CHECKLIST

Opstarten van een beweegactiviteit bij de sportvereniging

Tips voor de bekendmaking van jouw beweegactiviteit:

- Hang posters op in de supermarkt, gemeentehuis of bij de bakker.
- Bring a friend. Laat OldStars deelnemers of leden een vriend of vriendin meenemen. Zo kun je nieuwe mensen kennis laten maken met jouw (OldStars) vereniging.
- Deel jouw beweegactiviteit op social media. Maak bijvoorbeeld gebruik van een social media post uit de toolkit.
- Stuur een persbericht uit. Maak bijvoorbeeld gebruik van het lokale persbericht uit de toolkit en betrek lokale pers.

Tips voor de uitvoering van jouw beweegactiviteit:

- Betrek bij een grote groep senioren ook andere vrijwilligers voor ondersteuning;
- Praat langzaam en duidelijk. Regel als het nodig is een microfoon en/of geluidsinstallatie;
- Leg de beweegactiviteit zo duidelijk mogelijk uit en doe eventueel oefeningen voor;
- Wil je beeldmateriaal verzamelen? Zorg voor toestemming van de deelnemers.

Deel je foto's en video's met het Ouderenfonds!
Stuur een e-mail naar beweegweek@ouderenfonds.nl