

OldStars Heusden



Tennisvereniging de Meijvink is enthousiast om OldStars Heusden in samenwerking met KieVief Beweging en Welzijn op te zetten in en voor Heusden. Samen willen zij zoveel mogelijk Heusdense 55-plussers enthousiast maken om in beweging te komen. OldStars is een initiatief van het Nationaal Ouderenfonds en biedt aangepaste spel- en beweegvormen aan voor 55-plussers. Naast bewegen staat het ontmoeten van anderen en sociaal contact centraal.

Ben jij enthousiast om als OldStar in beweging te komen of ben je nieuwsgierig geworden, neem dan contact op met Lotte via lotte@kievief.nl of 06-52683312. OldStars Heusden gaat van start, zodra er voldoende animo is (dag en tijdstip worden dan in overleg vastgesteld).

Kennismaking OldStars

Op dinsdag 7 september start KieVief met OldStars tennis in Asten. Wil je alvast kennismaken met OldStars, meld je dan aan voor de gratis kick-off en ervaar hoe leuk het is! Meer informatie vind je in bijgevoegde flyer.

De OldStars-training is in handen van OldStars-trainer en MBvO-docent Lotte Groothusen van KieVief. De nadruk ligt op veelzijdig bewegen met o.a. een warming-up en verschillende beweegvormen (sport- en spel) aangepast op de leeftijd. Op deze manier ben je op een leuke manier aan het bewegen en werk je tegelijkertijd aan een betere coördinatie en motoriek.

OldStars voor alle ouderen

OldStars is er voor alle ouderen die zelf willen en kunnen bewegen in sport, bij de sportvereniging en in de maatschappij. Hierbij wordt sport ingezet als middel om ouderen op een laagdrempelige manier te laten bewegen, samen te laten komen, mee te laten doen en betekenisvol te laten zijn binnen de vereniging of de wijk. Bij OldStars kunnen ouderen laagdrempelig bewegen, meedoen, ontmoeten en eigen regie behouden door actief te zijn als begeleider, trainer, spelbegeleider en/of vrijwilliger. Het Nationaal Ouderenfonds neemt hiermee, samen met partners Menzis, VWS, RCOAK, Zabawas en Stichting Sluyterman van Loo, de volgende stap in de ontwikkeling van de ouderenvriendelijke sportomgeving.

Na OldStars walking football lanceerde het Ouderenfonds al succesvol 14 nieuwe aangepaste spelvormen voor 55-plussers zoals onder andere OldStars walking hockey, OldStars tafeltennis, OldStars walking basketball, OldStars tennis, OldStars walking handball en OldStars walking rugby.