

Bewegen stimuleren bij ouderen in de buitenruimte

Evaluatie walk in the park route

Resultaten

Ouderen...

- ✗ Gebruiken de WITP-route minder als er geen begeleiding aanwezig is.
- ✓ Ervaren extra beweging en sociale ontmoetingen door de WITP-route.
- ✗ Willen in revalidatiesetting meer oefeningen gericht op herstel.

Professionals...

- ✓ Ervaren dat de WITP-route kan bijdragen aan meer samen en buiten bewegen.
- ✗ Zijn vaak onbekend met het gebruik van de route en technologie.
- ✗ Ervaren tijdsgebrek en stellen andere prioriteiten dan het gebruik van WITP-route.
- ✓ Denken dat de WITP-route mentale gezondheid kan verbeteren en eenzaamheid bij ouderen kan voorkomen.

Gemeente & zorginstellingen...

- ✓ Willen (meer) samenwerking met het sociaal domein en met partners.
- ✓ Geven aan dat een veilige omgeving, goede begeleiding en aanbod op maat van belang zijn voor stimuleren van bewegen bij ouderen.
- ✓ Geven aan dat digitale middelen zoals WITP ontmoeting in de wijk kunnen stimuleren, mits de locatie passend is.



Aanbevelingen

Begeleiden

Stel professionals, vrijwilligers, studenten etc. beschikbaar om ouderen te begeleiden in het gebruik van technologie.

Promoten

Zorg voor voldoende promotiemateriaal zoals flyers en informatieborden.

Scholing

Ontwikkel instructies of scholing voor professionals en ouderen om digivaardigheden en gebruik van WITP te bevorderen.

Betrekken

Betrek professionals bij de implementatie van technologie binnen hun instelling.

Dit onderzoek is mogelijk gemaakt door