

Bijlage 7: Voorbeeld inhoudelijke beschrijving van uw bewegplan

Algemeen	
Project titel	
Opdrachtnemer/ opsteller	
Versie	
Datum	
Project valt binnen	
Looptijd	

Projectleider	
Projectmedewerkers	

Projectopdracht	
<p>Achtergrond / context Wat is het belang van een beweegbeleid voor ouderen in uw woonzorgcentrum?</p>	
<p>Probleemstelling Wat is nu het probleem dat u met dit specifieke beweegplan gaat aanpakken?</p>	
<p>Projectresultaat Wat lever jij op aan het eind van het jaar?(concreet, haalbaar en afdwingbaar)</p>	
<p>Afbakening Wat ga je niet doen? Wat valt buiten het project?</p>	
<p>Stap 1 Is er draagvlak voor uw beweegplan? Waar liggen belangrijke aspecten waar draagvlak moeten zijn voor het beweegplan?</p>	<p>Belang vanuit het management:</p> <ul style="list-style-type: none"> - - <p>Belang vanuit het zorgpersoneel:</p> <ul style="list-style-type: none"> - - <p>Belang vanuit de vrijwilligers:</p> <ul style="list-style-type: none"> - -

	<p>Belang vanuit de cliënt:</p> <ul style="list-style-type: none"> - - <p>Andere belangen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - -
<p>Stap 2: Een werkgroep instellen Wie vormen de werkgroep die aan de slag gaat met het uitvoeren van het beweegplan? Vermeldt u ook hun rol/taak/expertise binnen de werkgroep.</p>	<p>Interne groepsleden:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Activiteitenbegeleidster, taak: onderzoek cliënten. - Vrijwilliger X, taak: ondersteuning bij onderzoek. - Fysiotherapeut, taak: onderzoek kosten meer activiteiten - <p>Externe groepsleden:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Provinciale Sportraad, taak: ondersteuning bij werven van de financiering. - Gemeente, taak: ondersteuning bij wijkgericht denken. -
<p>Stap 3 Doelgroep Op wie richt dit project zich? Wat is hun beweeggedrag op dit moment? En wat zijn de wensen?</p>	<p>Wie is uw doelgroep</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leeftijd - Aantal - Mobiliteit
	<p>Wat is het beweeggedrag van de doelgroep?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hoeveel mensen doen wekelijks mee aan activiteiten? - Hoeveel is inactief?
	<p>Wat zijn de wensen van de doelgroep?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Welke 5 activiteiten zijn gewenst? - Welke aspecten vinden cliënten belangrijk bij een activiteit? - Hoe zijn cliënten te motiveren?
<p>Stap 4 Doelstellingen Wat wilt u bereiken met dit beweegplan?</p>	<p>U wilt meer.... (activiteiten aanbieden aan uw cliënten). U wilt (dat minimaal 40% van uw cliënten deelnemen aan twee beweegactiviteiten in de week).</p>
<p>Stap 5: Samenwerken in uitvoering Wie gaat wat doen? Overzicht van taken en uitvoerende van deze taak.</p>	
<p>Stap 6 Ontwikkelen van een plan. Doorloop nogmaals de vragen die in het stappenplan beschreven staan. Neem die aspecten die van belang zijn op in dit plan.</p>	<p>De volgende aspecten zijn van belang bij de uitvoering van het beweegplan:</p> <ul style="list-style-type: none"> -

<p>Stap 7: Het plan uitvoeren Maak met het takenlijstje een tijdsplanning. In hoeveel tijd wilt u het hele plan uitvoeren? Maak een gefaseerde planning en toets deze na elke fase.</p>	<p>Fase 1: Voorbereiding/ werkgroep (jan. t/m febr.) Fase 2: Onderzoek (feb. t/m mrt) Fase 3: Bewegplan/ activiteiten Fase 4: Organisatie van de activiteiten Fase 5: Werving van deelnemers</p>
<p>Stap 8 Het plan evalueren Wat wilt u gaan evalueren en hoe? Is het doel bereikt?</p>	
<p>Stap 9: Aanpassen en verankeren Welke activiteiten worden gestructureerd opgenomen? Welke punten dienen er aangepast te worden?</p>	