

Inventarisatie Beweging Platform Dementie

11 september 2014

Organisatie	Welke interne beweegactiviteiten?	Welke beweegmaterialen?	Hoe is personeel geschoold in toepassen bewegen ADL?	Welke extramurale activiteiten ken je?
Jonkers Zorg Angèle Jonker Angele.jonker@jonkerszorg.nl	<ul style="list-style-type: none"> • 2x pw Rust Roest op muziek • Dagelijks wandelen, (duo-) fiets of tandem of vloertrappers • 1x 2w zwemmen • regelmatig ballon tennis • staand sjoelen, ringengooien • dansen, zingen • tuinwerkjes • trap lopen, etc. • HDL: huishoudelijke klusjes binnen en buiten, koken, bakken, was ophangen, post halen etc. • ADL: opstaan, zitten, wassen, aankleden, toiletgang etc. 	<ul style="list-style-type: none"> • muziek • 'rust roest' • buigbuizen • ballonnen • vloertrappers • (duo-)fiets • tandem • balspelen • sjoelbak • ringwerpen • tuin • zwembad • etc. 	Intern eigen lesprogramma met bewegingsgerichte zorg . Drie thema's : Eigen regie (hoe), Persoonsgerichtheid (wat) en Welzijn (wanneer) Aanbevolen ter integratie bewegingsgerichtheid in ZLP: http://www.zorgvoorbeter.nl/docs/PVZ/vindplaats/Zorgleefplan/Bewegingsgerichte_zorg.pdf	(Reserveer een plaatselijk) Zwembad: 'privé', niet te diep, 1 op 1 begeleiding, 30 graden en koffie toe.
Vrijwaard Petra Alders p.alders@vrijwaard.nl	<ul style="list-style-type: none"> • Koersbal • Zumba • Yoga • Fitness • duo-fiets • bewegen op muziek (Ellen Buur) • biljarten • Fietslabyrint (fietsen dmv. bewegende beelden op scherm) • tuinieren (de kas bijhouden) • Bewegen voor ouderen • Jeu-de boules • Zwemclub • Fietsclub • Wandelclub • Bingo-dansant • Vlotbruggen 	<ul style="list-style-type: none"> • Mat + ballen • Muziek • Matten • Twee ingerichte fitnesszalen • 3 duofietsen • Twee biljarts (en gatenbak) • Computer / beamer/ beeldscherm • 10 trapfietsen voor een stoel • Moestuin + ruime kas met bakken op werkhoogte • Diverse materialen zoals ballen, stokken etc. • Jeu de boules baan + ballen • Huren van zwembad 	SPW, SPH, CIOS, AB, Verzorgende-IG. Maar vele activiteiten worden ook ondersteund door vrijwilligers en/ of instructeurs die wij inhuren. Denk bij de instructeurs aan: Zumba, Yoga, bewegen op muziek, bewegen voor ouderen, zwemclub, Intake en begeleiding fitness Inzetten op “zorgen met handen op de rug” door de zorgmedewerkers. Dus zoveel mogelijk de cliënten zelf laten doen.	Zie eerste kolom. Binnen Vrijwaard zijn de bewegingsactiviteiten voor intra en extramurale cliënten/ deelnemers

Organisatie	Welke interne beweegactiviteiten?	Welke beweegmaterialen?	Hoe is personeel geschoold in toepassen bewegen ADL?	Welke extramurale activiteiten ken je?
Viva Zorggroep Marjon Seekles-van Rhoon Corina de Winter-Boon m.seekles@vivazorggroep.nl c.dewinter@vivazorggroep.nl	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegen, 1 keer per week half uur voor huiskamer • half uur voor andere bewoners • zwemmen • bowlen • wandelen • fietsen • stoelyoga 	<ul style="list-style-type: none"> • Gymmateriaal • parachute • koersbalset 	Intern of via opleiding AB via school	<ul style="list-style-type: none"> - biljarten, darten via Trefpunt - beweegactiviteiten via Evean.
Evean Anneke Rensing	<ul style="list-style-type: none"> • In Heiloo, Schagen, Alkmaar Heerhugowaard, Den Helder zijn Evean teams betrokken bij het project Bewegen op maat. Evean is hiervan budgethouder 		Medewerkers activeren om cliënten te werven voor Bewegen op Maat	Bewegen op Maat in 6 sportscholen in NHN
Woonzorggroep Samen Claudia Potveer Wilma Levendig Ans Schilder c.potveer@woonzorggroepsamen.nl w.levendig@woonzorggroep Samen.nl	Locatie Magnushof <ul style="list-style-type: none"> • Happy Ouwer: (project) tussen 11 uur en 11.30 wandelen op het circuit met een bewoner (door leerlingen, stagiaires, verzorging, en iedereen die verder tijd heeft) • wandelgroep buiten • zwemmen: er wordt gezwommen in het oefenbad van de fysiotherapie in Magnushof. • gymactiviteit op de afdeling • fietsen – duofiets en rolstoelfiets • dansen • huishoudelijke klusjes (strijken, afwassen, planten water geven, tafel dekken) • jeu de boules • fysiotherapie (individuee) • aandachtshoeken op het loopcircuit, die een appèl doen op bewegen (bv een jukebox, kinderwagen uit de jaren 70, voelschilderij) 	<ul style="list-style-type: none"> • binnentuin met paden, leuning en bankjes • Er is een gymkar met spullen die nodig zijn voor de gymactiviteit. (ballen, hoepels e.d.) • Duofiets met onderst. En/of een fiets waar rolstoel kan • Een compleet ingerichte fitnesszaal. 	Binnen Magnushof bestaat sinds medio 2013 het project Samen in Beweging. Hierbij heeft Eric Scherder een presentatie over het belang van bewegen gegeven, hebben vrijwilligers een cursus 'Bewegen' gevolgd en volgen huiskamerassistenten en leerlingen de cursus 'Bewegen is Makkelijker dan je denkt'.	

<p>Woonzorggroep Samen Marian Noordstrand</p> <p>m.noordstrand@woonzorggroep.samen.nl</p>	<p>Locatie Niedorp/Harenkarspel <i>Trambaan</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 x per week zitgym voor intra en extra murale cliënten in Trambaan. Op advies van fysio of arts wordt gelopen met cliënten. • Kleinschalig wonen: 2x per week stoelgym, alle dagen een vorm van bewegen: actieve spelactiviteiten (soms aan tafel) en ballontennis aan tafel, buiten wandelen. Bij alle huishoudelijke klussen en voorkomende klussen en adl worden cliënten gestimuleerd om mee te helpen <p><i>Angelapark</i> Dagverzorging: 1 x per week stoelgym, waar ook een aantal extramurale cliënten aan meedoen. Een aantal keren per week actieve spellen aan tafel. Fietsen met de stoelfiets.</p> <p>Locatie Anna Paulowna/Zijpe</p> <ul style="list-style-type: none"> • dagverzorging 1x per week stoelgym. Dansen, muziek spontane beweegactiviteiten • Molenweid: afwisselend dansen/sport en spel • Zandstee groepswonen dementie: elke middag wandelen en fietsen (individueel) gym voor alle cliënten door de gymvereniging 	<p>Gymkar met attributen Duofiets</p> <p>Gymkar met attributen Stoelfiets</p>	<p>Voor de zitgym komt er iemand van buiten.</p> <p>Er werken verschillende mensen met ZV en AB diploma, zij dragen het ook uit naar collega's.</p> <p>Een collega met een AB diploma, die dit uitdraagt naar collega's.</p> <p>AB op groepswonen en dagverzorging en vrijwilligers die specifiek alleen bewegen doen.</p>	
<p>Sabine van der Zon</p> <p>s.vdzon@woonzorggroep.samen.nl</p>	<p>Locatie Schagen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sjoelen • Koersbal 	<ul style="list-style-type: none"> • Sjoelbak • Mat+ ballen • Biljarttafel+ keu • Keuken, messen 	<p>2 MMZ medewerkers en vrijwilligers 1 MMZ medewerker en vrijwilligers vrijwilligers 1 MMZ medewerker en vrijwilliger</p>	<p>Binnen De Bron zijn de bewegingsactiviteiten voor intra en extramurale cliënten/ deelnemers</p>

<p>Annemarie Rincker</p> <p>a.rincker@woonzorggroepsamen.nl</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Biljarten • Kookactiviteit • Schrijven • Duo-fiets met ondersteuning 4 middagen is hier een vrijwilliger voor die de hele middag met verschillende cliënten fietst. • Hometrainers 2 in de hal • Wandelen: van maandag t/m vrijdag wandelen we van 10.30 tot 11.30. • Gym: op woensdag en zaterdag in de Carrousel, en 1x in de 2 weken op de huiskamers. • Traplopen • Huishoudelijke klusjes: Afwas, tafeldekken, schoonmaken enz. • Fysiotherapie (individueel) • ADL: Opstaan, zitten, wassen, aankleden, toiletgang. <p>Locatie Wieringen/ Wieringermeer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegen voor ouderen (gym op de locaties) • Duofiets (NL en LP) • Wandelen buiten (met vrijw) • Vlotbruggen • Bewegen aan tafel • Sjoelem • Huishoudelijk klusjes (individueel) • Themakist bewegen (div act.) • Fietslabyrinth (bijna aangeschaft) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kaarten • Duo-fiets+ fiets hesjes • Hometrainers • Wandelzakken, rollators, rolstoelen, zonnehoeden. • Hoepels, ballen, stokken. Kegels. Pittenzakken en ringen • trap • loopbrug, hometrainer, klimrek • badkamer • Themakist bewegen • Beweegkar (div. ballen, hoepels, ringen, pittenzakken, parachutezeil) • 2x duofiets • Fietslabyrinth 	<p>1 MMZ medewerker en vrijwilligers Vrijwilligers 1 MMZ medewerker en vrijwilligers</p> <p>1 MMZ medewerker en vrijwilligers</p> <p>1 MMZ medewerker en vrijwilligers</p> <p>1 MMZ medewerker, Helpende medewerker of verzorgende IG medewerker.</p> <p>Helpende medewerker of verzorgende IG medewerker.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cursus Bewegen aan tafel • Ervaring die wij 1 op 1 overbrengen bij nieuwe vrijw. • Opleiden van vrijwilligers inzake wandelen en achter rolstoel lopen • Eigen (gediplomeerde) gymvrijwilliger (NL en LP) 	<p>We zijn deelnemer aan Sportdorp Hippo, project van Sportservice Schagen</p> <p>Van hieruit denken en doen we mee aan de ontwikkeling van een beweegtuintuin voor senioren en jongeren</p>
--	--	--	---	--

Organisatie	Welke interne beweegactiviteiten?	Welke beweegmaterialen?	Hoe is personeel geschoold in toepassen bewegen ADL?	Welke extramurale activiteiten ken je?
Omring Angelique Vlaar avlaar@omring.nl	<ul style="list-style-type: none"> • Beweeggroepen • Aanbieden van theravital individueel • Oefeningen op fitnessapparatuur (in groep, of individueel) • Bewegingsactivering PG (BAP) • Looptraining • Fysiotherapie • fietsen 	<ul style="list-style-type: none"> • Klein oefenmateriaal (ballen, hoepels, pittenzakken, ballonnen enz.) • De theravital • Fitnessapparatuur in de oefenzaal • Ballen, pittenzakken, parachute, ringen, netjes, flexballetjes • Rollator • Fitnesstoestellen • Duofietsen en fietslabyrinth 	Gediplomeerd bewegingsagoog of fysiotherapeut die verzorgenden hierop coachen.	
DPRS Clara van Zinnicq Bergmann C.vanZinnicqBergmann@dprs.nl 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegen met galm • Bewegen in de groep • Wandelen • Duo fietsen • Biljarten • Kegelen • Vlotbruggen • Sjoelen • Knikkeren • Balspel aan tafel • knikkeren • Bewegen aan tafel • Zitdansen • Gymen 	<ul style="list-style-type: none"> • Oefenmaterialen ballen, hoepels, pittenzakken, ringen • Parachutedoek • Biljarttafel • Verhoogde kegelbaan • Sjoelbakken evt verkort en aangepast • Lakens met gaten. • Knikkermat • Ballonnen • Buigbuizen 	<ul style="list-style-type: none"> • Gediplomeerd bewegingsagoog • Ab, medewerker huiskamers: geschoold in bewegingsactiviteiten • Fysiotherapeut 	<ul style="list-style-type: none"> • Middag erop uit met Bus Thijs wandelen naar terras onderweg. • Gouden dagen activiteiten oa theaterbezoek, busritten, dagkamperen, wensvervullingen etc. • Wandelen • Zwemmen • Gym voor ouderen • Senioren in beweging

Organisatie	Welke interne beweegactiviteiten?	Welke beweegmaterialen?	Hoe is personeel geschoold in toepassen bewegen ADL?	Welke extramurale activiteiten ken je?
Polder Résidence/ Polder Hoeve Jennifer Hofmeijer info@polderresidence.nl	<ul style="list-style-type: none"> • Dagelijks wandelen en fietsen (duo-) fiets • Minimaal 4x in de week dansen op muziek • Minimaal 3x per week zwemmen • Minimaal 1x in de week gym • Spellen; Jeu de Boule, sjoelen en voetballen • Dagelijkse beslommering; boodschappen, tuinonderhoud, wassen koken, stofzuigen en dweilen • Verzorging kinderboerderij • Uitjes naar de markt etc. • Biljarten • Muziek maken/ zingen • Voetreflex-massage 	<ul style="list-style-type: none"> • Duofiets en hometrainer binnen • Tijdens gym de losse materialen, zoals gewichtjes, zandzakjes, ballen, elastieken, etc. • Eigen zwembad (30C) met daarbij water aerobic materiaal ;gewichtjes ballen etc • Jeu de boules baan in tuin • Eigen zwembad • Eigen kroeg met biljart • Een hele rits aan muziekinstrumenten • Moestuin en ruime kas 	<p>Wij volgen het behandelplan van Fysio en logopediste.</p> <p>Verder is iedereen goed geschoold: SPW, IG en verpleegkundige</p> <p>1x in de maand tijdens werkoverleg delen wij ervaringen samen met de collega's</p>	<p>We maken soms gebruik van een behandelzorg met fysiotherapie, oefentherapie, ergotherapie en logopedie</p> <p>Voetreflex-massage</p>
Actiezorg Monique Mooij m.mooij@actiezorg.nl	Hebben geen beweegactiviteiten voor dementie	Hebben geen beweegactiviteiten voor dementie	Hebben geen beweegactiviteiten voor dementie	Hebben geen beweegactiviteiten voor dementie
Stichting Welzijn Heiloo Wanda Vasbinder sca.welzijnheiloo@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> • Fithockey • Watergym <p>Voor 65 plus en mensen met beginnende dementie zijn welkom mits het wordt aangegeven zodat docenten en vrijwilligers er rekening mee kunnen houden. Bij hockey nu twee mensen en watergym één. Er wordt waarschijnlijk speciale groep voor beginnend dement opgestart (op aangeven Geriant)</p>	Zie vorige kolom	n.v.t.	Bewegen op Maat in sportschool.

Organisatie	Welke interne beweegactiviteiten?	Welke beweegmaterialen?	Hoe is personeel geschoold in toepassen bewegen ADL?	Welke extramurale activiteiten ken je?
MagentaZorg Astrid Admiraal a.admiraal@magentazorg.nl	<ul style="list-style-type: none"> Rolstoeldansen, sjoelen, duofietsen, huishoudelijke klusjes etc. <u>Oudtburgh</u> <ul style="list-style-type: none"> Beweeggroepen Fitness Oefengroep voor cliënten van de dagbehandeling <u>Zuyder Waert</u> <ul style="list-style-type: none"> Fitnessgroepen voor mensen van de Dagbesteding en Villa Zuyderhof Oefenprogramma op maat <u>Lauwershof</u> <ul style="list-style-type: none"> Fitnessgroepen voor dagbehandeling en op sommige afdelingen 	<ul style="list-style-type: none"> Fitnessapparatuur (hometrainers, loopband, roeitrainer, beentrainers, etc.) Losse materialen, zoals gewichtjes, zandzakjes, ballen, tollen, elastieken, etc. Tevens loopbruggen en de gangen worden gebruikt voor oefeningen / looptraining. 	Er zijn binnen Magentazorg fysiotherapeuten en/of oefentherapeuten, dus specialisten in het lichamelijk functioneren en bewegen. Zij zorgen ook voor een stuk kennisoverdracht naar de zorg. Dit is nu nog vooral georiënteerd op til- en transfertechnieken. Het punt toepassen van bewegen in ADL is een aandachtspunt waar we binnen MZ mee bezig zijn. De Mensendieck therapie begeleidt mantelzorgers hoe ze met hun partner kunnen bewegen.	<u>Oudtburgh</u> Fitnessgroepen <u>Lauwershof</u> Fitnessgroepen (aparte groepen voor mensen met dementie thuis en COPD) <u>Zuyder Waert</u> Fitnessgroep voor cliënten van de dagbesteding en Villa Zuyderhof Daarnaast zijn we als behandelzorg met fysiotherapie, oefentherapie, ergotherapie, logopedie en diëtetiek "actief" bezig in de 1 ^{ste} lijn, om zo ook onze multidisciplinaire expertise / ervaring in de wijk neer te zetten
De Wering Erna Molenaar Joop Portegies e.molenaar@stichtingdewering.nl j.portegies@stichtingdewering.nl	Kop: niets WF: niets NKL	Kop: niets WF: niets	Kop: niets WF: niets	Kop: niets WF: niets
		Het activiteitenbureau heeft beweeg- en educatieve activiteiten voor senioren. Onder de senioren zitten ook mensen met beginnende dementie. Men kan mee blijven doen met de activiteit zolang de persoon niet te veel aandacht vraagt van de docent of de andere deelnemers. Alle deelnemers komen voor hun ontspanning en alle deelnemers hebben recht op evenveel aandacht van de docent. Er zijn senioren die gebracht en gehaald worden of begeleid worden door een kennis/familielid. Ik weet dat er ook docenten zijn die overleg hebben met bv. familie t.a.v. bepaalde deelnemers. Wij hebben geen groepen waar alleen maar (beginnend) dementerenden komen.		
Organisatie	Welke interne beweegactiviteiten?	Welke beweegmaterialen?	Hoe is personeel geschoold in toepassen bewegen ADL?	Welke extramurale activiteiten ken je?
WonenPlus Welzijn Marika de Jager M.deJager@wonenpluswelzijn.nl	Fietsen	Duofiets of tandem	niet	Bewegen op Maat
Kern8 Tanja Schermerhorn tanja.schermerhorn@kern8.nl	Alkmaar: niets Heerhugowaard: beweegdag in het najaar (Hein Blank)	geen	niet	geen

