

## Uitwerking vragenlijst DOL minisymposium



Tijdens het DOL beweegsymposium zijn aan alle 150 deelnemers (als alternatief voor een evaluatieformulier) drie vragen voorgelegd. Er zijn 129 formulieren met antwoorden retour gekomen.

De vragen waren:

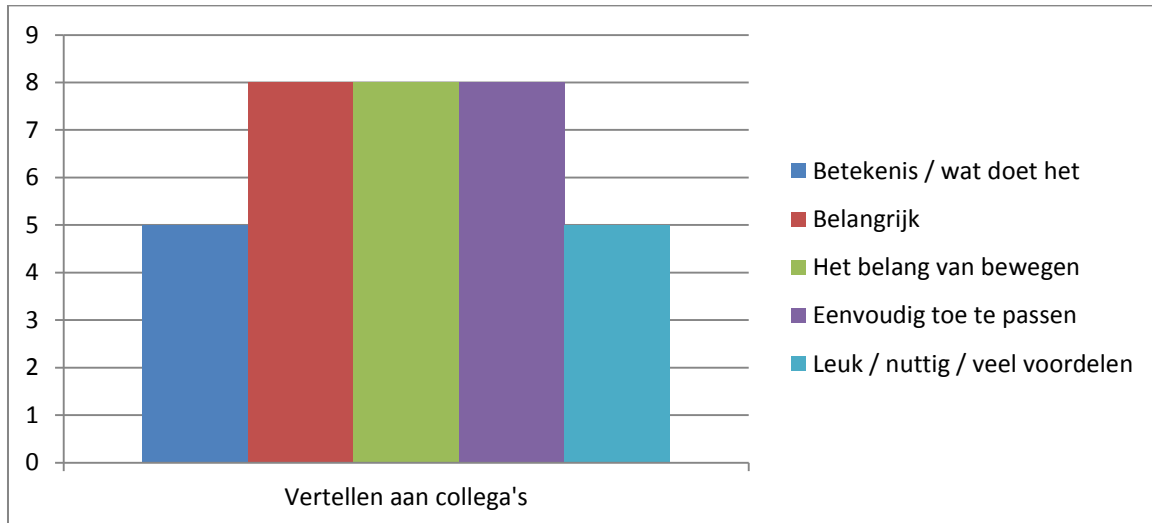
- 1) Wat ga je morgen over deze middag vertellen aan je collega's of leidinggevende?
- 2) Welke tip of activiteit ga je morgen (ok, overmorgen mag ook) in de praktijk toepassen?
- 3) Welke kansen of mogelijkheden om meer met cliënten te bewegen zie je voor je eigen afdeling of locatie? En hoe zou je dat kunnen realiseren?

In deze notitie zijn de antwoorden van de deelnemers verwerkt en geclusterd.

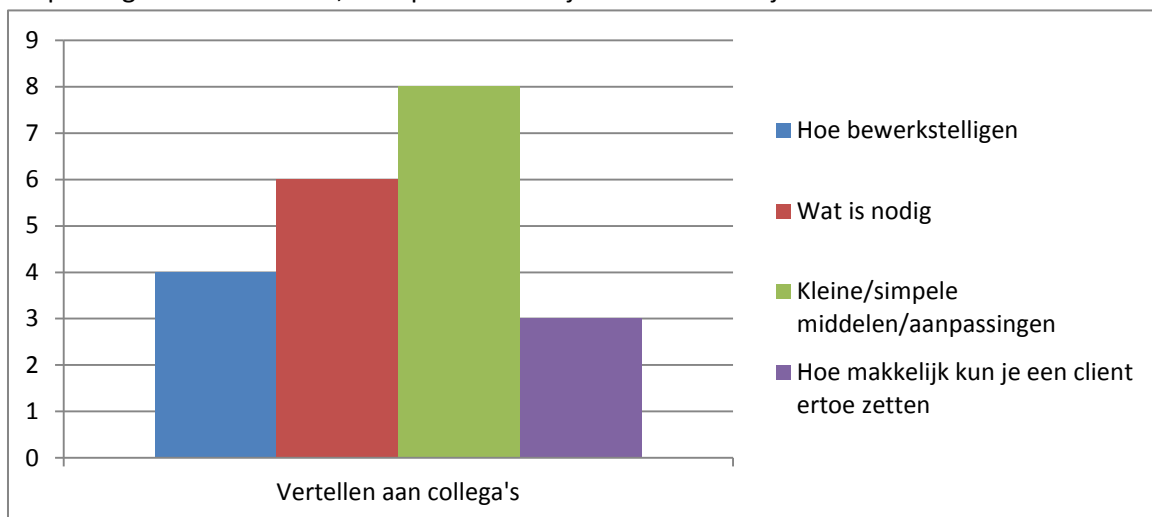
### 1. Wat ga je morgen over deze middag vertellen aan je collega's of leidinggevende?

Het belang van bewegen lijkt bij vrijwel alle deelnemers doorgedrongen. Veel deelnemers geven aan de algemene informatie te zullen delen over het nut en de noodzaak van bewegen. Ook zeggen velen te zullen vertellen dat meer bewegen relatief eenvoudig is te realiseren, en dat het zowel de cliënt als de medewerkers plezier kan geven.

Verschillende deelnemers zijn ervan doordringen geraakt dat het van belang is cliënten zo veel mogelijk zelf te laten doen en niet te snel handelingen uit handen te nemen.

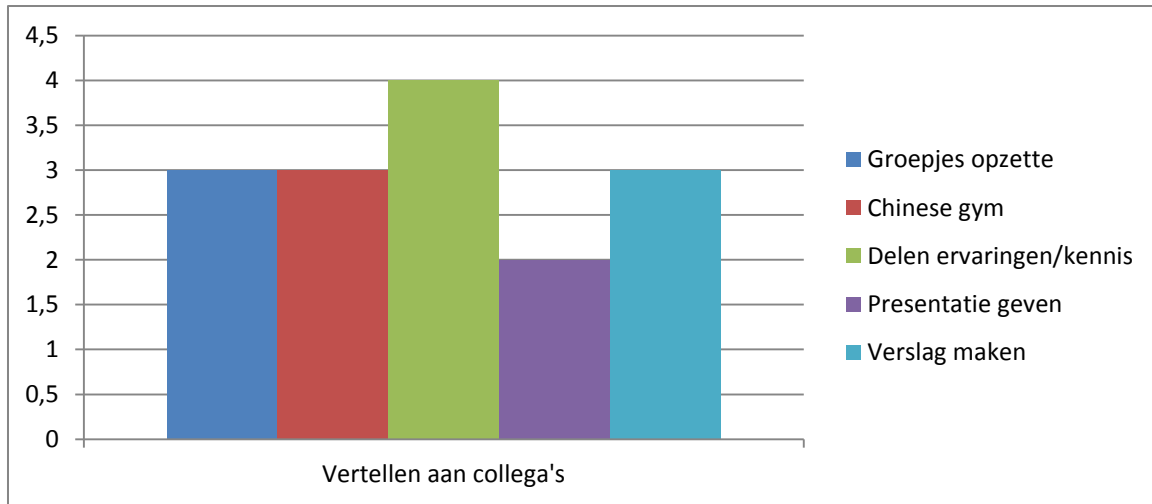


Verschillende deelnemers zeggen hierover in gesprek te zullen gaan met het team en de leidinggevenden, om gezamenlijk te onderzoeken wat er nodig is om cliënten meer te laten bewegen. Niet met groots opgezette projecten of initiatieven, maar door middel van relatief kleine aanpassingen of activiteiten, die op korte termijn te realiseren zijn.

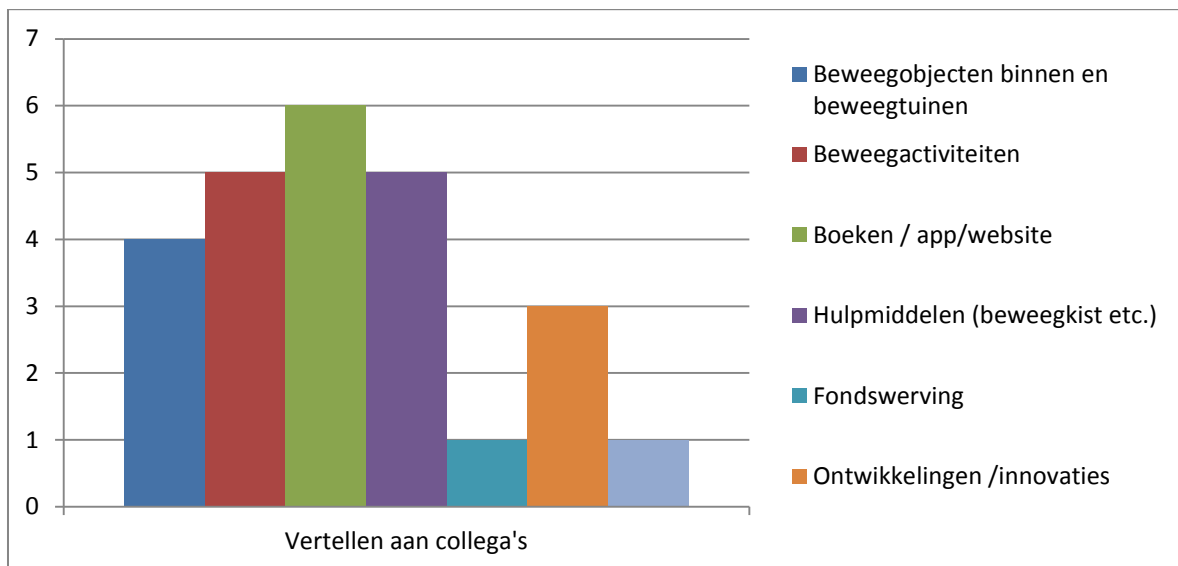


Verschillende deelnemers geven aan van plan te zijn om groepjes op te zetten om activiteiten te organiseren en meer collega's erbij te betrekken. De Chinese gym scoort daarbij hoog. Een aantal deelnemers is van plan een verslag of samenvatting van de middag te maken en te verspreiden, of een presentatie te houden. Een deelnemende stagiaire die is meegenomen door een medewerker verwerkt de opgedane kennis in haar stageverslag.

## Terugkoppeling DOL Beweegsymposium

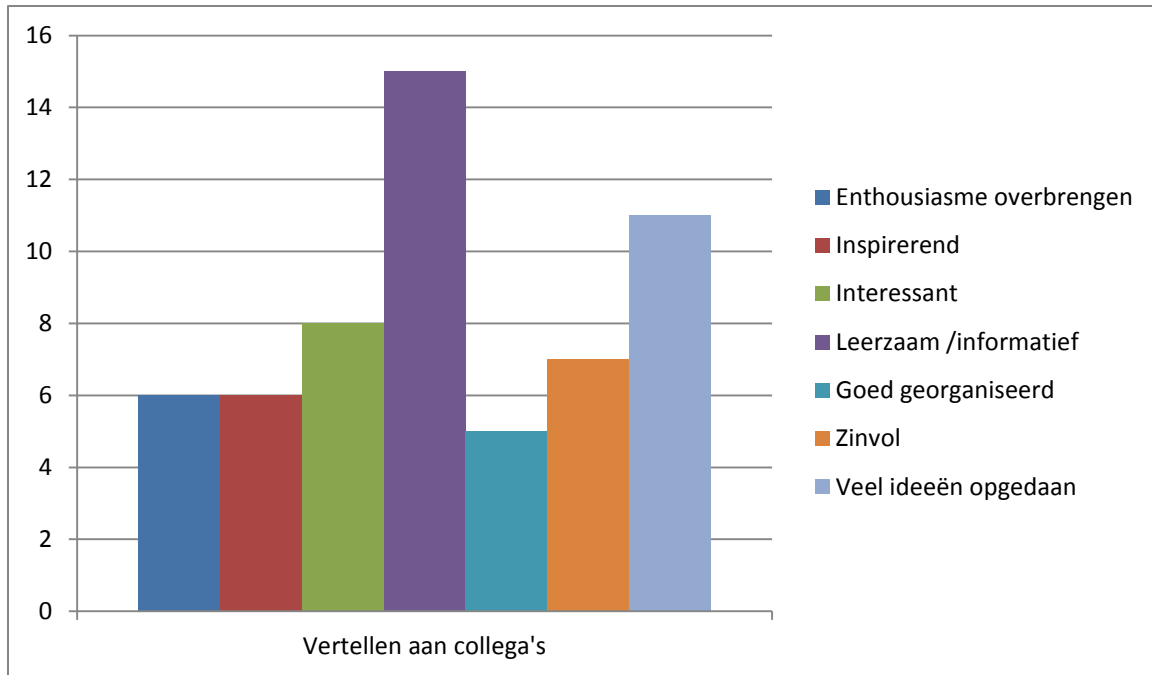


Een aantal deelnemers geeft aan een terugkoppeling te zullen geven van de mogelijkheden waarmee men op het symposium kennis heeft gemaakt: van middelen en materialen tot mogelijke fondsen.



Ongeveer eenderde van de bezoekers heeft nog geen concrete ideeën om bij collega's of de leidinggevende aan de orde te stellen, maar zegt wel enthousiast en geïnspireerd te zijn.

## Terugkoppeling DOL Beweegsymposium



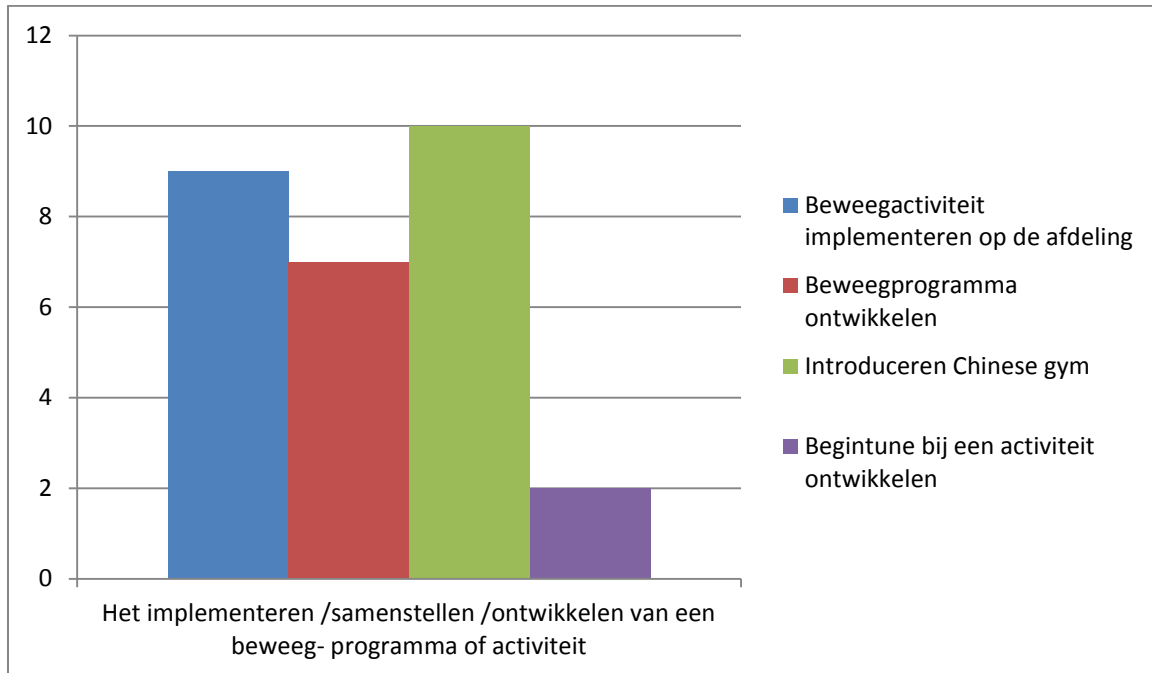
### Overige opmerkingen:

- Dat we met deze doelgroep iets moeten gaan doen als organisatie, de docenten hierover inlichten, in kaart brengen welke organisaties al iets doen en waar (sportservice Schagen)
- Aandachtfunctionarissen bewegen aanstellen
- Over mogelijkheden binnen fysiotherapie om bewegegroepen te starten voor mensen met dementie
- Opfrissen van wat je al kunt en doet, weten dat je goed bezig bent. We zitten op de goede weg
- Jammer dat Activiteiten Begeleiding er niet bij was
- Behoorlijke kosten aan verbonden, uitlenen bv met andere huizen
- We weten al dat bewegen belangrijk is, meer inzetten voor de doelgroep dementie
- Moeilijk toe te passen in de thuiszorg, wordt geen rekening gehouden dat je weinig tijd hebt in de thuiszorg, wel boekentips meegenomen
- Ik ben vrijwilliger en kan dus aan niemand terugkoppelen of vertellen van deze middag
- Mijn collega's zijn hier aanwezig
- Meer gericht op extramuraal en heel klein beetje op intramuraal

## 2. Welke tip of activiteit ga je morgen (oké, overmorgen mag ook) in de praktijk toepassen

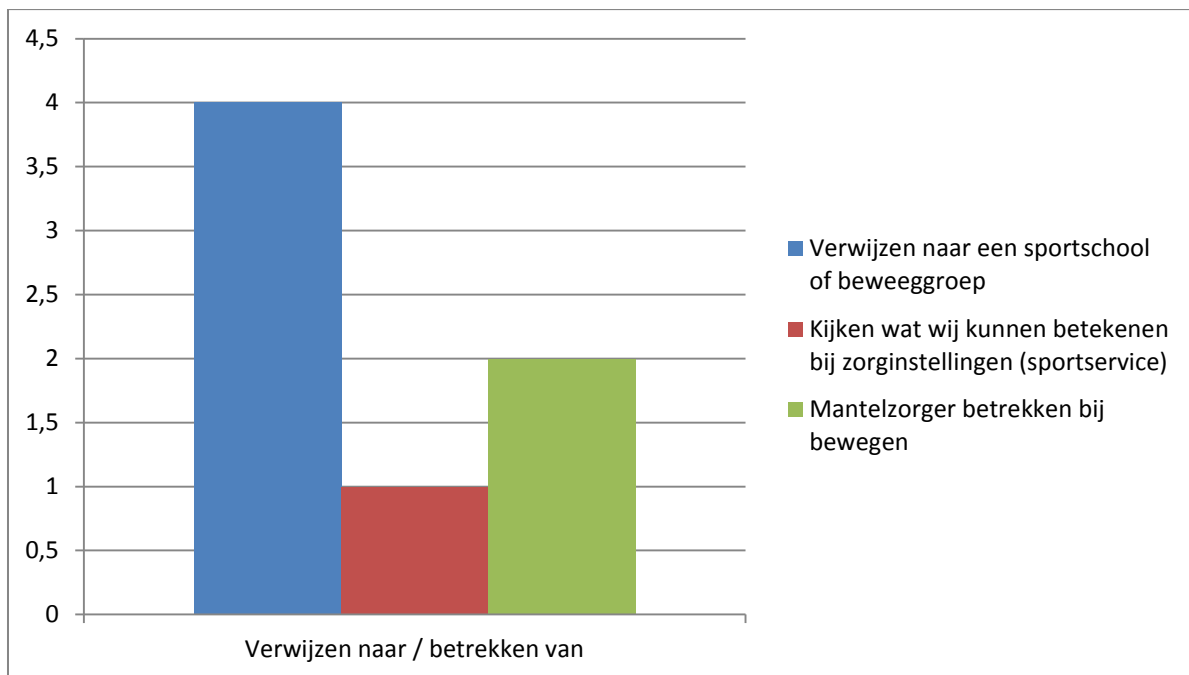
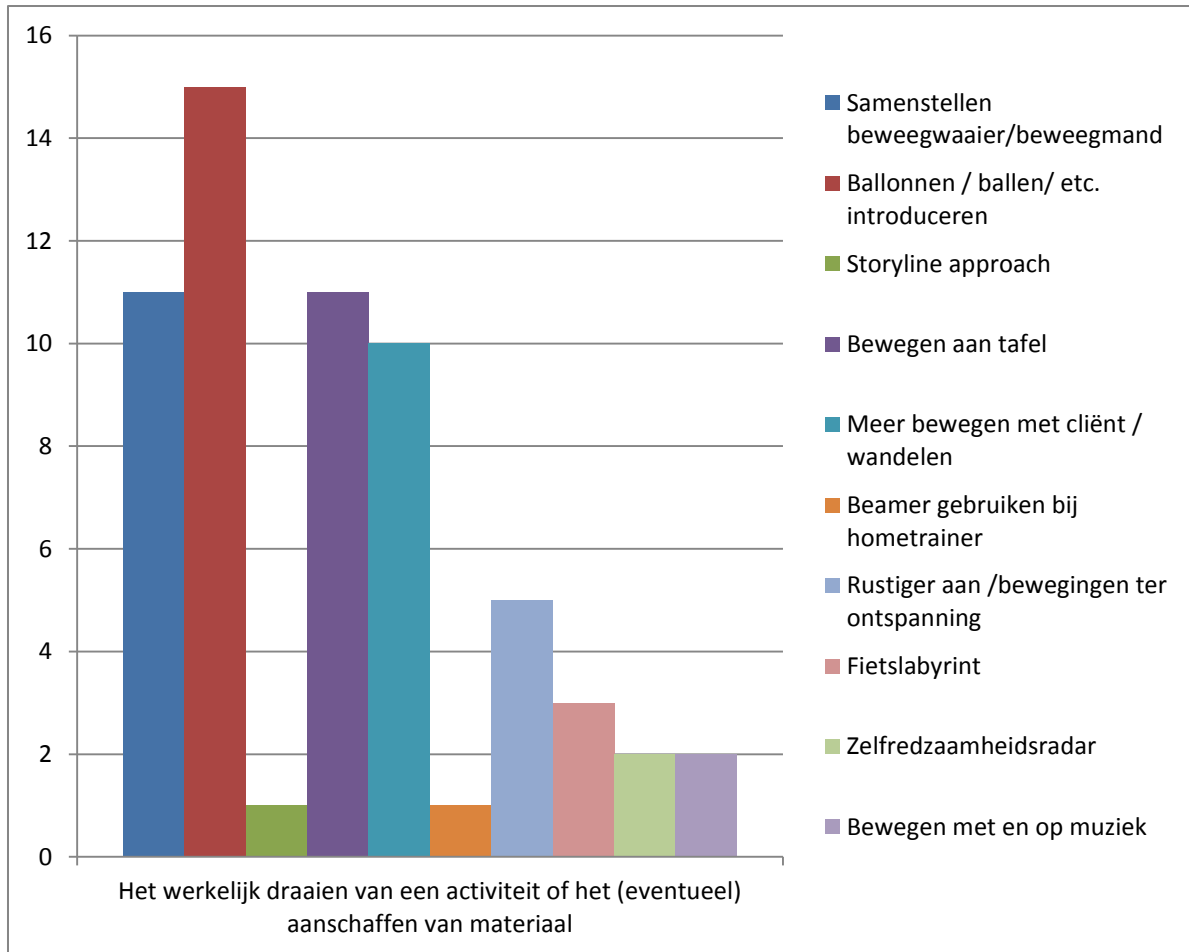
Het meest genoemd is het zorgen met de handen op de rug. Dit geven 21 deelnemers aan te zullen gaan toepassen.

Een tweetal gaat onderzoeken of er al iets is opgenomen in het beleid van de organisatie tbv bewegen.

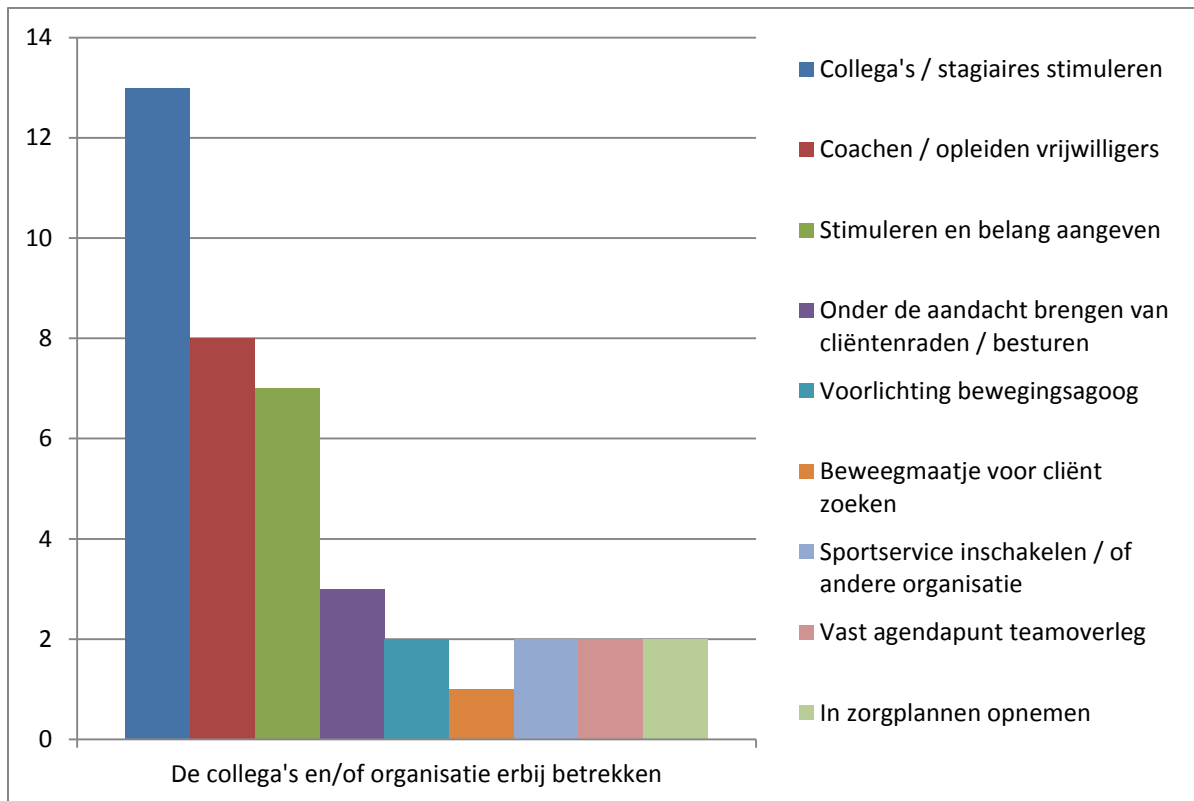


Zo'n 25 bezoekers zeggen van plan te zijn middelen aan te schaffen of introduceren (zoals ballonnen, ballen, etc.) voor eenvoudige activiteiten op de groep, aan tafel of op de afdeling.

## Terugkoppeling DOL Beweegsymposium



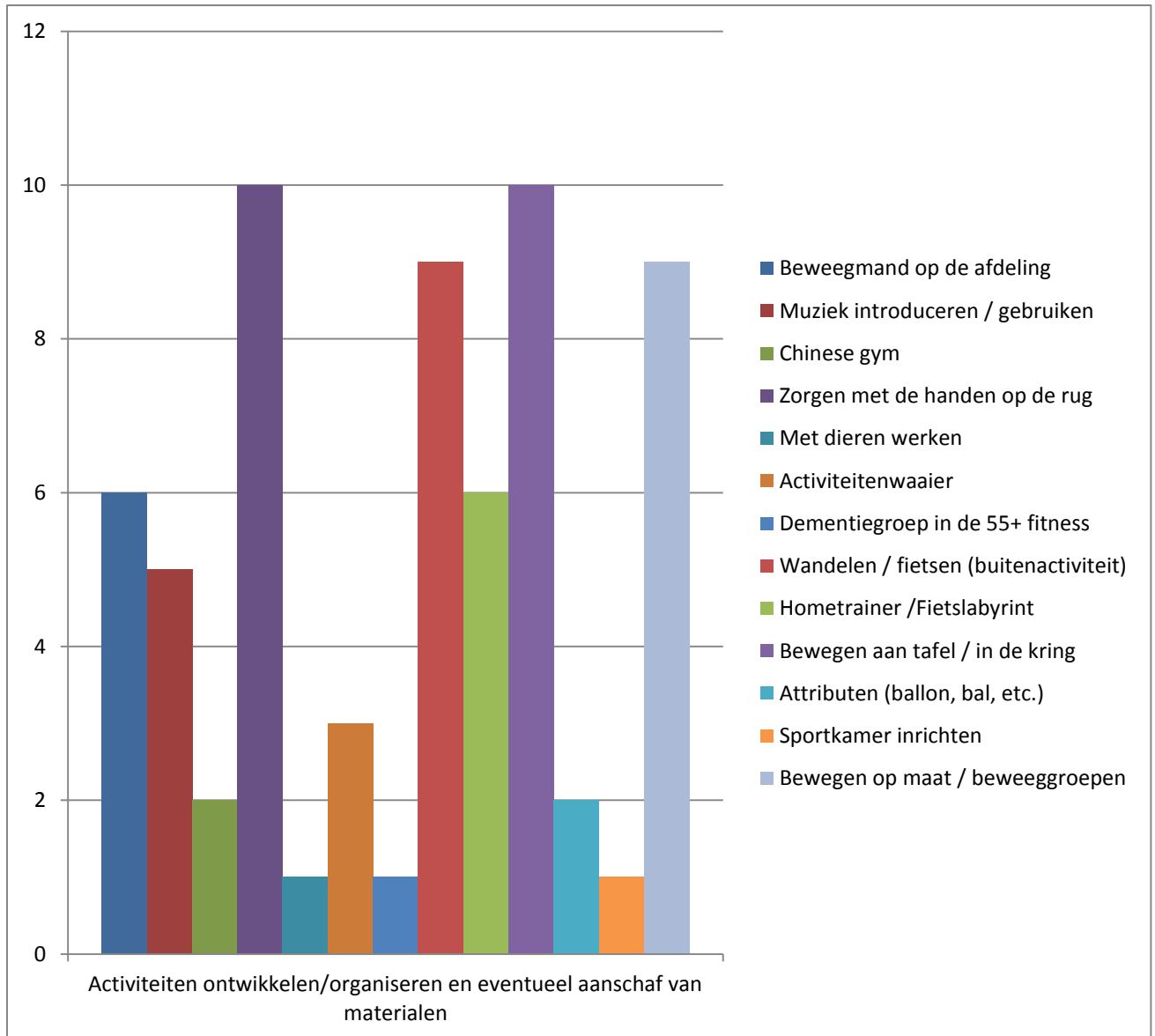
**3. Welke kansen of mogelijkheden om meer met cliënten te bewegen zie je voor je eigen afdeling of locatie? En hoe zou je dat kunnen realiseren?**



Het stimuleren en coachen van collega's, leerlingen en vrijwilligers zien veel deelnemers als eerste stap om meer met cliënten te bewegen.

Middelen en activiteiten die de deelnemers het meeste aanspreken zijn:

- Zorgen met de handen op de rug: cliënten meer zelf laten doen;
- Bewegen aan tafel (eenvoudige activiteiten in de huiskamer of op de afdeling);
- Introduceren of uitbreiden van buitenactiviteiten;
- Bewegen in groepsverband (bv via Bewegen op Maat);
- Bewegmanden met materialen op de afdelingen plaatsen;
- Beginnen met Chinese gym.



Een aantal deelnemers noemt tijdgebrek als een belemmerende factor. Het enthousiasme is aanwezig, maar het ontbreekt aan tijd om ook iets met de aanbevelingen en suggesties te kunnen doen.

Toch kan alles overziend wel de conclusie worden getrokken, dat de boodschap van het symposium (Bewegen is belangrijk, bewegen is leuk en het hoeft niet ingewikkeld te zijn) bij het merendeel van de bezoekers is aangekomen.



## Terugkoppeling DOL Beweegsymposium

