

Sport- en beweeg interventie beschrijving GB – bijlage Menukaart Sportimpuls 2018

Naam interventie:	Meer Bewegen voor Ouderen
--------------------------	----------------------------------

A) Kosten en uren

Vul hieronder het aantal uur in dat de lokale professional (aanvrager) kwijt is aan de **uitvoer van de sport en beweegactiviteiten**. Benoem steeds de **rol** van de professional (trainer, begeleider, etc.). Bij **structureel** vult u in hoeveel uur er nodig is om de interventie één keer volledig te kunnen draaien. Is er sprake van opstartkosten, die niet bij iedere uitvoer terug komen, dan vult u deze in bij **eenmalig**.

Directe kosten: personeel	Rol	Structureel	Eenmalig
Uren benodigd voor lokale uitvoer (aanvrager)	Uitvoerder professional * MBvO docenten voor 4 groepen per week gedurende 1,5 jaar	264 uur	uur
Uren benodigd voor lokale uitvoer (aanvrager)	Uitvoerder professional **MBvO docenten voor, informatie, voorlichting sportstimuleringsactiviteiten	20 uur	40 uur
Uren benodigd voor lokale uitvoer (aanvrager)	Benadering en coaching kwetsbare doelgroep. MBvO-docent en of andere partner uit het lokale netwerk. Door o.a. Meet, Weet en Beweeg'-bijeenkomsten	20 uur	100 uur
Uren benodigd voor lokale uitvoer (aanvrager)	Ondersteuning door eigenaar VML/Provinciale sportraad bij opstarten van bewegsgroepen	10 uur	130 uur
		314 uur	270 uur

Bovenstaand overzicht is gericht op benadering hele doelgroep 65+ in de wijk en gaat uit van 4 structurele bewegsgroepen gedurende de looptijd van de sportimpuls (2 jaar)

Sport- en beweeg interventie beschrijving GB – bijlage Menukaart Sportimpuls 2018

Vul hieronder de reële kosten in voor het benodigde materiaal voor de **uitvoer** van de interventie en alle kosten die verband houden met de organisatie, begeleiding en coördinatie van de Sport- en beweegactiviteiten. **N.v.t.** kruist u aan als er op deze post GEEN kosten hoeven te worden gemaakt. **Optie** kruist u aan als dit onderdeel optioneel is (bijvoorbeeld een extra module bij een basishandboek). Maak ook weer onderscheid tussen **eenmalige** en **structurele** kosten.

*MBvO docenten zijn uitvoerders. Zij benaderen de doelgroep en verzorgen de beweegactiviteiten, alsmede de uitvoering van voorlichting, informatie en sportstimuleringsactiviteiten in afstemming met de lokale organisatie en VML of Provinciale sportraden

Per groep zijn er per jaar maximaal 44 wekelijkse activiteiten á 1 uur inzet docent (44 uur per jaar). Uitgaande dat er 4 beweeggroepen starten gedurende het sportimpuls traject, zijn er na de opstart (1,5 jaar x 44 lessen per jaar x 1 uur pw x 4 groepen) = 264 lesuren begroot. Uitgaande van het Landelijk Adviestarief MBvO Basistarief € 51,05 incl. btw en diverse vergoeding zoals voorbereidingstijd, materialen, reistijd maar excl. kilometer.

**MBvO docenten worden ingezet werving en benadering, bij meet (afnemen van motorische fitheidstesten), weet (voorlichtingen) en bewegen (sport- en beweegstimuleringsactiviteiten). In het eerste jaar zijn daar 80 uur voor gereserveerd, daarna 40 uur per jaar.

Directe kosten: materieel	N.v.t.	Optie	Eenmalig	Structureel
Kosten voor materialen (incl. Buma/Sena bij structureel)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	€ 1.500	€ 250
Kosten voor de locatie (huur) 264 uur huur acc. a gemiddeld € 30,- incl BTW	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	€	€ 7.920
Indirecte kosten: organisatie	N.v.t.	Optie	Eenmalig	Structureel
Advisering, coaching en monitoring door eigenaar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	€ 1.815	€ 0,-
Deskundigheidsbevordering (training van uitvoerder, inclusief uren),	<input type="checkbox"/>	x	€ 3.000*	€ 400
Aanpassingen aan de accommodatie	x	<input type="checkbox"/>	€	€ 0,-
PR & Communicatie, benaderen doelgroep 65 +, meet, weet en beweeg bijeenkomsten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	€ 6.000	€ 500
Coördinatie (121 / 24uur)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	€ 8.470	€ 1.694

Let op: kosten die in deze bijlage niet zijn vermeld, al dan niet als optioneel, mogen straks NIET in rekening worden gebracht bij Sportimpulsaanvragers. De kosten gelden als richtlijnen voor aanvragers. De lokale invulling bepaald in welke mate de interventiekosten worden overgenomen in de begroting van de Sportimpuls aanvraag.

Sport- en beweeg interventie beschrijving GB – bijlage Menukaart Sportimpuls 2018

Vul hieronder de reële kosten in voor het benodigde materiaal voor de uitvoer van de interventie en alle kosten die verband houden met de organisatie

B) Toelichting bij de kosten

Licht hier de kosten toe, voor zover de tabellen hierboven geen mogelijkheid bieden. Licht in ieder geval toe, indien van toepassing:

- **Op wie de kosten van toepassing zijn. Gaat dit om een bedrag per persoon of per klas/school/gemeente?;**

Uitgangspunt is de hele populatie 65+ in een wijk/stadsdeel (of kleine gemeenten) te benaderen, te informeren, enthousiasmeren en coachen naar structureel meer bewegen in een wekelijkse groepsactiviteit. Streven is 4 beweeggroepen waarbij er aanbod is op elk niveau.

- **Als een deel van één post optioneel is en een deel niet;**

-

- **De specificering van wat onder eenmalig en wat onder structureel valt;**

Eénmalige kosten

- Opstart project, afstemming lokaal met de samenwerkingspartners en docenten, voorlichting en informatievoorziening,
- PR campagne bij start project
- Intensieve benadering doelgroep
- 'Meet (afnemen testen gericht op motorische fitheid) , Weet (voorlichtingsbijeenkomst) en Beweeg (MBvO-activiteiten)'-startbijeenkomsten in eerste 2 jaar
- Materiaalkosten

Structurele kosten:

- Het beweegaanbod dat wekelijks terugkomt, docent en accommodatie kosten:
264 uur x € 51,05 incl. = € 13.477,20 + 264 uur x € 30,-- = € 7.920,-- Totaal € 21.397,20
- De extra activiteiten zoals voorlichting in de setting waar de doelgroep te vinden is.
- Het structureel benaderen van de doelgroep en coaching individuen i.s.m. de partners in de wijk (met name bij eenzame senioren)
- De ondersteuning van de lokale organisatie op gebied van ledenadministratie en organisatie (10 uur per jaar)
- De ondersteuning van de provinciale sportraad t.a.v. advies werkvoorwaarden deskundigheidsbevordering en BUMA SENAREgeling
- Afkoop Buma Sena (Dit bedrag is variabel. Regeling verschilt per provincie. Richtbedrag is €100 per jaar)

Sport- en beweeg interventie beschrijving GB – bijlage Menukaart Sportimpuls 2018

- **Welke vorm van deskundigheidsbevordering er nodig is en hoeveel uur de professional daaraan kwijt is;**

Deelname aan de opleiding MBvO indien deze diplomering er nog niet is ligt tussen € 1.000 en € 1.500 p.p., jaarlijkse bijscholingen (3 á 4 dagdelen per jaar).

- **Welke vorm van ondersteuning/consultancy er nodig is;**

Ondersteuning van de VML/provinciale sportraden t.a.v. werkwijze van MBvO, het intentioneel les-en leidinggeven, arbeidsvoorwaarden, advies t.a.v. ZZP docenten,

Ondersteuning vanuit Provinciale Sportraden is in overleg met gemeenten/aanvrager/uitvoerder. Hieronder valt in ieder geval de Buma/Senaregeling.

Daarnaast kan de Provinciale Sportraden backoffice taken bieden zoals ondersteuning geven bij het lokaal organiseren van MBvO zoals bereikbaar zijn voor werkvoorwaarden, organisatievragen, bemiddelen samenwerkingspartners, netwerk e.d. Deze kostenpost is dus optioneel.

- **Welk deel van de kosten (kunnen) worden bekostigd door andere partijen (bijvoorbeeld een verzekeraar) of vanuit reeds beschikbare subsidiegelden;**

De deelnemers betalen een eigen bijdrage. Streefbedrag is € 12,00 per persoon/per maand (maar de hoogte is afhankelijk van lokaal beleid).

De opstartende vier groepen uitgaande van een totaal van 75 deelnemers x € 12,00 = € 900,-- per mnd. Uitgaande dat men tussen de 12 en 18 maanden deelneemt bedraagt de eigen bijdrage /cofinanciering ongeveer 12 mnd x € 900,-- = € 10.800,-- 18 mnd. X 900,-- = € 16.200,--

Het is ook mogelijk om de beweeglessen via de zorgverzekeraars vergoed te krijgen. Per zorgverzekeraar valt de vergoeding onder diverse onderwerpen zoals leefstijltraining, erkende preventiecurssussen , gezondheidscurssussen, preventieve curssussen. De hoogte van de vergoeding is ook divers.

- **Hoe de financiering na afloop van de impulsregeling Sport en Bewegen in de Buurt geregeld wordt (of kan worden).**

Deelnemers betalen vanaf begin een eigen bijdrage. Na de opstart van de activiteiten is het uitgangspunt dat de activiteit kostendekkend uitgevoerd kan worden. Om een groep kostendekkend te laten zijn, zijn er 19 deelnemers nodig. Afhankelijk van het gemeentelijk beleid is er (financiële) ondersteuning nodig zodat de meest kwetsbaren ouderen ook kunnen blijven deelnemen en de backoffice taken en BUMA SENA gefinancierd kunnen worden.

Sport- en beweeg interventie beschrijving GB – bijlage Menukaart Sportimpuls 2018

Toelichting kosten voor de uitvoering van MBvO

Inkomsten en uitgaven en subsidie

Afhankelijk van de activiteit zijn de onkosten verschillend.

Inkomsten

1. Eigen bijdrage deelnemers

Afhankelijk van de activiteit is de gemiddelde bijdrage per deelnemer tussen de € 9,00 tot € 15,00 per maand. Streefbedrag is € 12,00 per maand

Uitgaven

1. Zaalhuur

Maatschappelijk verantwoord tarief is per gemeente verschillend.

2. Lesgever

Honorarium MBvO-gediplomeerde docent.

VML brengt hier jaarlijks een adviestarief voor uit. U kunt het meest recente tarief vinden op www.vmlnederland.nl

Vanaf **september 2017** is het adviesbedrag € 29,15 (excl. btw) en excl. voorbereidingstijd, reistijd en reiskosten

Inclusief eerder genoemd kosten € 51,05 per uur.

Aanschafbasispakket MBvO-gymnastiek en spel/sport tussen de € 750,-- en € 1.000,--

Voor MBvO-volksdansen heeft de lesgever een muziekinstallatie nodig.

Indien deze niet in de accommodatie aanwezig is kan de lesgever haar/zijn

eigen installatie tegen een vergoeding meenemen.

Sport- en beweeg interventie beschrijving GB – bijlage Menukaart Sportimpuls 2018

Begroting één MBvO-activiteit op jaarbasis

Uitgaande van 44 weken per jaar. Tijdens schoolvakantie worden er geen lessen verzorgd.

Uitgaven

Accommodatiekosten;	44 weken á € 30,-- per uur	€ 1.320,--
Docent;	44 weken á € 51,05 per uur	€ 2.246,20
(inclusief diverse vergoedingen)		

Totaal € 3.566,20

Inkomsten

Deelnemersbijdragen varieert van € 9,-- tot € 15,-- per maand

Deelnemers betalen 10 maanden.

Minimaal aantal deelnemers is 12 € 1.080,--/€ 1.800,--

Maximaal aantal deelnemers 20/25 € 1.800,--/€ 3.750,--

(afhankelijk van de grootte van de locatie)

Uitgangspunten

- * Docenten onderhandelen met de opdrachtgever/werkgever over hun vergoedingen.
- * Voor docenten in loondienst moet rekening gehouden worden met de CAO waaronder de werkgever valt.
- * Een lesuur (= 60 min.) bestaat uit 45 á 50 minuten bewegen plus 10 á 15 minuten pauze. Pauze is geen vrije tijd voor de lesgever maar geeft invulling aan het sociale aspect van MBvO en is dus een essentieel onderdeel van de MBvO/Sport en Bewegen 55+ les.
- * Alle adviestarieven zijn exclusief btw.

Materiaalvergoeding:

Dit betreft zowel muziekkaparaatuur als sport- en dansmaterialen; muziekdragers en geluidsboxen, sportkleding, sportschoenen, ballen, ringen, hoepels, kegels, etc.

Vorbereidingstijdvergoeding:

Deze tijd is niet inbegrepen in boven genoemde tarieven.

Advies: ½ basistarief (€ 14,58) per lesuur.

Sport- en beweeg interventie beschrijving GB – bijlage Menukaart Sportimpuls 2018

Algemene info

Buma, Sena en mogelijke andere mediarechten.

De licenties voor mediarechten zijn de verantwoordelijkheid van de opdrachtgever/ werkgever. Er is een landelijke BUMA/SENA regeling waar men afhankelijk van de provincie waar men gevestigd is aan deel kan nemen.

Toelichting directe kosten personeel

Er vindt een intensieve benadering van de doelgroep plaats in samenwerking met lokale (zorg/welzijns/WMO) partners.

Er zijn voorlichtingen en laagdrempelige 'Meet, Weet en Beweegbijeenkomsten'.

Er wordt wekelijks een beweegprogramma uitgevoerd met 4 groepen ouderen met in totaal 75-100 deelnemers. Er zijn 4 lesgevers nodig om het programma uit te voeren. Elke beweegles duurt 1 uur inzet exclusief voorbereiding en reistijd.

Benadering en coaching kwetsbare doelgroep

De kwetsbare doelgroep wordt benaderd via het lokale netwerk van zorg/welzijns/wmo partners.

De coaching/begeleiding van deze doelgroep kan liggen bij dezelfde MBvO-docent die ook de voorlichting en lessen uitvoert in samenwerking met het lokale netwerk. Zij/hij kan in dit traject de inactieve senioren begeleiden naar een actieve leefstijl.

Ondersteuning VML/provinciale sportraden

De VML/ provinciale sportraden kan afhankelijk van de lokale situatie helpen met de communicatie en benadering doelgroep. In veel gemeenten is er geen lokale MBvO organisatie meer. Vooral voor startende lesgevers is hulp bij de opstart onontbeerlijk.

Indien er een lokale MBvO organisatie is hoort het idd bij indirecte kosten.

Aan de deelnemers wordt voorafgaand meet, weet en beweegdag aangeboden ter bewustmaking van de mogelijkheden en hun fysieke gesteldheid.

Sport- en beweeg interventie beschrijving GB – bijlage Menukaart Sportimpuls 2018

Toelichting Indirecte kosten

- De kosten voor materialen hebben betrekking op sport- en spelmateriaal (€ 1500,-) en de jaarlijkse kosten voor de afkoop van de BUMA/SENA regeling (€ 250,-) en indien nodig extra (vervanging) materialen
- De kosten voor zaalhuur is berekend op basis van 60 weken, 4 groepen en gemiddeld € 30,- zaalhuur per uur.
- In de post PR en benadering zijn de kosten van de 'Meet, Weet en Beweegdagen' opgenomen
- De kosten voor interventie eigenaar hebben betrekking op de ondersteuning bij het schrijven van de aanvraag, het coachen bij de voorbereiding en uitvoering alsmede het monitoren.
- De deskundigheidsbevordering heeft betrekking op de scholing van de lesgevers.
- Per project zullen lesgevers moeten worden opgeleid of bijgeschoold. Meestal is geen voldoende geschoold kader beschikbaar, daarom zijn deze kosten opgenomen á € 3.000,- voor opleiding van 2 docenten en € 400,- voor de jaarlijkse bijscholing van 4 personen
- De kosten voor PR en communicatie hebben betrekking op wervingskosten (folders, brieven, uitnodigingen en meet weet en beweegdagen) In totaal gaat het om € 1.500,-.
- Coördinatiekosten; De coördinatie kan liggen bij;
 1. Provinciale sportraden die een adviseur hebben die organisaties mee kan helpen/ondersteunen bij het opzetten van MBvO-activiteiten.
 2. Ook zijn er in Nederland in diverse gemeenten organisaties die MBvO-coördinatietaken uitvoeren. Maar ook binnen de gemeenten zelf zijn er personen die MBvO-coördinatietaken in hun takenpakket hebben.
 3. Via een adviseur/coördinator kunnen vereniging hen inhuren om MBvO-activiteiten op te zetten.

De coördinatiekosten hebben betrekking op :

- Planning van het project,
- afspraken vastleggen t.a.v. rollen en taken
- de afstemming tussen de werkzaamheden tussen alle betrokkenen in het project in de praktijk,
- het organiseren van overleg t.a.v. voortgang en resultaten
- voldoende samenwerking bij het werven van de deelnemers,
- zorgen dat er gekwalificeerde lesgeven beschikbaar zijn en bij ziekte worden vervangen zodat de continuering van de activiteiten gewaarborgd blijven.
- het organiseren van de opleiding en bijscholingen.

De interventie eigenaar kan samen met de Provinciale- en gemeentelijke Sportorganisaties deze coördinatie voor haar rekening nemen.

De uitvoering neemt 18 maanden in beslag (effectief 60 beweegweken) en de voorbereiding kost gemiddeld 4 maanden.

Sport- en beweeg interventie beschrijving GB – bijlage Menukaart Sportimpuls 2018

Licht hier de kosten toe, voor zover de tabellen hierboven geen mogelijkheid bieden. Licht in ieder geval toe, indien van toepassing:

- Op wie de kosten van toepassing zijn. Gaat dit om een bedrag per persoon of per klas/school/gemeente?;
- Als een deel van één post optioneel is en een deel niet;
- De specificering van wat onder eenmalig en wat onder structureel valt;
- Welke vorm van deskundigheidsbevordering er nodig is en hoeveel uur de professional daaraan kwijt is;
- Welke vorm van ondersteuning/consultancy er nodig is;
- Welk deel van de kosten (kunnen) worden bekostigd door andere partijen (bijvoorbeeld een verzekeraar) of vanuit reeds beschikbare subsidiegelden;
- Hoe de financiering na afloop van de impulsregeling Sport en Bewegen in de Buurt geregeld wordt (of kan worden).

Sport- en beweeg interventie beschrijving GB – bijlage Menukaart Sportimpuls 2018

C) Zoekvelden en filters in de database

In de online database van de Menukaart Sportimpuls kunnen aanvragers zoekfilters instellen. Wij vragen u hieronder de categorieën aan te vinken die op uw interventie van toepassing zijn.

Leeftijdscategorie:

- | | |
|-------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> 0-4 jaar | <input type="checkbox"/> 23-40 jaar |
| <input type="checkbox"/> 4-6 jaar | <input type="checkbox"/> 40-55 jaar |
| <input type="checkbox"/> 4-12 jaar | <input checked="" type="checkbox"/> X 55 jaar en ouder |
| <input type="checkbox"/> 12-18 jaar | <input type="checkbox"/> Alle leeftijden |
| <input type="checkbox"/> 18-23 jaar | |

Sporttype:

- | | | | |
|--|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> Aikido | <input type="checkbox"/> Freerunning | <input type="checkbox"/> Roeien | <input type="checkbox"/> Voetbal |
| <input type="checkbox"/> Atletiek | <input type="checkbox"/> Gehandicaptensport | <input type="checkbox"/> Rugby | <input type="checkbox"/> Volleybal |
| <input type="checkbox"/> Badminton | <input checked="" type="checkbox"/> X Gymnastiek | <input type="checkbox"/> Schaatsen | <input checked="" type="checkbox"/> X Wandelen |
| <input type="checkbox"/> Basketbal | <input type="checkbox"/> Handbal | <input type="checkbox"/> Schaken | <input type="checkbox"/> Watersport |
| <input type="checkbox"/> Beachvolleybal | <input type="checkbox"/> Handboogschieten | <input type="checkbox"/> Softbal | <input type="checkbox"/> Wielersport |
| <input type="checkbox"/> Bedrijfssport | <input type="checkbox"/> Hardlopen | <input type="checkbox"/> Squash | <input type="checkbox"/> Wintersport |
| <input type="checkbox"/> Bossabal | <input type="checkbox"/> Hockey | <input type="checkbox"/> Straatvoetbal | <input type="checkbox"/> Worstelen |
| <input type="checkbox"/> Bridge | <input type="checkbox"/> Honkbal | <input type="checkbox"/> Tafeltennis | <input type="checkbox"/> Zaalvoetbal |
| <input checked="" type="checkbox"/> X Dansen (countryline/werelddans) | <input type="checkbox"/> Judo | <input type="checkbox"/> Tennis | <input type="checkbox"/> Zwemsport |
| <input type="checkbox"/> Fietsen | <input type="checkbox"/> Kaatsen | <input type="checkbox"/> Turnen | <input checked="" type="checkbox"/> X Anders: |
| <input type="checkbox"/> Fitness | <input type="checkbox"/> Korfbal | <input type="checkbox"/> Vechtsport | <input checked="" type="checkbox"/> Watergym/yoga/MBVO Functioneel trainen |

Setting:

- | | | |
|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> Basisonderwijs | <input type="checkbox"/> Speciaal onderwijs | <input type="checkbox"/> Bedrijfsleven |
| <input type="checkbox"/> Voortgezet onderwijs | <input type="checkbox"/> Buitenschoolse opvang | <input checked="" type="checkbox"/> X Wijk |
| <input type="checkbox"/> Beroepsonderwijs | <input checked="" type="checkbox"/> X Zorg | <input checked="" type="checkbox"/> X Welzijnsorganisatie |

Sport- en beweeg interventie beschrijving GB – bijlage Menukaart Sportimpuls 2018

Plaats:

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Opvang | <input type="checkbox"/> Playground |
| <input type="checkbox"/> School | <input type="checkbox"/> Openbare ruimte |
| <input checked="" type="checkbox"/> Sportvereniging | <input checked="" type="checkbox"/> Zorgcentrum |
| <input checked="" type="checkbox"/> Zwembad | <input checked="" type="checkbox"/> Welzijnsinstelling |
| <input checked="" type="checkbox"/> Sporthal | <input type="checkbox"/> Werkplek |
| <input type="checkbox"/> Sportschool | <input checked="" type="checkbox"/> Anders: <i>Wijkgebouw</i> |

Doelgroep:

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Meisjes | <input type="checkbox"/> Wa-jongeren |
| <input type="checkbox"/> Vrouwen | <input type="checkbox"/> Zwerfjongeren |
| <input type="checkbox"/> Jongens | <input type="checkbox"/> Volwassenen |
| <input type="checkbox"/> Mannen | <input type="checkbox"/> Ouders met jonge kinderen |
| <input checked="" type="checkbox"/> Allochtonen | <input type="checkbox"/> Volwassenen met een chronische ziekte |
| <input type="checkbox"/> Baby's | <input type="checkbox"/> Volwassenen (verhoogde kans op) overgewicht |
| <input type="checkbox"/> Peuters | <input type="checkbox"/> Volwassenen met een beperking |
| <input type="checkbox"/> Kleuters | <input type="checkbox"/> Werknemers |
| <input type="checkbox"/> Oudere jeugd | <input type="checkbox"/> Werklozen |
| <input type="checkbox"/> Jeugd met overgewicht | <input type="checkbox"/> Dak- en thuislozen |
| <input type="checkbox"/> Jongeren | <input checked="" type="checkbox"/> Ouderen |
| <input type="checkbox"/> Jongeren met een beperking | <input checked="" type="checkbox"/> Inactieve ouderen |
| <input type="checkbox"/> Jongeren met gedragsproblemen | <input checked="" type="checkbox"/> Gepensioneerden |
| <input type="checkbox"/> Schoolverlaters | <input type="checkbox"/> Anders: |
| <input type="checkbox"/> Studenten | |