# *Factsheet Urgentie en Betrokkenheid voor bewegen in woonzorgcentra*

## *Inleiding*

*Bij implementeren van bewegen in de eigen organisatie is urgentiegevoel en betrokkenheid van de benodigde disciplines van groot belang. Maar hoe groot is het draagvlak eigenlijk? En hoe werk je aan meer urgentiegevoel en grotere betrokkenheid? Voor antwoorden op deze vragen kan onderstaand model antwoorden geven.*

**Model urgentie en betrokkenheid bij beleid/uitvoering van bewegen**

Veel bewustzijn belang bewegen

Veel disciplines

betrokken

Geen disciplines

betrokken

Geen bewustzijn belang bewegen

**4**

**Uitvoering van start!**

*check: ‘iedereen aangehaakt zoals afspraak?’*

**1**

**Betrek meer disciplines**

*inzet ‘believers’*

*als troef.*.

**2**

**Start bij ‘beweeg-minded’ mensen** *betrek daarna meer disciplines*

**3**

**Investeer in uitwisseling over winst van bewegen**

*(bottom up)*

## Hoe is mijn situatie?

Onderstaande hulpvragen helpen om in te schatten in welk kwadrant jouw organisatie zich bevindt:

Horizontaal:

1. schat in hoeveel disciplines betrokken zijn bij de uitvoering van bewegen voor cliënten (ook in het dagelijkse dingen). *Kies op de horizontale (discipline) lijn de plek waar jouw organisatie zich bevindt.*
2. hoe zit dat bij beleid gericht op bewegen? *wil je nog schuiven op de lijn, dan mag dat.*

Verticaal:

* in welke mate zijn verschillende disciplines zich voldoende bewust van het belang van bewegen en willen daar ook naar handelen? *Kies op de verticale (bewustzijns)lijn waar jouw organisatie zich bevindt. Waar in het kwadrant kom je uit?*

## Wat kan ik doen in welk kwadrant?

**1 Betrek meer disciplines**

In deze situatie is er wel genoeg bewustzijnsgevoel bij een aantal mensen, maar zijn er niet veel disciplines betrokken.

1. Start dan als eerste bij het bedenken welke disciplines noodzakelijk zijn om te betrekken (afhankelijk van het doel over bewegen)
2. Vraag dan mensen die 1) overtuigd zijn van het belang van bewegen en 2) die goed zijn om deze disciplines mee te krijgen in hetgeen wat nodig is om het verhaal aan een bredere groep mensen te vertellen. Deze persoon kan iemand zijn die ook tot dezelfde discipline behoort.

Tips:

* Neem kleine stapjes, laat mensen eerst zelf aan elkaar vertellen waarom ze bewegen wel/niet van belang vinden; voor zichzelf en voor de cliënt. Begin daarna pas over hoe het aan te pakken.
* Laat ze zelf met ideeën en voorstellen komen over hoe aan te pakken; vertellen wat ze moeten doen, leidt vaak tot weerstand.
* Inspiratiesessies werken in dit kwadrant goed. Nodig bijvoorbeeld (collega) organisaties uit die goede voorbeelden kunnen vertellen.

**2 Start bij ‘beweeg-minded’ mensen**

In deze situatie zijn er geen (of weinig) disciplines betrokken en is er ook geen (of weinig) bewustzijnsgevoel.

1. Start dan bij ‘wandelgang’ gesprekken met mensen waarvan je verwacht dat zij overtuigd zijn van het belang van bewegen.
2. Zet deze ‘beweeg- minded’ mensen in om anderen te overtuigen en enthousiast te maken voor het idee of de ideeen (dit hoeft niet perse direct in de volle breedte van de organisatie).

Tips:

* Het is handig dat ‘Beweeg-minded’ mensen de eigenschap hebben om ‘in mogelijkheden denken’ en ook vaak goede ideeën hebben. Dit hoeft niet altijd in de eerste instantie een manager of hoofd te zijn.
* In het enthousiasmeren kunnen cijfers over het belang van bewegen, goede voorbeelden en filmpjes over wat bewegen oplevert van pas komen (bij NISB beschikbaar)

**3 Investeer in uitwisseling over winst van bewegen**

In deze situatie zijn veel disciplines betrokken maar is er geen (of weinig) bewustzijnsgevoel aanwezig bij deze disciplines.

1. Investeer dan in uitwisseling over de winst van bewegen

Tips:

* Vraag goed door over hoe belangrijk men bewegen echt vindt
* Als men overtuigd is van het belang bewegen, evalueer dan de huidige aanpak en vraag of en hoe het beter kan, deze bottom up benadering leidt vaak tot actievere betrokkenheid
* In het enthousiasmeren kunnen cijfers over het belang van bewegen, goede voorbeelden en filmpjes over wat bewegen oplevert van pas komen (bij NISB beschikbaar)

**4 Uitvoering van start!**

1. Houd het gesprek gaande of iedereen zich kan vinden in hoe je de uitvoering hebt afgesproken en neem ook tijd om te evalueren en verbeteringen aan te brengen.