

A) Kosten en uren

Hieronder het aantal uur dat de lokale professional (aanvrager) kwijt is aan de **uitvoer van de activiteiten** voor de einddoelgroep. De **rol** van de professional (trainer, begeleider, etc.) staat benoemd, net als of uren **structureel** (terugkomend) zijn, of eenmalig (opstartkosten). Uren voor de coördinator vallen onder indirecte kosten.

Directe kosten: personeel	Rol	Structureel	Eenmalig
Uren benodigd voor lokale uitvoer (aanvrager)	Lesgever/ instructeur/ trainer	45 uur	Programmering 10 uur
Uren benodigd voor lokale uitvoer (aanvrager)	Lesgever/ instructeur/ trainer	uur	Cursus 6 uur
Uren benodigd voor lokale uitvoer (aanvrager)		uur	uur

Hieronder de reële kosten voor het benodigde materiaal voor de **uitvoer** van de interventie (direct) en alle kosten die verband houden met de organisatie, begeleiding en coördinatie van de Sport- en beweegactiviteiten (indirect). **Optie** betekent dat dit onderdeel (mogelijk) niet noodzakelijk is (bijvoorbeeld als materiaal al in eigen beheer is van de sportaanbieder is). Ook hier is onderscheid gemaakt tussen **eenmalige** en **structurele** kosten.

Directe kosten: materieel	N.v.t.	Optie	Eenmalig	Structureel
Kosten voor materialen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	€ 20.000,- / 35.000,- exclusief btw	€ 2.000,- / 3.000,- exclusief btw
Kosten voor de locatie (huur)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	€ 4.000,- / 8.000,- exclusief btw	€ 400,- / 800,-
Indirecte kosten: organisatie	N.v.t.	Optie	Eenmalig	Structureel
Advisering, coaching en monitoring door eigenaar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	€ 1.500,-	€ 0,-
Deskundigheidsbevordering (training van uitvoerder, inclusief uren)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	€	€ 1.000,-
Aanpassingen aan de accommodatie	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	€5.000,-	€
PR & Communicatie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	€ 2.500,-	€ 750,-
Coördinatie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	€ 500,-	€ 250,-
	-	<input type="checkbox"/>	€	€
	-	<input type="checkbox"/>	€	€
	-	<input type="checkbox"/>	€	€

Let op: kosten voor de uitvoer van de interventie die in deze bijlage niet zijn vermeld, al dan niet als optioneel, mogen NIET in rekening worden gebracht. De hierboven genoemde kosten zijn de reële kosten voor de uitvoer van de interventie, de kosten gelden als richtlijnen, dat wil dus niet zeggen dat al deze kosten vanuit de Sportimpuls middelen gefinancierd kunnen worden. Zie hiervoor de criteria en toelichting van ZonMw. De lokale invulling bepaald in welke mate de interventiekosten worden overgenomen in de begroting van een Sportimpuls aanvraag.

B) Toelichting op bovengenoemde kosten:

Directe kosten: personeel

Uren voor begeleiding van de activiteiten in de beweegtuin zijn afhankelijk van het aantal groepen en de frequentie waarin die gebruik maken van de beweegtuin. Voor het rekenvoorbeeld is uitgegaan van 1 activiteit per week met 1 groep. Het aantal uren is dan eenvoudig op schaalbaar naar meer groepen per week. De beweegtuin kan ook ingezet worden als startpunt voor andere activiteiten, denk aan een warming up in de beweegtuin waarna de groep nordic walkers op pad gaat. In het rekenvoorbeeld is met dit 'secundair' gebruik geen rekening gehouden.

Aan het uitvoeren van een les in de beweegtuin gaat voorbereiding vooraf. De uren onder structurele kosten betreffen dan ook het voorbereiden van de les en het geven van de les (45 min voorbereiding (lesinhoud + eventueel verzamelen van extra in te zetten balans- en sportmaterialen) en 45 minuten les). In het begin zal de voorbereiding wellicht iets meer tijd kosten, na verloop van tijd gaat het sneller. Uitgaand van 30 weken waarin de beweegtuin actief te gebruiken is x 1,5 uur komt het totaal aantal uren op 45. Afhankelijk van de kwalificatie van een lesgever, ligt het uurbedrag tussen de € 20,00 en € 40,00 per uur.

Onder eenmalige kosten vallen deelname aan een startcursus hoe je de beweegtuin optimaal inzet en het schrijven van een jaarprogramma. Hierbij is uitgegaan van de uren voor 1 persoon. Als meerdere personen de cursus volgen dan dient het aantal uren vermenigvuldigd te worden.

Directe kosten: materiaal

De eenmalige kosten voor de inrichting van een beweegtuin variëren enorm. Deze zijn o.a. afhankelijk van de beschikbare ruimte, doelgroepen en doelstellingen. De genoemde bedragen kennen daarom een grote spreiding. Bij de structurele kosten gaat het om gemiddelde onderhoudskosten (2% van de nieuwwaarde) gerekend over de hele levensduur (in het begin zullen kosten lager zijn, naarmate toestellen ouder worden nemen kosten toe) en de kosten voor afschrijving (gebaseerd op lineaire afschrijving in 15 jaar). Het meeste onderhoud kan door de lokale organisatie uitgevoerd worden. Het betreft het controleren op speling en het nalopen van bevestigingsmiddelen. Voor een gemiddelde beweegtuin kost dit ca. 1 uur per maand. Daarnaast is periodiek reinigen van de toestellen wenselijk (2 uur per kwartaal). Afhankelijk van de gebruiksiteit kan Nijha voor een totale inspectie jaarlijks of tweejaarlijks ingeschakeld worden. De kosten voor zo'n inspectieabonnement maken onderdeel uit van de 2%.

Kosten voor de locatie betreffen het aanbrengen van specifieke (valdempende) ondergronden bij beweegtoestellen (al dan niet met functionele toevoegingen in kunstgras zoals bijv. cirkels, strepen, voeten enz.). Ook hier zijn de kosten sterk afhankelijk van de situatie. Gezien de toegevoegde waarde van deze elementen voor het gebruik en succes van de beweegtuin, zijn deze kosten als eenmalig opgenomen en niet als optioneel. In onze optiek betreft het hier geen

'aanpassing aan accommodatie' zoals bedoeld onder 'indirecte kosten: organisatie'. Deze kosten zijn direct gerelateerd aan het materiaal en daarom onder deze post opgenomen. De structurele kosten betreffen afschrijvingskosten (uitgaand van levensduur van 10 jaar).

Indirecte kosten: organisatie

Advisering en coaching betreft het ondersteunen van de aanvrager bij het maken van inhoudelijke keuzen voor de inrichting van de beweegtuin en een instructiemoment voor alle lesgevers na de oplevering van de beweegtuin. Bij advisering in het voortraject ligt de nadruk op het afstemmen van de inrichting van de tuin (waaronder beweegtoestellen, routing en gebruikmaking van terreinmogelijkheden) op de te verwachten doelgroep. Alle mogelijke begeleiders van toekomstige beweegactiviteiten worden betrokken. In een inspiratiesessie worden de mogelijkheden van de beweegtuin toegelicht en de diverse toepassingsmogelijkheden (therapie, training, warming-up, recreatief gebruik, enz.). Op basis van de uitkomsten wordt advies uitgebracht rond toestellen en verdere inrichtingselementen. Na realisatie van de beweegtuin volgt een instructiemoment voor alle lesgevers en begeleiders. Tijdens deze instructie wordt uitleg gegeven over de gebruiksmogelijkheden van de beweegtoestellen en andere elementen in de tuin. Tijdens dit coachingsmoment ontvangen de lesgevers de Fit+ Oefengids. Hierin staat voor elk beweegtoestel een aantal oefenvormen beschreven op vier deelnameniveaus. Zo kunnen zij na deze coachings bijeenkomst direct aan de slag. Het totale traject van advisering en coaching bedraagt 3 dagdelen waarvan een groot deel op locatie. Deskundigheidsbevordering betreft het jaarlijks trainen en scholen van bestaande en nieuwe lesgevers. Afhankelijk van de gebruikersgroepen zijn er diverse trainingen; een basistraining over gebruik van de beweegtuin en al haar mogelijkheden (1 dagdeel € 750,00, incl. Fit+ oefengids), cursus 'beweegprogramma's bij ouderen' (2 dagdelen € 1.500 incl. reader) tot een specifieke training voor fysiotherapeuten die ingaat op trainingsmogelijkheden bij specifieke ziektebeelden (4 dagdelen € 3.000 incl. reader). Voor de laatste 2 cursussen is accreditatie aangevraagd voor de algemeen fysiotherapeut, sport fysiotherapeut en geriatrie fysiotherapeut).

Als er een vaste groep trainers is kan een train-the-trainer programma opgezet worden waardoor deze kosten na een aantal jaren sterk afnemen. De kosten voor dit programma zijn afhankelijk van achtergrond van de lesgevers. Indicatie: gemiddeld wordt gerekend met 4 - 6 dagdelen à € 750,00. Na afronding van het train-the-trainer programma is er een jaarlijkse bijscholing van 1 dagdeel.

De wenselijke/noodzakelijke aanpassingen aan de accommodatie betreffen aanpassingen in het tuinontwerp om optimaal gebruik van de beweegtuin te stimuleren. Het betreft verleggen/aanleggen van (extra) paden, functionele toevoegingen aan paden of bypasses zodat een 'therapeutisch laantje' ontstaat, verplaatsen en/of aanleggen plantvakken en hagen (als windbrekers rond beweegtoestellen). Deze kosten zijn optioneel. Als een tuin voldoende mogelijkheden biedt en er hoeven alleen beweegtoestellen geplaatst te worden, dan zijn de aanpassingskosten niet nodig of zeer beperkt.

De kosten voor PR en communicatie die de lokale organisatie moet maken, zijn sterk afhankelijk van de omvang en reikwijdte van het project. Het opgenomen eenmalige bedrag betreft kosten voor de communicatie rondom de realisatie van de beweegtuin, het werven van deelnemers en de opening. Het structurele bedrag heeft betrekking op het vitaal houden van de beweegtuin (denk aan jaarlijkse werving van nieuwe deelnemers, evenementen (bijv. voorjaarstart en aanhaken op landelijk evenementen als nationale sportweek, burendag, enz.), nieuwsbrief (on- en offline), persberichten maken, enz. Door

samen te werken met andere organisaties die de beweegtuin gaan gebruiken kan de ureninzet verdeeld worden. De coördinatiekosten zullen rondom de realisatie voor de beweegtuin hoger liggen dan de jaarlijkse coördinatie van activiteiten en werving deelnemers. Verwachting is dat de aanvrager bij een goed opgezette structuur weinig tijd/kosten kwijt is aan coördinatie (indicatie: 20 uur per jaar)

Voor cofinanciering van de beweegtuin (aanschaf beweegtoestellen) kan gedacht worden aan het aanvragen van fondsen (naast nationaal opererende fondsen als NutsOhra of VSB fonds kan ook gezocht worden naar lokale fondsen zoals bijvoorbeeld fonds 1818 of het RABO coöperatiefonds) of adoptie van een beweegtoestel door lokale ondernemers. Voor het jaarlijks onderhoud kan een deel van de eigen bijdrage van de deelnemers bestemd worden (bij eigen bijdrage voor deelname aan een begeleide activiteit kan gedacht worden aan € 2,50 per keer per deelnemer).

De financiering na realisatie van de beweegtuin kan op een aantal manieren geborgd worden: vanuit een betrokken (gymnastiek)vereniging kan een bijdrage in onderhoud/afschrijving gerealiseerd worden via specifieke (sponsor)activiteiten die zij organiseert. Het betrokken zorgcentrum neemt in haar meerjarenbegroting een post 'beweegtuin' op. Hierin wordt gereserveerd voor onderhoud/vervanging/verversing. Als de afdeling fysiotherapie de beweegtuin structureel inzet voor fysieke training, dan kan een deel van de vergoeding die vanuit de zorgverzekeraar komt, toegewezen worden aan 'instandhouding van de beweegtuin'. Afhankelijk van de situatie zouden ook de gemeente en/of woningbouwcorporatie een rol kunnen hebben. In het kader van sociale cohesie, het tegengaan van vereenzaming of vanuit een project 'bewegen in de wijk' waarbij sportbuurtcoaches actief zijn, kan een beweegtuin een aantrekkelijk middel zijn om een bijdrage te leveren aan doelstellingen van dit soort projecten die door de gemeente of een woningbouwcorporatie zijn opgezet.