

Evaluatie van de implementatiefase van het Nationaal Actieplan Sport en Bewegen, setting sport

Resultaten proces- en effectevaluatie

Drs. L. Ooms
Dr. C. Veenhof



Bijlage: Nederlandse Bridge Bond (NBB), Denken en Doen

1.1 Algemeen

Sportbond : Nederlandse Bridge Bond (NBB)

Sportproject : Denken en Doen

Projectomschrijving (inhoud sportproject):

Het doel van het project Denken en Doen is om inactieve ouderen op te nemen in een sociaal netwerk en hen op deze wijze weer bij de samenleving te betrekken. Dit op zich heeft al een positief (gezondheids)effect op hun leefstijl. In het project wordt hun bovendien een beweegaanbod gedaan. In circa twee jaar zet de Nederlandse Bridge Bond (NBB) volgens beproefd recept een sociaal netwerk op. In nauw overleg met de gemeente of een welzijn- of ouderenorganisatie worden ouderen hiervoor benaderd. Veertig tot 60% van hen valt in de categorie “te-weinig-actieven”. In groepjes leren de deelnemers bridgen (of een andere denksport) van een ervaren en enthousiaste docent. De deelnemers krijgen de beginselen van het spel onder de knie en leren ook elkaar beter kennen. Plezier staat hierbij centraal. Het “leren” is het middel om het doel van een sociaal netwerk te bereiken. Er ontstaat spelenderwijs meer sociale cohesie in de groep. Om de deelnemers daarnaast te stimuleren tot een actievere leefstijl, wordt aan hen, nadat zij elkaar circa een jaar kennen, een beweegaanbod gedaan. Dit kan zijn een sportieve activiteit van bijvoorbeeld de Nederlandse Toer Fiets Unie of de KNBLO Wandelsportorganisatie Nederland, maar ook een beweegmarkt van de lokale gemeente of een aanbod van de gymnastiekvereniging. Het idee hierachter is dat via dit netwerk de doelgroep (van oudere inactieve mensen) veel effectiever kan worden benaderd dan individueel. Door dit project kan je ze (blijvend) bereiken, de sociale drempel om mee te doen is lager en mensen vinden het leuker om zoiets samen met anderen te doen. De NBB zet zich in voor de continuïteit van elk project, door de groep na de projectperiode zelfstandig door te laten gaan of zich aan te laten sluiten bij een al bestaande vereniging.

Doelstellingen:

Het realiseren van een sociaal netwerk, het activeren van inactieve en semi-actieve ouderen, preventie richting de wet maatschappelijke ondersteuning (WMO).

Doelgroep: Inactieve en semi-actieve ouderen (55+).

Totale duur (start-eind): Doorlopend: De NBB biedt ondersteuning bij het opzetten van het netwerk gedurende een periode van twee jaar, daarna moet het netwerk zelfstandig kunnen functioneren.

Frequentie lessen (aantal lessen per week, totaal aantal lessen): Er worden één keer per week lessen aangeboden. In totaal zijn er minimaal 50 bridgelessen (Startersbridge: 10-12 lessen; biedcursus 1: 10-12 lessen; biedcursus 2: 10-12 lessen; drives: 20 begeleide lessen). Dit kan per locatie overigens verschillen. Soms worden er bijvoorbeeld ook in de zomerperiode lessen gegeven om een groep bijeen te houden. In dat geval worden er in

totaal meer lessen gegeven. Daarnaast krijgen de deelnemers na circa een jaar beweeg-activiteiten aangeboden. Het beweegaanbod wordt meestal lokaal georganiseerd, waardoor het soort aanbod, de duur en frequentie ervan tussen de verschillende bridgelocaties varieert.

Duur lessen: Eén les duurt 2,5 uur.

Bereik per les/locatie (aantal deelnemers per les/locatie): Per project ± 50 deelnemers.

Website: www.bridge.nl

1.2 Doelstellingen van het sportproject

Doelstellingen in het kader van de implementatiefase van het NASB, setting sport:

- Het project “Denken en Doen” heeft tot doel tenminste 15 sociale netwerken te bouwen die elk aan het eind van de projectperiode (< 24 maanden) zelfstandig (organisatorisch en financieel) kunnen functioneren, waarvan de deelnemers (> 40 per netwerk) voor 90% ouder zijn dan 55 jaar en waarvan 30 tot 50% bij aanvang niet voldoet aan de Combinorm. Aan de deelnemers is bovendien in de projectperiode een passend beweegaanbod gedaan. De groep inactieven en semi-actieven tezamen, moet aan het einde met 30% zijn afgenomen. Voorts is het een doel dat aan het einde van de periode tenminste 13 netwerken zich hebben aangesloten bij een sportbond in het bijzonder een van de denksportbonden.
- In de periode 2008-2010 in totaal 1.425 deelnemers, waarvan 813 doorstromen naar de georganiseerde sport.
- Het activeren van 713 deelnemers (427 inactief > semi-actief, 286 semi-actief > normactief).
- Het realiseren van 21 projecten in de periode 2007-2010: 3 (2007), 5 (2008), 6 (2009) en 7 (2010), waarbij een project bestaat uit circa 40-50 personen.
- 60% van de netwerken zal zich blijvend omvormen tot een club die aangesloten is bij een sportbond en 10% van de netwerken blijft buiten de sportbond bestaan. In totaal worden 13 netwerken lid van de sportbond: 2 (2007), 3 (2008), 4 (2009) en 4 (2010).

Doelstellingen in het kader van de intensiveringsaanvraag van het NASB, setting sport:

- Het realiseren van 20 extra projecten.
- 1.500 extra deelnemers.
- 1.125 extra deelnemers die doorstromen naar de georganiseerde sport.
- Het activeren van 750 extra deelnemers (450 inactief > semi-actief, 300 semi-actief > normactief).
- Minimaal 15 extra lidmaatschapsverenigingen.

Samenvatting van de doelstellingen:

- In de periode 2007-2010 het realiseren van 41 projecten, met circa 40-50 personen per project.
- In totaal 2.925 deelnemers.
- In totaal 1.938 deelnemers die doorstromen naar de georganiseerde sport.

- Het activeren van in totaal 1.463 deelnemers (877 inactief > semi-actief, 586 semi-actief > normactief).
- In totaal 28 lidmaatschapsverenigingen.

In 2009 is de NBB voor deelname aan Denken en Doen, zowel van gemeenten als van de deelnemers, een financiële bijdrage gaan vragen om het aantal projecten binnen dit NASB project te kunnen uitbreiden.

1.3 Procesevaluatie

Hieronder worden de meningen en ervaringen van de geïnterviewden weergegeven:

1.3.1 Algemeen verloop van sportproject

Het project is volgens de NBB goed verlopen. Er zijn meer gemeenten bereikt, meer projecten gestart en meer deelnemers aangetrokken dan vooraf gedacht. Aan het begin van de projectperiode moest de NBB moeite doen om te bewijzen dat Denken en Doen een goed project is, maar in de loop van de projectperiode kwam de vraag vanuit gemeenten en verenigingen omdat ze goede verhalen over het project hoorden.

Positief in het project is de samenwerking met gemeenten, de steun van bridgeclubs en docenten en de belangstelling en waardering van de deelnemers. De doelgroep is bereikt en de bridge leermethode (innovatief) is goed bevallen en is zelfs toe aan een tweede generatie. Daarnaast verloopt de doorstroom en het continueren van groepen goed. Wat minder goed is gegaan is het organiseren van beweegactiviteiten. Dit is niet structureel van de grond gekomen en er was veel variatie tussen de verschillende locaties. Daar heeft de NBB veel van geleerd en dat kan in de toekomst beter. Uit de resultaten van het NIVEL effectonderzoek bleek dat een groot deel van de deelnemers (45%) bestond uit chronisch zieken. Dit is voor de NBB een onverwachte “bijvangst” en heeft gevolgen voor de doelstellingen met betrekking tot het activeren van deelnemers (chronisch zieken zijn moeilijker te activeren). Verder was het project erg bewerkelijk en kostte het veel managementtijd en begeleiding. De financiering van projecten via gemeenten leverde een knelpunt op, vanwege de verkiezingen en de aangekondigde overheidsbezuinigingen in de zorg/op gemeenten. Tenslotte zet het project voor de NBB het imago van bridge als sport onder druk, omdat het bridge nu nog meer als een ouderenvoorziening wordt gezien.

1.3.2 Bevorderende en belemmerende factoren bij implementatie van het sportproject

De belangrijkste bevorderende factoren die genoemd zijn:

- Het hebben van een goed doordacht en goed uitgewerkt product.
- Het aanbod sloot aan bij de behoeften van gemeenten: Het aanbod speelde in op de noodzaak die gemeenten voelden om iets te bieden voor de sterk groeiende bevolking van 55-plussers.
- De samenwerking met de gemeenten, waarin de gemeenten de omvang van het project konden bepalen en de wijk(en) konden uitkiezen waar het project zou worden uitgevoerd.
- Het werven van de deelnemers via de gemeenten: De gemeenten hadden (en hebben) toegang tot de gemeentelijke basisadministratie (en dus de gegevens van de 55-plussers). Doordat de gemeenten de doelgroep aanschreven, werd het aanbod op een andere manier (serieuzere manier) ontvangen.

- Een speciaal voor dit project aangetrokken projectmedewerker die de organisatie van het project en de werving van gemeenten op zich nam.
- De gepubliceerde onderzoeksresultaten van het NIVEL: Bridge was (en is) geen binnenkomer bij het NASB. De associatie van bridge met het Nationaal Actieplan *Sport en Bewegen* werd niet gelijk gemaakt. Er moest altijd wat weerstand overwonnen worden, ook bij gemeenten. Het onderzoek van de pilotfase van het NASB, setting sport (27), waaruit bleek dat deelnemers aan Denken en Doen door het project meer gaan bewegen en het onderzoek naar kansrijke beweeginterventies (43), waarin Denken en Doen als “koploper” werd beoordeeld, hebben geholpen om deze weerstand te overwinnen.
- De positieve publiciteit en het succes van de lopende projecten: Veelvuldig zijn er artikelen over de projecten in de lokale, regionale en landelijke pers en vakbladen verschenen. Daarnaast was er regionale televisie aandacht voor sommige projecten.
- Het organiseren van terugkomdagen: De NBB heeft terugkomdagen georganiseerd voor zowel de betrokken gemeentemedewerkers als bridgedocenten. Uitwisseling van kennis en ervaringen vormde hierbij een belangrijk item. Dit stimuleerde interactie en bevorderde de uitstraling van het project.
- De continue investeringen in de wetenschappelijke onderbouwing van het project: Met een goed wetenschappelijk onderbouwd project was (en is) het makkelijker om binnen te komen bij onder andere gemeenten.

De belangrijkste belemmerende factoren die genoemd zijn:

- De politieke besluitvorming en gemeentelijke cofinanciering: De gemeentelijke verkiezingen in 2009 en de daaropvolgende college onderhandelingen zorgden ervoor dat gemeenten huiverig waren voor het aangaan van nieuwe verplichtingen zonder politieke dekking. Vervolgens werd door de financiële crisis het gerucht verspreid dat hard en diep zou worden bezuinigd bij de gemeenten, waardoor gemeenten ook hierom zeer terughoudend waren in het aangaan van nieuwe verplichtingen (waaronder het starten van Denken en Doen projecten). Onder deze omstandigheden is het volledig wegvallen van de NASB subsidie een grote bedreiging.
- Teveel aanmeldingen van deelnemers: Bij een aantal projecten was het aantal aanmeldingen een stuk hoger dan gepland (en begroot). Deze extra aanmeldingen hebben extra kosten met zich mee gebracht (onder andere voor het reorganiseren van het project, extra docenten, zalen etc.). Daarom heeft de NBB financiële grenzen gesteld met betrekking tot het aantal deelnemers. Gemeenten hielden hier vervolgens rekening mee in hun aanmeldingsbeleid (zij schreven bij voorbaat minder mensen aan). Ook heeft een aantal gemeenten een extra bijdrage moeten leveren (cofinanciering van een project, of afname van meerdere projecten).
- Het aantal beschikbare docenten: Doordat de docenten bij Denken en Doen twee jaar aan een project waren verbonden, waren zij niet beschikbaar voor andere projecten.
- Gemeenten die fuseren: De NBB heeft tijdens de projectperiode te maken gehad met gemeenten die fuseerden. Wanneer gemeenten fuseren mag er vaak niks worden uitgegeven totdat alles weer op orde is gesteld. Dit heeft gevolgen gehad voor de (co)financiering van projecten.
- Bridge was geen binnenkomer bij het NASB: De associatie van bridge met het Nationaal Actieplan *Sport en Bewegen* werd niet gelijk gemaakt. Er moest altijd wat weerstand overwonnen worden, ook bij gemeenten. De onderzoeksresultaten van het NIVEL hebben onder andere geholpen bij het overwinnen van deze weerstanden. Zie ook bevorderende factoren.
- Het beweegaanbod was onvoldoende structureel verankerd in Denken en Doen waardoor het bij veel locaties niet (voldoende) van de grond is gekomen.

1.3.3 Deelnemers aan het sportproject

Beoogde doelgroep bereikt?

Mede door de samenwerking met gemeenten (toegang tot de gemeentelijke basis-administratie, werving en aanschrijving) is het gelukt dit tot stand te brengen. Uit de resultaten van het effectonderzoek van het NIVEL blijkt dat de gemiddelde leeftijd van de deelnemers 66 jaar is en 31% voldoet bij aanvang niet aan de Combinorm. Daarnaast blijkt uit deze resultaten dat een relatief hoog percentage chronisch zieken (45% van de deelnemers had een chronische ziekte) heeft deelgenomen.

Draagvlak bij de doelgroep

Kern van het project is dat de deelnemer meedoet omdat het leuk en uitdagend is. Deelnemers worden aangesproken op hun zelfstandigheid en intellectuele vermogens. Naast het trainen van de hersenen staat het ontmoeten van andere mensen centraal. Bovendien worden de deelnemers vanaf het begin maar zeker in de derde/vierde fase betrokken en ingezet om een zelfstandig sociaal netwerk (sociale cohesie) te creëren.

Werving van deelnemers

De deelnemers werden geworven in samenwerking met gemeenten. Gemeenten schreven de doelgroep (55-plussers) aan, waarbij zij zelf bepaalden welke mensen uit de doelgroep benaderd werden en in welke wijken geworven werd. Gemeenten zonden in eerste instantie gemiddeld 8.000 brieven waarvan één tot vier procent aan Denken en Doen mee wilde doen. Vanaf 2010 hebben gemeenten selectiever geworven (beperkte aantallen deelnemers/aanschrijvingen), zodat ze niet meerdere projecten hoefden te financieren.

1.3.4 Tijdsplanning

Het project is over het algemeen volgens tijdsplanning uitgevoerd. Door late toezegging van de subsidie zijn er geen projecten gestart in 2008, maar dit is later ingehaald. Hierbij moet wel worden opgemerkt dat de planning erg afhankelijk was van de (toezeggingen) van gemeenten. Alle gemeenten waar de NBB langs is geweest wilden graag het project opzetten, alleen vormde, in het kader van de bezuinigingen en verkiezingen, de financiering een probleem. De NBB heeft in die zin extra inspanningen moeten leveren (het vaker bezoeken van gemeenten en het samen zoeken naar een creatieve oplossing voor het financieren van een project) om nieuwe projecten op te starten. Daarnaast moest aan de gemeenteraad toestemming worden gevraagd voor de financiën van een project, waardoor het een tijd duurde voordat een project daadwerkelijk van start ging.

1.3.5 Zijn de einddoelstellingen die in het projectplan zijn geformuleerd behaald?

- Aantal deelnemers: Er waren in de jaren 2009-2010 in totaal 3.451 deelnemers aan 60,5 projecten, uitgevoerd in 36 gemeenten. In 2011 waren er 604 deelnemers aan tien projecten, uitgevoerd in negen gemeenten. De projecten in 2011 vallen buiten de NASB subsidie en zijn vanuit eigen en gemeentelijke middelen gefinancierd. Daarnaast waren er 178 deelnemers aan de drie pilotprojecten (uitgevoerd in drie gemeenten) in 2007. De einddoelstelling van in totaal 2.925 deelnemers in de implementatiefase is gehaald en zelfs ruim overschreden.
- Doorstroom naar de georganiseerde sport: In principe zijn alle deelnemers na circa vier tot zes maanden automatisch lid geworden van de “Denken en Doen club”. Van de 3.451 deelnemers in de periode 2009-2010 zijn 2.312 (67%) lid geworden en gebleven van een bridgevereniging/-club (bestaande vereniging/club of nieuwe vereniging/club).

Hetzelfde geldt voor 571 van de 604 deelnemers (95%) in 2011. Deze mensen zitten in een sociaal netwerk, zoals beoogd, en zijn (sociaal) actief. Dit is boven verwachtingen. Daarnaast merkt de NBB op dat een deel van de mensen, die geen lid zijn geworden, nog steeds bezig is met bridge, maar niet in georganiseerd verband. Verder zijn 146 van de 178 deelnemers (82%) aan de pilotprojecten lid geworden van een bridgevereniging/-club. De einddoelstelling van in totaal 1.938 nieuwe leden (66% doorstroom) in de implementatiefase is ruim gehaald.

- Het aantal projecten: In de periode 2009-2010 zijn in totaal 60,5 projecten uitgevoerd in 36 verschillende gemeenten, waarbij een project uit maximaal 60 deelnemers bestaat (= twee aanvangslesgroepen). Indien er meer dan 60 deelnemers zijn telt een project respectievelijk voor anderhalf, twee, tweeënhalf of drie projecten. In 2011 zijn (tot nu toe) tien projecten in negen gemeenten uitgevoerd. Verder zijn in de pilotfase drie projecten uitgevoerd in drie gemeenten. De einddoelstelling was het opzetten van 38 projecten in de implementatiefase. Hierbij was echter uitgegaan van circa 40-50 personen per project. Er zijn dus niet alleen meer projecten uitgevoerd, maar ook het gemiddeld aantal deelnemers per project is een stuk hoger dan vooraf beoogd.
- Het aanbieden van beweegactiviteiten: De deelnemers hebben ongeveer na een jaar (en soms eerder) beweegactiviteiten aangeboden gekregen. Het was lastig om dit beweegaanbod vanuit de NBB te organiseren. De NBB heeft vooraf gemeenten geïnformeerd dat de Denken en Doen deelnemers na een jaar een beweegaanbod moesten krijgen en ook in de docenteninstructie was dit opgenomen. Beweegactiviteiten zijn lokaal georganiseerd en het aanbod varieerde sterk tussen de verschillende Denken en Doen locaties. Soms bood een gemeente zelf beweegactiviteiten aan, in andere gevallen waren het sportbonden of sportverenigingen in de buurt. Hoe de beweegactiviteiten werden “opgepakt” was erg afhankelijk van de lokale initiatieven en het (lokale) enthousiasme. De NBB merkte dat het beweegaanbod van sportbonden veelal niet aansloot op de doelgroep van Denken en Doen en lokaal wisten de Denken en Doen deelnemers en de sportbonden/sportverenigingen elkaar niet altijd te vinden (bijvoorbeeld Denken en Doen deelnemers en gymnastiekverenigingen in het kader van Masters Trendweken). Daarnaast bleef bij gemeenten het beweegonderdeel nog weleens “liggen” vanwege personeelwisselingen of andere dringende zaken. In het algemeen is het beweegaanbod onvoldoende structureel in het project verankerd en was er teveel afhankelijkheid van gemeenten en collega sportbonden. De NBB heeft hiervan veel geleerd en in de toekomst zal zij dit anders doen.
- Het aantal lidmaatschapsverenigingen: Alle sociale netwerken die vanaf februari 2009 tot en met februari 2010 zijn opgezet zijn blijvend omgevormd tot een club (nieuwe club of bestaande club). Het gaat hier om minimaal 35 netwerken in 29 gemeenten (per gemeente is er minimaal één blijvend netwerk gevormd; van zes gemeenten weet de NBB zeker dat daar meerdere netwerken zijn gevormd). De 19,5 projecten die zijn gestart in de overige 16 gemeenten in oktober 2010 en februari 2011 lopen nog geen twee jaar. De omvorming naar een (blijvende) club moet nog plaatsvinden. Verder zijn uit de pilotprojecten drie verenigingen/clubs ontstaan. De einddoelstelling van 28 lidmaatschapsverenigingen in de implementatiefase is ruim gehaald.
- Het activeren van in totaal 1.463 deelnemers (877 inactief > semi-actief, 586 semi-actief > normactief): Op basis van de resultaten uit de proces- en effectevaluatie blijkt dat in totaal 325 deelnemers zijn geactiveerd, waardoor de doelstelling niet is gehaald.

Over het algemeen zijn alle projecten conform opzet gestart en ook vaak gekoppeld aan lokale bridgeverenigingen/-clubs. De juiste doelgroep is bereikt, zowel qua leeftijdseis als beweegpatroon. De instroom van deelnemers was goed, evenals de doorstroom. De opgebouwde sociale netwerken blijven bestaan en zorgen hiermee voor continuïteit. De resul-

taten zijn boven verwachtingen. Een kanttekening is dat de beweegcomponent onvoldoende structureel in het project was verankerd en dat de NBB hiervoor teveel afhankelijk was van gemeenten en collega sportbonden. Ook bij de effectmeting (effecten op bewegen) kunnen enkele kanttekeningen worden geplaatst.

1.3.6 Ontwikkelde producten tijdens implementatiefase NASB, setting sport

Er zijn verschillende producten ontwikkeld, namelijk een handleiding, website, brochure, folder en een omslag. Ook zijn er docentbijeenkomsten georganiseerd. Er is daarnaast een online oefenplek (Berry's Internet Club) geopend, waar deelnemers kunnen oefenen met bridge (voorheen was er een cd-rom beschikbaar om te oefenen). Voorts zijn er adhesiebetuigingen (verklaringen waarin het project Denken en Doen wordt aanbevolen) verkregen van NISB en het Olympisch Vuur, uiteraard wordt er met beide organisaties samengewerkt.

Door verschenen publicaties en andere verschijningsvormen van Denken en Doen projecten in diverse gemeenten is er een uitstekende "persmap" ontstaan die een goede indruk geeft van het project (de gemeente Hoorn heeft bijvoorbeeld samen met sportopbouwwerk Hoorn een sfeervolle impressie van met name het "doen" onderdeel gemaakt).

1.3.7 Samenwerking met en betrokkenheid van sportverenigingen (indien van toepassing)

De samenwerking met de verenigingen was goed en de betrokkenheid groot. Verenigingen vonden het Denken en Doen project aantrekkelijk, mede vanwege het verkrijgen van een recreatieve middaggroep (Denken en Doen levert geen bridgers op niveau op). Het was voor de verenigingen wel een lang traject dat veel van hen vergde, mede vanwege de grootte van de groepen (de groepen zijn veel groter geworden dan verwacht). Om de deelnemers goed te kunnen begeleiden en alles goed te organiseren was er naast een docent ook nog andere ondersteuning nodig (tafelbegeleiders, mensen die de contributie inden, etc.). Deze ondersteuning werd geleverd door mensen vanuit de vereniging, veelal op vrijwillige basis. Het is de vraag of de inspanningen (op basis van vrijwilligheid) door de meewerkende verenigingen vol te houden zijn na de projectperiode, wanneer de groepen worden opgenomen in de vereniging. Tot nu toe heeft de NBB één en ander weten op te lossen door onder andere groepen onder te brengen bij meerdere verenigingen of een (deel van de) groep te verzelfstandigen.

Implementatie

De implementatie van Denken en Doen verliep tijdens de implementatiefase goed, hierna kan het echter voorkomen dat het ontbreken van middelen (mankracht, financiën) een bedreiging vormt. De NBB verwacht overigens niet veel problemen wat betreft financiën, omdat deelnemers al gedurende de projectperiode € 2,50 per les betalen, of te wel € 60,- per jaar. De gemiddelde verenigingscontributie is ook € 60,- per jaar. De deelnemers zijn dus al gewend om de hoogte van de verenigingscontributie te betalen.

Beschikken sportverenigingen over voldoende middelen?

De meeste verenigingen beschikken over voldoende middelen. Bridge is een goedkope sport, er is niet veel aan wedstrijd materiaal nog en er zijn geen eisen voor sportkleding. Soms was er een gebrek aan kader of accommodatie. Door maatwerk te leveren, heeft de

NBB dit telkens weer weten op te lossen. Het ontbreken van (voldoende) middelen (voornamelijk kader, vrijwilligers en een vaste accommodatie) kan wel een bedreiging/negatieve factor in het voortbestaan van het netwerk gaan worden (als het spel ingewikkelder wordt en de groepen verder groeien). De NBB en haar verenigingen draaien nu eenmaal op basis van vrijwilligheid.

1.3.8 Samenwerking met andere partijen

De belangrijkste partijen waarmee in het kader van het sportproject is samengewerkt zijn:

- Sport- en welzijnsafdelingen van gemeenten: Met gemeenten is intensief samengewerkt. Er is veel contact geweest en overleg gepleegd met gemeenten voor het opstarten van de projecten (de projectmedewerker van de NBB gaat er zeker vier keer heen). Gemeenten zorgden voor de werving van deelnemers (zij schreven potentiële deelnemers aan), stelden vaak een locatie ter beschikking en fungeerden (soms) als beweegaanbieder.
- Ouderen- en welzijnsorganisaties: Er is een enkele keer samengewerkt met ouderen- en welzijnsorganisaties. Dit is overigens voornamelijk via de gemeenten verlopen. Deze organisaties speelden een rol in de opzet en uitvoering van het project (onder andere het werven van deelnemers en het ter beschikking stellen van een locatie).
- Beweegaanbieders: Er is met verschillende beweegaanbieders samengewerkt, zoals sportbonden (onder andere KNGU, NTFU, KNBLO-NL), gemeenten en NISB (in het kader van de Beweegkuur). De beweegaanbieders vulden het “doen-onderdeel” van het Denken en Doen project in. Dit was voor elk project/gemeente maatwerk en afhankelijk van vraag en aanbod werd het ingevuld. Er is gebruik gemaakt van bestaand aanbod, zoals beweegmarkten en GALM. Daarnaast zijn workshops en clinics van sportbonden en verenigingen gegeven. Wat betreft de Beweegkuur is Denken en Doen het vervolgaanbod voor de deelnemers aan de Beweegkuur.
- Olympisch Vuur: Het Olympisch Vuur heeft Denken en Doen aanbevolen bij onder andere gemeenten (in de vorm van een schriftelijk document). Denken en Doen is hierbij aangeduid als een programma dat goed aansluit bij de ambities geformuleerd in het Olympisch Plan.
- Mulier Instituut: Het Mulier Instituut heeft een onderzoek uitgevoerd in het kader van Denken en Doen.

De samenwerkingsverbanden hebben bijgedragen tot een positief resultaat. Ook door de deelnemers aan Denken en Doen werden de samenwerkingsverbanden/het aanbod als positief ervaren.

1.3.9 Uitgaven en inkomsten

De totale uitgaven over de periode 2008-2011 bedragen circa 1,6 miljoen euro. Inclusief 2007 bedragen de uitgaven € 1.745.000,-. Belangrijke uitgavenposten waren externe kosten (leskosten, lidmaatschappen, materialen, pr kosten en reiskosten) en begeleidingskosten NBB. De uitgaven waren hoger dan verwacht. Dit komt doordat er veel meer projecten zijn uitgevoerd dan vooraf begroot. Ook was het aantal deelnemers per project hoger dan verwacht. De hogere uitgaven zijn opgevangen door eigen bijdragen van deelnemers (€ 2.50 per les), bijdragen (cofinanciering) van gemeenten (€ 13.000,- per project) en eigen geld (verliesfinanciering) van de NBB.

De totale inkomsten over de periode 2008-2011 bedragen € 1.540.000,-. Inclusief 2007 bedragen de inkomsten € 1.630.000,-. Inkomsten bestonden uit de NASB subsidie en, zoals reeds vermeld, uit eigen bijdragen van deelnemers en bijdragen (cofinanciering) van

gemeenten. Dit was meer dan vooraf begroot. Wanneer de inkomsten en uitgaven worden afgewogen zijn de kosten voor de NBB voor de periode 2008-2011 circa € 50.000,-. Gezien de omvang en het succes van het project is het tekort dragelijk.

Voor de sportbond wegen alle uitgaven en inspanningen op tegen de behaalde resultaten in het algemeen. Het is een succesvol project, (bijna) alle doelstellingen zijn gehaald. Het project heeft vele positieve effecten. Het draagt bijvoorbeeld bij aan een positief imago van de NBB/het bridge bij gemeenten en de NBB laat met het project zien dat zij wat voor haar verenigingen doet. Het enige nadelige effect zou zijn dat de NBB (door het project) nog meer wordt gezien als een bond voor ouderen.

1.3.10 Vervolgactiviteiten

Er is geen sprake van vervolgactiviteiten. Het is de bedoeling dat na de projectperiode van twee jaar (de lesperiode) het (inmiddels gevormde sociale) netwerk intact blijft en ook zodanig blijft voortbestaan. Deelnemers kunnen de activiteit binnen het netwerk continueren.

*1.3.11 Ondersteuning van NOC*NSF aan de sportbond voor uitvoering van het sportproject*

De ondersteuning van NOC*NSF was goed. NOC*NSF heeft het project Denken en Doen in verscheidende NOC*NSF publicaties vermeld. Ook is door NOC*NSF met regelmaat de NBB de gelegenheid geboden om kennis uit te wisselen en het project te presenteren. Uiteraard heeft dit alles bijgedragen aan de promotie en bekendheid van het project. De NBB hoopt dan ook dat NOC*NSF het project blijft vermelden in (NOC*NSF) publicaties en dat zij van NOC*NSF gelegenheden blijft krijgen om het project te presenteren. De NBB merkt nog op dat zij (in het begin) had verwacht dat NOC*NSF (meer) zou ondersteunen bij het leggen van contacten met relevante partners. De NBB heeft zelf contacten gelegd met gemeenten en dit heeft voor haar (achteraf gezien) goed uitpakkt.

1.3.12 Continuïteit van het sportproject na beëindiging van de NASB subsidie

De NBB blijft het Doen en Doen project aanbieden in de huidige vorm. Er zijn al 60 belangstellende gemeenten. De NBB hoopt middels eigen bijdragen van deelnemers, cofinanciering van gemeenten en eigen financiële middelen nieuwe projecten op te zetten. Zij merkt wel dat gemeenten terughoudend zijn met betrekking tot het (co)financieren van projecten en het is de vraag of gemeenten bereid zijn om projecten te (co)financieren. Zij had daarom een subsidieaanvraag ingediend bij het ministerie van VWS om in 2011 in 19 (nieuwe) gemeenten projecten op te zetten. Door de subsidie is er geen gemeentelijke cofinanciering nodig. De subsidieaanvraag is inmiddels gehonoreerd. Daarnaast heeft de NBB in samenwerking met de KNBLO-NL gewerkt aan een verbeterd Denken en Doen concept, waarin de beweegcomponent van het project (wandelaanbod voor 65-plussers) stevig is verankerd. In het nieuwe concept staan de denksportcentra centraal, en niet de verenigingen en gemeenten. Het idee is dat een denksportcentrum (tegelijktijd) gaat fungeren als Denken en Doen locatie en accommodatie voor wandeltrainingen. De NBB heeft voor het nieuwe concept in het kader van Sport en bewegen in de buurt een subsidieaanvraag ingediend bij het ministerie van VWS.

Financiering

De NBB is bereid om in ieder geval tot en met 2012 eigen middelen te investeren (de NBB-impuls) in het project (voor personeel en cofinanciering van projecten). De NBB blijft contacten leggen met gemeenten en gemeenten bezoeken om projecten op te starten (waarschijnlijk ook na 2012). De NBB hoopt op subsidies, omdat het project uit het oogpunt van de overheidsdoelstellingen zeer succesvol is. Moeilijk bereikbare doelgroepen (gemiddelde leeftijd 65+, chronisch zieken) worden langdurig geactiveerd maar de financiering van projecten blijft toch een probleem.

Samenwerking met private partners

De NBB ziet geen kansen om samen te werken met private partners omdat de doelgroep niet interessant is voor het bedrijfsleven (de doelgroep bestaat voor een groot deel uit gepensioneerden).

Continuering op lokaal niveau

Gemeenten moeten geld investeren in het project en tijd (om onder andere potentiële deelnemers aan te schrijven en een geschikte accommodatie te zoeken). Gemeenten kunnen kosten (onder andere met betrekking tot zorg) besparen met een succesvol ouderenproject. Het is echter lastig om de opbrengsten duidelijk in kaart te brengen. De NBB refereert naar onderzoek waarin wordt aangetoond dat lichamelijke activiteit de gezondheid van ouderen voor wat betreft lichamelijke beperkingen positief beïnvloedt (44). De besparingen zullen ook per gemeente verschillen. Een bridgevereniging die deelneemt aan een Denken en Doen project moet voornamelijk tijd en kader/mankracht investeren. Daar krijgt zij inkomsten uit nieuwe leden voor terug. Een vereniging kan echter niet een geheel project zelfstandig draaien (zonder de NBB en gemeente).

1.4 Effectevaluatie

1.4.1 Denken en Doen deelnemers

Aangezien de vragenlijsten op de bridgelocaties zijn uitgedeeld, is het onbekend hoeveel Denken en Doen deelnemers zijn benaderd voor het onderzoek. Er hebben 126 deelnemers de baseline meting ingevuld. Hiervan heeft respectievelijk 69% de meting na drie maanden en 46% de meting na zes maanden voltooid (zie tabel 1).

Tabel 1: Respons

	Aantal (N)
Benaderd	?
Baseline meting	126
Nameting 1 (na 3 maanden)	87
Nameting 2 (na 6 maanden)	58

Van alle deelnemers met een baseline meting (n=126) was een kleine meerderheid vrouw (56%). De gemiddelde leeftijd van deze deelnemers was 66 jaar. Verder was de gemiddelde Body Mass Index (BMI) van deze personen 26, deed 62% voor deelname aan sport en was 43% lid van een sportvereniging of sportbond. Wat betreft het beweeggedrag voldeed 66% aan de NNGB, 44% aan de Fitnorm en 69% aan de Combinorm. Daarnaast was 7% van de respondenten inactief en 24% semi-actief. De baseline waarden van alle deelnemers en de deelnemers die de meting na zes maanden hebben ingevuld zijn te zien in tabel 2.

Uit non-respons analyses blijkt dat er geen significante verschillen zijn tussen personen die na zes maanden wel en niet deelnamen aan het onderzoek.

Tabel 2: Kenmerken deelnemers op baseline

	Baseline alle deelnemers	Baseline deelnemers na 6 maanden
Aantal (N)	126	58
Geslacht (%)		
Man	44	47
Vrouw	56	53
Leeftijd (jaren)		
Gemiddelde ± SD	66 ± 6	66 ± 5
Min-max	53-82	55-80
Voldoen aan beweegnormen (%)		
NNGB	66	62
Fitnorm	44	41
Combinorm	69	64
Inactief	7	7
Semi-actief	24	29
Body Mass Index (BMI) (kg/m²)		
Gemiddelde ± SD	26 ± 3	26 ± 3
Min-max	19-37	19-35
Sporten vóór deelname? (%)		
Ja	62	69
Nee, maar in het verleden wel	20	16
Nee, nooit actief gesport	18	15
Indien in het verleden wel gesport, hoe lang is dat geleden? (jaren)		
Aantal (N)	22	8
Gemiddelde ± SD	13.8 ± 16.0	14.3 ± 15.6
Min-max	0.3-60.0	4.0-50.0
Lid van een sportvereniging/sportbond? (%)		
Ja, van 1 of meerdere sportverenigingen/sportbonden	43	52
Nee	57	48

Na drie maanden is aan de deelnemers een aantal extra kenmerken gevraagd. Hieruit blijkt dat driekwart (74%) van de Denken en Doen deelnemers gemiddeld opgeleid was. Verder was een ruime meerderheid (93%) van de deelnemers autochtoon. Tevens blijkt

dat 45% van de deelnemers een chronische ziekte of aandoening had, waarbij de meesten ziekten en aandoeningen in de categorie “anders” vielen (zie tabel 3).

Tabel 3: Opleiding, etniciteit en chronische ziekten of aandoeningen (n=87)

	Na 3 maanden
Opleiding (%)	
Laag	3
Gemiddeld	74
Hoog	24
Etniciteit (%)	
Autochtoon	93
Westers allochtoon	6
Niet-westers allochtoon	1
Chronische ziekten of aandoeningen? (%)	
Ja	45
Nee	55
Indien ja chronische ziekten of aandoeningen, welke chronische ziekten of aandoeningen? (%)	
Aantal (N)	38
Diabetes	32
Hart- en vaatziekten	21
Astma, COPD of CARA	13
Reumatische aandoening	24
Anders	53

1.4.2 Kennismaking met Denken en Doen en redenen voor deelname

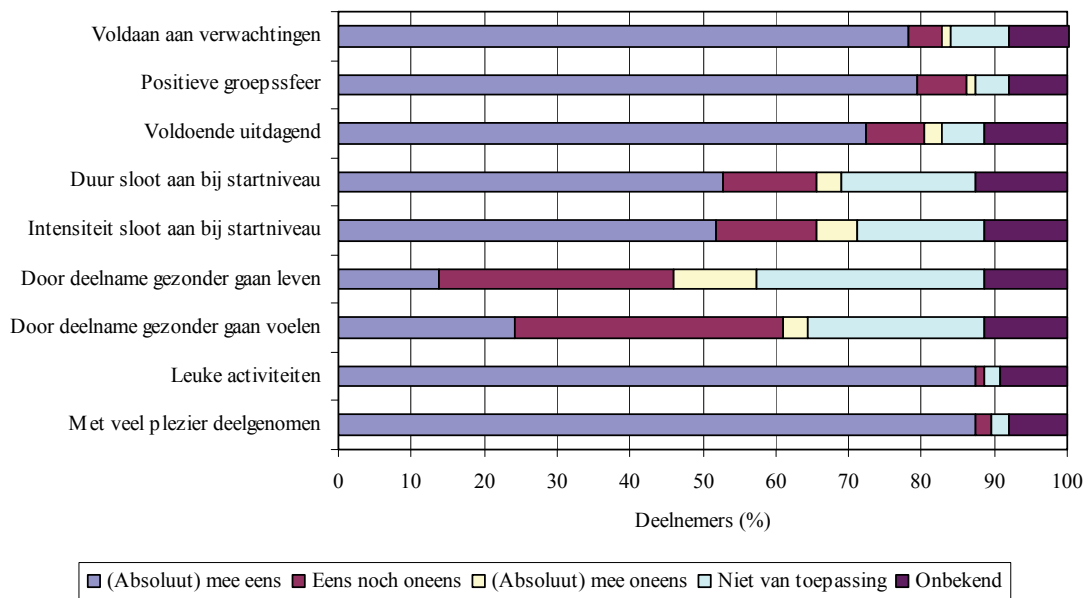
Via een brief of uitnodiging van de gemeente hebben de meeste deelnemers (52%) voor het eerst kennisgenomen van Denken en Doen. Andere belangrijke kennismakingskanalen zijn folders, flyers of posters (26%), een advertentie (23%) en familieleden of vrienden (8%).

De belangrijkste redenen om mee te doen aan Denken en Doen is voor 62% van de deelnemers “voor de gezelligheid/plezier”. Andere belangrijke redenen zijn kennismaken met deze sport (56%), voor de ontspanning (55%), nieuwe contacten opdoen (41%) en de sport beter onder de knie krijgen (23%).

1.4.3 Mening deelnemers over Denken en Doen

Na drie maanden is aan de deelnemers hun mening gevraagd over Denken en Doen. De resultaten hiervan zijn te zien in figuur 1. Over het algemeen zijn de deelnemers erg positief over Denken en Doen, al lijken de meeste deelnemers zich niet gezonder te zijn gaan voelen (24% (absoluut) mee eens) of gezonder te zijn gaan leven (14% (absoluut) mee eens) door deelname.

Figuur 1: Mening deelnemers over Denken en Doen (n=87)



De deelnemers is ook gevraagd naar hun mening over de organisatie en het verloop van het programma. Een ruime meerderheid van de deelnemers is tevreden over zowel de organisatie als de kwaliteiten van de begeleider. Het gehele programma werd beoordeeld met een gemiddeld rapportcijfer van 8,1 (s.d. 1,0) op een schaal van 1 tot 10.

1.4.4 Redenen om wel of niet te blijven bridgen

Na zes maanden blijkt 94% van de deelnemers nog steeds te bridgen. Belangrijke redenen om nog steeds deel te nemen zijn: voor de ontspanning (64%), het bridgen beter onder de knie krijgen (52%), verder kennismaken met het bridgen (52%), voor de gezelligheid/plezier (43%) en nieuwe contacten opdoen (33%).

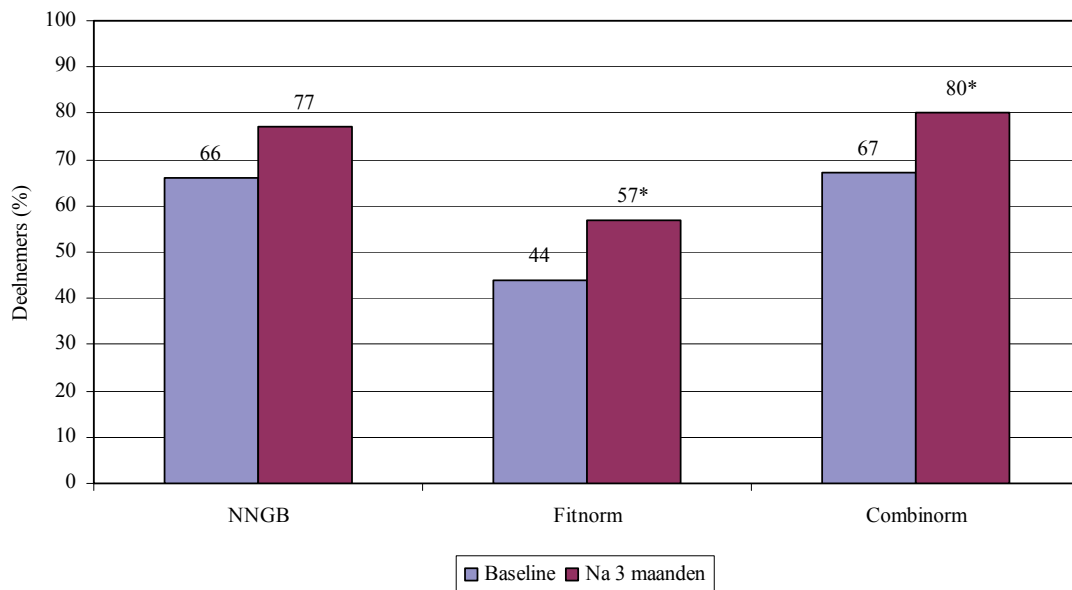
Het aantal deelnemers dat gestopt is met bridgen is te klein (n=3) om inzicht te krijgen in de redenen van het stoppen.

1.4.5 Effecten van Denken en Doen op het beweggedrag

Effecten op het beweggedrag na drie maanden

Na drie maanden was er een significante stijging in het percentage deelnemers dat voldeed aan de Fitnorm (44% vs. 57%, $p=0.02$) en Combinorm (67% vs. 80%, $p=0.03$) ten opzichte van baseline. De verandering in het percentage deelnemers dat voldeed aan de NNGB (66% vs. 77%) was niet significant (zie figuur 2). Tevens was er een significante daling in het percentage semi-actieven (29% vs. 15%, $p=0.02$). Het percentage inactieven (5%) is over een periode van drie maanden niet veranderd.

Figuur 2: Percentage deelnemers aan Denken en Doen dat voldoet aan de NNGB, Fitnorm en Combinorm, op baseline en na 3 maanden (n=87)



* Significante ($p < 0.05$) verandering in het percentage deelnemers dat voldoet aan de bewegnorm ten opzichte van baseline.

Wanneer gekeken wordt naar het aantal minuten dat deelnemers gemiddeld per week aan activiteiten besteden, dan blijkt dat er, na drie maanden, een significante stijging is van de tijd die wordt besteed aan zwaar intensieve activiteiten (205 ± 208 min/week vs. 277 ± 327 min/week, $p = 0.04$). De totale tijd die wordt besteed aan bewegen verandert niet significant (zie tabel 4).

Tabel 4: Denken en Doen groep: Bewegen per intensiteitscategorie en de totale tijd besteed aan bewegen, op baseline en na 3 maanden (n=87)

	Baseline	Na 3 maanden	P-waarde
Bewegen per intensiteitscategorie, gemiddelde \pm SD (min/week)			
Licht intensieve activiteiten	609 ± 657	569 ± 580	0.54
Matig intensieve activiteiten	481 ± 557	475 ± 460	0.91
Zwaar intensieve activiteiten	205 ± 208	277 ± 327	0.04*
Totale tijd besteed aan bewegen, gemiddelde \pm SD (min/week)	1295 ± 1030	1321 ± 836	0.81

* Significante ($p < 0.05$) verandering in het aantal minuten dat per week wordt besteed aan bewegen ten opzichte van baseline.

Effecten op het beweggedrag na zes maanden

Na zes maanden zijn er geen significante veranderingen in het percentage deelnemers dat voldoet aan de NNGB, Fitnorm en Combinorm ten opzichte van baseline. Ditzelfde geldt voor het percentage inactieven en semi-actieven. Ook zijn er na zes maanden geen

significante veranderingen in de totale tijd die de deelnemers besteden aan bewegen en de tijd die wordt besteed aan licht, matig en zwaar intensieve activiteiten (zie tabel 5).

Veranderingen in het beweeggedrag: Vergelijking met de controle groep

In tabel 5 staan de kenmerken van de Denken en Doen deelnemers die de zes maanden meting hebben voltooid en de op leeftijd en geslacht gematchte controle groep weergegeven. In beide groepen is het percentage vrouwen 53% en de gemiddelde leeftijd 66 jaar. Op baseline zijn er geen significante verschillen tussen de groepen op basis van leeftijd en geslacht. De groepen zijn dus succesvol gematcht. Wat betreft het beweeggedrag op baseline, blijken de Denken en Doen deelnemers significant minder tijd per week te besteden aan licht intensieve activiteiten (533 ± 530 min/week vs. 926 ± 1094 min/week, $p=0.02$) in vergelijking met de controle groep. Hierdoor is ook de totale tijd die per week wordt besteed aan bewegen significant lager in de Denken en Doen groep (1257 ± 1054 min/week vs. 1713 ± 1342 min/week, $p=0.04$). Voor de overige beweegmaten zijn er geen significante verschillen tussen de groepen op baseline.

Tabel 5: Kenmerken Denken en Doen groep en controle groep, op baseline en na 6 maanden

	Denken en Doen groep	Controle groep	P-waarde ^a
Aantal (N)	58	58	
Geslacht (%)			
Man	47	47	1.0
Vrouw	53	53	
Leeftijd (jaren)			
Gemiddelde ± SD	66 ± 5	66 ± 7	0.79
Min-max	55-80	50-81	
Voldoen aan NNGB (%)			
Baseline	62	78	0.07
Na 6 maanden	72	78	0.99
Voldoen aan Fitnorm (%)			
Baseline	41	43	0.85
Na 6 maanden	55	60~	0.59
Voldoen aan Combinorm (%)			
Baseline	64	78	0.11
Na 6 maanden	72	83	0.47
Inactief (%)			
Baseline	7	7	1.0
Na 6 maanden	7	2	0.20
Semi-actief (%)			
Baseline	29	16	0.08
Na 6 maanden	21	16	0.82
Licht intensieve activiteiten, gemiddelde ± SD (min/week)			
Baseline	533 ± 530	926 ± 1094	0.02*
Na 6 maanden	533 ± 522	914 ± 946	0.07
Matig intensieve activiteiten, gemiddelde ± SD (min/week)			
Baseline	489 ± 638	550 ± 563	0.59
Na 6 maanden	451 ± 682	637 ± 718	0.19
Zwaar intensieve activiteiten, gemiddelde ± SD (min/week)			
Baseline	234 ± 272	237 ± 305	0.97
Na 6 maanden	306 ± 406	346 ± 509	0.63
Totale tijd besteed aan bewegen, gemiddelde ± SD (min/week)			
Baseline	1257 ± 1054	1713 ± 1342	0.04*
Na 6 maanden	1290 ± 1111	1896 ± 1341	0.04*

^a P-waarde voor het verschil tussen de groepen. Bij de meting na 6 maanden is er gecorrigeerd voor de baseline waarde.

* Significant ($p < 0.05$) verschil tussen de groepen.

~ Significante ($p < 0.05$) verandering binnen de groep.

Binnen de controle groep neemt het percentage deelnemers dat voldoet aan de Fitnorm over een periode van zes maanden significant toe (43% vs. 60%, $p=0.006$).

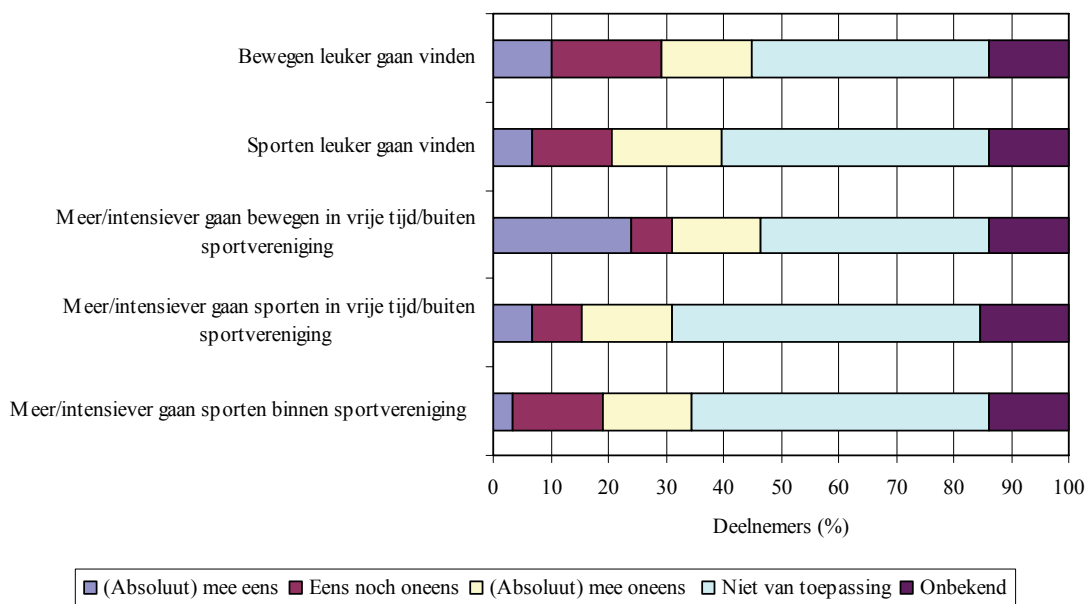
Na zes maanden blijken de groepen alleen significant te verschillen voor wat betreft de totale tijd die wordt besteed aan bewegen. Net zoals op baseline, besteden de Denken en Doen deelnemers significant minder tijd aan bewegen (1290 ± 1111 min/week vs. 1896 ± 1341 min/week, $p=0.04$).

Op basis van de resultaten lijkt deelname aan Denken en Doen, na zes maanden, geen effecten te hebben op het beweeggedrag van de deelnemers.

1.4.6 Mening deelnemers over veranderingen in sport- en beweeggedrag

Na zes maanden is aan de deelnemers gevraagd naar hun mening over veranderingen in hun sport- en beweeggedrag door deelname aan Denken en Doen. De meeste deelnemers zijn van mening dat Denken en Doen hun sport- en beweeggedrag niet heeft beïnvloed, aangezien een minderheid van de deelnemers het (absoluut) eens is met de stellingen “meer te zijn gaan sporten of bewegen” en “sporten of bewegen leuker te zijn gaan vinden” door deelname aan Denken en Doen (zie figuur 3).

Figuur 3: Mening deelnemers over veranderingen in sport- en beweeggedrag na 6 maanden (n=58)



1.4.7 Doorstroom naar de georganiseerde sport

Binnen de Denken en Doen groep is het percentage deelnemers dat lid is van een sportvereniging/sportbond over een periode van zes maanden constant gebleven, namelijk 47%. Aangezien Denken en Doen een project is met een looptijd van twee jaar, is dit niet verwonderlijk. Het percentage deelnemers dat lid is van een sportvereniging/sportbond is

vergelijkbaar met de controle groep, zowel op de baseline als de zes maanden meting (zie tabel 6).

Tabel 6: Het percentage deelnemers dat lid is van 1 of meerdere sportverenigingen/sportbonden, op baseline en na 6 maanden: Denken en Doen groep en controle groep

	Denken en Doen groep	Controle groep	P-waarde ^a
Aantal (N)	47	57	
Ja, lid van 1 of meerdere sportverenigingen/sportbonden (%)			
Baseline	47	35	0.23
Na 6 maanden	47	32	0.30

^a P-waarde voor het verschil tussen de groepen. Bij de meting na 6 maanden is er gecorrigeerd voor het percentage deelnemers dat lid is van 1 of meerdere sportverenigingen/sportbonden op baseline.

1.5 Conclusies

Over het algemeen is het project Denken en Doen succesvol verlopen. De doelstellingen die in het kader van de implementatiefase van het NASB, setting sport waren opgesteld zijn vrijwel allemaal gehaald en in een aantal gevallen zeer ruim (aantal deelnemers, doorstroom naar de georganiseerde sport en aantal projecten). Verder is de juiste doelgroep bereikt, zowel qua leeftijdseis als beweegpatroon. De opgebouwde sociale netwerken blijven bestaan en zorgen hiermee voor continuïteit. De twee doelstellingen die niet behaald zijn, zijn het aanbieden van beweegactiviteiten en de beoogde vermindering van inactieven en semi-actieven (vermindering van 30%).

Wat betreft de beweegactiviteiten blijkt dat de beweegcomponent onvoldoende structureel in het project was verankerd en dat de NBB hiervoor teveel afhankelijk was van gemeenten en collega sportbonden. In de toekomst gaat de NBB hier meer aandacht aan besteden.

De vermindering van het percentage inactieven en semi-actieven is niet behaald doordat uit het effectonderzoek naar voren komt dat er geen significant effect is van Denken en Doen op het beweeggedrag van de deelnemers na zes maanden. Er is overigens wel een stijging te zien in het percentage deelnemers dat na zes maanden aan de NNGB en Combinorm voldoet en een daling van het percentage mensen dat semi-actief is, maar deze veranderingen zijn niet significant. Ook de verschillen met de controle groep zijn niet significant. Nu moet er wel een aantal kanttekeningen worden geplaatst. Allereerst was de groep die na zes maanden aan het onderzoek deelnam relatief klein (n=58), wellicht dat bij een grotere groep wel significante verschillen gevonden worden. Wanneer bovendien gekeken wordt naar de groep die geworven was, blijkt dat 69% reeds voldeed aan de Combinorm. Er valt meer winst te behalen met betrekking tot het beweeggedrag wanneer dit percentage lager zou zijn en er dus een inactievere doelgroep geworven zou worden. Opvallend was overigens wel dat het percentage personen met een chronische

aandoening relatief hoog was (45%). Verder vond het onderzoek reeds na zes maanden plaats, terwijl bij het project Denken en Doen pas na een jaar beweegactiviteiten worden aangeboden. Op basis hiervan is het dan ook wenselijk dat er een onderzoek plaatsvindt waarbij wordt bekeken in welke mate het beweeggedrag na 1,5 jaar is veranderd. Voorwaarde is dan wel dat Denken en Doen gekoppeld wordt aan een meer structureel aanbod van beweegactiviteiten, wat op het moment van de procesevaluatie nog niet het geval was. Verder kan Denken en Doen effecten hebben op andere factoren dan het beweeggedrag. Zo wordt momenteel onderzocht of deelname aan Denken en Doen een positief effect heeft op de eenzaamheid van de deelnemers.

Tenslotte dient vermeld te worden dat Denken en Doen een bijzonder bereik heeft door ouderen met een gemiddelde leeftijd van 66 jaar aan te spreken. Het werven van deze (vaak lastig bereikbare) doelgroep verliep erg succesvol. Dit kwam onder andere doordat de bridgebond samenwerkte met gemeenten, waarbij een gemeente de doelgroep aanschreef met de vraag deel te nemen aan Denken en Doen. Hiermee kan dit sportproject als voorbeeld dienen voor andere sportprojecten. Bovendien is het opmerkelijk dat ondanks de gevraagde eigen bijdrage van deelnemers en gemeenten vanaf 2009, het project onverminderd voortging en het aanbod dus kennelijk bleef voorzien in de behoefte van deelnemers en gemeenten.