



# Let the senior games begin!

## **achtergrond**

Sport levert een belangrijke bijdrage aan de gezondheid, het levensplezier van mensen, maar ook aan de sociale cohesie in de maatschappij. Dit geldt uiteraard ook voor de grote groep senioren. In Zaanstad groeit die groep van 18.000 huishoudens nu tot 26.000 in 2030.

Veel Zaanse senioren sporten nog actief: individueel of bij een van de ongeveer tweehonderdvijftig sportverenigingen in de stad. Daarnaast zijn er nieuwe landelijke initiatieven, specifiek gericht op sporten voor senioren die voorzien in een groeiende behoefte aan gezondheid en gezelligheid.

Een voorbeeld is *Walking Football*. Meer dan de helft van de spelers vindt dat het de fitheid verbetert; een op de vijf zegt er makkelijker door in contact te komen met anderen. Dat geldt ook voor *Golden Sports*: een laagdrempelige vorm van samen werken aan je gezondheid die steeds meer senioren trekt.

Sport verbreedert en dat is zeker voor senioren van belang omdat veel contacten wegvallen. Het teamgevoel of buurtgevoel zorgt dan voor nieuwe broeders. Ook als senioren uit verschillende wijken het tegen elkaar opnemen in teamverband zal er verbroedering en verbinding ontstaan.

## **seniorenspele**

De *Seniorenspele*n worden het belangrijkste evenement voor senioren sport in Zaanstad: een competitie die mensen van 65 jaar en ouder in beweging en met elkaar in contact wil brengen. De Seniorenspele n zijn gebaseerd op de Olympische waarden: uitmuntendheid, vriendschap en respect.

De competitie bestaat uit een aantal sporten voor senioren waaraan buurt- of wijkteams kunnen meedoen. Dat is belangrijker dan winnen; daarom zijn teamprestaties even belangrijk als individuele prestaties. De Seniorensporten vinden plaats in alle kernen van Zaanstad.

Om zoveel mogelijk senioren te betrekken bij de activiteiten, sluiten de Seniorengames aan bij hun interesses en hun mogelijkheden. We organiseren zeven toernooien in zeven verschillende sporten, bijvoorbeeld bridge, schaken, walking voetbal, tennis, bowlen, zwemmen, korfbal, of nordic walking.

Om het saamhorigheidsgevoel te vergroten, organiseren we per wijk brede teams waarin individuele deelnemers of teams tegen elkaar strijden. We streven ernaar om uit de zeven Zaanse kernen zeven kernteams samen te stellen van sportieve senioren. De deelnemers doen elk mee aan één sport.

In elke kern organiseren de sportverenigingen samen een toernooi op de locatie van één sportvereniging; zeven toernooien die achtereenvolgens plaatsvinden, bijvoorbeeld korfbal in Krommenie, zwemmen in Zandijk en walking voetbal in Wormerveer.

### **let the senior games begin!**

- De Seniorensporten starten met het aansteken van het Oude Vuur: meegenomen vuur van de Olympische Spelen in 2018.
- Elk kernteam traint in de aanloop naar het toernooi voor de Seniorensporten en krijgt daarbij begeleiding van experts uit de bestaande sportverenigingen.
- Elk sporttoernooi van de Seniorensporten wordt afgesloten met een barbecue en borrel om gezellig na te praten. De bedrijven in de wijk helpen bij de aankleding.
- Studenten en scholieren kunnen helpen bij de organisatie en begeleiding van de afzonderlijke toernooien of de Seniorensporten; daarvoor benaderen we de scholen.
- Ook experts van de sportverenigingen en Sportbedrijf Zaanstad helpen als adviseur mee met de organisatie van de toernooien en de begeleiding van seniorenporters.
- De seniorenvereniging Zaanstreek denkt mee en helpt bij de werving van seniorenporters voor de vorming van kernteams.
- De sociale wijkteams en sportverenigingen spelen een belangrijke rol in de werving en verbinding van senioren.
- De lokale media helpen als mediapartners mee van de Seniorensporten een succes te maken door de spelen en de afzonderlijke toernooien aan te kondigen, verslag te doen en resultaten te publiceren.
- Er zullen ranglijsten per toernooi gecommuniceerd worden en een medaillespiegel voor de kernteams.
- Elk team heeft natuurlijk sportkleding in de couleur locale nodig: een uitgelezen mogelijkheid voor de lokale middenstand om de trouwe klanten te helpen, bijvoorbeeld met shirtsponsoring.
- De winnende kern krijgt een bokaal en een wijkprijs: de huldiging vindt na afloop van het laatste toernooi plaats op de Dam; daar vieren we met zijn alleen een groots slotfeest.
- Naast de coördinatoren van de sportvereniging stelt de gemeente een projectleider aan die de spelen coördineert.
- Lokale sportlegendes als Rob Rensenbrink, John Rep en Sonny Silooy helpen de Seniorensporten tot een succes te maken als ambassadeur en natuurlijk als deelnemer!

## bereik

Senioren kunnen zelf als lid van een van de kernteams deelnemen aan de spelen, maar natuurlijk ook meehelpen met de organisatie of als toeschouwer de deelnemers aanmoedigen. Elk kernteam bestaat uit veertig tot vijftig deelnemers: in totaal dus rond de driehonderd senioren.

Natuurlijk komen niet alleen de deelnemers die zelf moeten sporten naar de toernooien; hun teamgenoten moedigen hen aan. Daarnaast komen zeker honderd senioren uit de buurt kijken; andere senioren blijven op de hoogte via De Zaankanter, Dagblad Zaanstreek en RTV Zaanstreek.

## planning

In onderstaande tabel is het programma voor de Seniorensporten weergegeven. Voor de start van de Seniorensporten vindt een startoverleg plaats met alle sleutelspelers waarbij afspraken gemaakt worden die door de projectleider in een projectplan vastgelegd worden. In de bijlage is een indicatieve projectplanning opgenomen voor de toernooien en bijeenkomsten.

maart	april	mei	juni	juli
kickoff project				
	aankondiging			
	training en begeleiding deelnemers			
			toernooien	
				slotceremonie

## kosten

De kosten voor de Seniorensporten zijn beperkt door inzet van vrijwilligers uit de sportverenigingen, sponsorbijdragen van middenstanders, promotie door de mediapartners en bijdragen vanuit Sportbedrijf en de gemeente.

kosten	bedrag	bijdrage
Vergaderingen		Bij Sportbedrijf of op het stadhuis
Sportkleding		Door shirtsponsors
Aanschaf sportmaterialen	1.000	Deels via sportvereniging
Aankleding locaties	1.500	Deels door vrijwilligers
Vergoeding begeleiders	1.500	Deels door vrijwilligers
Sportaccomodatie (toernooi)		Door sportverenigingen (met vrijwilligers)
Projectleiding		Door Sportbedrijf of gemeente
Advies en begeleiding	1.000	Inzet extern advies en ondersteuning
Prijs		Ter beschikking gesteld door de bedrijf/gemeente
Catering		Door sponsors (lokale bedrijven)
Slotceremonie	2.000	Deels sponsoring en vrijwilligers

