurthuis) Parlevinker 9 Banne Buikslootln 75
do 10.00-11.30			x		
wo 13.00-14.30			x		
vr 09.45-10.30	x				De Driehoek (Buurthuis) Waddenweg 116

WORDT VERVOLGD

(vervolg)

STADSDEEL N: N O O R D

Dag/tijd	Gymnastiek	Volksdans	Zwemmen	Instuif	Plaats/Adres
wo 13.45-14.45			x		Diaconiegebouw (herv)
do 14.30-15.15	x				Durgerdammerdijk 78
wo 13.45-14.30	x				De Evenaar (Buurthuis) P/a L.O.M.-school Bessenpad 1
wo 15.15-16.00	x				Gymzaal "Ransdorp" Dorpsweg 31
do 09.30-10.15	x				Diaconiegebouw (herv) Achterlaan 3 Zunderdorp
vr 09.45-10.30	x				Bewonersgroep Stellingweg (serviceflat)
ma 14.00-15.00			x		Floraparkbad
wo 08.45-09.45			x		Sneeuwbalweg 5
vr 14.00-15.00			x		
di 13.45-14.30	x				De Banne (buurthuis) B. Buikslootln 63

STADSDEEL P: SLOTERMEER / GEUZENVELD

Dag/tijd	Gymnastiek	Volksdans	Zwemmen	Instuif	Plaats/Adres
ma 09.30-10.30			55+		Buurthuis Slotermeer
di 09.30-10.30			55+		J. de Louterstraat 1
di 12.15-13.15	x ¹				
di 13.30-14.30	x ¹				

ma 09.30-11.30				x	Sloterparkbad
wo 09.30-11.30				x	Slotermeerlaan 2-4

di 10.00-10.45	x				ANBO-afdeling Kerk De Hoeksteen Louis Couperusstr 133

di 11.00-11.45	x				KBO-kring "O.L.V. van zeven smarten", Aalbersestraat 242

di 12.30-13.15	x				KBO-kring Lourdes kerk Noordzijde 42

di 14.00-15.00			x		NIVON-groep Gebouw 't Swaentje Jan Zwanenburghof 28

di 13.30-14.45			x		Buurthuis Geuzenveld
di 14.45-16.00			x		Lamb. Zijlplein 7
wo 09.45-10.30	x				
vr 15.30-16.30	yoga	55+			

wo 13.30-15.00			x		NIVON-groep
wo 14.30-16.00			55+		Burg. de Vlugschool J. de Louterstraat 11

do 14.00-14.45	x				Slotermeer (verzorgingshuis) J. de Louterstraat 23

STADSDEEL Q: O S D O R P

Dag/tijd	Gymnastiek	Volksdans	Zwemmen	Instuif	Plaats/Adres
ma 10.30-12.00			x		De Aker (buurthuis)
vr 11.00-11.45	x				Noorder Akerweg 2
vr 12.00-12.45	x				
di 10.00-10.45	x				Jes (buurthuis)
vr 12.15-13.00	x				Klaas Katerstraat 8
wo 09.30-10.15	x				KBO-kring "St. Lucas"
					Buurthuis Osdorp
					Reimerswaalstraat 3
wo 10.30-11.15	x				Bewonersgroep
					Torenwijck
					(serviceflat)
					Ruimzicht 4-6
do 09.45-10.30	x				KBO-kring "St Paulus"
					Parochiegebouw
					Pieter Callandln 196
do 10.30-12.00			x		ANBO-afdeling
					Van Hertingenstr 30

STADSDEEL R: SLOTERVAART / OVERTOOMSE VELD

Dag/tijd	Gymnastiek	Volksdans	Zwemmen	Instuif	Plaats/Adres
di 09.45-10.30	x				KBO-kring St. Jan de Doper Gebouw De Schuilmink Poeldijkstraat 3
di 11.15-12.00	x				KBO-kring Verrijzenis van O.H. Jezus Chr. L. Bouwmeesterstr 76
di 13.00-14.30			55+		Het Anker (buurthuis) Jacq. Veltmanstr 21
di 14.30-16.00			55+		
vr 12.15-13.00	x				
vr 13.15-14.00	x				
vr 14.15-15.00	x				
wo 12.45-13.30	x				Buurtgroep Einsteinschool Voorburgstraat 258
do 11.00-11.45	x				De Schutse (verzorgingshuis) Comeniusstraat 20
do 11.45-12.30	x				KBO-kring Pius X Parochiegebouw J. Harbertsmastr 15

STADSDEEL S: B U I T E N V E L D E R T

Dag/tijd	Gymnastiek	Volksdans	Zwemmen	Instuif	Plaats/Adres
ma 09.45-10.30	x				Marius ten Cate
ma 10.45-11.30	x				v. Nijenrodeweg 937
ma 12.15-13.00	x				Buitenvelderts
wo 10.00-10.45	x				Ontmoetings Centrum
wo 11.00-11.45	x				v. Leyenberghlaan 89
do 14.00-14.45	x				
di 10.00-11.15			x		Buitenveldert
di 11.15-12.30			x		(Wijkcentrum) De Kamp 5
wo 09.45-10.30	x				KBO-kring St. Monica Verzorgingshuis Buitenveldert, Doornburg 49
wo 15.00-15.45	x				Pelgrimskerk
do 15.00-15.45	x				Van Boshuizenstr 560
do 10.45-11.30	x				Bewonersvereniging "De Klencke" Vreugdenhof

STADSDEEL T: Z U I D - O O S T

Dag/tijd	Gymnastiek	Volksdans	Zwemmen	Instuif	Plaats/Adres
ma 09.30-10.15	x				Holendrecht
ma 10.30-11.15	x				(buurthuis)
ma 19.00-20.30		50+			Holendrechtpl 37
ma 14.00-14.45	x				H-buurtvereniging Hofgeest 14
di 09.15-10.30		x			Creativiteitscentrum "Krater", Krimpertplein 3
di 13.30-14.15	x				De Venser
di 14.30-15.15	x				(verzorgingshuis)
di 15.30-16.15	x				Berth. Brechtstraat 1
di 16.00-16.45	x				Buurtgroep Driemond Jaargetijden 6
di 10.30-11.30			x		Bijlmerbad
do 10.30-11.30			x		
wo 09.30-10.15	x				Bewonersgroep
wo 10.30-11.15	x				Ravensteinstraat
wo 09.45-10.30	x				Bewonersgroep
wo 10.45-11.30	x				Kortvoort 100
wo 12.30-13.15	x				Bewonersgroep Garstkamp/Groenhoven
wo 13.45-14.30	x				Bewonersgroep Koornhorst/Kantershof
do 13.00-15.00				x	Bijlmersportcentrum Bijlmerpark 76
do 13.30-14.15	x				Sociëteit Soboveer
do 14.30-15.15	x				Kraaiennest 9
do 14.00-14.45	x				Nellestein (buurtgroep) Leerdamhof 268
vr 09.45-10.30	x				Vereniging Ouderen
vr 11.00-11.45	x				Gaasperdam (VOG) Peursumstraat
vr 13.00-13.45	x				Eben Haëzer
vr 14.15-15.00	x				(Verzorgingshuis)
vr 15.30-16.15	x				Wisseloord 219

BIJLAGE II: Enquête-formulieren**ENQUETE-FORMULIER****Meer Bewegen voor Ouderen (MBvO)****Inventarisatie-onderzoek****Secretarie stadhuis Amsterdam**

Sportbond: _____

Contactpersoon: _____

Telefoon (overdag): _____

01. Hoeveel Amsterdamse sportverenigingen zijn er bij Uw afdeling van de bond aangesloten ? Aantal: _____
02. Hoeveel leden zijn er in totaal bij deze Amsterdamse sportverenigingen aangesloten? Aantal: _____
03. Hoeveel mensen van 55 jaar en ouder (55+) zijn er lid van de Amsterdamse sportverenigingen in Uw tak van sport? Aantal: _____
04. Kunt U aangeven hoeveel mensen van 55 jaar en ouder (55+) nog aan de reguliere competitie deelnemen? Aantal: _____
05. Bestaat er in Uw tak van sport een zogenoemde veteranencompetitie?
☐ nee (→ vr. 07)
☐ ja, vanaf ____ jaar
06. Hoeveel mensen van 55 jaar en ouder nemen aan deze veteranencompetitie deel? Aantal: _____
07. Zijn er sportverenigingen aangesloten bij Uw sportbond, die speciale (recreatieve) sportactiviteiten voor ouderen (MBvO) organiseren?
☐ nee (→ vr. 13)
☐ ja
☐ niet bekend (→ vr. 13)
08. Kunt U aangeven hoeveel sportverenigingen speciale sportactiviteiten voor ouderen organiseren? Aantal: _____
09. Geeft Uw sportbond ondersteuning aan sportverenigingen, die speciale sportactiviteiten voor ouderen organiseren?
☐ nee (→ vr. 11)
☐ ja
10. Hoe ziet de ondersteuning van de sportverenigingen op het gebied van MBvO door Uw sportbond er uit? (meerdere antwoorden mogelijk)
☐ subsidie
☐ cursus/opleiding
☐ informatie/werving
☐ anders, namelijk _____

11. Zijn er sportverenigingen die ten behoeve van sportactiviteiten voor ouderen subsidie of ondersteuning ontvangen van een andere organisatie dan Uw sportbond?
☐ nee (→ vr. 13)
☐ ja
☐ niet bekend (→ vr. 13)
12. Welke organisatie verstrekt de subsidie of ondersteuning, waarvan in vraag 11 sprake is?

13. Bestaat er bij de sportverenigingen belangstelling om in de toekomst (meer) speciale sportactiviteiten voor ouderen te organiseren?
☐ nee (→ vr. 15)
☐ ja
☐ niet bekend
14. Bestaat er binnen de bij Uw bond aangesloten sportverenigingen behoefte aan een cursus of bijscholing met betrekking tot Meer Bewegen voor Ouderen (MBvO)?
☐ nee
☐ ja
☐ niet bekend
15. Kunt U hieronder aangeven welke knelpunten er optreden rondom de (toekomstige) organisatie van MBvO-activiteiten bij sportverenigingen aangesloten bij Uw sportbond?

Knelpunt 1: _____

 Knelpunt 2: _____

 Knelpunt 3: _____

16. Wilt U zo mogelijk hieronder de namen van enkele sportverenigingen vermelden, die specifieke sportactiviteiten voor ouderen (55+) organiseren, alsmede een telefoonnummer van een bestuurslid, die verantwoordelijk is voor deze activiteiten?

	Sportvereniging	Naam bestuurslid	Telefoon (overdag)
1.	_____	_____	_____ - _____
2.	_____	_____	_____ - _____
3.	_____	_____	_____ - _____

*** RETOURNEERT U DIT ENQUETE-FORMULIER ZO SPOEDIG MOGELIJK ***

Indien U vragen of opmerkingen heeft over deze enquête kunt U contact opnemen met de secretarie-afdeling Sport en Recreatie van het Stadhuis Amsterdam, telefoon 020 - 552.2795/552.3292

*** BEDANKT VOOR UW MEDEWERKING ***

ENQUETE-FORMULIER

Meer Bewegen voor Ouderen (MBvO)
Inventarisatie-onderzoek
Secretarie stadhuis Amsterdam

Naam verzorgingshuis: _____
 Contactpersoon: _____
 Telefoonnummer (overdag): _____

01. Worden er in Uw verzorgingshuis bewegingsactiviteiten (MBvO) georganiseerd voor de bewoners? ☐ nee (→ vr.13) ☐ ja
02. Wat voor soort MBvO-activiteiten vinden er plaats? ☐ sport en spel
☐ gymnastiek
☐ volksdansen
☐ anders, namelijk _____
03. Hoe vaak worden deze MBvO-activiteiten georganiseerd? ☐ 1 keer per maand
☐ meer keren per mnd
☐ 1 keer per week
☐ meer keren perweek
04. Hoeveel deelnemers zijn er gemiddeld bij deze activiteiten aanwezig? ☐ minder dan 5
☐ tussen 5 en 10
☐ tussen 10 en 20
☐ tussen 20 en 40
☐ meer dan 40
05. Hebben de MBvO-activiteiten binnen Uw verzorgingshuis een zogenoemde wijkfunctie, d.w.z. nemen er ook niet-bewoners uit de omgeving aan deze activiteiten deel? ☐ nee ☐ ja
06. Welke bijdrage betalen de bewoners (B) en de niet-bewoners (N) per keer, maand of jaar aan de MBvO-activiteiten? B: f _____ per _____
 N: f _____ per _____
07. Welke opleiding heeft de lesgever of begeleider van deze activiteit gevolgd? ☐ A.L.O./M.O.P.
☐ C.I.O.S.
☐ Ac. Fysiotherapie
☐ KNGB 240-uren-opl.
☐ Mensendieck
☐ Cesartherapie
☐ anders, namelijk _____
08. Heeft de lesgever of begeleider een MBvO-diploma, te weten volksdansen, zwemmen of gymnastiek en spel? ☐ nee
☐ ja, volksdansen
☐ ja, zwemmen
☐ ja, gymnastiek en spel.

09. Op welke manier is de lesgever of begeleider van de MBvO-activiteiten aan het verzorgingshuis verbonden? ☐ vrijwilliger
☐ in vaste dienst
☐ contractbasis
☐ free lance
☐ anders, namelijk _____
10. Welk honorarium ontvangt de lesgever of begeleider voor deze activiteiten per keer, maand of jaar? f _____ per _____
11. Ontvangt Uw verzorgingshuis ten behoeve van de organisatie van MBvO-activiteiten subsidie van buitenaf? ☐ nee (→ vr. 13)
☐ ja
12. Welke organisatie verstrekt de subsidie, waarvan in vraag 11 sprake is? _____
13. Bestaat er bij de bewoners van Uw verzorgingshuis behoefte aan (meer of andere) bewegingsactiviteiten? ☐ nee
☐ ja
☐ niet bekend
14. Bestaat er bij de ouderen (55+) in de omgeving van Uw verzorgingshuis behoefte aan (meer of andere) bewegingsactiviteiten? ☐ nee
☐ ja
☐ niet bekend
15. Bestaat er bij de lesgever/begeleider behoefte aan een cursus of bijscholing met betrekking tot MBvO? ☐ nee
☐ ja
16. Kunt U hieronder aangeven welke knelpunten er optreden rondom de (evt. toekomstige) organisatie van MBvO-activiteiten binnen Uw verzorgingshuis?
- Knelpunt 1: _____
- Knelpunt 2: _____
- Knelpunt 3: _____

*** RETOURNEERT U DIT ENQUETE-FORMULIER ZO SPOEDIG MOGELIJK ***

Indien U vragen of opmerkingen heeft over deze enquête kunt U contact opnemen met de secretarie-afdeling Sport en Recreatie van het Stadhuis Amsterdam, telefoon 020 - 552.2795/552.3292

*** BEDANKT VOOR UW MEDEWERKING ***

BIJLAGE III: Toelatingseisen MBvO-opleidingen

Opleiding MBvO-leid(st)er gymnastiek en spel:

Toegelaten kunnen worden zij, die één van de hierna volgende diploma's bezitten en minstens 18 jaar oud zijn:

- Akte MO-P
- Akte J (oude akte S)
- CIOS cq. MDGO-sb
- Akte N.Gy
- PABO-diploma (of vroegere onderwijzersopleiding met aantekening L.O.)
- Verenigingsleid(st)er gymnastiek (240-uren opleiding)
- Fysiotherapie
- Mensendieck
- Cesar
- Een gelijkwaardige opleiding, ter beoordeling aan de Raad van Advies van de Landelijke Stichting MBvO.

Opleiding MBvO-leid(st)er dans:

Toegelaten kunnen worden zij, die:

- de leeftijd van 18 jaar hebben bereikt
- beschikken over een zekere mate van muzikaal/ritmische vermogens en dansaanleg (wordt op volksdansgebied getoetst)
- Beschikken over een zekere mate van algemene ontwikkeling op minimaal eindniveau MAVO-4 of gelijkwaardig (dit ter beoordeling van de cursusleiding)
- (Volks)danservaring hebben
- gemotiveerd zijn om te gaan werken met ouderen

Opleiding MBvO-leid(st)er zwemmen:

Toegelaten kunnen worden zij, die één van de hierna volgende diploma's bezitten en minstens 18 jaar oud zijn:

- Diploma zwemonderwijzer(es)
- CIOS cq. MDGO-sb met aantekening zwemmen
- Akte J
- MO-P
- Fysiotherapie met minimaal een diploma zwemleid(st)er A
- Zwemleid(st)er B
- Een gelijkwaardige opleiding, dit ter beoordeling van de commissie Opleidingen van de KNZB.

