



# **ONTDEK OLDSTARS TAFELTENNIS**

*Een leven lang sporten bij de  
vereniging*

# Wat doen we?



## Sociaal

Stranduitjes  
Kerst  
Samen Breien  
Zilverlijn

## Vitaal

OldStars Sport  
De Derde Helft  
OldStars id Wijk

## Digitaal

Welkom  
Online

## Mobiel

PlusBus

## Innovatie & onderzoek

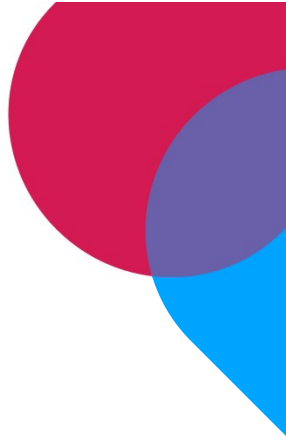
Ouderenpanel

# Waarom OldStars Sport?

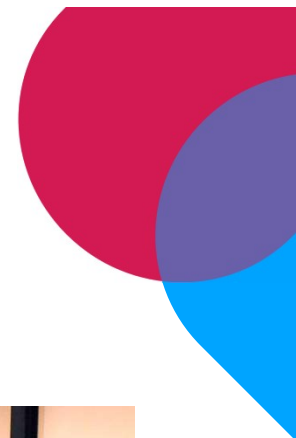
- Nieuwe leden en extra vrijwilligers
- Een trainingsaanbod dat aansluit bij senioren
- Bijdragen aan de maatschappelijke én sportparticipatie van 65-plussers
- Een betere benutting van je accommodatie

## Met OldStars Sport kies je voor

- Een goed onderbouwde erkende interventie
- Een bewezen beweegmethode voor meer dan 15 verschillende sporten
- Begeleiding bij het opstarten
- Een leven lang bewegen op jouw vereniging



# Wat is OldStars Tafeltennis



# Wat is OldStars Tafeltennis

- Een versie van tafeltennis voor mensen van 65 jaar en ouder
- Het programma helpt je fit te blijven, nieuwe mensen te ontmoeten en plezier te hebben.
- Er is aandacht voor een goede warming-up (ASM-methode).
- Opgeleide trainers helpen je veilig en toegankelijk te bewegen.
- Bij OldStars Tafeltennis gaat het om gezondheid, sociaal contact en plezier.

# Dit is OldStars tafeltennis



# Begeleidingstraject

## Proces

- Interesse gesprek
- 3 voorwaarden
- Plan van aanpak
- Sportbedrijf
- \*Subsidiemogelijkheden
- Kick-off
- Verantwoordelijkheden vereniging / NOF

## Product

- ASM – OldStars cursussen
- Communicatiematerialen
- Ondersteunende documenten en ervaringen

## Overigen

- Nieuwsbrief
- Impactmeting
- Evaluatie na afronden traject
- Doorontwikkeling > EHBO, sociaal maatschappelijk aanhaken

# Vragen aan de praktijk

- OldStars Sport opzetten wordt alleen succesvol als er een vrijwilliger is die het trekt
- Er gaat veel tijd zitten in het blijven werven van deelnemers
- Als we dit starten, komt er toch niemand op af

# Vragen aan de praktijk

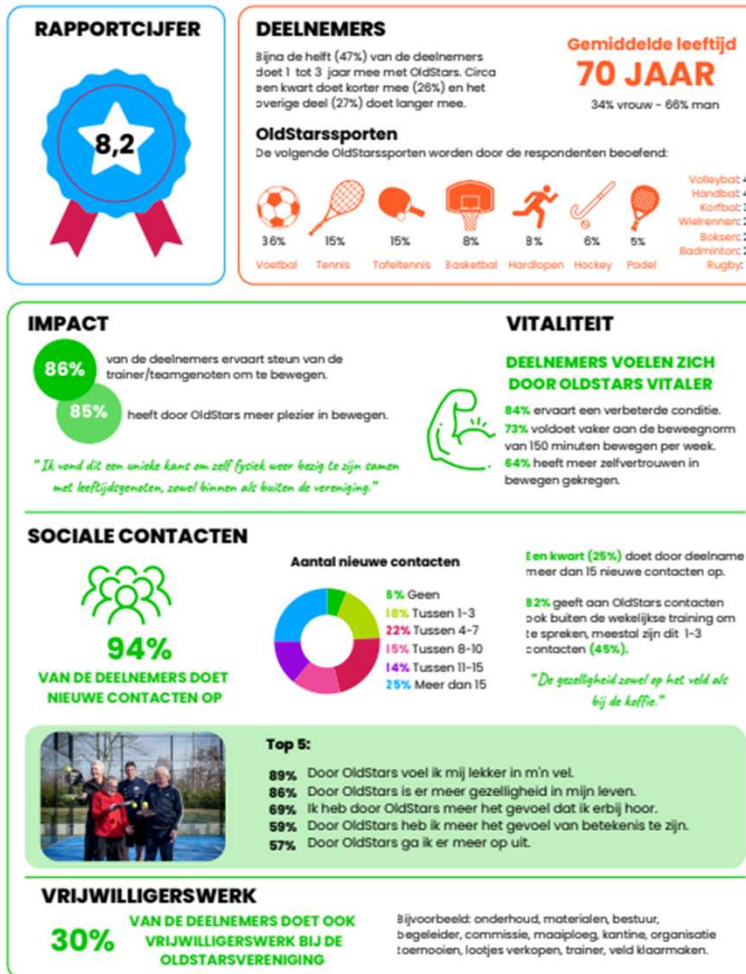
- OldStars opzetten lukt alleen als we subsidie kunnen krijgen
- De warming-up, het toepassen van ASM is bij ons niet nodig

# Ons aanbod

- **Duurzaam aanbod;** OldStars als vast onderdeel van sportaanbod.
- **Startpakket;** plan van aanpak, praktijkvoorbeelden, de spelregels, een ASM OldStars opstartcursus, flyers en posters
- **Begeleiding op maat;** tot en met de kick-off, doorlooptijd 3-5 maanden
- **Training en scholing;** ASM-OldStars opstartcursus voor nieuwe verenigingen. Aanvullend bieden we ASM verdieping voor trainers, zoals een ASM-OldStars opfriscursus en EHBO-trainingen.
- **Communicatie en pr;** landkaart van oldstars.nl, toegang tot formats voor drukwerk, social media en lokale persberichten
- **Inspiratie en voordelen;** OldStars-nieuwsbrief en exclusieve kennisclips over bewegen en senioren

# Impact- meting 2025

## RESULTATEN IMPACTMETING OLDSTARS 2025



# Het succes van OldStars in cijfers

*De impact van OldStars op verenigingen*

- Gemiddeld 15 nieuwe leden
- Gemiddeld 6 nieuwe vrijwilligers
- Gemiddelde OldStars deelnemer is 70 jaar
- Bij 29% van de verenigingen heeft OldStars ervoor gezorgd dat er ook andere maatschappelijke activiteiten worden georganiseerd zoals met kerst, Pasen
- Er wordt nauwer samengewerkt met Sportbedrijven en gemeenten
- 91% van de verenigingen beveelt OldStars aan

# Wil een vereniging verder?

- Neem contact op:
- Carlie van Teeckelenburgh
- [oldstars@ouderenfonds.nl](mailto:oldstars@ouderenfonds.nl)

