

Plan van Aanpak Beweegaanbod Eurobudget van Menzis

Aanleiding

Er is een budget beschikbaar gesteld door zorgverzekeraar Menzis, waardoor we een preventief beweegaanbod voor kwetsbare inwoners van Apeldoorn met een laag inkomen (tot 150% wettelijk minimum) en een grote gezondheidsachterstand (geestelijk / fysiek / sociaal) kunnen aanbieden. Speciale aandacht gaat hier uit naar mensen vanuit de GGZ doelgroep.

Doel van het project

Het doel hiervan is om de gezondheid (in de brede zin van het woord) van de deelnemers te verbeteren, en bij wie dat niet haalbaar is, tenminste te behouden.

Opdracht

Het uitwerken van een preventief beweegaanbod voor kwetsbare inwoners van Apeldoorn met een laag inkomen (tot 150% wettelijk minimum) en een grote gezondheidsachterstand (geestelijk / fysiek / sociaal). Het doel hiervan is om de gezondheid (in de brede zin van het woord) van de deelnemers te verbeteren, en bij wie dat niet haalbaar is, tenminste te behouden.

De uitwerking in een activiteitenplan, planning en begroting, met onderscheid naar 2 fasen:

- Activiteiten die nodig zijn ter voorbereiding van het beweegaanbod en de interne organisatie van het beweegaanbod (administratie, kasfunctie): wat moet gebeuren, wie doet wat, wanneer gereed, ureninzet, kosten.
- Activiteiten die nodig zijn vanaf het moment dat het beweegaanbod operationeel is: wie doet wat, ureninzet, kosten, indicatie aantal inwoners dat gebruik kan maken van het aanbod binnen het financiële budget in 2016.

Opdrachtgever

De opdrachtgever is de eenheid Jeugd, Zorg en Welzijn van de Gemeente Apeldoorn namens Menzis zorgverzekeringen.

Budget

Inzet is om de voorbereidingen te financieren uit het budget voor 2015/2016, zijnde 46.920,- euro. Het budget voor 2016/2017 is 60.240,- euro.

De grote lijnen van het uit te werken beweegaanbod

Veel (fysieke/ geestelijke/ sociale) gezondheidswinst is te behalen door een actieve leefstijl waar bewegen een belangrijk onderdeel van uitmaakt. Bekend is dat sociale, geestelijke of fysieke problemen onderling vaak sterk verweven zijn. Bewegen wordt gezien als een middel om zich fysiek en geestelijk beter te voelen, wat weer een positief effect heeft op het sociale leven. De groep waarvoor het beweegaanbod bedoeld is, voelt zich om welke reden dan ook, niet in staat om deel te nemen aan regulier beweegaanbod, zelfstandig te bewegen of te sporten bij verenigingen. Omdat die stap te groot is, blijven ze inactief.

Het beoogde beweegaanbod stimuleert de uitstroom naar regulier beweegaanbod of zelfs de deelname aan sportverenigingen. Veel ervaring met deze doelgroep is al opgedaan tijdens de projecten 'Beleef mee'

(gericht op het verbeteren van de participatiemogelijkheden van deelnemers) en SLIMMER (gericht op het voorkomen van diabetes). Deze ervaring wordt zo veel mogelijk betrokken bij de uitwerking van het beweegaanbod.

Het beweegaanbod kent de volgende stappen:

- PR en Promotie
- aanmelding
- intake
- deelname aan de begeleide beweegactiviteit
- begeleide uitstroom

- Aanmelding

Belangrijk is dat deelnemers zich zelf aanmelden, bijvoorbeeld via een website (à la Talent). Daarbij kunnen zowel huisartsen als klantmanagers een stimulerende en verwijzende rol spelen.

- Intake

Past de aanmelding binnen de doelgroep? Toets op inkomen en gezondheidsachterstand. Is de gewenste beweegactiviteit geschikt voor de deelnemer?

- Deelnemen aan de beweegactiviteit

Het bewegen dient te gebeuren in een veilige, prikkelarme omgeving en dient begeleid te worden door een professional die weet om te gaan met de doelgroep. Geschikte professionals zijn te vinden onder de fysiotherapeuten, beweegcoaches van ACCRES, beweegagoog GGZ. Tijdens de projecten SLIMMER en Beleef mee is ervaring hiermee opgedaan. Voor deelnemers is belangrijk dat ze zich thuis voelen in de groep en de omgeving en dat het beweegaanbod aansluit bij hun behoefte. Er is behoefte aan o.a. s: wandelen, fietsen, spinning, een wekelijkse sportinstuif. Geïnterviewd dient te worden welk beweegaanbod momenteel al voorhanden is waar bij aangesloten kan worden. Denk aan het aanbod via “uniek sporten” (voor sporters

met een handicap), het fietsgilde, diverse wandelclubs, deelname aan de Apeldoornse Diabetes Challenge. Hier ligt ook een rol voor de Sportagenda Apeldoorn, namelijk in de verbinding met sportverenigingen die maatschappelijk actief (willen) zijn en hun vereniging en/of beweegaanbod (willen) openstellen voor de doelgroep. Van deelnemers aan de beweegactiviteit wordt een kleine financiële bijdrage gevraagd. De bijdrage mag niet drempelverhogend werken.

- Begeleiding naar uitstroom

Het beweegaanbod bereidt deelnemers voor op uitstroom naar regulier beweegaanbod. De professional biedt daarbij de helpende hand. Naar verwachting zal uitstroom niet voor alle deelnemers zijn weggelegd. Structureel gebruik blijven maken van dit beweegaanbod behoort voor een kleine groep tot de mogelijkheden. Ook kan de Sportagenda Apeldoorn een verbindende rol vervullen vanuit het thema ‘iedereen doet mee’.

Wat is er nodig?

Fase 1:

- Locatie voor beweegaanbod in twee wijken in Apeldoorn realiseren en inzetten personeel;
- Instroom regelen; Aanpassing Website via Gemeente voor matching van de doelgroep
- Inzet projectleider via Gemeente; 4 uur per week
- Inzet PR en communicatie via Gemeente

Fase 2:

Begeleide uitstroom realiseren

- Door middel van in kaart brengen van het huidige beweegaanbod voor kwetsbare groepen
- Relaties en verbindingen leggen met lokale sportverenigingen en eventueel gebruik maken van hun accommodaties door gezamenlijk passend aanbod te creëren. Mede door gebruik van subsidies toegekend door de Sportraad.
- Toeleiding vorm geven door bewegecoaches

Rol van de projectleider

- Inventariseren van de behoefte en de witte vlekken
- Passend aanbod ontwikkelen in verschillende wijken in Apeldoorn door middel van samenwerking met Accres.
- Passend aanbod ontwikkelen in samenwerking met Sportcentrum Kerschoten en GGnet, door middel van omzetting fitness en spinning van de tussengroep GGZ, met investering van GGnet.
- PR
- Toegang, Infrastructuur en/ of website ontwikkelen.
- Relaties leggen en verbindingen maken met het beweegaanbod in de ontmoetingsplekken en de bijzondere vormen van bewegen, voor de kwetsbare groepen.
- Doorontwikkeling naar de algemene voorzieningen.

Voorwaarde deelname;

Kwetsbare inwoners van Apeldoorn met een laag inkomen (tot 150% wettelijk minimum) en een grote gezondheidsachterstand (geestelijk / fysiek / sociaal), maar dit zijn geen harde eisen, de voorwaarden en instroom worden geregeld via een matchingsysteem. Inwoners die zich via de gemeente collectief verzekerd hebben bij Menzis hebben voorrang bij aanmelding.

De mensen betalen een eigen bijdrage van 50 cent per activiteit , deze bijdrage wordt verrekend met de facturatie.

Begroting



begroting def.pdf

Kasfunctie; Facturatie wordt gedaan door het Sportcentrum en Accres naar de eenheid Jeugd, Zorg en Welzijn van de Gemeente Apeldoorn.

Planning

Vanaf 1 juli vier keer per week aanbod in Sportcentrum Kerschoten van één uur, in combinatie van 2 keer spinning en 2 keer fitness.

Per 1 september 1 keer per week een Beweeginstuif van twee uur per avond opstarten in een gymzaal in Zuid/Maten.

Per 1 oktober 1 keer per week Yoga en `1 keer per week Aerobics/Bootcamp in een gymzaal in Orden.

Evalueren in november en mogelijkheden voor uitbreiding onderzoeken voor 2017.

Mogelijke knelpunten

Mensen die momenteel al dan niet via de zorgverzekeraar sporten bij de fysiotherapie praktijken in verband met diabetes, COPD etc. en een laag inkomen hebben, kunnen de overstap maken naar dit aanbod. De inschatting is dat er binnen de AOW,WAO en andere uitkeringstypen , veel mensen zitten die hier gebruik van kunnen gaan maken. Hierdoor kan er een enorme toeloop gaan ontstaan.

Hoe gaan we dat vormgeven, wanneer hierdoor een grote aanloop komt? Het budget is leidend, als het geld op is, is het aanbod ook klaar. Wel kan er doorstroom gaan plaatsvinden, zodat er weer ruimte komt voor nieuwe deelnemers.

Wanneer blijkt dat er meer expertise nodig is van de verschillende doelgroepen die binnen gaat komen om te sporten en de huidige fitness/spinninginstructrice het niet alleen aankan, zal er gekeken moeten worden naar deskundigheidsbevordering en/of extra inzet van deskundig personeel. Dit geldt voor alle beweegactiviteiten die we gaan aanbieden.