

# Beleidsplan parKLIMson

## Introductie

- In navolging van het succesvolle UpEndingParkinsons initiatief uit de verenigde staten, werkt parKLIMson samen met klimhallen om de klimsport te promoten onder mensen met Parkinson. Het doel is om door heel Nederland klimgroepen op te richten voor mensen met Parkinson
- We hebben een Pilot uitgevoerd met klimhal Neoliet in Eindhoven. Met deze succesvolle pilot hebben we aangetoond dat dit een goed idee is, ervaring opdoen en reclame gemaakt voor dit initiatief.
- Neoliet heeft 5 klimhallen en 6 boulderhallen in Nederland, en daarnaast zijn er vele andere klimlocaties, dus na deze succesvolle pilot kan dit in heel Nederland worden aangeboden
- De klimhallen zorgen voor professioneel personeel en staan garant voor de veiligheid. Vrijwilligers zijn nodig om de deelnemers te zekeren. Zij krijgen vanuit de klimhal hiervoor een opleiding met specifieke richtlijnen voor de doelgroep.
- De stichting 'parKLIMson' promoot de klimsport onder mensen met Parkinson, helpt om vrijwilligers te werven en helpt andere klimhallen dit concept te kopiëren
- In de verenigde staten zijn ondertussen al 25 klimgroepen waarvan de grootste meer dan 100 leden tellen. Molly Donelan-Cupka heeft vele jaren ervaring en heeft veel informatie met ons gedeeld zodat wij sneller onderweg zijn

## Plan

### 0. Pilot (Q2 2025)

De initiële pilot is gestart op 30 mei 2025. Tijdens de eerste sessie, die gratis was, hebben deelnemers vrijblijvend kennis maken met het klimmen en de begeleiders. De volgende 5 sessies zijn voor een sterk gereduceerd tarief van € 55,- aangeboden. Dit is inclusief materiaal en begeleiding.

### 1. Klimgroep (Q3 2025)

Na de succesvolle pilot was er voldoende animo per 1 augustus 2025 te starten met een reguliere klimgroep wekelijks op de vrijdagochtend.

We zorgen dat wanneer dat nodig is er vrijwilligers zijn om te zekeren.

Zowel de klimmers zelf als de vrijwilligers worden opgeleid om dit veilig te doen

## 2. Verdere uitrol (Q4 2025)

Na het starten van een enthousiaste en stabiele klimgroep in Neoliet Eindhoven, zal Neoliet dit verder uitrollen bij andere klimhallen. Het doel is in een andere stad dit jaar nog een tweede en eventueel derde Parkinson klimgroep op te richten.

## 3. Marketing (2025 - 2026)

De stichting 'parkKLIMson' zal zich richten op promotie van het concept en het werven van deelnemers en ook vrijwilligers.

Daarnaast zal het voor klimhallen een informatiepakket maken, zodat het eenvoudiger wordt om een klimgroep te starten. Dan kunnen we andere klimhallen interesseren om deze doelgroep welkom te kunnen heten. We zullen hiervoor samenwerken met onder andere Parkinson.nl, de Parkinson Vereniging, NKBV, branchevereniging klimsport, enz.

## 4. Onderzoek (2026)

De stichting zal ook mogelijkheden onderzoeken om uitgebreider onderzoek naar de effecten van Klimmen op parkinson (symptomen) te onderzoeken. Het onderzoek dat is gedaan (<1> <2> <3>) geeft een duidelijk positief effect, maar is met een relatief kleine groep en over een korte periode. Daarom is het zinvol vervolgonderzoek te doen met grotere groepen, voor langere periode. Ook om te onderzoeken welke trainingsopzet het meest effectief is. Na het opzetten van de eerste klimgroepen zal 'parkKLIMson' zich meer richten op het faciliteren van dat onderzoek.

## 5. Ondersteunende software (2026)

In de verenigde staten is een online platform opgezet om deelnemers met Parkinson online te koppelen om te klimmen. Dit willen we ook in Nederland realiseren.



## Financieel plan

Het benodigde budget voor het opzetten van de Stichting parKLIMson, de promotie en de uitrol naar andere klimhallen is te vinden in onderstaande tabel.

|                  | 2025              | 2026               |
|------------------|-------------------|--------------------|
| Basics           | € 1.800,00        | € 3.500,00         |
| Uitrol           | € 3.000,00        | € 7.000,00         |
| Brochure & event | € 4.000,00        | € 4.100,00         |
| <b>Totaal</b>    | <b>€ 8.800,00</b> | <b>€ 14.600,00</b> |

Binnen 3 maanden na het boekjaar, dat eindigt op 31/12, zal een verantwoording van de kosten en een nieuw plan worden gepubliceerd.