

## Workshop

### 'Werken met de IGZ bouwstenen'

12 mei 2014



Regionaal minisymposium  
Werken met de  
IGZ bouwstenen 7 oktober  
2014

## Programma

- Welkom en introductie
- Bouwstenen om bewegen te stimuleren & praktijktips
- In gesprek en werken aan: welke stappen te ondernemen, uitwisselen tips en dilemma's
- Vragenronde & afsluiting

Regionaal minisymposium  
Werken met de  
IGZ bouwstenen 7 oktober  
2014

## Welkom en introductie

Wissel een paar minuten met buurman/buurvrouw uit

- Wat heb je met bewegen?
- Wat doet jullie organisatie met bewegen?
  - Aanpak, activiteiten etc.
  - Hoeveel draagvlak en urgentie is er voor bewegen?
- Welke rol heb jij zelf in bewegen binnen de organisatie?

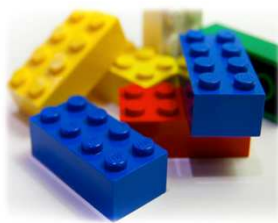
Regionaal minisymposium  
Werken met de  
IGZ bouwstenen 7 oktober  
2014

## Bouwstenen om bewegen te stimuleren



Regionaal minisymposium  
Werken met de  
IGZ bouwstenen 7 oktober  
2014

1



### Beleid:

De instelling heeft beleid vastgesteld over bewegestimulering. Er is expliciet beleidsmatig vastgelegd wat voor ouderen wordt gedaan aan bewegen.

Regionaal minisymposium  
Werken met de  
IGZ bouwstenen 7 oktober  
2014

### Praktijktips beleid

- 'iedereen moet erachter staan, anders wordt het niks' (Sevagram)
- Organiseer het integraal + efficient (Vilente)
- Laat ruimte voor uitvoeringsplannen (ook op locatieniveau) (Florence)
- Breng focus aan en stel haalbare doelen (Aafje)

Regionaal minisymposium  
Werken met de  
IGZ bouwstenen 7 oktober  
2014

**2**



**Cliënten betrekken:**  
 De instelling betreft cliënten bij het voorbereiden, uitvoeren en evalueren van het beleid over bewegestimulering.

Regionaal minisymposium  
 Workshop 1 'Werken met de IGZ bouwstenen' 7 oktober 2014

**Praktijktips cliënten**

- Behoeften simpel in kaart brengen (MIBBO/Zuyd)
- Zorg = keuzes maken; clientkeuze staat voorop (Vilente)
- Bewust vs. onbewust uitdagen: sluit aan bij motivatie

Regionaal minisymposium  
 Workshop 1 'Werken met de IGZ bouwstenen' 7 oktober 2014

**3**



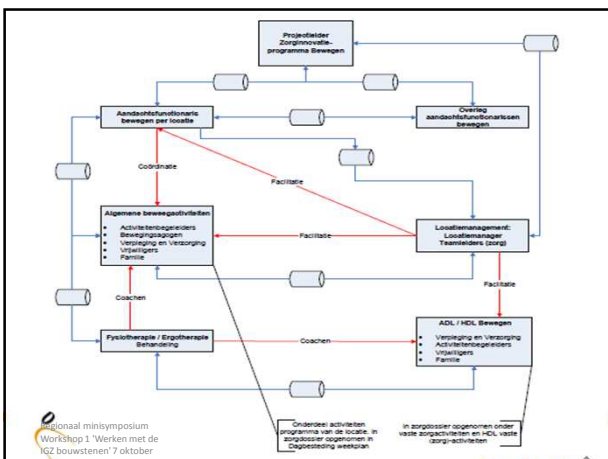
**Structuur voor bewegestimulering:**  
 De instelling beschikt over een structuur voor bewegestimulering

Regionaal minisymposium  
 Workshop 1 'Werken met de IGZ bouwstenen' 7 oktober 2014

**Praktijktips structuur**

- Een meerjarenscope werkt 'blijven kwartiermaken' (Vilente)
- Verbinding tussen management/uitvoering (Sevagram)

Regionaal minisymposium  
 Workshop 1 'Werken met de IGZ bouwstenen' 7 oktober 2014



**4**



**Scholing en voorlichting:**  
 De instelling organiseert/faciliteert deskundigheidsbevordering voor medewerkers. Er is voorlichting voor medewerkers, vrijwilligers, cliënten en hun familie over het belang, de voordelen en mogelijkheden die beweging biedt.

Regionaal minisymposium  
 Workshop 1 'Werken met de IGZ bouwstenen' 7 oktober 2014

**Praktijktips scholing & voorlichting**

- Reserveer budget
- Scholing op maat, gekoppeld aan doel/discipline verbind wel vanuit scholingsvisie!
- Op teamniveau, kleinschalig: intervisie en werkafspraken
- Vergeet interne expertise niet (vb. Train-de-trainer principe, voorbeeld het Laar)



5



**Zorgleefplan:**

De instelling legt afspraken over bewegestimulering vast in het zorgleefplan van cliënten.

**Praktijktips zorgleefplan**

- Gebruik module 'bewegingsgerichte zorg'
- Gebruik simpele tools (Zelfredzaamheidsradar, MIBBO)
- Maak bewegen vast bespreekpunt (ook in MDO)
- Maak risico's bespreekbaar en leg vast (Vilente)

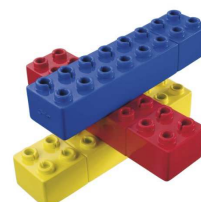


**MIBBO**

'Methode ter Inventarisatie van Betekenisvolle Bewegingswensen van Ouderen'



6

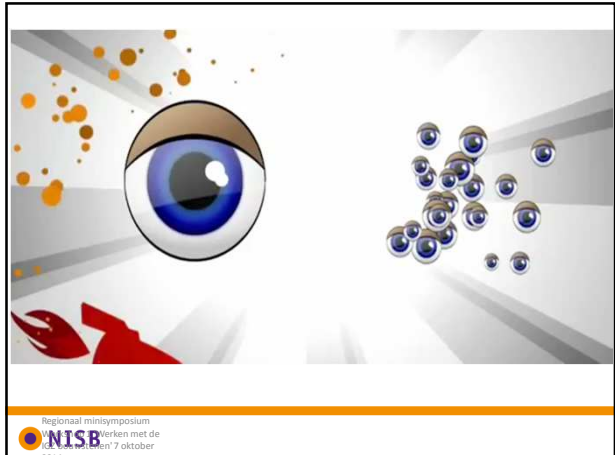


**Mogelijkheden bewegestimulering:**

De instelling beschikt over voldoende mogelijkheden voor medewerkers, vrijwilligers, familie en cliënten om invulling te geven aan bewegestimulering.

### Praktijktips mogelijkheden bewegen

- Kijk naar doel: therapeutisch, recreatief, functioneel (dagelijks)
- Aanbod versus vraag: stem het af en monitor..
- Vergeet de omgeving niet (binnen en buiten) beweeg/belevingstuin, interactieve vloer etc.



## 7



### Buurt betrekken:

De instelling biedt haar cliënten mogelijkheden om gebruik te maken van faciliteiten in de buurt en stelt haar voorzieningen voor bewegestimulering beschikbaar voor ouderen.

### Praktijktips Buurt betrekken

- Met wat voor doel?
- Benut en onderhoud netwerkcontacten werknemers: stimuleer eigen initiatief
- Bewegingsagoog/Buurtsportcoach kan verfrissend perspectief brengen



## Aan de slag

1. Paar minuten voor jezelf opschrijven:
  - Wat doen we goed/ wat mee geven aan anderen?
  - Wat zijn onze grootste dilemma's /uitdagingen en hoe aan te pakken?
2. Sparren met je buurman/buurvrouw hierover
  - Uitkomst: per persoon 1 dilemma/uitdaging of goed voorbeeld (+aanpak) kiezen voor in groepsbespreking
3. Uitwisseling vd. dilemma's/voorbeelden + aanpak in de groepjes van 3 a 4 personen

## Afsluiting

Op de hoogte blijven?  
Ondersteuning nodig?  
Nieuwsbrief ontvangen?

**Visitekaartje in bakje  
of Emailadres achterlaten**

