

De weg naar een Beweegcentrum op Landpark Assisië

‘Meer zorg voor bewegen
binnen Prisma’



Auteur: M.C.F Muskens

Stichting Prisma

‘Meer zorg voor bewegen binnen
Prisma’

De weg naar een Beweegcentrum op Landpark Assisië

‘ Meer zorg voor bewegen binnen Prisma’

Opdrachtgever:

Stichting Prisma
Hooghoutseweg 3
5074 NA Biezenmortel
Tel: 088-770 2200

Bedrijfsbegeleider:

Toon Valckx
Beleidsadviseur programma's Zorgexpertise
Mail: t.valckx@prismanet.nl
Tel: 06-21864770

Auteur:

Marnick Muskens
Phoenixplaats 67
5021 CT Tilburg
Mail: m.muskens@student.fontys.nl
Tel: 06-10260006
Studentnummer: 2211900

Eerste begeleidster: mevr. Reckers
Mail: e.reckers@fontys.nl

Tweede begeleider: dhr. Mortier
Mail: e.mortier@fontys.nl

Afstudeerperiode: september 2015- januari 2016

Management summary

Binnen het dienstverlenende aanbod van de Stichting Prisma staat 'kwaliteit van leven' voor de cliënt centraal. Stichting Prisma, als zorgaanbieder, wil voor de cliënten en ook voor de medewerkers de kwaliteit verhogen op de volgende levensgebieden: wonen, werken, vrije tijd, voeding en bewegen. Vanuit deze visie en gezien de gesignaleerde vaak mindere gezondheidssituatie van mensen met een verstandelijke beperking en de ambitie om de maatschappelijke participatie op Landpark Assisië te verbeteren is vanuit het Prisma-Leefstijlprogramma de volgende probleemstelling geformuleerd:

In hoeverre is een Beweegcentrum op Landpark Assisië haalbaar om de maatschappelijke participatie van de cliënt en de gezondheidssituatie van de cliënt en medewerker te verbeteren?

Op basis van de volgende drie (gelijk gewogen) criteria wordt gekeken naar de haalbaarheid van een Beweegcentrum: verbetering van de gezondheid van de cliënten en medewerkers, bevordering maatschappelijke participatie van de cliënt en financiële haalbaarheid (kostendekkend voor Prisma).

Binnen het onderzoek is gebruik gemaakt van zowel field- als deskresearch. Er zijn kwalitatieve interviews afgenomen met medewerkers en er is kwantitatief onderzoek verricht onder zowel cliënten als medewerkers om inzicht te krijgen in de wensen en behoeften ten aanzien van het Beweegcentrum. Daarnaast is er deskresearch uitgevoerd om een concurrentieanalyse te maken en inzicht te krijgen in de huidige fitnessbranche in bredere zin.

Op basis van de bevindingen van deze onderzoeksanpak en de genoemde criteria zijn twee concrete opties (de zogenaamde BasisVariant en ComfortVariant) voor de inrichting van een Beweegcentrum nader onderzocht op haalbaarheid. Gebleken is dat de uitgewerkte opties wel zorgen voor de door cliënten en medewerkers gewenste uitbreiding van het beweegaanbod en dus voor een verbetering van de gezondheidssituatie van de cliënten en medewerkers. De beoogde maatschappelijke participatie op het Landpark zal hiermee echter niet toenemen. Ook blijkt dat op beide uitgewerkte opties structureel verlies geleden zal worden.

Als conclusie wordt dan ook getrokken dat op dit moment de vanuit het onderzoek uitgewerkte opties, die aan de bovenstaande criteria voldoen, niet haalbaar zijn gezien de beperkte meerwaarde ten opzichte van de bestaande situatie.

Stichting Prisma wordt geadviseerd een vervolgonderzoek te laten uitvoeren, waarbij een breder beweegaanbod geboden dient te worden om voldoende onderscheidend te zijn ten opzichte van de vele concurrenten in de regio. Pas dan zullen mogelijk ook mensen van buitenaf worden aangetrokken voor de beoogde bevordering van de maatschappelijke participatie op het Landpark en als benodigde bron van inkomsten.

De Raad van Bestuur zal zich daarbij of beter nog daaraan voorafgaand moeten gaan beraden (visie-ontwikkeling) in hoeverre men in de toekomst wil investeren in een Beweegcentrum met een breed aanbod en eventuele exploitatiekosten wil dekken. Dit om het bewegen een kwaliteitsimpuls te geven ter bevordering van de gezondheidssituatie van de cliënten en medewerkers en om ook de doelstelling van toename maatschappelijke participatie te bereiken. Voor het realiseren van die laatste doelstelling zal dus voorzien moeten worden in een breder en meer concurrerend beweegaanbod. Voor het voorgestelde vervolgonderzoek zijn aanbevelingen opgenomen en een implementatieplan.

Opgemerkt kan daarbij worden tot slot dat Stichting Prisma volgens de jaarcijfers een gezonde organisatie is met ogenschijnlijk kansen om te investeren in de gezondheid van cliënten en medewerkers en in maatschappelijke participatie op het Landpark.

Voorwoord

In het achtste semester van de opleiding SPECO, sportmarketing/management, aan de Fontys Economische Hogeschool Tilburg heb ik mijn afstudeerstage gedaan bij Stichting Prisma (locatie Landpark Assisië in Biezenmortel). Hier heb ik een haalbaarheidsonderzoek gedaan naar de komst van een Beweegcentrum op Landpark Assisië.

Om te werken op het gebied van sport, economie, marketing en zorg leek me heel interessant en boeiend. Uit ervaringen in mijn omgeving weet ik hoe belangrijk bewegen is voor mensen met een verstandelijk handicap. Verder is algemeen bekend dat de financiële middelen voor de zorg onder druk staan. Het leek me een mooie uitdaging om juist daarom te werken aan nieuwe kansen binnen de zorg, in dit geval in de vorm van een haalbaarheidsonderzoek naar een Beweegcentrum voor Stichting Prisma. Een mooie uitdaging op sociaal, economisch en sportief gebied.

De basis van mijn scriptie is een interne analyse binnen Prisma. Deze analyse heeft geleid tot een aantal opties voor het invoeren van het Beweegcentrum. Deze opties zullen worden beschreven. Het 'ist-soll model' is een belangrijk uitgangspunt daarbij geweest. De combinatie met de externe en financiële analyse heeft geleid tot een vergelijkende matrix, die eveneens aan de orde zal komen. Tot slot komen de conclusies, aanbevelingen en het implementatieplan aan bod.

Tijdens mijn boeiende en leerzame stageperiode heb ik met plezier met verschillende collega's samengewerkt om tot dit resultaat te komen. Graag wil ik daar de collega's hartelijk voor bedanken.

Speciaal wil ik de beleidsadviseur Zorg van Stichting Prisma en de manager Zorg bedanken voor de begeleiding binnen Stichting Prisma. Daarnaast wil ik mevr. Reckers vanuit de Fontys Economische Hogeschool bedanken voor haar begeleiding als eerste begeleidster.

Marnick Muskens

Fontys Economisch Hogeschool Tilburg
SPECO sportmarketing/management

Inhoudsopgave

Management summary	2
Voorwoord	3
Hoofdstuk 1 Inleiding.....	6
1.1 Bedrijfs- en organisatiebeschrijving Stichting Prisma en financiering van de langdurige zorg.....	6
1.2 Probleemaanleiding.....	8
1.3 Probleemstelling.....	9
1.4 Doelstellingen.....	10
1.5 Onderzoeksvragen en onderzoeksmethode	11
1.6 Representativiteit, validiteit en betrouwbaarheid.....	12
1.7 Opbouw rapport.....	13
1.8 Begrippen	15
Hoofdstuk 2 Voordelen van bewegen en het huidige sport- en beweegaanbod voor cliënten en medewerkers Stichting Prisma	16
2.1 Voordelen van bewegen.....	16
2.2 Voordelen voor bewegen voor mensen met een verstandelijke beperking.....	18
2.3 Huidig beweegaanbod voor cliënten binnen Stichting Prisma.....	19
2.4 Conclusies van de voordelen van bewegen en het huidig beweegaanbod voor de cliënt en medewerker	22
Hoofdstuk 3 Wensen en behoeften qua bewegen van cliënten en medewerkers Stichting Prisma.....	23
3.1 Onderzoekspopulatie en onderzoeksmethode	23
3.2 Belangstelling voor een Beweegcentrum	23
3.3 Belangrijkste wensen en behoeften cliënten	26
3.4 Belangrijkste wensen en behoeften medewerkers.....	27
3.5 Praktische brainstormsessies beweegprofessionals Stichting Prisma	28
3.6 Conclusies wensen en behoeften voor Beweegcentrum van cliënten en medewerkers .	29
Hoofdstuk 4 De fitnessbranche: algemeen en concurrentiepositie Landpark Assisië.....	30
4.1 Branchebeschrijving fitnessbranche.....	30
4.2 Concurrentieanalyse: de concurrenten voor Landpark Assisië	32
4.3. Conclusie externe analyse voor Beweegcentrum Landpark Assisië	34
Hoofdstuk 5 Financiële situatie Stichting Prisma	35
5.1 Huidige financiële situatie van Stichting Prisma	35
Hoofdstuk 6 Opties voor een Beweegcentrum op Landpark Assisië	37
6.1. De BasisVariant	38
6.2 De ComfortVariant	40

6.3 Financiële gevolgen voor Stichting Prisma bij start Beweegcentrum volgens de Basis- en Comfort Variant	42
6.4. De NulVariant.....	42
6.5 Vergelijkende matrix: opties Beweegcentrum Landpark Assisië gewogen.....	43
Hoofdstuk 7 Conclusie Beweegcentrum Landpark Assisië	44
Hoofdstuk 8 Aanbevelingen aan Stichting Prisma	46
Hoofdstuk 9 Implementatieplan vervolgonderzoek Beweegcentrum.....	48
Bibliografie.....	53
Bijlage 1 Kwalitatieve interviews	55
Bijlage 2 Afnemersanalyse.....	158
Bijlage 3 Brainstormsessies beweegprofessionals	213
Bijlage 4 Exploitatiebegroting BasisVariant en ComfortVariant	219
Bijlage 5 Financieel jaarverslag Stichting Prisma.....	227
Bijlage 6: Inrichtingsvoorstel Stichting Prisma	230
Bijlage 7 Human Occupational Model.....	248
Bijlage 8 Aanbod low-budgetketens en premiumclubs.....	250
Bijlage 9 Overzicht beweegmogelijkheden cliënten en medewerkers Landpark Assisië	252
Bijlage 10 Voorstel speel- en beweegtoestellen buitenterrein Landpark Assisië	253
Bijlage 11 Rabobank Cijfers& Trends Fitnesscentra	261

Hoofdstuk 1 Inleiding

In dit hoofdstuk wordt de onderzoeksopzet voor de opdracht van Stichting Prisma nader toegelicht. De probleemaanleiding, probleemstelling en onderzoeksopzet worden in dit hoofdstuk uitgewerkt. Gestart wordt met de introductie van Stichting Prisma als zorgaanbieder van langdurige zorg en Landpark Assisië als specifieke zorglocatie binnen Prisma.

1.1 Bedrijfs- en organisatiebeschrijving Stichting Prisma en financiering van de langdurige zorg

Stichting Prisma is een stichting voor mensen met een verstandelijke beperking en biedt langdurige zorg aan mensen met alle soorten verstandelijke beperkingen en leeftijden (kinderen, jong volwassenen, volwassenen, ouderen). Per cliënt wordt bekeken hoe het beste hulp geboden kan worden: door bijvoorbeeld op één van de vestigingen van Prisma te gaan wonen of door juist ondersteuning of een behandeling thuis te krijgen en/of te kiezen voor een dagbesteding via of bij Prisma.

Prisma beschikt over 88 in Noord- Brabant gelegen woonlocaties, waarvan er 23 op Landpark Assisië in Biezenmortel gevestigd zijn. In totaal telt de organisatie op dit moment circa 2200 medewerkers en 2400 cliënten.

Prisma kent een tweehoofdige Raad van Bestuur. De Raad van Bestuur legt verantwoording af aan de Raad van Toezicht. Binnen Prisma zijn drie besturingsniveaus aanwezig:

- Strategisch. Dit is het speelveld van de Raad van Bestuur, de managers en de staf.
- Tactisch. Op dit speelveld bevinden zich de managers en de teamleiders.
- Operationeel. Het speelveld van de teamleiders, medewerkers en sleutelfunctionarissen.

Stichting Prisma biedt hun cliënten een eigen plek in de 'Brabantse' samenleving en draagt bij aan het creëren van een waardevol leven. Men ondersteunt cliënten in alle levensfasen. Hun persoonlijke behoeften, individuele mogelijkheden en talenten zijn daarbij het uitgangspunt. Medewerkers van Prisma zijn betrokken bij het levensgeluk van de cliënten en hebben aandacht voor hun kwetsbaarheid. Bij Prisma kijken de zorgverleners verder dan de standaard zorgovereenkomst. Medewerkers van Prisma nemen daarom de positie in 'naast' de cliënten en gaan voor een duurzame relatie. Zij dragen de visie uit dat er oog en oor nodig zijn voor de cliënt, de familie en het persoonlijk netwerk van de cliënt.

Gestreefd wordt naar het vertrouwen winnen van cliënten door inzet aan kennis, ervaring en betrokkenheid. Bovendien wordt een samenhangend pakket aan ondersteuning geboden. Als het nodig is, worden andere partijen ingeschakeld met behoud van regie bij Prisma.

Als organisatie is Stichting Prisma omgevingsbewust, met aandacht voor nieuwe ontwikkelingen en vragen vanuit de samenleving (Prisma, 2014).

Landpark Assisië

Midden in het Brabantse landschap beheert Prisma zorglocatie Landpark Assisië. Hier wordt al 110 jaar met volle overtuiging gezorgd voor mensen met een verstandelijke beperking. Deze plek staat bekend als een prachtig terrein met een rijke geschiedenis, cultuur en natuur (Prisma, 2014).

Nog steeds wonen en werken op Landpark Assisië ruim 200 mensen met een verstandelijke beperking. Er is echter nog volop ruimte om nieuwe, bijzondere en duurzame initiatieven te ontwikkelen. Het gaat hierbij om initiatieven die aansluiten bij de veranderende behoeften en vragen uit de samenleving. Het Landpark biedt, door de rijke historie, de bewoners vele mogelijkheden om bijzondere dingen te ontwikkelen en te realiseren.

Landpark Assisië bevindt zich nabij enkele van Nederlands bekendste natuurgebieden: de Loonse en Drunense Duinen, de Campina en de Leemkuilen. Het terrein is op diverse manieren opgebouwd: het bestaat uit bos, weilanden, natuurgebied, water, parken en een bebouwd gebied van twintig hectare met 42 gebouwencomplexen. Initiatieven op Landpark Assisië zijn duurzaam en voldoen aan 'de 5 p's': people, planet, profit, proces en pneuma (Prisma, 2014). Deze initiatieven dragen daardoor bij aan het lichamelijk en geestelijk welzijn van mensen, de groei en bevordering van de natuur en een gezonde economische ontwikkeling. Daarnaast sluiten ze aan bij het proces van en de visie op de ontwikkeling van Landpark Assisië.

Financiering langdurige zorg

In het algemeen kan gesteld worden dat de zorg zoals Prisma die biedt wordt betaald vanuit de Wet langdurige zorg (Wlz), die sinds 1 januari 2015 de Algemene Wet Bijzondere Ziektekosten (AWBZ) vervangt. De Wlz is als volksverzekering bedoeld voor mensen die intensieve zorg of toezicht dichtbij nodig hebben en waarvan de kosten niet onder de zorgverzekering vallen. Mensen die van deze wet gebruikmaken zijn bijvoorbeeld ouderen met vergevorderde dementie of mensen met een ernstige verstandelijke, lichamelijke of zintuiglijke beperking. Meestal wordt zorg verleend in een instelling, bijvoorbeeld Stichting Prisma, maar dat is soms ook thuis mogelijk.

Om aanspraak te maken op zorg uit de Wlz is een Wlz-indicatie nodig. De zorgzwaarte, de hoeveelheid ondersteuning of hulp die iemand nodig heeft in het dagelijks leven, wordt door het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) geïndiceerd en vastgesteld in een zorgprofiel. De bekostiging van Wlz zorg is afhankelijk van het zorgprofiel en sluit daarmee aan bij de zorgzwaarte van de cliënt. De CIZ zorgprofielen corresponderen met ruim 40 verschillende zorgzwaartepakketten (ZZP's). Een ZZP omvat een totaalbudget voor het wonen, de zorg, diensten, dagbesteding en/of behandeling (CIZ, 2015).

Het budget dat samenhangt met een ZZP is bedoeld om de kosten voor een opname in een instelling te dekken. Op basis van de Wlz-indicatie regelt een zogenaamd Zorgkantoor met de zorgaanbieder de benodigde zorg. In sommige situaties wordt een eigen bijdrage van de cliënt gevraagd.

Wanneer een cliënt liever thuis blijft wonen, kan dit met een volledig pakket thuis (VPT) of een modulair pakket thuis (MPT). De zorg thuis moet wel verantwoord en doelmatig zijn. De cliënt kan ook kiezen voor een persoonsgebonden budget ([PGB](#)), waarmee de cliënt zelf zorg kan inkopen.

1.2 Probleemaanleiding

Stichting Prisma, waarbij voor deze opdracht specifiek wordt ingezoomd op de locatie Landpark Assisië, is een zorgaanbieder voor mensen met een verstandelijke beperking. Het ligt aan de rand van het dorp Biezenmortel (Noord-Brabant).

De cliënten van Stichting Prisma wonen sinds de jaren negentig voornamelijk op de woonvoorzieningen in de verschillende dorpen, midden in woonwijken. Dit vanuit de achterliggende gedachte om de cliënten zoveel mogelijk onderdeel te laten zijn van de samenleving, vanuit het burgerschapsmodel (Achtkanter, 2015). Tot die tijd woonden de cliënten voornamelijk centraal op het huidige Landpark Assisië. Het verhuizen naar de woonvoorzieningen in de dorpen had uiteindelijk als mogelijk gevolg kunnen hebben dat Landpark Assisië op de termijn zou gaan verdwijnen.

In het begin van de 21^{ste} eeuw is door politieke en maatschappelijke ontwikkelingen op deze beweging teruggekomen in het belang van een grote groep cliënten, voor wie een prikkelarme omgeving nodig is en die op rust bleven aangewezen.

Sindsdien zijn er werkgroepen opgericht om de leefbaarheid en leefstijl binnen het Landpark voor de cliënten te verbeteren voor een nieuwe toekomst voor Landpark Assisië.

Kwaliteit van leven

In 2012 is het Leefstijlprogramma in het leven geroepen door Stichting Prisma. Bij Prisma staat de cliënt centraal. Het ‘product’ is kwaliteit van leven. Vanuit deze visie is het een logisch gevolg om aandacht te besteden aan een gezonde leefstijl voor cliënten. Daar hebben de cliënten recht op. Ook vitale medewerkers zijn belangrijk voor Prisma. Een citaat van een bestuurslid: “Als medewerker ben je energiek, creatief, fijn om mee samen te werken. Je voelt je goed! Bovendien is het voor cliënten en collega’s leuker en beter haalbaar om de kwaliteit van leven te bevorderen als we met zijn allen bewust omgaan met gezondheid” (Prisma S. , Kwaliteitsprogramma Leefstijl, 2012).

Dit alles betekent dat Prisma de kwaliteit van leven wil verbeteren voor iedere cliënt en medewerker, waarbij primair wordt ingezoomd op de behoeften van de cliënt. Hierbij gaat het om de volgende kwalitatieve elementen van leven: wonen, werken, vrije tijd, voeding en bewegen.

Voor deze opdracht is het gekozen ideaal van belang dat er een aanbod van beweegmogelijkheden moet komen voor de cliënten die aansluit bij de individuele behoeften en mogelijkheden en maatschappelijke participatie bevordert. In het streven naar het verbeteren van de kwaliteit van leven is er vanuit het Leefstijlprogramma gevraagd om de mogelijkheid van een Beweegcentrum te onderzoeken (Prisma S. , Kwaliteitsprogramma Leefstijl, 2012).

Een andere directe aanleiding voor het vormgeven van een Beweegcentrum is de gezondheidssituatie van de cliënten op dit moment. Uit het GOUD-onderzoek (Gezond Ouder worden) blijkt dat ruim een derde van de mensen met een verstandelijke beperking overgewicht heeft. Een kwart van de mensen heeft ernstig overgewicht/ obesitas. Dit laatste percentage is veel hoger dan voor de algehele Nederlandse bevolking (10%). Enkele oorzaken van het overgewicht zijn volgens het onderzoek: te weinig gezonde voeding en een weinig actieve leefstijl (Gezond Oud, 2014).

Maatschappelijke participatie

Een ander belangrijk aandachtspunt vanuit het Leefstijlprogramma is om de maatschappelijke participatie, leefbaarheid, activiteit en bedrijvigheid op het Landpark te verbeteren, mede ook omdat het voor cliënten vanuit het Landpark heel moeilijk is om op eigen gelegenheid naar de omliggende dorpen te gaan. Enkele succesvolle evenementen op het Landpark zijn op dit moment: de Kerstmarkt, de wandel-driedaagse, de nationale sportweek, de voedselbank, het kinderdagverblijf en de biologische tuin. Een aanvullend initiatief zou vanuit het Leefstijlprogramma dus een 'Beweegcentrum' kunnen zijn.

Accommodatie en financiën

Twee andere belangrijke omstandigheden die ten grondslag liggen aan het haalbaarheidsonderzoek zijn: de accommodatie en de financiële situatie van Stichting Prisma. Landpark Assisië heeft op dit moment een aantal panden zonder bestemming. De Raad van Bestuur wil graag de panden een zinvolle bestemming geven. Verder is de Stichting Prisma, gezien de algemene financiële situatie, bereid om tot op zekere hoogte te investeren in zinvolle initiatieven op het Landpark, uitgaande van een kostendekkende exploitatie.

Haalbaarheid Beweegcentrum

Vanuit de bovengenoemde doelstellingen en ontwikkelingen is vanuit de Raad van Bestuur officieel de vraag gesteld of het haalbaar is om een Beweegcentrum op Landpark Assisië te ontwikkelen.

Dit om vooral, kort samengevat, de kwaliteit van leven en de gezondheidssituatie van de cliënt en medewerker te verbeteren en om de maatschappelijke participatie te bevorderen, want ook mensen van buiten het Landpark moeten de weg weten te vinden naar Landpark Assisië. Het Beweegcentrum zal door de Raad van Bestuur haalbaar worden geacht als aan de volgende eisen wordt voldaan:

- Het Beweegcentrum moet een positieve ontwikkeling hebben op de gezondheidssituatie van cliënten en medewerkers en een juiste uitbreiding zijn van het beweegaanbod.
- Het moet maatschappelijke participatie bevorderen vanuit de omgeving naar het Landpark toe.
- De exploitatiebegroting van het Beweegcentrum moet zo goed als sluitend zijn.

1.3 Probleemstelling

In hoeverre is een Beweegcentrum op Landpark Assisië haalbaar om de maatschappelijke participatie van de cliënt en de gezondheidssituatie van de cliënt en medewerker te verbeteren?

1.4 Doelstellingen

Hoofddoelstelling:

Het onderzoek heeft tot doel het verkrijgen van kennis over en inzicht in de haalbaarheid van een Beweegcentrum voor Stichting Prisma op Landpark Assisië in Biezenmortel, zodat een uitspraak gedaan kan worden over de haalbaarheid daarvan.

Deelstellingen:

- Inzicht bieden in de relatie ‘bewegen en gezondheidsbevordering’, meer specifiek voor verstandelijk gehandicapten.
- Het in kaart brengen van de huidige beweegmogelijkheden voor cliënten en medewerkers op Landpark Assisië.
- Het in kaart brengen van behoeften en wensen van cliënten en medewerkers op het gebied van bewegen/sporten op het Landpark Assisië.
- Inzicht bieden in de kansen en bedreigingen voor een aantrekkelijk Beweegcentrum, als onderdeel van de fitnessbranche.
- Inzicht krijgen in de huidige financiële situatie van Stichting Prisma.
- Inzicht krijgen in of een Beweegcentrum maatschappelijke participatie bevordert op het Landpark.
- Het in kaart brengen van de financiële gevolgen van een Beweegcentrum op Landpark Assisië voor Stichting Prisma.

1.5 Onderzoeksvragen en onderzoeksmethode

Om een antwoord te vinden op de probleemstelling moet een aantal onderzoeksvragen worden beantwoord. Hieronder volgen in een schema de onderzoeksvragen en de onderzoeksmethode.

Onderzoeksvraag	Onderzoeksmethode	In rapport
1. Wat zijn de voordelen van voldoende bewegen en sporten voor de specifieke doelgroep mensen met een verstandelijke beperking? (H2)	Deskresearch over de voordelen van bewegen voor mensen met een verstandelijke beperking. Interviews afnemen onder medewerkers om inzicht te krijgen om inzicht te krijgen hoe medewerkers tegen 'bewegen' aankijken.	Par 2.1 (pag. 16) Par 2.2 (pag. 18) Par 2.4 (pag. 22) Bijlage 1 Kwalitatieve interviews (pag. 55) Bijlage 7 Human Occupational Model (pag. 248)
2. Hoe ziet het beweegaanbod op dit moment eruit voor de cliënten en medewerkers? (H2)	Interviews afnemen met medewerkers om het huidige beweegaanbod van Stichting Prisma in kaart te brengen. Daarnaast observatie van Landpark Assisië.	Par 2.3 (pag. 19) Par 2.4 (pag. 22) Bijlage 1 Kwalitatieve interviews (pag. 55) Bijlage 9 Overzicht Beweegaanbod (pag. 252) Bijlage 10 Speel- en beweegtoestellen Stichting Prisma (pag. 253)
3. Wat zijn de wensen en behoeften van de verschillende doelgroepen (cliënten en medewerkers) qua bewegen? (H3)	Kwantitatief onderzoek in de vorm van een enquête. Enquête afnemen bij de interne doelgroep, medewerkers en cliënten.	H 3 (pag. 23) Bijlage 2 Afnemersanalyse (pag. 158) Bijlage 3 Brainstormsessie beweegprofessionals (pag. 213)
4. Hoe ziet de fitnessbranche er op dit moment uit? (H4)	Deskresearch om de fitnessbranche in kaart te brengen. Gesprek met IMK om het oriënterend over de branche te hebben.	Par 4.1 (pag. 30) Par 4.3 (pag. 34) Bijlage 8 Aanbod Lowbudget - en Premiumclubs (pag. 250) Bijlage 11 Rabobank Trend& Cijfers (pag. 261)
5. Hoe ziet de concurrentie binnen de fitnessbranche er op dit moment uit in de directe omgeving? (H4)	Deskresearch om de concurrenten te bepalen. Vervolgens observatie bij de verschillende concurrenten om tot een analyse te komen.	Par 4.2 (pag. 32) Par 4.3 (pag. 34)
6. Wat is de huidige financiële situatie van Stichting Prisma? (H5)	Door middel van kwalitatieve interviews met 'de beleidsbepalers Zorg' in kaart brengen wat de investeringsruimte is voor een fitnesscentrum. Jaarverslagen van Stichting Prisma analyseren (deskresearch) om de financiële positie van de Stichting te bepalen.	Par 5.1 (pag. 38) Par 6.1 (pag. 40) Par 6.2 (pag. 42) Bijlage 5 Financieel jaarverslag (pag. 227) Bijlage 4 Exploitatiebegroting opties (pag. 219)

1.6 Representativiteit, validiteit en betrouwbaarheid

In deze paragraaf wordt een toelichting gegeven op de volgende begrippen met betrekking tot het onderzoek: representativiteit, validiteit en betrouwbaarheid.

1.6.1 Representativiteit

Gestreefd is naar een zo representatief mogelijk onderzoek. Gezien de doelgroep (voornamelijk mensen met een verstandelijke beperking) en de afhankelijkheid van bijvoorbeeld familieleden (netwerk) voor het onderzoek, is gekozen voor een afgebakende omvang van het onderzoek.

Van de onderzoekspopulatie hebben in totaal 163 respondenten gereageerd. Via de formule steekproefgrootte wordt geanalyseerd of het onderzoek representatief is voor de onderzoekspopulatie (Marktonderzoek, 2006). Hierbij wordt uitgegaan van een betrouwbaarheid van 90% en een foutmarge van 5%. Hieruit blijkt dat er minimaal 193 respondenten zouden moeten hebben deelgenomen voor volledige representativiteit. Voor het beoogde doel van dit onderzoek en volgens de betrokken partijen kunnen we aannemen dat de bereikte 163 respondenten een voldoende representatief beeld geven.

1.6.2 Validiteit

Validiteit betekent ‘meten wat je wilt meten’. Van belang is om een begrip meetbaar te maken en te meten wat je wilt meten. Iedere vraag is middels voorbesprekingen met leden van de doelgroep en organisatie gecontroleerd op het begrip validiteit. Het kwantitatieve gedeelte van het onderzoek is qua validiteit gewaarborgd door de afdeling Marketing& Communicatie van Stichting Prisma.

1.6.3 Betrouwbaarheid

Wanneer het onderzoek onder gelijkblijvende omstandigheden zou worden herhaald dan dienen, om van een betrouwbaar onderzoek te kunnen spreken, de uitkomsten van het onderzoek hetzelfde te blijven. Voor de betrouwbaarheid is uitgegaan van een score van 90%, aangezien bij herhaling van hetzelfde onderzoek de mogelijkheid bestaat dat de onderzoekspopulatie op een later moment anders kijkt naar de mogelijke komst van een Beweegcentrum op Landpark Assisië.

1.7 Opbouw rapport

Het ontwikkelmodel dat gebruikt wordt bij de scriptie is het zogenaamde ‘ist-soll model’ van Gartner. In de ‘ist-situatie’ wordt de huidige situatie in kaart gebracht, terwijl de ‘soll-situatie’ het uiteindelijke doel is, in dit geval de start van het Beweegcentrum. Verder is voor de structuur en inhoud van de scriptie gekozen voor de marketing- en financiële onderdelen, waarop ook businessplannen (van bijvoorbeeld de Rabobank en Kamer van Koophandel) doorgaans zijn gebaseerd.

Voordat het huidige beweegaanbod binnen Stichting Prisma wordt beschreven (‘ist-situatie’) wordt als eerste in hoofdstuk 2 een onderbouwing gegeven voor het belang van bewegen in het algemeen en meer specifiek voor mensen met een verstandelijke beperking. Hieraan worden conclusies verbonden ten aanzien van het belang van bewegen en het uitbreiden van het beweegaanbod op Landpark Assisië.

In hoofdstuk 3 worden de wensen en behoeften van cliënten en medewerkers op het gebied van bewegen op het Landpark in kaart gebracht op basis van verricht marktonderzoek.

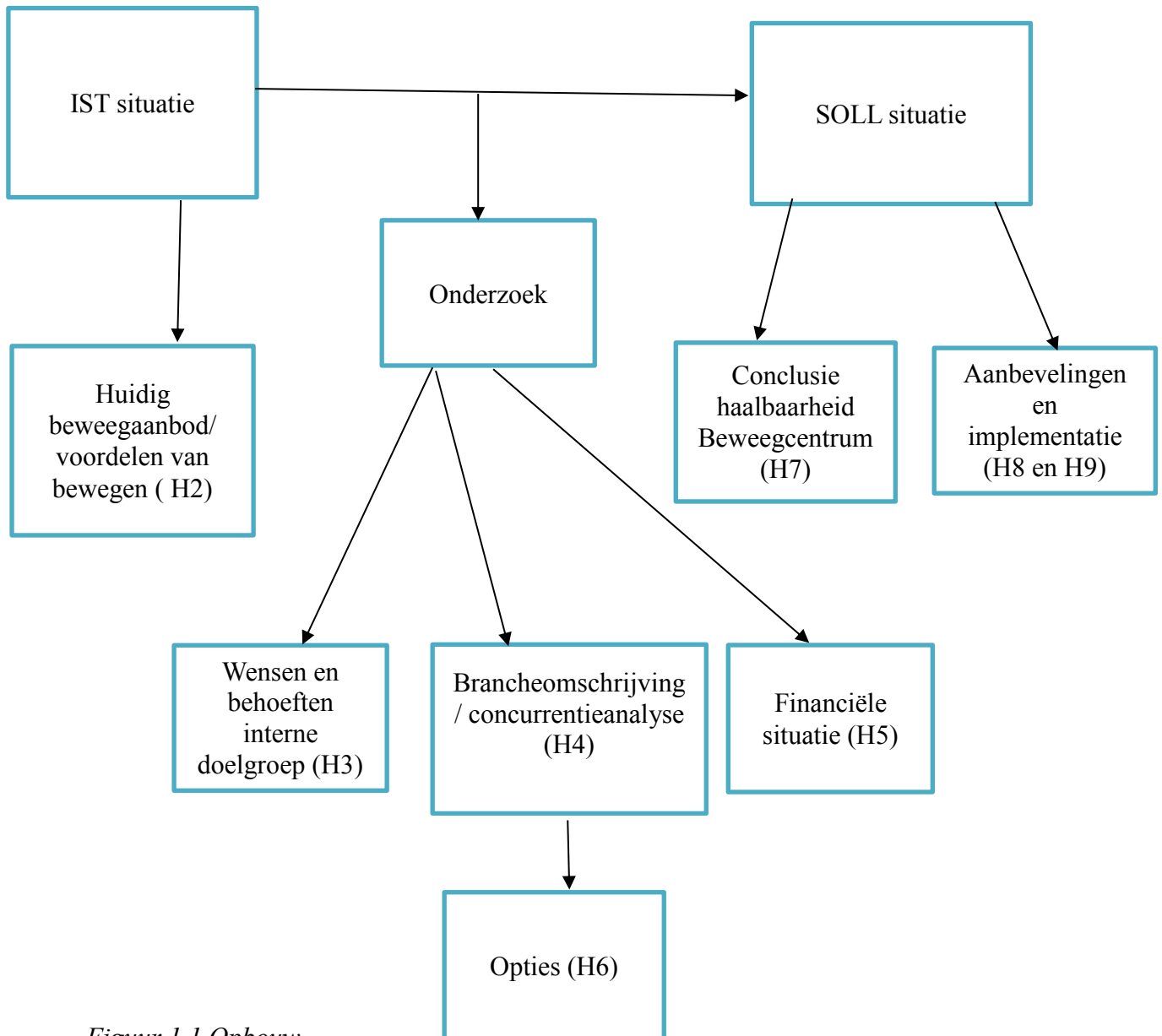
Vervolgens wordt in hoofdstuk 4 de fitnessbranche, waaronder een Beweegcentrum valt, beschreven om een beeld te krijgen van de kansen en bedreigingen binnen deze branche. Een concurrentieanalyse maakt deel uit van dit hoofdstuk om inzicht te krijgen in de ‘omgeving’ waarbinnen het Beweegcentrum moet gaan draaien.

Om al in een vroeg stadium duidelijkheid te krijgen over de financiële basis voor een eventueel Beweegcentrum wordt in hoofdstuk 5 de actuele financiële situatie van Stichting Prisma uitgewerkt. Op grond daarvan kan dan een uitspraak gedaan worden over de potentiële financiële haalbaarheid van een Beweegcentrum.

Op basis van de tot dan verkregen inzichten vanuit het bureau- en veldonderzoek worden in hoofdstuk 6 een tweetal opties (varianten) uitgewerkt voor een Beweegcentrum op Landpark Assisië gevolgd door uitspraken over de haalbaarheid daarvan. Bij het bepalen van de haalbaarheid wordt met behulp van een vergelijkende matrix de meerwaarde van de uitgewerkte opties vergeleken met de bestaande situatie (de zogenaamde NulVariant).

In hoofdstuk 7 en 8 komen tot slot respectievelijk de eindconclusie en aanbevelingen voor de toekomst aan bod.

Schematisch ziet de opbouw van het rapport er als volgt uit.



Figuur 1.1 Opbouw rapport

1.8 Begrippen

Voor de leesbaarheid en duidelijkheid van de scriptie worden onderstaand een aantal veel voorkomende en belangrijke begrippen kort toegelicht.

Haalbaar: haalbaar moet voor deze scriptie gelezen worden als haalbaar binnen de criteria en eisen zoals die benoemd zijn onder 1.2 en kan uitgelegd worden als te realiseren en daarmee te adviseren. In die zin is deze scriptie ook te beschouwen als een adviesrapportage.

Beweegcentrum: met Beweegcentrum is gekozen voor een zoveel mogelijk neutrale en laagdrempelige omschrijving/naam van het beoogde doel, maar zou ook gelezen kunnen worden als bijvoorbeeld sportschool of fitnesscentrum.

Bewegen: moet gelezen worden als fysiek actief zijn.

Maatschappelijke participatie: actieve deelname aan het maatschappelijke systeem met mensen van buiten de instelling

Netwerk van de cliënten: familie en/of verzorgenden van de cliënten.

Daar waar medewerker wordt geschreven, moet veelal ook medewerkster worden gelezen. Stichting Prisma wordt veelal verkort Prisma genoemd.

Hoofdstuk 2 Voordelen van bewegen en het huidige sport- en beweegaanbod voor cliënten en medewerkers Stichting Prisma

In dit hoofdstuk worden de voordelen van bewegen meer specifiek voor verstandelijk gehandicapten besproken. Daarna komt het huidige beweegaanbod voor mensen met een verstandelijke beperking binnen Prisma aan bod. Ook komen de beweegmogelijkheden voor de medewerkers in beeld. Vanuit het gebruikte ontwikkelmodel gezien komt hier de ‘ist-situatie’ aan bod. De ‘ist-situatie’ wordt in kaart gebracht door middel van het afnemen van interviews en observatie.

2.1 Voordelen van bewegen

In deze paragraaf komen de voordelen van voldoende bewegen aan bod. Tevens zal in paragraaf 2.1 en 2.2 onderzoeksvraag 1 worden behandeld: *wat zijn de voordelen van voldoende bewegen voor de specifieke doelgroep mensen met een verstandelijke beperking?*

2.1.1. Invloed van sporten op de lichamelijke gezondheid voor de cliënt

Voor het behandelen van deze onderzoeksvraag is gebruik gemaakt van deskresearch en kwalitatieve interviews. In totaal zijn er acht kwalitatieve interviews afgenomen om informatie te krijgen over de voordelen van bewegen voor de gezondheid van de cliënt. Verschillende medisch specialisten en betrokken medewerkers zijn geïnterviewd: één bewegingsagoog, één diëtiste, één fysiotherapeut, twee begeleider en drie teamleiders. De uitwerking en codering van de interviews is terug te vinden in Bijlage 1 Kwalitatieve interviews (pag. 55).

Het onderstaande schema geeft de belangrijkste voordelen weer die de medewerkers hebben aangegeven.

Voordelen van bewegen	Frequentie
Verbetering van gewicht	4
Conditie	2
Ontspanning	2

Tabel 2.1 Voordelen van bewegen voor de gezondheid

Citaat fysiotherapeut Gabriele-Anne van Gemerden over de voordelen van voldoende bewegen:

“Verbetering bloedsomloop en botaanmaak. Conditieverbetering sowieso, maar ook gezond ouder worden. Minder snel last van hart- en vaatziektes of van allerlei geriatrische aandoeningen, die je op latere leeftijd krijgt. En, geen last van overgewicht”.

Citaat teamleider Angela Elshout over de voordelen van voldoende bewegen:

“Ja, gewicht zal niet zo gauw toenemen als je gezond beweegt, maar ook andere ziektes komen minder vaak voor als je beter beweegt. De spijsvertering werkt beter en ik denk dat het spanning reduceert”.

Daarnaast blijkt ook uit diverse wetenschappelijke onderzoeken dat voldoende beweging een positief effect heeft op de gezondheidssituatie van mensen. De vastgestelde norm voor gezond bewegen (NNGB, 1998) beschrijft dat er van voldoende lichamelijke activiteit gesproken kan

worden als volwassenen dertig minuten per dag matig intensief bewegen, gedurende minstens vijf dagen in de week. Uit gegevens van een onderzoeksrapport van Hogeschool Windesheim (Bakker, Bosscher, Dame, & Lingen, 2010) blijkt dat voldoende lichamelijke activiteit de kans vermindert op verschillende hart- en vaatziekten, ouderdomssuikerziekte en verschillende vormen van kanker (Inoue, 2009; Pascual, 2008; Tucker, 2008, zoals beschreven in Bakker, 2010). Een ander bijkomend effect is dat bewegen de botaanmaak stimuleert, waardoor de kans op botontkalking en het oplopen van fractures verkleind wordt (Bakker, 2010).

In het artikel van de Nederlandse Huisartsen Gemeenschap (Van Binsbergen JJ, NHG-Standaard Obesitas, 2010) komt naar voren dat voldoende beweging bij kan dragen aan het voorkomen of verminderen van obesitas. Obesitas is een andere benaming voor zwaarlijvigheid. Op dit moment kampt tien procent van de bevolking met obesitas. Lichamelijke activiteiten als fietsen en stevig wandelen zijn al een eerste stap in de goede richting om zwaarlijvigheid te verminderen. Mensen met een gezond gewicht hebben gemiddeld een zes jaar langere levensduur dan mensen die geruime tijd aan obesitas leiden (Van Binsbergen JJ, NHG-standaard Obesitas, 2010).

Citaat bewegingsagoog Luuk van Gestel over de duur van het bewegen per dag:

“Voor ons is het streven zoals ik net al zei om cliënten een half uur per dag te laten bewegen, echt bewegen. Maar voor ons is het misschien wel belangrijker om de kleine onbewuste bewegingen, zoals zelf de afwas doen, te bevorderen. Dat dat er steeds meer in komt. Dat de begeleiding ziet dat de cliënten daar beter van worden”.

2.1.2. Invloed van bewegen op de mentale gezondheid en het welzijn van de cliënt

Naast het feit dat bewegen goed is voor de lichamelijke gezondheidssituatie, is bewegen ook goed voor de mentale gezondheid. De acht verschillende kwalitatieve interviews geven het volgende weer ten aanzien van de voordelen van bewegen gericht op het sociale vlak.

<u>Voordelen van bewegen</u>	<u>Frequentie</u>
Samen bewegen met andere cliënten	2
Ontmoeten van andere mensen	2
Positief bezig zijn en plezier hebben	4

Tabel 2.2 Voordelen van bewegen op mentale gezondheid

Citaat teamleider Ingrid van den Heuvel over voordelen over de mentale gezondheid:

“Omdat ze bij het bewegen samen zijn, zien ze meer mensen en komen ze uit hun isolement en dat verbetert zichtbaar hun stemming”.

Personen die aan de dagelijks aanbevolen hoeveelheid lichamelijke beweging komen, zullen beter gaan functioneren in de maatschappij (Bakker, 2010). Dit houdt in dat zij een hogere zelfwaardering krijgen, betere sociale vaardigheden ontwikkelen en meer contacten opdoen. Sporten zorgt ook voor het verbeteren van de sociale interactie door samenspel, onderling overeenstemming bereiken en verantwoordelijkheid leren nemen.

Sporten blijkt ook effectief tegen psychische problematieken als angsten en depressies (Pauluska, 2000; Valois 2004, zoals beschreven in Bakker, 2010). Door het beoefenen van een

sport krijgen mensen meer controle over hun emoties, waardoor zij zich mogelijk beter en rustiger gaan voelen. Daarnaast kan sporten zorgen voor afleiding en voor ontspanning (Lazarus & Folkman, 1984).

2.2 Voordelen voor bewegen voor mensen met een verstandelijke beperking: Human Occupational Model

In deze paragraaf worden de voordelen belicht van bewegen meer specifiek voor mensen met een verstandelijke beperking. Als eerste wordt nader toegelicht, aanvullend op bovenstaande, wat de voordelen zijn van het bewegen. De theorie die hierbij gebruikt wordt is af te leiden uit het *Human Occupational Model* (Reed & Sanderson, 1980).

Het *Human Occupational Model* van Reed en Sanderson gaat in op de invloed van het beoefenen van sport op het functioneren van mensen, in deze paragraaf specifiek gericht op mensen met een verstandelijke beperking. In bijlage 6 Human Occupational (pag. 248) worden de uitwerking en toelichting van het model weergegeven.

Toepassing model van Reed en Sanderson op de situatie van personen met een verstandelijke beperking

Individu

Het individu staat bij de beweegbeleving centraal. Het bewegen heeft invloed op vier vaardigheden van het menselijk handelen, namelijk op de sensorische, motorische, intrapersonlijke en interpersoonlijke vaardigheden.

Sensorische en motorische aspecten

Voor mensen met een verstandelijke beperking is het vaak niet mogelijk om op alle externe prikkels te reageren vanuit hun omgeving. Het gevolg hiervan is dat ze moeite hebben om alle indrukken en ervaringen vanuit de omgeving te verwerken. Bewegen kan een middel zijn om mensen met een verstandelijke beperking ontspanning te geven, waardoor ze beter met bepaalde zaken om leren te gaan. Enkele positieve effecten van sporten op motorisch gebied voor mensen met een beperking zijn: betere oriëntatie in ruimte en tijd en bewegen ontwikkelt lichaamsbesef en een lichaamsidee (Baken, 1997). Daarnaast kan bewegen leiden tot een toename van spierkracht en het verbeteren van de coördinatie. Dit draagt mogelijk bij aan het verbeteren van het lichamelijk functioneren in het algemeen. Ook kan, door middel van sportbeoefening, de zelfstandigheid en het zelfvertrouwen van de cliënt worden vergroot. Mochten verstandelijk beperkten te weinig bewegen en/of sporten dan kan er versneld slijtage in de gewrichten ontstaan. Dit kan mogelijk de volgende gevolgen met zich meebrengen: verminderde spierkracht, uithoudingsvermogen, reactiesnelheid en coördinatie (Woude, 2001).

Inter- en intrapersonlijke aspecten

Bewegen kan ook bijdragen aan het ontwikkelen van de sociale vaardigheden. Bij personen met een beperking wordt er vaak niet voldoende gekeken naar de sociale mogelijkheden die de persoon heeft. Aangezien deze personen vaak afhankelijk zijn van anderen, kunnen ze in een isolement komen. Bewegen is bij uitstek een middel om contacten aan te gaan: het is dan gemakkelijker om een gesprek aan te knopen met anderen. Dit stimuleren en steunen is belangrijk, zodat deze mensen zich ook onderdeel van de samenleving voelen. Op deze manier wordt gewerkt aan drie begrippen die bij deze doelgroep enorm belangrijk zijn: gelijke rechten, gelijke plichten en gelijke behandeling (Baken, 1997).

2.3 Huidig beweegaanbod voor cliënten binnen Stichting Prisma

In deze paragraaf komt het huidige beweegaanbod voor de cliënten van Stichting Prisma aan bod. Hier zal onderzoeksvraag 2 worden besproken: *Hoe ziet het beweegaanbod op dit moment eruit voor de cliënten en medewerkers?*

2.3.1 Beweegmogelijkheden Landpark Assisië voor de cliënt

Landpark Assisië is een prachtig terrein met een rijke geschiedenis, cultuur en natuur. Op het terrein zijn voldoende mogelijkheden om buiten te bewegen. Om een beeld te krijgen van het huidige beweegaanbod op Landpark Assisië zijn er acht kwalitatieve interviews uitgevoerd. Daarnaast zijn door middel van observatie de beweegmogelijkheden bezocht en bekeken.

Enkele beweegmogelijkheden op Landpark Assisië voor cliënten en medewerkers zijn onder andere voetballen, wandelen fietsen en kegelen. In de nabije toekomst komen er op het Landpark op het buitenterrein verder beweegtoestellen/speeltoestellen om het bewegen voor de jongere cliënten aantrekkelijk te maken. Informatie hierover is te vinden in bijlage 10 Speel- en beweegtoestellen Landpark Assisië (pag. 253).

Het volledige overzicht van de huidige beweegmogelijkheden op Landpark Assisië voor cliënten wordt hieronder vermeld.

<u><i>Beweegmogelijkheden Landpark Assisië</i></u>
Voetballen
Beweegprogramma
Wandelen
Fietsen
Kegelen
Paardrijden
Speelterrein
Buiten fitnessstoestellen

Tabel 2.3 Beweegmogelijkheden Landpark Assisië

Daarnaast blijkt uit de gesprekken die er zijn gevoerd dat de volgende beweegmogelijkheden worden overwogen: een zwembad en een speeltuin. Bij een zwembad moet worden gedacht aan een overdekt zwembad zoals dat vroeger altijd op het Landpark is geweest. Een speeltuin moet een uitdagende speeltuin zijn waar cliënten zonder begeleiding gebruik van kunnen maken om op een leuke manier te bewegen/ontspannen.

Onderstaand een citaat van een teamleider, waarin de verschillende beweegmogelijkheden worden verwoord.

Citaat teamleider Ingrid van den Heuvel over de bewegingsmogelijkheden op het Landpark:

“Op de Reit, onze zorglocatie, doen cliënten heel veel aan wandelen en heel erg veel aan fietsen, met name als ze boodschappen moeten doen. Bij het voetbalveld is een aantal cliënten actief, maar niet heel erg veel hoor. Ja, paardrijden doen er ook wel.”

2.3.2 Externe beweegmogelijkheden vanuit Landpark Assisië voor de cliënt

Naast beweegmogelijkheden op het Landpark zelf worden ook beweegmogelijkheden extern aangeboden. Cliënten kunnen gebruik maken van faciliteiten bij een externe organisatie om aan hun beweging te komen. De volgende mogelijkheden worden extern aangeboden vanuit Stichting Prisma: zwemmen en dansen.

Daarnaast zijn er voor cliënten andere externe beweegmogelijkheden, maar dat wordt per persoon bekeken. Daarbij vraagt men zich af: “wat is goed voor de cliënt?”. Vanuit een cliëntplan wordt er gekeken hoe daar het beste invulling aan kan worden gegeven. De problemen die naar voren komen uit de interviews ten aanzien van de externe beweegmogelijkheden zijn vervoer en begeleiding van de cliënten. Het is logistiek moeilijk te regelen om cliënten te vervoeren van en naar de externe locatie. Daarnaast is er voor de cliënt vaak persoonlijke begeleiding nodig waar vanuit de woonvoorziening niet aan kan worden voldaan.

2.3.3 Beweegmogelijkheden op de eigen woonvoorziening voor de cliënt

In deze subparagraaf worden de beweegmogelijkheden van de cliënten op de eigen woonvoorziening in kaart gebracht.

Een groot deel van de week komen de cliënten door op de woonvoorziening zelf. Uit de interviews met de verschillende medewerkers komt naar voren dat de cliënten relatief passief zijn op de woonvoorziening zelf. De begeleiders nemen de zorg veelal op zich. De dagelijkse handelingen als afwassen, koffie inschenken etc. worden nu veelal gedaan door de begeleiding, terwijl het voor de cliënten een mogelijkheid is om ‘onbewust’ te bewegen.

Daarnaast zijn de beweegmogelijkheden op de woonvoorziening beperkt tot wandelen en fietsen onder begeleiding op het terrein. Binnen de woonvoorziening zijn er vaak geen (kleine) materialen aanwezig om de cliënten op een creatieve en leuke manier aan het bewegen te krijgen.

2.3.4. Beweegmogelijkheden Stichting Prisma voor de medewerker

Hieronder worden de beweegmogelijkheden voor de medewerker in kaart gebracht. Van de beweegmogelijkheden op het buitenterrein kan deze doelgroep ook gebruik maken. Hierbij gaat het met name om de wandelmogelijkheden tijdens pauzes of werktijd.

In samenwerking met Intenz/Nationaal Gezondheidsplan biedt Stichting Prisma verder de mogelijkheid om medewerkers deel te laten nemen aan bedrijfsfitness en gezondheidsverbetering (Gezondheidsplan, 2013). Hierdoor is het mogelijk om als medewerker goedkoop bij een sportschool te sporten. (Prisma S. , Bedrijfsfitness, 2010).

2.3.5 Overzicht beweegmogelijkheden Stichting Prisma

Uit de bovenstaande paragrafen blijkt, samenvattend, dat er op het Landpark diverse mogelijkheden zijn voor cliënten om te bewegen, voornamelijk op het schitterende buitenterrein. De externe mogelijkheden zijn beperkt. Dit heeft twee oorzaken: logistiek en begeleiding. De beweegmogelijkheden op de woonvoorziening zelf zijn beperkt tot wandelen en fietsen. Op de woonlocatie zelf wordt verder nog weinig aandacht gegeven aan het bewegen. De begeleiding moet in het algemeen een meer ondersteunende/stimulerende rol in gaan nemen ten aanzien van het bewegen van de cliënt. De medewerkers hebben de mogelijkheid om via een partner voordelig gebruik te maken van bedrijfsfitness. Voor een totaal overzicht van de Beweegmogelijkheden zie bijlage 9 Beweegmogelijkheden Landpark Assisië (pag. 252).

2.3.6 Houding van medewerkers ten aanzien van het bewegen van de cliënt

In deze subparagraaf wordt gebruik gemaakt van de resultaten van het kwantitatieve onderzoek onder de medewerkers over het bewegen van de cliënt. De medewerkers hebben een vragenlijst ingevuld. Het onderzoek heeft 154 respondenten opgeleverd. In de onderstaande tabellen zijn de percentages weergegeven vanuit de 154 respondenten. Meer informatie over de onderzoekspopulatie en -methode is te vinden in paragraaf 3.1 Onderzoekspopulatie en onderzoeksmethode.

Uit onderstaande tabel 2.5 blijkt dat 91,9% van de ondervraagde medewerkers meer aandacht voor bewegen van de cliënt redelijk (7) tot heel belangrijk (10) vindt. Circa 1/3 deel van de ondervraagden vindt dat zelfs heel belangrijk!

Verder blijkt uit een ander deel van het onderzoek (tabel 2.4) dat ongeveer de helft van de ondervraagde medewerkers (49,8%) de aandacht voor het stimuleren van bewegen nihil tot onvoldoende vindt. Een belangrijke indicatie dat verbetering nodig wordt geacht door de medewerkers.

Voor meer informatie zie bijlage 2 Afnemersanalyse (pag. 158)

Stimuleren van bewegen door omgeving	Aantal:
Niet (1)	2,0%
(Heel) slecht (2/3)	15,7%
Minimaal (4)	13,1%
Onvoldoende (5)	19,0 %

Tabel 2.4 Stimuleren van bewegen door omgeving

Meer aandacht voor bewegen	Aantal:
Belangrijk (7)	13,0%
Redelijk belangrijk (8)	27,3%
Zeker belangrijk (9)	18,2%
Heel belangrijk (10)	33,4%

Tabel 2.5 Meer aandacht voor bewegen

Hieronder volgt een citaat van bewegingsagoog Luuk van Gestel over het stimuleren van bewegen bij de cliënt, waaruit de huidige situatie eveneens blijkt:

“Ik geloof dat ze (lees: medewerkers) hun uiterste best doen, alleen als wij komen kijken of we komen een keer de hulp aanbieden om meer beweging te stimuleren, dan zien wij toch wel bepaalde verbeterpunten. “ We kunnen daarin als organisatie zeker nog veel stappen maken ja”

2.4 Conclusies van de voordelen van bewegen en het huidig beweegaanbod voor de cliënt en medewerker

In deze paragraaf worden de conclusies weergegeven uit hoofdstuk 2 ten aanzien van de onderzoeksvragen die zijn behandeld.

Conclusie onderzoeksvraag 1:

Uit bestaand onderzoek is gebleken dat bewegen en sporten voordelen oplevert voor iedereen, dus zowel voor cliënten als medewerkers. Meer specifiek biedt 'bewegen' extra voordelen voor mensen met een verstandelijke beperking. Op het gebied van gezondheid wordt zo overgewicht tegengegaan, worden de spierfuncties verbeterd en het verkleint de kans op hart- en vaatziekten. Op sociaal en psychisch gebied zorgt het voor sociale contacten voor cliënten en beter 'in je vel zitten'. De medewerkers zijn zich bewust van het belang van bewegen voor zowel zichzelf als voor de cliënt. Er moet meer aandacht worden besteed aan het stimuleren van bewegen van de cliënt.

Conclusie onderzoeksvraag 2:

Bij Stichting Prisma is er op Landpark Assisië een aantal beweegmogelijkheden voor cliënten beschikbaar. Medewerkers kunnen elders via Prisma sporten. De beweegmogelijkheden zijn 'versnipperd' op het buitenterrein en rondom de woonvoorziening. Het externe aanbod is beperkt, omdat er belemmeringen zijn qua begeleiding (kosten) en vervoer. Er zijn alles bij elkaar beperkte mogelijkheden op het Landpark en die zijn niet voldoende om iedereen genoeg beweging te bieden.

Hoofdstuk 3 Wensen en behoeften qua bewegen van cliënten en medewerkers Stichting Prisma

In dit hoofdstuk komen de beweegwensen en -behoeften van de verschillende doelgroepen in de vorm van zowel kwalitatief als kwantitatief onderzoek aan bod. Dit leidt tot een antwoord op *onderzoeksvraag 3: Wat zijn de wensen en behoeften van de verschillende doelgroepen (cliënten en medewerkers) qua bewegen?*

Dit hoofdstuk geeft de hoofdpunten uit bijlage 2 Afnemersanalyse weer. Voor een uitgebreid verslag zie bijlage 2 Afnemersanalyse (pag. 158)

3.1 Onderzoekspopulatie en onderzoeksmethode

De onderzoekspopulatie bestaat uit twee doelgroepen. De eerste doelgroep bestaat uit de cliënten die op Landpark Assisië wonen. Het netwerk van de cliënten is benaderd om namens de cliënten aan het onderzoek mee te werken. Cliënten zijn door hun beperkingen namelijk vaak niet in staat om zelf aan het onderzoek mee te doen. De onderzoekspopulatie ‘cliënten’ omvat op Landpark Assisië 220 personen. De tweede doelgroep wordt gevormd door de medewerkers die in Biezenmortel werkzaam zijn, zowel op Landpark Assisië als op woonvoorzieningen in het dorp. De onderzoekspopulatie van de medewerkers omvat 587 personen.

Voor iedere onderzoekspopulatie is gekozen voor een andere steekproefmethode. Voor de cliënten op Landpark Assisië is er gebruik gemaakt van de getrapte steekproeftrekking. Om bij de contactgegevens van de cliënten te komen, zijn eerst de teamleiders ingeschakeld. De twaalf teamleiders zijn benaderd om de vragenlijst door te sturen naar het netwerk van de cliënten. In totaal is de enquête naar 78 mensen van het netwerk van de cliënten gestuurd.

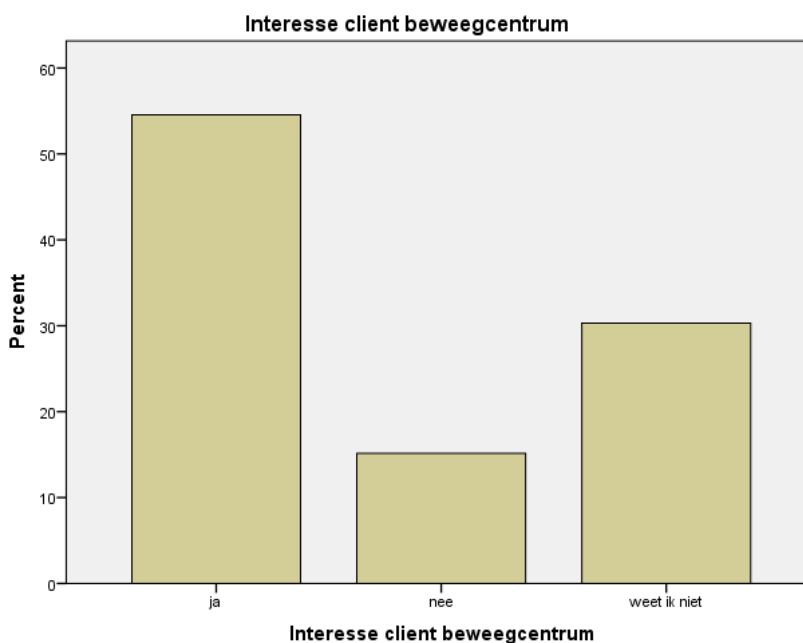
Voor het onderzoek onder de medewerkers van Stichting Prisma is er gebruik gemaakt van de volledig aselechte steekproeftrekking. Vanuit het personeelssysteem was het mogelijk om achter de contactgegevens te komen van alle medewerkers die in Biezenmortel werkzaam zijn. In totaal zijn alle 587 Prisma medewerkers in Biezenmortel benaderd om deel te nemen aan het onderzoek. Dit heeft 153 respondenten opgeleverd.

3.2 Belangstelling voor een Beweegcentrum

Hieronder worden de resultaten weergegeven van het onderzoek naar de interesse voor een Beweegcentrum. Per doelgroep (cliënten en medewerkers) zullen de resultaten worden weergegeven.

Belangstelling van cliënten (en netwerk) voor Beweegcentrum

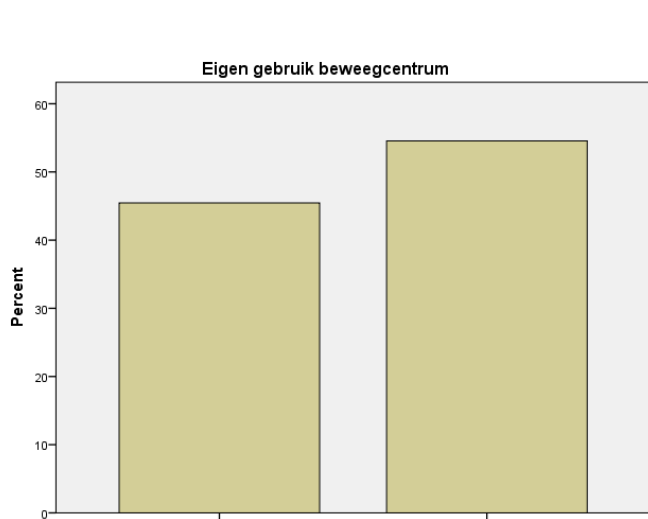
De onderstaande figuur 3.1 geeft de belangstelling weer om gebruik te gaan maken van het mogelijke Beweegcentrum op Landpark Assisië.



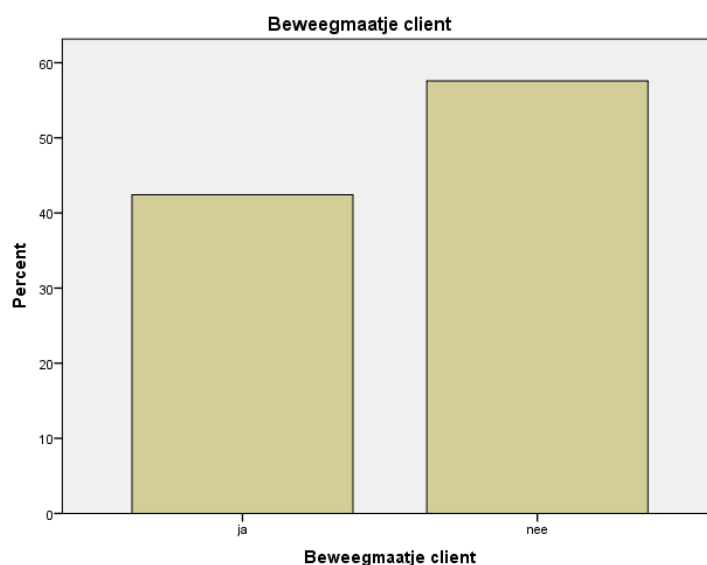
Figuur 3.1 Interesse van cliënt in Beweegcentrum

Meer dan de helft van de respondenten (cliënten) geeft aan gebruik te willen gaan maken van het Beweegcentrum (54,5%), terwijl 30,3% het nog niet weet. Slechts een beperkt aantal (15,2%) respondenten geeft aan geen belangstelling te hebben, met fysieke beperkingen en ouderdom als belangrijkste redenen.

Ook is onderzoek gedaan naar de belangstelling voor een Beweegcentrum onder het netwerk (familie/verzorgenden) van de cliënten (figuur 3.2).



Figuur 3.2 Gebruik netwerk Beweegcentrum



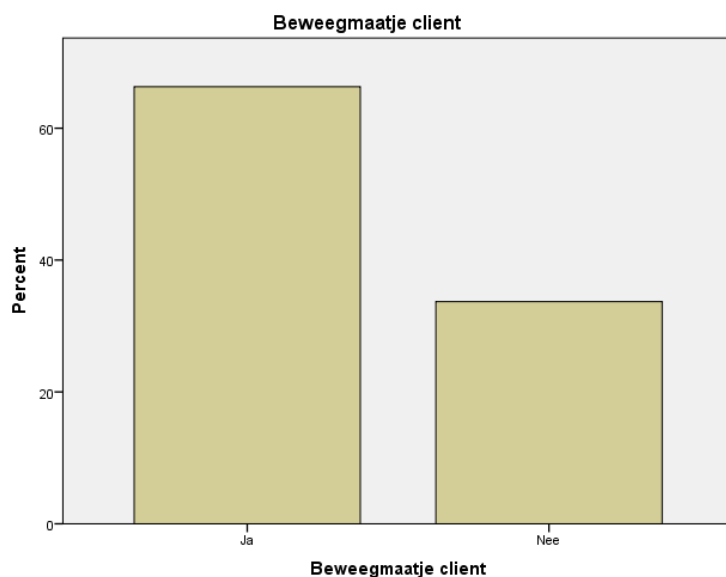
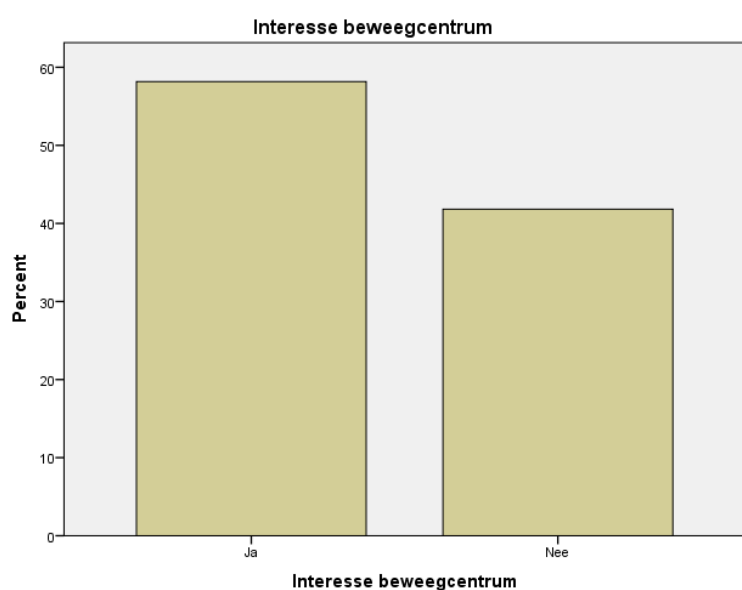
Figuur 3.3 Netwerk als beweegmaatje van cliënt

Het resultaat van dit deel van het onderzoek geeft aan dat 45,5% van de respondenten binnen het netwerk van de cliënt interesse heeft om zelf gebruik te gaan maken van het Beweegcentrum en 42,2% wil als beweegmaatje (samen met cliënt sporten/bewegen) van de cliënt gaan functioneren (zie figuur 3.3).

Geconcludeerd kan worden dat er aanzienlijke belangstelling is voor een Beweegcentrum onder cliënten en het netwerk.

Belangstelling van medewerkers voor Beweegcentrum

De onderstaande figuur 3.4 geeft de belangstelling weer onder de medewerkers om gebruik te gaan maken van het mogelijke Beweegcentrum op Landpark Assisië. Figuur 3.5 geeft de interesse van medewerkers weer om als beweegmaatje (samen sporten/bewegen met de cliënt) te fungeren.



Figuur 2.4 Interesse medewerkers in Beweegcentrum

Figuur 3.5 Medewerker als beweegmaatje van cliënt

Gesteld kan worden dat de medewerkers positief zijn over een Beweegcentrum en het gebruik daarvan. Meer dan de helft van de medewerkers geeft aan gebruik te willen maken van de faciliteiten van het mogelijke Beweegcentrum (58,2%). Daarnaast geeft 66,3% aan om een beweegmaatje van de cliënt te willen worden, om dus samen met een cliënt te gaan sporten.

3.3 Belangrijkste wensen en behoeften cliënten

In deze paragraaf worden de wensen en behoeften van de cliënten weergegeven ten aanzien van het Beweegcentrum. Om een antwoord te vinden op deze vraag is een aantal enquêtevragen geanalyseerd. Hieronder worden de meest belangrijke resultaten weergegeven over de gewenste invulling van het Beweegcentrum (tabel 3.1). In tabel 3.2 worden de gewenste algemene randvoorwaarden weergegeven.

<i>Gewenste faciliteiten binnen Beweegcentrum</i>	<i>Aantal:</i>
Professionele begeleiding	30,3%
Zwembad/ wellness	25,2%
Fitness	21,2%
Muziek	6,1%
Diverse	27,2%
Totaal aantal respondenten	100%

Tabel 3.1 Gewenste faciliteiten binnen Beweegcentrum

<i>Gewenste algemene randvoorwaarden Beweegcentrum</i>	<i>Aantal:</i>
Persoonlijke begeleiding	45,5%
Gezelligheid (kleine horeca)	18,2%
Vervoer	6,1%
Samen bewegen	9,1%
Diverse	20,1%
Totaal aantal respondenten	100%

Tabel 3.2 Gewenste algemene randvoorwaarden

Professionele begeleiding wordt binnen het Beweegcentrum het belangrijkste geacht. De reden daarvan zal zijn dat de meeste cliënten door hun beperking(en) niet op eigen gelegenheid gebruik kunnen maken van deze faciliteiten. Vervolgens is de aanwezigheid van een zwembad en fitnessapparaten van belang.

Als algemene randvoorwaarden worden persoonlijke begeleiding (van, naar en in het Beweegcentrum) en gezelligheid belangrijk gevonden.

3.4 Belangrijkste wensen en behoeften medewerkers

In deze paragraaf worden de wensen en behoeften van de medewerkers weergegeven ten aanzien van het Beweegcentrum. Om een antwoord te vinden op deze vraag is een aantal enquêtevragen geanalyseerd. Hieronder worden de meest belangrijke resultaten weergegeven over de gewenste invulling van het Beweegcentrum (tabel 3.3). In tabel 3.4 worden de gewenste algemene randvoorwaarden weergegeven

<i>Gewenste faciliteiten binnen Beweegcentrum</i>	<i>Aantal:</i>
Cardio apparatuur	13,7%
Begeleiding	22,2%
Kleedruimte	5,2%
Fitness apparatuur	24,2%
Groepslessen	10,5%
Krachttraining	3,3%
Diverse	20,9%
Totaal aantal respondenten	100%

Tabel 3.3 Gewenste faciliteiten medewerkers

<i>Gewenste algemene randvoorwaarden Beweegcentrum</i>	<i>Aantal:</i>
Toegankelijk/ laagdrempelig	14,1%
Goede, schone ruimten	15,4%
Samen bewegen	12,8%
Lage prijs	3,9%
Ruime openingstijden	10,3%
Diverse	
Totaal aantal respondenten	100%

Tabel 3.4 Gewenste randvoorwaarden

Als er wordt gekeken naar de faciliteiten die belangrijk worden gevonden onder de medewerkers van Stichting Prisma is een aantal zaken van belang. Als eerste wordt goede begeleiding belangrijk gevonden. Vervolgens is goede apparatuur gewenst, zoals cardio-apparatuur, fitnessapparatuur en toebehoren voor krachttraining.

Belangrijke algemene randvoorwaarden zijn: laagdrempeligheid, goede en schone ruimten en mogelijkheden om samen te bewegen. In mindere mate wordt belang gehecht aan een lage prijs en ruime openingstijden.

3.5 Praktische brainstormsessies beweegprofessionals Stichting Prisma

Vanuit het management is de vraag gesteld om het gewenste Beweegcentrum in kaart te brengen in samenwerking met de bewegingsagogen en fysiotherapeuten. Voor een uitgebreide analyse van het kwalitatief onderzoek (in de vorm van brainstormsessies) naar het gewenste Beweegcentrum zie bijlage 3 Brainstormsessies beweegprofessionals (pag. 213).

De bewegingsagogen die hierbij betrokken zijn geweest zijn: Maikel van Bragt en Luuk van Gestel. Daarnaast is fysiotherapeute Gabriele-Anne van Gernerden hierbij betrokken geweest.

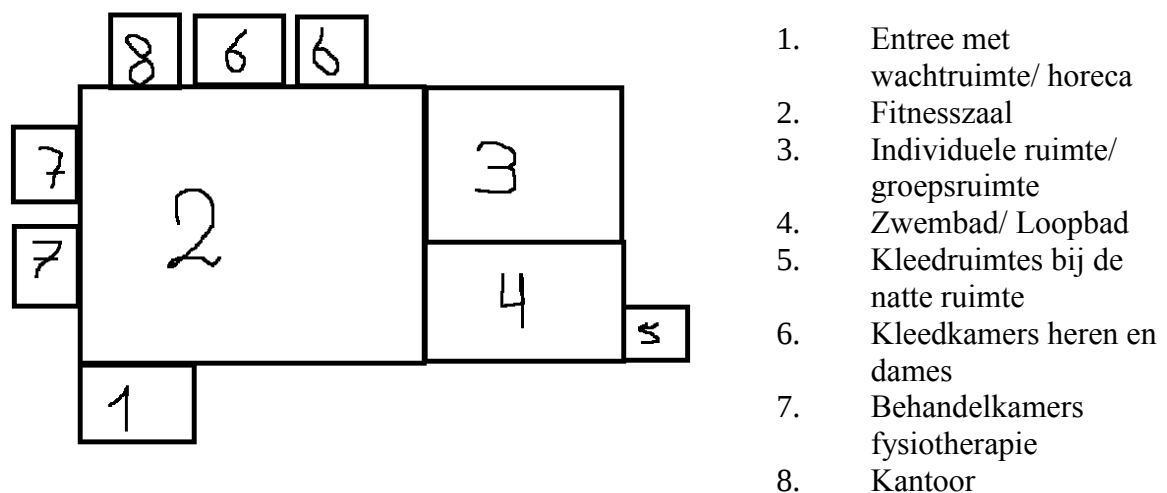
De belangrijkste uitkomsten van deze praktische sessies voor de inrichting van een Beweegcentrum zijn:

- Twee behandelkamers voor fysiotherapie
- Zaal met fitnessapparatuur, zowel cardio als kracht
- Individuele ruimte met wandrek en hersteltrainingsmogelijkheden
- Goede toegankelijkheid locatie
- Zwembad/ loopbad voor hersteltrainingen/wellnessfaciliteiten
- Kleedkamers bij zowel zwembad als fitnessruimte.

Opgemerkt moet worden dat in de brainstormsessies het belang van een zwembad en fysiotherapievoorzieningen is benadrukt vanwege de verschillende gunstige gebruiksmogelijkheden voor mensen met een handicap en het helende en ontspannende effect voor hen.

Omdat het hier om de mening van een belangrijke beroepsgroep gaat, de beweegprofessionals, zal deze bevinding een belangrijk onderdeel zijn van de conclusie in dit hoofdstuk. Ook omdat een relatief groot deel van de cliënten een zwembad eveneens op prijsstelt, zoals in paragraaf 3.3 is beschreven.

Onderstaand is schematisch het ideale Beweegcentrum weergegeven:



Figuur 3.6 Overzicht ideaal Beweegcentrum beweegprofessionals

3.6 Conclusies wensen en behoeften voor Beweegcentrum van cliënten en medewerkers

Conclusie onderzoeksvraag 3:

Het belang van een Beweegcentrum wordt door de verschillende doelgroepen (inclusief het netwerk) sterk onderschreven. Tevens geeft een groot deel van de respondenten onder de cliënten (54,5%), het netwerk (45,5%) en medewerkers (58,2%) aan gebruik te gaan maken van het Beweegcentrum, ook als beweegmaatje.

Een andere belangrijke conclusie is, dat de aanwezigheid van een zwembad van groot belang wordt geacht door de beweegprofessionals en door een relatief grote groep cliënten (25,2%). Op basis van de resultaten van het verrichte onderzoek kan geconcludeerd worden dat de komst van een Beweegcentrum in de behoeften voorziet van cliënten (en hun netwerk) en medewerkers.

Gekeken naar de wensen van (het grootste deel van) de cliënten en naar de wensen van het netwerk en de medewerkers zou voorzien kunnen worden in een Beweegcentrum zonder zwembad, wellnessfaciliteiten en fysiotherapievoorzieningen. De gewenste inrichting ziet er dan als volgt uit, vanaf nu de BasisVariant genoemd.

- Fitness: cardio en krachttraining
- Aparte zaal voor groepslessen/ individuele training
- Groepslessen.
- Persoonlijke en goede begeleiding
- Kledkamer/ douchemogelijkheden
- Kleine horecavoorziening
- Beweegmogelijkheden voor een lage prijs

Omdat de in dit verband zeer belangrijke beroepsgroep van beweegprofessionals pleit voor de aanwezigheid van een zwembad en wellnessvoorzieningen, gesteund door een relatief groot aantal cliënten, zou de ideale inrichting van het Beweegcentrum ook over die faciliteiten moeten beschikken, vanaf nu ComfortVariant genoemd. Op advies van de beweegprofessionals aangevuld met fysiotherapiefaciliteiten.

De zogenoemde Basis- en ComfortVariant zullen als mogelijke opties verder worden uitgewerkt op haalbaarheid in hoofdstuk 6 en worden vergeleken met de huidige situatie qua beweegaanbod.

Hoofdstuk 4 De fitnessbranche: algemeen en concurrentiepositie Landpark Assisië

In dit hoofdstuk zal de externe analyse aan bod komen in de vorm van een branche-beschrijving en een concurrentenanalyse. In dit hoofdstuk zullen de volgende onderzoeksvragen worden behandeld:

Onderzoeksvraag 4: Hoe ziet de fitnessbranche er op dit moment uit?

Onderzoeksvraag 5: Hoe ziet de concurrentie binnen de fitnessbranche er op dit moment uit in de directe omgeving?

4.1 Branchebeschrijving fitnessbranche

In deze paragraaf zal de huidige stand van zaken van de fitnessbranche worden beschreven. Allereerst zal er algemene informatie worden gegeven over de branche. Achtereenvolgens komen de ontwikkelingen van de afgelopen jaren aan bod. Tot slot komt het branche-perspectief aan bod.

4.1.1. Algemeen

Fitness is op dit moment met drie miljoen beoefenaars de meest beoefende sport van Nederland. Dit betekent dat zo'n twintig procent van de Nederlandse bevolking aan fitness doet. Ongeveer tweederde hiervan is lid van een fitnesscentrum. De afgelopen jaren is er in de fitnessbranche sprake geweest van een explosieve groei. Momenteel bevindt deze branche zich in een verzadigingsfase, kortom de vraag binnen de sector begint af te nemen. Door de stagnatie komt de nadruk steeds meer te liggen op het behouden van klanten en het vinden van nieuwe specifieke doelgroepen. Dit heeft enkele macro-economische oorzaken:

- Laagconjunctuur
- Werkloosheid
- Afnemend consumentenvertrouwen

De belangrijkste overwegingen voor mensen om voor een sportcentrum/fitnesscentrum te kiezen zijn afstand, prijs en de kwaliteit van de voorzieningen. Deze moeten in verhouding met elkaar zijn. Het verzorgingsgebied ligt gemiddeld binnen achttien kilometer rond het centrum. Circa de helft van de leden woont binnen een straal van twee kilometer van het fitnesscentrum af (Hover P, 2012).

Hieronder volgen enkele kwantitatieve gegevens over het fitnesscentrum (Heijden van der, 2015) om een beter beeld te krijgen van de branche:

- De gemiddelde omzet van een fitnesscentrum is € 400.000,-
- Gemiddeld heeft een centrum 955 leden en een vloeroppervlak variërend tussen de 500m² en 1000m².

Naast deze gemiddelde cijfers uit het rapport van de Rabobank zijn er ook nog andere kengetallen die de fitnesscentra meer inzichtelijk maken. Deze zijn verkregen uit de database van het IMK Kenniscentrum (Instituut voor het Midden- en Kleinbedrijf):

- Gemiddeld aantal fitnesscentra per 100.000 inwoners is 12
- Gemiddeld vloeroppervlak van 0,9 m² per lid voor regulier fitnesscentrum. Voor een lowbudget formule is dit 0,6m² per lid.
- Omzet verdeling: 84% fitness, 5 % horeca en 11% overige activiteiten.

4.1.2 Ontwikkelingen binnen de branche

Door de explosieve groei van afgelopen jaren is het aanbod van bedrijven binnen de fitnessbranche de afgelopen jaren flink toegenomen. Volgens de laatste onderzoeken zijn er 2040 sportscholen (inclusief fitnesscentra) in Nederland en is er sprake van een verdringingsmarkt. De franchiseformule neemt toe, waardoor ondernemers gaan opereren onder een gemeenschappelijke bedrijfsnaam en organisatie om zo de kosten te drukken. Vooral op het gebied van inkoop en marketing zorgt dit voor voordelen (IMK, 2015)

4.1.3 Perspectief binnen de branche

Uit het rapport Rabobank& Cijfers 2014 ‘thema: fitnesscentra en zorg’ blijkt dat fitnesscentra op dit moment in moeilijk vaarwater terecht zijn gekomen. In bijlage 11 Rabobank Cijfers& Trends (pag. 261) staat het rapport weergegeven. Er ontstaat een scheiding in de markt tussen enerzijds de low-budgetketens en de premiumclubs anderzijds. De low-budgetaanbieders stunten met prijzen en bieden beperkte voorzieningen(te denken valt aan Fit for Free, Basic Fit etc.). De premiumclubs bieden daarentegen een totaalconcept aan. Hierdoor komen de marges onder druk te staan en wordt het verdienmodel steeds kapitaalintensiever. Dit heeft te maken met de nieuwe wensen van de klant, die meer beleving, trainingsfaciliteiten en voorzieningen voor minder geld willen. In bijlage 8 Aanbod lowbudget- en premiumclubs (pag. 250) is een overzicht te vinden van het aanbod van de low-budgetketens en de premiumclubs (Heijden van der, 2015).

Daarnaast heeft de fitnessbranche in 2015 ook te maken met enkele maatschappelijke veranderingen. De consument hecht minder waarde aan bezit en is kritisch ten aanzien van uitgaven met betrekking tot sport en recreatie (CBS, 2015). Dit met als gevolg dat de consument, zoals gezegd, gevoeliger wordt voor de low-budgetaanbieders, deze ketens zijn hierdoor ook sterk toegenomen in aantal. Jaarlijkse verlooppercentages van 40% tot 50% van het klantenbestand zijn zeker geen uitzondering. De Rabobank(Cijfers& Trends) gaat dan ook uit van een negatief sentiment voor 2015 (Heijden van der, 2015).

Hoewel de fitnessbranche te typeren is als een verdringingsmarkt zijn er ook mogelijkheden. Nieuwe concepten zien het licht, waarbij beter wordt ingespeeld op de beleving en wensen van de klant. Er ontstaat een scheiding in de markt tussen lowbudgetketens die stunten met scherpe tarieven versus premiumclubs die een totaalconcept aanbieden van fitness, wellness, beauty en zorg. Variatie in gebruiksmogelijkheden verlengt de gemiddelde lidmaatschapsduur.

Fitness blijft populair in Nederland, waardoor er nog steeds kansen zijn in deze nog relatief jonge branche. Kansen zijn er voor centra die zich richten op specifieke doelgroepen (IMK, 2015).

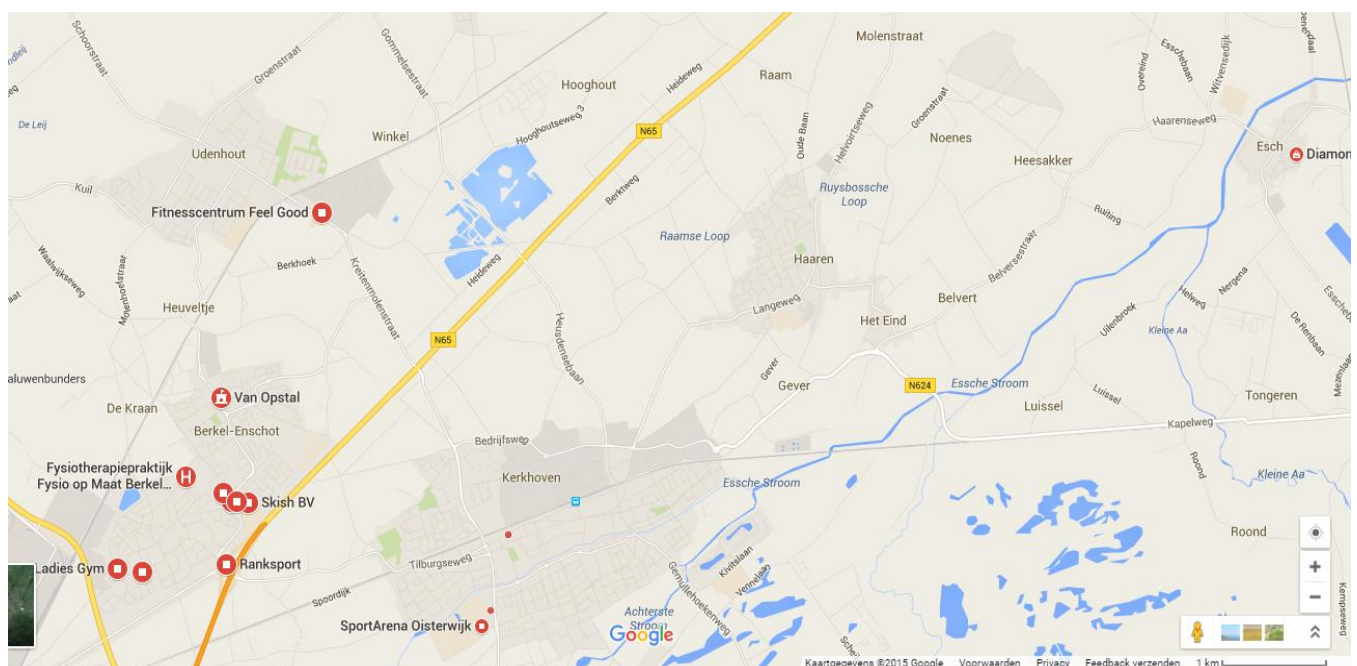
4.2 Concurrentieanalyse: de concurrenten voor Landpark Assisië

In deze paragraaf komt, als onderdeel van het externe marktonderzoek, kort de concurrentieanalyse aan bod. Met concurrenten worden in dit geval bedoeld andere partijen in de directe omgeving die met een fitnessbedrijf in dezelfde ‘beweegbehoeften’ voorzien. Inzicht daarin is nodig om een beeld te krijgen van eventuele afvloeiing naar die partijen van de beoogde intern en externe klantgroepen. Verder is het een vorm van benchmarking voor meer inzicht in deze specifieke markt in de regio.

4.2.1 Concurrenten Bewegencentrum Landpark Assisië

Voor het overzicht van het aantal sport- en fitnesscentra is het gebied afgebakend. Het afgebakende gebied, waar de beoogde doelgroep zich grotendeels zal bevinden, heeft betrekking op het dorp Biezenmortel en de omliggende dorpen. Deze dorpen zijn: Udenhout, Berkel-Enschot, Haaren, Oisterwijk en Helvoirt. In het onderstaand overzicht worden de sportscholen weergegeven die zich in deze dorpen bevinden.

Figuur 3.1 Overzicht fitnesscentra regio Biezenmortel



Udenhout: Fitnesscentrum Feel Good

Berkel-Enschot: Ranksport, Joop Ooms Sport en Ladies Gym

Oisterwijk: Health City Oisterwijk, SportArena Oisterwijk en FitXpert

Haaren: Fysiofit Haaren

Inwonersaantallen van de verschillende dorpen:

Haaren: 5437

Helvoirt: 4650

Oisterwijk: 19.870

Biezenmortel: 1500

Berkel-Enschot: 11.000

Udenhout: 8.766

Totaal aantal inwoners verzorgingsgebied: 51.223

Met behulp van deze cijfers kan, rekening houdend met de in de vorige paragraaf genoemde kengetallen, berekend worden of er markt is voor een nieuw fitnesscentrum in het verzorgingsgebied.

Op basis van bovenstaande kan gesteld worden dat er ruimte is voor maximaal zes 'levensvatbare' fitnesscentra. Met andere woorden: ook in deze regio, met acht fitnesscentra, lijkt de markt verzadigd.

4.2.2 Concurrentenmatrix Beweegcentrum Landpark Assisië

In deze subparagraaf komt de concurrentenmatrix aan bod. Hieronder wordt in tabelvorm weergegeven wat de sterke en zwakke punten zijn per concurrent.

Concurrentie analyse			
<u>Naam concurrent</u>	<u>Adresgegevens</u>	<u>Sterke punten ten opzichte van de concurrent</u>	<u>Zwakke punten ten opzichte van mijn concurrent</u>
Fitnesscentrum Feel Good	Udenhout	Prijsniveau	Naamsbekendheid en unieke persoonlijke begeleiding
Joop Ooms Sport	Berkel-Enschot	Prijsniveau	Breder aanbod inclusief wellness en tennis
Ladies Gym	Berkel- Enschot	Groter bereik, prijsniveau	Specifieke doelgroep(vrouwen), breed begeleidingsaanbod
Rank Sport	Berkel- Enschot	Persoonlijke begeleiding. Zorg gericht	Horecaruimte en hotel. Personal training
SportArena	Oisterwijk	Prijsniveau	Gevestigde orde met brede zorgvragen(voeding, fysio etc)
Health City	Oisterwijk	Goede zorg bieden i.c.m. prijsniveau	Wellness en kinderopvang
FitXpert	Oisterwijk	Bieden van goede zorg	Naamsbekendheid
Fysiofit	Haaren		Persoonlijke begeleiding i.s.m. zorg doelgroepen. Naamsbekendheid

Tabel 4.1 Concurrentieanalyse Beweegcentrum Landpark Assisië

De tabel is gebruikt voor het kunnen bepalen van onderscheidende kenmerken binnen de branche, waarvan het Beweegcentrum op Landpark Assisië gebruik zou kunnen maken. Gesteld kan dan worden dat door het aantal fitnesscentra en de reeds bestaande kwalitatieve verschillen een onderscheidend concept moeilijk is te realiseren.

4.3. Conclusie externe analyse voor Beweegcentrum Landpark Assisië

In het onderstaande schema wordt de conclusie weergegeven van onderzoeksvraag 4 en onderzoeksvraag 5:

Op dit moment bevindt de fitnessbranche zich in de verzadigingsfase (verdringingsmarkt). Op den duur zullen de premiumclubs en de low-budgetfitnessketens overblijven. De klant verwacht voor hetzelfde of minder geld meer voorzieningen, trainingen en beleving. In de regio zijn op dit moment acht fitnesscentra gevestigd met ieder hun eigen specifieke onderscheidende vermogen. Onderscheid ten opzichte van de concurrenten lijkt alleen mogelijk op basis van prijs. Mogelijk dat er desalniettemin kansen zijn voor centra die zich richten op specifieke doelgroepen.

Hoofdstuk 5 Financiële situatie Stichting Prisma

Dit hoofdstuk gaat over de financiële situatie van Stichting Prisma. Het in beeld brengen van de algemene financiële situatie van Prisma is van belang om de financiële consequenties (investerings en kosten) van het mogelijk nieuwe Beweegcentrum in eerste aanleg in een breder verband te kunnen plaatsen en inschatten.

In dit hoofdstuk komt onderzoeksvraag 6 aan bod: wat is de huidige financiële situatie van Stichting Prisma?

Bij de uitwerking van het financiële plan is het goed om te weten, dat vanuit Financiën& Beheer van Stichting Prisma (namens de Raad van Bestuur) als uitgangspunt geldt, dat de bouwkundige kosten, bij de mogelijke doorgang van een Beweegcentrum, geen belemmering mogen vormen voor de besluitvorming. Een pand op Landpark Assisië dat een nieuwe bestemming krijgt (hergebruik), brengt immers altijd kosten met zich mee en dat is te beschouwen als een reguliere kostenpost. Deze kosten worden in principe gedekt door Stichting Prisma vanuit de reguliere bedrijfsvoering.

Van belang voor Financiën& Beheer is om de exploitatiebegroting van het beoogde Beweegcentrum goed in kaart te brengen en de totale investeringen wel beheersbaar te houden. De exploitatie bijvoorbeeld moet zoveel mogelijk sluitend worden.

5.1 Huidige financiële situatie van Stichting Prisma

In deze paragraaf zal de financiële situatie van Stichting Prisma kort worden toegelicht. Als onderdeel van de jaarrekening zullen de geconsolideerde balans, de resultatenrekening en het kasstroomoverzicht worden belicht op basis van de kengetallen rentabiliteit, liquiditeit en solvabiliteit. Het cijfermatige deel van het jaarverslag is te vinden in Bijlage 4 Financieel jaarverslag Stichting Prisma 2015 (pag. 227).

5.1.1 Rentabiliteit Stichting Prisma

De definitie van rentabiliteit is: de winst van een onderneming (gedurende een bepaalde periode) gedeeld door het gemiddeld geïnvesteerde vermogen (Heezen, 2009).

Rentabiliteit eigen vermogen: nettowinst/ gemiddeld eigen vermogen → 18%

Stichting Prisma heeft afgelopen jaren positieve resultaten laten zien en is bedrijfsmatig gezien winstgevend geweest.

5.1.2 Liquiditeit Stichting Prisma

De definitie van liquiditeit is: een organisatie is liquide als het op ieder moment in staat is om aan haar betalingsverplichtingen te voldoen (Heezen, 2009). De liquiditeit van een organisatie wordt bepaald aan de hand van:

Current ratio: vlottende activa/ vlottende passiva $\rightarrow 1,21$

Netto werkkapitaal: vlottende activa- vlottende passiva $\rightarrow 3.439.264$

Op basis van deze cijfers kan gesteld worden dat Prisma een liquide organisatie is. Gezien de current-ratio en het netto werkkapitaal is het mogelijk om op korte termijn aan alle betalingsverplichtingen te voldoen en zijn er voldoende middelen beschikbaar voor direct benodigde uitgaven.

5.1.3 Solvabiliteit Stichting Prisma

De solvabiliteit van een organisatie is de mate waarin het in geval van liquidatie in staat is om aan haar verplichtingen ten opzichte van de verschafters van vreemd vermogen te voldoen (Heezen, 2009). De beoordeling gaat aan de hand van de volgende kengetallen:

Debt ratio: vreemd vermogen/ totaal vermogen $\rightarrow 0,55$

Weerstandvermogen: eigen vermogen/ totaal vermogen $\rightarrow 0,45$

Solvabiliteitspercentage: eigen vermogen/ totaal vermogen * 100% $\rightarrow 45,2 \%$

Op basis van de solvabiliteit kan gezegd worden dat Stichting Prisma er goed voor staat. Een organisatie is gezond als het solvabiliteitspercentage tussen de 25% en 40 % ligt. Stichting Prisma is in voldoende mate in staat om aan de verplichtingen te voldoen ten opzichte van de verschafters van het vreemd vermogen.

5.1.4 Conclusie huidige financiële situatie Stichting Prisma

Stichting Prisma is een financieel gezonde organisatie. Het eigen vermogen is het afgelopen jaar toegenomen. De solvabiliteit en liquiditeit duiden op een gunstige financiële positie. De financiële positie van Prisma hoeft dus geen belemmering te vormen voor het opzetten en investeren in het beoogde Bewegencentrum op Landpark Assisië. Het zal de financiële positie niet substantieel beïnvloeden.

Ondanks dat sprake is van een financieel gezonde situatie, zal de financiële (bedrijfseconomische) haalbaarheid altijd afhangen van de gekozen financiële doelstellingen qua investeringen en exploitatie.

Hoofdstuk 6 Opties voor een Beweegcentrum op Landpark Assisië

Op basis van de per hoofdstuk geformuleerde conclusies, worden de eerder in hoofdstuk 3 gewenste en realistisch te achten opties (BasisVariant en ComfortVariant) in dit hoofdstuk verder uitgewerkt qua haalbaarheid.

De volgende tussentijdse conclusies, onderzoeksresultaten en randvoorwaarden hebben, samengevat, geleid tot de keuze voor de gerichte uitwerking van genoemde twee opties:

1. Uit bestaand onderzoek is gebleken dat bewegen en sporten voordelen oplevert voor iedereen, dus zowel voor cliënten als medewerkers. Meer specifiek biedt ‘bewegen’ extra voordelen voor mensen met een verstandelijke beperking. (hoofdstuk 2)
2. Op sociaal en psychisch gebied zorgt ‘bewegen’ (lees Beweegcentrum) voor sociale contacten voor cliënten (maatschappelijke participatie) en beter ‘in je vel zitten’. (hoofdstuk 2)
3. Er zijn alles bij elkaar op dit moment beperkte mogelijkheden op het Landpark en die zijn niet voldoende om iedereen genoeg beweging te bieden. (hoofdstuk 2)
4. Gekeken naar de wensen van (het grootste deel van) de cliënten en naar de wensen van het netwerk en de medewerkers zou voorzien kunnen worden in een Beweegcentrum zonder zwembad, wellnessfaciliteiten en fysiotherapievoorzieningen, de BasisVariant genoemd (hoofdstuk 3).
5. Omdat de in dit verband de zeer belangrijke beroepsgroep van beweegprofessionals, gesteund door een relatief groot aantal cliënten, pleit voor de aanwezigheid van een zwembad en wellnessvoorzieningen zou de ideale inrichting van het Beweegcentrum ook over die faciliteiten moeten beschikken, de ComfortVariant genoemd (hoofdstuk 3).
6. Gezien de verzadigingsfase (verdringingsmarkt) binnen de fitnessbranche en het aantal reeds aanwezige sportscholen/fitnesscentra (op 50.000 inwoners) in de regio met verschillend aanbod is het kiezen voor exploitatie van een marktgericht concurrerend Beweegcentrum op dit moment binnen de gestelde criteria af te raden (hoofdstuk 4).
7. De financiële positie van Prisma hoeft geen belemmering te vormen voor het opzetten en investeren in een Beweegcentrum op Landpark Assisië. Het zal de financiële positie niet substantieel beïnvloeden. (hoofdstuk 5).

Beide gewenste en wel realistisch te achten opties (BasisVariant en ComfortVariant) zullen hierna aan de hand van de eerder opgestelde criteria worden beoordeeld en worden vergeleken met de bestaande situatie, genaamd de NulVariant. In paragraaf 6.7 zal door middel van een vergelijkende matrix de uiteindelijke meest haalbare optie voor dit moment worden bepaald.

In de volgende paragrafen komen als eerste dus de volgende opties aan bod:

1. BasisVariant
2. ComfortVariant.

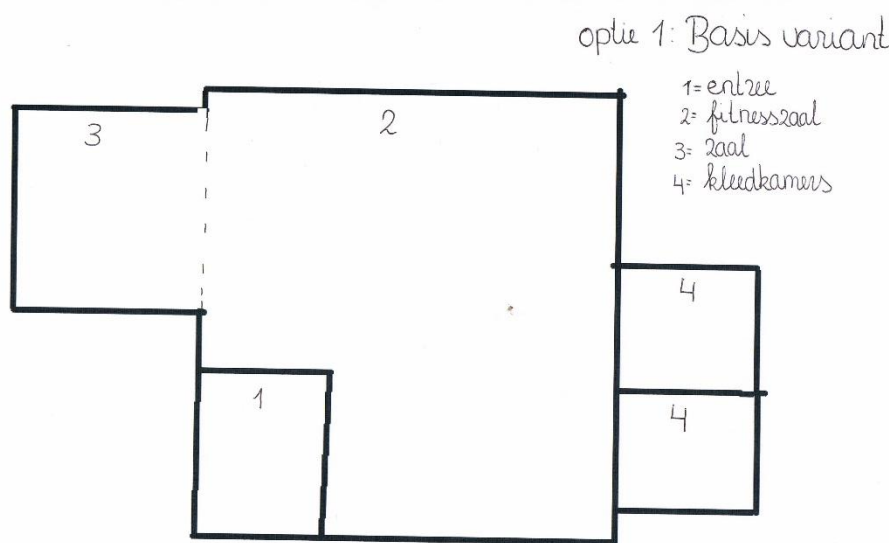
Per optie worden de beoogde inrichting en faciliteiten beschreven, gevolgd door een exploitatiebegroting per optie. De exploitatiebegrotingen zijn gebaseerd op bevindingen vanuit het marktonderzoek (zie bijlage 4 Exploitatiebegroting opties op pag. 219). In de daarop volgende paragraaf wordt vervolgens een uitspraak gedaan over de financiële consequenties voor Stichting Prisma bij het doorgaan van de betreffende varianten.

In de laatste paragraaf wordt de zogenaamde NulVariant beschreven. Naast de BasisVariant en ComfortVariant wordt daarna de NulVariant ingepast in de vergelijkende matrix. Tot slot wordt op grond van de opgestelde matrix een uitspraak gedaan over welke variant op dit moment het meest haalbaar is.

6.1. De BasisVariant

Inrichting en faciliteiten BasisVariant

De eerste variant is de zogenaamde BasisVariant. Dit Beweegcentrum op Landpark Assisië zal voldoen aan de basiswensen en -behoeften van de cliënten en medewerkers. Onderstaand is schematisch weergegeven uit welke delen deze variant zal bestaan:



Figuur 6.1 Inrichting BasisVariant

1. Entree: de ingang van het Beweegcentrum. Hier zijn gevestigd een wachtruimte voor de sporter en de receptie. Hier kunnen mensen van informatie worden voorzien door het aanwezige personeel.
2. Fitnesszaal: de ruimte waar de fitnessapparatuur staat. Er is een cardio- en een krachtgedeelte, waarbij kwalitatief goede apparaten staan voor gebruik. Deze ruimte zal circa 200m² zijn.
3. Zaal: in deze aparte zaal is het mogelijk om individueel met cliënten te trainen of om er groepslessen te geven. De grootte van deze zaal is circa 100m².
4. Kleedkamers heren/dames: in deze ruimten zullen de volgende faciliteiten aanwezig zijn: douches, lockers en toiletten. Per kleedruimte is 50 m² ingeschat.

Totale oppervlakte basis variant: circa 500m².

Exploitatiebegroting BasisVariant

Voor een toelichting op de exploitatiebegroting en uitwerking van de cijfers zie bijlage 4 Exploitatiebegroting Basis en Comfort Variant (pag. 219).

Exploitatiebegroting Basis Variant

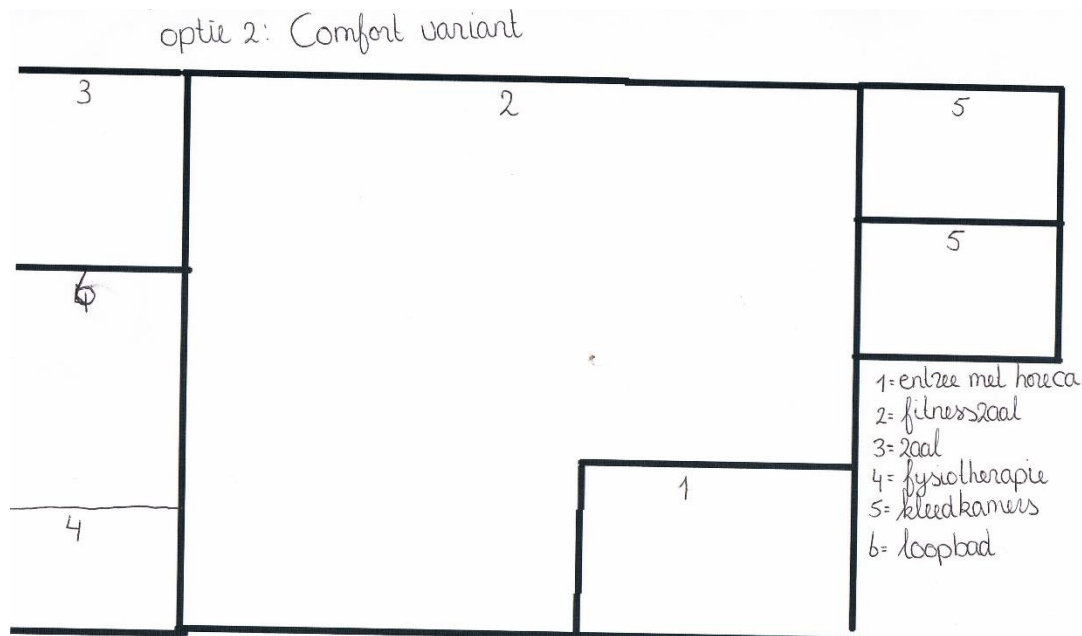
€	1e jaar
Omzet (excl. BTW)	
Fitness cliënten	72.000
Horeca	4.000
Overige activiteiten	9.500
	0
Totaal Omzet	85.500
Kosten	
Personeelskosten	70.872
Huisvestingskosten	18.562
Inventariskosten	15.000
Vervoer- en transportkosten	0
Verkoopkosten	3.000
Algemene beheerskosten	5.000
Afschrijvingen	12.700
Rente- en bankkosten	6.000
Totaal kosten	131.134
Resultaat	- 45.634
af: Privé-uitgaven	0
Blijft over/kapitaalmutatie	

Tabel 6.1 Exploitatiebegroting BasisVariant

6.2 De ComfortVariant

Inrichting en faciliteiten ComfortVariant

De tweede optie voor een Beweegcentrum is de zogenaamde ComfortVariant. In vergelijking met de BasisVariant is deze ruimer van opzet en zijn er meer faciliteiten aanwezig om gebruik van te maken. Onderstaand is schematisch weergegeven hoe deze optie eruit zal komen zien:



Figuur 6.2 Inrichting ComfortVariant

1. Entree met horeca
2. Fitnesszaal: de ruimte waar de fitnessapparatuur staat. Er is een cardio- en een krachtgedeelte, waarbij kwalitatief goede apparaten staan voor gebruik. Deze ruimte zal circa 250m² zijn.
3. Zaal. In deze aparte zaal is het mogelijk om individueel met cliënten te trainen of om groepslessen te geven. De grootte van deze zaal is circa 150m².
4. Fysiotherapie. In dit Beweegcentrum zijn twee behandelkamers aanwezig om patiënten te behandelen. Hierin is een kast, een kruk en een behandeltafel aanwezig. Grootte per behandelkamer is circa 50 m².
5. Kleedkamers. In deze ruimten zullen de volgende faciliteiten aanwezig zijn: douches, lockers en toiletten. Per kleedruimte is 50 m² ingeschat.
6. Zwembad/ loopbad/wellnessruimte. In deze ruimten komt een loopbad dat verstelbaar is in hoogte gecombineerd met enkele wellnessvoorzieningen. De afmetingen van het bad zullen 5 meter breed en 10 meter lang zijn. Totale ruimte circa 100 m²

Totale oppervlakte van deze optie is circa 800m².

Exploitatiebegroting ComfortVariant

Voor een toelichting op de exploitatiebegroting en uitwerking van de cijfers zie bijlage 4 Exploitatiebegroting Basis en Comfort variant (pag. 219).

Comfort Exploitatiebegroting Variant

€	1e jaar
Omzet (excl. BTW)	
Fitness cliënten	105.000
Horeca	6.250
Overige activiteiten	13.750
	0
Totaal Omzet	125.000
Kosten	
Personeelskosten	124.000
Productiekosten	
Huisvestingskosten	30.124
Inventariskosten	20.000
Vervoer- en transportkosten	0
Verkoopkosten	5.000
Algemene beheerskosten	5.000
Afschrijvingen	12.700
Rente- en bankkosten	6.000
Totaal kosten	202.824
Resultaat	- 77.824
af: Privé-uitgaven	
Blijft over/kapitaalmutatie	

Tabel 6.2 Exploitatiebegroting ComfortVariant

6.3 Financiële gevolgen voor Stichting Prisma bij start Beweegcentrum volgens de Basis- en Comfort Variant

Uit de bovenstaande paragraaf blijkt dat de exploitatiebegrotingen voor zowel de Basis Variant als de ComfortVariant niet sluitend zijn. Reële mogelijkheden voor meer inkomsten uit het Beweegcentrum zijn niet voorhanden en niet te voorzien gezien onder meer de randvoorwaarden en branchesituatie. In de kostenstructuur zijn niet of nauwelijks bijstellingen naar beneden aan te brengen.

Dit houdt in dat Stichting Prisma structureel geld bij moet leggen om ervoor te zorgen dat het Beweegcentrum uit de kosten komt. Met andere woorden: de beide gewenste beschreven opties zijn niet kostendekkend.

De BasisVariant heeft een begrotingstekort van circa € 45.000, terwijl dat voor optie 2 richting de € 80.000 gaat. Dit houdt in dat op de lange termijn het Beweegcentrum geld blijft kosten, waarvoor structureel een deel van het eigen vermogen gereserveerd zou moeten worden. Na bijvoorbeeld 10 jaar zou met het Beweegcentrum zelfs ten minste zo'n € 450.000 aan eigen vermogen gemoeid zijn.

Daarbij moet aangetekend worden dat de investeringen voor het realiseren van een Beweegcentrum niet zijn meegenomen in bovenstaand plaatje. Op voorhand kon overigens wel uitgegaan worden van dekking van de investeringen vanuit eigen reguliere middelen en hergebruik van bestaande panden, zoals eerder aangegeven (randvoorwaarden).

6.4. De NulVariant

Deze optie (bestaande situatie als 'controlegroep') is van belang, nu de BasisVariant en ComfortVariant beschreven zijn, om met behulp van een vergelijkende matrix de verschillende varianten te wegen ten opzichte van de eerder genoemde criteria: bevordering gezondheid van de cliënten/medewerkers, bevordering maatschappelijke participatie op het Landpark en financiële haalbaarheid.

6.5 Vergelijkende matrix opties Bewegencentrum Landpark Assisië gewogen

Strategische keuzes kunnen worden bepaald aan de hand van een vergelijkende matrix. De opties zullen worden beoordeeld op basis van de drie bepalende criteria: bevordering gezondheid van de cliënten/medewerkers, bevordering maatschappelijke participatie op het Landpark en financiële haalbaarheid. Hieronder wordt een toelichting gegeven op de varianten in relatie tot de bovenstaande criteria. Er worden punten toegekend op een schaal van 1 tot 5, waarbij 1 staat voor weinig/geen relevantie en 5 voor veel relevantie.

- BasisVariant:
Bij deze variant gaat het om een Bewegencentrum zonder extra toevoegingen. Ten opzichte van de concurrenten is er geen onderscheidend vermogen, waardoor er geen mensen van buitenaf zullen komen en de maatschappelijke participatie op het Landpark niet zal toenemen, vandaar score 1. Financieel gezien is de exploitatiebegroting niet rond te krijgen, waardoor er jaarlijks teveel geld bij moet. Dit is niet het uitgangspunt van Stichting Prisma, waardoor deze op een 2 wordt ingeschaald. De gezondheidssituatie voor de cliënten en medewerkers wordt met deze variant wel bevorderd, waardoor een 3 wordt gescoord. Totaal 6 punten
- ComfortVariant:
Maatschappelijke participatie zal niet toenemen op het Landpark, aangezien het onderscheidend vermogen ook hier nog onvoldoende tot uiting komt, vandaar de score 1. Deze luxere variant is een Bewegencentrum met dezelfde faciliteiten als de Basis Variant, alleen zijn er een loopbad/wellness, horeca en fysiotherapie aan toegevoegd. Vooral het loopbad wordt als extra positief voor gezondheid gezien (ook voor rolstoelers). De score op bevordering gezondheid is 4. Deze variant brengt zoals beschreven meer kosten met zich mee, terwijl de omzet beperkt blijft. Het verlies wordt dus groter, waardoor dit financieel voor Stichting Prisma slechter uitpakt, vandaar de score 1. Totaal: 6 punten.
- NulVariant:
Deze variant (bestaande situatie) scoort in totaal 8 punten. Financieel hoeft er niet geïnvesteerd te worden en blijven exploitatiekortingen uit, waardoor inschaling op 5 plaatsvindt. Doordat maatschappelijke participatie van de cliënten niet verbeterd zal worden vindt inschaling plaats op 1. De gezondheidsverbetering van de cliënten/medewerkers heeft enige aandacht, ook gezien enkele te verwachten ontwikkelingen (speeltuin en speeltoestellen op het buitenterrein), zodat inschaling op 2 plaatsvindt. Totaal aantal punten confrontatiematrix is 8.

Optie	Maatschappelijke participatie	Financieel	Gezondheidssituatie	Totaal aantal punten
Basis Variant	1	2	3	6
Comfort Variant	1	1	4	6
Nul Variant	1	5	2	8

Tabel 5.3 Confrontatiematrix Bewegencentrum Landpark Assisië

Hoofdstuk 7 Conclusie Bewegencentrum Landpark Assisië

Hieronder komt de eindconclusie voor Stichting Prisma aan bod ten aanzien van de komst van een Bewegencentrum op Landpark Assisië. De conclusie heeft betrekking op de onderstaande probleemstelling:

In hoeverre is een Bewegencentrum op Landpark Assisië haalbaar om de maatschappelijke participatie van de cliënt en de gezondheidssituatie van de cliënt en medewerker te verbeteren?

De uitkomst van het onderzoek heeft uitgewezen dat het op dit moment af te raden is voor Stichting Prisma om de behandelde twee opties van het Bewegencentrum op Landpark Assisië te realiseren. De uitgewerkte opties voor een Bewegencentrum worden met andere woorden niet haalbaar geacht. De keuze zou daarom moeten vallen op de derde optie, de zogenaamde NulVariant en dat betekent vooralsnog handhaving van de bestaande situatie.

Getoetst aan de bekende drie criteria uit de probleemstelling kunnen de conclusies van het onderzoek als volgt worden samengevat.

Maatschappelijke participatie

Bij zowel optie 1 als optie 2 zal de maatschappelijke participatie beperkt blijven.

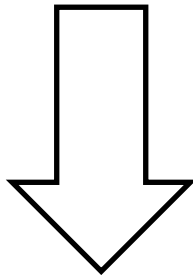
Aangezien er in het verzorgingsgebied al voldoende fitnesscentra zijn en het Bewegencentrum zich niet onderscheidt van de concurrenten, zullen mensen uit de omgeving bij hun reguliere sportcentrum blijven sporten.

Gezondheid

Zowel optie 1 als 2 zullen een positief effect hebben op de gezondheidssituatie van cliënten en medewerkers en spelen in op de onderzochte behoeften aan bewegen bij deze groepen. Deze voordelen wegen niet op tegen de nadelen: geen extra maatschappelijke participatie en negatieve financiële consequenties voor Stichting Prisma.

Financieel

Uit de exploitatiebegrotingen van optie 1 en 2 blijkt dat er jaarlijks tekorten ontstaan, terwijl break-even draaien een belangrijk uitgangspunt is. De exploitatie is in deze varianten niet sluitend te krijgen, waardoor structureel een bedrag op de Prismabegroting gereserveerd zou moeten worden hiervoor. Ondanks de gezonde financiële positie van Prisma zijn de opties 1 en 2 ook financieel af te raden.



Op basis van het onderzoek en de gehanteerde uitgangspunten kan gesteld worden dat de basis qua “kosten/baten” te smal is voor een (bedrijfseconomisch) haalbaar Beweegcentrum op Landpark Assisië, ook afgezet tegen de beperkte extra maatschappelijke participatie, die wel sterk wordt nagestreefd. De voordelen qua gezondheidsverbetering voor cliënten en medewerkers spreken wel voor het Beweegcentrum.

Hoofdstuk 8 Aanbevelingen aan Stichting Prisma

Omdat ‘meer bewegen’ en ‘meer maatschappelijk participeren’ op Landpark Assisië belangrijke onderwerpen van gesprek zullen blijven binnen Stichting Prisma volgen hieronder een aantal aanbevelingen over: ‘hoe nu verder met het Beweegcentrum als middel voor meer bewegen en maatschappelijk participeren’?

In de onderstaande kaders komen de belangrijkste aanbevelingen aan bod om te komen tot een Beweegcentrum op Landpark Assisië in Biezenmortel.

Algemene aanbeveling

Op basis van het onderzoek moet Stichting Prisma het beleid krachtig voortzetten om cliënten en medewerkers meer beweegmogelijkheden aan te bieden. Zowel bij cliënten als bij medewerkers is behoefte om bewust bezig te zijn met bewegen. De gezondheidsvoordelen zijn ruimschoots bekend. In lijn met de visie en het beleid van Stichting Prisma m.b.t. Landpark Assisië is het gewenst dat de leefbaarheid qua maatschappelijke participatie vergroot blijft worden. Het is sterk aan te raden om, financieel verantwoord voor Stichting Prisma, te investeren in ‘bewegen’ voor cliënten en medewerkers.

Richtinggevende aanbevelingen

- Om de potentiële mogelijkheden van het Landpark te benutten voor maatschappelijke participatie in combinatie met ‘meer bewegen’, wordt geadviseerd nieuwe varianten te onderzoeken op basis van een duidelijke en gedragen visie vanuit de Raad van Bestuur over het Beweegcentrum
- Met andere woorden: kies voor een nader uit te werken ‘vernieuwend’ concept (meer onderscheidend vermogen), waarin meer bewegen centraal staat, en gericht is op een diverse en brede doelgroep. De basis van deze variant zal worden uitgewerkt in hoofdstuk 9 (het implementatieplan).
- Gedacht kan worden aan een ‘Zorgbeweegcentrum’ of ‘Leefstijlcentrum’ waar zowel indoor- als outdoorbeweegmogelijkheden voor brede en diverse interne en externe doelgroepen worden aangeboden.
- Diverse en brede in- en externe doelgroepen zorgen voor meer maatschappelijke participatie en genereren mogelijk ook meer inkomsten, zodat een meer sluitende exploitatie gewaarborgd is.

Operationele aanbevelingen:

1. Maak op bestuursniveau voorafgaand aan verder onderzoek intern duidelijke richtinggevende keuzes over de te varen koers ten aanzien van het Beweegcentrum onder meer qua omvang, aanbod en financiële mogelijkheden. De binnen dit onderzoek uitgewerkte opties kunnen daarbij ondersteunend zijn.
2. Geef als Bestuur een waardering aan de gehanteerde criteria die gelden voor het Beweegcentrum op Landpark Assisië: bevordering gezondheidssituatie cliënt/medewerker, bevordering maatschappelijke participatie en financiële haalbaarheid. Met andere woorden: geef prioriteit aan in de criteria.
3. Stel een kostenbegroting op van het huidige sportaanbod binnen Stichting Prisma. Hierdoor wordt inzicht verkregen in de huidige kosten die gemaakt worden voor het sporten van de cliënten/medewerkers. Met deze basisinformatie kan een zuiverder beeld gegeven worden van de (meer)kosten van een nieuw Beweegcentrum in welke vorm dan ook.
4. Laat vervolgonderzoek verrichten, met heldere resultaatgebieden en (financiële) randvoorwaarden, om te onderzoeken of een 'Leefstijlcentrum/Zorgbeweegcentrum' of een andere variant haalbaar is.
5. Zorg voor voldoende onderscheidend vermogen voor het eventuele 'Leefstijlcentrum/Zorgbeweegcentrum' ten opzichte van concurrerende partijen in de regio. Breng USP's (unique selling points) goed in kaart.
6. Zorg, als onderdeel van het vervolgonderzoek, voor een concreet, goed uitgewerkt en liefst virtueel zichtbaar concept 'Leefstijlcentrum' alvorens bij externe partijen te onderzoeken of daaraan behoefte is. En dus om te bepalen of het bijdraagt aan de beoogde maatschappelijke participatie.
7. Onderzoek de mogelijkheden naar verschillende subsidies voor het opzetten van een Beweegcentrum. Mogelijk kunnen subsidies ervoor zorgen dat er sneller een verantwoorde keuze gemaakt kan worden.

Hoofdstuk 9 Implementatieplan vervolgonderzoek Beweegcentrum

Op basis van hoofdstuk 7 en hoofdstuk 8 zal er in dit hoofdstuk een implementatieplan worden beschreven.

In hoofdstuk 7 is de aanbeveling gegeven om te onderzoeken of het mogelijk is om met een nieuw concept te gaan werken en daarmee ook zo mogelijk de markt te betreden. Door onderscheidend te zijn in de markt kunnen externen worden aangetrokken, zodat de maatschappelijke participatie zal worden bevorderd en de inkomsten zullen stijgen (voor tenminste een kostendekkende exploitatie).

Het implementatieplan zal bestaan uit twee onderdelen. In het eerste onderdeel worden de operationele aanbevelingen één tot en met vier planmatig beschreven. In onderdeel twee wordt de implementatie van het vervolgonderzoek behandeld aan de hand van het Business Model Canvas (BMC). Dit model van Alex Osterwalder wordt gebruikt bij de ontwikkeling van businessmodellen.

Onderdeel 1: Implementatie operationele aanbevelingen 1 tot en met 4

Door de Raad van Bestuur dienen fundamentele keuzes gemaakt te worden over waar men, simpel gezegd, met een Beweegcentrum naar toe wil. Dat is te beschouwen als voorwaarde voor effectief en succesvol verder vervolgonderzoek. Per operationele aanbeveling zal daarop zo veel als mogelijk SMART worden ingegaan:

- 1) De te varen koers: gebruik de maanden februari en maart 2016 voor het bepalen van een visie rondom het Beweegcentrum op het Landpark qua omvang, aanbod en financiële mogelijkheden. Geef antwoord op de vragen: hoe zou idealiter het Beweegcentrum er moeten uitzien? En welk budget is daarvoor potentieel beschikbaar?
- 2) Prioriteit geven aan de criteria: om effectief tot keuzes te kunnen komen is het van belang om te weten welke criteria het zwaartste wegen. Daarvoor is het ook nodig om meer inhoud te geven aan de criteria bevordering gezondheidssituatie en maatschappelijke participatie. Gebruik de maanden februari en maart 2016 voor antwoorden op de vragen: wat betekent bevordering van de gezondheidssituatie van cliënt en medewerker concreet en wat is de prioriteit van de criteria?
- 3) Kostenanalyse van het huidige beweegaanbod: om de meerkosten van het beoogde Beweegcentrum in kaart te kunnen brengen, is inzicht noodzakelijk in de huidige 'beweegkosten' voor de cliënten en medewerkers. Hoewel deze kosten waarschijnlijk weinig transparant zijn, dient toch tenminste een indicatief inzicht in de kostenstructuur 'voor bewegen' aanwezig te zijn. Hiervoor kan het eerste kwartaal 2016 gebruikt worden.

Bouwsteen 1: klantgroepen

Uitgangspunt is dat de cliënten en medewerkers van Prisma de belangrijkste doelgroep vormen. Uit het haalbaarheidsonderzoek is gebleken dat vanuit die groepen ook behoefte is aan een Beweegcentrum. Om een grotere en ook externe klantgroep te kunnen bereiken dient nader onderzoek plaats te vinden naar aanvullende doelgroepen. Gezien de beoogde combinatie van 'zorg en bewegen' kan als eerste gedacht worden aan andere zorgcliënten in de regio, bijvoorbeeld vanuit zorginstellingen. Verder zou 'onderwijs' een doelgroep kunnen gaan vormen en zullen bedrijven die gericht zijn op zorg zich aangesproken kunnen voelen. Tot slot kan de particuliere markt in de omgeving als doelgroep beschouwd worden en daarop onderzocht worden. De beschreven tamelijk brede doelgroep is van belang om ook de gewenste maatschappelijke participatie te bereiken en voldoende omzet te kunnen draaien, zoals is gebleken uit het haalbaarheidsonderzoek.

Subdoelstelling: bovenstaand klantgroeponderzoek, ondersteund met kwantitatieve gegevens, (laten) verrichten in het eerste kwartaal van 2016.

Bouwsteen 2: waardepropositie

De bijzondere omgeving van het Landpark maakt dat het Beweegcentrum in een onderscheidende groene omgeving komt te staan. Met name om ook klanten van buitenaf te krijgen dienen meer onderscheidende kwaliteiten aanwezig te zijn, ook gezien de hevige concurrentie in de directe omgeving, zoals in het haalbaarheidsonderzoek is beschreven. Potentiële onderscheidende kwaliteiten (unique selling points) kunnen zijn:

- Binnensport combineren met buitensport.
- Specialistische begeleiding bieden zoals medische fitness en voedingsadvies.
- Mogelijkheden wellnessactiviteiten en zwemmen toevoegen.
- Maatschappelijke dienstverlening bieden ter plekke.
- Combinatieprogramma's voor cliënt en verzorger (bv. familielid).
- In het algemeen: maatwerk voor de zorgcliënt.

Subdoelstelling: onderscheidende kwaliteiten nader (laten) onderzoeken gedurende het eerste kwartaal 2016.

Bouwsteen 3: klantrelaties

In het algemeen is er sprake van een brede klantenkring, namelijk cliënten van Prisma, medewerkers en diverse externe partijen. Iedere klantgroep vraagt daarbij om een eigen benadering, waarbij het benaderen van een deel van de interne klantgroep (de cliënten) via hun netwerk dient te verlopen wegens de persoonlijke beperkingen van de cliënten. In dat opzicht is er sprake van een bijzondere klantrelatie met de belangrijkste doelgroep. Dat vraagt om een aangepaste benadering, zoals dat ook is gebleken bij het haalbaarheidsonderzoek.

Subdoelstelling: gedurende het vervolgonderzoek al investeren in de relatie met de beoogde klantgroepen door voor een persoonlijke, kwalitatieve en gerichte benadering te kiezen. Bij ieder klantcontact dient daaraan aandacht besteed te worden in de vorm van interesse tonen, meedenken, maatwerk trachten te leveren, e.d.

Bouwsteen 4: verkoopkanalen

Het is van belang dat er vanuit Prisma na de start van het Beweegcentrum aan doelgerichte promotie gedaan gaat worden. Per doelgroep moet er worden gekeken wat de beste manier is om die doelgroep (blijvend) te bereiken. Hierbij moet gedacht worden aan het inzetten van zowel online- als offline kanalen, rekening houdend met de beperkingen van cliënten. Door dit maatwerk in de verkoopaanpak moet blijvend vertrouwen gewonnen worden.

Subdoelstelling: als onderdeel van het vervolgonderzoek per doelgroep (uit bouwsteen 1) de meest effectieve verkoopkanalen bepalen; gereed juli 2016.

Bouwsteen 5: verdienmodel

Vanuit Prisma is het van belang om tijdig inzicht te krijgen in het verdienmodel. De inkomsten zullen primair komen van de gebruikers van het Beweegcentrum. Mede op basis van het uitgevoerde haalbaarheidsonderzoek kan gesteld worden dat voor een sluitende exploitatie ook aanvullende bronnen van inkomsten noodzakelijk zijn. Daarbij kan gedacht worden aan eventuele subsidies, verhuren van bedrijfsruimtes aan externe partijen (bv. voor voedingsadvies of fysiotherapie) en extra horeca-inkomsten. Verder onderzoek daarnaar zal nodig zijn. Ook kan verbetering van de gezondheid van de cliënten en medewerkers als ‘winst’ gezien worden, die niet meteen terug te zien is in de kas. Onderzocht moet worden hoe ook die ‘winst’ als onderdeel van het verdienmodel meegenomen kan worden.

Subdoelstelling: in de vorm van een omzetbegroting de bronnen van inkomsten voor het eerste en tweede jaar in kaart brengen, inclusief de hiervoor bedoelde aanvullende inkomstenbronnen en immateriële ‘winst’. De bronnen van inkomsten worden daarbij concreet onderbouwd (bijvoorbeeld inkomsten van gebruikers: aantal x prijs); gereed tweede kwartaal van 2016.

Bouwsteen 6: hulpbronnen (bedrijfsmiddelen)

Subdoelstelling: alle benodigde bedrijfsmiddelen en investeringen voor het realiseren van het beoogde verdienmodel in kaart brengen door middel van een investeringsbegroting, zoals die ook is opgesteld voor de uitgewerkte varianten in het haalbaarheidsonderzoek; gereed juli 2016.

Ten opzichte van de uitgewerkte investeringsbegrotingen dient rekening gehouden te worden met een aantal extra investeringen om het beoogde bredere concept mogelijk te maken.

Bouwsteen 7: kernactiviteiten

Hoewel vanuit het verrichte haalbaarheidsonderzoek is gebleken dat een bredere opzet van het Beweegcentrum nodig is, dienen voor de herkenbaarheid kernactiviteiten benoemd en uitgedragen te worden. Aansluiting kan daarbij gezocht worden bij de genoemde kernactiviteiten in het onderzoek: onder professionele begeleiding beweegmogelijkheden bieden op maat voor mensen met een (verstandelijke) beperking en andere zorggerelateerde klantgroepen in een ‘groene omgeving’.

Subdoelstelling: drie kernactiviteiten benoemen die het meest sprekend zijn voor het Beweegcentrum; gereed juni 2016.

Bouwsteen 8: samenwerking

Om de beoogde bredere opzet van het Bewegencentrum te bereiken zal met diverse partijen samenwerking gezocht moeten worden. In vergelijking met de onderzochte varianten vraagt dat om een zwaardere organisatorische aanpak. Onder andere kan bekeken worden, gezien de deskundige zorg die geboden gaat worden, of bepaalde medische beroepsbeoefenaars (bijvoorbeeld voedingsdeskundigen of fysiotherapeuten) interesse hebben om samen te werken op Landpark Assisië.

Subdoelstelling: relevante samenwerkingspartners in kaart brengen en benaderen voor eventuele samenwerking in het tweede kwartaal van 2016.

Bouwsteen 9: kosten

Het in kaart brengen van de kosten is van belang om een financieel verantwoorde beslissing te kunnen nemen. Deze moeten in kaart worden gebracht aan de hand van een exploitatiebegroting, zoals dat ook in het haalbaarheidsonderzoek is gebeurd. Enkele grote vaste kostenposten zullen blijven: de personeelskosten en de kosten voor de te gebruiken apparatuur.

Subdoelstelling:

in de vorm van een kostenbegroting, met concrete onderbouwing, de totale kosten voor het 1^e en 2^e jaar in kaart brengen; gereed juli 2016.

Bibliografie

- Achtkanter. (2015). *Volwaardig Burgerschapsmodel*. Opgehaald van Den Achtkanter: http://www.achtkanter.be/UserFiles/File/pdf/volw_burger.pdf
- Baken. (1997). *Sportbeoefening door mensen met een handicap*. Haarlem: De Vrieseborch.
- CBS. (2015, augustus 6). *Centraal Bureau voor de Statistiek*. Opgeroepen op augustus 19, 2015, van Consumentenprijzen: <http://statline.cbs.nl/StatWeb/publication/?>
- CIZ. (2015). *Van aanvraag tot zorg*. Opgehaald van CIZ: <https://www.ciz.nl/voor-professionals/van-aanvraag-tot-zorg/Paginas/default.aspx>
- Fitness4me. (2013). *Faciliteiten*. Opgeroepen op september 24, 2015, van Fitness4me: <http://www.fitness4me.nl/faciliteiten>
- Free, F. f. (2012). *Aanbod*. Opgeroepen op september 24, 2015, van Fit for Free: <https://www.fitforfree.nl/aanbod>
- Gezond Oud*. (2014, maart). Opgeroepen op oktober 15, 2015, van Je gezondheid is GOUD waard: http://www.kennispleingehandicaptensector.nl/docs/KNP/KNP%20GS/GOUD_resultaten Onderzoek_internetversie.pdf
- Gezondheidsplan, I. (2013). *Bedrijfsfitness via Intenz*. Opgehaald van Intenz Gezondheidsplan: <http://www.intenzgezondheidsplan.nl/>
- HealthCity. (2015). *Fitness Aanbod*. Opgeroepen op september 24, 2015, van Health City: <https://www.healthcity.nl/fitness-aanbod>
- Heezen, A. (2009). *Bedrijfseconomie voor het besturen van organisaties*. Groningen/Houten: Noordhoff Uitgevers.
- Heijden van der, J. K. (2015). *Rabobank Cijfers@ Trends thema: Fitnesscentra & Zorg*.
- Hover P, H. B. (2012). *Tendrapport Fitnessbranche 2012*.
- Kinebanian, T. (1999). *Grondslagen van de ergotherapie*. Maarssen.
- Leisure, D. L. (2015). *Persoonlijk lidmaatschap*. Opgeroepen op september 24, 2015, van David Lloyd Clubs: <http://www.davidlloyd.nl/nl-nl/memberships/personal/membership-overview>
- Loonkosten voor de werkgever*. (2015, november 25). Opgehaald van Berekenhet.nl: www.berekenhet.nl/ondernemen/loonkosten-wergever.html
- Loonwijzer. (2015, november 25). *Check je salaris*. Opgehaald van Loonwijzer.nl: <http://www.loonwijzer.nl/home/salaris/salarischeck?job-id=3423010000000>
- Marktonderzoek. (2006, december 11). *Berekening steekproefgrootte*. Opgehaald van Marktonderzoek.punt.nl: <http://marktonderzoek.punt.nl/content/2006/12/berekening-steekproefgrootte>
- Nederland, B. F. (2015). *Iedereen wil graag fit zijn*. Opgeroepen op september 24, 2015, van Basic Fit: <http://www.basic-fit.nl/fitness>
- NNGB. (1998). *Beweegnormen*. Opgeroepen op augustus 13, 2015, van Nederlands Instituut voor Sport & Bewegen: <http://www.nisb.nl/weten/normen.html>
- Pellikaan, C. (2015). *Aanbod*. Opgeroepen op september 24, 2015, van Club Pellikaan: <http://www.clubpellikaan.nl/>
- Prisma. (2014). *Een bijzondere buitenplaats*. Opgeroepen op oktober 15, 2015, van Landpark Assisie: <http://www.landparkassisie.nl/>
- Prisma, S. (2010). *Bedrijfsfitness*. Opgehaald van Stichting Prisma: <https://intranet.prismanet.nl/personeel/arbeidsvoorwaarden/bedrijfsfitness.aspx>
- Prisma, S. (2012). *Kwaliteitsprogramma Leefstijl*. Waalwijk.
- Rabobank. (2015). *Fitnesscentra*. Opgehaald van Rabobank Trends & Cijfers: <https://www.rabobankcijfersentrends.nl/index.cfm?action=branche&branche=Fitnesscentra>

- Van Binsbergen JJ, L. F.-O. (2010). *NHG-standaard Obesitas*. Opgeroepen op augustus 13, 2015, van Nederlands huisartsen genootschap:
<https://www.nhg.org/standaarden/volledig/nhg-standaard-obesitas#note-18>
- Van Binsbergen JJ, L. F.-O. (2010). *NHG-Standaard Obesitas*. Opgeroepen op augustus 13, 2015, van Nederlands Huisartsen Genootschap:
<https://www.nhg.org/standaarden/volledig/nhg-standaard-obesitas>
- Woude, v. d. (2001). *Sport voor mensen met een beperking*. Houten.

Bijlage 1 Kwalitatieve interviews

In deze bijlage worden de kwalitatieve interviews uitgewerkt. In bijlage A worden de verschillende gesprekshandleidingen uitgewerkt. In bijlage B komt worden de interviews uitgewerkt weergegeven. En tot slot in bijlage C komt de codering van de interviews aan bod.

Bijlage A Gesprekshandleidingen

Algemene gegevens	
Namen interviewers: 1 Marnick Muskens	
Bedrijf:	Stichting Prisma
Geïnterviewde Naam:	Ingrid van de Heuvel
Functie:	Teamleider woonvoorziening Stichting Prisma
Telefoon:	
Email:	i.vandeheuvel@prismanet.nl
Waar en wanneer gaat het interview plaats-vinden?	07-09-2015 Gezondheidscentrum Paardendraf Biezenmortel
Hoe vindt registratie plaats?	Op laptop, papier en opname memo voice recorder
Hoe ga je het interview uitwerken ?	Op de laptop
De voorbereiding van het eigenlijke interview	
Wat is je onderzoeksvraag?	Wat zijn de voordelen van sporten en/of bewegen voor mensen met een verstandelijke beperking en hoe ziet het bewegingsaanbod eruit?
Formuleer onderzoeksdeelvragen:	1. Hoe zien jullie het bewegings/ sportaanbod van de cliënten op dit moment? 2. Hoe ziet bij de cliënten hun bewegingspatroon eruit? 3. Wat zijn de voordelen voor deze cliënten om voldoende te bewegen? 4. Wordt er rekening gehouden met het voedingspatroon/ gezondheid bij de cliënten? 5. Wat zou de ideale situatie zijn op het landpark kijkend naar het sportaanbod? <u>Extra:</u> 6. Mogelijk fitnesscentrum om cliënten meer aan het bewegen/ sporten te krijgen. Hoe sta jij hierin?

Het interview zelf

Inleiding:

Welkom. Fijn dat u tijd vrij kon maken voor het afnemen van dit interview. Zal mezelf eerst even kort voorstellen. Daarnaast zal ik kort de onderzoeksopdracht toelichten. Zoals eerder aangegeven gaat dit interview over het bewegen van de cliënten van Stichting Prisma.

De onderzoeksvraag luidt:

Hoe ziet op dit moment het bewegingsaanbod eruit voor de cliënten binnen Stichting Prisma?

- rest gesprek tutoyeer?
- opneem, voor latere uitwerking? Anders meeschrijven.

Eerste vragen: wat is precies je functie binnen Prisma en op welke locaties ben je werkzaam?

Middendeel interview:

noteer **per onderzoeksdeelvraag** (zie je eerste blad) **interviewvragen**

Begin met een **hoofdvraag** en noteer vervolgens **doorvragen, verdiepingsvragen en/of controlevragen**

Inleidende vraag: Wat versta je onder de definitie bewegen? Vanaf nu: bewegen zijn handelingen waarbij lichte inspanning voor de cliënt nodig is. Hebben het dus niet over sporten.

Onderzoeksdeelvraag 1: Wat zijn de voordelen voor deze cliënten om voldoende te bewegen?

Interviewvraag 1: Wat zijn de voordelen voor cliënten kijkend naar hun gezondheid?

Interviewvraag 2: Welke voordelen heeft voldoende sporten ten aanzien van hun sociale kant?

Interviewvraag 3: Voldoen de cliënten aan de gezondheidsnorm met betrekking tot het bewegen en sporten?

Interviewvraag 4: Wat zijn hier mogelijke oorzaken van?

Interviewvraag 5: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 2: Hoe zien jullie het beweeg/ sportaanbod van de cliënten op dit moment?

Interviewvraag 1: Hoe ziet het bewegingsaanbod voor de cliënten er op dit moment uit?

Interviewvraag 2: Wat zijn de voornaamste dagelijkse handelingen die de cliënten uitvoeren binnen hun mogelijkheden?

Interviewvraag 3: Zijn er voor de begeleiders richtlijnen om het bewegen bij de cliënten te stimuleren? Wordt hier voldoende aandacht aan besteed?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren of alles wat is opgevangen goed is doorgekomen! En onderwerp afsluiten

Onderzoeksdeelvraag 2: Hoe ziet bij de cliënten hun bewegingspatroon eruit?

Interviewvraag 1: Wat doen de cliënten overdag bij hun dagbesteding aan bewegen? Arbeidsmatig?

Interviewvraag 2: Wat doen de cliënten in hun vrije tijd aan het bewegen?

Interviewvraag 3: Welke veranderingen zijn er mogelijk binnen het bewegingspatroon van de cliënten?

Interviewvraag 4: In wat voor soort handelingen is voor de cliënt veel winst te behalen?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren of alles wat is opgevangen goed is doorgekomen! En onderwerp afsluiten

Onderzoeksdeelvraag 4: Wordt er rekening gehouden met het voedingspatroon/ gezondheid bij de cliënten?

Interviewvraag 1: Zijn er voor jullie richtlijnen ten aanzien van voeding voor de cliënten op locaties?

Interviewvraag 2: Hoe wordt er bij jullie op de locaties omgegaan met lekkernijen?

Interviewvraag 3: Is er sprake van een goede samenwerking met de diëtist?

Interviewvraag 4: In hoe verre wordt er bewust met voeding en bewegen omgegaan op de locaties waar u werkzaam bent?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 5: Wat zou de ideale situatie zijn op het landpark kijkend naar het bewegingsaanbod?

Interviewvraag 1: Welke veranderingen zouden jullie graag willen zien om het bewegen aantrekkelijker te maken voor de cliënten?

Interviewvraag 2: Wat is de rol van begeleiders ten aanzien van het stimuleren van het bewegen van de cliënt?

Interviewvraag 3: Wordt er door de begeleiders voldoende stil gestaan bij het onbewust laten bewegen van de cliënt?

Interviewvraag 3: Welke faciliteit zou moeten worden toegevoegd aan het landpark om het bewegen een impuls te geven bij de cliënten? Noem er enkele.

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 6: Wat is de toegevoegde waarde voor mogelijk een fitness/bewegingscentrum op landpark Assisie?

Interviewvraag 1: Hoe sta jij tegen de komst van mogelijk een fitnesscentrum op het terrein?

Interviewvraag 2: Is het een mogelijkheid om de cliënten meer aan het bewegen te krijgen? Wat zijn volgens jou belangrijke aspecten om rekening mee te houden?

Interviewvraag 3: Verwacht je dat er vanuit de cliënt interesse is om lid te worden om meer te bewegen/sporten om hun gezondheidstoestand te verbeteren?

Interviewvraag 4: Wat is jou kijk om externe doelgroepen van buiten landpark Assisie te betrekken bij een mogelijk beweegcentrum? Bewoners Biezenmortel? Medewerkers Prisma? Overige woonvoorzieningen Prisma in nabije omgeving? Scholen? Verenigingen?

Interviewvraag 5: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Afsluiting interview

- Jezelf afvragen of doel van het interview bereikt is
- Duidelijk maken dat interview ten einde is (conclusies/samenvatten), vermelden hoe je interview gaat verwerken

Na het interview

- Napraten (let op of je de extra informatie die je hier evt. krijgt ook mag gebruiken!)
- Vragen of je mag opbellen voor verduidelijking tijdens verwerking
- Afspreken wat je doet met het interview (terugkoppelen naar bestuurder?)

Algemene gegevens	
Namen interviewers: 1 Marnick Muskens	
Bedrijf:	Stichting Prisma
Geïnterviewde Naam:	Petra Santegoets
Functie:	Teamleider woonvoorziening Stichting Prisma
Telefoon:	
Email:	p.santegoets@prismanet.nl
Waar en wanneer gaat het interview plaats-vinden?	15-09-2015 Gezondheidscentrum Paardendraf Biezenmortel
Hoe vindt registratie plaats?	Op laptop, papier en opname memo voice recorder
Hoe ga je het interview uitwerken ?	Op de laptop
De voorbereiding van het eigenlijke interview	
Wat is je onderzoeksvraag?	Wat zijn de voordelen van sporten en/of bewegen voor mensen met een verstandelijke beperking en hoe ziet het bewegingsaanbod eruit?
Formuleer onderzoeksdeelvragen:	1. Hoe zien jullie het bewegings/ sportaanbod van de cliënten op dit moment? 2. Hoe ziet bij de cliënten hun bewegingspatroon eruit? 3. Wat zijn de voordelen voor deze cliënten om voldoende te bewegen? 4. Wordt er rekening gehouden met het voedingspatroon/ gezondheid bij de cliënten? 5. Wat zou de ideale situatie zijn op het landpark kijkend naar het sportaanbod? <u>Extra:</u> 6. Mogelijk fitnesscentrum om cliënten meer aan het bewegen/ sporten te krijgen. Hoe sta jij hierin?

Het interview zelf

Inleiding:

Welkom. Fijn dat u tijd vrij kon maken voor het afnemen van dit interview. Zal mezelf eerst even kort voorstellen. Daarnaast zal ik kort de onderzoeksopdracht toelichten. Zoals eerder aangegeven gaat dit interview over het bewegen van de cliënten van Stichting Prisma.

De onderzoeksvraag luidt:

Hoe ziet op dit moment het bewegingsaanbod eruit voor de cliënten binnen Stichting Prisma?

- rest gesprek tutoyeer?
- opneem, voor latere uitwerking? Anders meeschrijven.

Eerste vragen: wat is precies je functie binnen Prisma en op welke locaties ben je werkzaam?

Middendeel interview:

noteer **per onderzoeksdeelvraag** (zie je eerste blad) **interviewvragen**

Begin met een **hoofdvraag** en noteer vervolgens **doorvragen, verdiepingsvragen en/of controlevragen**

Inleidende vraag: Wat versta je onder de definitie bewegen? Vanaf nu: bewegen zijn handelingen waarbij lichte inspanning voor de cliënt nodig is. Hebben het dus niet over sporten.

Onderzoeksdeelvraag 1: Wat zijn de voordelen voor deze cliënten om voldoende te bewegen?

Interviewvraag 1: Wat zijn de voordelen voor cliënten kijkend naar hun gezondheid?

Interviewvraag 2: Welke voordelen heeft voldoende sporten ten aanzien van hun sociale kant?

Interviewvraag 3: Voldoen de cliënten aan de gezondheidsnorm met betrekking tot het bewegen en sporten?

Interviewvraag 4: Wat zijn hier mogelijke oorzaken van?

Interviewvraag 5: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 2: Hoe zien jullie het bewegings/ sportaanbod van de cliënten op dit moment?

Interviewvraag 1: Hoe ziet het bewegingsaanbod voor de cliënten er op dit moment uit?

Interviewvraag 2: Wat zijn de voornaamste dagelijkse handelingen die de cliënten uitvoeren binnen hun mogelijkheden?

Interviewvraag 3: Zijn er voor de begeleiders richtlijnen om het bewegen bij de cliënten te stimuleren? Wordt hier voldoende aandacht aan besteed?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren of alles wat is opgevangen goed is doorgekomen! En onderwerp afsluiten

Onderzoeksdeelvraag 2: Hoe ziet bij de cliënten hun bewegingspatroon eruit?

Interviewvraag 1: Wat doen de cliënten overdag bij hun dagbesteding aan bewegen? Arbeidsmatig?

Interviewvraag 2: Wat doen de cliënten in hun vrije tijd aan het bewegen?

Interviewvraag 3: Welke veranderingen zijn er mogelijk binnen het bewegingspatroon van de cliënten?

Interviewvraag 4: In wat voor soort handelingen is voor de cliënt veel winst te behalen?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren of alles wat is opgevangen goed is doorgekomen! En onderwerp afsluiten

Onderzoeksdeelvraag 4: Wordt er rekening gehouden met het voedingspatroon/ gezondheid bij de cliënten?

Interviewvraag 1: Zijn er voor jullie richtlijnen ten aanzien van voeding voor de cliënten op locaties?

Interviewvraag 2: Hoe wordt er bij jullie op de locaties omgegaan met lekkernijen?

Interviewvraag 3: Is er sprake van een goede samenwerking met de diëtist?

Interviewvraag 4: In hoe verre wordt er bewust met voeding en bewegen omgegaan op de locaties waar u werkzaam bent?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 5: Wat zou de ideale situatie zijn op het landpark kijkend naar het bewegingsaanbod?

Interviewvraag 1: Welke veranderingen zouden jullie graag willen zien om het bewegen aantrekkelijker te maken voor de cliënten?

Interviewvraag 2: Wat is de rol van begeleiders ten aanzien van het stimuleren van het bewegen van de cliënt?

Interviewvraag 3: Wordt er door de begeleiders voldoende stil gestaan bij het onbewust laten bewegen van de client?

Interviewvraag 3: Welke faciliteit zou moeten worden toegevoegd aan het landpark om het bewegen een impuls te geven bij de clienten? Noem er enkele.

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 6: Wat is de toegevoegde waarde voor mogelijk een fitness/bewegingscentrum op landpark Assisie?

Interviewvraag 1: Hoe sta jij tegen de komst van mogelijk een fitnesscentrum op het terrein?

Interviewvraag 2: Is het een mogelijkheid om de cliënten meer aan het bewegen te krijgen? Wat zijn volgens jou belangrijke aspecten om rekening mee te houden?

Interviewvraag 3: Verwacht je dat er vanuit de cliënt interesse is om lid te worden om meer te bewegen/sporten om hun gezondheidstoestand te verbeteren?

Interviewvraag 4: Wat is jou kijk om externe doelgroepen van buiten landpark Assisie te betrekken bij een mogelijk beweegcentrum? Bewoners Biezenmortel? Medewerkers Prisma? Overige woonvoorzieningen Prisma in nabije omgeving? Scholen? Verenigingen?

Interviewvraag 5: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Afsluiting interview

- Jezelf afvragen of doel van het interview bereikt is
- Duidelijk maken dat interview ten einde is (conclusies/samenvatten), vermelden hoe je interview gaat verwerken

Na het interview

- Napraten (let op of je de extra informatie die je hier evt. krijgt ook mag gebruiken!)
- Vragen of je mag opbellen voor verduidelijking tijdens verwerking
- Afspreken wat je doet met het interview (terugkoppelen naar bestuurder?)

Algemene gegevens

Namen interviewers:

1 Marnick Muskens

Bedrijf:	Stichting Prisma
Geïnterviewde Naam:	Angela Elshout
Functie:	Teamleider activiteitencentrum Landpark Assisie Stichting Prisma
Telefoon:	
Email:	a.elshout@prismanet.nl
Waar en wanneer gaat het interview plaats-vinden?	08-09-2015 12.30u-13.00u Gezondheidscentrum Biezenmortel
Hoe vindt registratie plaats?	Op laptop, papier en opname memo voice recorder
Hoe ga je het interview uitwerken ?	Op de laptop

De voorbereiding van het eigenlijke interview

Wat is je onderzoeksvraag ?	Wat zijn de voordelen van sporten en/of bewegen voor mensen met een verstandelijke beperking en hoe ziet het bewegingsaanbod eruit?
Formuleer onderzoeksdeelvragen :	1. Hoe zien jullie het bewegings/ sportaanbod van de cliënten op dit moment? 2. Hoe ziet bij de cliënten hun bewegingspatroon eruit? 3. Wat zijn de voordelen voor deze cliënten om voldoende te bewegen? 4. Wordt er rekening gehouden met het voedingspatroon/ gezondheid bij de cliënten? 5. Wat zou de ideale situatie zijn op het landpark kijkend naar het sportaanbod? <u>Extra:</u> 6. Mogelijk fitnesscentrum om cliënten meer aan het bewegen/ sporten te krijgen. Hoe sta jij hierin?

Het interview zelf

Inleiding:

Welkom. Fijn dat u tijd vrij kon maken voor het afnemen van dit interview. Zal mezelf eerst even kort voorstellen. Daarnaast zal ik kort de onderzoeksopdracht toelichten. Zoals eerder aangegeven gaat dit interview over het bewegen van de cliënten van Stichting Prisma.

De onderzoeksvraag luidt:

Hoe ziet op dit moment het bewegingsaanbod eruit voor de cliënten binnen Stichting Prisma?

- rest gesprek tutoreer?
- opneem, voor latere uitwerking? Anders meeschrijven.

Eerste vragen: wat is precies je functie binnen Prisma en op welke locaties ben je werkzaam?

Middendeel interview:

noteer **per onderzoeksdeelvraag** (zie je eerste blad) **interviewvragen**

Begin met een **hoofdvraag** en noteer vervolgens **doorvragen, verdiepingsvragen en/of controlevragen**

Inleidende vraag: Wat versta je onder de definitie bewegen? Vanaf nu: bewegen zijn handelingen waarbij lichte inspanning voor de cliënt nodig is. Hebben het dus niet over sporten.

Onderzoeksdeelvraag 1: Wat zijn de voordelen voor deze cliënten om voldoende te bewegen?

Interviewvraag 1: Wat zijn de voordelen voor cliënten kijkend naar hun gezondheid?

Interviewvraag 2: Welke voordelen heeft voldoende sporten ten aanzien van hun sociale kant?

Interviewvraag 3: Voldoen de cliënten aan de gezondheidsnorm met betrekking tot het bewegen en sporten?

Interviewvraag 4: Wat zijn hier mogelijke oorzaken van?

Interviewvraag 5: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 2: Hoe zien jullie het bewegings/ sportaanbod van de cliënten op dit moment?

Interviewvraag 1: Hoe ziet het bewegingsaanbod voor de cliënten er op dit moment uit?

Interviewvraag 2: Wat zijn de voornaamste dagelijkse handelingen die de cliënten uitvoeren binnen hun mogelijkheden?

Interviewvraag 3: Zijn er voor de begeleiders richtlijnen om het bewegen bij de cliënten te stimuleren? Wordt hier voldoende aandacht aan besteed?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren of alles wat is opgevangen goed is doorgekomen! En onderwerp afsluiten

Onderzoeksdeelvraag 2: Hoe ziet bij de cliënten hun bewegingspatroon eruit?

Interviewvraag 1: Wat doen de cliënten overdag bij hun dagbesteding aan bewegen? Arbeidsmatig?

Interviewvraag 2: Wat doen de cliënten in hun vrije tijd aan het bewegen?

Interviewvraag 3: Welke veranderingen zijn er mogelijk binnen het bewegingspatroon van de cliënten?

Interviewvraag 4: In wat voor soort handelingen is voor de cliënt veel winst te behalen?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren of alles wat is opgevangen goed is doorgekomen! En onderwerp afsluiten

Onderzoeksdeelvraag 4: Wordt er rekening gehouden met het voedingspatroon/ gezondheid bij de cliënten?

Interviewvraag 1: Zijn er voor jullie richtlijnen ten aanzien van voeding voor de cliënten op locaties?

Interviewvraag 2: Hoe wordt er bij jullie op de locaties omgegaan met lekkernijen?

Interviewvraag 3: Is er sprake van een goede samenwerking met de diëtist?

Interviewvraag 4: In hoe verre wordt er bewust met voeding en bewegen omgegaan op de locaties waar u werkzaam bent?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 5: Wat zou de ideale situatie zijn op het landpark kijkend naar het bewegingsaanbod?

Interviewvraag 1: Welke veranderingen zouden jullie graag willen zien om het bewegen aantrekkelijker te maken voor de cliënten?

Interviewvraag 2: Wat is de rol van begeleiders ten aanzien van het stimuleren van het bewegen van de cliënt?

Interviewvraag 3: Wordt er door de begeleiders voldoende stil gestaan bij het onbewust laten bewegen van de client?

Interviewvraag 3: Welke faciliteit zou moeten worden toegevoegd aan het landpark om het bewegen een impuls te geven bij de clienten? Noem er enkele.

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 6: Wat is de toegevoegde waarde voor mogelijk een fitness/bewegingscentrum op landpark Assisie?

Interviewvraag 1: Hoe sta jij tegen de komst van mogelijk een fitnesscentrum op het terrein?

Interviewvraag 2: Is het een mogelijkheid om de cliënten meer aan het bewegen te krijgen? Wat zijn volgens jou belangrijke aspecten om rekening mee te houden?

Interviewvraag 3: Verwacht je dat er vanuit de cliënt interesse is om lid te worden om meer te bewegen/sporten om hun gezondheidstoestand te verbeteren?

Interviewvraag 4: Wat is jou kijk om externe doelgroepen van buiten landpark Assisie te betrekken bij een mogelijk beweegcentrum? Bewoners Biezenmortel? Medewerkers Prisma? Overige woonvoorzieningen Prisma in nabije omgeving? Scholen? Verenigingen?

Interviewvraag 5: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Afsluiting interview

- Jezelf afvragen of doel van het interview bereikt is
- Duidelijk maken dat interview ten einde is (conclusies/samenvatten), vermelden hoe je interview gaat verwerken

Na het interview

- Napraten (let op of je de extra informatie die je hier evt. krijgt ook mag gebruiken!)
- Vragen of je mag opbellen voor verduidelijking tijdens verwerking
- Afspreken wat je doet met het interview (terugkoppelen naar bestuurder?)

Algemene gegevens	
Namen interviewers: 1 Marnick Muskens	
Bedrijf:	Stichting Prisma
Geïnterviewde Naam:	Marianne van Dalen
Functie:	Begeleider activiteitencentrum Waalwijk Stichting Prisma
Telefoon:	
Email:	m.vandalen@prisma.nl
Waar en wanneer gaat het interview plaats-vinden?	15-09-2015 13.00u-13.30u Activiteitencentrum Taxandriaweg Waalwijk
Hoe vindt registratie plaats?	Op laptop, papier en opname memo voice recorder
Hoe ga je het interview uitwerken ?	Op de laptop
De voorbereiding van het eigenlijke interview	
Wat is je onderzoeksvraag?	Wat zijn de voordelen van sporten en/of bewegen voor mensen met een verstandelijke beperking en hoe ziet het bewegingsaanbod eruit?
Formuleer onderzoeksdeelvragen:	1. Hoe zien jullie het bewegings/ sportaanbod van de cliënten op dit moment? 2. Hoe ziet bij de cliënten hun bewegingspatroon eruit? 3. Wat zijn de voordelen voor deze cliënten om voldoende te bewegen? 4. Wordt er rekening gehouden met het voedingspatroon/ gezondheid bij de cliënten? 5. Wat zou de ideale situatie zijn op het landpark kijkend naar het sportaanbod? <u>Extra:</u> 6. Mogelijk fitnesscentrum om cliënten meer aan het bewegen/ sporten te krijgen. Hoe sta jij hierin?
Het interview zelf	

Inleiding:

Welkom. Fijn dat u tijd vrij kon maken voor het afnemen van dit interview. Zal mezelf eerst even kort voorstellen. Daarnaast zal ik kort de onderzoeksopdracht toelichten. Zoals eerder aangegeven gaat dit interview over het bewegen van de cliënten van Stichting Prisma.

De onderzoeksvraag luidt:

Hoe ziet op dit moment het bewegingsaanbod eruit voor de cliënten binnen Stichting Prisma?

- rest gesprek tutoreer?
- opneem, voor latere uitwerking? Anders meeschrijven.

Eerste vragen: wat is precies je functie binnen Prisma en op welke locaties ben je werkzaam?

Middendeel interview:

noteer **per onderzoeksdeelvraag** (zie je eerste blad) **interviewvragen**

Begin met een **hoofdvraag** en noteer vervolgens **doorvragen, verdiepingsvragen en/of controlevragen**

Inleidende vraag: Wat versta je onder de definitie bewegen? Vanaf nu: bewegen zijn handelingen waarbij lichte inspanning voor de cliënt nodig is. Hebben het dus niet over sporten.

Onderzoeksdeelvraag 1: Wat zijn de voordelen voor deze cliënten om voldoende te bewegen?

Interviewvraag 1: Wat zijn de voordelen voor cliënten kijkend naar hun gezondheid?

Interviewvraag 2: Welke voordelen heeft voldoende sporten ten aanzien van hun sociale kant?

Interviewvraag 3: Voldoen de cliënten aan de gezondheidsnorm met betrekking tot het bewegen en sporten?

Interviewvraag 4: Wat zijn hier mogelijke oorzaken van?

Interviewvraag 5: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 2: Hoe zien jullie het bewegings/ sportaanbod van de cliënten op dit moment?

Interviewvraag 1: Hoe ziet het bewegingsaanbod voor de cliënten er op dit moment uit?

Interviewvraag 2: Wat zijn de voornaamste dagelijkse handelingen die de cliënten uitvoeren binnen hun mogelijkheden?

Interviewvraag 3: Zijn er voor de begeleiders richtlijnen om het bewegen bij de cliënten te stimuleren? Wordt hier voldoende aandacht aan besteed?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren of alles wat is opgevangen goed is doorgekomen! En onderwerp afsluiten

Onderzoeksdeelvraag 2: Hoe ziet bij de cliënten hun bewegingspatroon eruit?

Interviewvraag 1: Wat doen de cliënten overdag bij hun dagbesteding aan bewegen? Arbeidsmatig?

Interviewvraag 2: Wat doen de cliënten in hun vrije tijd aan het bewegen?

Interviewvraag 3: Welke veranderingen zijn er mogelijk binnen het bewegingspatroon van de cliënten?

Interviewvraag 4: In wat voor soort handelingen is voor de cliënt veel winst te behalen?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren of alles wat is opgevangen goed is doorgekomen! En onderwerp afsluiten

Onderzoeksdeelvraag 4: Wordt er rekening gehouden met het voedingspatroon/ gezondheid bij de cliënten?

Interviewvraag 1: Zijn er voor jullie richtlijnen ten aanzien van voeding voor de cliënten op locaties?

Interviewvraag 2: Hoe wordt er bij jullie op de locaties omgegaan met lekkernijen?

Interviewvraag 3: Is er sprake van een goede samenwerking met de diëtist?

Interviewvraag 4: In hoe verre wordt er bewust met voeding en bewegen omgegaan op de locaties waar u werkzaam bent?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 5: Wat zou de ideale situatie zijn op het landpark kijkend naar het bewegingsaanbod?

Interviewvraag 1: Welke veranderingen zouden jullie graag willen zien om het bewegen aantrekkelijker te maken voor de cliënten?

Interviewvraag 2: Wat is de rol van begeleiders ten aanzien van het stimuleren van het bewegen van de cliënt?

Interviewvraag 3: Wordt er door de begeleiders voldoende stil gestaan bij het onbewust laten bewegen van de client?

Interviewvraag 3: Welke faciliteit zou moeten worden toegevoegd aan het landpark om het bewegen een impuls te geven bij de clienten? Noem er enkele.

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 6: Wat is de toegevoegde waarde voor mogelijk een fitness/bewegingscentrum op landpark Assisie?

Interviewvraag 1: Hoe sta jij tegen de komst van mogelijk een fitnesscentrum op het terrein?

Interviewvraag 2: Is het een mogelijkheid om de cliënten meer aan het bewegen te krijgen? Wat zijn volgens jou belangrijke aspecten om rekening mee te houden?

Interviewvraag 3: Verwacht je dat er vanuit de cliënt interesse is om lid te worden om meer te bewegen/sporten om hun gezondheidstoestand te verbeteren?

Interviewvraag 4: Wat is jou kijk om externe doelgroepen van buiten landpark Assisie te betrekken bij een mogelijk beweegcentrum? Bewoners Biezenmortel? Medewerkers Prisma? Overige woonvoorzieningen Prisma in nabije omgeving? Scholen? Verenigingen?

Interviewvraag 5: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Afsluiting interview

- Jezelf afvragen of doel van het interview bereikt is
- Duidelijk maken dat interview ten einde is (conclusies/samenvatten), vermelden hoe je interview gaat verwerken

Na het interview

- Napraten (let op of je de extra informatie die je hier evt. krijgt ook mag gebruiken!)
- Vragen of je mag opbellen voor verduidelijking tijdens verwerking
- Afspreken wat je doet met het interview (terugkoppelen naar bestuurder?)

Algemene gegevens

Namen interviewers:

1 Marnick Muskens

Bedrijf:	Stichting Prisma
Geïnterviewde Naam:	Elmy Weijtmans
Functie:	Begeleider woonvoorziening Stichting Prisma
Telefoon:	
Email:	e.weijtmans@prisma.nl
Waar en wanneer gaat het interview plaats-vinden?	11-09-2015 8.30-9.00u Nachtegaallaan 14 Landpark Assisie
Hoe vindt registratie plaats?	Op laptop, papier en opname memo voice recorder
Hoe ga je het interview uitwerken ?	Op de laptop

De voorbereiding van het eigenlijke interview

Wat is je onderzoeksvraag ?	Wat zijn de voordelen van sporten en/of bewegen voor mensen met een verstandelijke beperking en hoe ziet het bewegingsaanbod eruit?
Formuleer onderzoeksdeelvragen :	1. Hoe zien jullie het bewegings/ sportaanbod van de cliënten op dit moment? 2. Hoe ziet bij de cliënten hun bewegingspatroon eruit? 3. Wat zijn de voordelen voor deze cliënten om voldoende te bewegen? 4. Wordt er rekening gehouden met het voedingspatroon/ gezondheid bij de cliënten? 5. Wat zou de ideale situatie zijn op het landpark kijkend naar het sportaanbod? <u>Extra:</u> 6. Mogelijk fitnesscentrum om cliënten meer aan het bewegen/ sporten te krijgen. Hoe sta jij hierin?

Het interview zelf

Inleiding:

Welkom. Fijn dat u tijd vrij kon maken voor het afnemen van dit interview. Zal mezelf eerst even kort voorstellen. Daarnaast zal ik kort de onderzoeksopdracht toelichten. Zoals eerder aangegeven gaat dit interview over het bewegen van de cliënten van Stichting Prisma.

De onderzoeksvraag luidt:

Hoe ziet op dit moment het bewegingsaanbod eruit voor de cliënten binnen Stichting Prisma?

- rest gesprek tutoreer?
- opneem, voor latere uitwerking? Anders meeschrijven.

Eerste vragen: wat is precies je functie binnen Prisma en op welke locaties ben je werkzaam?

Middendeel interview:

noteer **per onderzoeksdeelvraag** (zie je eerste blad) **interviewvragen**

Begin met een **hoofdvraag** en noteer vervolgens **doorvragen, verdiepingsvragen en/of controlevragen**

Inleidende vraag: Wat versta je onder de definitie bewegen? Vanaf nu: bewegen zijn handelingen waarbij lichte inspanning voor de cliënt nodig is. Hebben het dus niet over sporten.

Onderzoeksdeelvraag 1: Wat zijn de voordelen voor deze cliënten om voldoende te bewegen?

Interviewvraag 1: Wat zijn de voordelen voor cliënten kijkend naar hun gezondheid?

Interviewvraag 2: Welke voordelen heeft voldoende sporten ten aanzien van hun sociale kant?

Interviewvraag 3: Voldoen de cliënten aan de gezondheidsnorm met betrekking tot het bewegen en sporten?

Interviewvraag 4: Wat zijn hier mogelijke oorzaken van?

Interviewvraag 5: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 2: Hoe zien jullie het bewegings/ sportaanbod van de cliënten op dit moment?

Interviewvraag 1: Hoe ziet het bewegingsaanbod voor de cliënten er op dit moment uit?

Interviewvraag 2: Wat zijn de voornaamste dagelijkse handelingen die de cliënten uitvoeren binnen hun mogelijkheden?

Interviewvraag 3: Zijn er voor de begeleiders richtlijnen om het bewegen bij de cliënten te stimuleren? Wordt hier voldoende aandacht aan besteed?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren of alles wat is opgevangen goed is doorgekomen! En onderwerp afsluiten

Onderzoeksdeelvraag 2: Hoe ziet bij de cliënten hun bewegingspatroon eruit?

Interviewvraag 1: Wat doen de cliënten overdag bij hun dagbesteding aan bewegen? Arbeidsmatig?

Interviewvraag 2: Wat doen de cliënten in hun vrije tijd aan het bewegen?

Interviewvraag 3: Welke veranderingen zijn er mogelijk binnen het bewegingspatroon van de cliënten?

Interviewvraag 4: In wat voor soort handelingen is voor de cliënt veel winst te behalen?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren of alles wat is opgevangen goed is doorgekomen! En onderwerp afsluiten

Onderzoeksdeelvraag 4: Wordt er rekening gehouden met het voedingspatroon/ gezondheid bij de cliënten?

Interviewvraag 1: Zijn er voor jullie richtlijnen ten aanzien van voeding voor de cliënten op locaties?

Interviewvraag 2: Hoe wordt er bij jullie op de locaties omgegaan met lekkernijen?

Interviewvraag 3: Is er sprake van een goede samenwerking met de diëtist?

Interviewvraag 4: In hoe verre wordt er bewust met voeding en bewegen omgegaan op de locaties waar u werkzaam bent?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 5: Wat zou de ideale situatie zijn op het landpark kijkend naar het bewegingsaanbod?

Interviewvraag 1: Welke veranderingen zouden jullie graag willen zien om het bewegen aantrekkelijker te maken voor de cliënten?

Interviewvraag 2: Wat is de rol van begeleiders ten aanzien van het stimuleren van het bewegen van de cliënt?

Interviewvraag 3: Wordt er door de begeleiders voldoende stil gestaan bij het onbewust laten bewegen van de client?

Interviewvraag 3: Welke faciliteit zou moeten worden toegevoegd aan het landpark om het bewegen een impuls te geven bij de clienten? Noem er enkele.

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 6: Wat is de toegevoegde waarde voor mogelijk een fitness/bewegingscentrum op landpark Assisie?

Interviewvraag 1: Hoe sta jij tegen de komst van mogelijk een fitnesscentrum op het terrein?

Interviewvraag 2: Is het een mogelijkheid om de cliënten meer aan het bewegen te krijgen? Wat zijn volgens jou belangrijke aspecten om rekening mee te houden?

Interviewvraag 3: Verwacht je dat er vanuit de cliënt interesse is om lid te worden om meer te bewegen/sporten om hun gezondheidstoestand te verbeteren?

Interviewvraag 4: Wat is jou kijk om externe doelgroepen van buiten landpark Assisie te betrekken bij een mogelijk beweegcentrum? Bewoners Biezenmortel? Medewerkers Prisma? Overige woonvoorzieningen Prisma in nabije omgeving? Scholen? Verenigingen?

Interviewvraag 5: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Afsluiting interview

- Jezelf afvragen of doel van het interview bereikt is
- Duidelijk maken dat interview ten einde is (conclusies/samenvatten), vermelden hoe je interview gaat verwerken

Na het interview

- Napraten (let op of je de extra informatie die je hier evt. krijgt ook mag gebruiken!)
- Vragen of je mag opbellen voor verduidelijking tijdens verwerking
- Afspreken wat je doet met het interview (terugkoppelen naar bestuurder?)

Algemene gegevens

Namen interviewers:

1 Marnick Muskens

Bedrijf:	Stichting Prisma
Geïnterviewde Naam:	Gabrie- Anne van Gernerden
Functie:	Fysiotherapeut Stichting Prisma
Telefoon:	
Email:	gvangernerden@prismanet.nl
Waar en wanneer gaat het interview plaats-vinden?	Nader te bepalen
Hoe vindt registratie plaats?	Op laptop, papier en opname memo voice recorder
Hoe ga je het interview uitwerken ?	Op de laptop

De voorbereiding van het eigenlijke interview

Wat is je onderzoeksvraag ?	Wat zijn de voordelen van sporten en/of bewegen voor mensen met een verstandelijke beperking?
Formuleer onderzoeksdeelvragen :	1. In hoeverre wordt er door cliënten van jullie diensten gebruik gemaakt als fysiotherapeut? 2. Welke mogelijkheden zijn er voor jullie om de cliënt te ondersteunen in de revalidatie? 3. Wat zijn de voordelen voor deze cliënten om voldoende te bewegen? 4. Wat zou de ideale situatie zijn op het landpark kijkend naar het herstelprogramma en/ of bewegingsaanbod? <u>Extra:</u> 5. Mogelijk fitnesscentrum om cliënten meer aan het bewegen/ sporten te krijgen. Hoe sta jij hierin?

Het interview zelf

Inleiding:

Welkom. Fijn dat u tijd vrij kon maken voor het afnemen van dit interview. Zal mezelf eerst even kort voorstellen. Zoals eerder aangegeven gaat dit interview over het bewegingsaanbod van Stichting Prisma.

De onderzoeksvraag luidt:

Hoe ziet op dit moment het bewegingsaanbod eruit voor de cliënten binnen Stichting Prisma?

- rest gesprek tutuueer?
- opneem, voor latere uitwerking? Anders meeschrijven.

Eerste vragen: om in het gesprek te komen

1. Wat is precies je functie als fysiotherapeut en wat zijn voornamelijk jouw dagelijkse bezigheden?

Middendeel interview:

noteer **per onderzoeksdeelvraag** (zie je eerste blad) **interviewvragen**

Begin met een **hoofdvraag** en noteer vervolgens **doorvragen, verdiepingsvragen en/of controlevragen**

Inleidende vraag: defintie bewegen? Activiteit waar een lichte handeling voor nodig is. Niet specifiek sporten

Onderzoeksdeelvraag 3: Wat zijn de voordelen van voldoende bewegen voor de cliënten?

Interviewvraag 1: Wat zijn de voordelen voor cliënten kijkend naar hun gezondheid?

Interviewvraag 2: Welke voordelen heeft voldoende sporten ten aanzien van hun sociale kant?

Interviewvraag 3: Welke voordelen heeft sporten kijkend naar hun mentale/ psychische kant?

Interviewvraag 4: Zijn er nog overige voordelen van het sporten?

Interviewvraag 5: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 1: In hoeverre wordt er door cliënten gebruik gemaakt van jullie diensten als fysiotherapeut?

Interviewvraag 1: Wordt er veel gebruik gemaakt van jullie diensten door de cliënten?

Interviewvraag 2: Wat zijn de voornaamste klachten waar cliënten mee komen?

Interviewvraag 3: Zijn er de afgelopen trends zichtbaar geworden binnen de fysiotherapie en deze doelgroep? Zaken die opvallen?

Interviewvraag 4: Komen de cliënten volgens jou aan voldoende bewegen per dag?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren of alles wat is opgevangen goed is doorgekomen! En onderwerp afsluiten

Onderzoeksdeelvraag 2: Welke mogelijkheden zijn er voor jullie op de ze locatie om de cliënt te ondersteunen bij hun revalidatie?

Interviewvraag 1: Zijn er ondersteunende ruimtes waar de cliënt kan werken aan hun herstel? Andere beweeglocaties op het landpark?

Interviewvraag 2: Wordt er gedurende het revalidatieproces samengewerkt met de bewegingsagoog?

Interviewvraag 3: Hoe zou voor jullie de ideale situatie eruit zien om aan het herstel van de cliënten te werken? Mogelijke toevoegingen.

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren of alles wat is opgevangen goed is doorgekomen!

Onderzoeksdeelvraag 4: Wat zou de ideale situatie zijn op het landpark kijkend naar het herstelprogramma en/ of bewegingsaanbod?

Interviewvraag 1: Van welke mogelijkheden wordt er door jullie en de cliënt veel gebruik gemaakt m.b.t. hun herstel?

Interviewvraag 2: Hoe zien jullie de ideale situatie voor je als fysio ten aanzien van het herstel?

Interviewvraag 3: Wat missen jullie op het landpark om het herstel van de cliënten te bevorderen? Noem drie dingen

Interviewvraag 4: Hoe zie je de ideale situatie voor ten aanzien van het bewegen en de gezondheid van de cliënt?

Interviewvraag 5: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 5: Wat is de toegevoegde waarde voor mogelijk een fitnesscentrum op landpark Assisie?

Interviewvraag 1: Hoe sta jij tegen de komst van mogelijk een fitnesscentrum op het terrein?

Interviewvraag 2: Is het voor jullie een manier om het herstel van de cliënt te bevorderen door gedurende de revalidatie gebruik te maken van deze ruimte?

Interviewvraag 3: Is het een mogelijkheid om de cliënten meer aan het sporten/ bewegen te krijgen?

Interviewvraag 4: Kan het daarnaast ook geven om de leefbaarheid te vergroten?

Interviewvraag 5: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Afsluiting interview

- Jezelf afvragen of doel van het interview bereikt is
- Duidelijk maken dat interview ten einde is (conclusies/samenvatten), vermelden hoe je interview gaat verwerken

Na het interview

- Napraten (let op of je de extra informatie die je hier evt. krijgt ook mag gebruiken!)
- Vragen of je mag opbellen voor verduidelijking tijdens verwerking
- Afspreken wat je doet met het interview (terugkoppelen naar bestuurder?)

Algemene gegevens

Namen interviewers:

1 Marnick Muskens

Bedrijf:	Stichting Prisma
Geïnterviewde Naam:	Lenie van Moorsel
Functie:	Diëtiste Stichting Prisma
Telefoon:	
Email:	l.vanmoorsel@prismanet.nl
Waar en wanneer gaat het interview plaatsvinden?	01-09-2015 13.30u-14.00u Gezondheidscentrum Landpark Assisie
Hoe vindt registratie plaats?	Op laptop, papier en opname memo voice recorder
Hoe ga je het interview uitwerken ?	Op de laptop

De voorbereiding van het eigenlijke interview

Wat is je onderzoeksvraag ?	Wat zijn de voordelen van voldoende beweging/ sporten voor de doelgroep mensen met een verstandelijke beperking?
Formuleer onderzoeksdeelvragen :	1. Hoe ziet het voedingspatroon van een gemiddelde cliënt eruit? 2. Komende de cliënten aan voldoende beweging/ sporten per week? 3. Wat zijn de voordelen voor deze cliënten om voldoende te bewegen? 4. Wat zijn de ontwikkelingen op het gebied van bewegen en diëtik bij deze doelgroep? <u>Extra:</u> 5. Mogelijk fitnesscentrum om cliënten meer aan het bewegen/ sporten te krijgen. Hoe staan jullie als diëtisten hierin?

Het interview zelf

Inleiding:

Welkom. Fijn dat u tijd vrij kon maken voor het afnemen van dit interview. Zal mezelf eerst even kort voorstellen. Kort even onderzoek toelichten. Zoals eerder aangegeven gaat dit interview over het bewegingsaanbod van Stichting Prisma.

De onderzoeksvraag luidt:

Hoe ziet op dit moment het bewegingsaanbod eruit voor de cliënten binnen Stichting Prisma?

- rest gesprek tutoyeer?
- opneem, voor latere uitwerking? Anders meeschrijven.

Eerste vragen: om in het gesprek te komen

6. Wat is precies je functie als diëtiste en wat zijn je dagelijkse bezigheden?

Middendeel interview:

noteer **per onderzoeksdeelvraag** (zie je eerste blad) **interviewvragen**

Begin met een **hoofdvraag** en noteer vervolgens **doorvragen, verdiepingsvragen en/of controlevragen**

Inleidende vraag: Wat versta je onder de definitie bewegen? Vanaf nu: bewegen zijn handelingen waarbij lichte inspanning voor de cliënt nodig is. Hebben het dus niet over sporten.

Vraag: Wat is de relatie tussen voeding en bewegen binnen de diëtiëk?

Onderzoeksdeelvraag 1: Hoe ziet het voedingspatroon van een gemiddelde cliënt eruit?

Interviewvraag 1: Hoe zien de verschillende hoofdmaaltijden er over het algemeen uit?

Interviewvraag 2: Hoe zien de tussendoortjes en overige lekkernijen eruit??

Interviewvraag 3: Wordt er op de woonvoorziening voldoende rekening gehouden met het voedingspatroon?

Interviewvraag 4: Bij wie ligt de verantwoordelijkheid op het gebied van voeding en gezondheid?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren of alles wat is opgevangen goed is doorgekomen! En onderwerp afsluiten

Onderzoeksdeelvraag 2: Komen de cliënten aan voldoende beweging/ sporten per week?

Interviewvraag 1: Hoeveel uur per week is gemiddeld een client aan het bewegen/ sporten?

Interviewvraag 2: Zijn er algemene richtlijnen voor hoeveel een cliënt moet bewegen per week?

Interviewvraag 3: Wat is het streven per cliënt kijkend naar voldoende bewegen en sporten?

Interviewvraag 4: Is het mogelijk om meer cliënten aan het bewegen/ sporten te krijgen? Zo ja, wat moet er veranderd worden?

Interviewvraag 5: samenvatten en controleren of alles wat is opgevangen goed is doorgekomen! En onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 3: Wat zijn de voordelen van voldoende bewegen voor de cliënten?

Interviewvraag 1: Wat zijn de voordelen voor cliënten kijkend naar hun gezondheid?

Interviewvraag 2: Welke voordelen heeft voldoende sporten ten aanzien van hun sociale kant?

Interviewvraag 3: Welke voordelen heeft sporten kijkend naar hun mentale/ psychische kant?

Interviewvraag 4: Zijn er nog overige voordelen van het sporten?

Interviewvraag 5: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 4: Wat zijn de ontwikkelingen op het gebied van bewegen en diëtiëk bij deze doelgroep?

Interviewvraag 1: Wat is er de afgelopen jaren veranderd in jullie vakgebied speciaal voor deze doelgroep??

Interviewvraag 2: Zijn er op dit moment trends waarneembaar binnen de wereld van de diëtiëk voor verstandelijk beperkten ?

Interviewvraag 3: Hoe zien jullie de ideale situatie voor de cliënten op het gebied van diëtiëk en bewegen?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 5: Hoe staat diëtiëk tegenover het uitbreiden van het sportaanbod?

Interviewvraag 1: Hoe sta jij tegen de komst van mogelijk een fitnesscentrum op het terrein?

Interviewvraag 2: Is het een mogelijkheid om de cliënten meer aan het sporten/ bewegen te krijgen?

Interviewvraag 3: Kan het daarnaast ook geven om de leefbaarheid te vergroten?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Afsluiting interview

- Jezelf afvragen of doel van het interview bereikt is
- Duidelijk maken dat interview ten einde is (conclusies/samenvatten), vermelden hoe je interview gaat verwerken

Na het interview

- Napraten (let op of je de extra informatie die je hier evt. krijgt ook mag gebruiken!)
- Vragen of je mag opbellen voor verduidelijking tijdens verwerking
- Afspreken wat je doet met het interview (terugkoppelen naar bestuurder?)

	Algemene gegevens	
	Namen interviewers: 1 Marnick Muskens	
1	Bedrijf:	Stichting Prisma
2	Geïnterviewde Naam: Functie: Telefoon: Email:	Luuk van Gestel Medewerker Bewegingstherapie/ bewegingsagoog lvangestel@prismanet.nl
3	Waar en wanneer gaat het interview plaatsvinden?	Nader te bepalen
4	Hoe vindt registratie plaats? Hoe ga je het interview uitwerken ?	Op laptop, papier en opname memo voice recorder Op de laptop
	De voorbereiding van het eigenlijke interview	
1	Wat is je onderzoeksvraag ?	Hoe ziet op dit moment het bewegingsaanbod eruit voor de cliënten binnen Stichting Prisma?
2	Formuleer onderzoeksdeelvragen :	1. Wat zijn op dit moment de sport/bewegingsmogelijkheden op landpark Assisie? 2. Wat zijn op dit moment de sport/bewegingsmogelijkheden bij externe partijen? 3. Wordt er door de cliënten veel gebruik gemaakt van deze verschillende mogelijkheden? 4. Wat zijn de voordelen van cliënten om voldoende te bewegen? 5. Wat zou de ideale situatie zijn op het landpark kijkend naar het bewegingsaanbod? <u>Extra:</u> 6. Mogelijk fitnesscentrum om cliënten meer aan het bewegen/ sporten te krijgen. Hoe sta jij hierin?

	Het interview zelf
1	Inleiding: Welkom. Fijn dat u tijd vrij kon maken voor het afnemen van dit interview. Zal mezelf eerst even kort voorstellen. Zoals eerder aangegeven gaat dit interview over het bewegingsaanbod van Stichting Prisma. De onderzoeksvraag luidt: Hoe ziet op dit moment het bewegingsaanbod eruit voor de cliënten binnen Stichting Prisma? - rest gesprek tutuweer? - opneem, voor latere uitwerking? Anders meeschrijven.
2	Eerste vragen: om in het gesprek te komen 7. Wat is precies je functie als bewegingsagoog en wat zijn je dagelijkse bezigheden? Hoe lang werk je hier al en wat is jouw vooropleiding?
3	<u>Middendeel interview:</u> noteer per onderzoeksdeelvraag (zie je eerste blad) interviewvragen Begin met een hoofdvraag en noteer vervolgens doorvragen, verdiepingsvragen en/of controlevragen Inleidingsvraag: Wat versta je onder definitie bewegen? Vanaf nu: bewegen zijn handelingen waarbij lichte inspanning nodig is voor de cliënt. Dus niet over sporten. <u>Onderzoeksdeelvraag 1:</u> Wat zijn de voordelen van voldoende bewegen voor de cliënten? <i>Interviewvraag 1: Wat zijn de voordelen voor cliënten kijkend naar hun gezondheid?</i> <i>Interviewvraag 2: Welke voordelen heeft voldoende sporten ten aanzien van hun sociale kant?</i> <i>Interviewvraag 3: Welke voordelen heeft sporten kijkend naar hun mentale/ psychische kant?</i> <i>Interviewvraag 4: Zijn er nog overige voordelen van het sporten?</i> <i>Interviewvraag 5: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.</i>

Onderzoeksdeelvraag 2: Wat zijn op dit moment de beweegmogelijkheden op landpark Assisie?

Interviewvraag 1: Welke verschillende sport/bewegingsmogelijkheden zijn er voor de cliënten op het park? Specifiek?

Interviewvraag 2: Wordt er gebruik gemaakt van bewegingsmogelijkheden buiten het landpark? Positief? Knelpunten?

Interviewvraag 3: Zijn er op de woonvoorziening zelf nog beweegmogelijkheden voor de cliënten?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren of alles wat is opgevangen goed is doorgekomen! En onderwerp afsluiten

Onderzoeksdeelvraag 3: Wordt er door de cliënten gebruik gemaakt van deze verschillende sportmogelijkheden?

Interviewvraag 1: Hoeveel procent van de cliënten maakt gebruik van deze verschillende sportmogelijkheden?

Interviewvraag 3: Wat is het streven per cliënt kijkend naar voldoende bewegen en sporten? Richtlijnen?

Interviewvraag 4: In hoeverre zijn begeleiders op de woonvoorziening ermee bezig om de cliënten te stimuleren om te gaan bewegen?

Interviewvraag 4: Is het mogelijk om meer cliënten aan het bewegen/ sporten te krijgen? Zo ja, wat moet er veranderd worden?

Interviewvraag 5: samenvatten en controleren of alles wat is opgevangen goed is doorgekomen! En onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 5: Hoe zou de ideale situatie eruit zien kijkend naar het sportaanbod op landpark Assisie?

Interviewvraag 1: Wat is voor de cliënt de ideale situatie om meer te gaan bewegen?

Interviewvraag 2: Wat moet er veranderen in het huidige sportaanbod? Welke sporten kunnen worden geschrapt en wat moet er eventueel worden toegevoegd?

Interviewvraag 3: Als er twee voorzieningen moeten worden toegevoegd sport moet worden toegevoegd op het landpark zelf, welke sport moet dat dan zijn?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

	<u>Onderzoeksdeelvraag 6:</u> Wat is de toegevoegde waarde voor mogelijk een fitnesscentrum op landpark Assisie? <i>Interviewvraag 1: Hoe sta jij tegen de komst van mogelijk een fitnesscentrum op het terrein?</i> <i>Interviewvraag 2: Is het een mogelijkheid om de cliënten meer aan het sporten/ bewegen te krijgen?</i> <i>Interviewvraag 3: Kan het daarnaast ook geven om de leefbaarheid te vergroten?</i> <i>Interviewvraag 4: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.</i>
4	Afsluiting interview •Jezelf afvragen of doel van het interview bereikt is •Duidelijk maken dat interview ten einde is (conclusies/samenvatten), vermelden hoe je interview gaat verwerken
5	Na het interview •Napraten (let op of je de extra informatie die je hier evt. krijgt ook mag gebruiken!) •Vragen of je mag opbellen voor verduidelijking tijdens verwerking •Afspreken wat je doet met het interview (terugkoppelen naar bestuurder?)

Bijlage B Kwalitatieve interviews

Kwalitatieve interviews en aanzien van voordelen van bewegen en bewegingsaanbod

Interviewer: Marnick Muskens

Geïnterviewde: Gabriele-Anne van Gernerden

Locatie: afdeling fysiotherapie landpark Assisië

Datum: 04-09-2015

Tijdstip: 14.30u-15.00u

M: Allereerst, wat zijn hier nu precies je dagelijkse, even een inleidende vraag, dagelijkse bezigheden als fysiotherapeut binnen deze specifieke doelgroep?

P: Dagelijkse dingen, ja ik behandel cliënten. En dat kan hier zijn maar kan ook op locatie zijn. Dat is niet alleen specifiek binnen deze vier muren, maar dat kan ook in Raamsdonksveer of..

M: Niet alleen maar hier in Biezenmortel?

P: Nee

M: Uhm, we gaan het zometeen nog hebben over het bewegen, komt in ieder geval redelijk veel terug. Als je kijkt wat is jouw definitie van bewegen binnen deze doelgroep? Hoe ziet je het?

P: Oke. Hoe ik bewegen zie? Of hoe ik het bewegen hier met deze cliënten zie?

M: Met deze cliënten. Binnen deze doelgroep.

P: Allereerst vind ik dat ze te weinig bewegen.

M: Nee, maar puur even de definitie voor jou van bewegen.

P; Wat is bewegen?

M: Wat is bewegen volgens jou specifiek voor deze doelgroep?

P: Uhm, ik denk zelfstandig al dan niet met hulp voortbewegen een x aantal minuten/ ure. En uhm, Wat bij deze doelgroep vaak naar voren komt is dat je heel creatief moet gaan denken over, hoe iemand kan bewegen. Of dat je ziet dat iemand in de rolstoel zit. Het makkelijkste is als iemand gaat fietsen, lopen. Dus dat is wel lastig. En uhm..

M: We gaan het in ieder geval hebben over lichte vorm van bewegen.

P: JA

M: Je moet in ieder geval niet meteen denken aan sporten.

P: Het kan van alles zijn ja. Het kan ook zijn dat iemand zeg maar heel simpel iets alleen met zijn arm doet, of dat het heel functioneel kan zijn. Als je kijkt naar fitness,

M: Het zou meer richting een beweegcentrum gaan.

M: Uhm, als je kijkt naar de voordelen van bewegen voor de cliënten, voor deze doelgroep. Kun jij enkele voordelen noemen kijkende naar hun gezondheid?

P: Uhm, dat is een heel lijstje.

M: Een aantal is genoeg.

P: Bloedsomloop, botaanmaak. Uhm, conditie sowieso, maar ook gezond ouder worden. ?Uhm minder snel last van hart- en vaatziekten. Of van allerlei chiratische aandoeningen, die je op latere leeftijd krijgt. Uhm, geen last van overgewicht.

M: Dat is opzich al voldoende kijkende naar de gezondheid. En als je kijkt richting naar het sociale aspect? Zijn daar nog voordelen?

P: Als jij samen met iemand kan bewegen is het een sociale bezigheid. En als je ook nog eens mensen daar kunt ontmoeten. Het is bewezen dat een sociaal gebeuren ook meedraagt aan gezond ouder worden. Dus in die zin heb je dan twee dingen in een.

M: Dus als je kijkt naar de voordelen van bewegen. Zijn kijkend naar de gezondheid heel veel, een redelijk lijstje; bloedsomloop, conditie, tegengaan/ verbeteren van hun eigen gewicht.

P: Botaanmaak.

M: Botaanmaak. Kijkende naar het sociale aspect, daar ontmoeten ze in ieder geval ook wel andere mensen. En het is bewezen gezond ouder worden, of in ieder geval bevordert gezond ouder worden.

P: Ja, maar er zijn meerdere factoren. Gezond ouder worden bestaat uit: fysiek, cognitief. En

M: En als je nu gaat kijken richting de cliënt en jullie diensten als fysio. Wordt er door de cliënten veel gebruik gemaakt van jullie?

P: Uhm, ja en nee. DE cliënten die komen, wordt er daarna veel gebruik van gemaakt. Vaak zie je dat er niets na is, dat ze lang blijven omdat ze anders niet gaan bewegen. En wat je vaak ziet dat cliënten vaak te laat naar ons toekomen terwijl eigenlijk het kwaad al geschied is. Dus iemand die voldoende beweegt heeft ook een minder risico op vallen. Dus als iemand een valrisico heeft, dan kwaad tot erger zijn. En dan ben je eigenlijk te laat.

TON: klopt op de deur

P: Hee Ton, je moet eventjes wachten jongen. Goed?

P: Ik kom jou zodadelijk halen.

T: Ik heb geklopt he.

P: Ja, je hebt het heel goed gedaan. Ik kom je over kwartiertje halen, blijf.. Doe maar even koffie drinken, oke?

I: Uhm en als je kijkt naar de klachten van de clienten? Zijn daar dezelfde soort klachten te herkennen?

P: Ja, je ziet voornamelijk valpreventie heel duidelijk naar voren komen. Vooral bij oudere cliënten, en dat komt dus eigenlijk door het niet bewegen of weinig bewegen.

I: Uhm, en zijn er verder nog zaken die opvallen bij de cliënten? Verder nog dingen dat je denkt van dat komt bij meerdere keren voor?

P: Ja, sowieso obesitas is wel een groot deel. Maar goed dat is dan niet zo zo zeer een co mobiliteit. Dus dat is niet dat ze door hoofdzakelijk voor komen, maar als je kijkt naar de gemiddelde client die is eigenlijk te ...

I: En als je kijkt naar de volgende vraag, die is eigenlijk ook al. Komen de clienten aan voldoende bewegen per dag?

P: Nee

I: Ofja zeg maar aan de norm.

P: Dertig minuten per dag bewegen

I: Vijf dagen per week 30 minuten bewegen.

P: Nee, daar komen de clienten zeker niet aan. Ik weet niet of je het Goudonderzoek hebt gelezen, maar daar komt naar voren dat clienten met een verstandelijke beperking en dan volgens mij alleen ouderen. Volgens mij alleen ouderen, dat 17% van alle oudere voldoende beweegt.

I: Uhm, en kun je daar oorzaken voor aanwijzen? Of is dat?

P: Oorzaken, ja vaak is het een stukje van geen tijd vanuit de begeleiding. Dus dat er te weinig om met de clienten een wandeling te maken, of dat ze eigenlijk dan maar vijf minuten gaan wandelen een blokje om. En dat verder activiteiten bestaan uit koffie drinken, snoozen, snoozelen ofzo noemen ze dat. Tekenend, dat is leuk alleen als de tijd op is wordt het wandelen al gauw afgezegd en de makkelijke dingen blijven..

I: Over

P: Die blijven over ja. Tv kijken of wat dan ook. Dus ja daardoor denk ik dat het komt.

I: Dus er wordt te weinig, uhm

P: Geactiveerd

I: Er wordt te weinig actief bewogen in plaats van passie tv kijken.

P: Ja en het is ook wel. Uhm, vaak worden ze hier gehospitaliseerd. Vanuit vroeger is altijd gezegd, ze hebben al zo weinig. Moet je ze dan wel gaan vervelen met bewegen. Of als iemand 90 jaar is, moet die dat dan nog wel doen. Als je iemand laat zitten kan die binnen een week dusdanig ver achteruit zijn gegaan, dat die niet meer kan lopen. Überhaupt niet. Ik denk ook heel vaak dat begeleiding onwetend is, wat de gevolgen zijn..

I: Van te weinig bewegen.

P: Ja, te weinig kennis

I: Ja, die hebben te weinig kennis om ze daadwerkelijk goed te ondersteunen om ze meer te laten bewegen. Of dat ze het niet inzien.

P: Ja, te weinig kennis van wat de gevolgen zijn van niet bewegen of weinig bewegen.

I: Dus als je dan kijkt in ieder geval. Door cliënten wordt er best veel gebruik gemaakt van jullie diensten. Naar jouw mening alleen vaak wel te laat, als het kwaad al is geschied. Voornamelijke klachten zijn het vallen/ valpreventie. Een ander belangrijk iets is obesitas, onder de verstandelijk

P: Ja weet je, je hebt heel veel andere dingen. Maar dat is verschillend. Iemand met een nieuwe of wat dan ook heb je ook wel, maar

I: Hoofdzakelijk zijn dit de belangrijkste

P: Ja zijn dit de belangrijkste dingen die voortkomen uit te weinig bewegen.

I: Uhm, het volgende deel. Als je gaat kijken naar de mogelijkheden die hier op het landpark zijn ten aanzien van de ruimte? Dus ondersteunende ruimtes bij de revalidatie? Zijn er ondersteunende ruimtes waar jullie samen met de cliënt gebruik van kunnen maken om het herstel te bevorderen?

P: Uhm, nou ja we hebben de afdeling fysiotherapie. Waar we dan twee ruimtes hebben, wat je wel heel vaak ziet. We zijn met zijn vijven en dan is het wel vaak passen en meten waar je terecht kan. In die zin je hebt vaak te maken met autistische cliënten of met gedragsproblemen. Sowieso heb je te maken met privacy, dus dan wil je vaak een plekje alleen. Maar dat gaat dan vaak niet. En uhm, op de woonvoorzieningen zelf komen we ook maar daar hebben we niet echt een specifieke ruimte. Vaak op de slaapkamer of wat dan ook. Wat ik heel vaak merk is dat je creatief moet zijn. En uhm, en dan iemand eigenlijk nooit op een fiets kan dus je kan moeilijk conditie trainen. Uhm, en dat dat ook wel een stukje belangrijk is en wat ook niet altijd door ons gedaan hoeft te worden. Dat mis ik wel.

I: En als je kijkt. Wordt er ook samengewerkt met de bewegingsagoge?

P: Nee weinig. Ik merk de bewegingsagoge hebben hun vaste groepjes en die. Om daar een cliënt naar door te verwijzen is vaak moeilijk en dan geven ze aan het vol zit. Dus dat is wel lastig.

I: Dus in principe, als je hier een cliënt aan het behandelen bent en die is meer aan het bewegen, zou dat lijkt mij dat dat een logische vervolgstap kan zijn.

P: Dat zou een logische volgorde zijn. Maar ik heb een client die heeft recidiverende rugklachten, die rugklachten komen altijd terug. Dus die moet eigenlijk standaard bewegen en spierkracht oefeningen doen. Aan de pully en dat soort dingen. Maar dat heeft hij thuis niet, dus hij moet ergens naar toe. Maar hij heeft ook begeleiding nodig, hij kan niet zeg maar de sportschool zeg maar. Maar vanuit de begeleiding kunnen ze niet mee, maar bij beweging kan die niet terecht.

I: Uhm, is daar nog winst te behalen? Ofja om betere doorstroming te krijgen

P: Ik denk het wel. Het ligt er ook een beetje aan wat de plannen zijn van de bewegingstherapeuten omdat die nu bij de activiteitencentra gaan behoren. En ik hoop eigenlijk dat door middel van een mannetje op een soort van centrumpje te zetten dat daar iets meer begeleiding is en dat aan kan sturen. En dan heb je eigenlijk al voldoende begeleiding vaak er moet alleen wel iemand zijn.

I: Dus als je kijkt naar de ruimtes. Uhm, jullie hebben hier twee ruimtes op de fysiotherapie zelf.

P: Ja hier in Biezenmortel. En uhm, buiten het terrein hebben we nog in Raamsdonksveer nog een ruimte. En voor de rest komen we gewoon op de locatie.

I: En als je dan voornamelijk hier kijkt geef je aan dat het hier vooral passen en meten is aangezien je werkt met zijn vijven. En daarnaast op de woonvoorziening dat je creatief om moet gaan om mensen goed te behandelen.

P: En het is opzich geen probleem als je de fitnessactiviteiten zeg maar in een algemene ruimte doet met meerdere. Alleen je moet je wel even terug kunnen trekken. En dat is vaak het probleem.

I: En als je, nu kijkt naar de ideale situatie. Als laatste hierover. Wat zou voor jou de ideale situatie zijn om het herstel van de clienten te bevorderen? Zouden daar dingen toegevoegd moeten worden of zou er iets moeten veranderen?

P: In welke zin?

I: Qua aanbod van het, ofja ruimtes van het bewegen.

P: Het zou gewoon fijn zijn als er op iedere woonvoorziening in ieder geval een ruimte is. Soms moet ik met clienten naar buiten omdat er dan geen ruimte of plek is, of dat je niet alleen met iemand kan zijn. Als er iemand moeite heeft met de begeleiding is dat toch wel lastig. Uhm, en ja ik mis gewoon sommige apparaten. Mis ik die belangrijk zijn.

I: Zoals?

P: Leg press. Een loopband. Uhm, ja we hebben dan een pully. Maar goed die hebben we maar een. Dat zijn wel standaard dingen die belangrijk zijn. Armtrainer wordt vaak gebruikt, dus ja die hebben we ook maar een. Dus als er meerdere clienten op moeten heb je al een

I: Probleem. Uhm en als je kijkt naar de ideale situatie ten aanzien van het bewegen en de gezondheid van de client? Hoe zou jij die het beste ofja meest ideaal zien?

P: De gezondheid van de client qua bewegen.

I: Ja.

P: Dat iedere client minstens een half uur per dag beweegt. Maar dat dan wel verdeeld over drie keer tien minuten bijvoorbeeld. Als je een half uur per dag beweegt is prima, is goed alleen als ie voor de rest de hele dag stil zit heb je er nog vrij weinig aan.

I: Vrij weinig aan. Dus structureel op verschillende momenten van de dag.

P: Ja en eigenlijk zeggen ze dat je naar tien minuten pas de bloedsomloop, botaanmaak en vetverbranding op gang brengt zeg maar. Dus in die zin zou je dus wel aan de tien minuten moeten komen.

I: Laatste stukje. Heeft iets meer betrekking op mijn onderzoek om te kijken naar de mogelijkheid of het haalbaar is voor een fitnesscentrum/ beweegcentrum. Hoe sta jij als fysio tegenover de komst van een mogelijk beweegcentrum op het terrein?

P: Ik dat dat alleen maar goed is.

I: Om

P: Om, om zo'n beweegcentrum te hebben om een meer mogelijkheden te hebben om te bewegen. En meer mogelijkheden tot samenwerken te hebben met de bewegingstherapie. Dat er meer mogelijkheid is om voor cliënten om te bewegen, zelfstandig zodat wij daar niet alleen maar voor nodig zijn. Zodat je zo zeer continu die chronische cliënten blijft houden maar dat je echt ruimte houdt voor de noodzakelijke dingen.

I: Denk je dat het een mogelijkheid is om cliënten meer aan het bewegen te krijgen?

P: Ik denk het wel, ja

I: Zijn er nog zaken waarvan jij denkt of daar moet echt rekening mee gehouden moeten worden? Als je kijkt naar het niveau van de cliënten.

P: Er moet wel voldoende begeleiding zijn in zo'n beweegcentrum. Het moet centraal liggen, want anders geeft de begeleiding aan ik kan hem daar niet heen brengen, want het is te ver ofzo iets. Uhm, het moet eigenlijk aantrekkelijk gemaakt worden, het moet positief zijn en leuk zijn. Zodat de cliënt en de begeleiding er allebei iets aan heeft.

I: Dat is uiteindelijk ook het doel dat in ieder geval de cliënten hun gezondheid er op vooruit gaat. Dat hun in ieder geval meer aan het bewegen komen. En daarnaast zou het mooi meegenomen zijn als de begeleiders ook die stap kan maken.

P: Wat je vaak ziet is dat de client toch vaak de begeleiding volgt. Je moet zelf maar op dieet zijn en je moeder eet een slagroomtaart en die zegt tegen jou dat jij geen slagroomtaart mag. Je moet wel het goede voorbeeld geven, en daar loop je hier wel vaak tegen aan. Dat ze gebracht worden met de auto, terwijl ze meer moeten bewegen. Terwijl ze gewoon hier op het terrein wonen en dan hier naartoe komen voor onderzoek en met de auto komen. En dan denk

ik ja dan had je eigenlijk met de fiets of lopend moeten gaan. En dat zijn de kleine dingen die eigenlijk belangrijk zijn. Het gaat niet om een beweegcentrum of wat dan ook, maar meer om het functioneel bewegen.

I: Daar zijn nog heel veel stappen in te maken en daarin moet de begeleiding in ieder geval naar jou inzien ook in mee worden genomen.

P: Ik denk dat het meer een algemeen plaatje moet zijn en dat het beweegcentrum een mooie toevoeging is en dat begeleiding in moet zien dat cliënten daadwerkelijk meer moeten gaan bewegen. Je kunt wel zo'n mooi centrum hebben maar als ze niet inzien dat ze meer moeten bewegen dan werkt het niet.

I: Dat klopt. Dus kortom jij juicht zo'n beweegcentrum toe om meer samen te werken tussen jullie en de bewegingstherapeuten. Uhm, cliënten kunnen eventueel zelfstandig gaan sporten, bewegen/sporten. Het is alleen wel belangrijk om samen inclusief ook de begeleiders algeheel het functioneel bewegen te verhogen om en daarbij kan een fitnesscentrum helpen om de cliënten een betere gezondheid te geven.

P: Ja dat denk ik wel.

I: Dankjewel, bedankt voor je tijd.

P: Graag gedaan. Ik hoop dat het erop staat.

Interviewer: Marnick Muskens
Geïnterviewde: Luuk van Gestel
Functie: bewegingsagoog stichting Prisma
Datum: 04-09-2015
Tijd: 11.00u- 11.30u

Marnick: Allereerst Luuk, je functie als bewegingsagoog wat zijn je dagelijkse bezigheden en kun je heel kort je functie omschrijven?

Luuk: Nou wij zijn bewegingsagoge Maikel en ik, Maikel van Bragt is dat in dit geval. Uhm..wij zorgen eigenlijk voor beweging met de cliënten, zoveel mogelijk cliënten. Dat is het belangrijkste wat er is. Dit doen wij door verschillende dingen, wij doen eh..wij organiseren bijvoorbeeld sportdagen, dat wordt gedaan door ROC Tilburg waar wij ook mee samenwerken. Wat doen wij daarin nog meer? Wij doen dagelijks oefeningen met de cliënten, door gewoon in de gymzaal te bewegen met de cliënten. Dit doen wij nu door de week lang. Ondertussen zijn wij ook met andere projecten bezig, zoals een project is dat we naar AC's toegaan, daar gaan we bewegen toevoegen bij het programma proberen en daar gaan ze de begeleiding gaat daarmee door. Wij gaan door bijvoorbeeld twee weken heen en vervolgens komen er vier weken lang bakken te staan. Met die bakken kunnen ze bijvoorbeeld zitten mediakaarten in en met die volgen ze door. Dat is weer een project van ons. En verder willen we nog een aantal projectjes met bewegen, alleen die zijn nog....

Marnick: Het komt er in ieder geval allemaal op neer, uhm..de dingen die jullie doen het doel om cliënten meer aan het bewegen te krijgen.

Luuk: Cliënten minimaal een half uur per week, per dag zelfs eigenlijk aan het bewegen te krijgen.

Marnick: Uhm, en als we het hebben over bewegen. Voor deze doelgroep specifiek. Wat versta je hieronder, in dit geval onder bewegen.

L: Eh, is maar..

M: Het is dat we het in het vervolg van het gesprek dat we het in ieder geval over hetzelfde hebben.

L: Eh het ligt natuurlijk heel erg aan het niveau. De ene kan een hele sport beoefenen en zit bijvoorbeeld hier bij het G- team. En een ander iemand kan eh heel licht bewegen en die kan misschien alleen zijn schouders, schoudergewrichten die nog beweegbaar is. Uh..zo doen we bijvoorbeeld ook in het zwembad in Tilburg, daar zitten we ook. En daar kunnen we dan ook bewegen. Eh ja en dat is meestal voor wat lager niveau, waarmee we de schoudergewrichten los proberen te krijgen.

M: Ja, in dit geval vanaf nu. Uhm, gaat het er mij in ieder geval om bewegen naar de lichte handelingen per cliënt. Om te kijken om te kijken wat is er mogelijk, echt sporten hoeft van mij niet perse. Het gaat er mij om om hun dagelijkse handelingen iets meer kunnen gaan bewegen.

Marnick: Als we het dan hebben over de voordelen van bewegen voor de cliënten. Uhm kun jij enkele voordelen noemen die in ieder geval, waaruit blijkt dat cliënten er voordeel bij

hebben om in ieder geval voldoende te bewegen?

L: Bewegen is sowieso altijd goed voor je, dat is een ding wat voor op staat. Beweging is belangrijk omdat je met beweging het bevorderen en behouden van je spiergewrichten eigenlijk beter kunt bevorderen. Uhm.. ja Je hebt zoveel mogelijk dingen. Eh het is de meeste cliënten worden er vrolijk van, dus je krijgt een positieve uitstraling van het bewegen. En zo ja..

M: Zo kun je heel lang door gaan.

L: Zo kun je heel heel lang door gaan ja.

M: Ja en dan zeker nu. Eh ja.. Het bevorderen van de spiergewrichten heeft betrekking op de gezondheid. Ze worden er vrolijk van ze hebben plezier op de sociale kant. Kun jij nog een belangrijk, ofja wat jij een belangrijk voordeel vindt, voordeel ten aanzien van de gezondheid van de cliënt aangeven?

L: Nou ja, met als ze voeding gaan gebruiken met d gezondheid. Eh ja, hoe meer je beweegt hoe je gezonder daarin ook wordt. En daarmee kom je tot het bevorderen van ja, hoe lekkerder je vel komen te zitten. Zoals eigenlijk ons thema inhoudt.

M: Dat is helemaal helder en duidelijk.

M: Als je gaat kijken naar de beweegmogelijkheden op het landpark. Welke beweegmogelijkheden zijn er voor de cliënten op dit moment?

L: Ja, ze kunnen bij ons terecht voor een beweegprogramma een keer per week. Er wordt gedaan aan G-team, wielrenclubje dat een keer per jaar de Mont Ventoux. Een keer per jaar de sportdag, nationale sportweek zoals dat heet. Niet alleen voor cliënten maar ook voor basisscholen. Georganiseerd door ROC Tilburg. En even kijken, ja en de projecten die wij dan houden tegenwoordig bij de AC's, activiteitencentra's.

M: Uhm, en als je dan gaat kijken naar de beweegmogelijkheden buiten het landpark. Zijn daar ook nog, wordt daar ook gebruik van gemaakt?

L: Uhm, met de projecten gaan wij sowieso over een tijdje naar buiten toe. Dat gebeurt ook steeds meer. En we zullen uiteindelijk naar buiten toe moeten treden, en zoveel mogelijk cliënten van Prisma door heel Brabant ..Eh ja..laten bewegen.

M: Zoals je net zei, werd er met een groepje gingen ze hier in Tilburg zwemmen. Bij de Drieburcht denk ik dan? Of bij Stappegoor maar dat maakt niet veel uit.

L: Uhm nee wij zitten bij Amarant, daar hebben we een samenwerkingsverband mee. Dat huren wij af naar mijn weten.

M: Zijn er zo nog meerdere voorbeelden met een groepje bewegen elders?

L: Ik weet dat, ik weet niet hoe het zwembad heet, dat er een groepje ergens hier ook nog waarheen gaat. Durf alleen niet te zeggen waar dat is. Die zijn niet bij ons actief dus dan weten wij daar verder niet veel vanaf.

M: Zijn er verder nog op de woonvoorzieningen zelf nog beweegmogelijkheden? In hun eigen woonruimte? Wordt daar op dit moment iets mee gedaan.

L: Uhm, wij zeggen automatisch ja er is altijd beweging. Of een client nu uit zijn stoel moet opstaan en de afwas moet gaan doen is eigenlijk al beweging. Dus hoe kun je dan functioneren door het niet zelf te gaan doen, maar doe een client bijvoorbeeld iets te laten doen.

M: dus kortom beweegprogramma's hier op het landpark zelf zijn er redelijk veel. Een G-team heb je hier, het beweegprogramma in de gymzaal zelf.

L: Een wandel driedaagse.

M: Een wandel driedaagse.

L: Zo zijn er vast nog veel meer dingen.

M: als je gaat kijken naar de externe dingen buiten het park, uhm prisma zal steeds meer naar buiten moeten om daar de cliënt ook te ondersteunen. En op de woonvoorziening zelf is er in ieder geval altijd volgens jullie altijd ruimte om te bewegen, dan is het alleen de taak om te kijken hoe wordt daar goed mee omgegaan.

M: Uhm. Gebruik maken door de cliënten van de verschillende sportmogelijkheden. Wat is het streven per cliënt als je gaat kijken naar voldoende bewegen?

L: Voor ons is het streven zoals ik net al zei om een half uur per dag dat ze echt bewegen. Mara voor ons is het misschien wel belangrijker dat ze kleine bewegingen onbewuste bewegingen, zoals zelf de afwas doen enzo. Dat dat er steeds meer in komt. Dat de begeleiding ziet dat de cliënten daar beter van worden en dat ze zelf meer gaan doen.

M: Ja en als je dan de vertaalslag gaat maken naar eh de woonvoorziening. In hoeverre zijn de begeleiders ermee bezig om de cliënten te stimuleren om te bewegen?

L: Ik geloof dat ze hun uiterste best doen, alleen als wij komen kijken of we komen een keer de hulp aanbieden om meer beweging te krijgen. Dan zien wij toch wel bepaalde puntjes, zien wij die natuurlijk omdat wij daar op..

M: Mee bezig zijn op dat moment.

L: Ja wij zijn daar echt mee bezig. En je ziet het steeds meer en ze gaan ook zelf steeds meer bewust worden wat bewegen nou inhoudt.

M: Maar daar zijn in ieder geval hier naar jullie inziens nog heel veel stappen in te maken om de cliënten?

L: We kunnen daarin zeker nog veel stappen maken ja.

M: En is het dan de begeleiders de kennis niet hebben of niet willen? Ofja geen tijd hebben?

L: Het zal zeker te makken hebben met de tijd. Dat is in deze grote tijd van de zorg en alles is dat nu ook. Dus het zal wel te maken hebben met de tijd. Sommige hebben de kennis er ook niet van, maar over het algemeen ga ik dat niet zeggen want dat weet ik niet. Dus ik denk bij mezelf dat het tijd en kennis is.

I: En als je gaat kijken, wat zou er veranderd moeten worden om in ieder geval de cliënten binnen de woonvoorziening meer aan het bewegen te krijgen?

P: Ja, daar is ons project nou voor. Eh, en daarmee zin wij ook onderweg en wij zijn daar nou vier weken mee onderweg dus nou. Dat is nog even afwachten hoe dat zich gaat vorderen en hoe dat ja er over tien weken eruit ziet.

I: Ja. Dus daar wordt

P: aan gewerkt

I: Aan gewerkt. In ieder geval zijn jullie er hard mee bezig om in ieder geval de begeleiders er bewust van te maken dat bewegen goed voor je is voor de cliënten.

I: als je gaat kijken naar de ideale situatie, wat zou voor jullie de ideale situatie zijn voor de cliënt om ze te laten bewegen? Zijn daar, missen jullie hiervoor dingen op het landpark zelf?

P: Uhm, ja wij missen materiaal sowieso. Voor ons is het essentieel om kleine materialen te hebben maar wel zinnerlijke, maar die wel zinnerlijk inspelen. Een bal met geluid voorbeeld, waardoor je niet alleen een bal die rolt hebt maar ook die herrie maakt. Dat is voor een cliënt vaak belangrijker, want dan wordt het gezien als leuk.

I: Uhm, en daarnaast. Als je kijkt naar bewegingsmogelijkheden, zijn er nog dingen/voorziening die je perse moet toevoegen hier? Ondanks of het haalbaar is om het bewegen te stimuleren.

P: We zouden ten alle tijden kunnen kijken naar wat de mogelijkheden zijn. Als dat niet ligt bij de kleine bewegingen, dan kunnen we het altijd uitbreiden naar minimale of misschien andere mogelijkheden. Maar je kunt er altijd uit zien te komen.

I: Uhm, ten slotte. Als einde. Mijn onderzoek gaat in ieder geval ook over om te kijken naar de haalbaarheid van een fitness/beweeg/sportcentrum hoe je het noemen wil hier. Hoe sta jij daar als bewegingsagoog tegenover?

P: Wij staan daar heel goed tegenover. Wij zijn er zelf ook in onderzoek mee geweest. Ik heb hier al alles bij elkaar. We zijn met het bedrijf Matrix aan de gang en daarmee hebben we al een paar gesprekken gehad. En uh, en zodoende zijn we ook tot een paar dingen gekomen. Wij staan er goed tegenover, omdat wij denken dat met loopvormen/fietsen dat je veel meer interactie krijgt. Ondertussen dat je alleen maar het cardio gedeelte en een klein beetje kracht voor sommige, dan heb je al een gezondere leefstijl. En dat hoort er ook gewoon bij in het leven. En ik denk dat je met een fitnesszaal niet alleen de cliënten bevordert, maar ook de medewerkers mee krijgt.

I: Zeker weten. Ik denk dat in ieder geval ook, maar dat gaat het onderzoek uitwijzen. En als je gaat kijken naar de lagere niveaus cliënten hier. Kunnen die daar ook gebruik van maken?

Of is daar nog winst te behalen?

P: We hebben speciaal gekeken naar de cliënt ook met de gesprekken die we hebben gehad. In dit geval was dit met Bastiaan Periolie, die heeft dus ook gekeken naar wat zijn de mogelijkheden voor iemand die dan in een rolstoel zit. Dus we hebben al gekeken naar loopbanden met langere zijkanalen, in plaats van dat je een heel looprek neer moet zetten. Dus we hebben al specifiek proberen te kijken naar welke materialen/ apparaten er kunnen komen.

I: Dus kortom in ieder geval is het voor de lagere niveaus ook een mogelijkheid om eventueel in ieder geval te stimuleren om meer te bewegen.

P: Jazeker.

I: Dus voor de cliënt zou het eventueel een mogelijkheid zijn ongedacht of ze er wel of niet voor open staan om het sport en bewegen in ieder geval te stimuleren. Om aan te sporen om meer te gaan bewegen.

P: Je moet altijd wel kijken naar vindt de cliënt het goed en mag het van de familie. En daar moet ook naar gekeken worden en dat is een luistervraag. En daar moet op geanticipeerd worden. Wil een cliënt het dan moet je het gelijk aanpakken en gewoon gaan kijken naar wat kun je doen. Is het niet in de fitnesszaal dan kun je misschien daar buiten hard gaan lopen.

I: Dus afhankelijk van of de familie ervoor open staat, is het mogelijk om een cliënt iets meer aan het bewegen sporten/bewegen te krijgen. Jullie staan daar in ieder geval positief tegenover.

P: Ja, liefste nu al.

I: In ieder geval dankjewel, dit was mijn gedeelte.

P: Graag gedaan.

Interview Marnick Muskens

Geïnterviewde: Leny van Moorsel

Functie: dietiste stichting Prisma

Locatie: Gezondheidscentrum landpark Assisië

Datum: 02-09-2015

Tijd: 14.00u-14.30u

I: Uh, eigenlijk allereerst, wat zijn de dagelijkse bezigheden hier als diëtiste binnen Prisma?

P: Uh, ik heb uh zes tot acht[geroezemoes] want we zijn nu nog met twee diëtistes. Uh, dus ik ben niet dagelijks hier, uh. Ik probeer het twee keer per week minimaal toch wel aanwezig te zijn. Maar soms ook wel dat ik maar een keer in de week hier ben en dan uh, door op een andere dag zeg maar naar een woonvoorziening ga, omdat het natuurlijk over heel Brabant verspreid zit. En als ik naar een woonvoorziening ga, dan ben ik daar altijd op afspraak. Hier ben ik ooit wel eens alleen om dingen uit te werken of net zoals daarnet hè, met de logo dingen te bespreken, maar dat is meer op het curatieve vlak als ik hier met paramedici overleg heb, of uh zeker, zodat ik weet hoe de voeding aangepast kan worden. Zodat ik weet wat iemand wel of niet kan hebben.

I: Hebben. Uhm, tijdens de gesprekken zal ik het regelmatig over bewegen hebben. Wat versta jij eigenlijk onder de definitie bewegen?

P: Bewegen zie ik heel breed. Zeker voor deze doelgroep. Als is het maar dat ze opstaan, zelfstandig naar het toilet gaan en weer terugkomen. Ook voor ouderen he, die natuurlijk op een gegeven moment steeds minder kunnen gaan bewegen vanwege slijtage, maar ook ouderdom of dementie. Maar zelfs iedere stap vind ik dan passen in beweging. Voor jongeren geldt natuurlijk, heb je hogere eisen hè, dat je van naast hetgeen dat je zoal doet in het dagelijks leven, probeer ik altijd wel ze aan te moedigen om ook nog iets aan sport te doen, uh wat ze leuk vinden, of gewoon te wandelen of te zwemmen of te fietsen, maar daar iets meer uitdaging voor te zoeken.

I: Dat is prima. Want dan hebben we het in ieder geval over het zelfde soort bewegen. Want ik wil het in ieder geval nu tijdens dit gesprek hebben over uhm, met de definitie bewegen; bij lichte inspanning, dagelijks handelingen, in ieder geval zeker voor deze doelgroep,

P: Ja, uhum.

I: Dus niet dat dadelijk de koppeling gemaakt gaat worden naar het sporten, want dat is bij deze doelgroep in ieder geval niet echt aan de orde.

P: Nee, nee

I: En als je nou kijkt naar de relatie tussen voeding en bewegen binnen de diëtetiek? Hoe zit dat?

P: Uh, nou kijk, wat voor verandering dat valt dan nog wel mee of tegen, net wat je eigenlijk voor ogen hebt. Vooral vind ik bewegen eigenlijk belangrijk omdat ze zich natuurlijk wel fitter voelen. Het is ook wel beter voor de stoelgang. Dus hè, als ze wat meer bewegen is er vaak minder problemen met de slechte stoelgang, dat ze makkelijker naar het toilet kunnen. Dat zie ik als voordeel. Ook minder mogelijke doorligplekjes als ze meer in beweging zijn,

vanwege de doorbloeding. Dus dat zijn eigenlijk heel veel dingen die je wel met diëtetiek in verband brengt. Uh, want wij zeggen altijd als mensen decubitus hebben van eh je kan wel alleen een hoop eiwitten erin stoppen om die wond te dichten, maar ook heel erg belangrijk om te kijken van wisselgeving of uh toch iemand uit die stoel halen, om die druk eraf te halen. Dus dan komt ook beweging daar weer om de hoek kijken.

I: Uhm, dan gaan we nu even een koppeling maken richting de cliënten hier. Als je kijkt naar het voedingspatroon, uh, van de gemiddelde cliënt; uhm, hoofdmaaltijden, hoe zien die er over het algemeen uit? Zijn daar richtlijnen voor?

P: Er zijn wel richtlijnen hè, hoofdmaaltijden van minimale hoeveelheid groente, vlees en zetmeel. Die drie componenten zitten altijd in de hoofdmaaltijd uhm, als tenminste de woonvoorziening zo'n maaltijd besteld. Soms in het weekend wordt ook wel daar vanaf geweken, dan uh ze kunnen zelf koken en dan kan er ook wel eens friet op het menu staan. En dan kan er ook wel eens friet op het menu staan en dan is het alleen maar friet met een kroket bijvoorbeeld, dus dan mis je de groente. Of dat ze pannenkoeken, nou ja allerlei mogelijkheden, maar gewoon doordeweeks hebben ze vaak wel wel de a petito maaltijden, dus de kant en klaar maaltijden, en die voldoen natuurlijk wel aan voorwaardeneisen. Van zoveel gram groente, vlees. En een minimale hoeveelheid groente zit toch wel tussen de 100, 125 gram groente. Is aan de krappe kant voor sommigen, maar sommigen ook wel weer....

I: En als je kijkt naar tussendoortjes en overige lekkernijen?

P: Uh, dat is heel erg afhankelijk van de woonvoorziening, denk ik. Sommige woonvoorzieningen hebben best wel veel allerlei koeken en chips en dat soort dingen op voorraad liggen. En er zijn ook woonvoorzieningen die zich meer richten op gezonder tussendoortjes zoals fruit of fruitsalade maken of iets dergelijks. Dus dat staat of valt denk ik wel met de visie van zo'n woongroep, hoe die daar zelf achter staan. En dan denk ik een beetje de populatie, want je hebt natuurlijk hier op Biezenmortel heb je jongeren zitten en je hebt een ouderengroep hè, dus ook daar pas je dan je tussendoortjes ook wel een beetje op aan, ja.

I: Uhm, dus de verantwoordelijk ligt in dit principe dus uh bij de woongroep wat betreft het uhm het houden aan de voedingsvoorschriften?

P: Nou, de verantwoordelijkheid... Eigenlijk is er de gezamenlijke verantwoordelijk, vind ik hè. Als instelling moet je zorgen dat mensen goed gevoed worden. En goede voeding betekent niet alleen maar van dat ze uh ondervoed raken, maar ook voorkomen dat ze overvoed raken hè, dus dat ze uh aankomen in gewicht.

I: Dat ze overgewicht gaan krijgen.

P: Ja, overgewicht, precies. En eh, dat is soms wel een lastige, maar eigenlijk zijn we daar als als stichting of als, ja stichting is het, allemaal verantwoordelijk voor. Dus iedereen draagt daar zijn steentje toe bij. Eh, alleen, hebben mensen natuurlijk nog eigen verantwoordelijkheid, maar dat is moeilijk hè met deze doelgroep, maar sommigen kunnen duidelijk aangeven wat ze wel en niet willen. Uh, en eh, wij zeggen hier altijd van, zo normaal als mogelijk. Dus eh, sommige cliënten kun je daar ook niet helemaal in beperken. Die probeer je wel te sturen, maar sommige hebben toch zoveel eigen wil of geven heel duidelijk aan wat ze wel of niet willen, dat je dat voor een deel ook in meeneemt ja.

I: Oké, dus kortom, de hoofdmaaltijden wordt er duidelijk rekening gehouden met richtlijnen en

P: Ja.

I: En zeg maar groente, zetmeel. Uhm, als je kijkt naar de tussendoortjes is dat eigenlijk afhankelijk van de woonvoorziening en in dit geval van uhm zijn, liggen er veel chips, koekjes et cetera of wordt er meer gericht richting fruit of salades.

P: Uhum.

I: Uhm, en jullie zijn samen, in ieder geval als stichting ben je daar verantwoordelijk voor, dat de cliënt in ieder geval aan voldoende voedingsstoffen gaat komen.

P: Ja.

I: Uhm, maar gaan we even een omschakeling maken richting de cliënt en het bewegen. Uhm, zijn er richtlijnen hoeveel een cliënt moet bewegen, afhankelijk van binnen de mogelijkheden? Dus..

P: Vanuit uhm, richtlijnen vanuit de stichting zelf of bedoel jij...?

I: Meer vanuit de diëtik zelf.

P: Oh, vanuit de diëtik.

I: Vanuit jullie oogpunt gezien.

P: Alleen als wij zeg maar betrokken zijn of worden hè, bij een cliënt dan uh neem ik dat stukje altijd wel mee van uh; wat doet iemand aan bewegen? Al is het alleen maar al om in te kunnen schatten wat iemand zijn energiebehoefte is. Iemand die heel beweeglijk is, een bepaald spasme heeft of heel druk is, die zal meer verbruiken dan iemand die heel stil, in de stoel, en nauwelijks tot bewegen in staat is. Uh, als iemand af moet vallen, dan kijk ik altijd van; wat doet iemand aan beweging? Kunnen we die misschien nog meer laten bewegen? Hebben we hier misschien iets van een fiets staan, zou die daar op willen? Kunnen jullie met hem gaan lopen, wandelen? Dus dan bekijk ik op die manier wel van, kunnen we iemand nog meer aan bewegen krijgen.

I: En als je het dan bekijkt vanuit uh Prisma zelf? Zijn daar richtlijnen voor, om de cliënten te stimuleren ten aanzien van het bewegen?

P: Dat is net als met gezonde voeding, eigenlijk probeer je wel die gezonde leefstijl, waar ook het bewegen wel bij hoort, dat moeten we ook met z'n allen weer uitdragen, maar of dat gebeurt, dat denken wij van niet. Dus vandaar ook de vraag of verzoeken van; zoek eens uit of hier zo'n beweegcentrum op poten te tillen.

I: Ja, uhm, en als je dan kijkt in de richting, vanuit jullie kant; is het dan mogelijk om de cliënten bewust aan het bewegen te krijgen in hun dagelijkse bezigheden?

P: Ik denk het wel, als daar meer, met z'n allen, meer een belang, ik denk niet dat er altijd het

belang van wordt ingezien. Uh, misschien ook tijdens, we hebben allemaal een beperkte hoeveelheid tijd hè, dus het is maar van net van uh, hoeveel tijd wil je ergens in steken? Maar ik denk dat dat wel meer mogelijk is dan dat dat nu gebeurt.

I: Dus kortom, als je met z'n allen het belang in gaat zien van meer bewegen, iets bewuster er mee bezig zijn, uhm, is het mogelijk om de cliënten in elk geval binnen hun mogelijkheden meer aan het bewegen te krijgen.

P: Nou, dat denk ik wel, ja ja. Als de begeleiders zouden zien van, iemand waar heel veel onrust of boosheid of wat dan is, en je zou zo iemand meer kunnen laten bewegen, en het geeft hij wordt daar rustiger van zeg maar, dan zie je meteen ook het belang van iets in van bewegen. En dan denk ik zeker dat het ook wel vaker wordt gebruikt.

I: En worden jullie dan, met de cliënt waar jullie niet bij in aanraking komen, uhm, worden jullie daarin gepasseerd ten aanzien van het bewegen?

P: Ik denk dat wij als diëtisten zeg maar nog vooral gezien worden van ondervoed of overvoed of een probleem met eten en drinken, maar bewegen dat uh, alleen maar sec bewegen, ik denk niet dat we daar voor geconsulteerd worden, nee.

I: Uhm, volgende gedeelte, als je gaat kijken naar de voordelen van voldoende bewegen specifiek voor deze doelgroep. Wat zijn voordelen voor deze doelgroep? Van voldoende bewegen.

P: Van voldoende bewegen. Uh, een paar heb ik al genoemd hè, van uh betere stoelgang zit ik dan aan te denken, voor sommigen kan het doorligplekjes voorkomen, uh sommigen kunnen er rustig van worden, uh een hoger energieverbruik wat voor sommigen wel een voordeel heeft omdat ze steeds zwaarder worden. Uhm, een betere doorbloeding, dat ze zich ook fitter nou lekkerder in hun vel voelen als ze wat meer zouden bewegen. Net zoals wij dat ook eigenlijk hebben, als we meer bewegen voelen we ons energieverder dan als je een paar dagen op de bank hebt gehangen.

I: Ja. En als je gaat kijken naar het sociale aspect? Dus buiten de gezondheidsprincipes die in ieder geval naar mijn mening duidelijk genoeg zijn. Uhm, kan het in ieder geval richting het sociale aspect ook voordelen op leveren voor hun, of ...

P: Nou, dat zal heel erg afhankelijk zijn van de cliënt. Want sommige die, is het sociale aspect heel belangrijk en andere die moeten juist weer prikkelarme omgeving, omdat ze anders te veel geprikkeld worden. Dus dat zal heel erg afhankelijk zijn van het type cliënt denk ik. Maar voor een deel zal dat zeker waar zijn, uh, ja.

I: Uh, en dus, uh, naar jou mening worden er de voordelen op dit moment te weinig ingezien door begeleiders of iets dergelijks om ze te weinig te bewegen? Dat ze te weinig gestimuleerd worden?

P: Ik denk dat te weinig uh, in principe te weinig, onvoldoende tijd hebben daarvoor of het belang niet altijd goed voor ogen hebben. Ja, ik denk dat die twee wel het belangrijkste zijn.

I: Dus, kortom, hier is dus ook met z'n alleen nog voldoende uit te halen.

P: Ja.

I: Door juist de voordelen van het bewegen nog eens te benadrukken.

P: Ja.

I: Door zowel te kijken naar hun gezondheid of juist het sociale aspect of niet, maar dat ze in ieder geval wel per cliënt, bij hun eigen doel wel de juiste voordelen er van in gaan zien.

P: Ja.

I: Uhm, als je kijkt naar ontwikkelingen op het gebied van bewegen en diëtik, bij deze doelgroep, is dat de afgelopen jaren veel in veranderd of zijn daar trends in?

P: Nou, wat wel binnen, en dan heb ik het even niet alleen over deze doelgroep, maar algemeen wel dat er steeds meer gekeken wordt naar, het bewegen zeg maar meegenomen wordt in de hele leefstijl van mensen. Ik denk dat dat bijna iedere diëtist wel doet, omdat dat juist altijd gecombineerd moet worden. En niet eens zo direct voor dat je dan zoveel meer gaat verbranden, maar vooral eigenlijk dat je je energiekeker voelt. Daardoor beter in je vel komt zitten, wanneer je beter in je vel voelt zitten, ben je sterker, meer opgewassen om de verleiding te weerstaan, dus het heeft allemaal toch invloed op elkaar.

I: Invloed op elkaar.

P: En wat ik meestal wel meeneem, is ook wel niet alleen maar conditie, en dat zal bij deze doelgroep minder zijn, maar enerzijds een beetje werken aan de conditie en anderzijds ook spierversterkende oefeningen, want als je meer spiermassa hebt, dan heb je een hogere verbranding en dan heb je een andere stofwisseling. En dat gaat dag en nacht door, dus dan kan je meer brandstof tot je nemen, dus dat is alleen maar positief uh.

I: Ja, en hoe zien jullie, of in ieder geval, de ideale situatie? Voor de cliënten, ten aanzien van diëtik en bewegen? Zijn daar nog?

P: Benadering bedoel je?

I: Ja, de ideale situatie, waar zou je het liefste naartoe willen ten aanzien van de cliënten?

P: Uhm, ik heb wel eens zo zitten nadenken. Het zou mooi zijn als je hier een soort van uhm overkapte speeltuin hebt, zo moet ik het dan maar zien, voor deze doelgroep. Wat heel uitnodigend, met, eruit ziet; hier wil ik wel iets op gaan doen, zoals kinderen ook nieuwsgierig zijn naar toestellen om daar van gebruik te maken. Die wel heel veilig zijn, maar toch uitnodigen om te bewegen.

I: Om te bewegen. Dus kortom, de afgelopen jaren is er in ieder geval een leefstijlverandering plaatsgevonden. Meer bewegen binnen de diëtik is daarin belangrijker geworden.

P: Ja.

I: En als je kijkt naar de ideale situatie voor deze cliënten, zou jij graag iets van een speeltuin,

of ja een speeltuin, in ieder geval uitnodigend, een uitnodigende plaats zien waarin de cliënten veilig en op een eenvoudige, toegankelijke manier meer aan het bewegen kunnen komen

I: Het laatste onderdeel, het laatste stukje. Als je gaat kijken vanuit de diëtiëk, uh, mogelijk naar het doel van het onderzoek om hier een sportaanbod uit te breiden, uh, met als kijk om een beweegcentrum, sportcentrum, fitnesscentrum. Uhm, hoe staan jullie daar tegenover? Hoe sta jij daar tegenover?

P: Nou, dat is heel positief, ja. Ik zou dat geweldig vinden als dat mogelijk zou zijn.

I: En denk je dat dat inderdaad een mogelijkheid is om de cliënten, binnen hun mogelijkheid, meer aan het bewegen of sporten te krijgen?

P: Ja, als dat goed aangepakt wordt hè, dus de medewerkers daar in meenemen, dat zij vooral ook uit het belang ervan inzien, dan denk ik dat het heel positief kan werken.

I: En daarnaast kan het voor jullie als diëtist ook nog een belangrijke functie hebben, om uiteindelijk daar een groot centrum of iets dergelijks van te maken, waar jullie dan ook nauw betrokken bij zullen worden. Daarnaast is het ook een mogelijkheid om de leefbaarheid hier te vergroten, om meer mensen van buiten af richting ja, dit landpark te krijgen.

P: Uhum.

I: Uhm, denk je dat dat uhm, een fitnesscentrum daar uhm, beter van kan worden of ...?

P: Uhm, ja ik weet alleen niet of dat zal gebeuren, of mensen van buiten hier naartoe komen, dat kan ik moeilijk inschatten, want er zijn natuurlijk inmiddels al zo veel sportcentra overal bijgekomen, dat uhm ja. Mensen zoeken vaak toch iets dat dicht bij huis is, dus.

I: Ja, dat klopt. Dat is ook een van de dingen die we gaan onderzoeken, of daar vraag naar is.

P: Ja.

I: En van daaruit kijken of en hoe hier überhaupt cliënten en medewerkers er tegenover staan.

P: Ja. Wel van de woonvoorzieningen die hier in de buurt zitten.

I: Die kunnen hier wel gebruik van maken.

P: Precies.

I: Dus, kortom, eventueel uitbreiden van een sportaanbod met fitnesscentrum; uh, positief, prima, alleen de taak is wel om dat goed aan te pakken en de juiste medewerkers zo te sturen dat ze ook echt het belang ervan inzien om de cliënten te stimuleren.

P: Ja, wat wel misschien een mogelijkheid is, van mensen van buiten hier binnen laten bewegen, dat weet ik niet of dat gaat lukken, maar wel natuurlijk de medewerkers. Waarom zouden die niet vooral hier meer kunnen gaan sporten? Al is het maar even tussendoor, een pauze of voor het werk of na het werk, dat ze gewoon ook hier een fitness...

I: Dat is ook zeker een doelgroep die op het lijstje staat om ook mee te nemen. Uh, om van daaruit te kijken; is het levensvatbaar?

P: Ja.

I: Uh, dus tot slot heb ik nou één vraag. Als je nou drie uhm sport/bewegingsvoorzieningen op zou moeten noemen die hier op het landpark geplaatst zouden kunnen worden. Binnen, wat zou dat dan voor jou zijn, binnen kijken naar bewegen en diëtiëk voor de cliënten?

P: Dan moet uh...

I: Noem maar iets, een voetbalveld zou zijn, of een tennisveld, zwembad, speeltuin.

P: Ik denk eerder aan een soort van speeltuin. Ik heb wel eens ooit op tv gezien, dat was voor een verpleeghuis of in ieder geval voor ouderen, en daar hadden ze buiten wat toestellen, maar zo gemaakt dat ouderen daar dan wat gingen doen hè, als een soort van, niet zo'n modern apparaat als een crosstrainer, maar iets iets wat er leuk uit ziet maar wel met bewegen. Een soort van speelgoedachtige attributen denk ik dan aan, ja.

I: Nou, dat wordt in ieder geval meegenomen. In ieder geval, dank je wel voor je tijd.

P: Want volgens mij hebben ze voetbalvelden, volgens mij.

I: Ja, hier hebben ze inderdaad al een voetbalveld.

P: En een zwembad, dat lijkt me toch, daar moet je heel veel begeleiding op zetten, daar kunnen mensen niet zomaar individueel gaan doen. Dat vind ik wat, een hoger aantal natuurlijk wel fijn zou vinden als we daar bij zouden zitten, maar ja.

I: Ja, dat klopt. Nou, dank je wel in ieder geval voor je tijd.

P: Nou, graag gedaan.

I: Ik denk, als het goed is....

Interviewer Marnick Muskens
Geïnterviewde Ingrid van den Heuvel
Functie: teamleider locatie de Reyt
Locatie: gezondheidscentrum Biezenmortel
Datum: 07-09-2015
Tijd: 13.00u-13.30u

I: Op de eerste pagina een inleidend vraagje: Uhm, wat is de functie als teamleider van de cliënten en op welke voorzieningen ben je werkzaam?

P: Twee locaties heb ik. De reit in Biezenmortel, net hier buiten het terrein, en een oudereninitiatief in Eindhoven, waar ik ook nog deels meewerk en daar ben ik teamleider.
I: En de dagelijkse bezigheden daar zijn daar als teamleider?

P: Van alles. Ik werk daar nog mee een stukje, maar dat is nog heel weinig nog. Uh, ja vooral coördineren van zaken, uh, het proces bewaken, noem het allemaal maar op. Een leuke, uitdagende functie.

I: Uhm, we gaan het zometeen in ieder geval hebben over beweging. En als je dan kijkt naar de definitie; wat versta je onder de definitie van bewegen, bij de cliënten voor deze specifieke doelgroep?

P: Dat de cliënten in elk geval de mogelijkheid krijgen om te bewegen. En dat bewegen kan 'm zitten in het echt sporten hè, dus bij een voetbalclub of bij een badmintonclub, maar ook gewoon het wandelen, omdat toch bewegen voor iedereen wel heel erg goed is. Ik vind voor deze cliënten is het echt sporten, voor sommige misschien, toch wel te hoog. Maar echt gewoon het bewegen, met name voor cliënten die immobiel zijn, is.. vind ik dat wel heel erg belangrijk, omdat je ook ziet dat sommige cliënten daar ook wel heel erg veel energie van krijgen.

I: Ja, want als je... nu in het vervolg, dan gaan we het in ieder geval hebben, als ik het over bewegen heb, over handelingen waarbij lichte inspanning noodzakelijk of ja mogelijk is.

P: Ja.

I: Het hoeft niet per sé over sport te gaan, want dat is inderdaad iets te zwaar voor een aantal cliënten. Uhm, als je allereerst gaat kijken naar voordelen van voldoende bewegen, kun je daar zo een aantal opnoemen? Als je kijkt richting de gezondheid?

P: Ja, het is gewoon sowieso goed voor de gezondheid. Voor de lifestyle is het ook gewoon belangrijk. Ontspannend, voor cliënten is het ook wel ontspannend. Uhm, en cliënten, uhm, dat is hier iets minder denk ik. In Eindhoven hebben ze dan een eigen sportruimte hè, maar als ik kijk naar bijvoorbeeld wat jij wilt bereiken, dat is hier een sportruimte, dan is dat ook nog een stukje sociaal hè. Dat is voor cliënten qua sociaal netwerk ook nog gunstig is, omdat ze gewoon meerdere cliënten zien. En ik denk dat dat voor sommigen ook wel heel prettig is.

I: Ja, dus als je kijkt naar de voordelen voor hun gezondheid: het is sowieso goed voor hun gezondheid om te bewegen, het is ontspannend.

P: Ontspannend ook.

I: En daarnaast heeft het in ieder geval voor de cliënten ook nog een sociale functie.

P: Ja.

I: Omdat ze als er, uhm, als ze gaan bewegen samen, zien ze meer mensen en komen ze toch een beetje uit hun isolement.

P: Precies.

I: Uhm, vervolgens, als je gaat kijken naar hoe de cliënten op dit moment bewegen doen; wat is daar het bewegingsaanbod van?

P: Op de Reit doen ze wel heel veel wandelen en heel erg veel fietsen, met name als ze boodschappen moeten doen. Een aantal die sporten ook nog en uhm, in Eindhoven hebben ze een eigen sport-fitnessruimte. Destijds ontwikkeld waarin twee keer per week een fitnessinstructrice komt. Die is vaak fysiotherapie. En die cliënten sporten gewoon twee keer in de week, of een keer, afhankelijk van wat ze willen en of ze nog meer hebben.

I: Uhm, en als je hier op de Reit in Biezenmortel kijkt, buiten het fietsen en wandelen om, zijn er dan nog bewegingsactiviteiten?

P: Bij het voetbalveld een aantal, maar verder niet heel erg veel hoor. Ja, paardrijden doen er wel. Dat is in principe ook wel sport hè, dat er een aantal paardrijden. Maar ik denk dat het voor een aantal ook gewoon leuk is om te fitnessen, maar die mogelijkheid is er gewoon nu niet. Of je moet naar een particuliere sportschool gewoon, en dan moet er ook altijd begeleiding mee, dat is gewoon niet altijd uh...

I: En als je gaat kijken naar de voornaamste dagelijkse handelingen van de cliënten. Uhm, wat zijn die? Puur gericht een beetje op bewegen?

P: Met name toch wel op het lopen en het fietsen.

I: Het wandelen, het lopen en het fietsen.

P: Ja. Een aantal die fietsen hier ook, die fietsen hier ook rond en naar het terrein. En die lopen naar het terrein, sommigen.

I: En zijn er voor de begeleiders richtlijnen om het bewegen bij de cliënten te stimuleren?

P: Of die echt formeel vast staan, dat weet ik niet. Maar wel, we hebben daar wel goede afspraken samen over gemaakt. Dus dat we zoveel mogelijk... alleen met de bus als het noodzakelijk is, en verder gewoon meer lopen. Fietsen met de cliënten wordt heel veel gedaan. Team is hier op het terrein wel heel erg actief ook.

I: En het team is specifiek alleen maar hier in Biezenmortel op de Reit?

P: Ja. Ik heb Eindhoven daar even buiten gelaten zeg maar.

I: Ja, dat is voor het onderzoek ietsje minder relevant. De straal is toch iets te ver.

P: Dan doe ik nou alleen maar op de Reit.

I: Ja, dus als je gaat kijken, naar goede afspraken gemaakt om in ieder geval voldoende te lopen.

P: Ja, zoveel waar mogelijk bewogen zeg maar.

I: Ja, dus dan eigenlijk, kortom; er wordt heel veel gewandeld en gefietst hier op de Reit. Uhm, daarnaast wordt er door de cliënten ook wel een beetje.. die doen aan voetballen of aan paardrijden.

P: Nou ja, die doen aan voetballen... die gaan naar het voetbalveld. Er zit volgens mij niemand bij het G-voetbal, maar ehm, wel paardrijden wel, dat doen ze wel actief.

I: En daarnaast zijn in ieder geval de dagelijkse handelingen het lopen en het bewegen en dat wordt vanuit jullie, vanuit de Reit, ook heel veel wel aandacht aan besteed.

P: Gestimuleerd.

I: En goede afspraken; in principe de bus die wordt alleen maar gebruikt als het echt niet anders kan.

P: Ja.

I: Om juist in ieder geval de cliënten te stimuleren om te bewegen. Uhm, als je gaat kijken naar het bewegingspatroon van cliënten. Overdag, de dagbesteding, hoe is daar...?

P: Daar heb ik niet heel veel, omdat ik niet op een AC werk, dat zou je wel eens Angela Elshout voor kunnen benaderen. Ik heb daar niet heel veel zicht op, uh, ik weet wel, net als op de boerderij waar een cliënt werkt, daar doen ze wel heel veel, of ja, daar zijn ze gewoon ook heel veel buiten hè, dus bezig met de dieren en eh, dus daar bewegen ze wel echt heel veel. Een cliënt die bij de post werkt loopt veel, fietst veel. Cliënten die dingen opgehaald. Bij een aantal woonvoorzieningen weet ik wel dat ze gewoon veel buiten komen en dat ze...

I: Bezig zijn.

P: Maar of dat nou op de dagbesteding bijvoorbeeld of arbeidsmatig veel aan beweging doen, dat durf ik eigenlijk niet te zeggen.

I: Uhm, en de cliënten in hun vrije tijd?

P: Nou, eigenlijk min of meer wat ik net zei. Gewoon hè.

I: Dan is het ook weer...

P: Paardrijden, een paar zitten er op het paardrijden. En, in het weekend wordt er ook wel, er wordt zelf gekookt op de Reit, vier dagen in de week, dus die boodschappen moeten gedaan worden. En we proberen zoveel als mogelijk dat ook samen met de cliënten te doen hè.

I: Ja, dus dan help je ze er ook bij.

P: Ja, en dan gaan ze ook mee, waar kan op de fiets of uh in ieder geval te voet. Maar met name wel op de fiets, omdat dat anders net iets te ver is.

I: Uhm, en als je gaat kijken, zijn er nog veranderingen mogelijk om het bewegingspatroon van de cliënten te verbeteren?

P: Nou, ik denk wel.

I: Wat is jouw kijk daarop?

P: Bij een aantal denk ik wel, die nu iets minder aan beweging doen, dus die iets minder sporten zeg maar of die het niet zo leuk vinden om te fietsen. Denk ik wel dat er voor een aantal, bijvoorbeeld een echte wandelclub, dus dat ze ook andere mensen zien, of een fitnessgelegenheid, dat dat wel meerwaarde kan hebben ja.

I: En, in wat voor soort handelingen denk je nog dat er de meeste winst te behalen is?

P: Iets anders als anders gewoon. Dus zeg maar een boksbal, of balansoefeningen, ik noem zomaar iets. Een keer krachttraining voor wie dat eventueel zou willen.

I: En als je nog gaat kijken naar buiten alleen maar de sportievere activiteiten, is er bij jullie op de Reit ook nog, onbewust veel meer uit het bewegen te halen voor de cliënt?

P: Ja, misschien wel. Maar goed, het is wel natuurlijk hè, ze zijn vijf dagen in de week werken ze, er is geen een dag dat we overdag open zijn, dus dan blijft het weekend open, dan zou het natuurlijk wel kunnen, maar in het weekend hebben ze al best wel veel bezigheden zeg maar hè; ze gaan naar de kerk, ze gaan op uitstapje, ze gaan een keer iets leuks doen, dagjes weg, een terrasje pikken...

I: Ja, dus als je in ieder geval gaat kijken, uh, over hoe de cliënten bij dagbesteding, wat ze daar precies aan bewegen doen, daar heb je zelf niet zo heel veel zicht op.

P: Wat ik net benoemde dan, zeg maar, dus de cliënten die buiten werken en al veel bewegen zeg maar, op hun werk.

I: Ja, maar arbeidsmatig

P: Nee, dat durf ik niet te zeggen.

I: En daarnaast, in hun vrije tijd, doen ze aan bewegen en in het weekend, dus eigenlijk al de activiteiten die je eerder al genoemd hebt.

P: Ja.

I: En als je gaat kijken naar de veranderingen die eventueel mogelijk zijn om het bewegen van de cliënt te stimuleren, zijn om dingen in ieder geval anders te doen dan anders, een wandelclub eventueel, een fitnessruimte.

P: Ja, de wandelvierdaagse, daar doen ze altijd aan mee.

I: Een boksbal, of balansoefeningen.

P: Ja, bijvoorbeeld.

I: Om ze juist te prikkelen om iets anders te doen.

P: Ja, iets anders te doen, of tennissen, ik noem nou zomaar iets hè.

I: Dat is duidelijk. En als je gaat kijken naar..., dan maken we even de koppeling richting voeding: zijn er richtlijnen ten aanzien van voeding bij jullie op de Reit?

P: Ja, daar zijn wel goede afspraken over gemaakt, ook wel met cliënten individueel als het echt in een individueel betreft. Waar voorheen zeven dagen per week a petito gegeten werd, is dat nu niet meer. Dus er wordt vier keer vers gekookt. En dan echt met recepten, dus die recepten worden uitgezocht. En, ja, uhm, daar wordt eigenlijk invulling aangegeven door het team samen met cliënten.

I: En daar wordt ook wel echt rekening?

P: Dat is echt heel leuk.

I: Rekening mee gehouden met uhm, de voedingshoeveelheden?

P: Ja, ja, ja, zeker.

I: Voldoende groente, voldoende fruit...

P: We doen ook niet uit pakjes, het zijn gewoon verantwoorde recepten. En uhm een medewerker heeft ook de workshop... Een tijdje terug zijn er ook workshops gegeven; wat is nou gezonde voeding? Een workshop heet ook gezonde voeding. En er is een medewerker die heeft daar aan meegedaan en binnenkort krijgt het hele team die workshop.

I: En is er bij jullie eventueel ook samenwerking met diëtiste die hier zijn?

P: Ja, als er vraag naar is, dan wel. Nou, en dan die kookworkshop, die vrouw is voedingsdeskundige geloof ik. Dus daar heeft die medewerker ook wel heel veel in meegenomen.

I: Ja, dus als je gaat kijken ten aanzien van voeding, hebben jullie goede afspraken over gemaakt, daar zijn jullie goed mee bezig geweest, daar wordt vier keer vers gekookt, zelf verantwoorde recepten uitgekozen, een medewerker heeft ook voedingsworkshop gedaan en jullie gaan uhm straks als team, gaan jullie met z'n allen.

P: Ja.

I: Een workshop volgen.

P: Iedereen krijgt die workshop en dan... Sommige mensen kunnen gewoon niet koken.

I: Nee.

P: Zo simpel is het.

I: Dat er in ieder geval voldoende aandacht wordt besteed aan gezonde voeding.

P: Ja.

I: Uhm, en ten aanzien van lekkernijen en tussendoortjes?

P: Ja, daar zijn goede afspraken over gemaakt. Dat is per cliënt. De een kan dat wat meer hebben als de ander.

I: Ja, daar wordt dan ook wel aan gehouden natuurlijk.

P: Ja, dat is echt heel belangrijk.

I: Voor sommigen heel belangrijk.

P: Ja, en soms de rem erop.

I: Ja, want in ieder geval, voor zover ik nu zie en voor zover ik zelf nu ken, eten en drinken is voor hun allemaal heel belangrijk.

P: Ja, dat is heel belangrijk.

I: En in principe, alles wat je ze voorschotelt, dat eten ze toch wel op.

P: Ja.

I: En in ieder geval om daar als team aandacht aan te besteden, denk ik dat daar heel veel stappen in te maken zijn.

I: Wat voor veranderingen zou je verder zelf nog graag zien op de Reit? Om het bewegen nog aantrekkelijker te maken? Zijn daar faciliteiten die eventueel?

P: Ik denk, niet per sé op de Reit, maar dat zou vanuit het Landpark, met leefbaarheid, ik weet niet of daar heel veel aandacht... Ik denk dat dat wel een mooie ontwikkeling zou zijn, als dat bijvoorbeeld ... Ja, dat kan allemaal niet meer, dat was vroeger misschien wel, dat cliënten konden gaan zwemmen of noem het maar op. Ik denk dat dat wel een hele mooie ontwikkeling zou kunnen zijn. En op de Reit specifiek, vind ik al wel dat er heel veel aan voeding en beweging wordt gedaan, dus of we daar nog heel veel meer...Ja, dan zou er misschien iets meer individueel gekeken kunnen worden, als er bijvoorbeeld een wandelclub is, maar dat is... Een cliënt die heeft dat afgelopen jaar ook al gedaan, dus daar zijn ze wel echt goed mee bezig voor cliënten die dat echt wel heel leuk vinden. Er wordt wel veel georganiseerd.

I: En uhm, als je gaat kijken naar de rol van de begeleiders. Het onbewust laten bewegen, noem maar bijvoorbeeld, stel dat er bezoek is, dat dan de begeleider uhm koffie gaat drinken of iets dergelijks, of koffie gaat halen voor de cliënt en voor het bezoek, of wordt dat dan door de cliënt ingevuld?

P: Nee, dat doen cliënten in principe zelf. Op hun eigen appartement als ze bezoek krijgen.

I: Dat doen de cliënten helemaal...?

P: Ja, die hebben een eigen appartement. Dus die zetten, als er visite komt, ook op hun eigen appartement gewoon koffie. Of gezamenlijk, dat ligt er een beetje aan of er familie weggaat of niet, maar we proberen dat wel zoveel mogelijk cliënten zelf te laten doen.

I: Dus, in principe zijn de begeleiders daarin echt ondersteunend.

P: Sturend ja.

I: Een sturende functie.

P: Ja.

I: En de cliënten zijn zelf, proberen zoveel mogelijk te doen, want daar zijn ze natuurlijk zelf ook wel steeds aan het bewegen. Je kunt ze zelf wel steeds....

P: Nee het is niet zo van cliënten ga zitten, nee dat proberen we niet te doen.

I: Dat is alleen maar goed. Dus als we gaan kijken naar de situatie, dan zou hier op het Landpark in principe de leefbaarheid iets worden verhoogd, kunnen worden verhoogd, vroeger hadden ze hier echt wel een zwembad, als je dat kunt combineren met dagbesteding, dan is daar voor de cliënten winst te behalen. En op de Reit, proberen jullie cliënten zoveel mogelijk zelf te laten doen. Te laten bewegen, sporten.

P: Ja, en te laten poetsen ook.

I: Dus echt dat ze zelf actief bezig zijn.

P: Ja.

I: Uhm, tot slot als laatste, even de switch naar mijn onderzoek alsmede. Hoe sta jij als teamleider tegen mogelijk een beweegcentrum hier op het landpark?

P: Uhm, op zich wel positief eigenlijk. In Eindhoven hadden ze dan die eigen fitnessruimte, dat was in het begin wel heel mooi, maar dat houdt ook wel tegen dat cliënten niet zelf naar de sportschool gaan hè. Alleen, ik denk, dat dat hier wel, als je het een beetje vergelijkt met een klein dorpje, dan denk ik wel dat dat meerwaarde zou kunnen hebben voor cliënten.

I: Uhm, denk je dat er mogelijkheid is om de cliënten eventueel meer aan bewegen te krijgen?

P: Ja, zeker wel.

I: Wat zijn dan aspecten waar je rekening mee zou kunnen houden?

P: Uh, ik denk je personele inzet in de begeleiding, maar dat zou je bijvoorbeeld ook wel kunnen doen met stagiaires, vrijwilligers. Hè, mensen die dat heel leuk vinden, fysiotherapeuten die dat leuk vinden, om cliënten ook aan beweging te krijgen, maar ook een beetje in beweging te houden. En dat hoeft allemaal niet heel spannend te zijn en heel groot te zijn, maar eh, ja. En een stukje socialiseren vind ik daarin ook wel belangrijk.

I: En als je dan gaat kijken vanuit, uh, ja, vanuit jouw locatie de Reit hier in Biezenmortel, verwacht je dan dat er vanuit de cliënten interesse is om deel te nemen hier aan...?

P: Ja, een aantal denk ik wel, ja.

I: Omdat dat toch niet op de locatie zelf is, omdat ze dan toch hier naartoe...

P: Ja, ik denk dat dat voor cliënten van de Reit ook wel heel leuk is. Dat ze gewoon ergens anders, en dat is natuurlijk hier ook, maar je gaat gewoon ergens anders bewegen. Want, hier hebben ze toch ook een afdeling bewegen neem ik aan? Of, een afdeling sport en bewegen bedoel ik?

I: Ja, ze hebben hier wel een aantal bewegingsagogen die uh kijken naar uh, het bewegen naar de cliënten en van daaruit; wat zijn de stappen hier in te maken. Afhankelijk van het niveau, voor de een is dit al, schouder optillen al iets heel belangrijk.

P: Ja, precies.

I: Voor de anderen moet er juist iets meer geprikkeld worden.

P: Ja.

I: Maar daar zijn ze inderdaad ook wel mee bezig.

I: En als laatste, als je nog gaat koppelen eventueel aan de medewerkers?

P: Of?

I: Denk je eventueel dat medewerkers gebruik zouden maken van zo'n beweegcentrum?

P: Dat weet ik niet. Ja, dat ligt een beetje aan de voorwaarden en de afspraken denk ik. Ik denk dat het uitgangspunt in eerste instantie moet zijn voor cliënten. Denk ik.

I: Is ook. Om daarnaast eventueel een andere doelgroep te krijgen om eventueel begeleiders uh

P: Als je kijkt, niet alleen begeleiders, maar wel inwoners van Biezenmortel. Als jij van Landpark Assisië ook onderdeel bent van uh, de woonplaats Biezenmortel, van goh, hoe kun je dan een stukje van mensen ook hier heen halen. Ik denk niet dat het specifiek alleen begeleiders kunnen zijn, maar ook mensen uit Biezenmortel of scholen.

I: Dus, kortom, jij zelf staat wel positief tegenover een mogelijke komst van het beweegcentrum. Kan een meerwaarde hebben, belangrijke punten zijn wel de personele begeleiding, socialisatie aspect daar van. En als je puur kijkt vanuit de Reit zelf, verwacht je ook wel dat een aantal cliënten eventueel mogelijk gebruik gaan maken van de faciliteiten hier.

P: Ja.

I: En hier in de omgeving, kun je daarnaast de medewerkers ook nog, bewoners van Biezenmortel en scholen daarbij betrekken. Uhm, nou dankjewel. Voor je..

P: Geen dank.

Interviewer: Marnick Muskens
Geïnterviewde: Angela Elshout
Functie: Teamleider dagbesteding AC's
Locatie: Gezondheidscentrum landpark Assisië
Datum: 08-09-2015
Tijd: 11.30u-12.00u

I: Uhm, allereerst, wat is jouw functie en op welke locatie ben jij werkzaam?

P: Ik ben teamleider arbeid en dagbesteding. En ik heb een aantal locatie, de helft van wat we hier op het landpark hebben zeg maar ongeveer; dat is AC hinderloop, vlindersteegje drie, AC kievietsvlucht, landpark-tv en dorpshuis.

I: En verder, daarnaast, met de woonvoorzieningen. Daar doe jij, ben jij verder niet werkzaam of actief?

P: Nee, we werken wel samen natuurlijk, maar ik ben van dagbesteding.

I: Uhm, we gaan het zometeen hebben over bewegen. Als je gaat kijken naar de definitie van bewegen. Wat versta jij zelf onder de definitie van bewegen binnen deze doelgroep?

P: Nou, dat is heel verschillend. We hadden het net al even over ouderen. Dan gaat het voor mij echt om gezond blijven, want ouderen die minder bewegen, ja dan zie je gewoon vaker dat die meerdere dingen onder de leden gaan krijgen. Dus dat vind ik heel belangrijk. Maar we hebben ook een andere doelgroep hier op het landpark, en dan gaat het om mensen met moeilijk verstaanbaar gedrag. Waardoor het bewegen ook ontspanning kan geven, en dus uiteindelijk ook gedragsproblemen kan voorkomen.

I: We gaan het zometeen over bewegen hebben. En dan iedere keer de lichte handelingen, dus sporten is veel te zwaar, dus zo moeten we ook niet denken. Maar in ieder geval dat we het zometeen over hetzelfde gaan hebben. Als we gaan kijken naar de voordelen van voldoende bewegen, kun je enkele voordelen bedenken voor de cliënten ten aanzien van hun gezondheid?

P: Ja, gewicht zal niet zo gauw toenemen als je gezond beweegt, maar ook andere ziektes komen minder vaak voor als je beter beweegt. Spijsvertering werkt beter, ik denk dat het spanning reduceert.

I: En als je gaat kijken op het sociale vlak?

P: Veel ontmoetingen en uhm, ja lol.

I: Lol en plezier.

P: Ja.

I: Uhm, voldoen de cliënten aan de gezondheidsnorm met betrekking tot bewegen. Dus als je gaat kijken aan de norm van dertig minuten per dag?

P: Nou, ik heb daar geen cijfers van, maar ik geloof het niet. Maar daar zit wel een heel verschil in. Want we hebben met de cliënten waarbij het spanningen reduceert wel een duidelijker beweegprogramma vind ik, dan met ouderen.

I: En, mogelijk oorzaken hiervan zijn?

P: Omdat de noodzaak groter lijkt te zijn, dat is meer zichtbaar.

I: En wordt er dan op dit moment, als je kijkt naar de doelgroep ouderen, daar dan te weinig het accent op gelegd of aandacht aan besteed?

P: Ja ik denk het wel, we zijn te veel verzorgend zeg maar, we nemen te veel over.

I: Ja, dus als je gaat kijken naar de gezondheid. Er zijn in elk geval tal van voordelen: gewichtsverlies, ziektes die komen minder vaak voor, daarnaast op sociaal vlak, ontmoetingen leiden tot lol en plezier onder de cliënten. Alleen op dit moment op dit moment volgens jij, zijn jullie te veel verzorgend en te weinig sturend om het bewegen te bevorderen.

I: Uhm, als je gaat kijken naar het huidige bewegingsaanbod, uhm voor de cliënten, wat wordt er op dit moment aan bewegen gedaan of wat zijn de mogelijkheden hier? Heb je daar zicht op?

P: Ik denk dat mogelijkheden best divers zijn, omdat je verder moet kijken dan het landpark. Ook deze cliënten die hier wonen kunnen lid worden van een club, bij wijze van spreken.

I: Zeker.

P: Dat is de normaalste gang van zaken denk ik. Ik weet ook dat er een overzicht is van wat er in de omgeving al is aan aanbod, ook voor mensen met een beperking. Dat is behoorlijk veel. Uhm, de last daarvan is denk ik dat het begeleidingsuren kost en vervoer. Dat is altijd een groot punt. Hier op het landpark we hebben natuurlijk een enorm terrein, dus qua wandelen fietsen, dat soort zaken, is er voldoende om te doen. Ik denk dat het voor jongeren wel een te weinig uitdagend gebied is. Dat je ook qua toestellen bijv. in de buitenlucht meer zou kunnen doen. Maar we hebben hier een sportveld...

I: Sportveld, kunstgrasveldje ligt hier.

P: Ja. We hebben een manege waar je kunt paardrijden. Wij hebben een gymzaal bij nachtegaal 14, die veel te weinig gebruikt wordt. Wij hebben al voorgesteld om bewegen en fysio samen te laten werken en dan van die ruimte gebruik te maken, dan zit je ook heel dicht bij de cliënten die het het meeste nodig hebben.

I: Uhm, als je gaat kijken naar de dagelijkse handelingen richting het fietsen en wandelen hier, dan als je kijkt naar het landpark en in de omgeving. Wordt daar veel door de cliënten gebruik van gemaakt?

P: Ja, dat wordt wel veel gedaan. Maar het is soms wel moeilijk om wandelen, wandelen te laten zijn. Niet iedereen ziet daar het nut van in. Soms moet je er iets anders aan koppelen om het voor de cliënten ook duidelijk te maken.

I: En als je nu gaat kijken naar de begeleiders. Zijn er richtlijnen voor de begeleiders om het bewegen te stimuleren bij de cliënten.

P: Ja, we hebben dit stuk op gesteld. Onder leeftijd en herstel voor elke cliënt.

I: En is dat sinds kort of is dat al langere tijd?

P: Nu een paar maanden.

I: Dus binnenkort moet daar naar gekeken worden of dat effect heeft gehad?

P: Ja, als het goed is zijn de bewegingsbegeleiders daar ook mee aan de slag, dus die zouden je daar meer over kunnen vertellen.

I: Kortom, de bewegingsaanbod is hier op het park best groot.

P: Ja, dan komt er nog een kegelclub.

I: Er komt nog een kegelclub.

P: Ja.

I: En als je daarnaast gaat kijken, zeker moet er ook buiten het park gekeken worden naar de mogelijkheden om cliënten hier te laten sporten, om ze toch in ieder geval zoveel mogelijk te betrekken in de samenleving.

P: Ja.

I: In plaats van dat ze hier afgezonderd zijn. Daarnaast is er voor de begeleiders gezonde levensstijl voor iedere cliënt op gericht, om er uiteindelijk voor te zorgen dat de cliënten een iets duidelijkere en gezondere levensstijl krijgen.

P: Ja

I: En je bent zelf werkzaam bij de dagbesteding, bij het AC zeg je zelf. En cliënten, wat doen die daar, zij die daar overdag ook bewust bezig met bewegen?

P: Dat is heel verschillend

I: Of is dat vooral arbeidsmatig?

P: Ik weet niet wat jij onder arbeidsmatig verstaat, haha.

I: Ik weet niet precies wat ze hier...

P: De meeste cliënten werken niet alleen maar arbeidsmatig, want dan heb je het over een bepaald niveau van cliënten. Maar als je bijvoorbeeld bij AC groen werkt, dan ben je heel buiten en in beweging. En als je werkt bij AC hinderloop, dan ben je veel minder in beweging, alhoewel daar ook weer mensen van alles op gaan halen, hout zagen wat weer verkocht wordt, wel wandelen, fietsen.

I: Dus waar mogelijk probeer je ze wel te stimuleren in het bewegen.

P: Absoluut. En via dat programma wat we samen hebben bedacht nemen we het ook op in het cliënt-plan. Dus er worden ook wel duidelijk doelen gesteld.

I: Dus, in het cliënt-plan komen doelen naar voren om ze ook daadwerkelijk meer te laten bewegen of te stimuleren om juist.

P: Ja, maar in de normale gang van zaken is dat wel geïndiceerd vanuit wonen en dragen we bij vanuit dagbesteding.

I: Uhm, en als je gaat kijken naar het bewegingspatroon. Welke veranderingen zouden daar mogelijk zijn voor de cliënten? Zijn er dingen waar bewust aandacht aan moet worden besteed, om de cliënten eventueel meer te laten bewegen?

P: Mogelijkheden en middelen denk ik wel. Het is ten eerste een bewustzijn bij medewerkers, dus daar moet nog aan gewerkt worden. Dus de handen op de rug houden en veel meer zorgen dat mensen van die stoel af moeten komen. En ik denk dat we op het park zelf, met name voor jongeren, nog iets zouden kunnen doen aan toestellen, dus gewoon lekker in de buitenlucht. En ik denk dat we binnen echt heel specifiek moeten kijken naar mogelijkheden voor echt de verschillende doelgroepen. Dus niet meteen beginnen te praten over spinningfietsen, maar kijken wat voor vormen van beweging zouden nodig zijn en ook in samenspraak met de fysio.

I: Dus kortom, uhm, afhankelijk van op welke AC's de cliënten werkzaam zijn, komen ze iets meer buiten aan bewegen of probeer je ze binnen hun mogelijkheden wel te stimuleren om te bewegen. Als je gaat kijken naar de mogelijke veranderingen; een deel is bewustzijn van de medewerkers, om ze juist zelf dingen te laten bewegen en oppakken in plaats van te verzorgen. En als je voor de jongeren, eventueel buiten toestellen om aan het bewegen te komen. En vooral binnen, uhm, moet er gekeken worden naar binnen de mogelijkheden van de verschillende doelgroepen, om ze juist te laten bewegen in samenwerking met bewegingsagogen van de fysio's. In plaats van alleen maar te kijken....

P: Ja, want ook daar zit nou namelijk nog geen samenwerking. Dus ook daar mag meer bewustzijn zijn. Want ik had bijvoorbeeld laatst een cliënt die op de fysio moest oefenen met traplopen, maar vanuit beweging was dat niet helder. Als daarin meer duidelijkheid zou komen, dan kunnen de bewegingsbegeleiders daar ook meer mee doen.

I: Dus een betere onderlinge afstemming.

P: Ja.

I: Als je nog gaat kijken naar, even heel kort de koppeling naar het voeding en het bewegen. Voor de voeding van de cliënten, zijn daar richtlijnen voor?

P: Uhm, normaal gesproken wordt alles vanuit wonen geregeld. Want cliënten die naar dagbesteding komen, hebben hun broodtrommeltje bij zich, zeg maar. Wat wel gebeurt, is dat er soms extra's zijn, en dat zie je met name als het gaat om belevingsgerichte cliënten, dus dan gaat het om ruiken, proeven, geuren. Uhm, dus je moet wel rekening houden met die extraatjes. Je kunt moeilijk elke week een taart bakken bijvoorbeeld.

I: Ja. Voornamelijk dan voeding ligt het op de woonvoorziening verder van hoe ze daar mee om kunnen gaan. Jullie zijn alleen wel bezig met de extraatjes, om je daar op toe te spitsen.
I: Uhm, wat is op dit moment bij de begeleiders de rol ten aanzien van het bewegen van de cliënt?

P: Persoonlijke ondersteuners moeten met de persoonlijke ondersteuner van wonen het cliënt-plan opstellen. Daar vind ik dat bewegen aan de orde moet komen. En die moeten daar ook een duidelijke doelstelling en afspraken in zetten, als dat nodig is.

I: Eigenlijk een vraag die net al aan de orde is gekomen, als je kijkt naar de begeleiders: staan die op dit moment voldoende stil bij het onbewust bewegen van de cliënt?

P: Nee, we zijn net begonnen met de bewegingsbegeleiders om daar naar te kijken. Die gaan langs en die observeren.

I: Observeren wat er gebeurt.

P: Ja, observeren en vanuit daar een terugkoppeling geven.

I: Een verbeterpunt. Dus daar zijn in ieder geval nog zeker stappen in te maken.

I: Een laatste punt, ook even een koppeling richting mijn onderzoek ook. Als we kijken naar eventueel een beweegcentrum. Hoe sta jij tegenover de komst van een beweegcentrum hier op het park?

P: Ik draai hem om. Ik zou niet uitgaan van of er hier wel of geen beweegcentrum moet komen. Ik zou kijken naar de behoefte van de mensen hier aan bewegen. En dan is het de vraag of er hier een beweegcentrum moet komen. Dat weet ik niet.

I: Ja, dus kijkend naar of er vraag is überhaupt of er vraag is van de cliënten/overige doelgroepen.

P: En niet alleen maar omdat het leuk of lekker makkelijk is, want dan kunnen we ook buiten het landpark gaan zoeken.

I: Juist, als doel om de cliënten een betere gezondheid te krijgen.

P: Precies.

I: Om ze te laten bewegen.

I: Dus, mocht daar uiteindelijk uit blijken dat cliënten of andere externe partijen, daar mogelijkheden in zien om juist te verbeteren, dan wel geef je aan, en anders uhm. Ja, alternatieve mogelijkheden.

P: Ja, maar ik denk dat het in eerste instantie zeker zo leuk is, als je dan met zo'n groepje ouderen die toch meer moeten bewegen, de boel oppakt en naar een ouderenclub hier in Biezenmortel of in Udenhout gaat. Als je het over de sociale contacten hebt.

I: Ja, als je het over de integratie hebt. Dat is een andere doelstelling eventueel, om door hier iets van een centrum op te zetten, om meer sociale integratie te krijgen van buitenaf.

P: Ja, ik zou eerst kijken van: wat is de vraag vanuit de cliënten en wat hebben we daar dan bij nodig?

I: Ja, dat is helemaal helder. IN elk geval dank je wel voor jouw tijd.

P: Graag gedaan.

Interviewer: Marnick Muskens
Geïnterviewde: Elmy Weijtmans
Functie: Begeleider dagbesteding AC's/ woonvoorziening
Locatie: Nachtegaallaan 14 landpark Assisië
Datum: 11-09-2015
Tijd: 08.30u-09.00u

I: Allereerst als inleidende vraag: wat is jouw functie en welke locatie ben jij werkzaam?

P: Uhm, mijn functie is begeleider A en ik werk op Nachtegaal laan 14, activiteitencentrum. En op Konijnenberg 4, de woonvoorziening en ik werk nog in het hoofdgebouw als archivaris.

I: En voornamelijk zijn je bezigheden, zijn die verspreid over heel de week of ...?

P: Vijf dagen per week

I: Of hoofdzakelijk zit je ...?

P: Zowel hier, als op de woonvoorziening. Op het archief werk ik maar 4 uur.

I: We gaan het tijdens dit interview hebben over bewegen. Wat versta jij, binnen deze doelgroep, onder het bewegen bij de cliënten?

P: Bij de cliënten waar ik mee werk

I: Ja, daar ...

P: Daar is het bewegen gewoon eigenlijk de dagelijkse dingen, zoals tafeldekken, tafel afruimen. Die dingen. Gewoon de huishoudelijke dingen.

I: Verder, voor in het interview, alles over bewegen; daar gaat het in ieder geval over dagelijkse handelingen, waarbij hele lichte inspanning nodig is. Je moet niet de koppeling gaan maken en meteen gaan denken aan het sporten, omdat dat voornamelijk gewoon te zwaar is. Niet dat daar misvattingen over bestaan. Het gaat alleen maar om bewegen, om de dagelijkse handelingen, om te kijken wat daarin verbeterd kan worden.

P: Verder doen wij nog wel wat lichte sportactiviteiten met een paar cliënten, zoals balletjes op een pion leggen, dat ze moeten gaan bukken. Uhm, een soort kegelen, een bal overgooien, een bal rollen, al die dingen.

I: Uhm, als je gaat kijken, naar de voordelen van voldoende bewegen. Kun je enkele voorbeelden opnoemen?

P: Voorbeelden van bewegen; betere conditie, uh, ja, het is goed voor de spieren.

I: Uhm, als je gaat kijken richting het sociale vlak. Op de sociale kant?

P: Die, het is hier allemaal 'ik'.

I: Oh, het is hier allemaal individueel, ik

P: Ik probeer wel eens met een bal, maar die gooien ze dan. Dan is mijn bedoeling dat ze die bal dus onderling naar elkaar over gaan rollen of gooien, maar die gooien ze allemaal naar mij. Haha.

I: Terug naar de begeleiding, in dit geval. Ja, dus dan zijn ze alleen maar afgestemd op zichzelf.

P: En mij

I: En het sociale onderlinge contact, met anderen, is bij deze doelgroep niet echt aan de orde. Ja, dus als je gaat kijken naar de voordelen, dan heeft dat voornamelijk te maken met een betere conditie en wat spieropbouw.

I: Uhm, als je gaat kijken naar het bewegen op dit moment bij de cliënten, uhm, waar je werkzaam mee bent. Wat is jouw kijk daar op dit moment op? Hoe de cliënten op dit moment bewegen?

P: Uhm

I: Over het algemeen

P: Uhm, nog een keer

I: Hoe de cliënten op dit moment gaan bewegen bij, uhm. Hoe de cliënten op dit moment bewegen in hun dagbesteding of op de woonvoorziening. Wat is jouw kijk daarop? Hoe kijk jij daar tegenaan?

P: Uhm, ja, hier op het activiteitencentrum wel. Op de woonvoorziening zijn we nu iets, zijn ze voorzichtig begonnen. Omdat er cliënten bij zijn die nog kunnen lopen, met een rollator, dat die bijvoorbeeld zelf hun spulletjes naar de aanrecht gaan brengen. Daar zijn ze nog heel erg gewend om te zorgen voor.

I: Om zelf alles in te vullen voor de cliënten, terwijl ..

P: Terwijl wij hier zeggen van, je kunt ook zorgen dat ...

I: Ja, en welke beweegmogelijkheden zijn er voor de cliënten?

P: Ja, hier binnen gewoon lopen. En dan hebben wij wat lichte, kleine sportattributen. Zoals kegels, balletjes, die dingetjes.

I: En op de woonvoorziening heeft het voornamelijk te maken met lopen, wandelen...

P: Ja, hetzelfde als hier. Op hetzelfde niveau.

I: Op hetzelfde niveau.

I: Uhm, als je gaat kijken richting de begeleiders. Zijn er richtlijnen voor om de cliënten te stimuleren om te bewegen?

P: Mm, ja, die zijn er wel. Als begeleider A zijnde, hebben we wel aangegeven. Van nou, daar kunnen ze nog. Maar daar moet iedereen op gecoacht worden. Dat ze dat ook daadwerkelijk doen. Ook al duurt het langer dan. Mensen zijn geneigd van; ja, maar dan kost het meer tijd. Je even anders denken.

I: Dus, kortom, hier op de woonvoorziening en op het AC wordt voorzichtig aan wel bewogen. Voornamelijk het lopen en er zijn sportattributen om ballen te gooien, pionnen.

P: Ja, hier wordt er meer bewogen als op de woonvoorziening.

I: En ten aanzien van de begeleiders, er zijn richtlijnen voor. Jullie hebben ook zelf aangegeven om, uhm, dat ze gestimuleerd worden om ze meer te laten bewegen. Er moeten alleen wel alle begeleiders in gecoacht worden en geholpen worden, ondanks dat het meer tijd vraagt.

P: Ja, die moeten anders gaan denken.

I: Uhm, welke veranderingen zijn er mogelijk binnen het bewegen van de cliënten?

P: Welke veranderingen zijn er mogelijk binnen het bewegen...

I: Of, zijn er veranderingen mogelijk om cliënten iets meer te laten bewegen?

P: Ja, het enige. Dit hebben we er dan doorheen kunnen krijgen bij de cliënten, dat er hier dus. Dat ze zelf dus meehelpen met de tafel dekken enzo, want het zijn allemaal hele oude mensen. Het zijn allemaal bejaarden of hoogbejaard en, uhm, niet gewend om te bewegen. Want er werd altijd wel gezorgd dat. Dat ze alles zelf voor zich kregen.

I: Dat ze gewoon op hun stoel bleven zitten en dat de begeleiders invulling gingen geven aan ...

P: Ja

I: Aan eigenlijke handelingen. En die, uhm. Dat principe proberen jullie langzamerhand, stapje voor stapje om te draaien.

P: Ja

I: Dat de cliënt zelf meer dagelijkse dingen gaat bewegen.

I: Als je gaat kijken richting voeding, zijn er richting ten aanzien van voeding voor de cliënten?

P: Ja, er zijn een aantal cliënten waar ik van weet dat ze in contact zijn met de diëtiste. Dan krijgen wij de papieren ook binnen waar we ons aan moeten houden, en dat doen we ook altijd wel. En als we een keer een uitzondering hebben, er staat geen gebak, dat is voor niemand gezond. Maar als er dan hier een jarige is en die brengt taart mee, dan kun je niet tegen diegene zeggen; 'jij mag geen taart, want de diëtiste heeft tegen jou gezegd geen gebak.'

En dan is het niveau dermate laag, dus dan geven wij een klein stukje, om de smaaksensatie.

I: Om de cliënten te helpen, te ondersteunen...

P: En dan geven we dat door aan de woonvoorziening. Want stel nou dat er op de woonvoorziening die dag ook nog iets is, dan weten ze in ieder geval, maar die heeft op het AC ook al iets gehad, dan zullen we ergens moeten gaan skippen.

I: Dus onderling is daar wel een afstemming of communicatie over.

P: Ja

I: En als je verder gaat kijken, richting lekkernijen, koekjes, chips. Zijn daar...?

P: Uhm, chips hebben wij hier op het AC nooit. Op de woonvoorziening zie ik dat ook eigenlijk niet. Want ik zie dat nooit in de kast liggen, dus uh. En een koekje krijgen ze hier bij de koffie, maar dat zijn voornamelijk Maria koekjes, speculaasjes.

I: Dat zijn op zich wel ...

P: Dat zijn op zich wel de gezondere koekjes. Niet dat ze gezond zijn, maar ze zijn iets minder vet als de andere.

I: Dus wordt er bewust rekening gehouden met voeding hier op het AC en op de woonvoorziening?

P: Ja

I: Of zijn daar ook nog eventueel stappen in te maken ten aanzien van de gezondheid?

P: Nee, nee. Want ze hebben eten a petito op de woonvoorziening, en dat is gewoon uitgebalanceerd. En verder eten cliënten waar ik werk, altijd bruin brood, dus niet die ongezonde witte mik.

I: Dus daar wordt waar mogelijk goed naar gekeken en mee omgegaan.

I: Uhm, als je gaat kijken naar. Zijn er faciliteiten die jullie hier missen op het landpark om de cliënten meer te laten bewegen of te stimuleren om meer te bewegen?

P: In ieder geval niet met de doelgroep waar ik mee werk.

I: De doelgroep, zoals je aan hebt gegeven.

P: Dat is gewoon laag niveau.

I: Dat is laag niveau en dat is ook voldoende, de kleine sportattributen waar jullie nu proberen mee te stimuleren. En verder, niets groter of uhm.

P: Nee, wij hebben hier een keer zo'n, wat was het, zo'n apparaat. Ja, we hadden het gewonnen en weggegeven. Daar kon je in ieder geval naar voren en naar achteren schuiven en

dat was goed voor de buikspieren. Geen cliënt die dat hier doet. We hebben 'm hier in de gymzaal neergezet, bij Luuk en Maikel. Zo van, misschien dat daar 's avonds wat hoger niveau komt en die dat kunnen gebruiken.

I: En op een creatieve manier omgaan met bewegen. Of op een hele laagdrempelige manier.

P: Ja, dat is wat wij.

I: Ja, zou je daar nog eventueel iets meer.

P: Nee, nee, want. We waren zelfs zo creatief om een cliënt de gymzaal in te krijgen die dus drempelvrees heeft. Met een vogelkooitje waar roodborstjes inzaten en dus broodkorstjes ingelegd moesten worden. Elke keer het vogelkooitje een stukje verder zetten. Aan de zijkant hier tot de deur gekomen. Alleen toen klapte die dranger dicht, daar zit een dranger op. En toen klapte die deur dicht, dus sindsdien durft ze hier helemaal niet meer naartoe.

I: Dus, je proberen dus waar mogelijk is.

P: We proberen dus wel uit te breiden, maar het lukt niet altijd.

I: Uhm, ten slotte als laatste. Mijn onderzoek gaat ook om te kijken of er een beweegcentrum of iets dergelijks mogelijk zou zijn. Uhm, ja, zou er een mogelijkheid zijn om de cliënten waar je mee werkt op een iets creatievere manier meer te laten bewegen?

P: Nee, niet in een sportcentrum. Dat zie ik ze nog niet doen.

I: En als daar op een creatieve manier, net als waar jullie mee bezig zijn, die oefeningen uhm aangehouden kunnen worden. Zou dat dan in principe ook kunnen of zeg je dan dat is niet te doen?

P: Nee, wat wij hier doen, dat is al heel wat voor de cliënten. Want je moet er rekening mee houden dat ze bejaard of hoogbejaard zijn. We hebben een enkeling die iets jonger is, maar uhm, ten minste qua kalenderleeftijd dan. Als iemand hier 55 is, dan is hij eigenlijk al heel oud voor iemand met een beperking. Maar we hebben er hier ook van in de 80.

I: Oh, dat is wel echt...

En we zijn blij dat we een beetje, die meneer die in de 80 is; twee keer in de week komt de fysiotherapie met hem lopen en wij lopen ook twee keer in de week een klein rondje met hem hier buiten.

I: Dus dat is voor hem in principe al heel...

P: Dat is al een hele prestatie.

I: Ja, binnen hun mogelijkheden probeer je hun wel te stimuleren.

P: Maar, we hebben ook mensen die helemaal niet kunnen lopen. Die op babyniveau zitten.

I: Ja, dan wordt het lastig. Zeker op dit niveau.

I: En als je gaat kijken naar medewerkers of iets dergelijks. Zou er eventueel mogelijkheid zijn om medewerkers aan het bewegen of aan het sporten te krijgen hier op het landpark? Om dat te stimuleren?

P: Ik denk dat, als er medewerkers dat willen, dat ze dat dan gewoon in hun eigen woonplaats aan het sporten zijn. Dat denk ik, want mijn ervaring is, als je hier naar werktijd je neus laat zien. Cliënten die dus mobiel zijn en dus ook rondlopen, die kennen iedereen. En voor je het weet ben je dan weer aan het werk.

I: Dat is inderdaad ook een goede gedachte.

P: Ja, ik denk niet echt dat er medewerkers uh. En overdag, onder werkdag,

I: Dan zijn ze werkzaam

P: Dan zij we hier gewoon aan het werken en dan lopen we ontzettend veel. In ieder geval op de woonvoorziening is het lopen echt heel erg veel.

I: Oké, prima.

P: Want we hebben de app een keer op de telefoon gezet.

I: Om te kijken hoeveel je dan loopt.

P: Ja, en dat was tussen de 10 en de 14 kilometer per dag.

I: Dat is best veel.

P: Dat is behoorlijk hè.

I: Ja, dat is heel goed.

I: Uhm, in ieder geval, dankjewel voor je tijd.

P: Ja.

Bijlage C Codering interviews

In deze bijlage zijn de coderingen per interview terug te vinden met daarnaast de verschillende antwoorden per vraag die gecategoriseerd zijn.

Wat wordt onder bewegen verstaan?

- Creatief bezig zijn over hoe er het beste bewogen kan worden in de dagelijkse handelingen
- Afhankelijk van het niveau invulling geven aan bewegen
- Bewegen belangrijk om immobiele mensen soepel te houden
- Bewegen zijn alle dagelijkse handelingen die worden verricht
- Alle bewegingsactiviteiten die worden uitgevoerd
- Bewegen is heel breed voor deze doelgroep, iedere stap die wordt gezet is bewegen

Wat zijn de verschillende voordelen van bewegen

- Betere doorbloeding bloedsomloop, botaanmaak, minder hart- en vaatziekten, minder overgewicht
- Samen bewegen, zorgt voor ontmoeten en lol
- Bevorderen van spiergewrichten, komt beter in je vel te zitten en wordt er vrolijk van
- Voelt je fitter, een betere stoelgang, minder doorligplekjes en tegen gaan van overgewicht
- Ontspannend voor de cliënt, samen bewegen zorgt voor goed gevoel
- Afvallen, verbeterde werking spijsvertering en het reduceert spanningen
- Mensen ontmoeten en lol met elkaar hebben
- Betere conditie, het is goed voor de spieren en helpt mensen om af te vallen
- Sociale bezigheid, ontlasting

Wat zijn de beweegmogelijkheden voor de cliënten op het Landpark

- Wielrenclub
- G-voetbalteam
- Wandeldriedaagse
- Sportweek
- Kegelclub
- Gymzaal
- Paardrijden
- Wandelen
- Fietsen

Wordt er rekening gehouden met voeding/ gezondheid

- Richtlijnen voor gezonde voeding. Het is samen onze verantwoordelijkheid als Stichting.
- Verantwoorde en goede recepten (4x per week vers gekookt)
- Samenwerking op gebied van voeding tussen activiteitencentrum en woonvoorziening

Ideale situatie Landpark Assisië

Ideale situatie zal zijn als cliënten per dag minimaal 30 minuten bewegen. Over algemeen wordt dit niet gehaald.

- Begeleiders hebben geen tijd/ te weinig kennis
- Begeleiders hospitaliseren
- Sturende functie innemen in plaats van zelf alles regelen voor de cliënt
- Mindset van het personeel moet veranderd worden
- Het belang van bewegen moet onder aandacht worden gebracht bij de begeleiders
- Te weinig bewogen onder de cliënten
- Te weinig tijd en het belang wordt niet ingezien door het personeel

Toegevoegde waarde van een beweegcentrum op Landpark Assisië

- Geweldig vinden om een Beweegcentrum op park te krijgen. Maatschappelijke participatie zal niet veel zijn, maar ook voor medewerkers is het positief.
- Positief. Let op voldoende begeleiding, dat het aantrekkelijk is en het moet er positief en leuk zijn.
- Heel goed. Zou een mooie toevoeging zijn, nog wel afhankelijk van onder andere familieleden.
- Positief. Zorg voor goede begeleiding en socialiseren
- Geen toegevoegde waarde voor deze doelgroep
- Super. Probeer het te integreren met dagelijkse activiteiten.

	Codering interview Gabrie Anne van Gernerden	
	Fragmenten	Open codering Code/label
intro	P: Dagelijkse dingen, ja ik behandel cliënten. En dat kan hier zijn maar kan ook op locatie zijn. Dat is niet alleen specifiek binnen deze vier muren, maar dat kan ook in Raamsdonksveer of.	
	P: Nee	
	P: Oke. Hoe ik bewegen zie? Of hoe ik het bewegen hier met deze cliënten zie?	
	P: Allereerst vind ik dat ze te weinig bewegen.	
	P: Wat is bewegen?	
	P: Uhm, ik denk zelfstandig al dan niet met hulp voortbewegen een x aantal minuten/ ure. En uhm, Wat bij deze doelgroep vaak naar voren komt is dat je heel creatief moet gaan denken over, hoe iemand kan bewegen. Of dat je ziet dat iemand in de rolstoel ziet. Het makkelijkste is als iemand gaat fietsen, lope. Dus dat is wel lastig. En uhm..	Creatief
	P: JA P: Het kan van alles zijn ja. Het kan ook zijn dat iemand zeg maar heel simpelk iets alleen met zijn arm doet, of dat het heel functioneel kan zijn. Als je kijkt naar fitness,	
	P: Uhm, dat is een heel lijstje. P: Bloedsomloop, botaanmaak. Uhm, conditie sowieso, maar ook gezond ouder worden. ?Uhm minder snel last van hart- en vaatziekten. Of van allerlei chiratriscie aandoeningen, die je op latere leeftijd krijgt. Uhm, geen last van overgewicht.	+ bloedomloop, botaanmaak, minder hart- en vaatziekten, chiriatriscie aandoeningen en overgewicht
	P: Als jij samen met iemand kan bewegen is het een sociale bezigheid. En als je ook nog eens mensen daar kunt ontmoeten. Het is bewezen dat een sociaal gebeuren ook meedraagt aan gezond ouder worden. Dus in die zin heb je dan twee dingen in een.	+ samen bewegen, ontmoeten. Gezond ouder worden
	P: Botaanmaak.	+ botaanmaak
	P: Ja, maar er zijn meerdere factoren. Gezond ouder worden bestaat uit: fysiek, ciognitef. En	
	P: Uhm, ja en nee. DE cliënten die komen, wordt er daarna veel gebruik van gemaakt. Vaak zie je dat er niets na is, dat ze lang blijven omdat ze anders niet gaan bewegen. En wat je vaak ziet dat cliënten vaak te laat naar ons toekomen terwijl eigenlijk het kwaad al geschied is. Dus iemand die	- te laat

	voldoende beweegt heeft ook een minder risico op vallen. Dus als iemand een valrisico heeft, dan kwaad tot erger zijn. En dan ben je eigenlijk te laat.	
	TON: klopt op de deur P: Hee Ton, je moet eventjes wachten jongen. Goed? P: Ik kom jou zodadelijk halen. T: Ik heb geklopt he. P: Ja, je hebt het heel goed gedaan. Ik kom je over kwartiertje halen, blijf.. Doe maar even koffie drinken, oke?	
	P: Ja, je ziet voornamelijk valpreventie heel duidelijk naar voren komen. Vooral bij oudere cliënten, en dat komt dus eigenlijk door het niet bewegen of weinig bewegen	- valpreventie
	P: Ja, sowieso obesitas is wel een groot deel. Maar goed dat is dan niet zo zo zeer een co mobiliteit. Dus dat is niet dat ze door hoofdzakelijk voor komen, maar als je kijkt naar de gemiddelde client die is eigenlijk te ...	- obesitas
	P: Nee P: Dertig minuten per dag bewegen P: Nee, daar komen de cliënten zeker niet aan. Ik weet niet of je het Goudonderzoek hebt gelezen, maar daar komt naar voren dat cliënten met een verstandelijke beperking en dan volgens mij alleen ouderen. Volgens mij alleen ouderen, dat 17% van alle oudere voldoende beweegt.	- te weinig beweging - 17% beweegt voldoende
	P: Oorzaken, ja vaak is het een stukje van geen tijd vanuit de begeleiding. Dus dat er te weinig om met de cliënten een wandeling te maken, of dat ze eigenlijk dan maar vijf minuten gaan wandelen een blokje om. En dat verder activiteiten bestaat uit koffie drinken, snoozen, snoozelen ofzo noemen ze dat. Tekenen, dat is leuk alleen als de tijd op is wordt het wandelen al gauw afgezegd en de makkelijke dingen blijven..	Geen tijd
	P: Die blijven over ja. Tv kijken of wat dan ook. Dus ja daardoor denk ik dat het komt. P: Geactiveerd	
	P: Ja en het is ook wel. Uhm, vaak worden ze hier gehospitaliseerd. Vanuit vroeger is altijd gezegd, ze hebben al zo weinig. Moet je ze dan wel gaan vervelen met bewegen. Of als iemand 90 jaar is, moet die dat dan nog wel doen. Als je iemand laat zitten kan die binnen een week dusdanig ver achteruit zijn gegaan, dat die niet meer kan lopen. Overhaupt niet. Ik denk ook heel vaak dat begeleiding onwetend is, wat de gevolgen zijn..	- hospitaliseren - begeleiding onwetend
	P: Ja, te weinig kennis P: Ja, te weinig kennis van wat de gevolgen zijn van niet bewegen of weinig bewegen.	- te weinig kennis
	P: Ja weet je, je hebt heel veel andere dingen. Maar dat is verschillend. Iemand met een nieuwe of wat dan ook heb je ook wel, maar	
	P: Ja zijn dit de belangrijkste dingen die voortkomen uit te weinig bewegen.	

	P: Uhm, nou ja we hebben de afdeling fysiotherapie. Waar we dan twee ruimtes hebben, wat je wel heel vaak ziet. We zijn met zijn vijven en dan is het wel vaak passen en meten waar je terecht kan. In die zin je hebt vaak te maken met autistische cliënten of met gedragsproblemen. Sowieso heb je te maken met privacy, dus dan wil je vaak een plekje alleen. Maar dat gaat dan vaak niet. En uhm, op de woonvoorzieningen zelf komen we ook maar daar hebben we niet echt een specifieke ruimte. Vaak op de slaapkamer of wat dan ook. Wat ik heel vaak merk is dat je creatief moet zijn. En uhm, en dan iemand eigenlijk nooit op een fiets kan dus je kan moeilijk conditie trainen. Uhm, en dat dat ook wel een stukje belangrijk is en wat ook niet altijd door ons gedaan hoeft te worden. Dat mis ik wel.	- te weinig ruimtes fysio
	P: Nee weinig. Ik merk de bewegingsagoge hebben hun vaste groepjes en die. Om daar een cliënt naar door te verwijzen is vaak moeilijk en dan geven ze aan het vol zit. Dus dat is wel lastig. P: Dat zou een logische volgorde zijn. Maar ik heb een cliënt die heeft recidiverende rugklachten, die rugklachten komen altijd terug. Dus die moet eigenlijk standaard bewegen en spierkracht oefeningen doen. Aan de pully en dat soort dingen. Maar dat heeft hij thuis niet, dus hij moet ergens naar toe. Maar hij heeft ook begeleiding nodig, hij kan niet zeg maar de sportschool zeg maar. Maar vanuit de begeleiding kunnen ze niet mee, maar bij beweging kan die niet terecht. P: Ik denk het wel. Het ligt er ook een beetje aan wat de plannen zijn van de bewegingstherapeuten omdat die nu bij de activiteitencentra gaan behoren. En ik hoop eigenlijk dat door middel van een mannetje op een soort van centrumpje te zetten dat daar iets meer begeleiding is en dat aan kan sturen. En dan heb je eigenlijk al voldoende begeleiding vaak er moet alleen wel iemand zijn.	- weinig samenwerking bewegingsagogen
	P: Ja hier in Biezenmortel. En uhm, buiten het terrein hebben we nog in Raamsdonksveer nog een ruimte. En voor de rest komen we gewoon op de locatie.	
	P: En het is opzich geen probleem als je de fitnessactiviteiten zeg maar in een algemene ruimte doet met meerdere. Alleen je moet je wel even terug kunnen trekken. En dat is vaak het probleem.	
	P: In welke zin?	
	P: Het zou gewoon fijn zijn als er op iedere woonvoorziening in ieder geval een ruimte is. Soms moet ik met cliënten naar buiten omdat er dan geen ruimte of plek is, of dat je niet alleen met iemand kan zijn. Als er iemand moeite heeft met de begeleiding is dat toch wel lastig. Uhm, en ja ik mis gewoon sommige apparten. Mis ik die belangrijk zijn.	- te weinig ruimte

	P: Leg press. Een loopband. Uhm, ja we hebben dan een pully. Maar goed die hebben we maar een. Dat zijn wel standaard dingen die belangrijk zijn. Armtrainer wordt vaak gebruikt, dus ja die hebben we ook maar een. Dus als er meerdere cliënten op moeten heb je al een	
	P: De gezondheid van de cliënt qua bewegen.	
	P: Dat iedere cliënt minstens een half uur per dag beweegt. Maar dat dan wel verdeeld over drie keer tien minuten bijvoorbeeld. Als je een half uur per dag beweegt is prima, is goed alleen als ie voor de rest de hele dag stil zit heb je er nog vrij weinig aan.	Doel 3x10 min bewegen
	P Ja en eigenlijk zeggen ze dat je naar tien minuten pas de bloedsomloop, botaanmaak en vetverbranding op gang brengt zeg maar. Dus in die zin zou je dus wel aan de tien minuten moeten komen.	
	P: Ik dat dat alleen maar goed is.	
	P: Om, om zo'n beweegcentrum te hebben om een meer mogelijkheden te hebben om te bewegen. En meer mogelijkheden tot samenwerken te hebben met de bewegingstherapie. Dat er meer mogelijkheid is om voor cliënten om te bewegen, zelfstandig zodat wij daar niet alleen maar voor nodig zijn. Zodat je zo zeer continu die chronische cliënten blijft houden maar dat je echt ruimte houdt voor de noodzakelijke dingen.	
	P: Ik denk het wel, ja	+ komt beweegcentrum
	P: Er moet wel voldoende begeleiding zijn in zo'n beweegcentrum. Het moet centraal liggen, want anders geeft de begeleiding aan ik kan hem daar niet heen brengen, want het is te ver of zo iets. Uhm, het moet eigenlijk aantrekkelijk gemaakt worden, het moet positief zijn en leuk zijn. Zodat de cliënt en de begeleiding er allebei iets aan heeft.	Voldoende begeleiding Aantrekkelijk, positief en leuk
	P: Wat je vaak ziet is dat de cliënt toch vaak de begeleiding volgt. Je moet zelf maar op dieet zijn en je moeder eet een slagroomtaart en die zegt tegen jou dat jij geen slagroomtaart mag. Je moet wel het goede voorbeeld geven, en daar loop je hier wel vaak tegen aan. Dat ze gebracht worden met de auto, terwijl ze meer moeten bewegen. Terwijl ze gewoon hier op het terrein wonen en dan hier naartoe komen voor onderzoek en met de auto komen. En dan denk ik ja dan had je eigenlijk met de fiets of lopend moeten gaan. En dat zijn de kleine dingen die eigenlijk belangrijk zijn. Het gaat niet om een beweegcentrum of wat dan ook, maar meer om het functioneel bewegen.	Goede voorbeeld geven
	P: Ik denk dat het meer een algemeen plaatje moet zijn en dat het beweegcentrum een mooie toevoeging is en dat begeleiding in moet zien dat cliënten daadwerkelijk meer moeten gaan bewegen. Je kunt wel zo'n mooi centrum hebben maar als ze niet inzien dat ze meer moeten bewegen dan werkt het niet.	+ toevoeging op aanbod

	P: Ja dat denk ik wel. P: Graag gedaan. Ik hoop dat het erop staat.	
--	--	--

Codering Luuk van Gestel. (Bewegingsagoog Stichting Prisma)

intro	Luuk: Nou wij zijn bewegingsagoge Maikel en ik, Maikel van Bragt is dat in dit geval. Uhm..wij zorgen eigenlijk voor beweging met de cliënten, zoveel mogelijk cliënten. Dat is het belangrijkste wat er is. Dit doen wij door verschillende dingen, wij doen eh..wij organiseren bijvoorbeeld sportdagen, dat wordt gedaan door ROC Tilburg waar wij ook mee samenwerken. Wat doen wij daarin nog meer? Wij doen dagelijks oefeningen met de cliënten, door gewoon in de gymzaal te bewegen met de cliënten. Dit doen wij nu door de week lang. Ondertussen zijn wij ook met andere projecten bezig, zoals een project is dat we naar AC's toegaan, daar gaan we bewegen toevoegen bij het programma proberen en daar gaan ze de begeleiding gaat daarmee door. Wij gaan door bijvoorbeeld twee weken heen en vervolgens komen er vier weken lang bakken te staan. Met die bakken kunnen ze bijvoorbeeld zitten mediakaarten in en met die volgen ze door. Dat is weer een project van ons. En verder willen we nog een aantal projectjes met bewegen, alleen die zijn nog...	
2.2	Luuk: Cliënten minimaal een half uur per week, per dag zelfs eigenlijk aan het bewegen te krijgen.	30 min per dag bewegen
2.2	L: Eh, is maar..	
2.3	L: Eh het ligt natuurlijk heel erg aan het niveau. De ene kan een hele sport beoefenen en zit bijvoorbeeld hier bij het G-team. En een ander iemand kan eh heel licht bewegen en die kan misschien alleen zijn schouders, schoudergewrichten die nog beweegbaar is. Uh..zo doen we bijvoorbeeld ook in het zwembad in Tilburg, daar zitten we ook. En daar kunnen we dan ook bewegen. Eh ja en dat is meestal voor wat lager niveau, waarmee we de schoudergewrichten los proberen te krijgen.	Afhankelijk van niveau invulling geven aan bewegen
2.4	L: Bewegen is sowieso altijd goed voor je, dat is een ding wat voor op staat. Beweging is belangrijk omdat je met beweging het bevorderen en behouden van je spiergewrichten eigenlijk beter kunt bevorderen . Uhm.. ja Je hebt zoveel mogelijk dingen. Eh het is de meeste cliënten worden er vrolijk van, dus je krijgt een positieve uitstraling van het bewegen. En zo ja..	+ goed om te bewegen + bevorderen behouden spiergewrichten + vrolijke cliënten
2.5	L: Zo kun je heel heel lang door gaan ja.	
2.6	L: Nou ja, met als ze voeding gaan gebruiken met d egezondheid. Eh ja, hoe meer je beweegt hoe je gezonder daarin ook wordt. En daarmee kom je tot het bevorderen van ja, hoe lekkerder je vel komen te zitten. Zoals eigenlijk ons thema inhoudt.	+ voeding, beter in je vel
	L: Ja, ze kunnen bij ons terecht coor een beweegprogramma een keer per week. Er wordt gedaan aan G-team,	G-team, wielrenclub, sportweek,

	wielrenclubje dat een keer per jaar de Mont Ventoux. Een keer per jaar de sportdag, nationale sportweek zoals dat heet. Niet alleen voor cliënten maar ook voor basisscholen. Georganiseerd door ROC Tilburg. En even kijken, ja en de projecten die wij dan houden tegenwoordig bij de AC's, activiteitencentra's.	
	L: Uhm, met de projecten gaan wij sowieso over een tijdje naar buiten toe. Dat gebeurt ook steeds meer. En we zullen uiteindelijk naar buiten toe moeten treden, en zoveel mogelijk cliënten van Prisma door heel Brabant ..Eh ja..laten bewegen.	
	L: Uhm nee wij zitten bij Amarant, daar hebben we een samenwerkingsverband mee. Dat horen wij af naar mijn weten.	
	L: Ik weet dat, ik weet niet hoe het zwembad heet, dat er een groepje ergens hier ook nog waarheen gaat. Durf alleen niet te zeggen waar dat is. Die zijn niet bij ons actief dus dan weten wij daar verder niet veel vanaf.	
	L: Uhm, wij zeggen automatisch ja er is altijd beweging. Of een cliënt nu uit zijn stoel moet opstaan en de afwas moet gaan doen is eigenlijk al beweging. Dus hoe kun je dan functioneren door het niet zelf te gaan doen, maar door een cliënt bijvoorbeeld iets te laten doen.	
	L: Een wandel driedaagse. L: Zo zijn er vast nog veel meer dingen.	+ wandel driedaagse
	L: Voor ons is het streven zoals ik net al zei om een half uur per dag dat ze echt bewegen. Mara voor ons is het misschien wel belangrijker dat ze kleine bewegingen onbewuste bewegingen, zoals zelf de afwas doen enzo. Dat dat er steeds meer in komt. Dat de begeleiding ziet dat de cliënten daar beter van worden en dat ze zelf meer gaan doen.	
	L: Ik geloof dat ze hun uiterste best doen, alleen als wij komen kijken of we komen een keer de hulp aanbieden om meer beweging te krijgen. Dan zien wij toch wel bepaalde puntjes, zien wij die natuurlijk omdat wij daar op..	- aandachtspunten begeleiding bewegen
	L: Ja wij zijn daar echt mee bezig. En je ziet het steeds meer en ze gaan ook zelf steeds meer bewust worden wat bewegen nou inhoudt.	
	L: We kunnen daarin zeker nog veel stappen maken ja.	
	L: Het zal zeker te makken hebben met de tijd. Dat is in deze grote tijd van de zorg en alles is dat nu ook. Dus het zal wel te maken hebben met de tijd. Sommige hebben de kennis er ook niet van, maar over het algemeen ga ik dat niet zeggen want dat weet ik niet. Dus ik denk bij mezelf dat het tijd en kennis is.	- tijd en kennis
	P: Ja, daar is ons project nou voor. Eh, en daarmee zin wij ook onderweg en wij zijn daar nou vier weken mee onderweg dus nou. Dat is nog even afwachten hoe dat zich gaat vorderen en hoe dat ja er over tien weken eruit ziet.	

	P: aan gewerkt	
	P: Uhm, ja wij missen materiaal sowieso. Voor ons is het essentieel om kleine materialen te hebben maar wel zinnerlijke, maar die wel zinnerlijk inspelen. Een bal met geluid voorbeeld, waardoor je niet alleen een bal die rolt hebt maar ook die herrie maakt. Dat is voor een cliënt vaak belangrijker, want dan wordt het gezien als leuk.	- te weinig materiaal
	P: We zouden ten alle tijden kunnen kijken naar wat de mogelijkheden zijn. Als dat niet ligt bij de kleine bewegingen, dan kunnen we het altijd uitbreiden naar minimale of misschien andere mogelijkheden. Maar je kunt er altijd uit zien te komen.	
	P: Wij staan daar heel goed tegenover. Wij zijn er zelf ook in onderzoek mee geweest. Ik heb hier al alles bij elkaar. We zijn met het bedrijf Matrix aan de gang en daarmee hebben we al een paar gesprekken gehad. En uh, en zodoende zijn we ook tot een paar dingen gekomen. Wij staan er goed tegenover, omdat wij denken dat met loopvormen/fietsen dat je veel meer interactie krijgt. Ondertussen dat je alleen maar het cardio gedeelte en een klein beetje kracht voor sommige, dan heb je al een gezondere leefstijl. En dat hoort er ook gewoon bij in het leven. En ik denk dat je met een fitnesszaal niet alleen de cliënten bevordert, maar ook de medewerkers mee krijgt.	+ heel goed tegenover beweegcentrum
	P: We hebben speciaal gekeken naar de cliënt ook met de gesprekken die we hebben gehad. In dit geval was dit met Bastiaan Periole, die heeft dus ook gekeken naar wat zijn de mogelijkheden voor iemand die dan in een rolstoel zit. Dus we hebben al gekeken naar loopbanden met langere zijkanen, in plaats van dat je een heel looprek neer moet zetten. Dus we hebben al specifiek proberen te kijken naar welke materialen/ apparaten er kunnen komen.	
	P: Jazeker.	
	P: Je moet altijd wel kijken naar vindt de cliënt het goed en mag het van de familie. En daar moet ook naar gekeken worden en dat is een luistervraag. En daar moet op geanticipeerd worden. Wil een cliënt het dan moet je het gelijk aanpakken en gewoon gaan kijken naar wat kun je doen. Is het niet in de fitnesszaal dan kun je misschien daar buiten hard gaan lopen. P: Ja, liefste nu al. P: Graag gedaan.	- afhankelijk van familie

Codering interview Leny van Moorsel (diëtiste Stichting Prisma)

2.2	P: Uh, ik heb uh zes tot acht[geroezemoes] want we zijn nu nog met twee diëtistes. Uh, dus ik ben niet dagelijks hier, uh. Ik probeer het twee keer per week minimaal toch wel aanwezig te zijn. Maar soms ook wel dat ik maar een keer in de week hier ben en dan uh, door op een andere dag zeg maar naar een woonvoorziening ga, omdat het natuurlijk over heel Brabant verspreidt zit. En als ik naar een woonvoorziening ga, dan ben ik daar altijd op afspraak. Hier ben ik ooit wel eens alleen om dingen uit te werken of net zoals daarnet hè, met de logo dingen te bespreken, maar dat is meer op het curatieve vlak als ik hier met paramedici overleg heb, of uh zeker, zodat ik weet hoe de voeding aangepast kan worden. Zodat ik weet wat iemand wel of niet kan hebben.	
2.2	P: Bewegen zie ik heel breed. Zeker voor deze doelgroep. Als is het maar dat ze opstaan, zelfstandig naar het toilet gaan en weer terugkomen. Ook voor ouderen he, die natuurlijk op een gegeven moment steeds minder kunnen gaan bewegen vanwege slijtage, maar ook ouderdom of dementie. Maar zelfs iedere stap vind ik dan passen in beweging. Voor jongeren geldt natuurlijk, heb je hogere eisen hè, dat je van naast hetgeen dat je zoal doet in het dagelijks leven, probeer ik altijd wel ze aan te moedigen om ook nog iets aan sport te doen, uh wat ze leuk vinden, of gewoon te wandelen of te zwemmen of te fietsen, maar daar iets meer uitdaging voor te zoeken.	Deze doelgroep iedere stap. Heel breed
2.3	P: Ja, uhm.	
2.4	P: Uh, nou kijk, wat voor verandering dat valt dan nog wel mee of tegen, net wat je eigenlijk voor ogen hebt. Vooral vind ik bewegen eigenlijk belangrijk omdat ze zich natuurlijk wel fitter voelen. Het is ook wel beter voor de stoelgang. Dus hè, als ze wat meer bewegen is er vaak minder problemen met de slechte stoelgang, dat ze makkelijker naar het toilet kunnen. Dat zie ik als voordeel. Ook minder mogelijke doorligplekjes als ze meer in beweging zijn, vanwege de doorbloeding. Dus dat zijn eigenlijk heel veel dingen die je wel met diëtetiek in verband brengt. Uh, want wij zeggen altijd als mensen decubitus hebben van eh je kan wel alleen een hoop eiwitten erin stoppen om die wond te dichten, maar ook heel erg belangrijk om te kijken van wisselganging of uh toch iemand uit die stoel halen, om die druk eraf te halen. Dus dan komt ook beweging daar weer om de hoek kijken.	+ fitter, beter stoelgang en minder doorligplekjes
2.5	P: Er zijn wel richtlijnen hè, hoofdmaaltijden van minimale hoeveelheid groente, vlees en zetmeel. Die drie componenten zitten altijd in de hoofdmaaltijd uhm, als	+ richtlijnen voeding

	tenminste de woonvoorziening zo'n maaltijd besteld. Soms in het weekend wordt ook wel daar vanaf geweken, dan uh ze kunnen zelf koken en dan kan er ook wel eens friet op het menu staan. En dan kan er ook wel eens friet op het menu staan en dan is het alleen maar friet met een kroket bijvoorbeeld, dus dan mis je de groente. Of dat ze pannenkoeken, nou ja allerlei mogelijkheden, maar gewoon doordeweeks hebben ze vaak wel wel de a petito maaltijden, dus de kant en klaar maaltijden, en die voldoen natuurlijk wel aan voorwaardeneisen. Van zoveel gram groente, vlees. En een minimale hoeveelheid groente zit toch wel tussen de 100, 125 gram groente. Is aan de krappe kant voor sommigen,	
2.6	P: Uh, dat is heel erg afhankelijk van de woonvoorziening, denk ik. Sommige woonvoorzieningen hebben best wel veel allerlei koken en chips en dat soort dingen op voorraad liggen. En er zijn ook woonvoorzieningen die zich meer richten op gezonder tussendoortjes zoals fruit of fruitsalade maken of iets dergelijks. Dus dat staat of valt denk ik wel met de visie van zo'n woongroep, hoe die daar zelf achter staan. En dan denk ik een beetje de populatie, want je hebt natuurlijk hier op Biezenmortel heb je jongeren zitten en je hebt een ouderengroep hè, dus ook daar pas je dan je tussendoortjes ook wel een beetje op aan, ja.	
	P: Nou, de verantwoordelijkheid... Eigenlijk is er de gezamenlijke verantwoordelijkheid, vind ik hè. Als instelling moet je zorgen dat mensen goed gevoed worden. En goede voeding betekent niet alleen maar van dat ze uh ondervoed raken, maar ook voorkomen dat ze overvoed raken hè, dus dat ze uh aankomen in gewicht.	Gezamenlijke verantwoordelijkheid
	P: Ja. P: Uhm. P: Vanuit uhm, richtlijnen vanuit de stichting zelf of bedoel jij...? P: Oh, vanuit de diëtiëk.	
	P: Ja, overgewicht, precies. En eh, dat is soms wel een lastige, maar eigenlijk zijn we daar als als stichting of als, ja stichting is het, allemaal verantwoordelijk voor. Dus iedereen draagt daar zijn steentje toe bij. Eh, alleen, hebben mensen natuurlijk nog eigen verantwoordelijkheid, maar dat is moeilijk hè met deze doelgroep, maar sommigen kunnen duidelijk aangeven wat ze wel en niet willen. Uh, en eh, wij zeggen hier altijd van, zo normaal als mogelijk. Dus eh, sommige cliënten kun je daar ook niet helemaal in beperken. Die probeer je wel te sturen, maar sommigen hebben toch zoveel eigen wil of geven heel duidelijk aan wat ze wel of niet willen, dat je dat voor een deel ook in meeneemt ja.	- Overgewicht
	P: Alleen als wij zeg maar betrokken zijn of worden hè, bij een cliënt dan uh neem ik dat stukje altijd wel mee van uh; wat doet iemand aan bewegen? Al is het alleen maar al om	Kijken naar bewegen cliënt

	in te kunnen schatten wat iemand zijn energiebehoefte is. Iemand die heel beweeglijk is, een bepaald spasme heeft of heel druk is, die zal meer verbruiken dan iemand die heel stil, in de stoel, en nauwelijks tot bewegen in staat is. Uh, als iemand af moet vallen, dan kijk ik altijd van; wat doet iemand aan beweging? Kunnen we die misschien nog meer laten bewegen? Hebben we hier misschien iets van een fiets staan, zou die daar op willen? Kunnen jullie met hem gaan lopen, wandelen? Dus dan bekijk ik op die manier wel van, kunnen we iemand nog meer aan bewegen krijgen.	
	P: Dat is net als met gezonde voeding, eigenlijk probeer je wel die gezonde leefstijl, waar ook het bewegen wel bij hoort, dat moeten we ook met z'n allen weer uitdragen, maar of dat gebeurt, dat denken wij van niet. Dus vandaar ook de vraag of verzoeken van; zoek eens uit of hier zo'n beweegcentrum op poten te tillen.	
	P: Ik denk het wel, als daar meer, met z'n allen, meer een belang, ik denk niet dat er altijd het belang van wordt ingezien. Uh, misschien ook tijdens, we hebben allemaal een beperkte hoeveelheid tijd hè, dus het is maar van net van uh, hoeveel tijd wil je ergens in steken? Maar ik denk dat dat wel meer mogelijk is dan dat dat nu gebeurt.	- te weinig tijd
	P: Nou, dat denk ik wel, ja ja. Als de begeleiders zouden zien van, iemand waar heel veel onrust of boosheid of wat dan is, en je zou zo iemand meer kunnen laten bewegen, en het geeft hij wordt daar rustiger van zeg maar, dan zie je meteen ook het belang van iets in van bewegen. En dan denk ik zeker dat het ook wel vaker wordt gebruikt.	Inzien belang van bewegen medewerkers
	P: Ik denk dat wij als diëtisten zeg maar nog vooral gezien worden van ondervoed of overvoed of een probleem met eten en drinken, maar bewegen dat uh, alleen maar see bewegen, ik denk niet dat we daar voor geconsulteerd worden, nee.	
	P: Van voldoende bewegen. Uh, een paar heb ik al genoemd hè, van uh betere stoelgang zit ik dan aan te denken, voor sommigen kan het doorligplekjes voorkomen, uh sommigen kunnen er rustig van worden, uh een hoger energieverbruik wat voor sommigen wel een voordeel heeft omdat ze steeds zwaarder worden. Uhm, een betere doorbloeding, dat ze zich ook fitter nou lekkerder in hun vel voelen als ze wat meer zouden bewegen. Net zoals wij dat ook eigenlijk hebben, als we meer bewegen voelen we ons energieverbruik dan als je een paar dagen op de bank hebt gehangen.	+ stoelgang, doorligplekjes, rustiger, hoger energieverbruik + fitter, beter in vel
	P: Nou, dat zal heel erg afhankelijk zijn van de cliënt. Want sommige die, is het sociale aspect heel belangrijk en andere die moeten juist weer prikkelarme omgeving, omdat ze anders te veel geprikkeld worden. Dus dat zal heel erg afhankelijk zijn van het type cliënt denk ik. Maar voor een deel zal dat zeker waar zijn, uh, ja.	Afhankelijk van de cliënt
	P: Ik denk dat te weinig uh, in principe te weinig,	- Te weinig tijd en

	onvoldoende tijd hebben daarvoor of het belang niet altijd goed voor ogen hebben. Ja, ik denk dat die twee wel het belangrijkste zijn.	elang
	P: Ja. P: Ja. P: Ja.	
	P: Nou, wat wel binnen, en dan heb ik het even niet alleen over deze doelgroep, maar algemeen wel dat er steeds meer gekeken wordt naar, het bewegen zeg maar meegenomen wordt in de hele leefstijl van mensen. Ik denk dat dat bijna iedere diëtist wel doet, omdat dat juist altijd gecombineerd moet worden. En niet eens zo direct voor dat je dan zoveel meer gaat verbranden, maar vooral eigenlijk dat je je energiekeker voelt. Daardoor beter in je vel komt zitten, wanneer je beter in je vel voelt zitten, ben je sterker, meer opgewassen om de verleiding te weerstaan, dus het heeft allemaal toch invloed op elkaar.	
	P: En wat ik meestal wel meeneem, is ook wel niet alleen maar conditie, en dat zal bij deze doelgroep minder zijn, maar enerzijds een beetje werken aan de conditie en anderzijds ook spierversterkende oefeningen, want als je meer spiermassa hebt, dan heb je een hogere verbranding en dan heb je een andere stofwisseling. En dat gaat dag en nacht door, dus dan kan je meer brandstof tot je nemen, dus dat is alleen maar positief uh.	+ conditie, spierversterkende oefeningen
	P: Benadering bedoel je?	
	P: Uhm, ik heb wel eens zo zitten nadenken. Het zou mooi zijn als je hier een soort van uhm overkapte speeltuin hebt, zo moet ik het dan maar zien, voor deze doelgroep. Wat heel uitnodigend, met, eruit ziet; hier wil ik wel iets op gaan doen, zoals kinderen ook nieuwsgierig zijn naar toestellen om daar van gebruik te maken. Die wel heel veilig zijn, maar toch uitnodigen om te bewegen.	Overkapte speeltuin
	P: Ja.	
	P: Nou, dat is heel positief, ja. Ik zou dat geweldig vinden als dat mogelijk zou zijn.	+ Geweldig
	P: Ja, als dat goed aangepakt wordt hè, dus de medewerkers daar in meenemen, dat zij vooral ook uit het belang ervan inzien, dan denk ik dat het heel positief kan werken.	+ Heel positief
	P: Uhm.	
	P: Uhm, ja ik weet alleen niet of dat zal gebeuren, of mensen van buiten hier naartoe komen, dat kan ik moeilijk inschatten, want er zijn natuurlijk inmiddels al zo veel sportcentra overal bijgekomen, dat uhm ja. Mensen zoeken vaak toch iets dat dicht bij huis is, dus.	- maatschappelijke participatie
	P: Ja. P: Ja. Wel van de woonvoorzieningen die hier in de buurt zitten.	
	P: Precies.	
	P: Ja, wat wel misschien een mogelijkheid is, van mensen	+ medewerkers

	van buiten hier binnen laten bewegen, dat weet ik niet of dat gaat lukken, maar wel natuurlijk de medewerkers. Waarom zouden die niet vooral hier meer kunnen gaan sporten? Al is het maar even tussendoor, een pauze of voor het werk of na het werk, dat ze gewoon ook hier een fitness...	
	P: Ja. P: Dan moet uh...	
	P: Ik denk eerder aan een soort van speeltuin. Ik heb wel eens ooit op tv gezien, dat was voor een verpleeghuis of in ieder geval voor ouderen, en daar hadden ze buiten wat toestellen, maar zo gemaakt dat ouderen daar dan wat gingen doen hè, als een soort van, niet zo'n modern apparaat als een crosstrainer, maar iets iets wat er leuk uit ziet maar wel met bewegen.	
	P: Een soort van speelgoedachtige attributen denk ik dan aan, ja. P: Want volgens mij hebben ze voetbalvelden, volgens mij.	Voetbal, speeltuin
	P: En een zwembad, dat lijkt me toch, daar moet je heel veel begeleiding op zetten, daar kunnen mensen niet zomaar individueel gaan doen. Dat vind ik wat, een hoger aantal natuurlijk wel fijn zou vinden als we daar bij zouden zitten, maar ja.	zwembad
	P: Nou, graag gedaan.	

Codering interview Ingrid vd Heuvel (teamleider)

	P: Twee locaties heb ik. De reit in Biezenmortel, net hier buiten het terrein, en een oudereninitiatief in Eindhoven, waar ik ook nog deels meewerk en daar ben ik teamleider.	
	P: Van alles. Ik werk daar nog mee een stukje, maar dat is nog heel weinig nog. Uh, ja vooral coördineren van zaken, uh, het proces bewaken, noem het allemaal maar op. Een leuke, uitdagende functie.	
	P: Dat de cliënten in elk geval de mogelijkheid krijgen om te bewegen. En dat bewegen kan 'm zitten in het echt sporten hè, dus bij een voetbalclub of bij een badmintonclub, maar ook gewoon het wandelen, omdat toch bewegen voor iedereen wel heel erg goed is. Ik vind voor deze cliënten is het echt sporten, voor sommige misschien, toch wel te hoog. Maar echt gewoon het bewegen, met name voor cliënten die immobiel zijn, is.. vind ik dat wel heel erg belangrijk, omdat je ook ziet dat sommige cliënten daar ook wel heel erg veel energie van krijgen.	Bewegen, wandelen belangrijk.
	P: Ja.	
	P: Ja, het is gewoon sowieso goed voor de gezondheid. Voor de lifestyle is het ook gewoon belangrijk. Ontspannend, voor cliënten is het ook wel ontspannend. Uhm, en cliënten, uhm, dat is hier iets minder denk ik. In Eindhoven hebben ze dan een eigen sportruimte hè, maar als ik kijk naar bijvoorbeeld wat jij wilt bereiken, dat is hier een sportruimte, dan is dat ook nog een stukje sociaal hè. Dat is voor cliënten qua sociaal netwerk ook nog gunstig is, omdat ze gewoon meerdere cliënten zien	+ gezondheid, lifestyle,ontspannend.
	P: Ontspannend ook.	+ ontspannend
	P: Ja.	
	P: Precies.	
	P: Op de Reit doen ze wel heel veel wandelen en heel erg veel fietsen, met name als ze boodschappen moeten doen. Een aantal die sporten ook nog en uhm, in Eindhoven hebben ze een eigen sport-fitnessruimte. Destijds ontwikkeld waarin twee keer per week een fitnessinstructrice komt. Die is vaak fysiotherapie. En die cliënten sporten gewoon twee keer in de week, of een keer, afhankelijk van wat ze willen en of ze nog meer hebben.	Wandelen en fietsen Fysiotherapie
	P: Bij het voetbalveld een aantal, maar verder niet heel erg veel hoor. Ja, paardrijden doen er wel. Dat is in principe ook wel sport hè, dat er een aantal paardrijden. Maar ik denk dat het voor een aantal ook gewoon leuk is	Voetballen, paardrijden

	om te fitnessen, maar die mogelijkheid is er gewoon nu niet. Of je moet naar een particuliere sportschool gewoon, en dan moet er ook altijd begeleiding mee, dat is gewoon niet altijd uh...	
	P: Met name toch wel op het lopen en het fietsen.	
	P: Ja. Een aantal die fietsen hier ook, die fietsen hier ook rond en naar het terrein. En die lopen naar het terrein, sommigen.	
	P: Of die echt formeel vast staan, dat weet ik niet. Maar wel, we hebben daar wel goede afspraken samen over gemaakt. Dus dat we zoveel mogelijk... alleen met de bus als het noodzakelijk is, en verder gewoon meer lopen. Fietsen met de cliënten wordt heel veel gedaan. Team is hier op het terrein wel heel erg actief ook.	Fietsen
	P: Ja. Ik heb Eindhoven daar even buiten gelaten zeg maar.	
	P: Dan doe ik nou alleen maar op de Reit.	
	P: Ja, zoveel waar mogelijk bewogen zeg maar.	
	P: Nou ja, die doen aan voetballen... die gaan naar het voetbalveld. Er zit volgens mij niemand bij het G-voetbal, maar ehm, wel paardrijden wel, dat doen ze wel actief.	Voetballen en paardrijden
	P: Gestimuleerd.	
	P: Ja.	
	P: Daar heb ik niet heel veel, omdat ik niet op een AC werk, dat zou je wel eens Angela Elshout voor kunnen benaderen. Ik heb daar niet heel veel zicht op, uh, ik weet wel, net als op de boerderij waar een cliënt werkt, daar doen ze wel heel veel, of ja, daar zijn ze gewoon ook heel veel buiten hè, dus bezig met de dieren en eh, dus daar bewegen ze wel echt heel veel. Een cliënt die bij de post werkt loopt veel, fietst veel. Cliënten die dingen opgehaald. Bij een aantal woonvoorzieningen weet ik wel dat ze gewoon veel buiten komen en dat ze...	
	P: Maar of dat nou op de dagbesteding bijvoorbeeld of arbeidsmatig veel aan beweging doen, dat durf ik eigenlijk niet te zeggen.	Weinig kennis AC
	P: Nou, eigenlijk min of meer wat ik net zei. Gewoon hè.	
	P: Paardrijden, een paar zitten er op het paardrijden. En, in het weekend wordt er ook wel, er wordt zelf gekookt op de Reit, vier dagen in de week, dus die boodschappen moeten gedaan worden. En we proberen zoveel als mogelijk dat ook samen met de cliënten te doen hè.	+ samen stimuleren bewegen
	P: Ja, en dan gaan ze ook mee, waar kan op de fiets of uh in ieder geval te voet. Maar met name wel op de fiets, omdat dat anders net iets te ver is.	
	P: Nou, ik denk wel.	
	P: Bij een aantal denk ik wel, die nu iets minder aan beweging doen, dus die iets minder sporten zeg maar of die het niet zo leuk vinden om te fietsen. Denk ik wel dat	

	er voor een aantal, bijvoorbeeld een echte wandelclub, dus dat ze ook andere mensen zien, of een fitnessgelegenheid, dat dat wel meerwaarde kan hebben ja.	
	P: Iets anders als anders gewoon. Dus zeg maar een boksbal, of balansoefeningen, ik noem zomaar iets. Een keer krachttraining voor wie dat eventueel zou willen.	Boksbal, balansoefeningen
	P: Ja, misschien wel. Maar goed, het is wel natuurlijk hè, ze zijn vijf dagen in de week werken ze, er is geen een dag dat we overdag open zijn, dus dan blijft het weekend open, dan zou het natuurlijk wel kunnen, maar in het weekend hebben ze al best wel veel bezigheden zeg maar hè; ze gaan naar de kerk, ze gaan op uitstapje, ze gaan een keer iets leuks doen, dagjes weg, een terrasje pikken...	- druk bezig
	P: Wat ik net benoemde dan, zeg maar, dus de cliënten die buiten werken en al veel bewegen zeg maar, op hun werk.	
	P: Nee, dat durf ik niet te zeggen.	
	P: Ja.	
	P: Ja, de wandelvierdaagse, daar doen ze altijd aan mee.	wandelvierdaagse
	P: Ja, bijvoorbeeld.	
	P: Ja, iets anders te doen, of tennissen, ik noem nou zomaar iets hè.	tennissen
	P: Ja, daar zijn wel goede afspraken over gemaakt, ook wel met cliënten individueel als het echt in een individueel betreft. Waar voorheen zeven dagen per week a petito gegeten werd, is dat nu niet meer. Dus er wordt vier keer vers gekookt. En dan echt met recepten, dus die recepten worden uitgezocht. En, ja, uhm, daar wordt eigenlijk invulling aangegeven door het team samen met cliënten.	+ goede voeding
	P: Dat is echt heel leuk.	
	P: Ja, ja, ja, zeker.	
	P: We doen ook niet uit pakjes, het zijn gewoon verantwoorde recepten. En uhm een medewerker heeft ook de workshop... Een tijdje terug zijn er ook workshops gegeven; wat is nou gezonde voeding? Een workshop heet ook gezonde voeding. En er is een medewerker die heeft daar aan meegedaan en binnenkort krijgt het hele team die workshop.	+ verantwoorde recepten
	P: Ja, als er vraag naar is, dan wel. Nou, en dan die kookworkshop, die vrouw is voedingsdeskundige geloof ik. Dus daar heeft die medewerker ook wel heel veel in meegenomen.	
	P: Ja.	
	P: Iedereen krijgt die workshop en dan... Sommige mensen kunnen gewoon niet koken.	
	P: Zo simpel is het.	
	P: Ja.	

	P: Ja, daar zijn goede afspraken over gemaakt. Dat is per cliënt. De een kan dat wat meer hebben als de ander.	
	P: Ja, dat is echt heel belangrijk.	
	P: Ja, en soms de rem erop.	
	P: Ja, dat is heel belangrijk.	
	P: Ja.	
	P: Ik denk, niet per sé op de Reit, maar dat zou vanuit het Landpark, met leefbaarheid, ik weet niet of daar heel veel aandacht... Ik denk dat dat wel een mooie ontwikkeling zou zijn, als dat bijvoorbeeld ... Ja, dat kan allemaal niet meer, dat was vroeger misschien wel, dat cliënten konden gaan zwemmen of noem het maar op. Ik denk dat dat wel een hele mooie ontwikkeling zou kunnen zijn. En op de Reit specifiek, vind ik al wel dat er heel veel aan voeding en beweging wordt gedaan, dus of we daar nog heel veel meer...Ja, dan zou er misschien iets meer individueel gekeken kunnen worden, als er bijvoorbeeld een wandelclub is, maar dat is... Een cliënt die heeft dat afgelopen jaar ook al gedaan, dus daar zijn ze wel echt goed mee bezig voor cliënten die dat echt wel heel leuk vinden. Er wordt wel veel georganiseerd.	+ persoonlijk bewegen
	P: Nee, dat doen cliënten in principe zelf. Op hun eigen appartement als ze bezoek krijgen.	
	P: Ja, die hebben een eigen appartement. Dus die zetten, als er visite komt, ook op hun eigen appartement gewoon koffie. Of gezamenlijk, dat ligt er een beetje aan of er familie weggaat of niet, maar we proberen dat wel zoveel mogelijk cliënten zelf te laten doen.	
	P: Sturend ja.	+ Sturende functie
	P: Ja. P: Nee het is niet zo van cliënten ga zitten, nee dat proberen we niet te doen.	
	P: Ja, en te laten poetsen ook.	
	P: Ja.	
	P: Uhm, op zich wel positief eigenlijk. In Eindhoven hadden ze dan die eigen fitnessruimte, dat was in het begin wel heel mooi, maar dat houdt ook wel tegen dat cliënten niet zelf naar de sportschool gaan hè. Alleen, ik denk, dat dat hier wel, als je het een beetje vergelijkt met een klein dorpje, dan denk ik wel dat dat meerwaarde zou kunnen hebben voor cliënten.	+ meerwaarde voor cliënten
	P: Ja, zeker wel.	
	P: Uh, ik denk je personele inzet in de begeleiding, maar dat zou je bijvoorbeeld ook wel kunnen doen met stagiaires, vrijwilligers. Hè, mensen die dat heel leuk vinden, fysiotherapeuten die dat leuk vinden, om cliënten ook aan beweging te krijgen, maar ook een beetje in beweging te houden. En dat hoeft allemaal niet heel spannend te zijn en heel groot te zijn, maar eh, ja. En een stukje socialiseren vind ik daarin ook wel belangrijk.	Persoonlijke begeleiding, socialiseren

	P: Ja, een aantal denk ik wel, ja.	
	P: Ja, ik denk dat dat voor cliënten van de Reit ook wel heel leuk is. Dat ze gewoon ergens anders, en dat is natuurlijk hier ook, maar je gaat gewoon ergens anders bewegen. Want, hier hebben ze toch ook een afdeling bewegen neem ik aan? Of, een afdeling sport en bewegen bedoel ik?	
	P: Ja, precies.	
	P: Ja.	
	P: Of?	
	P: Dat weet ik niet. Ja, dat ligt een beetje aan de voorwaarden en de afspraken denk ik. Ik denk dat het uitgangspunt in eerste instantie moet zijn voor cliënten. Denk ik.	Eerste instantie cliënt
	P: Als je kijkt, niet alleen begeleiders, maar wel inwoners van Biezenmortel. Als jij van Landpark Assisië ook onderdeel bent van uh, de woonplaats Biezenmortel, van goh, hoe kun je dan een stukje van mensen ook hier heen halen. Ik denk niet dat het specifiek alleen begeleiders kunnen zijn, maar ook mensen uit Biezenmortel of scholen.	Bewoners en scholen
	P: Ja. P: Geen dank. P: Succes.	

Codering interview Angela Elshout

	P: Ik ben teamleider arbeid en dagbesteding. En ik heb een aantal locatie, de helft van wat we hier op het landpark hebben zeg maar ongeveer; dat is AC hinderloop, vlindersteegje drie, AC kievietsvlucht, landpark tv en dorps huis.	
	P: Nee, we werken wel samen natuurlijk, maar ik ben van dagbesteding.	
	P: Nou, dat is heel verschillend. We hadden het net al even over ouderen. Dan gaat het voor mij echt om gezond blijven, want ouderen die minder bewegen, ja dan zie je gewoon vaker dat die meerdere dingen onder de leden gaan krijgen. Dus dat vind ik heel belangrijk. Maar we hebben ook een andere doelgroep hier op het landpark, en dan gaat het om mensen met moeilijk verstaanbaar gedrag. Waardoor het bewegen ook ontspanning kan geven, en dus uiteindelijk ook gedragsproblemen kan voorkomen.	Gezond blijven, ontspanning
	P: Ja, gewicht zal niet zo gauw toenemen als je gezond beweegt, maar ook andere ziektes komen minder vaak voor als je beter beweegt. Spijsvertering werkt beter, ik denk dat het spanning reduceert.	Afvallen, spijsvertering, spanning reductie
	P: Veel ontmoetingen en uhm, ja lol.	Ontmoeten en lol
	P: Ja.	
	P: Nou, ik heb daar geen cijfers van, maar ik geloof het niet. Maar daar zit wel een heel verschil in. Want we hebben met de cliënten waarbij het spanningen reduceert wel een duidelijker beweegprogramma vind ik, dan met ouderen.	
	P: Omdat de noodzaak groter lijkt te zijn, dat is meer zichtbaar.	
	P: Ja ik denk het wel, we zijn te veel verzorgend zeg maar, we nemen te veel over.	- nemen te veel over
	P: Ik denk dat mogelijkheden best divers zijn, omdat je verder moet kijken dan het landpark. Ook deze cliënten die hier wonen kunnen lid worden van een club, bij wijze van spreken.	
	P: Dat is de normaalste gang van zaken denk ik. Ik weet ook dat er een overzicht is van wat er in de omgeving al is aan aanbod, ook voor mensen met een beperking. Dat is behoorlijk veel. Uhm, de last daarvan is denk ik dat het begeleidingsuren kost en vervoer. Dat is altijd een groot punt. Hier op het landpark we hebben natuurlijk een enorm terrein, dus qua wandelen fietsen, dat soort zaken, is er voldoende om te doen. Ik denk dat het voor jongeren wel een te weinig uitdagend gebied is. Dat je ook qua toestellen bijv. in de buitenlucht meer zou kunnen doen. Maar we hebben hier een sportveld...	+ groot aanbod - tijd en vervoer + wandelen, fietsen - te weinig uitdaging

	P: Ja. We hebben een manege waar je kunt paardrijden. Wij hebben een gymzaal bij nachtegaal 14, die veel te weinig gebruikt wordt. Wij hebben al voorgesteld om bewegen en fysio samen te laten werken en dan van die ruimte gebruik te maken, dan zit je ook heel dicht bij de cliënten die het het meeste nodig hebben.	Paardrijden, gymzaal,
	P: Ja, dat wordt wel veel gedaan. Maar het is soms wel moeilijk om wandelen, wandelen te laten zijn. Niet iedereen ziet daar het nut van in. Soms moet je er iets anders aan koppelen om het voor de cliënten ook duidelijk te maken.	- belang inzien
	P: Ja, we hebben dit stuk op gesteld. Onder leeftijd en herstel voor elke cliënt.	
	P: Nu een paar maanden.	
	P: Ja, als het goed is zijn de bewegingsbegeleiders dat ook mee aan de slag, dus die zouden je daar meer over kunnen vertellen.	
	P: Ja, dan komt er nog een kegelclub.	Kegelclub
	P: Ja. P: Ja. P: Ja	
	P: Dat is heel verschillend	
	P: Ik weet niet wat jij onder arbeidsmatig verstaat, haha.	
	P: De meeste cliënten werken niet alleen maar arbeidsmatig, want dan heb je het over een bepaald niveau van cliënten. Maar als je bijvoorbeeld bij AC groen werkt, dan ben je heel buiten en in beweging. En als je werkt bij AC hinderloop, dan ben je veel minder in beweging, alhoewel daar ook weer mensen van alles op gaan halen, hout zagen wat weer verkocht wordt, wel wandelen, fietsen.	+ aandacht bewegen
	P: Absoluut. En via dat programma wat we samen hebben bedacht nemen we het ook op in het cliënt plan. Dus er worden ook wel duidelijk doelen gesteld.	
	P: Ja, maar in de normale gang van zaken is dat wel geïndiceerd vanuit wonen en dragen we bij vanuit dagbesteding.	
	P: Mogelijkheden en middelen denk ik wel. Het is ten eerste een bewustzijn bij medewerkers, dus daar moet nog aan gewerkt worden. Dus de handen op de rug houden en veel meer zorgen dat mensen van die stoel af moeten komen. En ik denk dat we op het park zelf, met name voor jongeren, nog iets zouden kunnen doen aan toestellen, dus gewoon lekker in de buitenlucht. En ik denk dat we binnen echt heel specifiek moeten kijken naar mogelijkheden voor echt de verschillende doelgroepen. Dus niet meteen beginnen te praten over spinningfietsen, maar kijken wat voor vormen van beweging zouden nodig zijn en ook in samenspraak met de fysio.	- bewust zijn medewerkers - vormen van bewegen
	P: Ja, want ook daar zit nou namelijk nog geen samenwerking. Dus ook daar mag meer bewustzijn zijn. Want ik had bijvoorbeeld laatst een cliënt die op de fysio	Samenwerken fysio en bewegen

	moest oefenen met traplopen, maar vanuit beweging was dat niet helder. Als daarin meer duidelijkheid zou komen, dan kunnen de bewegingsbegeleiders daar ook meer mee doen.	
	P: Ja.	
	P: Uhm, normaal gesproken wordt alles vanuit wonen geregeld. Want cliënten die naar dagbesteding komen, hebben hun broodtrommeltje bij zich, zeg maar. Wat wel gebeurd, is dat er soms extra's zijn, en dat zie je met name als het gaat om belevingsgerichte cliënten, dus dan gaat het om ruiken, proeven, geuren. Uhm, dus je moet wel rekening houden met die extraatjes. Je kunt moeilijk elke week een taart bakken bijvoorbeeld.	
	P: Persoonlijke ondersteuners moeten met de persoonlijke ondersteuner van wonen het cliënt-plan opstellen. Daar vind ik dat bewegen aan de orde moet komen. En die moeten daar ook een duidelijke doelstelling en afspraken in zetten, als dat nodig is.	
	P: Nee, we zijn net begonnen met de bewegingsbegeleiders om daar naar te kijken. Die gaan langs en die observeren.	
	P: Ja, observeren en vanuit daar een terugkoppeling geven.	
	P: Ik draai hem om. Ik zou niet uitgaan van of er hier wel of geen beweegcentrum moet komen. Ik zou kijken naar de behoefte van de mensen hier aan bewegen. En dan is het de vraag of er hier een beweegcentrum moet komen. Dat weet ik niet.	Behoeft vanuit client
	P: En niet alleen maar omdat het leuk of lekker makkelijk is, want dan kunnen we ook buiten het	
	P: Precies.	
	P: Ja, maar ik denk dat het in eerste instantie zeker zo leuk is, als je dan met zo'n groepje ouderen die toch meer moeten bewegen, de boel oppakt en naar een ouderenclub hier in Biezenmortel of in Udenhout gaat. Als je het over de sociale contacten hebt.	Socialiseren in maatschappij
	P: Ja, ik zou eerst kijken van: wat is de vraag vanuit de cliënten en wat hebben we daar dan bij nodig? P: Graag gedaan.	

Codering interview Elmy Weijtmans

	P: Uhm, mijn functie is begeleider A en ik werk op Nachtegaal laan 14, activiteitencentrum. En op Konijnenberg 4, de woonvoorziening en ik werk nog in het hoofdgebouw als archivaris.	
	P: Vijf dagen per week	
	P: Zowel hier, als op de woonvoorziening. Op het archief werk ik maar 4 uur.	
	P: Bij de cliënten waar ik mee werk	
	P: Daar is het bewegen gewoon eigenlijk de dagelijkse dingen, zoals tafeldekken, tafel afruimen. Die dingen. Gewoon de huishoudelijke dingen.	Dagelijkse handelingen
	P: Verder doen wij nog wel wat lichte sportactiviteiten met een paar cliënten, zoals balletjes op een pion leggen, dat ze moeten gaan bukken. Uhm, een soort kegelen, een bal overgooien, een bal rollen, al die dingen.	Kegelen, overgooien etc
	P: Voorbeelden van bewegen; betere conditie, uh, ja, het is goed voor de spieren. Afvallen	Betere conditie, goed voor spieren, afvallen
	P: Die, het is hier allemaal 'ik'.	Weinig sociaal . Ik
	P: Ik probeer wel eens met een bal, maar die gooien ze dan. Dan is mijn bedoeling dat ze die bal dus onderling naar elkaar over gaan rollen of gooien, maar die gooien ze allemaal naar mij. Haha.	
	P: En mij	
	P: Uhm	
	P: Uhm, nog een keer	
	P: Uhm, ja, hier op het activiteitencentrum wel. Op de woonvoorziening zijn we nu iets, zijn ze voorzichtig begonnen. Omdat er cliënten bij zijn die nog kunnen lopen, met een rollator, dat die bijvoorbeeld zelf hun spulletjes naar de aanrecht gaan brengen. Daar zijn ze nog heel erg gewend om te zorgen voor.	- minder zorgen
	P: Terwijl wij hier zeggen van, je kunt ook zorgen dat ...	
	P: Ja, hier binnen gewoon lopen. En dan hebben wij wat lichte, kleine sportattributen. Zoals kegels, balletjes, die dingetjes.	
	P: Ja, hetzelfde als hier. Op hetzelfde niveau.	
	P: Mm, ja, die zijn er wel. Als begeleider A zijnde, hebben we wel aangegeven. Van nou, daar kunnen ze nog. Maar daar moet iedereen op gecoacht worden. Dat ze dat ook daadwerkelijk doen. Ook al duurt het langer dan. Mensen zijn geneigd van; ja, maar dan kost het meer tijd. Je even	Tijd

	anders denken.	
	P: Ja, hier wordt er meer bewogen als op de woonvoorziening.	
	P: Ja, die moeten anders gaan denken.	
	P: Welke veranderingen zijn er mogelijk binnen het bewegen...	
	P: Ja, het enige. Dit hebben we er dan doorheen kunnen krijgen bij de cliënten, dat er hier dus. Dat ze zelf dus meehelpen met de tafel dekken enzo, want het zijn allemaal hele oude mensen. Het zijn allemaal bejaarden of hoogbejaard en, uhm, niet gewend om te bewegen. Want er werd altijd wel gezorgd dat. Dat ze alles zelf voor zich kregen.	- teveel gezorgd
	P: Ja	
	P: Ja	
	P: Ja, er zijn een aantal cliënten waar ik van weet dat ze in contact zijn met de diëtiste. Dan krijgen wij de papieren ook binnen waar we ons aan moeten houden, en dat doen we ook altijd wel. En als we een keer een uitzondering hebben, er staat geen gebak, dat is voor niemand gezond. Maar als er dan hier een jarige is en die brengt taart mee, dan kun je niet tegen diegene zeggen; 'jij mag geen taart, want de diëtiste heeft tegen jou gezegd geen gebak.' En dan is het niveau dermate laag, dus dan geven wij een klein stukje, om de smaaksensatie.	Rekening houden met voeding
	P: En dan geven we dat door aan de woonvoorziening. Want stel nou dat er op de woonvoorziening die dag ook nog iets is, dan weten ze in ieder geval, maar die heeft op het AC ook al iets gehad, dan zullen we ergens moeten gaan skippen.	
	P: Ja	
	P: Uhm, chips hebben wij hier op het AC nooit. Op de woonvoorziening zie ik dat ook eigenlijk niet. Want ik zie dat nooit in de kast liggen, dus uh. En een koekje krijgen ze hier bij de koffie, maar dat zijn voornamelijk Maria koekjes, speculaasjes.	
	P: Dat zijn op zich wel de gezondere koekjes. Niet dat ze gezond zijn, maar ze zijn iets minder vet als de andere.	
	P: Ja	
	P: Nee, nee. Want ze hebben eten a petito op de woonvoorziening, en dat is gewoon uitgebalanceerd. En verder eten cliënten waar ik werk, altijd bruin brood, dus niet die ongezonde witte mik.	
	P: In ieder geval niet met de doelgroep waar ik mee werk.	
	P: Dat is gewoon laag niveau.	
	P: Nee, wij hebben hier een keer zo'n, wat was het, zo'n apparaat. Ja, we hadden het gewonnen en weggegeven. Daar kon je in ieder geval naar voren en naar achteren schuiven en dat was goed voor de buikspieren. Geen cliënt die dat hier doet. We hebben 'm hier in de gymzaal neergezet, bij Luuk en Maikel. Zo van, misschien dat daar 's avonds wat hoger	- weinig actief bewegen

	niveau komt en die dat kunnen gebruiken.	
	P: Ja, dat is wat wij.	
	P: Nee, nee, want. We waren zelfs zo creatief om een cliënt de gymzaal in de krijgen die dus drempelvrees heeft. Met een vogelkooitje waar roodborstjes inzaten en dus broodkorstjes ingelegd moesten worden. Elke keer het vogelkooitje een stukje verder zetten. Aan de zijkant hier tot de deur gekomen. Alleen toen klapte die dranger dicht, daar zit een dranger op. En toen klapte die deur dicht, dus sindsdien durft ze hier helemaal niet meer naartoe.	Creatief bezig zijn
	P: We proberen dus wel uit te breiden, maar het lukt niet altijd.	
	P: Nee, niet in een sportcentrum. Dat zie ik ze nog niet doen.	Geen interesse
	P: Nee, wat wij hier doen, dat is al heel wat voor de cliënten. Want je moet er rekening mee houden dat ze bejaard of hoogbejaard zijn. We hebben een enkeling die iets jonger is, maar uhm, ten minste qua kalenderleeftijd dan. Als iemand hier 55 is, dan is hij eigenlijk al heel oud voor iemand met een beperking. Maar we hebben er hier ook van in de 80.	Binnen mogelijkheden
	P: En we zijn blij dat we een beetje, die meneer die in de 80 is, twee keer in de week komt de fysiotherapie met hem lopen en wij lopen ook twee keer in de week een klein rondje met hem hier buiten.	
	P: Dat is al een hele prestatie.	
	P: Maar, we hebben ook mensen die helemaal niet kunnen lopen. Die op babyniveau zitten.	
	P: Ik denk dat, als er medewerkers dat willen, dat ze dat dan gewoon in hun eigen woonplaats aan het sporten zijn. Dat denk ik, want mijn ervaring is, als je hier naar werktijd je neus laat zien. Cliënten die dus mobiel zijn en dus ook rondlopen, die kennen iedereen. En voor je het weet ben je dan weer aan het werk.	- geen medewerkers
	P: Ja, ik denk niet echt dat er medewerkers uh. En overdag, onder werkdag,	
	P: Dan zij we hier gewoon aan het werken en dan lopen we ontzettend veel. In ieder geval op de woonvoorziening is het lopen echt heel erg veel.	+ veel lopen zelf
	P: Want we hebben de app een keer op de telefoon gezet.	
	P: Ja, en dat was tussen de 10 en de 14 kilometer per dag.	
	P: Dat is behoorlijk hè.	
	P: Ja.	
	P: Graag gedaan	

Codering interview Marianne van Dalen

	P: Ik ben op deze locatie werkzaam. Dat is AC Taxandriaweg 10 in Waalwijk. En mijn functie is begeleider A, is activiteitenbegeleidster.	
	P: Bewegen is alle bewegingsactiviteiten voor de cliënten, dus alle activiteiten die ze doen, dat is ook de bewegingen die ze maken, de huishoudelijke taken, gewoon de dagelijkse gang van zaken. En binnen de activiteiten, dat kan zijn door zelf koffie te gaan halen of uh door uh naar de verzorgingsruimte te lopen of buiten een wandelingetje te maken.	Alle bewegingsactiviteiten
	P: En zelfs het, we gebruiken zelfs het tot beweging brengen, hebben wij zelfs een stukje van de beweging gemaakt. Omdat dat hetzelfde effect geeft in het hoofd. In de hersenen en dat is een stukje dat wel eens vergeten wordt. Dus bijvoorbeeld, als een cliënt in de schommel gaat, dan is hij zelf niet aan het bewegen, maar dan is het wel.	
	P: Ja. P: Ja.	
	P: Uhm, ja. Uh, uh, mensen blijven langer, uh, uh, actief, zelfstandig, uh. Ze ervaren, krijgen ervaring mee. Het kan zijn dat er rust komt. Uhm, de inactiviteit wordt minder. Uhm, het kan zijn dat het stukje geluk... Dus, eh, zelfvoldoening van de cliënt; 'ik heb het zelf gedaan'.	+ Actief, rust, geluk, gewicht verbeteren
	P: Als je het samen gaat, uh, bewegen. Voor sommige cliënten is het heel prettig om alleen te bewegen. Het stukje contact dat ze hebben met de ...	Contacten sociaal
	P: Begeleider of het voor sommige cliënten die in de groep bewegen kan het ook heel prettig zijn. En, uh, en ook voor sommige is het ook een stukje ontlading. Dat ze bijvoorbeeld lekker hard kunnen rennen of..	Ontlading
	P: Dertig minuten.	30 min
	P: Nee, dat is. Wij hebben voor iedere cliënt een bewegingsplan ingevuld. Een onderdeel daarvan is dat we voor iedere cliënt hebben gekeken; 'komen ze aan dertig minuten per dag?' En dat is eigenlijk, zijn er maar een paar die er aan komen. Dat zijn de cliënten die we hier ondersteunen. Die dus zelf op de fiets komen om te ondersteunen, zijn er eigenlijk maar heel weinig.	- niet gehaald
	P: Ja, de oorzaken, in dit geval, is dat de cliënt totaal	- afhankelijk

	afhankelijk is van zijn omgeving om te bewegen. Dat die zelf daar niet iets in kan. En ehm, dat die daar ook zelf geen inzicht in heeft.	
	P: Om te gaan bewegen en uhm, ja dat die ruimte er, uh, wel gemaakt, of dat die er zoveel mogelijk is, maar dertig minuten is toch best wel veel. En die wordt echt niet gehaald. Als je gewoon reëel kijkt, wordt die gewoon niet gehaald.	
	P: Vaardigheden behouden ook.	
	P: Bijvoorbeeld blijven zitten, zulke kleine dingetjes ook al.	
	P: Als je iedere dag oefent van de rolstoel op de bedbox en je laat die man zelf zitten, dan blijft die vaardigheden behouden.	
	P: Nee, bij lange na niet.	
	P: Ja.	
	P: Uhm, nou, voor, dat is voor iedere cliënt heel verschillend. We hebben voor iedere cliënt een individueel bewegingsplan, zijn we aan het maken, is nog niet voor iedere cliënt. We proberen zoveel mogelijk bewegingsactiviteiten in de dagelijkse gang van zaken te maken. Dus daarbij kijken we wat een cliënt zelf kan en dat proberen we hem zoveel mogelijk te laten doen, daarin te ondersteunen. En daarnaast proberen we zoveel mogelijk bewegingsactiviteiten in het dagprogramma te maken. En dat kan zijn door bij een aantal cliënten bijvoorbeeld te zeggen van, nou, iedere dag bij binnenkomst lopen we met hem tot aan de trap op en neer. Of, uh, iedere dag even rondjes buiten in de tuin lopen, omdat we geen mogelijkheid hebben om een grote wandeling te maken. Dan maar een klein wandelingetje. Iedere dag ...	+ individueel beweegplan
	P: Ja.	
	P: Wandelen, schommelen, oefeningen. Dat is bij iedere cliënt verschillend.	Wandelen, schommelen
	P: Ja.	
	P: Ja.	
	P: Wij zijn, uh, een jaar geleden, hebben we extra ook ingezet. Hebben we in het jaarplan hebben we er een doel van gemaakt om er extra aandacht aan te besteden. En hebben we een actie gemaakt om in iedere cliënt, voor iedere cliënt er extra naar te kijken wat er nodig is en of er doelen moeten komen in het elektronisch cliëntenplan. En zijn de persoonlijke ondersteuners daar ook mee bezig gegaan. En hebben we het ook op papier gezet en onderzoekt.	
	P: Meer, er zou meer uitgehaald kunnen worden, wat meer bewegen stimuleren. Dat er meer tijd en energie in gestoken zou kunnen of	- meer tijd en energie
	P: Ja, we zijn er nog mee bezig, ja.	

	P: Ja ja, vanuit de begeleiding... De meeste cliënten die hier op het AC bezoeken. Als wij daar niets mee doen dan zitten ze de hele dag op hun stoel. Dan doen ze gewoon niks.	begeleiding
	P: Is het denk ik hetzelfde.	
	P: Ja. Dan zitten ze gewoon. En er is niemand. Ja, die kunnen niet uit zichzelf gaan wandelen of iets gaan doen.	
	P: En voor de meeste cliënten geldt ook nog dat het vaak één op één moet.	
	P: Ja, bij een aantal of.	
	P: Ja	
	P: Dat wordt voornamelijk vanuit de woonvoorziening bepaald.	
	P: Dat is per woonvoorziening verschillend. Aandacht. Wij kunnen vanuit het AC wel vragen stellen of uh tips geven of aandachtspunten. En dan.	
	P: Ja.	
	P: Als daar, als dat haalbaar is zeg maar om daar naartoe te gaan, mogelijkheden moeten er zijn. Er zijn natuurlijk een aantal cliënten die daar zelf naartoe kunnen gaan. En ehm, maar dat zal, als het gaat over de doelgroep die bijvoorbeeld hier zou zijn, die is zo afhankelijk van de begeleiders en van de motivatie van de begeleiders om daar gebruik van te maken. Dus dan zal het ook afhangen; en van familie en van vrijwilligers om daar naartoe te gaan zeg maar.	Te afhankelijk: begeleiders, familie
	P: Ja, want dat is met alle, wat ik ook hoor zeg maar, met alle uh, hobbyclubs, dat soort dingen.	
	P: Ja.	
	P: Dat dat het probleem is. Want wij hebben hier bijvoorbeeld een gymzaal, waar gebruik van gemaakt kan worden, ook in de avonden door de woonvoorziening in de omgeving. Daar wordt bijna geen gebruik van gemaakt, omdat er gewoon geen mensen zijn die mee kunnen komen met de.	
	P: Ja.	
	P: Ik denk het wel, maar ik denk dat er voornamelijk kansen liggen om dat te integreren in dagactiviteiten.	+ Integreren dagactiviteiten
	P: In dagbesteding, ja. Zodat er begeleiding bij is.	
	P: Ja.	
	P: Eventueel.	
	P: Ja, niet afhankelijk.	
	P: Ja, als dat, dan moet je dat goed regelen zeg maar.	
	P: Ja, ik denk dat de grootste kansen liggen gewoon in de mindset van het personeel en in gewoon de dagelijkse dingen. Om die met een beweegbril te kijken. Van waar.	+ mindset van personeel
	P: Ja.	
	P: Ja.	

	P: Ja, ik denk dat die combinatie heel goed zou kunnen gaan werken, om samen. Als je samen met de cliënt kan	
--	---	--

Codering interview Petra Santegoets

Petra heeft aangegeven bij voorkeur niet opgenomen te willen worden gedurende het gesprek in verband met ervaringen uit het verleden. Op de gesprekshandleiding worden de bevindingen weergegeven.

10-9-2015
12.00u

24e
vrijdag

Script onderzoeksinterview

Algemene gegevens	
Namen interviewers: 1 Marnick Muskens	
Bedrijf:	Stichting Prisma
Geïnterviewde Naam:	Petra Santegoets
Functie:	Begeleider woonvoorziening Stichting Prisma
Telefoon:	
Email:	
Waar en wanneer gaat het interview plaats-vinden?	Nader te bepalen
Hoe vindt registratie plaats?	Op laptop, papier en opname memo voice recorder
Hoe ga je het interview uitwerken?	Op de laptop
De voorbereiding van het eigenlijke interview	
Wat is je onderzoeksvraag?	Wat zijn de voordelen van sporten en/of bewegen voor mensen met een verstandelijke beperking en hoe ziet het bewegingsaanbod eruit?
Formuleer onderzoeksdeelvragen:	1. Hoe zien jullie het bewegings/ sportaanbod van de cliënten op dit moment? 2. Hoe ziet bij de cliënten hun bewegingspatroon eruit? 3. Wat zijn de voordelen voor deze cliënten om voldoende te bewegen? 4. Wordt er rekening gehouden met het voedingspatroon/ gezondheid bij de cliënten? 5. Wat zou de ideale situatie zijn op het landpark kijkend naar het sportaanbod? <u>Extra:</u> 6. Mogelijk fitnesscentrum om cliënten meer aan het bewegen/ sporten te krijgen. Hoe sta jij hierin?

Script onderzoeksinterview

Het interview zelf
Inleiding: Welkom. Fijn dat u tijd vrij kon maken voor het afnemen van dit interview. Zal mezelf eerst even kort voorstellen. Daarnaast zal ik kort de onderzoeksopdracht toelichten. Zoals eerder aangegeven gaat dit interview over het bewegen van de cliënten van Stichting Prisma. De onderzoeksvraag luidt: Hoe ziet op dit moment het bewegingsaanbod eruit voor de cliënten binnen Stichting Prisma? - rest gesprek tutoyeer? - opneem, voor latere uitwerking? Anders meeschrijven.
Eerste vragen: wat is precies je functie binnen Prisma en op welke locaties ben je werkzaam?
Middendeel interview: noteer per onderzoeksdeelvraag (zie je eerste blad) interviewvragen Begin met een hoofdvraag en noteer vervolgens doorvragen, verdiepingsvragen en/of controlevragen Inleidende vraag: Wat versta je onder de definitie bewegen? Vanaf nu: bewegen zijn handelingen waarbij lichte inspanning voor de cliënt nodig is. Hebben het dus niet over sporten. Onderzoeksdeelvraag 1: Wat zijn de voordelen voor deze cliënten om voldoende te bewegen? <i>Interviewvraag 1: Wat zijn de voordelen voor cliënten kijkend naar hun gezondheid?</i> <i>Interviewvraag 2: Welke voordelen heeft voldoende sporten ten aanzien van hun sociale kant?</i> <i>Interviewvraag 3: Voldoen de cliënten aan de gezondheidsnorm met betrekking tot het bewegen en sporten?</i> <i>Interviewvraag 4: Wat zijn hier mogelijke oorzaken van?</i> <i>Interviewvraag 5: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.</i>

Script onderzoeksinterview

Onderzoeksdeelvraag 2: Hoe zien jullie het bewegings/ sportaanbod van de cliënten op dit moment?

Interviewvraag 1: Hoe ziet het bewegingsaanbod voor de cliënten er op dit moment uit?

Interviewvraag 2: Wat zijn de voornaamste dagelijkse handelingen die de cliënten uitvoeren binnen hun mogelijkheden?

Interviewvraag 3: Zijn er voor de begeleiders richtlijnen om het bewegen bij de cliënten te stimuleren? Wordt hier voldoende aandacht aan besteed? → onderwerp van gesprek zoekende.

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren of alles wat is opgevangen goed is doorgekomen! En onderwerp afsluiten → verbeterd kunnen worden → wordt gedaan → bevestigd af

Onderzoeksdeelvraag 2: Hoe ziet bij de cliënten hun bewegingspatroon eruit?

Interviewvraag 1: Wat doen de cliënten overdag bij hun dagbesteding aan bewegen? Arbeidsmatig?

Interviewvraag 2: Wat doen de cliënten in hun vrije tijd aan het bewegen?

Interviewvraag 3: Welke veranderingen zijn er mogelijk binnen het bewegingspatroon van de cliënten?

Interviewvraag 4: In wat voor soort handelingen is voor de cliënt veel winst te behalen?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren of alles wat is opgevangen goed is doorgekomen! En onderwerp afsluiten

Onderzoeksdeelvraag 4: Wordt er rekening gehouden met het voedingspatroon/ gezondheid bij de cliënten?

Interviewvraag 1: Zijn er voor jullie richtlijnen ten aanzien van voeding voor de cliënten op locaties? maaltijd-esc, fruit zoveel mogelijk. Brood meenemen,

Interviewvraag 2: Hoe wordt er bij jullie op de locaties omgegaan met lekkernijen?

Interviewvraag 3: Is er sprake van een goede samenwerking met de diëtist?

Interviewvraag 4: In hoe verre wordt er bewust met voeding en bewegen omgegaan op de locaties waar u werkzaam bent?

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Script onderzoeksinterview

voordelen:
- anders dan
- lijf oefen
- afleiding
- prettig gevoel
- naafloop

Onderzoeksdeelvraag 5: Wat zou de ideale situatie zijn op het landpark kijkend naar het bewegingsaanbod?

Interviewvraag 1: Welke veranderingen zouden jullie graag willen zien om het bewegen aantrekkelijker te maken voor de cliënten?

Interviewvraag 2: Wat is de rol van begeleiders ten aanzien van het stimuleren van het bewegen van de cliënt? wordt aan gegeven, → beinif → situatie rondom cliënt.

Interviewvraag 3: Wordt er door de begeleiders voldoende stil gestaan bij het onbewust laten bewegen van de cliënt?

Interviewvraag 3: Welke faciliteit zou moeten worden toegevoegd aan het landpark om het bewegen een impuls te geven bij de cliënten? Noem er enkele. tijd en begeleiding.

Interviewvraag 4: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

Onderzoeksdeelvraag 6: Wat is de toegevoegde waarde voor mogelijk een fitness/bewegingscentrum op landpark Assisie?

→ valbeiswandelstraat
bewegen

Interviewvraag 1: Hoe sta jij tegen de komst van mogelijk een fitnesscentrum op het terrein?

Interviewvraag 2: Is het een mogelijkheid om de cliënten meer aan het bewegen te krijgen? Wat zijn volgens jou belangrijke aspecten om rekening mee te houden? → sport school, wat nodig hebben

afstand over, deeltaxe → logistiek

Interviewvraag 3: Verwacht je dat er vanuit de cliënt interesse is om lid te worden om meer te bewegen/sporten om hun gezondheidstoestand te verbeteren?

Interviewvraag 4: Wat is jou kijk om externe doelgroepen van buiten landpark Assisie te betrekken bij een mogelijk beweegcentrum? Bewoners Biezenmortel? Medewerkers Prisma? Overige woonvoorzieningen Prisma in nabije omgeving? Scholen? Verenigingen?

→ netwerk mogelijkheden

Interviewvraag 5: samenvatten en controleren wat opgevangen is of dat goed is! en onderwerp afsluiten.

→ stimuleren bewegen

voorbeeld-
functie

Afsluiting interview

- Jezelf afvragen of doel van het interview bereikt is
- Duidelijk maken dat interview ten einde is (conclusies/samenvatten), vermelden hoe je interview gaat verwerken

Na het interview

- Napraten (let op of je de extra informatie die je hier evt. krijgt ook mag gebruiken!)
- Vragen of je mag opbellen voor verduidelijking tijdens verwerking
- Afspreken wat je doet met het interview (terugkoppelen naar bestuurder?)

Extra: - mogelijk cliënt te interviewen over bewegen. Kort 5 min te duren
- enquêtes verspreiden onder medewerkers taw bewegen van cliënten, daarnaast info eigen behoefte.

Bijlage 2 Afnemersanalyse



Auteur: Marnick Muskens
Opdrachtgever: Stichting Prisma
Datum: november 2015

Inhoudsopgave

Hoofdstuk 1 Inleiding

- 1.1 Aanleiding onderzoek
- 1.2 Doelstelling onderzoek
- 1.3 Probleemstelling
- 1.4 Onderzoeksvragen

Hoofdstuk 2 Onderzoeksmethode

- 2.1 Onderzoekspopulatie
- 2.2 Onderzoeksmethodiek
- 2.3 Steekproefmethode
- 2.4 Dataverzamelingsmethode
- 2.5 Opzet veldwerk
- 2.6 Responsverantwoording

Hoofdstuk 3 Meetinstrument en meetniveau

- 3.1 Definities
- 3.2 Operationalisering
- 3.3 Opbouw vragenlijst
- 3.4 Meetniveaus

Hoofdstuk 4 Resultaten

- 4.1 Opschoning database
- 4.2 Responspercentage
- 4.3 Representativiteit
- 4.4 Belangrijkste resultaten beschrijvende statistiek

Hoofdstuk 5 Conclusies

Bijlage 1 Enquête

Bijlage 2 Codeboek

Bijlage 3 Analyseplan

Bijlage 4 Frequentietabellen univariate analyse

Hoofdstuk 1 Inleiding

In dit hoofdstuk wordt de opdracht geïntroduceerd door middel van een aanleiding, doelstelling, probleemstelling en onderzoeksvragen.

1.1 Aanleiding onderzoek

De aanleiding van het interne marktonderzoek is onderdeel van het haalbaarheidsonderzoek naar een Beweegcentrum op Landpark Assisië in Biezenmortel. Dit onderzoek is onderdeel van het uiteindelijke haalbaarheidsonderzoek voor Stichting Prisma. De doelgroepen waarop het onderzoek betrekking heeft zijn de medewerkers en de cliënten. Het doel is om in kaart te brengen of het haalbaar is om een Beweegcentrum te realiseren.

Deze afnemersanalyse, inclusief het marktonderzoek, is een belangrijk onderdeel van het haalbaarheidsonderzoek. Dit zal de basis zijn van de uiteindelijk uitgewerkte verschillende opties.

1.2 Doelstelling onderzoek

Inzicht krijgen in de wensen en behoeften van de cliënten en medewerkers ten aanzien van een Beweegcentrum op Landpark Assisië.

1.3 Probleemstelling

Wat zijn de huidige wensen en behoeften van de cliënten en medewerkers op Landpark Assisië in Biezenmortel op het gebied van bewegen?

1.4 Onderzoeksvragen

1. *Wat is de beweegmotivatie en hoe is het beweeggedrag van de cliënten op dit moment?*
2. *Wat is de beweegmotivatie en hoe is het beweeggedrag van de medewerkers op dit moment?*
3. *Wat zijn belangrijke faciliteiten die bij een Beweegcentrum gewenst worden door deze doelgroepen?*
4. *Hoe belangrijk vinden medewerkers bewegen voor cliënten?*
5. *In hoeverre hebben de doelgroepen interesse in een Beweegcentrum?*

Hoofdstuk 2 Onderzoeksmethode

In dit hoofdstuk wordt de opzet van het onderzoek besproken. In paragraaf één wordt de onderzoekspopulatie nader toegelicht, vervolgens de onderzoeksmethodiek. In paragraaf drie komt de steekproefmethode aan bod en in paragraaf vier van dit hoofdstuk wordt de dataverzamelmethode toegelicht. In de laatste paragraaf van dit hoofdstuk komt responsverantwoording aan bod.

2.1 Onderzoekspopulatie

De onderzoekspopulatie bestaat uit twee doelgroepen. Als eerste zijn dit de cliënten die op Landpark Assisië wonen. Het netwerk van de cliënten is benaderd om namens de cliënt aan het onderzoek mee te werken. De onderzoekspopulatie is op Landpark Assisië 220 personen. Daarnaast zijn het de medewerkers die in Biezenmortel werkzaam zijn, zowel op Landpark Assisië als op de woonvoorzieningen in het dorp. De onderzoekspopulatie van de medewerkers is 587 personen.

2.2 Steekproefmethode

Voor iedere onderzoekspopulatie is gekozen voor een andere steekproefmethode. Voor de cliënten op Landpark Assisië is er gebruik gemaakt van de getrapte steekproeftrekking. Om uiteindelijk bij de contactgegevens van de cliënten te komen, zijn eerst de teamleiders ingeschakeld. In totaal zijn de vijftien teamleiders benaderd om de vragenlijst te versturen naar het netwerk van de cliënt.

Voor het onderzoek onder de medewerkers van Stichting Prisma is er gebruik gemaakt van de volledig aselechte steekproeftrekking. Vanuit het systeem was het mogelijk om achter de contactgegevens te komen van alle medewerkers die in Biezenmortel werkzaam zijn. Iedere medewerker heeft dus de kans gehad om in de steekproeftrekking te komen.

2.4 Dataverzamelmethode

Hieronder wordt toegelicht hoe er te werk is gegaan met betrekking tot het afnemen van de enquêtes. Alle enquêtes zijn online afgenomen via de bekende mailadressen.

Het netwerk van de cliënt is benaderd via de desbetreffende teamleiders, die daarvoor toestemming moest geven. Voor het onderzoek onder de medewerkers van Stichting Prisma is er toestemming gevraagd aan de manager Zorgexpertise en beleidsadviseur Zorg. Deze personen hebben toestemming gegeven om alle medewerkers in Biezenmortel te benaderen voor het onderzoek.

2.5 Responsverantwoording

Er wordt gestreefd naar een zo hoog mogelijk responspercentage. Vanuit het management is er niet voor gekozen om bijvoorbeeld ‘aanmoedigingsprijzen’ ter beschikking te stellen om zo de respons op het onderzoek te verhogen. Aangezien de steekproef plaatsvindt binnen de zorgsector, worden mensen vanuit zichzelf al geacht bereid te zijn om met de steekproef mee te werken. Verder biedt meewerken ook voordelen op voor henzelf. Een goede respons wordt daardoor verwacht.

Hoofdstuk 3 Meetinstrument en meetniveau

In dit hoofdstuk wordt de enquête doorlopen. Hierbij komen in paragraaf 3.1 de opgestelde definities aan bod. Vervolgens komen geoperationaliseerde termen aan bod met bijbehorende dimensies. Ten slotte worden de meetniveaus in de enquête behandeld.

3.1 Definities

Beweegcentrum: met Beweegcentrum is gekozen voor een zoveel mogelijk neutrale, laagdrempelige, zuivere omschrijving/naam van het beoogde doel, maar zou ook gelezen kunnen worden als bijvoorbeeld sportschool of fitnesscentrum.

Bewegen: moet gelezen worden als fysiek actief zijn.

Maatschappelijke participatie: actieve deelname aan het maatschappelijke systeem met mensen van buiten de instelling

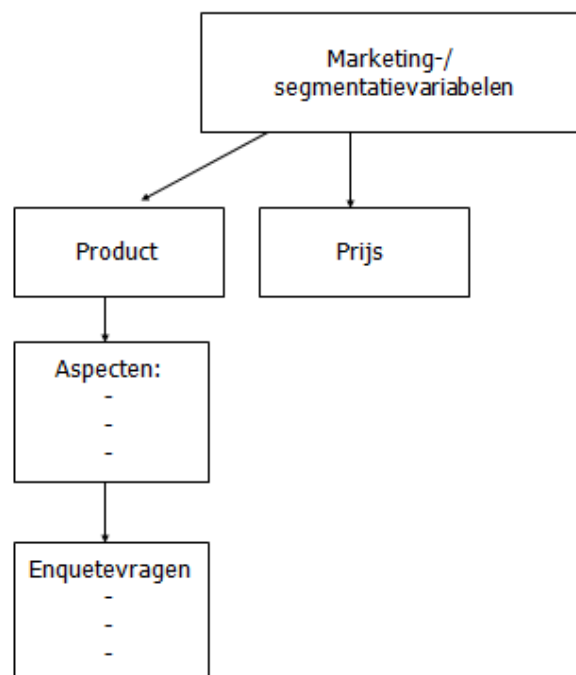
Daar waar medewerker wordt geschreven, moet veelal ook medewerkster worden gelezen. Stichting Prisma wordt veelal verkort Prisma genoemd.

3.2 Operationalisering

Aan de hand van onderstaand model is het operationaliseringsproces visueel weergegeven. Dit met als doel om abstracte begrippen te vertalen naar concreet meetbare begrippen zodat de vragen voor de afnemers van de enquête duidelijk zijn.

Figuur: 3.1

Bron: Van Herpen, J. (2012). Hoorcollege1 MO. (Dia 33)



3.3 Opbouw vragenlijst

De definitieve vragenlijst zoals die naar de onderzoekspopulatie is verstuurd of is afgenomen is te vinden in bijlage 1.

3.4 Meetniveaus

De antwoorden van de variabelen die uit de enquête komen zijn gemeten waarden. Deze waarden kunnen verschillende (meet)niveaus aannemen. In deze enquête komen vooral de variabelen op nominaal meetniveau naar voren. In het onderstaand schema is een overzicht weergegeven met de verschillende meetniveaus.

Meetniveaus en hun eigenschappen:

		<u>intervalniveau</u>	<u>rationiveau</u>
			verhoudingen blijven dezelfde
	<u>ordinaal niveau</u>	gelijke verschillen	gelijke verschillen
<u>nominaal niveau</u>	ordering	ordering	ordering
onderscheid	onderscheid	onderscheid	onderscheid

Bron: Van Herpen, J. (2012). Hoorcollege wk2 MO. (Dia 30)

Naast de verschillende soorten niveaus zitten er in de enquête zowel continue- als discrete variabelen. Een kwalitatieve discrete variabele is bijvoorbeeld of de mensen nog op- of aanmerkingen hebben aan het einde van de enquête. Een continue variabele is bijvoorbeeld de vraag met betrekking tot de reistijd tot een activiteit, dit is tevens ook een kwalitatieve variabele.

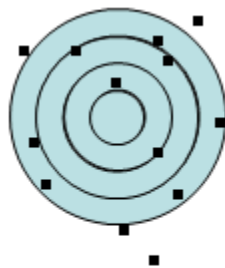
In de enquête zitten dus verschillende soorten (meet)niveaus en verschillende typen variabelen verwerkt. Dit zal uiteindelijk zijn invloed hebben bij het analyseren van de onderzoeksresultaten in het statistisch programma SPSS.

Betrouwbaarheid en validiteit

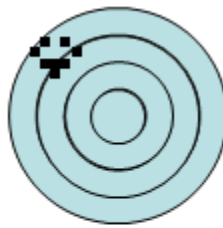
Een kwantitatief onderzoek in de vorm van een enquête moet betrouwbaar en valide zijn. Het begrip betrouwbaarheid houdt het volgende in: wanneer het onderzoek onder gelijkblijvende omstandigheden zou worden herhaald, dan moeten de uitkomsten van het onderzoek hetzelfde blijven. De betrouwbaarheid van het onderzoek is gewaarborgd door het operationaliseren aan het begin van dit hoofdstuk. Daarnaast is de grootte van de schriftelijke enquête groot genoeg, waardoor de uitkomsten een betrouwbaar beeld weergeven.

De validiteit heeft te maken over de inhoud van het onderzoek. Validiteit betekent meten wat je wilt meten. Is het gelukt om een begrip meetbaar te maken en hierop volgend heeft het ook gemeten wat het zou moeten meten?

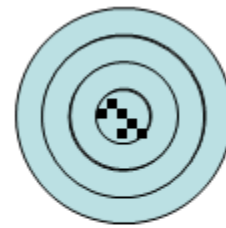
Bij validiteit wordt er onderscheid gemaakt tussen interne en externe validiteit. Interne validiteit houdt in dat de conclusies van het onderzoek alleen geldig zijn voor de gebruikte steekproefpopulatie. Externe validiteit heeft betrekking op de representativiteit van het onderzoek en of het onderzoek dus generaliseerbaar is voor de gehele onderzoekspopulatie.



**Onbetrouwbaar/
niet valide**



**Betrouwbaar/
niet valide**



**Betrouwbaar/
valide**

Fig: 3.3: Kwaliteit van het onderzoek

Hoofdstuk 4 Resultaten

In dit hoofdstuk worden de belangrijkste resultaten uit het onderzoek weergegeven. De eerste paragraaf zal gaan over de opschoning van de database. In de tweede en derde paragraaf komen respectievelijk het responspercentage en de representativiteit aan bod. In paragraaf vier worden de belangrijkste resultaten uit de beschrijvende statistiek beschreven.

In de vijfde paragraaf worden de verbanden en verschillen geanalyseerd en ten slotte wordt er onderscheid gemaakt door de onderzoekspopulatie in te delen in segmenten. De bijbehorende toetsen en tabellen zijn te vinden in bijlage 2.

4.1 Opschoning database

Van de 163 afgenomen enquêtes is er geen enkele afgekeurd. Alle enquêtes zijn volledig ingevuld door de respondenten. Dit resultaat is bereikt door vragen verplicht in te laten vullen door de respondenten. In de database van SPSS zijn in totaal 163 enquêtes opgenomen, verdeeld over de twee doelgroepen.

4.2 Responspercentage

Voor de enquêtes die online zijn afgenomen is er niet gewerkt met een non-respons percentage. De totale doelgroep bestond uit 665 personen. Uiteindelijk is de enquête ingevuld door 163 respondenten. Het responspercentage van deze enquête is 24,5%.

4.3 Representativiteit

In deze paragraaf wordt de representativiteit van de steekproef getoetst. Hierbij wordt de volgende vraag beantwoord: is de steekproef representatief voor de gehele onderzoekspopulatie?

4.3.1 Algemene representativiteit

Door gebruik te maken van de steekproefcalculator is berekend wat de minimale omvang moest zijn van de steekproef voor een representatieve steekproef van de onderzoekspopulatie (Marktonderzoek, 2006). Hierbij wordt rekening gehouden met een acceptabele foutenmarge, het betrouwbaarheidsniveau en de spreiding.

De formule voor een steekproef waarbij de populatie oneindig is;

$$n \geq \frac{z^2 \times p(1-p)}{F^2}$$

De uitkomst van bovengenoemde berekening geeft dus aan hoeveel respondenten je minimaal terug moet hebben..

Hierbij is:

n = het aantal benodigde respondenten. Altijd naar boven afronden

z = de standaardafwijking bij een bepaald betrouwbaarheids%. Dus 1,96 bij 95% betrouwbaarheid. Deze wordt bijna altijd gebruikt. Zie voor andere getallen de boeken statistiek.

N = de grootte van de populatie

p = de kans dat iemand een bepaald antwoord geeft (in de meeste gevallen 50%)

f = de foutmarge vaak wordt hierbij 3%, 5% of 7%.

Van de onderzoekspopulatie hebben in totaal 163 respondenten gereageerd. Via de formule steekproefgrootte wordt geanalyseerd of het onderzoek representatief is voor de onderzoekspopulatie. Hierbij wordt uitgegaan van een betrouwbaarheid van 90% en een foutmarge van 5%. Hieruit blijkt dat er minimaal 193 respondenten zouden moeten hebben deelgenomen voor volledige representativiteit. Voor het beoogde doel van dit onderzoek nemen we aan dat de bereikte 163 respondenten een voldoende representatief beeld geven.

4.4 Belangrijkste resultaten

In deze paragraaf worden de belangrijkste resultaten van de univariate analyse besproken. Per enquêtevraag worden de uitkomsten overzichtelijk weergegeven in percentages. In bijlage 4 zijn de frequentietabellen en de desbetreffende grafieken te vinden ter controle.

4.4.1. Wat is de beweegmotivatie en hoe is het beweeggedrag van het cliënt op dit moment?

Hieronder wordt de beweegmotivatie van de cliënten (tabel 6) weergegeven.

Tabel 6 Motief van bewegen van de cliënt

<i>Motief om bewegen</i>	<i>Percentage</i>
Gezondheid	30,3%
Plezier/ Ontspanning	28,8%
Sociale contacten	19,7%
Overige	21,2%

Bovenstaande gegevens geven aan dat het belangrijk is voor de cliënt om te bewegen om aan de eigen gezondheid te werken (30,3%). Daarnaast is het voor de cliënten een vorm van ontspanning (28,8%) en om onder andere mensen te komen (19,7%).

Ook is gekeken naar het beweegactiviteiten van de cliënten in het verleden en op dit moment. In het verleden hebben ze vooral gedaan aan wandelen (27,3%), fietsen (23,6%) en zwemmen (20,6%). Op dit moment doen de cliënten de volgende beweegactiviteiten: wandelen (26,1%), zwemmen (19,6%), fietsen 17,4%, 13% doet op dit moment niet aan bewegen.

Tot slot is gekeken (via het netwerk) in hoeverre de NNGB (Nederlandse Norm Gezond Bewegen) wordt behaald. De NNGB houdt in dat cliënten minstens vijf dagen per week zich minimaal 30 minuten licht inspannen Volgens het netwerk van de cliënt haalt 27,3% de NNGB niet, terwijl 30,3% hier geen kennis van heeft.

4.4.2. Wat is de beweegmotivatie en hoe is het beweeggedrag van de medewerkers op dit moment?

Als eerste is gekeken naar de beweegmotivatie van de medewerkers van Stichting Prisma. De medewerkers bewegen om te werken aan hun eigen gezondheid (40,2%). Daarnaast is het ook een vorm van ontspanning geeft 35,4% van de respondenten aan.

Als er wordt gekeken naar de NNGB, dan voldoet 77,8% aan deze norm.

In de onderstaande tabel is te zien welke sporten de respondenten op dit moment beoefenen.

Tabel 7 Sportbeoefening door de medewerkers

Sport	Percentage
Fitness	20,3%
Geen sport	18,3%
Hardlopen	12,4%
Wandelen	11,9%
Overige	37,7%

Een ander onderzocht punt is, dat 69,9% op dit moment geen lid is van een sportschool in de eigen regio.

4.4.3. Wat zijn belangrijke faciliteiten die bij een Beweegcentrum gewenst worden voor deze doelgroepen?

Cliënten

In deze paragraaf worden de wensen en behoeften van de cliënten weergegeven ten aanzien van het Beweegcentrum. Om een antwoord te vinden op deze vraag is een aantal enquêtevragen geanalyseerd. Hieronder worden de meest belangrijke resultaten weergegeven over de gewenste invulling van het Beweegcentrum (tabel 3.1). In tabel 3.2 worden de gewenst algemene randvoorwaarden weergegeven.

<i>Gewenste faciliteiten binnen Beweegcentrum</i>	<i>Aantal</i>
Professionele begeleiding	30,3%
Zwembad/ wellness	25,2%
Fitness	21,2%
Muziek	6,1%
Diverse	27,2%
Totaal aantal respondenten	100%

Tabel 3.1 Gewenste faciliteiten binnen Beweegcentrum

<i>Gewenste algemene randvoorwaarden Beweegcentrum</i>	<i>Aantal</i>
Persoonlijke begeleiding	45,5%
Gezelligheid (kleine horeca)	18,2%
Vervoer	6,1%
Samen bewegen	9,1%
Diverse	20,1%
Totaal aantal respondenten	100%

Tabel 3.2 Gewenste algemene randvoorwaarden

Professionele begeleiding wordt binnen het Beweegcentrum het belangrijkste geacht. De reden daarvan zal zijn dat de meeste cliënten door hun beperking(en) niet op eigen gelegenheid gebruik kunnen maken van deze faciliteiten. Vervolgens is de aanwezigheid van een zwembad en fitnessapparaten van belang.

Als algemene randvoorwaarden worden persoonlijke begeleiding (van, naar en in het Beweegcentrum) en gezelligheid belangrijk gevonden.

Medewerkers

In deze paragraaf worden de wensen en behoeften van de medewerkers weergegeven ten aanzien van het Beweegcentrum. Om een antwoord te vinden op deze vraag is een aantal enquêtevragen geanalyseerd. Hieronder worden de meest belangrijke resultaten weergegeven over de gewenste invulling van het Beweegcentrum (tabel 3.3). In tabel 3.4 worden de gewenste algemene randvoorwaarden weergegeven

<i>Gewenste faciliteiten binnen Beweegcentrum</i>	<i>Aantal</i>
Cardio apparatuur	13,7%
Begeleiding	22,2%
Kleedruimte	5,2%
Fitness apparatuur	24,2%
Groepslessen	10,5%
Krachttraining	3,3%
Diverse	20,9%
Totaal aantal respondenten	100%

<i>Gewenste algemene randvoorwaarden Beweegcentrum</i>	<i>Aantal</i>
Toegankelijk/ laagdrempelig	14,1%
Goede, schone ruimten	15,4%
Samen bewegen	12,8%
Lage prijs	3,9%
Ruime openingstijden	10,3%
Diverse	
Totaal aantal respondenten	100%

Tabel 3.4 Gewenste randvoorwaarden

Tabel 3.3 Gewenste faciliteiten medewerkers

Als er wordt gekeken naar de faciliteiten die belangrijk worden gevonden onder de medewerkers van Stichting Prisma is een aantal zaken van belang. Als eerste wordt goede fitnessapparatuur belangrijk gevonden. Vervolgens begeleiding en cardio-apparatuur.

Belangrijke algemene randvoorwaarden zijn: goede en schone ruimten, laagdrempeligheid en mogelijkheden om samen te bewegen. In mindere mate wordt belang geacht aan een lage prijs en ruime openingstijden.

4.4.4. Hoe belangrijk vinden medewerkers bewegen voor cliënten?

In deze subparagraaf wordt gebruik gemaakt van de resultaten van het kwantitatieve onderzoek onder de medewerkers.

Uit onderstaande tabel 2.5 blijkt dat 91,9% van de ondervraagde medewerkers meer aandacht voor bewegen van de cliënt redelijk (7) tot heel belangrijk (10) vindt. Circa 1/3 deel van de ondervraagden vindt dat heel belangrijk!

Verder blijkt uit een ander deel van het onderzoek (tabel 2.9) dat ongeveer de helft van de ondervraagde medewerkers (49,8%) de aandacht voor het stimuleren van bewegen nihil tot onvoldoende vindt.

Stimuleren van bewegen door omgeving	Aantal
Niet (1)	2,0%
(Heel) slecht (2/3)	15,7%
Minimaal (4)	13,1%
Onvoldoende (5)	19,0 %

Tabel 2.8 Stimuleren van bewegen door omgeving

Meer aandacht voor bewegen	Aantal
Belangrijk (7)	13,0%
Redelijk belangrijk (8)	27,3%
Zeker belangrijk (9)	18,2%
Heel belangrijk (10)	33,4%

Tabel 2.5 Meer aandacht voor bewegen

4.4.5. In hoeverre hebben de doelgroepen interesse in een Beweegcentrum?

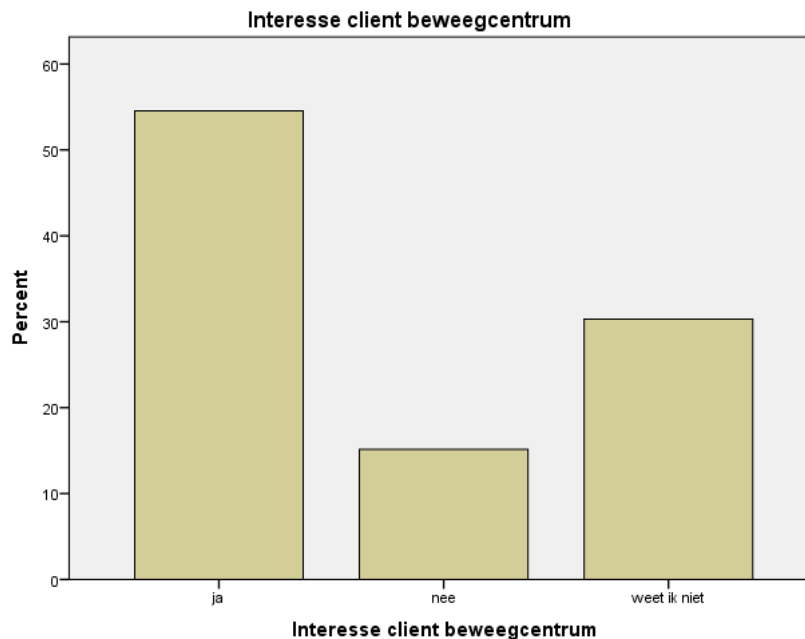
De interesse van de doelgroepen wordt geanalyseerd aan de hand van de volgende enquêtevragen:

1. Hebt u interesse om gebruik te maken van de faciliteiten van het mogelijke Beweegcentrum?
2. Zou u eventueel een beweegmaatje van de cliënt willen zijn?

Hieronder worden de resultaten weergegeven van het onderzoek naar de interesse voor een Beweegcentrum. Per doelgroep (cliënten en medewerkers) zullen de resultaten worden weergegeven.

Belangstelling van cliënten (en netwerk) voor Beweegcentrum

De onderstaande figuur 3.1 geeft de belangstelling weer voor het gebruik van het mogelijke Beweegcentrum op Landpark Assisië.



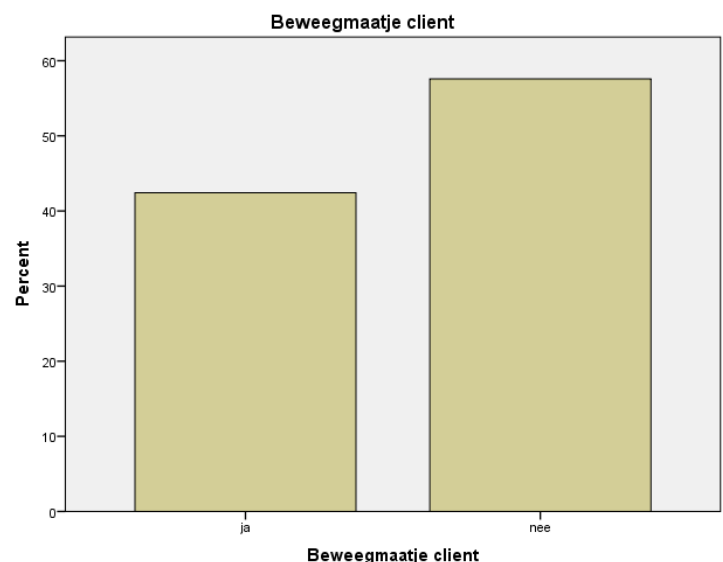
Figuur 3.1 Interesse van cliënt in Beweegcentrum

Meer dan de helft van de respondenten (cliënten) geeft aan gebruik te willen gaan maken van het Beweegcentrum (54,5%), terwijl 30,3% het nog niet weet. Slecht een beperkt aantal (15,2%) respondenten geeft aan geen belangstelling te hebben, met fysieke beperkingen en ouderdom als belangrijkste redenen.

Ook is onderzoek gedaan naar de belangstelling voor een Beweegcentrum onder het netwerk (familie/verzorgenden) van de cliënten (figuur 3.2).



Figuur 4.2 Gebruik netwerk Beweegcentrum

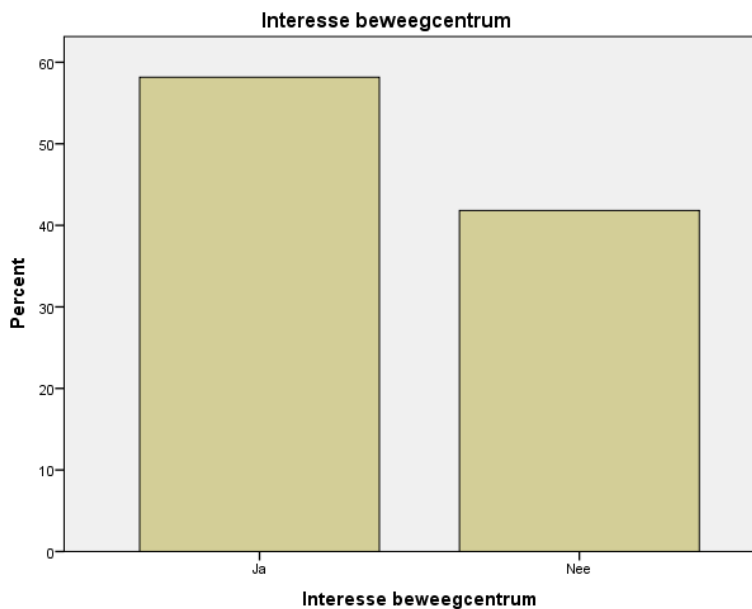


Figuur 3.3 Netwerk als beweegmaatje van cliënt

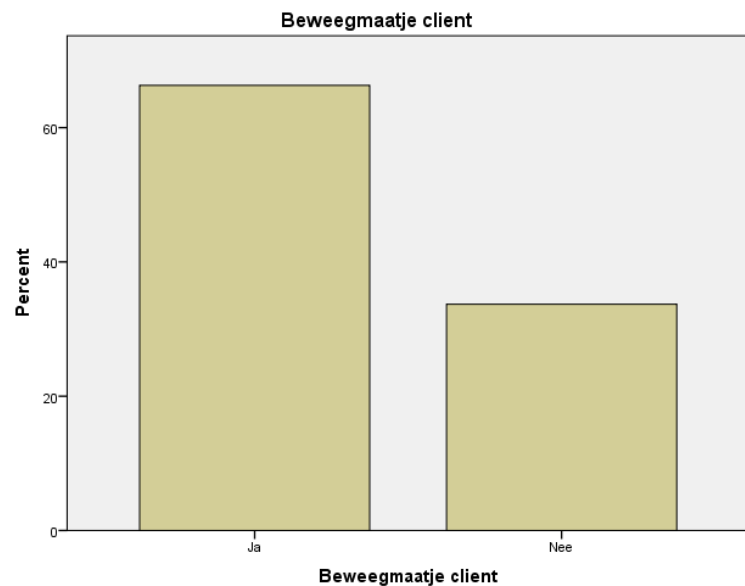
Het resultaat van dit deel van het onderzoek geeft aan dat 45,5% van de respondenten binnen het netwerk van de cliënt interesse heeft om zelf gebruik te gaan maken van het Beweegcentrum en 42,2% wil als beweegmaatje (samen met cliënt sporten/bewegen) van de cliënt gaan functioneren (zie figuur 3.3).

Belangstelling van medewerkers voor Beweegcentrum

De onderstaande figuur 3.4 geeft de belangstelling weer onder de medewerkers om gebruik te gaan maken van het mogelijke Beweegcentrum op Landpark Assisië. Figuur 3.5 geeft de interesse van medewerkers weer om als beweegmaatje (samen sporten/bewegen met de cliënt) te fungeren.



Figuur 5.4 Interesse medewerkers in Beweegcentrum



Figuur 3.5 Medewerker als beweegmaatje van cliënt

Gesteld kan worden dat ook de medewerkers positief zijn over een Beweegcentrum en het gebruik daarvan. Meer dan de helft van de medewerkers geeft aan gebruik te willen maken van de faciliteiten om het mogelijke Beweegcentrum (58,2%). Daarnaast geeft 66,3% aan om een beweegmaatje van de cliënt te willen worden, om dus samen met een cliënt te gaan sporten.

Hoofdstuk 5 Conclusies

In dit hoofdstuk worden kort de conclusies besproken naar aanleiding van de afnemersanalyse. Per onderzoeksvraag zoals die in paragraaf 1.4 staan worden de conclusies vermeld.

1. Wat is de beweegmotivatie en hoe is het beweeggedrag van de cliënten op dit moment?

Bijna 80% is gericht gemotiveerd om te bewegen, vooral voor de gezondheid, ontspanning en/of sociale contacten. Verder kan gesteld worden dat cliënten steeds minder gaan bewegen. Op dit moment beweegt 13% van de cliënten niet/nauwelijks. Uit onderzoek onder het netwerk is gebleken dat een kleine 30% de NNGB niet haalt, wat nadelige gevolgen zal hebben voor de gezondheidssituatie. Voor ongeveer dertig procent van de cliënten is het onbekend of de norm behaald wordt.

Kortom, het beweegniveau van de cliënten is ondanks een goede beweegmotivatie afgenomen en behaalt (volgens het netwerk) voor een belangrijk deel niet de NNGB.

2. Wat is de beweegmotivatie en hoe is het beweeggedrag van de medewerkers op dit moment?

Medewerkers zijn grotendeels gericht gemotiveerd om te bewegen, voor gezondheid en ontspanning. Als er wordt gekeken naar het beweegpatroon van de medewerker kan er geconcludeerd worden dat de medewerkers grotendeels voldoen aan de NNGB. Deze groep voldoet aan de lichte inspanningen die geleverd moeten worden (wandelen en fietsen) volgens deze norm. Opvallend is dat 18,3% op dit moment geen sport beoefent.

Conclusie: medewerkers zijn gemotiveerd om te bewegen, maar een relatief groot percentage (ruim 20%) behaalt de NNGB norm nog niet.

3. Wat zijn belangrijke faciliteiten die bij een Beweegcentrum gewenst worden voor deze doelgroepen?

Gekeken naar de wensen van (het grootste deel van) de cliënten en naar de wensen van het netwerk en de medewerkers zou het Beweegcentrum er als volgt uit kunnen zien:

1. Fitness: cardio en krachttraining
2. Aparte zaal voor groepslessen/ individuele training
3. Groepslessen. Invulling van de groepslessen volgt nog
4. Persoonlijke en goede begeleiding
5. Kleedkamer/ douchemogelijkheden
6. Kleine horecavoorziening
7. Beweegmogelijkheden voor een lage prijs

Daarnaast wordt er door een grote groep (ca. 25%) de wens aangegeven dat er een zwembad terugkeert op Landpark Assisië. Dit is gewenst om de cliënten gerichter de laten bewegen volgens hen.

4. Hoe belangrijk vinden medewerkers bewegen voor cliënten?

Van de ondervraagde medewerkers blijkt dat 91,9% meer aandacht voor bewegen van de cliënt redelijk (7) tot heel belangrijk (10) vindt. Circa 1/3 deel van de ondervraagden vindt dat heel belangrijk!

Verder blijkt uit een ander deel van het onderzoek dat ongeveer de helft van de ondervraagde medewerkers (49,8%) de aandacht voor het stimuleren van bewegen nihil tot onvoldoende vindt. Een belangrijke indicatie dat verbetering nodig wordt geacht door de medewerkers. De komst van een Beweegcentrum kan het bewegen van de cliënten mogelijk stimuleren.

5. In hoeverre hebben de doelgroepen interesse in een Beweegcentrum?

Het belang van een Beweegcentrum wordt door de verschillende doelgroepen (inclusief het netwerk) sterk onderschreven. Tevens geeft een groot deel van de respondenten onder de cliënten (54,5%), het netwerk (45,5%) en medewerkers (58,2%) aan gebruik te gaan maken van het Beweegcentrum. Intern is er dus duidelijk belangstelling voor de mogelijkheden van een Beweegcentrum.

Bijlage 1 Enquête

1.1 Enquête netwerk van de cliënt

Beste ouder(s), familielid of (wettelijke) vertegenwoordiger van de cliënt van Prisma,

op dit moment worden er initiatieven ontplooid op landpark Assisië in Biezenmortel met als belangrijkste doel om voor de cliënten een gezondere levensstijl te creëren en om de maatschappelijke participatie te bevorderen. Daarnaast bent u als netwerk van de cliënt belangrijk. Voor dit onderzoek worden ook cliënten en medewerkers benaderd. De haalbaarheid van een beweegcentrum op het landpark wordt onderzocht. Door middel van het invullen van deze enquête wordt de interesse getoetst ten aanzien van het beweegcentrum voor de verschillende doelgroepen.

De antwoorden op deze enquête geven ons informatie over de algemene interesse in het beweegcentrum. Dit zal de basis zijn voor het verdere onderzoek. Het invullen van deze enquête duurt maximaal drie minuten en is volledig anoniem.

Het invullen van de enquête is mogelijk tot en met maandag 19 oktober.

Mochten er nog vragen zijn kunt u contact opnemen met mmuskens@prismanet.nl. Alvast bedankt voor uw medewerking.

Met vriendelijke groet,

Marnick Muskens

Algemene vragen

1. Wat is het geslacht van de cliënt?
Man Vrouw
2. Wat is de leeftijd van de cliënt?
Jonger dan 30 30-40 40-50 50-60 60-70 ouder dan 70
3. Op welke woonvoorziening woont de cliënt?
.....
4. Wat is uw relatie met de client?
Ouder(s) Familielid (Wettelijk)Vertegenwoordiger Anders

Vragen over het bewegen van de cliënt

5. Aan wat voor soort activiteiten heeft de cliënt het afgelopen jaar ?regelmatig (minimaal 1x per maand?) deelgenomen?
Wandelen Fietsen Zwemmen Paardrijden Voetballen
Volleyballen

Anders nl.....
6. Aan wat voor activiteiten neemt de cliënt nog steeds regelmatig (minimaal 1x per maand?)deel ?
.....
.....
7. Is de cliënt in zijn vrije tijd voornamelijk actief (lichte fysieke inspanning vereist) of passief bezig binnen de mogelijkheden van de cliënt? Kunt u dat svp in een percentage uitdrukken globaal.
Actief ... %
Toelichting:
Passief ---%
Toelichting:
8. In hoeverre wordt de cliënt door zijn omgeving gestimuleerd om te bewegen bij de dagelijkse bezigheden?
Schaal van 1 tot en met 10
9. In hoeverre vindt u het voor de cliënt belangrijk dat er meer aandacht wordt besteed aan het bewegen om zo de gezondheid van de cliënt te verbeteren?
Schaal van 1 tot en met 10
10. Voldoet de cliënt aan de beweegnorm volgens het NNGB (.....)?
Toelichting: men voldoet aan de beweegnorm als men zich minimaal vijf keer week minimaal 30 minuten per dag licht inspant(met lichte handelingen wordt bedoeld wandelen, fietsen, opruimen etc).

Ja Nee Weet ik niet
Vragen over het Beweegcentrum

11. Wat voor beeld heeft u bij een Beweegcentrum?

.....

12. Zou u als persoon gebruik willen maken van de faciliteiten in het Beweegcentrum?

Ja Nee

13. Er zijn ideeën ontwikkeld op landpark Assisië om het beweegaanbod uit te breiden met een beweegcentrum om daarmee gezondheid/welzijn van de cliënt te verbeteren. Zou de cliënt open staan om onder speciale begeleiding hieraan deel te nemen?

Ja Nee Weet ik niet

INDIEN NEE IJ VRAAG 13, GA DOOR NAAR VRAAG 18. ANDERS GA DOOR NAAR VRAAG 14.

Vragen over interesse in het Beweegcentrum voor de cliënt

14. Zou u als relatie van de cliënt open staan om samen met de cliënt als beweegmaatje te gaan bewegen in het beweegcentrum?

Ja Nee

15. Wat zou het motief zijn om voor de cliënt meer te bewegen? Meerdere antwoorden mogelijk.

Plezier/ontspanning Sociale contacten Energie kwijtraken Gezondheid

Anders nl

16. Welke faciliteiten moeten er volgens u voor de cliënt aanwezig zijn om het bewegen te stimuleren?

.....
.....

17. Vindt u het reëel een bijdrage per maand te willen/ kunnen leveren om gebruik te maken van de faciliteiten?

JA NEE

INDIEN JA/ WEET NIET VRAAG 13, GA DOOR NAAR VRAAG 19

18. Wat is voor de u de reden om geen gebruik te maken van de mogelijkheden op het Landpark voor de cliënt?

.....

19. Wat zou u belangrijk vinden in het beweegcentrum om ervoor te zorgen dat de cliënten er gebruik van maken?

.....

20. Opmerkingen/ aanvullingen ten aanzien van deze enquête.

.....

1.2 Enquête beweegaanbod medewerkers Stichting Prisma

Enquête beweegaanbod Stichting Prisma medewerkers

Beste medewerkers van Stichting Prisma,

op dit moment zijn er initiatieven ontplooid op landpark Assisië in Biezenmortel met als doel om voor de clienten een gezondere levensstijl te creëren en om de maatschappelijke participatie te bevorderen. Daarnaast zijn de wensen en behoeftes van medewerkers op het gebied van bewegen van belang. Er wordt gekeken om een beweegcentrum op landpark Assisië te realiseren. Door middel van het invullen van deze enquête wordt de interesse getoetst ten aanzien van het beweegcentrum voor de verschillende doelgroepen.

De volgende pagina geeft u een beeld over een mogelijk idee over een beweegcentrum.

De antwoorden op deze enquête geven ons informatie met betrekking tot algemene interesse in het beweegcentrum. Dit zal de basis zijn van het verdere onderzoek. Het invullen van deze enquête duurt maximaal drie minuten en is volledig anoniem.

Het invullen van de enquête is mogelijk tot en met maandag 19 oktober.

Mochten er nog vragen zijn kunt u contact opnemen met mmuskens@prismanet.nl. Alvast bedankt voor uw medewerking.

Met vriendelijke groet,

Marnick Muskens

Algemene vragen

1. Wat is uw geslacht?

Man Vrouw

2. Wat is uw leeftijd?

Jonger dan 20 20-30 30-40 40-50 50-60 ouder dan 60 jaar

3. Wat is uw functie binnen stichting Prisma?

.....

4. Op welke locatie bent u werkzaam?

.....

5. Welke sporten beoefent u op dit moment?

.....

Beweegvragen medewerkers

Op deze pagina komen enkele persoonlijke bewegingsvragen aan bod.

6. Wat is voor u het motief om te bewegen/sporten?

Plezier/ Ontspanning Gezondheid Prestatieverbetering Afvallen

Anders nl

7. Voldoet u zelf aan de beweegnorm van het NNGB?

Toelichting: u voldoet aan de beweegnorm als u zich minimaal vijf dagen per week minstens 30 minuten licht inspant.

Ja Nee

8. Bent u op dit moment lid bij een sportschool bij u in de buurt?

JA NEE

9. Wat stelt u zich voor bij een Beweegcentrum?

.....

10. Zou u interesse hebben om van deze beweeg-/fitnessfaciliteiten op het landpark te Biezenmortel gebruik te maken?

Ja

NEE

INDIEN VRAAG 10 MET JA BEANTWOORD GA NAAR VRAAG 11 TOT EN MET 14. INDIEN VRAAG 10 MET NEE BEANTWOORD GA NAAR VRAAG 15

11. Welke faciliteiten moeten er worden aangeboden om het voor u aantrekkelijk te maken om te komen sporten?

.....
.....
.....
.....

12. Zou u daar een financiële bijdrage voor over hebben?

Ja

Nee

13. Op wat voor tijden zou u gebruik willen maken van deze beweeg/sportmogelijkheden? (meerdere antwoorden mogelijk)

Tussen 7u en 12 u
werktijden

tussen 12 en 17u
onder werktijden

tussen 17u en 21u

rond

14. Zou u een beweegmaatje van een cliënt willen zijn om samen te gaan bewegen?

Toelichting: hiermee wordt bedoeld dat je samen met een cliënt gaat bewegen.

Hierdoor komt de cliënt aan voldoende beweging en daarnaast bent u zelf ook bezig met het bewegen/ sporten

JA

NEE

GA DOOR NA VRAAG 16

Volgende vraag alleen voor mensen met NEE op vraag 12.

15. Waarom zou u geen gebruik maken van de fitnessmogelijkheid?

Geen motivatie

geen tijd

sport elders

te duur

Anders

namelijk

Beweegvragen cliënten

Op deze pagina worden een aantal vragen gesteld ten aanzien van het bewegen van de cliënten. Het bewegen houdt voor de cliënten in dat er handelingen worden gedaan waar tenminste lichte inspanning voor nodig is.

16. In hoeverre worden de cliënten gestimuleerd door de omgeving om te bewegen bij de dagelijkse bezigheden?

Schaal 1 tot en met 10

17. In hoeverre vindt u het voor de cliënten belangrijk dat er meer aandacht wordt besteed aan het bewegen om zo onder andere de gezondheid van de cliënten te verbeteren/bevorderen?

Schaal 1 tot en met 10

18. Om beweegmogelijkheden voor de cliënten te vergroten, in hoeverre denk je dat een beweegcentrum daar een bijdrage aan kan leveren?

Schaal 1 tot 10

19. Wat zou u belangrijk vinden in het beweegcentrum om het te laten gebruiken door medewerkers en externe partijen?

.....

20. Opmerkingen/ aanvullingen.

.....
.....

Bijlage 2 Codeboek

Hieronder vindt u het codeboek van de vragenlijst, zoals die hierboven staat beschreven. Hierdoor kunnen antwoorden zoals die zijn gegeven worden ingevoerd in de datamatrix van SPSS. Allereerst staat het codeboek van de vragenlijst van de medewerkers weergegeven en vervolgens komt die van de cliënten aan bod.

Codeboek medewerkers

Vraagnummer	Variabele label	Variabele naam	Valuetabel	Hercodering sactie	Hercoderingsvaluelabel	Hercoderende variabele naam	Meetniveau
Referentie nummer							
1	Geslacht	V1ges	1= man 2= vrouw				Nominaal
2	Leeftijd	V2lft	1= < 20 jaar 2= 20 -29 jaar 3= 30-39 jaar 4= 40 -49 jaar 5= 50 - 59 jaar 6= > 60 jaar	1-2= 1 3-6=2 7=3	1= jeugd 2= volwassenen 3= senioren	A2lft	Ordinaal/ ordinaal
3	Functie	V3func					Nominaal/ Nominaal
4	Locatie	V4loc					Nominaal/ Nominaal
5	Sportbeoefening	V5beo					Ordinaal
6a	Motief/ ontspanning	V6asmi n	1= ja . = nee				Nominaal

6b	Motief/ gezondheid	V6bsis	1= ja .= nee				Nominaal
6c	Motief/ prestatie	V6csme	1= ja .= nee				Nominaal
6d	Motief/ afvallen	V6dsco	1= ja .= nee				Nominaal
6e	Motief/ anders	V6estoe	1= ja .= nee				Nominaal
7	NNGB	V7nngb	1= ja .= nee				Nominaal
8	Lid sportschool	V8spo	1= ja .= nee				Nominaal
9	Voorstel beweegcentrum	V9vbew					Nominaal
10	Interesse beweegcentrum	V10ibe	1= ja .= nee				Nominaal
11	Faciliteiten	V11fac					Nominaal
12	Financiële bijdrage	V12fin	1= ja 2= nee				Nominaal
13a	Tijden/ 7u-12u	V13vtij	1= ja .= nee				Nominaal
13b	Tijden/ 12u-17u	V11mtij	1= minder dan 10 2= tussen 10 en 20 3= tussen 20 en 30 4= meer dan 30 9= Geen mening				Nominaal/ Nominaal
13c	Tijden/ 17u-21u	V12atij	1= ja .= nee				Nominaal

13d	Tijden/ rond werk	V13rwe	1= ja .= nee				Nominaal
14e	Tijden/ onder werk	V14aowe	1= ja .= nee				Nominaal
14	Beweegmaatje	V14bem	1= ja .= nee				Nominaal
15	Reden geen gebruik	V15red	1= ja .= nee				Nominaal
16	Stimuleren bewegen	V14sti	1= ja .= nee				Nominaal
17	Belang bewegen	V14bbe	1= ja .= nee				Nominaal
18	Vergroten beweegcentrum	V18verb	1= ja .= nee				Nominaal
19	Belangrijk bij gebruik	V19bel	1= ja .= nee				Nominaal
20	Opmerkingen	V20opm	1= ja .= nee				Nominaal

Codeboek netwerk van de cliënt

Vraagnummer	Variabele label	Variabele naam	Valuetabel	Hercodering sactie	Hercoderingsvaluelabel	Hercoderende variabele naam	Meetniveau
Referentie nummer							
1	Geslacht	V1ges	1= man 2= vrouw				Nominaal
2	Leeftijd	V2lft	1= < 30 jaar 2= 30 -40 jaar 3= 40-50 jaar 4= 50 -60 jaar 5= 60 - 70 jaar 6= > 70 jaar				Ordinaal/ ordinaal
3	Woonvoorziening	V3woo					Nominaal/ Nominaal
4	Relatie	V4rel	1= ouder 2= familielid 3= wettelijk vertegenwoordi ger 4= anders				Nominaal/ Nominaal/ Nominaal
5	Activiteiten verleden	V5actv	1= wandelen 2= fietsen 3= zwemmen 4= paardrijden 5= voetballen				Ordinaal

			6= volleybal 7= anders				
6	Huidige activiteiten	V6acth					Nominaal
7	Actief/ passief	V7ap	1= actief 2= passief				Nominaal
8	Stimuleren	V8sti					Nominaal
9	bewegen omgeving	V9bel					Nominaal
10	Belang van bewegen NNGB	V10nng b	1= ja 2= nee 3= weet ik niet				Nominaal
11	Beeld	V11tev					Nominaal
12	beweegcentrum	V12ege	1= ja 2= nee				Nominaal
13	Eigen gebruik beweegcentrum Gebruik cliënt	V13cge	1= ja 2= nee 3= weet ik niet				Nominaal
14	Beweegmaatje	V14bew	1= ja 2= nee				Nominaal
15a	Motief/ gezondheid	V15gez	1= ja				Nominaal
15b	Motief/ plezier	V15ple					Nominaal
15c	Motief/ sociale contacten	V15soc					Nominaal
15d	Motief/ energie kwijtraken	V15en					Nominaal/ Nominaal
15e	Motief/ Anders	V12and					Nominaal
16	Faciliteiten	V16fac					Nominaal

17	Financiële bijdrage	V17fin	1= ja 2= nee				Nominaal
18	Geen gebruik	V18gee					Nominaal
19	Belangrijk bij gebruik	V19bel					Nominaal
20	Opmerkingen	V20opm					Nominaal

Bijlage 3 Analyseplan

In deze bijlage wordt uitgelegd hoe een analyseplan wordt opgesteld.

Een analyseplan heeft als doel “inzicht krijgen in welke toetsen gebruikt gaan worden om de onderzoeksvragen, welke in de probleemanalyse zijn opgesteld te kunnen beantwoorden om uiteindelijk segmenten te kunnen formeren”. Allereerst zal het analyseplan ten aanzien van de enquête van de medewerkers aan bod komen en vervolgens van de cliënten.

A: Frequentietabel medewerkers:

Vraagnummer	Variabele label	Variabele naam	Meetniveau	Frequentietabel	Grafiek	Kengetallen
1	Geslacht	V1gesl	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
2	Leeftijd	V2lft	Ordinaal	X	Staafdiagram	Modus, Mediaan
3	Functie	V3spee	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
4	Locatie	V4sped	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
5	Huidige sporten	V5erv	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
6	Motief sporten	V6soote	Nominaal	X	Staafdiagram	Modus
7	NNGB	V7ten	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
8	Lid sportschool	V8soota	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
9	Voorstellen beweegcentrum	V9meet	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
10	Interesse beweegcentrum	V10win	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
11	Faciliteiten sporten	V11reis	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
12	Financiële bijdrage	V12teec	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
13	Sport tijden	V13tere	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
14	Beweegmaatje	V14commom	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
15	Geen gebruik	V15comtoe	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
16	Cliënten stimuleren bewegen	V16afre	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
17	Meer aandacht bewegen					
18	Vergroten beweegmogelijkheden					
19	Belangrijk beweegcentrum					
20	Opmerkingen					

A: Frequentietabel cliënten:

Vraagnummer	Variabele label	Variabele naam	Meetniveau	Frequentietabel	Grafiek	Kengetallen
1	Geslacht	V1gesl	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
2	Leeftijd	V2lft	Ordinaal	X	Staafdiagram	Modus, Mediaan
3	Woonvoorziening	V3spee	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
4	Relatie	V4sped	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
5	Deelname activiteiten verleden	V5erv	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
6	Huidige deelname activiteiten	V6soote	Nominaal	X	Staafdiagram	Modus
7	Actief/ passief	V7ten	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
8	Stimuleren bewegen	V8soota	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
9	Aandacht bewegen	V9meet	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
10	NNGB	V10win	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
11	Beeld beweegcentrum	V11reis	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
12	Eigen gebruik	V12teec	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
13	Interesse beweegcentrum	V13tere	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
14	Beweegmaatje	V14commom	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
15	Motief	V15comtoe	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
16	Faciliteiten	V16afre	Nominaal	x	Staafdiagram	Modus
17	Financiële bijdrage					
18	Redenen geen gebruik					
19	Belangrijk beweegcentrum					
20	Opmerkingen					

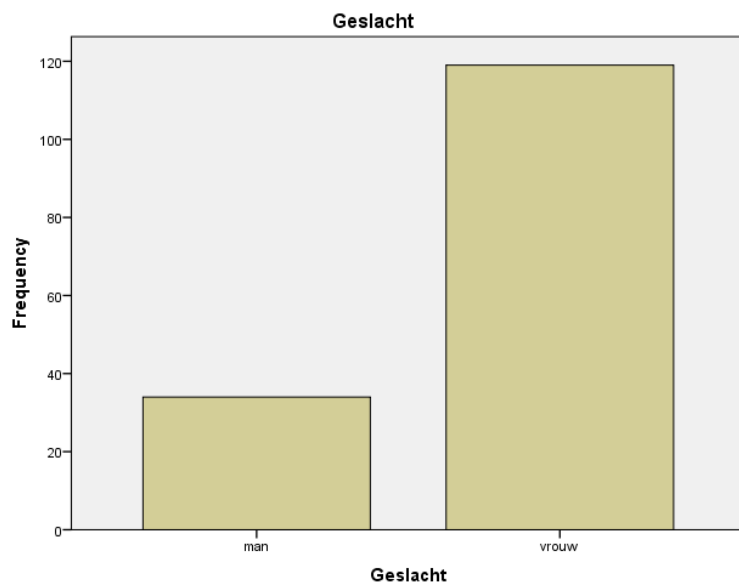
Bijlage 4 Beschrijvende statistiek enquête medewerkers

In deze bijlage komt de beschrijvende statistiek aan bod. Per enquêtevraag zal de uitkomst worden besproken aan de hand van een frequentietabel en een bepaald diagram. Afhankelijk van het meetniveau, zal dit een staafdiagram, histogram of een taartdiagram zijn.

Frequentietabel 1 Geslacht

Geslacht				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
man	34	22,2	22,2	22,2
Valid vrouw	119	77,8	77,8	100,0
Total	153	100,0	100,0	

Figuur 6 Geslacht

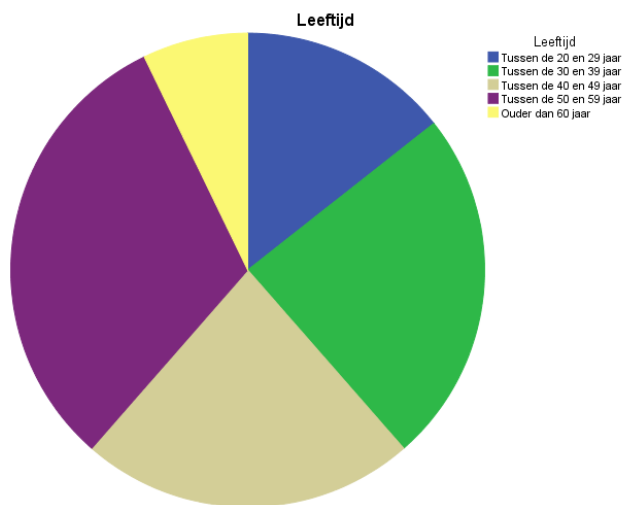


In frequentietabel 1 en figuur 1 is het geslacht van de respondent te zien. Het merendeel is vrouw(77,8%), terwijl er 34 mannen(22,2%) de enquête hebben ingevuld van de in totaal 153 respondenten.

Frequentietabel 2 Leeftijd

		Leeftijd			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tussen de 20 en 29 jaar	22	14,4	14,4	14,4
	Tussen de 30 en 39 jaar	37	24,2	24,2	38,6
	Tussen de 40 en 49 jaar	35	22,9	22,9	61,4
	Tussen de 50 en 59 jaar	48	31,4	31,4	92,8
	Ouder dan 60 jaar	11	7,2	7,2	100,0
	Total	153	100,0	100,0	

Figuur 7 Leeftijd



In de bovenstaande figuren is de leeftijd van de respondent weergegeven. 31,9% van de respondenten geeft aan tussen de 50 en 59 jaar te zijn. De tweede groep is de leeftijdscategorie tussen de 30 en 39 jaar (24,2%). Het minst vertegenwoordigd zijn de leeftijdscategorieën tussen de 20 en 29 jaar (14,4%) en ouder dan 60 jaar (7,2%).

Frequentietabel 3 Functie van de medewerker

Functie	Aantal	Percentage
Begeleider niveau 3	15	9,7
Begeleider B	13	8,4
Begeleider	13	8,4
Po-er	12	7,8
Begeleider niveau 4	10	6,5
Begeleider niveau A	8	5,2
Teamleider	8	5,2
Praktijkverpleegkundigen	7	4,6
Gedragdeskundige	7	4,6
Begeleider niveau 5	7	4,6
Klantbegeleider	7	4,6
Adviseur	3	1,9
Logopedist	3	1,9
Stagiaire	2	1,3
Psychodiagnostisch medewerker	2	1,3
Adviseur kwaliteitsprogramma's	2	1,3
Onderzoeker	2	1,3
Fysiotherapeut	2	1,3
MTS	2	1,3
Planner	2	1,3
Gedragswetenschapper	1	0,7
Begeleider niveau 2	1	0,7
PPG	1	0,7
AVG	1	0,7
Bewegingsagoog	1	0,7
PPW	1	0,7
Management assistente	1	0,7
Beleidsadviseur	1	0,7
Secretaresse	1	0,7
Administratief medewerker	1	0,7
Bewegingstherapeut	1	0,7

In totaal hebben 41 verschillende functies binnen Stichting Prisma deze enquête ingevuld. De grootste groep zijn de verschillende begeleiders van de cliënten: begeleider niveau 3 (9,7%), begeleider B en begeleider (8,4%). Een aantal andere opvallende functies: teamleider (5,2%), praktijkverpleegkundigen en gedragdeskundigen (4,6%). Tot slot hebben ook bijvoorbeeld twee planners (1,3%), de secretaresse en de beleidsadviseur meegewerkt aan het onderzoek (0,7%).

Frequentietabel 4 Huidige sporten van de medewerker

Sporten	Aantal	Percentage
Fitness	41	20,3
Geen sport	37	18,3
Hardlopen	25	12,4
Wandelen	24	11,9
Fietsen	20	9,9
Zwemmen	8	4,0
Tennis	7	3,5
Wielrennen	6	3,0
Dansen	6	3,0
Voetbal	5	2,5
Yoga	5	2,5
Volleybal	3	1,5
Karate/ boksen	3	1,5
Skien	2	1,0
Yoga	1	0,50
Golf	1	0,50
Korfbal	1	0,50
Darts	1	0,50
Vissen	1	0,50
Badminton	1	0,50
Squash	1	0,50
Hockey	1	0,50
Tafeltennis	1	0,50
Turnen	1	0,50

Opvallend is dat 18,3% van de respondenten op dit moment geen enkele sport beoefend. Deze groep komt op een tweede plaats te staan. De meeste respondenten doen op dit moment aan fitness (20,3%). Enkele andere sporten zijn: harlopen (12,4%) en fietsen (9,9%). Een enkeling doet aan skien (1,0%), golf en darts (0,50%).

Frequentietabel 5 Motief medewerkers om te bewegen

Smotiefbewegen Frequencies			
	Responses		Percent of Cases
	N	Percent	
Motief plezier/ontspanning	107	35,1%	71,8%
Motief gezondheid	123	40,3%	82,6%
mot ^a Motief prestatieverbetering	24	7,9%	16,1%
Motief afvallen	48	15,7%	32,2%
Motief anders	3	1,0%	2,0%
Total	305	100,0%	204,7%

a. Dichotomy group tabulated at value 1.

Voor de medewerkers is het bewegen belangrijk om te werken aan hun gezondheid (40,3%). Ook is het voor een grote groep een vorm van ontspanning/plezier (35,1%). Het minste wordt prestatieverbetering aangedragen om te gaan bewegen (7,9%).

Frequentietabel 6 NNGB

Norm Gezond Bewegen				
	Frequen cy	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Ja	119	77,8	77,8	77,8
Valid Nee	34	22,2	22,2	100,0
Total	153	100,0	100,0	

Figuur 8 NNGB

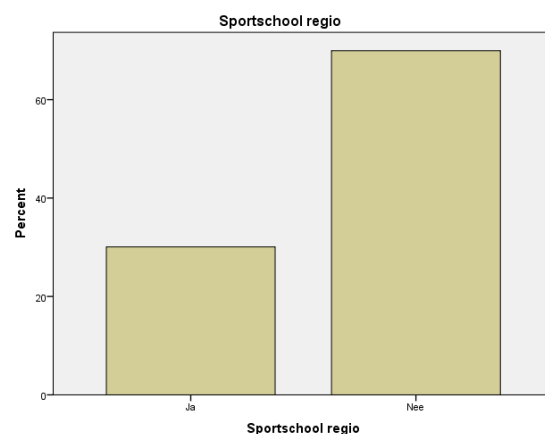


In de bovenstaande frequentietabel 3 en figuur 3 staat het aantal respondenten weergegeven dat aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen voldoet. 77,8% geeft aan aan deze beweegnorm te voldoen. Slechts 34 personen geven aan deze beweegnorm niet te halen.

Frequentietabel 7 Lid sportschool

Sportschool regio				
	Frequen cy	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Ja	46	30,1	30,1	30,1
Valid Nee	107	69,9	69,9	100,0
Total	153	100,0	100,0	

Figuur 9 Sportschool regio

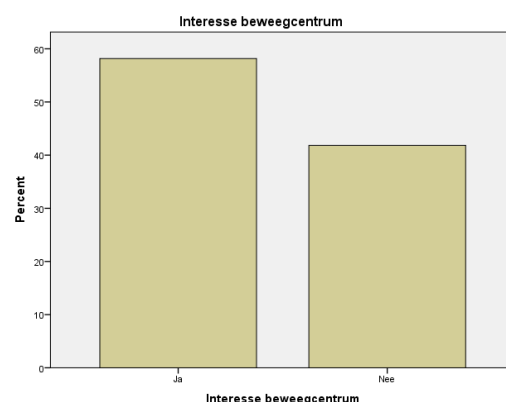


In frequentietabel 4 is weergegeven hoeveel procent er op dit moment lid in van een sportschool in hun eigen regio. Ruim honderd respondenten geven aan op dit moment niet lid te zijn van een sportschool in hun regio (69,9%). Ruim dertig procent, 46 respondenten, geven aan wel lid te zijn van een sportschool in de regio. Naast de frequentietabel staat een staafdiagram weergegeven, aangezien het op nominaal niveau is gemeten.

Frequentietabel 8 Interesse beweegcentrum

Interesse beweegcentrum				
	Frequen cy	Perce nt	Valid Percent	Cumulative Percent
Ja	89	58,2	58,2	58,2
Valid Nee	64	41,8	41,8	100,0
Total	153	100,0	100,0	

Figuur 10 Interesse beweegcentrum

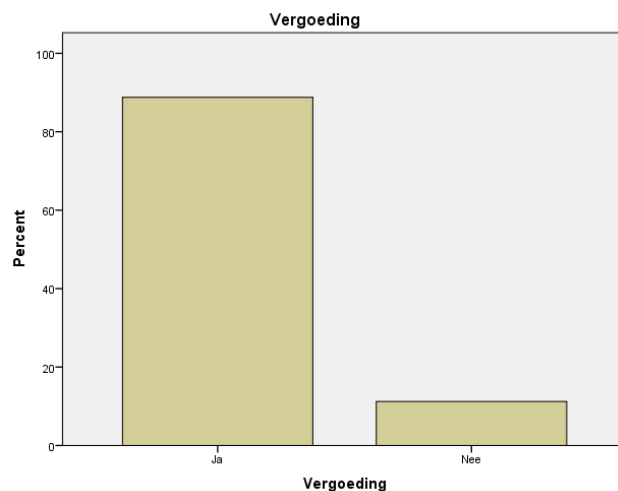


In de bovenstaande tabellen staan de resultaten van de respondenten weergegeven ten aanzien van hun interesse in het beweegcentrum op Landpark Assisië. 58,2% van de respondenten (89 personen) geeft aan interesse te hebben in een beweegcentrum. In figuur 5 is het resultaat weergegeven in een staafdiagram.

Frequentietabel 9 Financiële vergoeding

Vergoeding				
	Frequen cy	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Ja	79	51,6	88,8	88,8
Valid Nee	10	6,5	11,2	100,0
Total	89	58,2	100,0	
Missin g Syste m	64	41,8		
Total	153	100,0		

Figuur 11 Financiële vergoeding



In de bovenstaande tabel en figuur zijn de resultaten weergegeven of respondenten bereid zijn een financiële vergoeding over hebben om gebruik te maken de faciliteiten van het beweegcentrum. In totaal hebben 89 respondenten interesse in het beweegcentrum. In figuur 6 staat weergegeven dat 88,8% van deze respondenten een financiële vergoeding er voor over hebben. Tien respondenten geven aan geen financiële vergoeding over te hebben voor het gebruik van het fitnesscentrum.

Frequentietabel 10 Tijden van gebruik Beweegcentrum

Gebruikbeweegcentrum Frequencies				
		Responses		Percent of Cases
		N	Percent	
gebruik ^a	Gebruik 7u-12u	22	15,1%	24,4%
	Gebruik 12u-17u	19	13,0%	21,1%
	Gebruik 17u-21u	26	17,8%	28,9%
	Rond werktijden	60	41,1%	66,7%
	Onder werktijd	19	13,0%	21,1%
Total		146	100,0%	162,2%

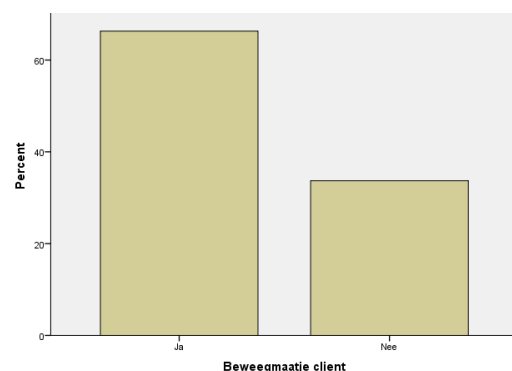
a. Dichotomy group tabulated at value 1.

De grootste groep medewerkers wil gebruik kunnen maken van het Beweegcentrum rond hun eigen werktijden (41,1%). Daarnaast willen medewerkers 's avonds tussen 17u-21u gebruik maken van de faciliteiten (17,8%) of onder werktijd (13,0%).

Frequentietabel 11 Beweegmaatje cliënt

Beweegmaatje cliënt				
		Frequency	Percent	Valid Percent
Valid	Ja	59	38,3	66,3
	Nee	30	19,5	33,7
	Total	89	57,8	100,0
Missing	System	65	42,2	
Total		154	100,0	

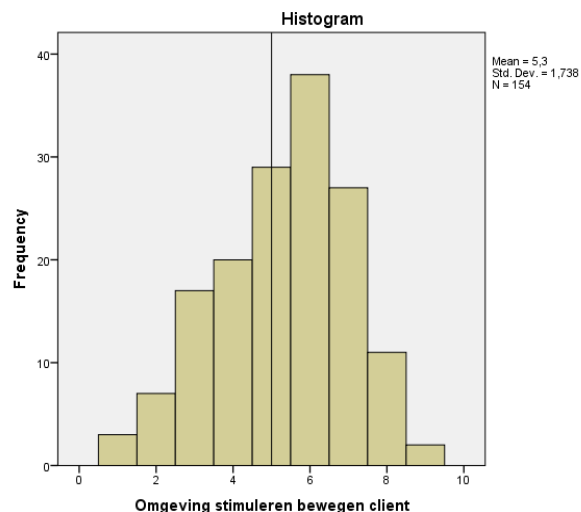
Figuur 12 Beweegmaatje cliënt



Frequentietabel 12 Stimuleren van het bewegen

Omgeving stimuleren bewegen cliënt				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Niet gestimuleerd	3	1,9	1,9	1,9
slecht gestimuleerd	7	4,5	4,5	6,5
matig gestimuleerd	17	11,0	11,0	17,5
minimaal gestimuleerd	20	13,0	13,0	30,5
onvoldoende gestimuleerd	29	18,8	18,8	49,4
voldoende gestimuleerd	38	24,7	24,7	74,0
goed gestimuleerd	27	17,5	17,5	91,6
zeer goed gestimuleerd	11	7,1	7,1	98,7
uitstekend gestimuleerd	2	1,3	1,3	100,0
Total	154	100,0	100,0	

Figuur 13 Stimuleren van het bewegen bij de cliënt

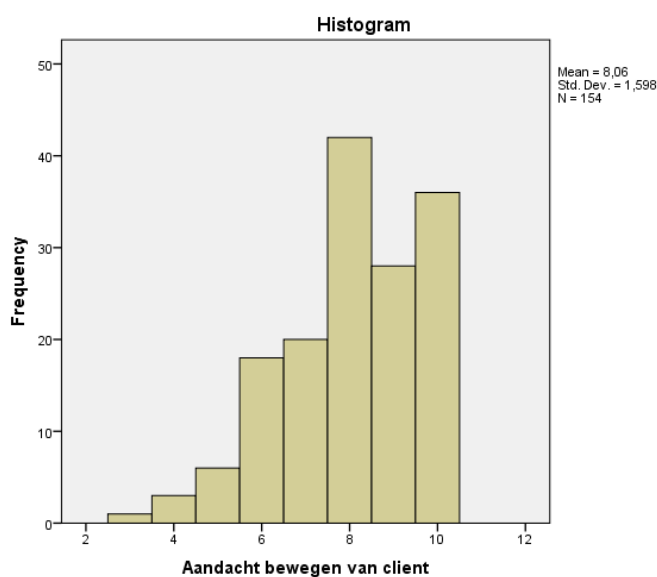


In frequentietabel en figuur 8 gaat het over het stimuleren van het bewegen bij de cliënt. In figuur is een histogram zichtbaar, aangezien het een vraag op ordinaal meetniveau is. Het gemiddelde is het cijfer 5,3, wat inhoud dat de cliënt onvoldoende wordt gestimuleerd bij het dagelijks bewegen door zijn omgeving. De twee grootste groepen zijn voldoende gestimuleerd (24,7%) en onvoldoende gestimuleerd (18,8%).

Frequentietabel 13 Aandacht geven aan het bewegen van de cliënt

Aandacht bewegen van cliënt				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Onbelangrijk	1	,6	,6	,6
Matig belangrijk	3	1,9	1,9	2,6
Onvoldoende belangrijk	6	3,9	3,9	6,5
Middelmatig	18	11,7	11,7	18,2
Valid Belangrijk	20	13,0	13,0	31,2
Redelijk belangrijk	42	27,3	27,3	58,4
Zeker belangrijk	28	18,2	18,2	76,6
Heel belangrijk	36	23,4	23,4	100,0
Total	154	100,0	100,0	

Figuur 14 Aandacht voor bewegen van de cliënt

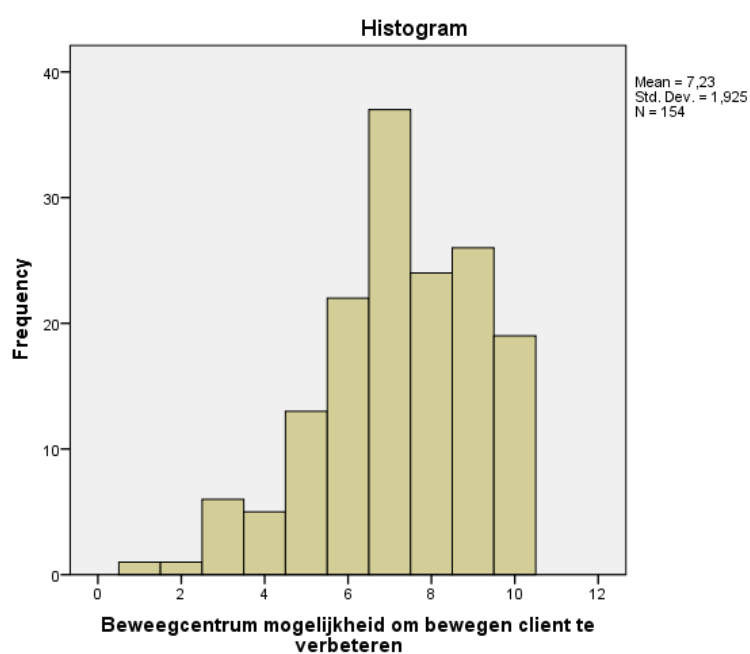


De resultaten die hierboven worden weergegeven gaat over de volgende vraag: in hoeverre vindt u het belangrijk dat er meer aandacht moet worden besteed aan het bewegen van de cliënt om de gezondheid te verbeteren?. Redelijk belangrijk vinden 42 respondenten en 36 respondenten vinden het heel belangrijk. Het gemiddelde is 8,06, wat inhoud redelijk belangrijk.

Frequentietabel 14 Beweegcentrum als middel voor cliënt

Beweegcentrum mogelijkheid om bewegen cliënt te verbeteren				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Geen toegevoegde waarde	1	,6	,6	,6
Weinig toegevoegde waarde	1	,6	,6	1,3
Minimale toegevoegde waarde	6	3,9	3,9	5,2
Onvoldoende middelmatig	5	3,2	3,2	8,4
Toegevoegde waarde	13	8,4	8,4	16,9
Kleine toegevoegde waarde	22	14,3	14,3	31,2
Middelmatige toegevoegde waarde	37	24,0	24,0	55,2
Goede toegevoegde waarde	24	15,6	15,6	70,8
Uitstekende toegevoegde waarde	26	16,9	16,9	87,7
Zeker een toegevoegde waarde	19	12,3	12,3	100,0
Total	154	100,0	100,0	

Figuur 15 Beweegcentrum als middel voor de cliënt



Het beweegcentrum kan als middel worden gezien om het bewegen van de client te verbeteren volgens de medewerkers. De antwoorden zijn gegeven op een schaal van 1 (geen toegevoegde waarde) tot 10 (zeker een toegevoegde waarde). De grootste groep geeft het een middelmatige toegevoegde waarde (24,0%). Daarnaast vindt 16,9% het een uitstekende toegevoegde waarde hebben. Een enkeling vindt het een minimale toegevoegde waarde hebben (3,2%).

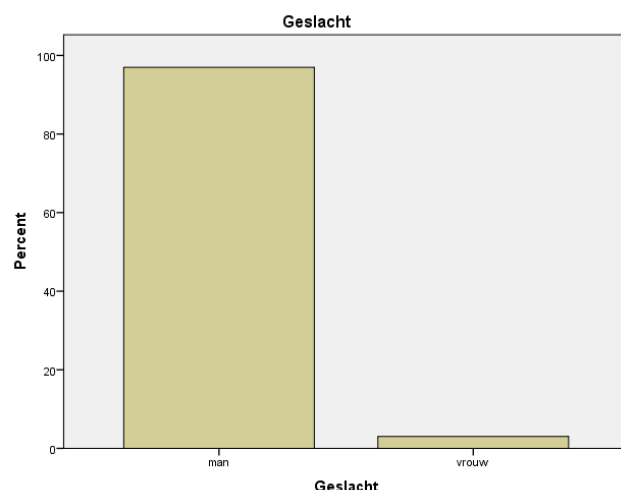
Bijlage 5 Beschrijvende statistiek enquête netwerk van de cliënt

In deze bijlage komt de beschrijvende statistiek aan bod van het netwerk van de cliënt aan bod. Per enquêtevraag zal de uitkomst worden besproken aan de hand van een frequentietabel en een bepaald diagram. Afhankelijk van het meetniveau, zal dit een staafdiagram, histogram of een taartdiagram zijn.

Tabel 9 Geslacht van de cliënt

Geslacht				
	Fre- quency	Per- cent	Valid Per- cent	Cumulative Percent
man	32	97,0	97,0	97,0
vrou w	1	3,0	3,0	100,0
Total	33	100,0	100,0	

Figuur 16 Geslacht van de cliënt

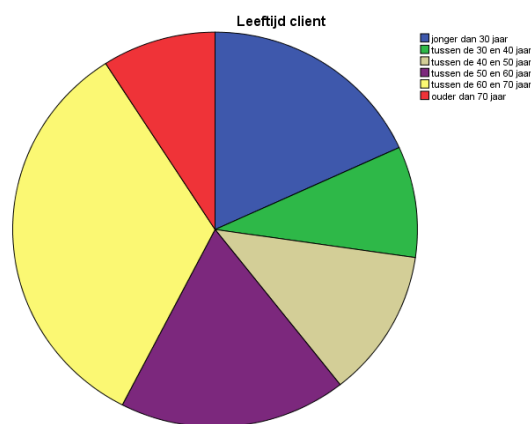


In frequentietabel 8 en figuur 18 is het geslacht van de cliënt te zien. Van de respondenten zijn er 32 cliënten man (97,0%) en een vrouw (3,0).

Tabel 10 Leeftijd van de cliënt

Leeftijd cliënt				
	Frequen cy	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
jonger dan 30 jaar	6	18,2	18,2	18,2
tussen de 30 en 40 jaar	3	9,1	9,1	27,3
tussen de 40 en 50 jaar	4	12,1	12,1	39,4
tussen de 50 en 60 jaar	6	18,2	18,2	57,6
tussen de 60 en 70 jaar	11	33,3	33,3	90,9
ouder dan 70 jaar	3	9,1	9,1	100,0
Total	33	100,0	100,0	

Figuur 17 Leeftijd van de cliënt

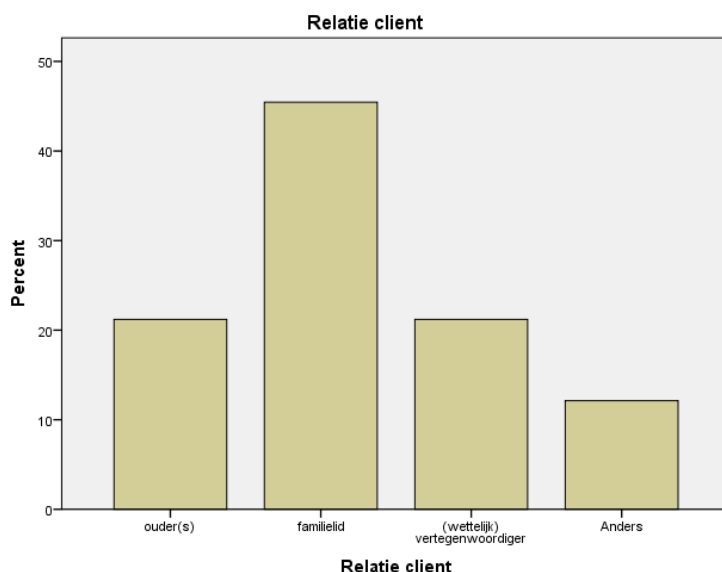


In frequentietabel 9 en figuur 19 is de leeftijdsopbouw van de cliënten weergegeven. Van de respondenten zijn de cliënten voornamelijk ouder dan 50 jaar (60,6%). De grootste groep zit tussen de 60 en 70 jaar is (33,3%).

Tabel 11 Relatie van de respondent met de cliënt

Relatie cliënt				
	Freq uenc y	Perc ent	Valid Percen t	Cumula tive Percent
ouder(s)	7	21,2	21,2	21,2
familieid	15	45,5	45,5	66,7
(wettelijk)	7	21,2	21,2	87,9
Val vertegenwoor id diger				
Anders	4	12,1	12,1	100,0
Total	33	100,0	100,0	

Figuur 18 Relatie van de respondent met de cliënt



De bovenstaande gegevens geven aan dat 45,5% van de respondenten een familieid van de cliënt is. Ook hebben zeven ouders van de cliënt deelgenomen als respondent aan het onderzoek (21,2%).

Figuur 19 Beweegactiviteiten van de cliënt het afgelopen jaar

\$sportactiviteitenvroeger Frequencies				
		Responses		Percent of Cases
		N	Percent	
sportver ^a	sportactiviteiten verleden wandelen	15	27,3%	57,7%
	sportactiviteiten verleden fietsen\	13	23,6%	50,0%
	sportactiviteiten verleden zwemmen	11	20,0%	42,3%
	sportactiviteiten verleden paardrijden	6	10,9%	23,1%
	sportactiveititen verleden voetballen	1	1,8%	3,8%
	sportactiveiten verleden volleyballen	9	16,4%	34,6%
	Total	55	100,0%	211,5%

a. Dichotomy group tabulated at value 1.

In de bovenstaande diagram zijn de resultaten weergegeven ten aanzien van de beweegactiviteiten van de cliënten van het afgelopen jaar. De grootste groep activiteiten waar de cliënten hebben deelgenomen zijn wandelen (27,3%) en fietsen (23,6%).

Tabel 12 Overzicht huidige beweegactiviteiten van de cliënt

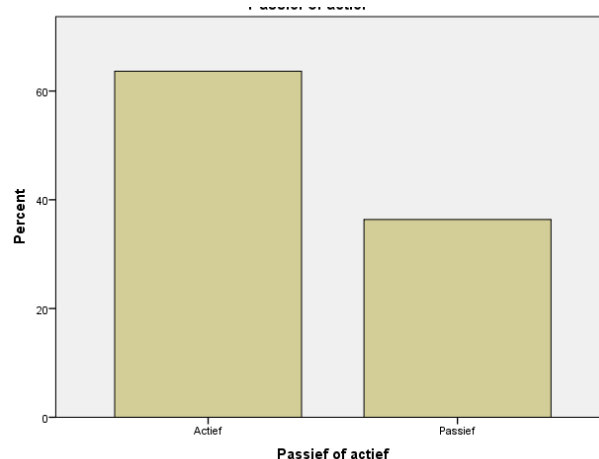
Huidige activiteit	Aantal	Percentage
Wandelen	12	26,1
Zwemmen	9	19,6
Fietsen	8	17,4
Geen	6	13,0
Paardrijden	3	6,5
Fitness	3	6,5
Bowlen	2	4,4
Voetbal	1	2,2
Darten	1	2,2
Badminton	1	2,2

In deze tabel zijn de antwoorden weergegeven op vraag 6: Aan wat voor activiteiten neemt de cliënt nog steeds regelmatig deel? De drie grootste groepen zijn: wandelen (26,1%), zwemmen (19,6%) en fietsen (17,4%). De kleinste groepen zijn de volgende activiteiten met 2,2%: voetbal, darten en badminton.

Tabel 13 Actief of passief bezig zijn van de cliënt overdag

Passief of actief				
	Fre- quency	Per- cent	Valid Percent	Cumulati- ve Per- cent
Actief	21	63,6	63,6	63,6
Pas- sief	12	36,4	36,4	100,0
Total	33	100,0	100,0	

Figuur 20 Actief of passief bezig zijn van de cliënt overdag

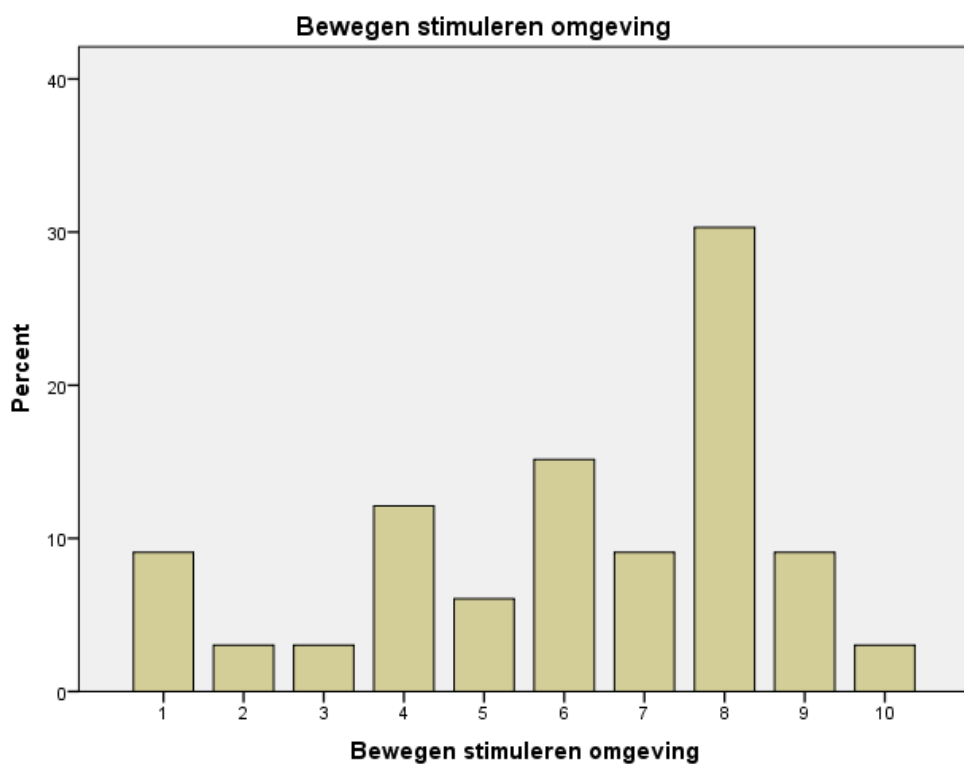


In de bovenstaande tabel en figuur wordt weergegeven of de respondent vindt dat de cliënt actief of passief bezig is gedurende zijn handelingen overdag. Hieruit blijkt dat 63,6% vindt dat de cliënt overdag een actieve levensstijl heeft. 36,4% geeft aan een passieve levensstijl te hebben.

Tabel 14 Stimuleren van voldoende bewegen van de cliënt door de directe omgeving

Bewegen stimuleren omgeving				
	Frequen- cy	Percent	Valid Per- cent	Cumulative Percent
1	3	9,1	9,1	9,1
2	1	3,0	3,0	12,1
3	1	3,0	3,0	15,2
4	4	12,1	12,1	27,3
5	2	6,1	6,1	33,3
Valid 6	5	15,2	15,2	48,5
7	3	9,1	9,1	57,6
8	10	30,3	30,3	87,9
9	3	9,1	9,1	97,0
10	1	3,0	3,0	100,0
Total	33	100,0	100,0	

Figuur 21 Stimuleren van voldoende bewegen van de cliënt door de directe omgeving

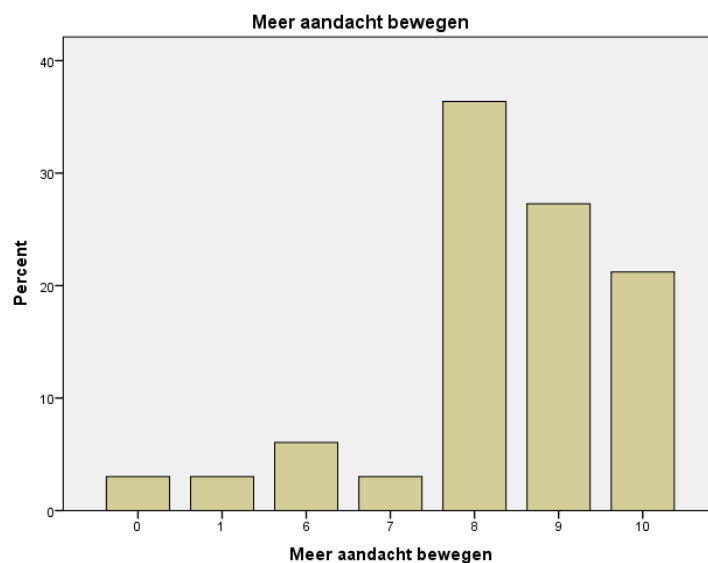


In de bovenstaande tabel en figuur wordt aangegeven in hoeverre de cliënt wordt gestimuleerd om te bewegen door de directe omgeving. De antwoordschaal is van 1 tot en met 10 (1= niet gestimuleerd, 10= uitstekend gestimuleerd). 30,3% geeft aan dat de cliënt goed wordt gestimuleerd om voldoende te bewegen (8). Andere grote groepen zijn: minimaal (12,1%), onvoldoende (6,1%) en voldoende (15,2%).

Tabel 15 In hoeverre moet er meer aandacht worden besteed aan het bewegen van de cliënt

	Frequen- cy	Percent	Valid Per- cent	Cumulative Percent
0	1	3,0	3,0	3,0
1	1	3,0	3,0	6,1
6	2	6,1	6,1	12,1
7	1	3,0	3,0	15,2
Valid 8	12	36,4	36,4	51,5
9	9	27,3	27,3	78,8
10	7	21,2	21,2	100,0
Total	33	100,0	100,0	

Figuur 22 In hoeverre moet er meer aandacht worden besteed aan het bewegen van de cliënt

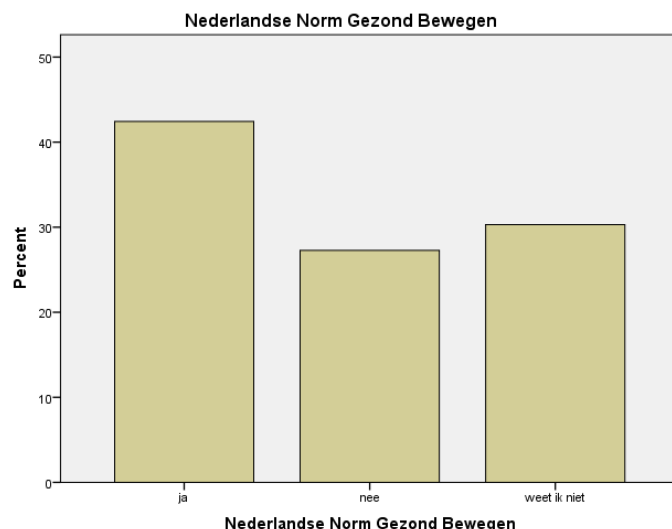


In tabel en figuur wordt weergegeven in hoeverre de cliënt het belangrijk vindt dat er meer aandacht moet worden besteed aan het bewegen van de cliënt. Antwoorden zijn gegeven op een schaal van 1 (niet belangrijk) tot 10 (heel belangrijk). Uit de grafiek blijkt dat 36,3% het belangrijk (8) vindt om meer aandacht te geven aan bewegen. De groep die het heel belangrijk (9 en 10) vindt is 48,5% groot. In totaal geeft 84,8% aan deze vraag een cijfer van 8 of hoger.

Tabel 16 Nederlandse Norm Gezond Bewegen van de cliënt

Nederlandse Norm Gezond Bewegen				
	Frequentie	Percentage	Valid Percent	Cumulative Percent
ja	14	42,4	42,4	42,4
nee	9	27,3	27,3	69,7
weet ik niet	10	30,3	30,3	100,0
Total	33	100,0	100,0	

Figuur 23 Nederlandse Norm Gezond Bewegen van de cliënt



Uit frequentietabel 10 en figuur 20 is te zien dat 42,4 % van de respondenten aan heeft gegeven dat de cliënt voldoet aan de NNGB (minimaal 5 dagen per week minstens 30 minuten lichte inspanning leveren). De overige respondenten geven aan dat de cliënten het niet halen (27,3%) of dat ze het niet weten (30,3%).

Tabel 17 Eigen beeld bij een Bewegencentrum

Eigen beeld Bewegencentrum	Aantal	Percentage
Fitnessachtig karakter	13	32,5
Lekker bewegen	5	12,5
Sport en spel	4	10,0
Gezellig bezig zijn	4	10,0
Wandelen	4	10,0
Zwembad	3	7,5
Niet van toepassing	3	7,5
Fietsen	2	5,0
Fysiotherapie	1	2,5
Trimparcours	1	2,5

In de bovenstaande tabel is duidelijk dat een Bewegencentrum wordt geassocieerd met een fitnessachtig karakter (32,5%). Enkele andere punten waar mensen aan denken bij een Bewegencentrum zijn: lekker bewegen (12,5%), sport en spel en gezellig bezig zijn (10,0%).

Figuur 24 Eigen gebruik Beweegcentrum

Tabel 18 Interesse van de respondent om zelf lid te worden

	Frequen cy	Percen t	Valid Percent	Cumulative Percent
ja	16	48,5	48,5	48,5
nee	17	51,5	51,5	100,0
Total	33	100,0	100,0	



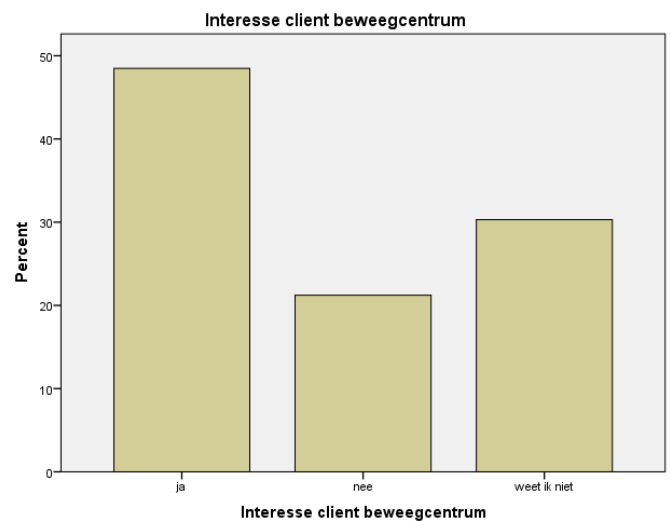
De bovenstaande tabel en figuur gaat over de mogelijke interesse om zelf gebruik te maken van de beweegmogelijkheden op Landpark Assisië. De respondenten geven aan dat ongeveer de helft (48,5%) gebruik wil maken van het Beweegcentrum.

Tabel 19 Interesse cliënt in Beweegcentrum

Figuur 25 Interesse cliënt in Beweegcentrum

Interesse cliënt beweegcentrum

	Fre- quency	Per- cent	Valid Percent	Cumula- tive Per- cent
ja	16	48,5	48,5	48,5
nee	7	21,2	21,2	69,7
weet ik niet	10	30,3	30,3	100,0
Total	33	100,0	100,0	

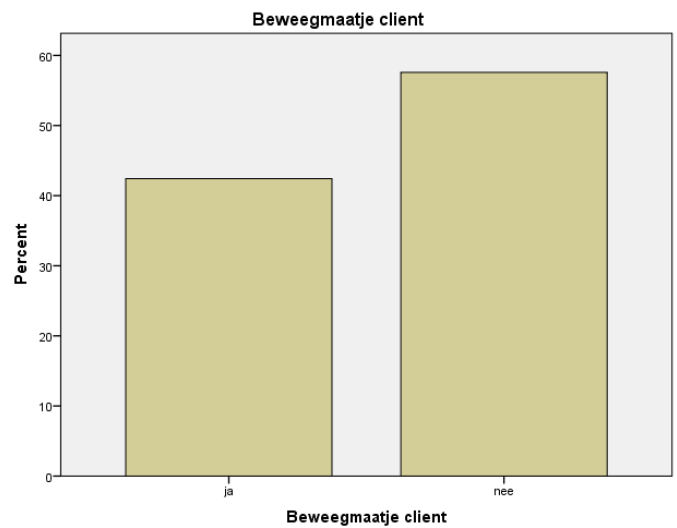


De grootste groep van de cliënten geeft aan interesse te hebben in het gebruik van het Beweegcentrum (48,5%). Daarentegen weet ruim dertig procent nog niet of ze gebruik willen maken van deze faciliteiten.

Figuur 27 Interesse om beweegmaatje van de cliënt te zijn

Tabel 26 Interesse om beweegmaatje van de cliënt te zijn

Beweegmaatje cliënt				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
ja	14	42,4	42,4	42,4
Vali nee	19	57,6	57,6	100,0
d Tot	33	100,0	100,0	
al				



Van de respondenten geeft aan 42,4 % dat het als beweegmaatje wil fungeren van de cliënt tijdens het bewegen. Negentien respondenten (57,6%) geven aan geen interesse te hebben om een beweegmaatje van de cliënt te worden.

Tabel 20 Motief om te bewegen van cliënt

\$motiefbewegenclient Frequencies			
	Responses		Percent of Cases
	N	Percent	
Motief gezondheid	20	30,3%	64,5%
Motief plezier/ ontspanning	19	28,8%	61,3%
motief ^a Motief sociale contacten	13	19,7%	41,9%
Motief energie kwijtraken	10	15,2%	32,3%
Motief anders	4	6,1%	12,9%
Total	66	100,0%	212,9%

a. Dichotomy group tabulated at value 1.

In de bovenstaande tabel worden de verschillende motieven om te bewegen weergegeven van de client. De grootste groep gaat bewegen voor het verbeteren van hun eigen gezondheid (30,3%). Daarna komt plezier/ ontspanning (28,8%) erbij kijken en het onderhouden van sociale contacten (19,7%).

Tabel 21 Gewenste faciliteiten binnen Beweegcentrum

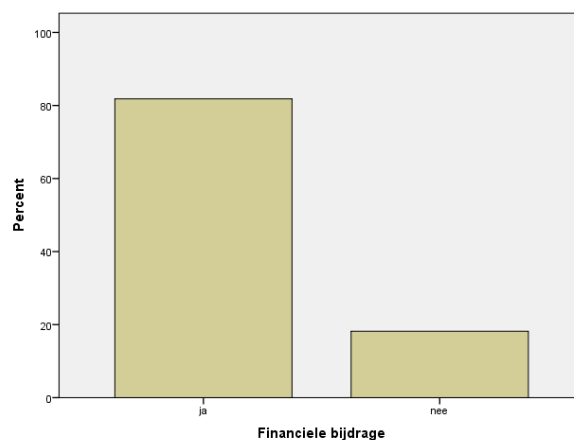
<i>Gewenste faciliteiten binnen Beweegcentrum</i>	<i>Percentage</i>	<i>Aantal</i>
Professionele begeleiding	35,3%	12
Zwembad/ wellness	26,5%	9
Fitness	20,6%	7
Muziek	8,8%	3
Diverse	8,8	3
Totaal aantal respondenten	100%	34

Uit tabel 20 worden faciliteiten weergegeven die de client belangrijk vindt bij een mogelijk Beweegcentrum. Het belangrijkste is de professionele begeleiding die aanwezig moet zijn (35,3%). Daarnaast wordt een zwembad/wellness (26,5%) en fitnessapparaten (20,6%) als meerwaarde beschouwd.

Tabel 22 Financiële vergoeding

Financiële bijdrage				
	Frequentie	Percentage	Valid Percent	Cumulative Percent
ja	27	81,8	81,8	81,8
nee	6	18,2	18,2	100,0
Totaal	33	100,0	100,0	

Figuur 28 Financiële vergoeding



Uit de gegevens hierboven blijkt dat 81,8% van de respondenten een financiële vergoeding over hebben om gebruik te maken van het mogelijke Beweegcentrum.

Tabel 22 Redenen voor geen gebruik Beweegcentrum

<i>Reden voor geen gebruik</i>	<i>Aantal</i>	<i>Percentage</i>
Rolstoel gebonden	1	20,0%
Afstand	3	60,0%
Geestelijk onvermogen	1	20,0%
Totaal aantal respondenten	5	100,0%

Hierboven wordt de afstand tot Biezenmortel als belangrijkste reden aangegeven om geen gebruik te maken van de faciliteiten van het Beweegcentrum (60,0%).

<i>Gewenste algemene randvoorwaarden Bewegcentrum</i>	<i>Aantal</i>	<i>Percentage</i>
Persoonlijke begeleiding	10	37,0%
Gezelligheid	5	18,5%
Vervoer	3	11,1%
Samen bewegen	4	14,8%
Laagdrempelig	2	7,4%
Horeca	2	7,4%
Totaal aantal respondenten	27	100%

Uit de tabel blijkt dat een aantal randvoorwaarden als belangrijk worden beschouwd door het netwerk van de cliënt. Allereerst moet er een goede persoonlijke begeleiding zijn (37,0%). Vervolgens komen de volgende voorwaarden aan bod: gezelligheid (18,5%), samen bewegen (14,8%) en het vervoer moet geregeld worden volgens het netwerk (11,1%).

Bijlage 3 Brainstormsessies beweegprofessionals

In deze bijlage staat uitgebreid het verslag weergegeven van de brainstormsessies met de beweegprofessionals. In de vorm van kwalitatieve interviews in een groep is er 3x gedurende 30 minuten overlegd wat de gedachtes zijn van de beweegprofessionals. De personen die hierbij aanwezig waren zijn: Maikel van Bragt(bewegingsagoog), Luuk van Gestel(bewegingsagoog) en Gabrie-Anne van Gernerden(fysiotherapeut).

Tijdens de eerste sessie op 22 oktober was medewerker facilitair& vastgoed Robin Krijgsman aanwezig. Tijdens deze sessie is er oriënterend gesproken over hoe een gewenst beweegcentrum eruit moet komen te zien. Daarnaast is er gesproken over wat er in de huidige gymzaal veranderd moet worden om deze gebruiksklaar te krijgen.

Het tweede gesprek is alleen geweest met het beweegteam op vrijdag 13 november 12.00u-12.30u in de fysioruimte in het Gezondheidscentrum op Landpark Assisië. Hierbij waren aanwezig: Marnick Muskens, Gabrie-Anne van Gernerden, Maikel van Bragt en Luuk van Gestel.

In dit gesprek zijn de actiepunten van het vorige gesprek doorgenomen. Hier is een wensenlijst vanuit de beweging en vanuit de fysiotherapie opgesteld van wat er aanwezig moet zijn in hun gewenste beweegcentrum. Dit gecombineerd met de kengetallen vanuit de fitnessbranche zal een schematische weergave worden gegeven van het beweegcentrum.

Het beweegcentrum vanuit de fysiotherapie:

1. Gymzaal verbeteren --> alle vaste materialen afgekeurd
2. Ruimte --> liefst dichtbij gezondheidscentrum, zodat er zo min mogelijk tijd wordt verspild. Pd2-4 of mn3-5
3. Mn3-5 goed middelpunt
4. In centrum:
 - behandelruimtes nodig minstens 2
 - fitnessmateriaal opbergsysteem
 - individuele ruimte voor hersteltrainingen
 - wachtkamer
 - kleedkamer
 - toilet/douche
5. materialen:
 - loopbrug
 - behandelbanken 2x
 - wandrek
 - motomed 2x met arm en beenfunctie
 - loopband
 - hometrainer --> met instelling wattage
 - legpress
 - pully
 - (crosstrainer)
6. toegankelijke openingstijden
7. loopbad/behandelbad max. 1.40m, 10 bij 5 meter

Locatie:

- Toegankelijk
- Dichtbij Gezondheidscentrum
- Voldoende ruimte
- Flexplek computer

Het beweegcentrum/ gymzaal vanuit de bewegingsagogen:

Materialenlijst gewenste gymzaal:

De zaal:

- Te beginnen moet er een vloer zijn die stroef en betrouwbaar is. Meestal zitten er strepen op hiermee kun je ook spelletjes doen+ dat is herkenbaar voor cliënten.
Op dit moment ziet deze vloer er glad en vies uit waardoor alles schuift wat eigenlijk niet zou mogen kunnen.
- Beweegbare baskets 2 maal: zo kun je laag en hoog gooien differentiatie voor elke cliënt zo kan iedereen op eigen niveau en succesbeleving bezig zijn.
Momenteel hangen er 2 baskets of deze nog in de status goedgekeurd zijn is de vraag.
- Wandrek: kan twee kanten op qua variatie, een kleine vaste of een grote verstelbare. Aan het wandrek een glijbaantje deze kun op verschillende manieren nog gebruiken in de zaal.
Kleine vaste wandrek: niemand klimt echt tot boven en de banken kunnen er onderin worden gehangen, hierdoor krijg je het zelfde effect dan dat je grote verstelbare hebt.
Grote verstelbare: je kunt hem plat leggen voortaan waardoor je hem als kruip toestel kunt gebruiken en je kunt hem gebruiken op verschillende niveaus ieder wat wils.
Op dit moment zijn de wandrekken afgekeurd en mogen we deze officieel niet meer gebruiken.
- Lift: er is een lift aanwezig deze gebruiken we om cliënten van hun rolstoel op een springkussen/ dikke mat te krijgen
in de zaal aanwezig deze is momenteel defect en wordt dus ook niet gebruikt.
- Touwen: om te slingeren en te zwieren in de zaal je kan er een schommel van maken.
Momenteel hangen er touwen in de gymzaal deze kunnen we niet meer gebruiken omdat ze kapot zijn.

- Schommels: schommels zijn belangrijk je zou deze iets comfortabeler kunnen maken via een kussenschommel.

nu moeten cliënten zelf hun evenwicht bepalen op een plankje waardoor je er continu bij moet zijn.

- Tussenwand: zeer gewenst zo kun je meer capaciteit bieden aan cliënten en meer rust bieden. Kleine tussenwand is ook gewenst mocht je met parcours bezig zijn kan het zijn dat cliënten zich erg optrekken naar andere.

Momenteel geen aanwezig in de zaal. Wel zeer gewenst.

Een gymzaal bijzaken:

- Kleedhok momenteel oud en versleten
- Toilet ruimte bij de gymzaal
- Muziek. Belangrijk
- Zonlicht binnenkomst zaal niet te warm.
- Ventilatie/verwarming

Materiaal in de zaal.

- Kleine matten: 6 stuks deze met klittenband strips zodat ze geen ruimte in beslag nemen wanneer je ze niet nodig hebt.

Momenteel hebben we judo matten deze zijn over het algemeen veel te hard en te zwaar voor cliënten.

- Dikke mat: voor onder het wandrek deze is eigenlijk verplicht voor de veiligheid ook. Verder voor parcours en balspelen.

Dikke mat die wij momenteel hebben is al op de hoeken in gescheurd en is ernstig aan vervanging toe.

Wensenlijst beweegcentrum:

- Individuele sportruimte om samen met cliënten te bewegen
- Zwembad eventueel een loopbad
- Kleedkamers
- Fitnessruimte zijn met onderstaande materialen:

Kracht:

Aura Multi Adjustubale Bench(2x)
 Aura Functional trainer
 Double Tier Dumbbell
 Lat Pulldown
 Seated Row

Fixed Dumbbellset 12 t/m 30 kg
 Dumbbell Tower with Chromed Dumbbellset

Spinning fiets 4x

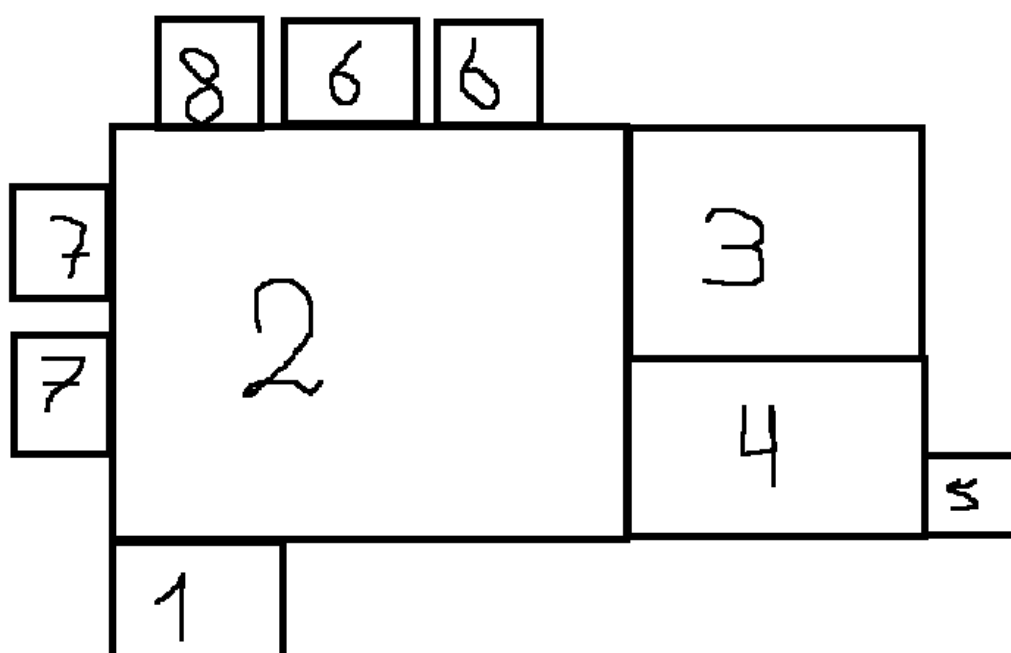
Cardio:

Recumbent bike
 Treadmill T50 serie
 Upright Bike
 Elliptical 3x serie
 Krank Cycle

In deze paragraaf wordt een schematische weergave gegeven van het beweegcentrum volgens de beweegprofessionals. Onder de schematische weergave staat er per ruimte aangegeven wat de belangrijkste punten zijn die in deze ruimte aanwezig moeten zijn. Daarnaast wordt er per ruimte een inschatting gemaakt van hoe groot de ruimte moet worden. Tot slot worden enkele kengetallen voor een beweegcentrum weergegeven.

Schematische weergave beweegcentrum:

In de onderstaande tekening zijn de verschillende ruimtes in het beweegcentrum volgens de bewegingsprofessionals weergegeven. Ieder nummer correspondeert met een ruimte. Onder de tekening staat de uitleg van het nummer weergegeven inclusief de belangrijkste materialen en cijfers.



1. Entree met wachtruimte/ horeca
2. Fitnesszaal

In deze zaal moet minimaal de volgende apparatuur komen de staan:

Kracht:

Aura Multi Adjustubale Bench(2x)
 Aura Functional trainer
 Double Tier Dumbbell
 Lat Pulldown
 Seated Row
 Fixed Dumbbellset 12 t/m 30 kg
 Dumbbell Tower with Chromed Dumbbellset
 Spinning fiets 4x

Cardio:

Recumbent bike
Treadmill T50 serie
Upright Bike
Elliptical 3x serie
Krank Cycle

Gemiddelde grootte fitnesszaal: 20x 20m. Oppervlakte 400 m²

Gemiddeld aantal apparaten: 24 cardio en 30 kracht

Max gemiddeld aantal leden per m²: 0,9

3. Individuele ruimte/ groepsruimte

Van deze ruimte moet de fysio, bewegingsagogen en mogelijk andere partijen gebruik kunnen maken. In deze ruimte moet het mogelijk zijn om groepslessen uit te voeren.

Dit moet er aanwezig zijn:

- Wandrek
- Loopbrug
- Matten
- Ballen
- Andere materialen voor beweging
- Bij voorkeur: een mogelijkheid om de zaal in tweeën te delen, zodat deze multifunctioneel gebruikt kan worden.

Grootte: circa 150 m². Er moet de mogelijkheid zijn om een looptest af te nemen voor de fysiotherapie. Minstens 30 meter lang moet deze hiervoor zijn.

4. Zwembad/ Loopbad

Tijdens de gesprekken is gesproken over een loopbad. Dit is een bad verstelbaar in hoogte minimaal 10 meter lang en 5 meter breed.

Hiervoor moet aanwezig zijn: trap, lift om cliënten in het bad te kunnen plaatsen.

Grootte: 100m²

5. Kleedruimtes bij de natte ruimte

Twee kleedruimtes om mensen in om te kunnen kleden. Daarnaast moet er een douche aanwezig zijn. Deze ruimte moet los zijn van de reguliere fitnesskleedkamers.

Grootte: 50 m²

6. Kleedkamers heren en dames

Deze twee kleedruimtes zijn bedoeld voor de heren en dames van die gebruik maken van de fitnessmogelijkheden. Hierin moeten aanwezig zijn: douches, toiletten, kluisjes en banken.

Grootte per kleedkamer: 40m²

7. Behandelkamers fysiotherapie

De fysio heeft graag twee behandelkamers binnen het beweegcentrum tot hun beschikking. Dit om meerdere cliënten tegelijkertijd te kunnen behandelen. In deze ruimtes moeten de volgende dingen aanwezig zijn: grote behandelbank, een opbergkast en een kruk. Daarnaast is een computer ook fijn om patiënt gegevens in te kunnen voeren.

Grootte per behandelkamer: 20 m²

8. Kantoor

Een aparte ruimte waar de administratie van het beweegcentrum wordt bijgehouden. Een plek waar het mogelijk is om in alle rust te werken.

Al deze ruimtes bij elkaar opgeteld wordt de totale oppervlakte van het beweegcentrum circa 800/900 m². Dit houdt in dat er maximaal zo'n 900 mensen lid kunnen worden van het beweegcentrum.

Als er wordt gekeken naar de wensen en behoeften van de medewerkers en het netwerk van de cliënt, kan er worden geconcludeerd dat deze over het algemeen goed overeen komen.

Wensen en behoeften medewerkers en netwerk van de cliënt van Landpark Assisië:

Goede begeleiding

Goede, schone en grote ruimte

Fitness/ cardioapparatuur

Kleedruimtes

Groepslessen

Zwembad

Bijlage 4 Exploitatiebegroting basis variant en comfort variant

1.1 Exploitatiebegroting voor optie 1: Basis Variant

In deze paragraaf wordt het financiële plaatje ten aanzien van de basisvariant weergegeven. Als eerste wordt de exploitatiebegroting weergegeven van het Bewegencentrum in deze vorm. Afgesloten wordt met een conclusie over de financiële haalbaarheid.

Basis Vari- Exploitatiebegroting ant

€	1e jaar	2e jaar
Omzet (excl. BTW)		
Fitness cliënten	72.000	0
Horeca	4.000	0
Overige activiteiten	9.500	0
	0	0
Totaal Omzet	85.500	0
Kosten		
Personeelskosten	70.872	
Huisvestingskosten	18.562	
Inventariskosten	15.000	
Vervoer- en transportkosten	0	
Verkoopkosten	3.000	
Algemene beheerskosten	5.000	
Afschrijvingen	12.700	
Rente- en bankkosten	6.000	
Totaal kosten	131.134	
Resultaat	-45.634	
af: Privé-uitgaven	0	
Blijft over/kapitaalmutatie		

Toelichting exploitatiebegroting optie 1 Basis Variant:

Omzet

Op basis van marktonderzoek en branchegegevens wordt de beoogde omzet bepaald. Er zijn drie omzetkanalen: leden beweegcentrum (fitness), horeca en andere activiteiten. De gemiddelde verhouding volgens de beschikbare branche-informatie is: 84% omzet uit fitness, 5 % omzet uit horeca en 11% omzet uit overige activiteiten.

Op basis van cijfers uit het marktonderzoek kan er het volgende gezegd worden over het te verwachten aantal interne leden (medewerkers en cliënten) en de te verwachten omzet.

Uit de enquête onder de medewerkers blijkt dat circa 60% interesse heeft om gebruik te maken van het Beweegcentrum. Aangezien niet de gehele populatie de enquête heeft ingevuld, waardoor de representativiteit mogelijk beperkt is, wordt het percentage dat gebruik zal maken van deze mogelijkheden veiligheidshalve teruggebracht naar 40%. Dit houdt in dat er 230 medewerkers lid zullen worden.

Wat betreft het ledenpotentieel on de cliënten kan het volgende vermeld worden. In totaal wonen er 220 cliënten op Landpark Assisië in Biezenmortel. In de omgeving van het Landpark zijn weliswaar ook nog woonvoorzieningen, maar deze cliënten worden op dit moment niet meegenomen in de omzetberekening.

Uit de enquête onder het netwerk van de cliënten blijkt dat 50% interesse heeft om lid te worden van het Beweegcentrum. In werkelijkheid houden we rekening met een lager percentage, waardoor we uitgaan van 30% dat lid zal worden. Er zullen vanuit deze benadering ca. 70 leden lid worden van het Beweegcentrum.

Op basis van het interne onderzoek gaan we, concluderend, uit van 300 mogelijke leden. De prijs per maand om te sporten is vastgesteld op € 20,-, een laagdrempelig bedrag, dat ligt onder de gangbare markttarieven, zodat het voor een brede groep mogelijk is om gebruik te maken van het Beweegcentrum.

De totale omzet (globaal) kan dan als volgt berekend worden:

Jaarlijkse omzet uit fitness: € 72.000 (300 leden x € 20 x 12 maanden)

Jaarlijkse omzet uit horeca: € 4.000 (5% van de totale omzet)

Jaarlijkse omzet uit andere activiteiten: € 9.500 (11% van de totale omzet)

Totale omzet: € 85.500

Kosten:

- Personeelskosten: er moeten altijd twee personeelsleden minimaal aanwezig zijn, naast stagiaires, bewegingsagogen en fysiotherapeuten. In totaal per week is het centrum ca. 80 uur open. Dat wil zeggen dat er twee fte'ers noodzakelijk zijn.

Gemiddeld salaris professioneel fitnessinstructeur (Loonwijzer, 2015): € 2.318 bruto per maand

Loonkosten werkgever bestaan naast brutoloon ook uit kosten voor werknemersverzekeringen en bijdrage aan zorgverzekeringswet, exclusief pensioen (Loonkosten voor de werkgever, 2015). De totale loonkosten bedragen dan per professional € 35.436

Totale personeelskosten werkgever bij twee fte'ers: €70.872

- Huisvestigingskosten: kosten die samenhangen met de huisvesting en gebruik van het pand. Deze zijn als volgt te specificeren:

1. Huur: het pand is in eigendom van Stichting Prisma en hoeven geen huurkosten in rekening gebracht te worden
2. Energie en water: € 5.000 naar schatting van de vergelijkbare accommodatie Sportschool Physique te Moergestel en gebaseerd op branchegegevens van IMK.
3. Onderhoud en schoonmaak: parttime schoonmaker, per dag circa twee uur werkzaamheden te verrichten inclusief schoonmaakmiddelen.

Gemiddeld maandsalaris fulltime medewerker huishoudelijke dienst: € 1.912

14 uur werkzaamheden per week, circa 1/3 fte'er. Totale werkgeverslasten schoonmaker: € 10.062

Schoonmaakmiddelen per jaar naar schatting € 1.500 per jaar.

Totale kosten onderhoud en schoonmaak: € 11.562

Verzekering: brandverzekering, inboedelverzekering

Totale huisvestigingskosten: € 18.562

- Inventariskosten

Kleine inventaris/ onderhoud: regulier onderhoud van apparatuur. Een keer per maand controle. Naar schatting € 1.500.

Huur/lease inventaris: naar schatting € 1.200 per maand. Zie bijlage 6 Inrichtingsvoorstel (pag. 230)

Totale inventariskosten: € 15.000

- Vervoer- en transportkosten

Geen structurele vervoer- en transportkosten. Aangezien het beweegcentrum op Landpark Assisië in eigen beheer komt is er geen transport noodzakelijk. Incidentele bezoeken op korte afstand worden niet meegenomen in deze begroting.

- Verkoopkosten: hierin worden reclame- en promotiekosten meegenomen. Voor vergelijkbare organisaties in commerciële sector wordt € 6.000 begroot. Gezien het niet commerciële karakter van het Beweegcentrum en het beperkt werkgebied komen we uit op € 3.000.

Daarin is opgenomen: drukwerk, flyers, acties, billboards en advertenties.

- Algemene beheerskosten: hierin worden algemene kosten opgenomen. Hierbij moet worden gedacht aan kantoor-/ telefoon kosten, abonnementen, boekhouder en advieskosten.

Kantoor-/telefoonkosten: naar schatting op € 2.000

Abonnementen: abonnement op de krant en van een vaktijdschrift. € 500

Boekhouder: € 1.500

Advieskosten: € 1.000

Totale algemene beheerskosten: € 5.000

- Afschrijvingen: deze post is op basis van een globaal investeringsplan. Dit gebeurt naar schatting. Onder deze post vallen de bouwkundige voorzieningen, machines/installaties, inventaris, computerapparatuur en transportmiddelen.

Op basis van het investeringsplan worden onderstaand de afschrijvingen in kaart gebracht:

Bouwkundige voorzieningen(in 10 jaar): € 10.000

Machines/installaties(in 5 jaar): € 2000

Inventaris: deze wordt geleased van een maatschappij, waardoor deze niet opgenomen wordt in de afschrijvingspost.

Computerapparatuur(in 3 jaar): € 700

Transport: 0

Totale afschrijvingskosten: € 12.700

- Rente- en bankkosten: € 6.000

Totale kosten Basis Variant: € 131.134

1.2 Exploitatiebegroting optie 2 Comfort variant

In deze paragraaf wordt het financiële plaatje ten aanzien van de Comfort Variant weergegeven. Eerst wordt de exploitatiebegroting weergegeven van het Beweegcentrum in deze vorm. Daarna wordt de conclusie gegeven ten aanzien van de financiële consequenties van situatie optie 2.

Comfort Exploitatiebegroting Variant

€	1e jaar	2e jaar
Omzet (excl. BTW)		
Fitness cliënten	105.000	0
Horeca	6.250	0
Overige activiteiten	13.750	0
	0	0
Totaal Omzet	125.000	0
Kosten		
Personeelskosten	124.000	
Productiekosten		
Huisvestingskosten	30.124	
Inventariskosten	20.000	
Vervoer- en transportkosten	0	
Verkoopkosten	5.000	
Algemene beheerskosten	5.000	
Afschrijvingen	12.700	
Rente- en bankkosten	6.000	
Totaal kosten	202.824	
Resultaat	- 77.824	
af: Privé-uitgaven		
Blijft over/kapitaalmutatie		

Toelichting exploitatiebegroting:

Omzet:

Op basis van branchegegevens wordt uiteindelijk de verwachte omzet bepaald. Er zijn drie mogelijkheden om omzet te genereren: leden beweegcentrum (fitness cliënten), horeca en andere activiteiten. De gemiddelde omzetverhouding is: 84% fitness, 5 % horeca en 11% overige activiteiten.

Op basis van cijfers uit het marktonderzoek kan het volgende gezegd worden over het aantal interne leden met betrekking tot cliënten en medewerkers.

Door extra faciliteiten bij deze variant te bieden is de (voorzichtige) verwachting dat er intern meer mensen gebruik zullen maken van het Beweegcentrum in deze vorm, vooral cliënten. Zekerheidshalve wordt daar in de berekeningen niet vanuit gegaan. Ten opzichte van optie 1 wordt er dus van uitgegaan dat het aantal interne leden voor deze optie hetzelfde blijft.

Er zullen in totaal dus 300 medewerkers en cliënten gebruik maken van de faciliteiten van het Beweegcentrum binnen de Comfort Variant. Er wordt een aanname gemaakt ten aanzien van de externe doelgroepen: 50 mensen zullen van buitenaf zich aanmelden om gebruik te gaan maken van deze faciliteiten. Deze voorzichtige aanname is gebaseerd op de verwachting dat een aantal mensen uit de directe omgeving (Biezenmortel) en de directe omgeving van de cliënten (familie).

In totaal zullen er dus 350 mensen lid worden van het Beweegcentrum. De prijs die voor deze variant is vastgesteld is € 25,- per maand.

Jaarlijkse omzet uit fitness: € 105.000 (350 leden x €25 x 12 maanden)

Jaarlijkse omzet uit horeca: € 6.250 (5%)

Jaarlijkse omzet uit andere activiteiten: € 13.750 (11%)

Totale omzet: € 125.000

Kosten:

- Personeelskosten: er moeten altijd twee personeelsleden minimaal aanwezig zijn, naast stagiaires, bewegingsagogen en fysiotherapeuten. In totaal is het centrum ca. 80 uur per week open. Dat wil zeggen dat er twee fte'ers noodzakelijk zijn. Aangezien dit de Comfort Variant betreft moet er extra begeleiding aanwezig zijn bij het loopbad en in het beweegcentrum. In totaal zullen er 3,5 fte'r aangenomen worden om aan deze eisen te kunnen voldoen.

Gemiddeld salaris professioneel fitnessinstructeur (Loonwijzer, 2015): € 2.318 bruto per maand.

Loonkosten werkgever bestaan naast brutoloon ook uit kosten voor werknemersverzekeringen en bijdrage aan zorgverzekeringswet, exclusief pensioen (Loonkosten voor de werkgever, 2015). De totale loonkosten bedragen dan per professional € 35.436

Totale personeelskosten werkgever bij 3,5 fte'ers: €124.000

- Huisvestigingskosten: kosten die samenhangen met de huisvesting en gebruik van het pand

1. Huur: het pand is in eigendom van Stichting Prisma. Hierdoor hoeft er t maandelijks geen huur te worden afgedragen.
2. Energie en water: € 8.000 naar schatting van de vergelijkbare Sportschool Physique te Moergestel en uit branchegegevens IMK. De Comfort Variant is 1,6x groter dan de Basis Variant. Op basis van die verhoudingen zijn de kosten voor energie en water verrekend.
3. Onderhoud en schoonmaak: parttime schoonmaker, per dag circa twee uur werkzaamheden verrichten inclusief schoonmaakmiddelen.

Gemiddeld maandsalaris fulltime medewerker huishoudelijke dienst: € 1.912

25 uur werkzaamheden per week, circa 2/3 fte'er.

Totale werkgeverslasten schoonmaker: € 20.124

Schoonmaakmiddelen per jaar naar schatting € 2.000 per jaar.

Totale kosten onderhoud en schoonmaak: € 22.124

Verzekering: brandverzekering, inboedelverzekering

Totale huisvestigingskosten: € 30.124

- Inventariskosten

Kleine inventaris/ onderhoud: regulier onderhoud van apparatuur. Een keer per maand controle. Naar schatting € 1.500.

Huur/lease inventaris, Naar schatting 18.000 per jaar. Zie bijlage 6 Inrichtingsvoorstel (pag. 230)

Totale inventariskosten: € 20.000

- Vervoer- en transportkosten

Geen structurele vervoer- en transportkosten. Aangezien het beweegcentrum op Landpark Assisië komt in eigen beheer is er geen transport noodzakelijk. Incidentele bezoeken op korte afstand worden niet meegenomen in deze begroting.

- Verkoopkosten: hierin worden reclame- en promotiekosten meegenomen. Voor vergelijkbare organisatie in commerciële sector wordt € 9.000 begroot. Gezien de niet commerciële karakter van het beweegcentrum en het beperkt werkgebied komen we uit op € 5.000.

Daarin zit opgenomen: drukwerk, flyers, acties, billboards en advertenties.

- Algemene beheerskosten: hierin worden algemene kosten opgenomen. Hierbij moet worden gedacht aan kantoor-/ telefoon kosten, abonnementen, boekhouder en advieskosten.

Kantoor-/telefoonkosten. Naar schatting op € 2.000

Abonnementen: abonnement op de krant en van een vaktijdschrift. € 500

Boekhouder: € 1.500

Advieskosten: € 1.000

Totale algemene beheerskosten: € 5.000

- Afschrijvingen: deze post is op basis van een globaal investeringsplan. Dit gebeurt op basis van schatting. Onder deze post vallen de bouwkundige voorzieningen, machines/installaties, inventaris, computerapparatuur en transportmiddelen.

Op basis van het investeringsplan worden onderstaand de afschrijvingen in kaart gebracht:

Bouwkundige voorzieningen(in 10 jaar): € 10.000

Machines/installaties(in 5 jaar): € 2000

Inventaris: deze wordt geleasd van een maatschappij, waardoor deze niet opgenomen wordt in de afschrijvingspost.

Computerapparatuur(in 3 jaar): € 700

Transport: 0

Totale afschrijvingskosten: € 12.700

- Rente- en bankkosten: € 6.000

Totale kosten Comfort Variant: € 202.824

Geconsolideerde jaarrekening

Geconsolideerde balans per 31 december 2014

31-dec-14		31-dec-13		Ref.
€	€	€	€	
ACTIVA		PASSIVA		
Vaste activa		Groepsvermogen		
1	39.110.926	Kapitaal	45	
2	206.377	Bestemmingsreserves	4.771.975	
		Bestemmingsfondsen	16.048.048	
	39.317.303	Algemene en overige reserves	5.779.113	
		Totaal eigen vermogen	26.599.81	
Wolgende activa		Voorzieningen		
3	1		9.046.976	
4	0		9.732.444	
5	3.356.925			
6	16.142.548	Langlopende schulden (nog voor meer dan een jaar)	7.778.221	
	19.499.474	Kortlopende schulden (ten hoogste 1 jaar)		
		Schulden uit hoofde van bekostiging	2.245.857	
		Overige kortlopende schulden	13.814.353	
Totaal activa	58.816.777	Totaal passiva	58.816.777	
				54.045.230

Geconsolideerde jaarrekening

Geconsolideerde resultaatrekening over 2014

	Ref.	2014	2013
BEDRIJFSOPBRENGSTEN			
Opbrengsten uit gebeduigelende zorgprestaties	13	102.011.523	102.311.503
Niet-gebeduigelende zorgprestaties (exclusief DMC's /	14	4.412.738	4.182.768
DMC-zorgproducten, inclusief Winmo-huisoudelijke hulp)			
Subsidies (exclusief Winmo-huisoudelijke hulp)	15	437.579	247.275
Inclusief overige Winmo-prestaties)			
Overige bedrijfsopbrengsten	16	2.105.847	1.589.025
Som der bedrijfsopbrengsten		108.867.707	108.333.531
BEDRIJFSKOSTEN:			
Personelekosten	17	69.250.691	70.774.681
Afschrijvingen op immateriële en materiële vaste activa	18	4.522.920	5.216.257
Bijzondere waardeverminderingen van vaste activa	19	106.597	66.275
Overige bedrijfskosten	20	30.195.937	29.178.975
Som der bedrijfskosten		104.116.155	105.236.188
Bedrijfsresultaat		4.751.552	3.097.343
financiële baten en lasten		+377.211	+389.691
Resultaat uit gewone bedrijfsuitoefening		4.374.341	2.707.652
Resultaat boveyaar		4.374.341	2.707.652

	2014	2013
RESULTAATBESTEMMING		
Het resultaat is als volgt verdeeld:		
toevoeging/onttrekking:		
Reserve aanvaarbare kosten	1.912.882	1.147.538
Bestemmingsreserve innovatie/transitie/financieringskosten	2.401.975	1.400.000
Algemene reserve	59.484	160.114
	4.374.341	2.707.652

Geconsolideerde jaarrekening

Geconsolideerd kasstroomoverzicht

Ref.	2014	2013
	€	€
KASSTROOM UIT OPERATIONELE ACTIVITEITEN		
Bedrijfsresultaat	4.751.552	3.097.343
Aanpassingen voor:		
- afschrijvingen	4.629.527	5.282.532
- mutaties voorzieningen	-685.528	662.810
	3.943.999	5.945.342
Veranderingen in vlottende middelen:		
- voorraden	-581.717	-1.103.414
- vorderingen	1.253.812	6.426.910
- vorderingen/schulden uit hoofde van bekostiging	524.421	-1.889.204
- kortlopende schulden (excl. schulden aan banken)	1.196.516	3.434.292
	9.892.067	12.476.977
Kasstroom uit bedrijfsoperaties		
Ontvangen interest	53.693	44.279
Betaalde interest	-458.652	-456.854
Buitengewoon resultaat	-404.959	-412.575
	9.487.108	12.064.402
Totaal kasstroom uit operationele activiteiten		

Ref.	2014	2013
	€	€
KASSTROOM UIT INVESTERINGSACTIVITEITEN		
Investeringen materiële vaste activa	-5.487.312	-3.471.396
Desinvesteringen materiële vaste activa	349.627	476.922
Investeringen immateriële vaste activa		
Desinvesteringen immateriële vaste activa		
Nieuw opgenomen leningen		
Aflossing leningen		
Overige investeringen in financiële vaste activa	-150.000	
Totaal kasstroom uit investeringsactiviteiten	-5.287.685	-2.994.474

KASSTROOM UIT FINANCIERINGSACTIVITEITEN

Nieuw opgenomen leningen	-667.751	-667.751
Aflossing langlopende schulden		
Totaal kasstroom uit financieringsactiviteiten	-667.751	-667.751

Mutatie geldmiddelen

Stand geldmiddelen per 1 januari	12.610.876	4.208.699
Stand geldmiddelen per 31 december	16.142.548	12.610.876

Mutatie geldmiddelen

Voor het kasstroomoverzicht is gebruik gemaakt van de indirecte methode.

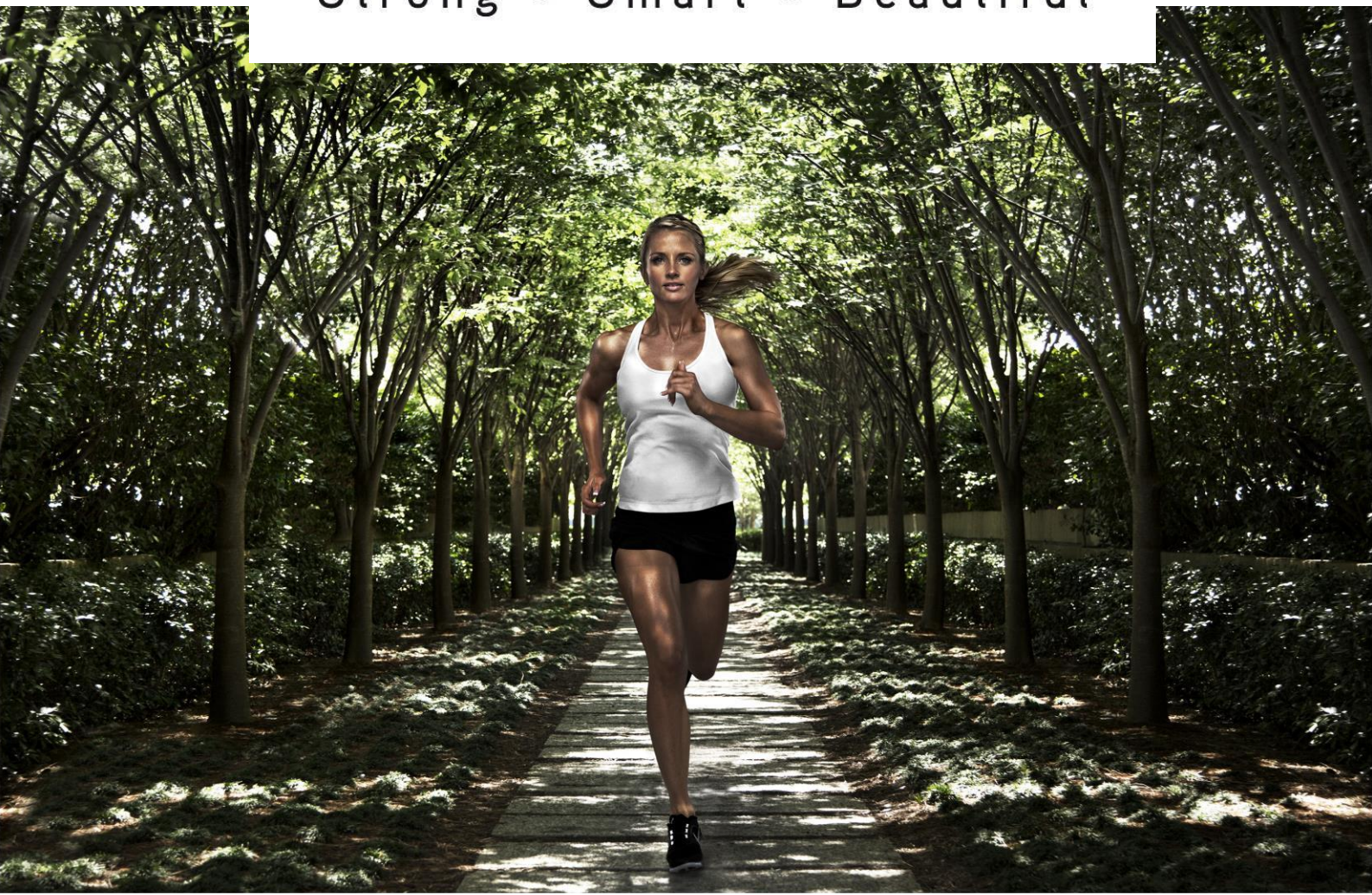


Inrichtingsvoorstel Zorggroep Prisma

17 Juli 2015

Bastiaan Pieroelie

MATRIX
Strong • Smart • Beautiful





Intuitive Display

Our LCD display offers simple, intuitive operation for users of all fitness levels.



Sensory Interface

Raised iconography used on the main controls - Quick Start, Stop, Enter, Speed, Incline and programs.



Cognitive System

Visual and audio feedback provided to indicate the start/end of the program for vision- or hearing-impaired users.

FEATURES	
Deck Type	Ultimate hard-wax reversible 1" deck
Belt Type	Habasit, 2-ply commercial grade
Running Area	152 x 51 cm / 60" x 20"
Step-on Height	20 cm / 7.9"
Cushion System	Ultimate Deck cushioning system
Incline Range	0-15% (590-kg / 1,300 lbs. thrust elevation motor)
Speed Range	0.8 - 20 km/h / 0.5 - 12 mph
Contact & Telemetric HR	Yes
Crossbar Controls	Quick start, stop, program, speed, incline and quick settings control
Ethernet Port	No

CONSOLE	
Display Type	18 cm / 7" blue backlit graphic LCD
Display Feedback	Time, Distance, Calories, Speed, Incline, Level, Heart Rate, METs, Workout Profile
Customized multi-language display	No - Accessible through Manager Menu: English, German, French, Italian, Spanish, Dutch, Japanese
Workouts	Manual, Interval+ (Hill interval, Random interval), Multi FX+ (Brave Hill, Lakeside, Forest, Desert, Plateau), Goal+ (Time Goal, Distance Goal, Calories Goal), Heart Rate+ (Target HR, Weight Loss), Fit Trainer+ (Fit Test, Cooper Test), Warm Up, Cool Down
CSAFE Ready-FitLinxx Certified	Yes
Netpulse Compatible	No
FitTouch Technology	No
One-button Start	Yes
On-the-fly Program Change	Yes
Integrated Vista Clear Television Technology	No
FITCONNEXION Ready	Yes
WiFi Enabled	No
iPod® Compatible	No
Multimedia Playback	No
Nike + iPod® Compatible	No
Personal Fan	No
USB Port	No
Virtual Active Compatible	No
Asset Management Compatible	No
Web Connectivity	No
Facility Communication Portal/Calendar	No
Pause Function	Yes
Reading Rack	Yes

DRIVE SYSTEM	
Drive System	Matrix 4.2 hp AC Dynamic Response Drive System

TECH SPECS	
Power Requirements	20-amp dedicated circuit required, non-looped grounded
Electrical Receptacle & Plug	200 - 220v
Assembled Dimensions	216 x 86 x 140 cm / 85" x 34" x 55"
Max User Weight	182 kg / 400 lbs.
Assembled Weight	165 kg / 365 lbs.
Shipping Weight	182 kg / 400 lbs.

All Matrix Fitness cardio equipment complies with ErP standards.



Ultimate Deck System

Our impact absorption system provides the ultimate feel for all users, and offers over 40,000 km / 25,000 miles of maintenance-free performance.

Dynamic Response Drive System

Our exclusive drive system is coupled with controller technology that continuously monitors and adjusts to user foot fall to ensure a perfect stride.

For more information about Matrix Fitness, visit www.matrixfitness.com

Rev 4.0



Power requirements for Matrix Cardio Products				
Series/Model	Voltage (Volts)	Freq. (Hz)	Current (RMS-Amps)	Power Dissipation (Watts)
T5x/T7x/T7xe	240	60	12A	2040
A5x/A7x/A7xe	240	50/60	0.7A	132
E5x/E7xE7xe	240	50/60	2.5A	300
C5x/C7x/C7xe	240	50/60	0.7	170
S5x/S7x/S7xe	240	50/60	0.05A	10
H5x/H7x/H7xe	240	50/60	0.10A	23
U5x/U7x/U7xe	240	50/60	0.10A	23
R5x/R7x/R7xe	240	50/60	0.10A	23

MACHINES PER GROEP

normale groep van 16 Ampere

5x/7x/7xe - serie	aantal per groep
Ascent Trainer	4
Elliptical	4
Hybrid bike	4
Upright bike	4
Recumbent bike	4
Stepper	4
3x/3xe - serie	
Ascent Trainer	3
Elliptical	3
Alle loopbanden	1



Lease indicatie Basic Offerte

Klant: Zorggroep Prisma

Bij deze lease indicatie zijn wij uit gegaan van het investeringsbedrag zoals beschreven in bijgevoegde offerte. Het bedrag is opgebouwd uit de toestel behoefte (€33.576,30) en de transport en installatie kosten (€2.124,00) wat een totaal maakt van € 35.700,30

Bij deze berekening is ervan uit gegaan dat er geen aanbetaling wordt gedaan door de klant en dat de volledige BTW wordt meegefinancierd. Dit bedrag is € 7.497,06
Verder gaat deze berekening uit van een looptijd van 60 en van 48 maanden.

Aan deze indicatie kunnen geen rechten worden ontleent. Op het moment dat de offerte volledig is en de klant akkoord kan gaan met een aanbieding (die nog kan verschillen van bovengenoemd bedrag) zal de leasemaatschappij de financiering aan vragen en zal een concreet voorstel ontstaan na goedkeuring door de financieringsmaatschappij.

Indicatieve lease:

Investeringsbedrag	€ 43.197,36
Looptijd 60 maanden	€ 886,42
Looptijd 48 maanden	€ 1.075,63



Lease indicatie Premium Offerte

Klant: Zorggroep Prisma

Bij deze lease indicatie zijn wij uit gegaan van het investeringsbedrag zoals beschreven in bijgevoegde offerte. Het bedrag is opgebouwd uit de toestel behoefte (€39.789,20) en de transport en installatie kosten (€2.124,00) wat een totaal maakt van € 41.913,20

Bij deze berekening is ervan uit gegaan dat er geen aanbetaling wordt gedaan door de klant en dat de volledige BTW wordt meegefinancierd. Dit bedrag is € 8.801,77
Verder gaat deze berekening uit van een looptijd van 60 en van 48 maanden.

Aan deze indicatie kunnen geen rechten worden ontleent. Op het moment dat de offerte volledig is en de klant akkoord kan gaan met een aanbieding (die nog kan verschillen van bovengenoemd bedrag) zal de leasemaatschappij de financiering aan vragen en zal een concreet voorstel ontstaan na goedkeuring door de financieringsmaatschappij.

Indicatieve lease:

Investeringsbedrag	€ 50.714,97
Looptijd 60 maanden	€ 1.033,57
Looptijd 48 maanden	€ 1.248,10

Matrix Fitness Advies

Zorggroep Prisma

Taxandriaweg 12 - B2
5142 PA
Waalwijk
Netherlands

Uw adviseur Bastiaan Pieroelie

www.matrixfitness.nl

Bastiaan.Pieroelie@Matrixfitness.nl

T: +31(0) 30 24 45 435

M: +31 (6) 43 87 19 53

F: +31(0) 30 24 00 208

KvK nr: 27284558

Rabobank 0177874953

IBAN: NL44RABO0177874953

BIC: RABONL2U

BTW: NL815471312.B01

Datum 17 jul 2015

Code	Omschrijving	Prijs	Aantal	Bruto Prijs	Korting	Netto Prijs
Cardio						
1-series						
MX-E1X	Crosstrainer 1x	€ 4.190,00	1	€ 4.190,00	17%	€ 3.477,70
MX-R1X	Recumbent Bike 1x	€ 2.690,00	1	€ 2.690,00	17%	€ 2.232,70
T50x-02	Treadmill T50 serie	€ 6.790,00	1	€ 6.790,00	19%	€ 5.499,90
U1X-U	Upright Bike - IFI stage 2	€ 2.590,00	1	€ 2.590,00	17%	€ 2.149,70
Cycling						
KRANKCYCLE	Krank Cycle	€ 2.170,00	1	€ 2.170,00	15%	€ 1.844,50
Strength						
Aura - Selectorized						
G3-MSFT 300-02	Aura Functional Trainer 300 Platinum/Obs. Black	€ 7.390,00	1	€ 7.390,00	23%	€ 5.690,30
G1 series						
FW153	Adjustable Incline Bench 1 Serie	€ 690,00	2	€ 1.380,00	12%	€ 1.214,40
FW159	Double Tier Dumbbell Rack 1 Serie	€ 990,00	1	€ 990,00	12%	€ 871,20
U-S306	Lat Pulldown Universal Series	€ 2.490,00	1	€ 2.490,00	19%	€ 2.016,90
U-S308	Seated Row Universal Series	€ 2.490,00	1	€ 2.490,00	19%	€ 2.016,90
Lifemaxx						
Dumbbells						
LMX79SET4	Fixed Dumbbellset Set 12 T/M 30kg (2kg Up 10 Pair)	€ 1.744,00	1	€ 1.744,00	10%	€ 1.569,60
LMX80.SD	Dumbbell Tower With Chromed Dumbbellset 1 T/M 10kg	€ 655,00	1	€ 655,00	10%	€ 589,50
Group X						
Group Cycling						
MXIC2	Tomahawk IC2 Series	€ 1.295,00	4	€ 5.180,00	15%	€ 4.403,00

Bruto Matrix Fitness Equipment	€	40.749,00		
Korting			€	7.172,70
Netto Matrix Fitness Equipment			€	33.576,30
T&I Transport- en installatiekosten			€	2.124,00
Totaal excl. BTW			€	35.700,30
BTW : 21%			€	7.497,06
Totaal incl. BTW			€	43.197,36

Betalingsconditie: Financiering via leasemaatschappij.

Overige Afspraken

Matrix Fitness		Klant	Zorggroep Prisma
Naam Account Manager	Bastiaan Pieroelie	Contactpersoon	
Handtekening		Handtekening	
Datum		Datum	

Deze offerte is geldig tot 30 dagen na dagtekening. Door deze koopovereenkomst te tekenen gaat u akkoord met de garantiebepalingen en de algemene voorwaarden zoals gedeponeerd bij de Kamers van Koophandel door Johnson Health Tech. Nederland BV.

Van de besloten vennootschap met beperkte aansprakelijkheid Johnson Health Tech. Netherlands B.V. gevestigd te Houten, ingeschreven bij de Kamer van Koophandel onder nummer 27284558.

Artikel 1 – Algemeen

I. In deze voorwaarden wordt Johnson Health Tech. Netherlands B.V., gevestigd te Houten aan de Vleugelboot 14, aangeduid als Johnson Health Tech. Netherlands en haar contractspartner als afnemer.

II. Johnson Health Tech. Netherlands brengt offertes uit en sluit overeenkomsten inzake de verkoop van en het leveren van goederen en het verrichten van diensten –waaronder begrepen installatie of inbedrijfstelling van het geleverde– alleen op basis van de navolgende Algemene Voorwaarden.

III. Naast deze algemene voorwaarden kan Johnson Health Tech. Netherlands aanvullende voorwaarden hanteren die specifiek van toepassing zijn op de soort transactie c.q. aard van de werkzaamheden. De aanvullende voorwaarden maken deel uit van deze algemene voorwaarden.

IV. Een afnemer, die eenmaal volgens deze algemene voorwaarden met Johnson Health Tech. Netherlands heeft gecontracteerd, wordt geacht eventueel daarna door hem mondeling, schriftelijk, telegrafisch of per telex op te geven orders of aan te gane overeenkomsten stilzeggend met toepasselijkheid van deze algemene voorwaarden akkoord zijn gegaan.

Artikel 2 – De offerte

I. Alle offertes hebben, tenzij uit de offerte anders blijkt, een geldigheidsduur van 2 maanden te rekenen vanaf de datum van de offerte; zij zijn gebaseerd op de door de afnemer verstrekte gegevens. De afnemer is verplicht Johnson Health Tech. Netherlands te informeren over feiten en/of omstandigheden die de uitvoering van de overeenkomst kunnen beïnvloeden, voor zover hij die kende of behoorde te kennen.

II. De bij een offerte behorende afbeeldingen, tekeningen, maten, gewichtsopgaven, stalen e.d. gelden als een benadering tenzij Johnson Health Tech. Netherlands uitdrukkelijk heeft verklaard dat deze als een exacte opgave zijn te beschouwen.

III. Johnson Health Tech. Netherlands behoudt zich, indien en voor zover van toepassing, de intellectuele eigendom voor op de bij de offerte verstrekte ontwerpen, afbeeldingen, tekeningen, monsters, stalen en modellen. Zij dienen op eerste verzoek van Johnson Health Tech. Netherlands onverwijld teruggegeven te worden op straffe van een boete ten behoeve van Johnson Health Tech. Netherlands van € 500,- per dag, voor iedere dag dat de afnemer hierna in gebreke is, onverminderd andere aan Johnson Health Tech. Netherlands ten diens ten staande wettelijke maatregelen tot waarborging van haar rechten.

Artikel 3 – De overeenkomst

I. Overeenkomsten komen eerst tot stand nadat een bestelling of reparatieopdracht door Johnson Health Tech. Netherlands op haalbaarheid is beoordeeld. Johnson Health Tech. Netherlands heeft het recht zonder opgave van redenen bestellingen of opdrachten niet te accepteren of uitsluitend te accepteren onder de voorwaarde dat de verzending geschiedt onder rembours of na vooruitbetaling, in welke geval de afnemer dienovereenkomstig wordt ingelicht.

II. Johnson Health Tech. Netherlands is gerechtigd bij het aangaan van een overeenkomst met een koopsom groter dan € 2.500,- (exclusief B.T.W.) een aanbetaling te vragen van minimaal 30% van de koopsom. De leveringstermijn gaat pas in nadat de overeengekomen aanbetalingen volledig is voldaan.

III. Johnson Health Tech. Netherlands is gerechtigd alvorens te leveren of met de levering of nakoming van de overeenkomst voort te gaan voldoende zekerheid voor het nakomen van de betalingsverplichtingen van de afnemer te vorderen.

IV. Johnson Health Tech. Netherlands is gerechtigd om een overeenkomst waarop een lease en/of afkoopregeling van toepassing is na machtiging van de afnemer gebruik te maken van automatische incasso. De afnemer heeft na een incasso vijf dagen de tijd om een bedrag terug te schrijven naar zijn rekening.

V. Johnson Health Tech. Netherlands is bij de uitvoering van een overeenkomst met een afnemer nimmer tot enige andere schadevergoeding gehouden dan in deze voorwaarden uitdrukkelijk is neergelegd, met name niet tot het vergoeden van andere directe of indirecte, waaronder schade van derde, winstderving, e.d.

Artikel 4 – De prijs

I. Indien na het sluiten van de overeenkomst maar voor de levering een wijziging van de prijs optreedt, zal deze wijziging geen invloed hebben op de overeengekomen prijs, indien deze zich voordoet binnen drie maanden na het sluiten van de overeenkomst.

II. Prijsverhoging na de hierboven genoemde periode van drie maanden zijn voor risico van de afnemer. In dat geval heeft de afnemer de mogelijkheid om hetzij te annuleren als bedoeld in artikel 16, hetzij zich akkoord te verklaren met de hogere prijs. Prijsverlagingen na de bovengenoemde periode van drie maanden zullen op verzoek van de afnemer worden doorberekend.

III. Het bepaalde onder lid 2 van dit artikel is niet van toepassing op prijswijzigingen in het kader van showroommodellen, kortingen, acties, aanbiedingen, e.d.

IV. Voor onderdelen van Johnson Health Tech. Netherlands gelden de prijzen op de dag van aanwending of verzending vanaf het magazijn. De diensten van Johnson Health Tech. Netherlands worden verricht tegen de prijs die Johnson Health Tech. Netherlands na het verlenen van de diensten op de door haar gebruikelijke wijze calculeert. Voor voorrijden geldt een vast bedrag ongeacht de vestigingsplaats. De doorbelasting van uren geschiedt in eenheden van 15 minuten met een minimum van 30 minuten.

V. De prijzen zijn exclusief B.T.W., porto-, transport- en installatiekosten.

Artikel 5 – De levertijd

I. Onder levertijd wordt verstaan de in de overeenkomst bepaalde termijn, waarbinnen de prestatie moet zijn verricht. De levertijd is vast tenzij een vermoedelijke levertijd is overeengekomen.

II. De levertijd gaat in, wanneer een door de afnemer ondertekende orderbevestiging in het bezit is van Johnson Health Tech. Netherlands en de aanbetaling, wanneer deze van toepassing is, is ontvangen door Johnson Health Tech. Netherlands.

III. Bij overschrijding van de vermoedelijke levertijd wordt Johnson Health Tech. Netherlands een nadere termijn gegund om alsnog te leveren. Deze nadere termijn is gelijk aan de oorspronkelijke vermoedelijke levertijd met een maximum van 1 maand. Indien Johnson Health Tech. Netherlands alsnog binnen deze nadere termijn, zal een eventuele prijsverhoging binnen deze termijn niet worden doorberekend.

IV. Een tekortkoming, zoals het niet of ten volle beschikbaar zijn van toegezegde documentatie, die het gebruik van het geleverde of het gepresterde niet ernstig belemmert, vormt geen grond voor een beroep op termijnoverschrijding en evenmin voor weigering van afname of betaling.

V. Overschrijding van een levertijd geeft de afnemer nimmer het recht tot enigerlei schadevergoeding, op ontbinding van de overeenkomst of enige andere actie jegens Johnson Health Tech. Netherlands. Dit is slechts anders in geval van opzet of grove schuld van Johnson Health Tech. Netherlands of haar leidinggevend personeel of indien de leveringstermijn met meer dan 3 maanden wordt overschreden. Alsdan heeft de afnemer het recht de overeenkomst te ontbinden, echter zonder aanspraak te kunnen maken op enige schadevergoeding.

Artikel 6 – De levering

I. Tenzij anders is overeengekomen wijst Johnson Health Tech. Netherlands de afnemer er tijdig voor de levering op, dat de afnemer op straffe van vergoeding van directe schade en kosten verplicht is ervoor te zorgen dat:

- De plaats waar de levering moet geschieden deugdelijk kan worden afgesloten;
- De plaats waar de levering moet geschieden bereikbaar is en dat voorts, voor zover dat in zijn vermogen ligt, al het mogelijke wordt gedaan om een vlotte levering mogelijk te maken;
- De vloer schoon en vlak zijn.
- In de ruimte waarin gewerkt moet worden elektriciteit, licht, verwarming, water en voldoende ventilatie aanwezig is.

II. De afnemer stelt Johnson Health Tech. Netherlands er van op de hoogte dat er bijzondere omstandigheden zijn die het gebruik van een lift, takel of een kraan noodzakelijk maken. In dat geval wordt in de overeenkomst geregeld voor wiens rekening en risico de bijzondere hulpmiddelen komen.

Artikel 7 – De proefplaatsing

I. De door Johnson Health Tech. Netherlands afgeleverde apparatuur wordt alleen beschouwd als proefplaatsing wanneer Johnson Health Tech. Netherlands dit schriftelijk bevestigt.

II. Op proefplaatsingen zijn alle bepalingen van deze algemene voorwaarden van toepassing. Zij het dat de afnemer de afgeleverde zaken wordt geacht voor zich zelf te hebben besteld en de afnemer de dan geldende koopprijs verschuldigd is, wanneer de zaken niet terstond na afloop van de in de bestelling te noemen termijn ter beschikking stelt aan Johnson Health Tech. Netherlands in de staat waarin Johnson Health Tech. Netherlands deze zaken aflevert.

Artikel 8 – De opslag van goederen

I. Ingeval te leveren goederen na aanbidding tot levering niet worden aanvaard, anders dan wegens gebrekkige levering, dan wel, omdat de afnemer de goederen niet wil aanvaarden, zal Johnson Health Tech. Netherlands binnen een redelijke termijn een tweede levering doen. Johnson Health Tech. Netherlands is na weigering dan wel na tweede levering gerechtigd opslagkosten en eventuele verdere schade en kosten aan de afnemer in rekening te brengen.

II. Ingeval ook de tweede levering niet wordt aanvaard, zal Johnson Health Tech. Netherlands:

- Nakoming van de overeenkomst vorderen en opslagkosten en eventueel verdere schade en kosten in rekening brengen;

- Dan wel eerst de goederen 30 dagen onder berekening van opslagkosten voor de afnemer in opslag houden;
- Indien de geleverde goederen daarna nog niet door de afnemer zijn afgenomen, is Johnson Health Tech. Netherlands gerechtigd de overeenkomst als geannuleerd te beschouwen, als bedoeld in artikel 16. Indien Johnson Health Tech. Netherlands de overeenkomst als geannuleerd beschouwt, wordt het annuleringsbedrag verhoogd met het bedrag van de opslagkosten van de 30 dagen. Ingeval van weigering, hetzij na eerste, hetzij na tweede levering, heeft Johnson Health Tech. Netherlands de keuze te handelen als voorzien onder 1 van de 3 bovengenoemde punten.

III. Indien de goederen door de afnemer zijn betaald, zal Johnson Health Tech. Netherlands de goederen maximaal 3 maanden in opslag houden onder berekening aan de afnemer van de opslagkosten, tenzij anders overeengekomen.

IV. Gaat de afnemer na verloop van deze termijn nog niet over tot afname van de goederen, dan is Johnson Health Tech. Netherlands gerechtigd vrijelijk over de goederen te beschikken, deze te verkopen en de opbrengst aan de afnemer af te dragen onder aftrek van opslagen andere kosten en een schadevergoeding van 30% van hetgeen de afnemer bij nakoming van de overeenkomst aan Johnson Health Tech. Netherlands verschuldigd was geweest, tenzij Johnson Health Tech. Netherlands kan bewijzen dat haar schade groter is of de afnemer aanmerkelijk kan maken dat de schade kleiner is. Alvorens Johnson Health Tech. Netherlands hiertoe over mag gaan, dient zij het voornemen hiertoe schriftelijk aan de afnemer mede te delen.

V. Het risico van brand en beschadiging wordt door Johnson Health Tech. Netherlands gedekt.

VI. De opslagkosten zullen per maand 1% bedragen van de verkoopwaarde van de opgeslagen goederen, met een minimum van € 30,- tenzij Johnson Health Tech. Netherlands kan bewijzen dat haar kosten hoger zijn of de afnemer aanmerkelijk kan maken dat deze lager zijn.

Artikel 9 – De betaling

I. Betaling dient, indien niet anders schriftelijk is overeengekomen, te geschieden 14 dagen na factuurdatum voor wat betreft de feitelijke van de goederen als ook na het verrichten van de overeengekomen diensten.

II. Heeft Johnson Health Tech. Netherlands grond voor twijfel aan de tijdige nakoming van de betalingsverplichtingen door de afnemer, en het in bijzonder wanneer er aan zijn zijde sprake is van surseance van betaling, faillissement of een aanvraag daartoe, beslaglegging, stillegging of liquidatie van een onderneming, eerdere niet tijdige betaling e.d., dan kan Johnson Health Tech. Netherlands volledige en contante betaling vooraf of bij levering verlangen.

III. Johnson Health Tech. Netherlands die een levering ter uitvoering van een overeenkomst in gedeelte uitvoert, is gerechtigd om bij elke deell levering betaling van het geleverde te vorderen. Voor elke deell levering ontvangt de afnemer dan een deelfactuur.

IV. Onverminderd het bepaalde in lid 1 stuurt Johnson Health Tech. Netherlands aan de afnemer na het verstrijken van de betalingstermijn 1 betalingsherinnering, waarin zij deze op zijn verzuim wijst en hem alsnog de gelegenheid geeft binnen 7 dagen te betalen.

V. Indien de afnemer de factuur niet contant op de vervaldag heeft voldaan, is er zonder voorafgaande ingebrekestelling voor het niet betaalde deel een rentevergoeding verschuldigd aan Johnson Health Tech. Netherlands, welke gelijk is 1% per maand over het openstaande factuurbedrag. Vervallen niet betaalde rente draagt na een jaar eveneens rente.

VI. Johnson Health Tech. Netherlands is na verloop van de in lid 1 bedoelde termijn bevoegd zonder nadere ingebrekestelling tot invordering over te gaan van het aan hem verschuldigde bedrag. De voor Johnson Health Tech. Netherlands aan eventuele buitengerechtelijke incasso verbonden kosten komen voor rekening van de klant. Deze buitengerechtelijke incasso kosten bedragen 15% over de hoofdsom en vervallen rente, zulks met een minimum van € 250,-. Alle gerechtelijke kosten en alle kosten van de advocaat, zelfs die kosten die boven het liquidatietarief van de Arrondissementsrechtbanken, die Johnson Health Tech. Netherlands dient in te schakelen.

VII. Niet tijdige betaling geeft Johnson Health Tech. Netherlands het recht harerzijds haar prestatie ingevolge de onderhefve en/of andere overeenkomst met de afnemer op te schorten, dan wel te ontbinden, zonder dat de afnemer recht heeft op schadevergoeding of ontbinding van de overeenkomst en onverminderd het recht van een eventueel verlies, winstderving en verdere gevolgschade.

VIII. Het is de afnemer niet toegestaan verrekeningen toe te passen.

IX. De afnemer is ingeval van klachten uitsluitend gerechtigd dat deel van de factuur in te houden dat in redelijke verhouding staat tot de inhoud en ernst van de klacht. Dit ontheft de afnemer niet van zijn verplichting tot betaling van het resterende deel van de factuur binnen de overeengekomen termijn.

X. Cheques en vreemde valuta gelden slechts als betaling na hun inlossing.

XI. Johnson Health Tech. Netherlands staat tot geen van haar afnemers in een rekening –courant verhouding.

Artikel 10 – eigendomsvoorbehoud en pandrecht

I. De eigendom van de geleverde goederen wordt door Johnson Health Tech. Netherlands uitdrukkelijk voorbehouden tot de volledige betaling, daarbij inbegrepen de vergoeding van alle kosten en rente, ook van eerdere en latere leveringen en verrichten diensten, alsmede schadevorderingen wegens tekortschieten in de nakoming heeft plaatsgevonden.

II. Het risico van de te leveren goederen gaat steeds en blijvend over op de klant op het tijdstip van aankomst op de overeengekomen plaats van de aflevering.

III. Het staat de afnemer niet vrij zonder schriftelijke toestemming van Johnson Health Tech. Netherlands de goederen voordien te vervreemden, te verhuren, in gebruik af te staan of buiten zijn bedrijf te verplaatsen, te verpanden dan wel anderszins te bezwaren.

IV. De afnemer verplicht zich op eerste verzoek van Johnson Health Tech. Netherlands de goederen aan Johnson Health Tech. Netherlands ter beschikking te stellen, en verleent reeds nu onherroepelijk machtiging aan Johnson Health Tech. Netherlands of aan de door Johnson Health Tech. Netherlands aan te wijzen personen, de plaats waar de goederen zich bevinden, te betreden teneinde de goederen mee te nemen.

V. Johnson Health Tech. Netherlands verschaft in overeenstemming met het gestelde onder lid I aan de afnemer van de genoemde goederen op het moment dat de afnemer aan al zijn verplichtingen heeft voldaan, doch onder voorbehoud van pandrecht van Johnson Health Tech. Netherlands ten behoeve van andere aanspraken die Johnson Health Tech. Netherlands op de afnemer heeft. De afnemer zal op eerste verzoek van Johnson Health Tech. Netherlands zijn medewerking verlenen aan handelingen die in dat kader vereist zijn, op straffe van een dwangsom van € 500,- voor iedere dag dat de andere hiermee nalatig blijft.

VI. Goederen of onderdelen daarvan, die als gevolg van een reparatieopdracht of garantie worden vervangen, worden of blijven daardoor eigendom van Johnson Health Tech. Netherlands tot volledige voldoening van al hetgeen Johnson Health Tech. Netherlands van de afnemer te vorderen heeft, heeft plaatsgevonden.

Artikel 11 – reclames

I. Als bij aflevering van goederen beschadigingen en/of manco's worden geconstateerd, dient door de afnemer op de afleverbon aantekeningen van de beschadiging en/of manco te worden gesteld.

II. Indien bij aflevering geen gelegenheid bestaat tot controle van de geleverde goederen dient dit door de afnemer op de afleverbon te worden vermeld. De afnemer dient vervolgens een beschadiging binnen 2 dagen na ontvangst van de goederen schriftelijk en met een behoorlijke omschrijving van beschadiging aan Johnson Health Tech. Netherlands kenbaar te maken.

III. Klachten over facturen dienen binnen 5 dagen na factuurdatum schriftelijk en met een behoorlijke omschrijvingen van de klacht aan Johnson Health Tech. Netherlands kenbaar gemaakt te worden.

IV. Na het verstrijken van deze termijn wordt Johnson Health Tech. Netherlands geacht haar verplichtingen correct te zijn nagekomen, en wordt aangenomen dat de afnemer de goederen c.q. facturen als juist erkent.

V. Indien een reclame door Johnson Health Tech. Netherlands gegrond wordt bevonden, heeft Johnson Health Tech. Netherlands het recht te harer keuze:

- De factuur te herzien en het factuurbedrag dienovereenkomstig te wijzigen;
- Het geleverde te vervangen door een goed met de zelfde specificaties of te repareren waarbij de vervangen goederen of onderdelen aan Johnson Health Tech. Netherlands worden afgegeven;
- Het geleverde terug te nemen en de overeenkomst te ontbinden, onder restitutie van het door de afnemer betaalde factuurbedrag zonder tot enige schadevergoeding gehouden te zijn;

VI. De afnemer dient in een voorkomend geval Johnson Health Tech. Netherlands onverwijld gelegenheid te bieden eventuele gebreken te herstellen.

Artikel 12 – garantie

I. Johnson Health Tech. Netherlands staat in voor de degelijkheid en goede kwaliteit van de door haar geleverde goederen en diensten, doch slechts gedurende de in de Garantievoorwaarden bepaalde termijnen en ten aanzien van de daarin genoemde onderdelen van het merk Matrix. De Garantievoorwaarden zijn bij deze Algemene Voorwaarden gevoegd en maken daar als zodanig integraal onderdeel van uit.

II. De in de Garantievoorwaarden bedoelde termijnen beginnen te lopen op de dag dat de gekochte goederen en/of diensten aan de afnemer zijn geleverd.

III. Gebreken of tekortkomingen die de afnemer binnen de toepasselijke garantietermijn aan Johnson Health Tech. Netherlands heeft aangevoerd en die verwijtbaar zijn aan Johnson Health Tech. Netherlands, worden binnen een redelijke termijn door of namens Johnson Health Tech. Netherlands kosteloos verholpen door middel van reparatie, dan wel vervanging. Arbeid- en voorrijkosten die moeten worden gemaakt

ten behoeve van het verhelpen van gebreken of tekortkomingen, worden – in afwijking van de vorige zin, maar conform de Garantievoorwaarden – slechts vergoed indien het gebrek binnen een termijn van drie jaar na levering van het goed is ontstaan. Afnemer heeft geen recht op schadevergoeding, enkel op vervanging of reparatie.

IV. Na het verstrijken van de in de Garantievoorwaarden vermelde garantietermijnen kan de afnemer jegens Johnson Health Tech. Netherlands geen rechten meer uitoefenen ter zake gebreken of tekortkomingen in de gekochte en geleverde goederen en diensten.

V. In de volgende gevallen komt de afnemer geen beroep toe op de in deze bepaling en in de Garantievoorwaarden geformuleerde garanties:

- Indien de afnemer de goederen heeft verwaarloosd;
- Indien de afnemer wijzigingen aan de goederen heeft aangebracht c.q. heeft laten aanbrengen waaronder ook vallen reparaties die niet door of namens Johnson Health Tech. Netherlands zijn verricht;
- Bij onoordeelkundig of onzorgvuldig gebruik, verkeerde aansluiting, verkeerde netspanning, blikseminslag, beschadiging door inwerking van vocht of door andere van buiten komende oorzaken of onheilen;
- Indien het apparaat niet op de gebruikelijke dan wel in de gebruiksaanwijzing omschreven wijze is onderhouden;
- Indien het apparaat wordt gebruikt met ongeschikte of verkeerde accessoires;
- Indien de afnemer de goederen op andere wijze onachtzaam heeft behandeld.

Artikel 13 – Handelsmerk

I. De fabrieks- of handelsmerken dan wel de type- of identificatienummers of tekens, die op de door Johnson Health Tech. Netherlands geleverde goederen zijn aangebracht, mogen niet verwijderd, beschadigd of gewijzigd worden.

Artikel 14 – Aansprakelijkheidsbeperking

I. Johnson Health Tech. Netherlands, noch derden die zij betreft ten behoeve van de totstandkoming of uitvoering van enige overeenkomst, zijn aansprakelijk voor enige schade, voortvloeiende uit en verband houdende met de overeenkomst, welke afnemer of enige door deze uitvoering van de overeenkomst betrokken derde mocht lijden, direct of indirect, ongeacht wat daarvan de oorzaak is.

II. Onverminderd het voorenstaande is Johnson Health Tech. Netherlands in ieder geval nimmer aansprakelijk:

- Wegens niet, of tijdig leveren;
- Voor gegevens in folders, catalogi, reclamemateriaal, of fertes e.d.;
- In het geval van niet toerekenbare tekortkomingen (overmacht), zoals bedoeld in artikel 15;
- Indien de afnemer zelf of een derde het geleverde repareert, daaraan veranderingen aanbrengt, dit gebruikt voor andere doeleinden dan waarvoor het geschikt of bestemd is, het geleverde overbelast en anderszins onvakkundig gebruik;
- Voor de eigendommen van derden welke zich terzake van reparatie, opslag of om welke redenen dan ook in Johnson Health Tech. Netherlands bedrijfsruimte bevinden;
- Voor bedrijfs- en/of gevolgschade, door welke oorzaak dan ook ontstaan;
- Voor schade veroorzaakt door opzet of grove schuld van hulppersonen;
- Voor schade veroorzaakt door geleverde software;
- Voor schade ten gevolge van verlies enigerlei data als vastgelegd op magnetische informatiedragers;

III. Indien Johnson Health Tech. Netherlands in enig geval, ondanks het bovenstaande, voor enige schade aansprakelijk is, aanvaardt Johnson Health Tech. Netherlands slechts aansprakelijkheid voor zover deze aansprakelijkheid door haar verzekering wordt gedekt, tot het bedrag van de door de verzekering gedane uitkering.

IV. Indien de verzekering in enig geval niet tot uitkering overgaat, is Johnson Health Tech. Netherlands nimmer aansprakelijk voor meer dan het factuurbedrag voor de betreffende overeenkomst.

V. De afnemer zal Johnson Health Tech. Netherlands vrijwaren voor alle aanspraken van derden jegens Johnson Health Tech. Netherlands.

VI. De in deze voorwaarden opgenomen uitsluitingen c.q. beperkingen van de aansprakelijkheid gelden niet voor zover de schade het gevolg is van opzet of grove schuld van Johnson Health Tech. Netherlands of haar leidinggevende ondergeschikte.

Artikel 15 – Niet toerekenbare tekortkomingen

I. Indien na de totstandkoming van de overeenkomst deze door Johnson Health Tech. Netherlands niet kan worden nagekomen ten gevolge van omstandigheden die ten tijde van het sluiten van de overeenkomst redelijkerwijs niet te verwachten waren dan wel aan Johnson Health Tech. Netherlands niet bekend konden zijn, geldt zulks ten aanzien van de afnemer voor Johnson Health Tech. Netherlands als een niet toerekenbare tekortkoming (overmacht).

II. Onder omstandigheden als bedoeld onder lid I van dit artikel vallen in ieder geval stakingen, overheidsmaatregelen,

vertragingen in de aanvoer, uitvoerverbod, oproer, oorlog, mobilisatie transportmogelijkheden, sabotage, brand, blikseminslag, natuurrampen, invoerbelemmeringen, nalatigheid van leveranciers en/of fabrikanten van Johnson Health Tech. Netherlands alsmede hulpverleners, ziekte van personeel, gebreken in hulp of transportmiddelen, bezetting, boycot of blokkade, uitsluiting of andere arbeidsstoornissen en gebeurtenissen welke door Johnson Health Tech. Netherlands redelijkerwijs niet te verzekeren zijn.

III. Johnson Health Tech. Netherlands heeft in geval van overmacht het recht haar verplichtingen op te schorten. Johnson Health Tech. Netherlands is tevens gerechtigd de overeenkomst geheel of gedeeltelijk te ontbinden, dan wel te vorderen dat de inhoud van de overeenkomst zodanig wordt gewijzigd dat uitvoering mogelijk blijft. In geen geval is Johnson Health Tech. Netherlands gehouden enige boete of schadevergoeding te betalen. Johnson Health Tech. Netherlands behoudt het recht van het reeds verrichte werk en de gemaakte kosten.

IV. Zijn voor Johnson Health Tech. Netherlands aan de nakoming van de overeenkomst extra kosten verbonden in verband met aan haar niet toe te rekenen omstandigheden, dan is zij bevoegd deze in redelijkheid aan de klant door te berekenen.

V. Johnson Health Tech. Netherlands heeft geen bevoegdheid tot opschorten indien nakoming vrijblijvend onmogelijk is of de tijdelijke onmogelijkheid langer dan 6 maanden voortduurt. In deze gevallen kan de overeenkomst door de meest gerede partij worden ontbonden zonder dat de afnemer echter recht heeft op vergoeding van enige schade.

Artikel 16 – ontbinding

I. Indien de afnemer zijn verplichtingen jegens Johnson Health Tech. Netherlands niet, niet tijdig of niet behoorlijk nakomt, alsmede indien zijn faillissement is/wordt aangevraagd, hij in staat van faillissement wordt verklaard, hij surseance van betaling aanvraagt, dan wel aan zijn crediteuren of een deel van hen een regeling of een akkoord aanbiedt, voorts bij beslaglegging op zijn activa of een deel daarvan, dan wel hij tot verkoop of liquidatie van zijn bedrijf overgaat, alsmede in geval van overlijden, ondercuratelestelling of indien hij op andere wijze het beheer dan wel de leiding over zijn bedrijf, goederen of een deel daarvan verliest, is de afnemer van rechtswege in verzuim en is elke vordering, die Johnson Health Tech. Netherlands te zijnen laste heeft of verkrijgt, dadelijk en ineens opeisbaar zonder dat daartoe enige ingebrekestelling is vereist.

II. In de gevallen onder lid I van dit artikel genoemd, heeft Johnson Health Tech. Netherlands het recht, zonder enige ingebrekestelling, harerzijds de verdere uitvoering van de overeenkomst op te schorten of deze geheel of gedeeltelijk te ontbinden.

III. Johnson Health Tech. Netherlands is te allen tijde bevoegd als dan schadevergoeding van de afnemer te vorderen, evenals de geleverde goederen terug te nemen.

IV. Indien afnemer in verzuim is en de overeenkomst wordt ontbonden, is de afnemer aan Johnson Health Tech. Netherlands B.V. een direct opeisbare boete verschuldigd ter hoogte van 50% van het totale factuurbedrag en is Johnson Health Tech. Netherlands B.V. gerechtigd deze boete te verrekenen met een eventueel reeds gedane aanbetaling. Deze boete tast het recht van Johnson Health Tech. Netherlands B.V. om schadevergoeding van afnemer te vorderen niet aan, maar het boetebedrag komt wel in mindering op de door Johnson Health Tech. Netherlands B.V. geleden schade als gevolg van de wanprestatie van afnemer.

V. In geval de afnemer de overeenkomst wenst te ontbinden, zal hij te allen tijde eerst Johnson Health Tech. Netherlands schriftelijk in verzuim stellen en deze een redelijke termijn gunnen om alsnog haar verplichtingen na te komen, dan wel tekortkomingen te herstellen, welke tekortkomingen de afnemer nauwkeurig schriftelijk dient te omschrijven.

VI. De afnemer heeft geen recht de overeenkomst geheel of gedeeltelijk te ontbinden of zijn verplichtingen op te schorten, indien hij zelf reeds in verzuim was met de nakoming van zijn verplichtingen.

VII. In geval van gedeeltelijke ontbinding kan de afnemer geen aanspraak maken op ongedaan making van reeds door Johnson Health Tech. Netherlands verrichte prestaties, en heeft Johnson Health Tech. Netherlands onverkort op betaling voor de reeds door haar verrichte prestaties.

Artikel 17 – Toepasselijke rechterlijke bevoegdheid

I. Op alle overeenkomsten is Nederlands recht van toepassing.

II. De bevoegde rechter binnen het Arrondissement Midden – Nederland neemt kennis van alle geschillen welke mochten ontstaan tussen Johnson Health Tech. Netherlands en de afnemer, tenzij Johnson Health Tech. Netherlands er de voorkeur aan geeft het geschil aan de bevoegde rechter van de woonplaats van de afnemer te onderwerpen, en met uitzondering van die geschillen die behoren tot de competentie van de kantonrechter.



Een onderneming van
Johnson International Holding Corp. United

GARANTIE VOOR CARDIOTOESTELLEN

	T7xi/T7xe/T5x Treadmill	T3xe/T3x Treadmill	T1xe/T1x Treadmill	Rower
Frame	7 jaar	7 jaar	7 jaar	
Aandrijfmotor	7 jaar	7 jaar	5 jaar	
Onderdelen	3 jaar	3 jaar	3 jaar	3 jaar
Arbeid / voorrijkosten	3 jaar	3 jaar	3 jaar	3 jaar
	A7xi/ A7xe/A5x/A3x Ascent	E7xi/E7xe/E5x/E3x Elliptical	E1x Elliptical	
Frame	7 jaar	7 jaar	7 jaar	
Hybride JID-generator	5 jaar	5 jaar	5 jaar	
Onderdelen	3 jaar	3 jaar	3 jaar	
Arbeid / voorrijkosten	3 jaar	3 jaar	3 jaar	
	S7xi/ S7xe/S5x/S3x Stepper C7xi/C7xe/C5x/C3x Climbmill	H7xi/H7xe/H5x/H3x Hybrid	U1x Upright	
Frame	7 jaar	7 jaar	7 jaar	
Hybride JID-generator	5 jaar	5 jaar	5 jaar	
Onderdelen	3 jaar	3 jaar	3 jaar	
Arbeid / voorrijkosten	3 jaar	3 jaar	3 jaar	
	U7xi/ U7xe/U5x/U3x Upright	R7xi/R7xe/R5x/R3x Recumbent	R1x Recumbent	
Frame	7 jaar	7 jaar	7 jaar	
Hybride JID-generator	5 jaar	5 jaar	5 jaar	
Onderdelen	3 jaar	3 jaar	3 jaar	
Arbeid / voorrijkosten	3 jaar	3 jaar	3 jaar	

GARANTIE VOOR KRACHTTOESTELLEN

	Ultra/Versa/Aura/Magnum/ Varsity/G1
Frame* (exclusief coating)	10 jaar
Gewichtsbloktorens	5 jaar
Katrollen	5 jaar
Scharnierlagers	5 jaar
Andere items niet gespecificeerd	3 jaar
Arbeid / voorrijkosten	3 jaar
Bekleding / Kabels	1 jaar

* Frame gedefinieerd als de gelaste metalen basis van het toestel en bevat geen losse onderdelen.

Deze garantievooraarden gelden vanaf 1 juli 2014, informatie onder voorbehoud van drukfouten en/of wijzigingen.
Deze garantievooraarden zijn gedeponeerd als bijlage van de Algemene Voorwaarden in juni 2014.

MATRIX FITNESS BENELUX

Johnson Health Tech Netherlands BV
Vleugelboot 14
3991 CL Houten, Nederland

Tel: +31 (0) 30 24 45 435
Tel: +32 (0) 3 232 87 76
Fax: +31 (0) 30 24 00 208

info@matrixfitness.nl
www.matrixfitness.nl
www.matrixmembers.nl

Rabobank
IBAN: NL44RABO0177874953
BIC: RABONL2U

KvK: 27284558
BTW NR: NL815471312.B01
Matrix - a brand by Johnson Health Tech.

Matrix Fitness Advies

Zorggroep Prisma

Taxandriaweg 12 - B2
5142 PA
Waalwijk
Netherlands

Uw adviseur Bastiaan Pieroelie

www.matrixfitness.nl

Bastiaan.Pieroelie@Matrixfitness.nl

T: +31(0) 30 24 45 435

M: +31 (6) 43 87 19 53

F: +31(0) 30 24 00 208

KvK nr: 27284558

Rabobank 0177874953

IBAN: NL44RABO0177874953

BIC: RABONL2U

BTW: NL815471312.B01

Datum 17 jul 2015

Code	Omschrijving	Prijs	Aantal	Bruto Prijs	Korting	Netto Prijs
Cardio						
1-series						
MX-R1X	Recumbent Bike 1x	€ 2.690,00	1	€ 2.690,00	17%	€ 2.232,70
T50x-02	Treadmill T50 serie	€ 6.790,00	1	€ 6.790,00	19%	€ 5.499,90
U1X-U	Upright Bike - IFI stage 2	€ 2.590,00	1	€ 2.590,00	17%	€ 2.149,70
3-series						
E3x-03	Elliptical 3x Serie	€ 6.390,00	1	€ 6.390,00	0%	€ 6.390,00
Cycling						
KRANKCYCLE	Krank Cycle	€ 2.170,00	1	€ 2.170,00	15%	€ 1.844,50
Strength						
Aura - Free Weights						
G3-FW80-05	Aura Multi Adjustable Bench Pol. Tit./Obs. Black	€ 1.490,00	2	€ 2.980,00	23%	€ 2.294,60
Aura - Selectorized						
G3-MSFT 300-02	Aura Functional Trainer 300 Platinum/Obs. Black	€ 7.390,00	1	€ 7.390,00	23%	€ 5.690,30
G1 series						
FW159	Double Tier Dumbbell Rack 1 Serie	€ 990,00	1	€ 990,00	12%	€ 871,20
U-S306	Lat Pulldown Universal Series	€ 2.490,00	1	€ 2.490,00	19%	€ 2.016,90
U-S308	Seated Row Universal Series	€ 2.490,00	1	€ 2.490,00	19%	€ 2.016,90
Lifemaxx						
Dumbbells						
LMX79SET4	Fixed Dumbbellset Set 12 T/M 30kg (2kg Up 10 Pair)	€ 1.744,00	1	€ 1.744,00	10%	€ 1.569,60
LMX80.SD	Dumbbell Tower With Chromed Dumbbellset 1 T/M 10kg	€ 655,00	1	€ 655,00	10%	€ 589,50
Group X						
Group Cycling						
MXIC5	Tomahawk IC5 Series	€ 1.995,00	4	€ 7.980,00	17%	€ 6.623,40

Bruto Matrix Fitness Equipment	€	47.349,00		
Korting			€	7.559,80
Netto Matrix Fitness Equipment			€	39.789,20
T&I Transport- en installatiekosten			€	2.124,00
Totaal excl. BTW			€	41.913,20
BTW : 21%			€	8.801,77
Totaal incl. BTW			€	50.714,97

Betalingsconditie: Financiering via leasemaatschappij.

Overige Afspraken

Matrix Fitness		Klant	Zorggroep Prisma
Naam Account Manager	Bastiaan Pieroelie	Contactpersoon	
Handtekening		Handtekening	
Datum		Datum	

Deze offerte is geldig tot 30 dagen na dagtekening. Door deze koopovereenkomst te tekenen gaat u akkoord met de garantiebepalingen en de algemene voorwaarden zoals gedeponeerd bij de Kamers van Koophandel door Johnson Health Tech. Nederland BV.

Van de besloten vennootschap met beperkte aansprakelijkheid Johnson Health Tech. Netherlands B.V. gevestigd te Houten, ingeschreven bij de Kamer van Koophandel onder nummer 27284558.

Artikel 1 – Algemeen

I. In deze voorwaarden wordt Johnson Health Tech. Netherlands B.V., gevestigd te Houten aan de Vleugelboot 14, aangeduid als Johnson Health Tech. Netherlands en haar contractspartner als afnemer.

II. Johnson Health Tech. Netherlands brengt offertes uit en sluit overeenkomsten inzake de verkoop van en het leveren van goederen en het verrichten van diensten -waaronder begrepen installatie of inbedrijfstelling van het geleverde- alleen op basis van de navolgende Algemene Voorwaarden.

III. Naast deze algemene voorwaarden kan Johnson Health Tech. Netherlands aanvullende voorwaarden hanteren die specifiek van toepassing zijn op de soort transactie c.q. aard van de werkzaamheden. De aanvullende voorwaarden maken deel uit van deze algemene voorwaarden.

IV. Een afnemer, die eenmaal volgens deze algemene voorwaarden met Johnson Health Tech. Netherlands heeft gecontracteerd, wordt geacht eventueel daarna door hem mondeling, schriftelijk, telegrafisch of per telex op te geven orders of aan te gane overeenkomsten stilzwingend met toepasselijkheid van deze algemene voorwaarden akkoord zijn gegaan.

Artikel 2 – De offerte

I. Alle offertes hebben, tenzij uit de offerte anders blijkt, een geldigheidsduur van 2 maanden te rekenen vanaf de datum van de offerte; zij zijn gebaseerd op de door de afnemer verstrekte gegevens. De afnemer is verplicht Johnson Health Tech. Netherlands te informeren over feiten en/of omstandigheden die de uitvoering van de overeenkomst kunnen beïnvloeden, voor zover hij die kende of behoorde te kennen.

II. De bij een offerte behorende afbeeldingen, tekeningen, maten, gewichtsopgaven, stalen e.d. gelden als een benadering tenzij Johnson Health Tech. Netherlands uitdrukkelijk heeft verklaard dat deze als een exacte opgave zijn te beschouwen.

III. Johnson Health Tech. Netherlands behoudt zich, indien en voor zover van toepassing, de intellectuele eigendom voor op de bij de offerte verstrekte ontwerpen, afbeeldingen, tekeningen, monsters, stalen en modellen. Zij dienen op eerste verzoek van Johnson Health Tech. Netherlands onverwijld teruggegeven te worden op straffe van een boete ten behoeve van Johnson Health Tech. Netherlands van € 500,- per dag, voor iedere dag dat de afnemer hiernee in gebreke is, onverminderd andere aan Johnson Health Tech. Netherlands ten diens ten staande wettelijke maatregelen tot waarborging van haar rechten.

Artikel 3 – De overeenkomst

I. Overeenkomsten komen eerst tot stand nadat een bestelling of reparatieopdracht door Johnson Health Tech. Netherlands op haalbaarheid is beoordeeld. Johnson Health Tech. Netherlands heeft het recht zonder opgave van redenen bestellingen of opdrachten niet te accepteren of uitsluitend te accepteren onder de voorwaarde dat de verzending geschiedt onder rembours of na vooruitbetaling, in welke geval de afnemer dienovereenkomstig wordt ingelicht.

II. Johnson Health Tech. Netherlands is gerechtigd bij het aangaan van een overeenkomst met een koopsom groter dan € 2.500,- (exclusief B.T.W.) een aanbetaling te vragen van minimaal 30% van de koopsom. De leveringstermijn gaat pas in nadat de overeengekomen aanbetalingen volledig is voldaan.

III. Johnson Health Tech. Netherlands is gerechtigd alvorens te leveren of met de levering of nakoming van de overeenkomst voort te gaan voldoende zekerheid voor het nakomen van de betalingsverplichtingen van de afnemer te vorderen.

IV. Johnson Health Tech. Netherlands is gerechtigd om een overeenkomst waarop een lease en/of afkoopregeling van toepassing is na machtiging van de afnemer gebruik te maken van automatische incasso. De afnemer heeft na een incasso vijf dagen de tijd om een bedrag terug te schrijven naar zijn rekening.

V. Johnson Health Tech. Netherlands is bij de uitvoering van een overeenkomst met een afnemer nimmer tot enige andere schadevergoeding gehouden dan in deze voorwaarden uitdrukkelijk is neergelegd, met name niet tot het vergoeden van andere directe of indirecte, waaronder schade van derde, winstderving, e.d.

Artikel 4 – De prijs

I. Indien na het sluiten van de overeenkomst maar voor de levering een wijziging van de prijs optreedt, zal deze wijziging geen invloed hebben op de overeengekomen prijs, indien deze zich voordoet binnen drie maanden na het sluiten van de overeenkomst.

II. Prijsverhoging na de hierboven genoemde periode van drie maanden zijn voor risico van de afnemer. In dat geval heeft de afnemer de mogelijkheid om hetzij te annuleren als bedoeld in artikel 16, hetzij zich akkoord te verklaren met de hogere prijs. Prijsverlagingen na de bovengenoemde periode van drie maanden zullen op verzoek van de afnemer worden doorberekend.

III. Het bepaalde onder lid 2 van dit artikel is niet van toepassing op prijswijzigingen in het kader van showroommodellen, kortingen, acties, aanbiedingen, e.d.

IV. Voor onderdelen van Johnson Health Tech. Netherlands gelden de prijzen op de dag van aanwending of verzending vanaf het magazijn. De diensten van Johnson Health Tech. Netherlands worden verricht tegen de prijs die Johnson Health Tech. Netherlands na het verlenen van de diensten op de door haar gebruikelijke wijze calculeert. Voor voorrijden geldt een vast bedrag ongeacht de vestigingsplaats. De doorbelasting van uren geschiedt in eenheden van 15 minuten met een minimum van 30 minuten.

V. De prijzen zijn exclusief B.T.W., porto-, transport- en installatiekosten.

Artikel 5 – De levertijd

I. Onder levertijd wordt verstaan de in de overeenkomst bepaalde termijn, waarbinnen de prestatie moet zijn verricht. De levertijd is vast tenzij een vermoedelijke levertijd is overeengekomen.

II. De levertijd gaat in, wanneer een door de afnemer ondertekende orderbevestiging in het bezit is van Johnson Health Tech. Netherlands en de aanbetaling, wanneer deze van toepassing is, is ontvangen door Johnson Health Tech. Netherlands.

III. Bij overschrijding van de vermoedelijke levertijd wordt Johnson Health Tech. Netherlands een nadere termijn gund om alsnog te leveren. Deze nadere termijn is gelijk aan de oorspronkelijke vermoedelijke levertijd met een maximum van 1 maand. Indien Johnson Health Tech. Netherlands alsnog binnen deze nadere termijn, zal een eventuele prijsverhoging binnen deze termijn niet worden doorberekend.

IV. Een tekortkoming, zoals het niet of ten volle beschikbaar zijn van toegezegde documentatie, die het gebruik van het geleverde of het gepresterde niet ernstig belemmert, vormt geen grond voor een beroep op termijnoverschrijding en evenmin voor weigering van afname of betaling.

V. Overschrijding van een levertijd geeft de afnemer nimmer het recht tot enigerlei schadevergoeding, op ontbinding van de overeenkomst of enige andere actie jegens Johnson Health Tech. Netherlands. Dit is slechts anders in geval van opzet of grove schuld van Johnson Health Tech. Netherlands of haar leidinggevend personeel of indien de leveringstermijn met meer dan 3 maanden wordt overschreden. Alsdan heeft de afnemer het recht de overeenkomst te ontbinden, echter zonder aanspraak te kunnen maken op enige schadevergoeding.

Artikel 6 – De levering

I. Tenzij anders is overeengekomen wijst Johnson Health Tech. Netherlands de afnemer er tijdig voor de levering op, dat de afnemer op straffe van vergoeding van directe schade en kosten verplicht is ervoor te zorgen dat:

- De plaats waar de levering moet geschieden deugdelijk kan worden afgesloten;
- De plaats waar de levering moet geschieden bereikbaar is en dat voorts, voor zover dat in zijn vermogen ligt, al het mogelijke wordt gedaan om een vlotte levering mogelijk te maken;
- De vloer schoon en vlak zijn.
- In de ruimte waarin gewerkt moet worden elektriciteit, licht, verwarming, water en voldoende ventilatie aanwezig is.

II. De afnemer stelt Johnson Health Tech. Netherlands er van op de hoogte dat er bijzondere omstandigheden zijn die het gebruik van een lift, takel of een kraan noodzakelijk maken. In dat geval wordt in de overeenkomst geregeld voor wiens rekening en risico de bijzondere hulpmiddelen komen.

Artikel 7 – De proefplaatsing

I. De door Johnson Health Tech. Netherlands afgeleverde apparatuur wordt alleen beschouwd als proefplaatsing wanneer Johnson Health Tech. Netherlands dit schriftelijk bevestigt.

II. Op proefplaatsingen zijn alle bepalingen van deze algemene voorwaarden van toepassing. Zij het dat de afnemer de afgeleverde zaken wordt geacht voor zich zelf te hebben besteld en de afnemer de dan geldende koopprijs verschuldigd is, wanneer de zaken niet terstond na afloop van de in de bevestiging te noemen termijn ter beschikking stelt aan Johnson Health Tech. Netherlands in de staat waarin Johnson Health Tech. Netherlands deze zaken aflevert.

Artikel 8 – De opslag van goederen

I. Ingeval te leveren goederen na aanbidding tot levering niet worden aanvaard, anders dan wegens gebrekkige levering, dan wel, omdat de afnemer de goederen niet wil aanvaarden, zal Johnson Health Tech. Netherlands binnen een redelijke termijn een tweede levering doen. Johnson Health Tech. Netherlands is na weigering dan wel na tweede levering gerechtigd opslagkosten en eventuele verdere schade en kosten aan de afnemer in rekening te brengen.

II. Ingeval ook de tweede levering niet wordt aanvaard, zal Johnson Health Tech. Netherlands:

- Nakoming van de overeenkomst vorderen en opslagkosten en eventueel verdere schade en kosten in rekening brengen;

- Dan wel eerst de goederen 30 dagen onder berekening van opslagkosten voor de afnemer in opslag houden;
- Indien de geleverde goederen daarna nog niet door de afnemer zijn afgenomen, is Johnson Health Tech. Netherlands gerechtigd de overeenkomst als geannuleerd te beschouwen, als bedoeld in artikel 16. Indien Johnson Health Tech. Netherlands de overeenkomst als geannuleerd beschouwt, wordt het annuleringsbedrag verhoogd met het bedrag van de opslagkosten van de 30 dagen. Ingeval van weigering, hetzij na eerste, hetzij na tweede levering, heeft Johnson Health Tech. Netherlands de keuze te handelen als voorzien onder 1 van de 3 bovengenoemde punten.

III. Indien de goederen door de afnemer zijn betaald, zal Johnson Health Tech. Netherlands de goederen maximaal 3 maanden in opslag houden onder berekening aan de afnemer van de opslagkosten, tenzij anders overeengekomen.

IV. Gaat de afnemer na verloop van deze termijn nog niet over tot afname van de goederen, dan is Johnson Health Tech. Netherlands gerechtigd vrijelijk over de goederen te beschikken, deze te verkopen en de opbrengst aan de afnemer af te dragen onder aftrek van opslagen andere kosten en een schadevergoeding van 30% van hetgeen de afnemer bij nakoming van de overeenkomst aan Johnson Health Tech. Netherlands verschuldigd was geweest, tenzij Johnson Health Tech. Netherlands kan bewijzen dat haar schade groter is of de afnemer aanmerkelijk kan maken dat de schade kleiner is. Alvorens Johnson Health Tech. Netherlands hiertoe over mag gaan, dient zij het voornemen hiertoe schriftelijk aan de afnemer mede te delen.

V. Het risico van brand en beschadiging wordt door Johnson Health Tech. Netherlands gedekt.

VI. De opslagkosten zullen per maand 1% bedragen van de verkoopwaarde van de opgeslagen goederen, met een minimum van € 30,- tenzij Johnson Health Tech. Netherlands kan bewijzen dat haar kosten hoger zijn of de afnemer aanmerkelijk kan maken dat deze lager zijn.

Artikel 9 – De betaling

I. Betaling dient, indien niet anders schriftelijk is overeengekomen, te geschieden 14 dagen na factuurdatum voor wat betreft de feitelijke van de goederen als ook na het verrichten van de overeengekomen diensten.

II. Heeft Johnson Health Tech. Netherlands grond voor twijfel aan de tijdige nakoming van de betalingsverplichtingen door de afnemer, en het in bijzonder wanneer er aan zijn zijde sprake is van surseance van betaling, faillissement of een aanvraag daartoe, beslaglegging, stillegging of liquidatie van een onderneming, eerdere niet tijdige betaling e.d., dan kan Johnson Health Tech. Netherlands volledige en contante betaling vooraf of bij levering verlangen.

III. Johnson Health Tech. Netherlands die een levering ter uitvoering van een overeenkomst in gedeelte uitvoert, is gerechtigd om bij elke deellevering betaling van het geleverde te vorderen. Voor elke deellevering ontvangt de afnemer dan een deelfactuur.

IV. Onverminderd het bepaalde in lid 1 stuurt Johnson Health Tech. Netherlands aan de afnemer na het verstrijken van de betalingstermijn 1 betalingsherinnering, waarin zij deze op zijn verzuim wijst en hem alsnog de gelegenheid geeft binnen 7 dagen te betalen.

V. Indien de afnemer de factuur niet contant op de vervaldag heeft voldaan, is er zonder voorafgaande ingebrekestelling voor het niet betaalde deel een rentevergoeding verschuldigd aan Johnson Health Tech. Netherlands, welke gelijk is 1% per maand over het openstaande factuurbedrag. Vervallen niet betaalde rente draagt na een jaar eveneens rente.

VI. Johnson Health Tech. Netherlands is na verloop van de in lid 1 bedoelde termijn bevoegd zonder nadere ingebrekestelling tot inrovering over te gaan van het aan hem verschuldigde bedrag. De voor Johnson Health Tech. Netherlands aan eventuele buitengerechtelijk incasso verbonden kosten komen voor rekening van de klant. Deze buitengerechtelijke incasso kosten bedragen 15% over de hoofdsom en vervallen rente, zulks met een minimum van € 250,-. Alle gerechtelijke kosten en alle kosten van de advocaat, zelfs die kosten die boven het liquidatietarief van de Arrondissementsrechtbanken, die Johnson Health Tech. Netherlands dient in te schakelen.

VII. Niet tijdige betaling geeft Johnson Health Tech. Netherlands het recht harerzijds haar prestatie ingevolge de onderhefve en/of andere overeenkomst met de afnemer op te schorten, dan wel te ontbinden, zonder dat de afnemer recht heeft op schadevergoeding of ontbinding van de overeenkomst en onverminderd het recht van een eventueel verlies, winstderving en verdere gevolgschade.

VIII. Het is de afnemer niet toegestaan verrekeningen toe te passen.

IX. De afnemer is ingeval van klachten uitsluitend gerechtigd dat deel van de factuur in te houden dat in redelijke verhouding staat tot de inhoud en ernst van de klacht. Dit ontheft de afnemer niet van zijn verplichting tot betaling van het resterende deel van de factuur binnen de overeengekomen termijn.

X. Cheques en vreemde valuta gelden slechts als betaling na hun inlossing.

XI. Johnson Health Tech. Netherlands staat tot geen van haar afnemers in een rekening –courant verhouding.

Artikel 10 – eigendomsvoorbehoud en pandrecht

I. De eigendom van de geleverde goederen wordt door Johnson Health Tech. Netherlands uitdrukkelijk voorbehouden tot de volledige betaling, daarbij inbegrepen de vergoeding van alle kosten en rente, ook van eerdere en latere leveringen en verrichten diensten, alsmede schadevorderingen wegens tekortschieten in de nakoming heeft plaatsgevonden.

II. Het risico van de te leveren goederen gaat steeds en blijvend over op de klant op het tijdstip van aankomst op de overeengekomen plaats van de aflevering.

III. Het staat de afnemer niet vrij zonder schriftelijke toestemming van Johnson Health Tech. Netherlands de goederen voordien te vervreemden, te verhuren, in gebruik af te staan of buiten zijn bedrijf te verplaatsen, te verpanden dan wel anderszins te bezwaren.

IV. De afnemer verplicht zich op eerste verzoek van Johnson Health Tech. Netherlands de goederen aan Johnson Health Tech. Netherlands ter beschikking te stellen, en verleent reeds nu onherroepelijk machtiging aan Johnson Health Tech. Netherlands of aan de door Johnson Health Tech. Netherlands aan te wijzen personen, de plaats waar de goederen zich bevinden, te betreden teneinde de goederen mee te nemen.

V. Johnson Health Tech. Netherlands verschaft in overeenstemming met het gestelde onder lid I aan de afnemer van de genoemde goederen op het moment dat de afnemer aan al zijn verplichtingen heeft voldaan, doch onder voorbehoud van pandrecht van Johnson Health Tech. Netherlands ten behoeve van andere aanspraken die Johnson Health Tech. Netherlands op de afnemer heeft. De afnemer zal op eerste verzoek van Johnson Health Tech. Netherlands zijn medewerking verlenen aan handelingen die in dat kader vereist zijn, op straffe van een dwangsom van € 500,- voor iedere dag dat de andere hiermee nalatig blijft.

VI. Goederen of onderdelen daarvan, die als gevolg van een reparatieopdracht of garantie worden vervangen, worden of blijven daardoor eigendom van Johnson Health Tech. Netherlands tot volledige voldoening van al hetgeen Johnson Health Tech. Netherlands van de afnemer te vorderen heeft, heeft plaatsgevonden.

Artikel 11 – reclames

I. Als bij aflevering van goederen beschadigingen en/of manco's worden geconstateerd, dient door de afnemer op de afleverbon aantekeningen van de beschadiging en/of manco te worden gesteld.

II. Indien bij aflevering geen gelegenheid bestaat tot controle van de geleverde goederen dient dit door de afnemer op de afleverbon te worden vermeld. De afnemer dient vervolgens een beschadiging binnen 2 dagen na ontvangst van de goederen schriftelijk en met een behoorlijke omschrijving van beschadiging aan Johnson Health Tech. Netherlands kenbaar te maken.

III. Klachten over facturen dienen binnen 5 dagen na factuurdatum schriftelijk en met een behoorlijke omschrijvingen van de klacht aan Johnson Health Tech. Netherlands kenbaar gemaakt te worden.

IV. Na het verstrijken van deze termijn wordt Johnson Health Tech. Netherlands geacht haar verplichtingen correct te zijn nagekomen, en wordt aangenomen dat de afnemer de goederen c.q. facturen als juist erkent.

V. Indien een reclame door Johnson Health Tech. Netherlands gegrond wordt bevonden, heeft Johnson Health Tech. Netherlands het recht te harer keuze:

- De factuur te herzien en het factuurbedrag dienovereenkomstig te wijzigen;
- Het geleverde te vervangen door een goed met de zelfde specificaties of te repareren waarbij de vervangen goederen of onderdelen aan Johnson Health Tech. Netherlands worden afgegeven;
- Het geleverde terug te nemen en de overeenkomst te ontbinden, onder restitutie van het door de afnemer betaalde factuurbedrag zonder tot enige schadevergoeding gehouden te zijn;

VI. De afnemer dient in een voorkomend geval Johnson Health Tech. Netherlands onverwijld gelegenheid te bieden eventuele gebreken te herstellen.

Artikel 12 – garantie

I. Johnson Health Tech. Netherlands staat in voor de degelijkheid en goede kwaliteit van de door haar geleverde goederen en diensten, doch slechts gedurende de in de Garantievoorwaarden bepaalde termijnen en ten aanzien van de daarin genoemde onderdelen van het merk Matrix. De Garantievoorwaarden zijn bij deze Algemene Voorwaarden gevoegd en maken daar als zodanig integraal onderdeel van uit.

II. De in de Garantievoorwaarden bedoelde termijnen beginnen te lopen op de dag dat de gekochte goederen en/of diensten aan de afnemer zijn geleverd.

III. Gebreken of tekortkomingen die de afnemer binnen de toepasselijke garantietermijn aan Johnson Health Tech. Netherlands heeft aangetoond en die verwijtbaar zijn aan Johnson Health Tech. Netherlands, worden binnen een redelijke termijn door of namens Johnson Health Tech. Netherlands kosteloos verholpen door middel van reparatie, dan wel vervanging. Arbeid- en voorrijkosten die moeten worden gemaakt

ten behoeve van het verhelpen van gebreken of tekortkomingen, worden – in afwijking van de vorige zin, maar conform de Garantievoorwaarden – slechts vergoed indien het gebrek binnen een termijn van drie jaar na levering van het goed is ontstaan. Afnemer heeft geen recht op schadevergoeding, enkel op vervanging of reparatie.

IV. Na het verstrijken van de in de Garantievoorwaarden vermelde garantietermijnen kan de afnemer jegens Johnson Health Tech. Netherlands geen rechten meer uitoefenen ter zake gebreken of tekortkomingen in de gekochte en geleverde goederen en diensten.

V. In de volgende gevallen komt de afnemer geen beroep toe op de in deze bepaling en in de Garantievoorwaarden geformuleerde garanties:

- Indien de afnemer de goederen heeft verwaarloosd;
- Indien de afnemer wijzigingen aan de goederen heeft aangebracht c.q. heeft laten aanbrengen waaronder ook vallen reparaties die niet door of namens Johnson Health Tech. Netherlands zijn verricht;
- Bij onoordeelkundig of onzorgvuldig gebruik, verkeerde aansluiting, verkeerde netspanning, blikseminslag, beschadiging door inwerking van vocht of door andere van buiten komende oorzaken of onheilen;
- Indien het apparaat niet op de gebruikelijke dan wel in de gebruiksaanwijzing omschreven wijze is onderhouden;
- Indien het apparaat wordt gebruikt met ongeschikte of verkeerde accessoires;
- Indien de afnemer de goederen op andere wijze onachtzaam heeft behandeld.

Artikel 13 – Handelsmerk

I. De fabrieks- of handelsmerken dan wel de type- of identificatienummers of tekens, die op de door Johnson Health Tech. Netherlands geleverde goederen zijn aangebracht, mogen niet verwijderd, beschadigd of gewijzigd worden.

Artikel 14 – Aansprakelijkheidsbeperking

I. Johnson Health Tech. Netherlands, noch derden die zij betreft ten behoeve van de totstandkoming of uitvoering van enige overeenkomst, zijn aansprakelijk voor enige schade, voortvloeiende uit en verband houdende met de overeenkomst, welke afnemer of enige door deze uitvoering van de overeenkomst betrokken derde mocht lijden, direct of indirect, ongeacht wat daarvan de oorzaak is.

II. Onverminderd het voorenstaande is Johnson Health Tech. Netherlands in ieder geval nimmer aansprakelijk:

- Wegens niet, of tijdig leveren;
- Voor gegevens in folders, catalogi, reclamemateriaal, of frites e.d.;
- In het geval van niet toerekenbare tekortkomingen (overmacht), zoals bedoeld in artikel 15;
- Indien de afnemer zelf of een derde het geleverde repareert, daaraan veranderingen aanbrengt, dit gebruikt voor andere doeleinden dan waarvoor het geschikt of bestemd is, het geleverde overbelast en anderszins onakkundig gebruik;
- Voor de eigendommen van derden welke zich terzake van reparatie, opslag of om welke redenen dan ook in Johnson Health Tech. Netherlands bedrijfsruimte bevinden;
- Voor bedrijfs- en/of gevolgschade, door welke oorzaak dan ook ontstaan;
- Voor schade veroorzaakt door opzet of grove schuld van hulppersonen;
- Voor schade veroorzaakt door geleverde software;
- Voor schade ten gevolge van verlies enigerlei data als vastgelegd op magnetische informatiedragers;

III. Indien Johnson Health Tech. Netherlands in enig geval, ondanks het bovenstaande, voor enige schade aansprakelijk is, aanvaardt Johnson Health Tech. Netherlands slechts aansprakelijkheid voor zover deze aansprakelijkheid door haar verzekering wordt gedekt, tot het bedrag van de door de verzekering gedane uitkering.

IV. Indien de verzekering in enig geval niet tot uitkering overgaat, is Johnson Health Tech. Netherlands nimmer aansprakelijk voor meer dan het factuurbedrag voor de betreffende overeenkomst.

V. De afnemer zal Johnson Health Tech. Netherlands vrijwaren voor alle aanspraken van derden jegens Johnson Health Tech. Netherlands.

VI. De in deze voorwaarden opgenomen uitsluitingen c.q. beperkingen van de aansprakelijkheid gelden niet voor zover de schade het gevolg is van opzet of grove schuld van Johnson Health Tech. Netherlands of haar leidinggevende ondergeschikte.

Artikel 15 – Niet toerekenbare tekortkomingen

I. Indien na de totstandkoming van de overeenkomst deze door Johnson Health Tech. Netherlands niet kan worden nagekomen ten gevolge van omstandigheden die ten tijde van het sluiten van de overeenkomst redelijkerwijs niet te verwachten waren dan wel aan Johnson Health Tech. Netherlands niet bekend konden zijn, geldt zulks ten aanzien van de afnemer voor Johnson Health Tech. Netherlands als een niet toerekenbare tekortkoming (overmacht).

II. Onder omstandigheden als bedoeld onder lid I van dit artikel vallen in ieder geval stakingen, overheidsmaatregelen,

vertragingen in de aanvoer, uitvoerverbod, oproer, oorlog, mobilisatie transportmogelijkheden, sabotage, brand, blikseminslag, natuurrampen, invoerbelemmeringen, nalatigheid van leveranciers en/of fabrikanten van Johnson Health Tech. Netherlands alsmede hulpverleners, ziekte van personeel, gebreken in hulp of transportmiddelen, bezetting, boycot of blokkade, uitsluiting of andere arbeidsstoornissen en gebeurtenissen welke door Johnson Health Tech. Netherlands redelijkerwijs niet te verzekeren zijn.

III. Johnson Health Tech. Netherlands heeft in geval van overmacht het recht haar verplichtingen op te schorten. Johnson Health Tech. Netherlands is tevens gerechtigd de overeenkomst geheel of gedeeltelijk te ontbinden, dan wel te vorderen dat de inhoud van de overeenkomst zodanig wordt gewijzigd dat uitvoering mogelijk blijft. In geen geval is Johnson Health Tech. Netherlands gehouden enige boete of schadevergoeding te betalen. Johnson Health Tech. Netherlands behoudt het recht van het reeds verrichte werk en de gemaakte kosten.

IV. Zijn voor Johnson Health Tech. Netherlands aan de nakoming van de overeenkomst extra kosten verbonden in verband met aan haar niet toe te rekenen omstandigheden, dan is zij bevoegd deze in redelijkheid aan de klant door te berekenen.

V. Johnson Health Tech. Netherlands heeft geen bevoegdheid tot opschorten indien nakoming vrijblijvend onmogelijk is of de tijdelijke onmogelijkheid langer dan 6 maanden voortduurt. In deze gevallen kan de overeenkomst door de meest gerede partij worden ontbonden zonder dat de afnemer echter recht heeft op vergoeding van enige schade.

Artikel 16 – ontbinding

I. Indien de afnemer zijn verplichtingen jegens Johnson Health Tech. Netherlands niet, niet tijdig of niet behoorlijk nakomt, alsmede indien zijn faillissement is/wordt aangevraagd, hij in staat van faillissement wordt verklaard, hij surseance van betaling aanvraagt, dan wel aan zijn crediteuren of een deel van hen een regeling of een akkoord aanbiedt, voorts bij beslaglegging op zijn activa of een deel daarvan, dan wel hij tot verkoop of liquidatie van zijn bedrijf overgaat, alsmede in geval van overlijden, ondercuratelestelling of indien hij op andere wijze het beheer dan wel de leiding over zijn bedrijf, goederen of een deel daarvan verliest, is de afnemer van rechtswege in verzuim en is elke vordering, die Johnson Health Tech. Netherlands te zijnen laste heeft of verkrijgt, dadelijk en ineens opeisbaar zonder dat daartoe enige ingebrekestelling is vereist.

II. In de gevallen onder lid I van dit artikel genoemd, heeft Johnson Health Tech. Netherlands het recht, zonder enige ingebrekestelling, harerzijds de verdere uitvoering van de overeenkomst op te schorten of deze geheel of gedeeltelijk te ontbinden.

III. Johnson Health Tech. Netherlands is te allen tijde bevoegd als dan schadevergoeding van de afnemer te vorderen, evenals de geleverde goederen terug te nemen.

IV. Indien afnemer in verzuim is en de overeenkomst wordt ontbonden, is de afnemer aan Johnson Health Tech. Netherlands B.V. een direct opeisbare boete verschuldigd ter hoogte van 50% van het totale factuurbedrag en is Johnson Health Tech. Netherlands B.V. gerechtigd deze boete te verrekenen met een eventueel reeds gedane aanbetaling. Deze boete tast het recht van Johnson Health Tech. Netherlands B.V. om schadevergoeding van afnemer te vorderen niet aan, maar het boetebedrag komt wel in mindering op de door Johnson Health Tech. Netherlands B.V. geleden schade als gevolg van de wanprestatie van afnemer.

V. In geval de afnemer de overeenkomst wenst te ontbinden, zal hij te allen tijde eerst Johnson Health Tech. Netherlands schriftelijk in verzuim stellen en deze een redelijke termijn gunnen om alsnog haar verplichtingen na te komen, dan wel tekortkomingen te herstellen, welke tekortkomingen de afnemer nauwkeurig schriftelijk dient te omschrijven.

VI. De afnemer heeft geen recht de overeenkomst geheel of gedeeltelijk te ontbinden of zijn verplichtingen op te schorten, indien hij zelf reeds in verzuim was met de nakoming van zijn verplichtingen.

VII. In geval van gedeeltelijke ontbinding kan de afnemer geen aanspraak maken op ongedaan making van reeds door Johnson Health Tech. Netherlands verrichte prestaties, en heeft Johnson Health Tech. Netherlands onverkort op betaling voor de reeds door haar verrichte prestaties.

Artikel 17 – Toepasselijke rechterlijke bevoegdheid

I. Op alle overeenkomsten is Nederlands recht van toepassing.

II. De bevoegde rechter binnen het Arrondissement Midden – Nederland neemt kennis van alle geschillen welke mochten ontstaan tussen Johnson Health Tech. Netherlands en de afnemer, tenzij Johnson Health Tech. Netherlands er de voorkeur aan geeft het geschil aan de bevoegde rechter van de woonplaats van de afnemer te onderwerpen, en met uitzondering van die geschillen die behoren tot de competentie van de kantonrechter.



Een onderneming van
Johnson International Holding Corp. United

GARANTIE VOOR CARDIOTOESTELLEN

	T7xi/T7xe/T5x Treadmill	T3xe/T3x Treadmill	T1xe/T1x Treadmill	Rowe
Frame	7 jaar	7 jaar	7 jaar	
Aandrijfmotor	7 jaar	7 jaar	5 jaar	
Onderdelen	3 jaar	3 jaar	3 jaar	3 jaar
Arbeid / voorrijkosten	3 jaar	3 jaar	3 jaar	3 jaar
	A7xi/ A7xe/A5x/A3x Ascent	E7xi/E7xe/E5x/E3x Elliptical	E1x Elliptical	
Frame	7 jaar	7 jaar	7 jaar	
Hybride JID-generator	5 jaar	5 jaar	5 jaar	
Onderdelen	3 jaar	3 jaar	3 jaar	
Arbeid / voorrijkosten	3 jaar	3 jaar	3 jaar	
	S7xi/ S7xe/S5x/S3x Stepper C7xi/C7xe/C5x/C3x Climbmill	H7xi/H7xe/H5x/H3x Hybrid	U1x Upright	
Frame	7 jaar	7 jaar	7 jaar	
Hybride JID-generator	5 jaar	5 jaar	5 jaar	
Onderdelen	3 jaar	3 jaar	3 jaar	
Arbeid / voorrijkosten	3 jaar	3 jaar	3 jaar	
	U7xi/ U7xe/U5x/U3x Upright	R7xi/R7xe/R5x/R3x Recumbent	R1x Recumbent	
Frame	7 jaar	7 jaar	7 jaar	
Hybride JID-generator	5 jaar	5 jaar	5 jaar	
Onderdelen	3 jaar	3 jaar	3 jaar	
Arbeid / voorrijkosten	3 jaar	3 jaar	3 jaar	

GARANTIE VOOR KRACHTTOESTELLEN

	Ultra/Versa/Aura/Magnum/ Varsity/G1
Frame* (exclusief coating)	10 jaar
Gewichtsbloktorens	5 jaar
Katrollen	5 jaar
Scharnierlagers	5 jaar
Andere items niet gespecificeerd	3 jaar
Arbeid / voorrijkosten	3 jaar

Bekleding / Kabels	1 jaar
--------------------	--------

* Frame gedefinieerd als de gelaste metalen basis van het toestel en bevat geen losse onderdelen.

Deze garantievoorwaarden gelden vanaf 1 juli 2014, informatie onder voorbehoud van drukfouten en/of wijzigingen. Deze garantievoorwaarden zijn gedeponeerd als bijlage van de Algemene Voorwaarden in juni 2014.

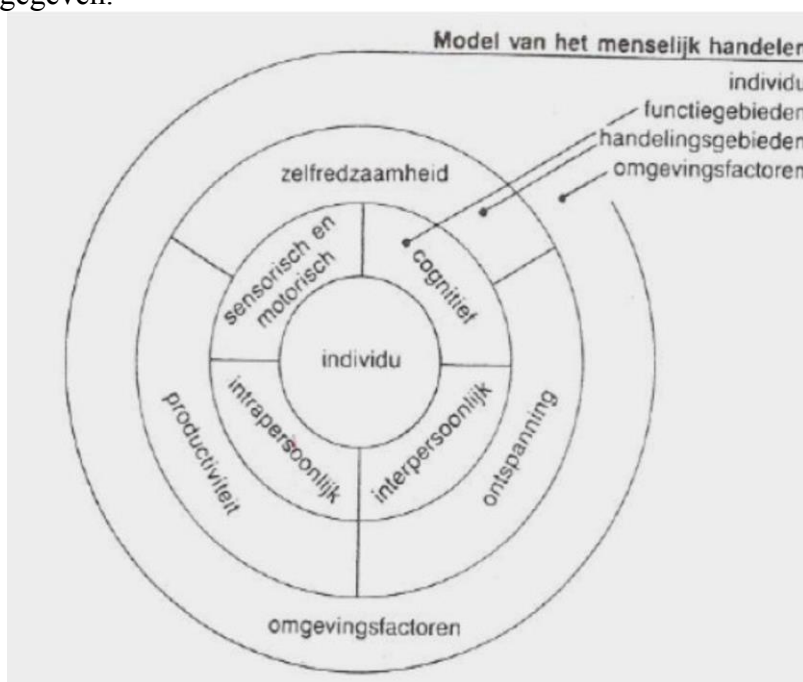
MATRIX FITNESS BENELUX

Johnson Health Tech Netherlands BV	Tel: +31 (0) 30 24 45 435	info@matrixfitness.nl	Rabobank	KvK: 27284558
Vleugelboot 14	Tel: +32 (0) 3 232 87 76	www.matrixfitness.nl	IBAN: NL44RABO0177874953	BTW NR: NL815471312.B01
3991 CL Houten, Nederland	Fax: +31 (0) 30 24 00 208	www.matrixmembers.nl	BIC: RABONL2U	Matrix - a brand by Johnson Health Tech

Bijlage 7 Human Occupational Model

In deze bijlage wordt de het Human Occupational Model nader toegelicht en uitgewerkt. Allereerst komt er een algemene beschrijving en vervolgens wordt deze toegespitst op mensen met een verstandelijke beperking.

Het *Human Occupational Model* van Reed en Sanderson gaat in op de invloed van het beoefenen van sport op het functioneren van mensen. In de onderstaande afbeelding wordt dit model schematisch weergegeven.



Het individu, geschetst in de middelste cirkel, staat hierbij centraal. In de tweede cirkel komen vijf handelingsvaardigheden van het individu aan bod: motorische, sensorische, cognitieve, intra- en interpersoonlijke vaardigheden. De derde cirkel zoomt in op drie handelingsgebieden: zelfredzaamheid, productiviteit en ontspanning. Tot slot heeft de buitenste cirkel te maken met de aanpassing van het individu aan omgevingsfactoren (Kinebanian, 1999).

2.2.2. Toepassen model van Reed en Sanderson op de situatie van personen met een verstandelijke beperking

Individu

Het individu staat bij de sportbeleving centraal. Het sporten heeft invloed op vier vaardigheden van het menselijk handelen, namelijk op de sensorische, motorische, intrapersoonlijke en interpersoonlijke vaardigheden. Dit staat schematisch weergegeven in de bovenstaande afbeelding.

Sensorische en motorische aspecten

Voor mensen met een verstandelijke beperking is het vaak niet mogelijk om op alle externe prikkels te reageren vanuit hun omgeving. Het gevolg hiervan is dat ze moeite hebben om alle indrukken en ervaringen vanuit de omgeving te verwerken. Sporten kan een middel zijn om mensen met een verstandelijke beperking ontspanning te geven, waardoor ze beter met bepaalde zaken om leren te gaan.

Enkele positieve effecten op motorische gebied van sporten voor mensen met een beperking zijn: betere oriëntatie in ruimte en tijd en sporten ontwikkelt lichaamsbesef en een lichaamsidee (Baken, 1997). Daarnaast kan sporten leiden tot een toename van spierkracht en het verbeteren van de coördinatie. Dit draagt mogelijk bij aan het verbeteren van het lichamelijke functioneren in het algemeen. Ook kan, door middel van sportbeoefening, de zelfstandigheid en het zelfvertrouwen van de cliënt worden vergroot.

Mochten verstandelijk beperkten te weinig bewegen en/of sporten dan kan er versneld slijtage in de gewrichten ontstaan. Dit kan mogelijk de volgende gevolgen met zich meebrengen: verminderde spierkracht, uithoudingsvermogen, reactiesnelheid en coördinatie (Woude, 2001).

Inter- en intrapersoonlijke aspecten

Sporten kan ook bijdrage aan het ontwikkelen van de sociale vaardigheden. Bij personen met een beperking wordt er vaak niet voldoende gekeken naar de sociale mogelijkheden die de persoon heeft. Aangezien deze personen vaak afhankelijk zijn van anderen met betrekking tot bijvoorbeeld vervoer kunnen ze in een isolement komen. Sporten is bij uitstek een middel om contacten aan te gaan: het is dan gemakkelijker om een gesprek aan te knopen met anderen. Dit stimuleren en steunen is belangrijk, zodat deze mensen zich ook onderdeel van de samenleving voelen. Op deze manier wordt gewerkt aan drie begrippen die bij deze doelgroep enorm belangrijk zijn: gelijke rechten, gelijke plichten en gelijke behandeling. (Baken, 1997).

Bijlage 8 Aanbod low-budgetketens en premiumclubs

Low-budgetketens

Zoals hierboven aangegeven staat zijn de low-budgetketens prijsvechters. Tegen gereduceerde prijzen kunnen mensen lid worden van de sportschool. Bij het abonnement is het mogelijk om tegen betaling van extra faciliteiten gebruik te maken. Om meer inzicht te krijgen in dit type bedrijf staat in het onderstaande overzicht het aanbod weergegeven van de low-budgetketens:

Low-budgetketens: Fit for Free (Free, 2012), Basic Fit (Nederland, 2015), Fitness 4 Me (Fitness4me, 2013)

- Goedkope standaardabonnementen
- Extra faciliteiten--> betalen per maand
- Daluren/ Onbeperkt sporten

Aanbod standaardfaciliteiten:

Fitness: cardio en krachttraining individueel
Circuittraining

Extra betalen voor:

- Groepslessen: Zumba, bodypump, spinning, steps, yoga, pilates en bootcamp.
- Trainingsprogramma op maat
- Gebruik van douches
- Kluisjes

Prijs per maand standaardabonnement: € 15,- a € 20,-.

Premiumclubs

Premiumclubs zijn clubs die een totaalconcept aanbieden. Er wordt ingespeeld op de beleving van de klant. Een bedrag per maand wordt betaald door een lid om gebruik te maken van alle faciliteiten binnen het sportcentrum. In het onderstaande schema staat ter verduidelijking het sportaanbod van de premiumclubs weergegeven:

Premiumclubs: David Lloyd (Leisure, 2015), Club Pellikaan (Pellikaan, 2015) en Health City (HealthCity, 2015)

- All-in-one principe. Voor een bedrag per maand is er de mogelijkheid om gebruik te maken van alle faciliteiten
- Daluren/ Onbeperkt abonnement

Aanbod:

- Fitness: cardio en krachttraining
- Groepslessen: pilates, zumba, bodypump. Outdoor mountainbiken, spinning, yoga, powerboost en body balance en bootcamp
- Functional trainingen. In kleinere groepen 30 a 45 minuten training
- Zwembad
- Wellnessfaciliteiten: sauna en turks stoombad
- Tennisbanen
- Indoor golf(Club Pellikaan Goirle)
- KinderClub. Opvang voor kinderen tijdens het sporten
- FitCoach. Persoonlijke begeleiding inclusief trainingsschema's etc
- Kleedkamer/ douchemogelijkheden
- Horeca gelegenheid

Prijs per maand standaardabonnement: € 35,-/ € 45,-

Bijlage 9 Overzicht beweegmogelijkheden cliënten en medewerkers Landpark Assisië

Het onderstaande overzicht is een samenvatting van de beweegmogelijkheden zoals die in paragraaf 2.3.1 tot en met 2.3.3 zijn weergegeven (pag.

<u>Beweegmogelijkheden Landpark Assisië</u>	<u>Externe beweegmogelijkheden</u>	<u>Beweegmogelijkheden op woonvoorziening</u>
Voetballen	Zwemmen	Wandelen
Beweegprogramma	Dansen	Fietsen
Wandelen		Spelen
Fietsen		
Kegelen		
Paardrijden		
Speelterrein		
Buiten fitnessstoestellen		

Bijlage 10 Voorstel speel- en beweegtoestellen buitenterrein Landpark Assisië



Overzicht Speeltoestellen

Combinatietoestel "Assisië"

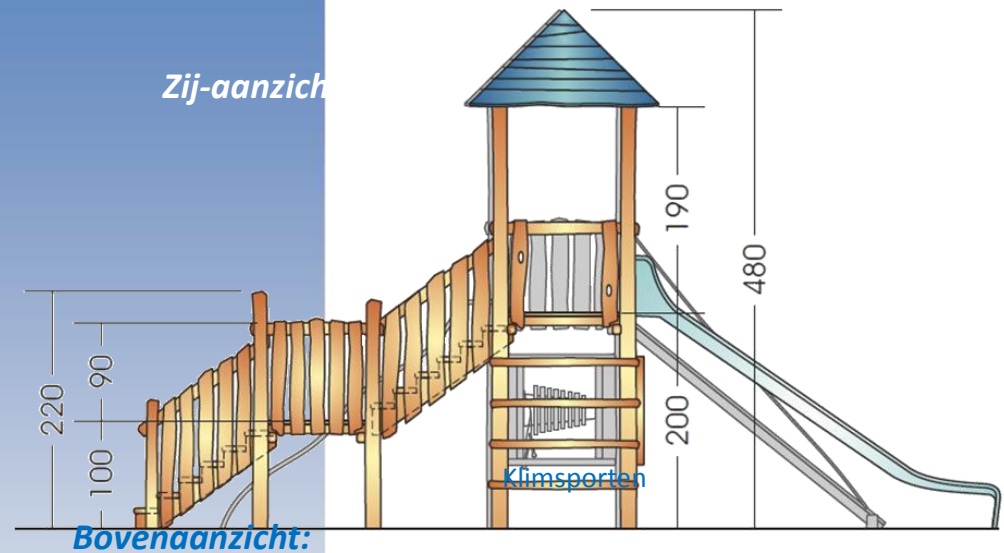
KOMPAN!

Totaal benodigde oppervlakte: 11m50 cx 9m20

Vooraanzicht:



Zij-aanzicht



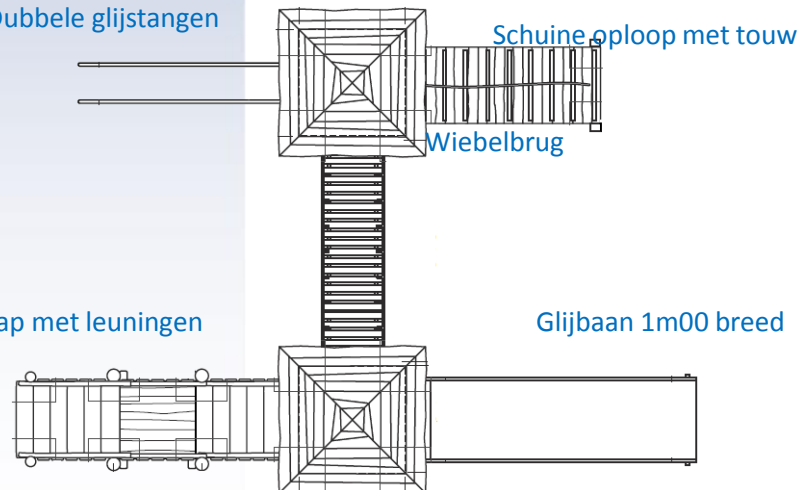
Dubbele glijstangen

Schuine oploop met touw

Wiebelbrug

Trap met leuning

Glijbaan 1m00 breed



Schommels Schommels

KOMPAN!

OVZG011202000
Schommel voor minder validen
(Hoogte 2m00)

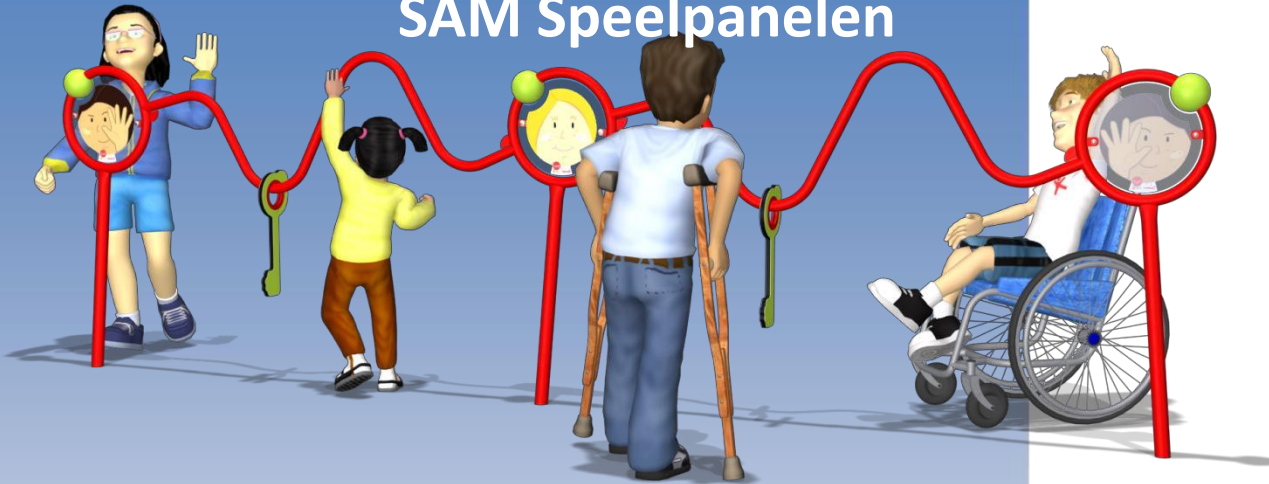


NRO904-1001
Dubbele Schommel
(Hoogte 2m50)

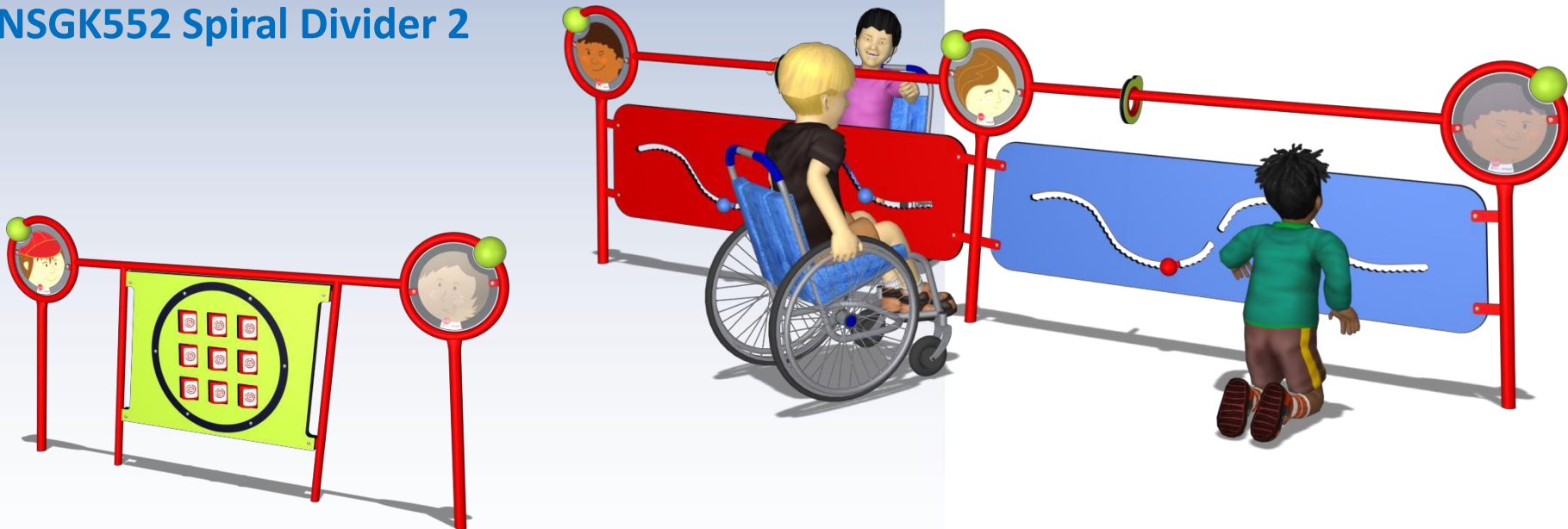
SAM Speelpanelen

SAM Speelpanelen

KOMPAN!



NSGK552 Spiral Divider 2



NSGK521 Grip Bar 2

NSGK561 Three on a row Play

Overzicht Sport- en beweegtoestellen

Fitness- en Bewegtoestellen

ress TGO870 Leg Press



Fitnesscentra (Rabobank, 2015)

Visie

- VOLUME

- SENTIMENT

- PROGNOSE

Perspectief

Verdringingsmarkt

Ondanks een stabiele vraag, groei ligt rond de nullijn in 2016, blijft de fitnessmarkt een verdringingsmarkt. De branche wordt sterk geraakt door een aantal maatschappelijke veranderingen. Zo hecht de consument minder aan bezit; hij wil flexibel blijven in zijn keuze om te sporten waar en wanneer hij dit wil. De behoefte om langlopende lidmaatschappen aan te gaan is dus grotendeels verdwenen. Tegelijkertijd is de consument erg kritisch ten aanzien van uitgaven en dus zeer gevoelig voor de stuntprijzen van lowbudgetaanbieders. De consument is enkel nog bereid een meerprijs te betalen voor concepten met een unieke beleving of grote toegevoegde waarde. Voor fitness is echter de perceptie bij de klant ontstaan dat sporten voor een tientje per maand moet kunnen. De markt zal zo steeds verder gedomineerd worden door lowbudgetketens die stunts met de prijs. Bij veel MKB-ondernemingen, zowel in het middensegment als bij de premium clubs, staan de marges structureel onder druk. Het verdienmodel wordt ondertussen steeds kapitaalsintensiever omdat de klant meer beleving, trainingsfaciliteiten en voorzieningen eist. Voor ondernemers blijft het daarom een uitdaging om in te blijven spelen op steeds sneller wijzigende trends en om de consument te binden. Deze trends, in combinatie met een verzadigde markt en dus stevige prijsconcurrentie, leiden tot een negatief sentiment voor 2016.

Vraag naar sportbegeleiding zal stijgen

Voor de langere termijn is de prognose neutraal. Fitness blijft populair in Nederland, waardoor er nog steeds kansen zijn in deze nog relatief jonge branche. Maar de markt zal in toenemende mate gedomineerd worden door de lowbudgetcentra. Om van deze moordende concurrentie weg te blijven en zeker te zijn van een toekomst, is het van belang dat fitnesscentra zich onderscheiden met nieuwe concepten. De vraag naar sportbegeleiding, bewegings- en voedingsadvies zal toenemen, mede ingegeven door het feit dat de burger meer moet betalen voor zijn eigen gezondheid en dus gezonder zal willen gaan leven. Fitnesscentra kunnen zich ontwikkelen tot

het regionale centrum voor preventieve bewegingsactiviteiten en voedingsadvies, onder meer door de samenwerking aan te gaan met lokale zorgverleners.

Lees meer over de kansen voor Fitness in de Zorg in onze [Thema-update](#).

Trends

- Toenemende vraag naar persoonlijke begeleiding en Small Group training;
- Flexibele abonnementen en contracten;
- Toenemende behoefte aan een gezonde levensstijl;
- Opkomst outdoor fitness, bootcamping en body weight training (zonder apparatuur);
- Meer aandacht voor duurzaamheid in het bedrijfsleven, waaronder het aanbieden van bedrijfsfitness voor medewerkers;
- Segmentatie en specialisatie;
- Ketenvorming en als reactie: de opkomst van 'boutique' formules (kleinschaliger, persoonlijk, met meer beleving);
- Integratie fitness, wellness en gezondheidscentra.

Kansen en bedreigingen

- Toenemende vraag naar lowbudgetformules;
- Aanbieden totaalconcept van fitness, recreatie en wellness; aansluiten bij eerste-lijns zorg, aanbieden yoga, meditatie, mindfulness en dieet- en lifestyle adviezen;
- Toenemende vraag naar sportbegeleiding, beweging- en voedingsadvies ingegeven door de systeemwijziging in de zorg waarbij de focus wordt verlegd naar preventie en een gezonde levensstijl;
- Het samenwerken met lokale zorgaanbieders, onder meer gericht op gezondheidsvraagstukken zoals obesitas bij kinderen of dementie bij ouderen;
- Het samenwerken met lokale sportverenigingen om zo het aanbod van activiteiten te differentiëren;
- Het verloop bij de meeste fitnesscentra is hoog. Er is nog steeds te weinig aandacht voor ledenbehoud, marketing en een duidelijke positionering. Dalende lidmaatschapsprijzen maken dat Premium clubs meer waarde moeten creëren om onderscheidend te blijven.

Bedrijf en markt

Markt

Vraag

Fitness is uitgegroeid tot één van de meest beoefende takken van sport onder de (volwassen) bevolking. De laatste jaren is de explosieve groei van de voorgaande decennia tot stilstand gekomen en lijkt verzadiging opgetreden. Zo'n 20% van alle Nederlanders doet aan fitness. Het gaat hierbij om ruim 3 miljoen personen. Ongeveer tweederde is lid van een fitnesscentrum. Jaarlijks brengen wij ruim 200 miljoen bezoeken aan fitnesscentra. Ongeveer 75% van de bezoekers komt gemiddeld minimaal een keer per week. De gemiddelde verblijfsduur in een fitnesscentra is circa 1,5 uur per bezoek. Deelname aan fitness stijgt onder ouderen en onder groepen met een beneden modaal inkomen. Fitness cardio en fitness kracht zijn de meest beoefende activiteiten in een fitnesscentra. (bron: OBiN, Mulier instituut).

Verzorgingsgebied

Het verzorgingsgebied is gemiddeld 18 kilometer rondom het centrum. Gemiddeld woont de fitnessklant niet verder dan vier kilometer van het centrum en bijna de helft woont binnen een straal van twee kilometer. De gemiddelde leeftijd van de deelnemer aan fitness ligt rond de dertig jaar. Er is wel een verschuiving van de leeftijd waarneembaar, omdat meer ouderen gaan fitnessen met ziektepreventie als reden.

Seizoenpatroon

Er is sprake van een seizoenpatroon in de vraag. Topmaanden zijn de maanden oktober tot en met april, met als belangrijke maand januari, omdat veel mensen het goede voornemen hebben om het nieuwe jaar gezond en sportief te beginnen. Sommige centra verliezen in de zomermaanden wel 50% van hun leden. Het recht om een paar maanden rustend lid te zijn voor een minimale contributie stimuleert het blijvend lidmaatschap.

Drie groepen gebruikers

De markt voor fitness is onder te verdelen naar drie groepen gebruikers: particulieren, bedrijven en de medische sector. Particulieren komen vooral voor het plezier of de gezondheid. De bedrijvensector toont een toenemende belangstelling, maar de uitvoering hiervan is nog beperkt. De medische sector gebruikt fitnesscentra voor het behandelen en/of begeleiden van onder meer blessures. Ook kunnen fitnesscentra een rol spelen bij ziektepreventie en bestrijding van overgewicht.

Aanbod

Er zijn ruim 1.650 fitnesscentra in ons land. Daarnaast zijn er ook bedrijven die zich alleen bezighouden met vecht- en krachtsporten. De omvang van het aantal leden kan variëren van nog geen 200 tot wel meer dan 5000 leden. Tweederde van de fitnesscentra wordt nog zelfstandig gerund; Een op de drie fitnesscentra is dus onderdeel van een keten. Het aanbod van fitnesscentra is zeer divers en loopt uiteen van het traditionele krachthonk tot en met sportcentra die naast fitness vaak meerdere tennis-, squash en overige sportbanen hebben. Ook is er onderscheid tussen prijsvechters en high premium clubs met uitgebreide wellness- en zorgfaciliteiten. Verder zijn er ook veel specialisaties te constateren. Zo zijn er centra die zich richten op leisure fitness, fysiofitness (accent op medische begeleiding), bedrijfsfitness, krachtsporten of damesfitness. Daarnaast is er de opkomst van concepten zoals Anytime Fitness (waar je 24 uur per dag sporten) en Train More (hoe vaker je komt hoe goedkoper het wordt).

Omzet

De totale omzet van de branche wordt geschat op circa 1 miljard euro.