

Sfeerimpressie slotsymposium 'De Krachten Gebundeld!'

Ondersteunen van een gezonde leefstijl van mensen met een verstandelijke beperking

Resultaten van het project

Op 23 april 2021 hebben Kristel en Annelies op het slotsymposium de resultaten vanuit hun onderzoeken gepresenteerd, wil je hier meer over weten? Bekijk dan de [factsheet](#) die hierover gaat.



Kristel

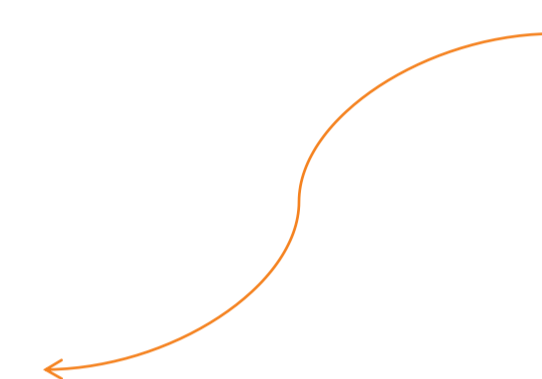


Annelies

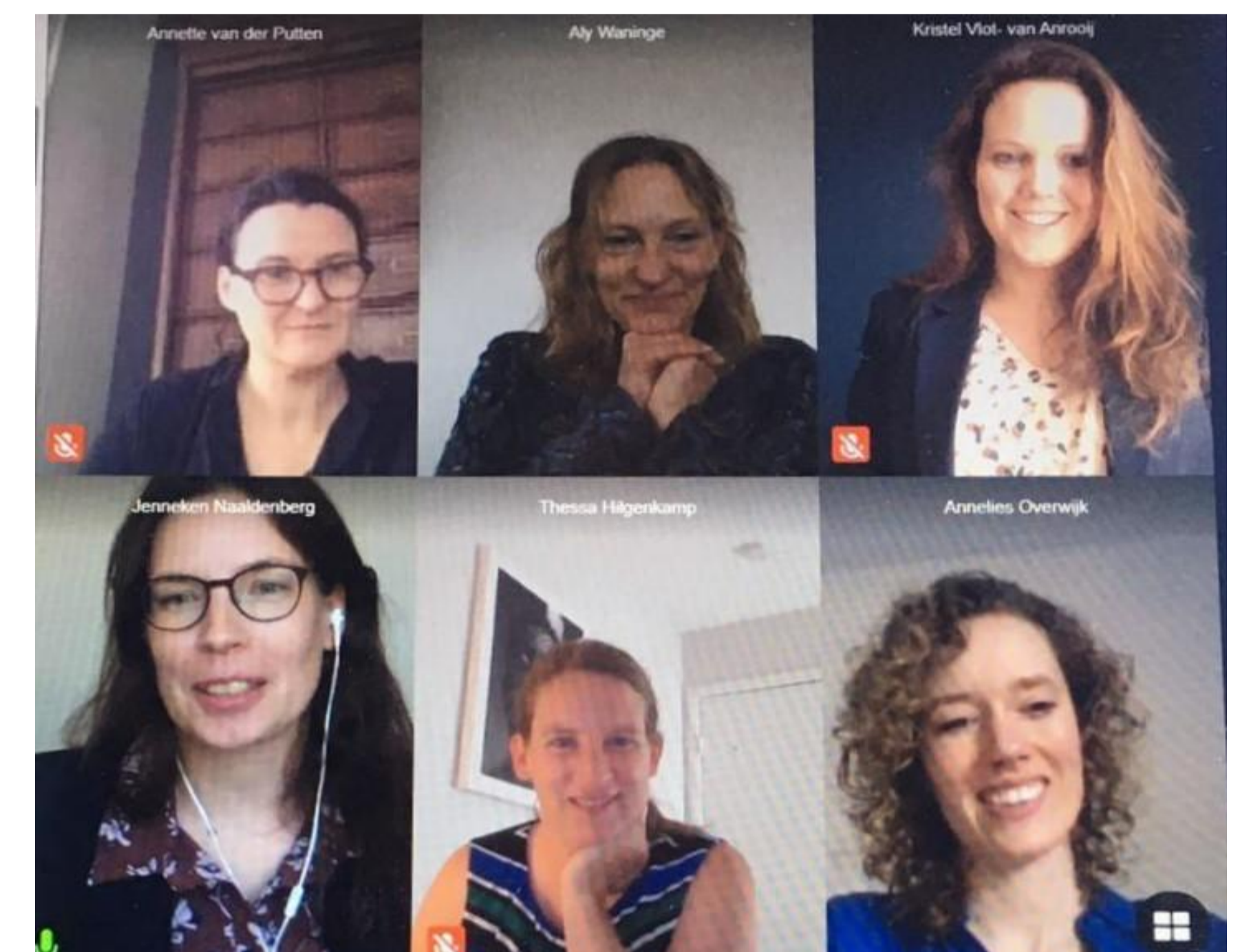
'Aan de slag gaan met een gezonde leefstijl start met: bewustwording.'



Lancering van de projectwebsite



'Mooi hoe jullie niet alleen ingaan op je eigen onderzoek, maar ook echt de verbinding zoeken met partijen die er mee aan de slag kunnen/moeten.'



Een geslaagd slotsymposium!

Het programma was interactief en tussendoor was er tijd om te netwerken. Zowel de deelnemers als de organisatie kijken terug op een geslaagd slotsymposium! Tijdens het symposium is de grote bal waarmee Kristel en Annelies tijdens het [start-event](#) op pad zijn geweest, met een prijsvraag, weer terug gegeven aan het werkveld.

'Waardevol symposium, nu ligt de bal in het werkveld om verder uit te rollen!'

Afronding De Krachten Gebundeld

Het onderzoeksproject 'De Krachten Gebundeld' is nu afgerond.

De praktijkproducten zijn terug te vinden op de [projectwebsite](#). Aan de wetenschappelijke publicaties wordt nog gewerkt. De data van de verdedigingen worden later bekend gemaakt.

'Het zit in kleine stapjes zetten naar een gezondere leefstijl.'

Sfeerimpressie slotsymposium 'De Krachten Gebundeld!' Ondersteunen van een gezonde leefstijl van mensen met een verstandelijke beperking

'Een gezonde leefstijl heeft een enorme impact op mijn dochter, maar ook op ons als gezin.'

Diverse workshops!

Naast de presentatie vanuit het onderzoeksnetwerk van De Krachten Gebundeld zijn er ook verschillende workshops gegeven:

Ontwikkeling omgevingsscan: Hier werd een inkijkje gegeven in de omgevingsscan, maar men kwam ook te weten hoe de scan is ontwikkeld, verder werden er tips gegeven voor het gebruik. Nieuwsgierig? Bekijk de omgevingsscan op de [projectwebsite](#).

Paneldiscussie beleidsrapport: Er is een beleidsrapport geschreven naar aanleiding van de resultaten van het onderzoek. Vanuit verschillende invalshoeken werd er gesproken over hoe een gezonde leefstijl het beste ondersteund kan worden; dit is een zoektocht waarin samenwerking tussen verschillende betrokkenen belangrijk is! Het beleidsrapport wordt nu aangepast, deze wordt voor de zomer beschikbaar gesteld.

Plan-do-check-act: implementatie leefstijlaanpak. Hoe zet je leefstijlinitiatieven duurzaam in? Met behulp van de PDCA cyclus werden de stappen doorlopen die gezet kunnen worden aan de hand van concrete voorbeelden vanuit de dagelijkse praktijk.

Ervaringen met implementatie van producten door Talant. In deze workshop vertelden de leefstijlcoaches van Talant hoe zij de implementatie van de producten van De Krachten Gebundeld tot nu toe hebben ervaren. Ze gingen hierbij in wat er tot nu toe is gedaan en wat daarbij de uitdagingen zijn.

Methodisch handelen door diëtisten. In deze workshop is ingegaan op wat er bij diëtisten speelt bij het methodisch handelen bij mensen met een verstandelijke beperking. Een onderwerp waar diëtisten graag onderzoek naar willen is: ondervoeding. Tijdens de workshop is een praktische vertaalslag gemaakt naar een screeningsinstrument: de PG-SGA.

Voedingsapp: Hoe organiseer je het avondeten op een woongroep of voor een individu zodat dit leuk, lekker en gezond is? Tijdens de workshop is uitgelegd hoe De Kookapp kan helpen bij planning, inkoop en bereiding van de avondmaaltijd.

Leertraject De Krachten Gebundeld. De begeleiding van gezonde voeding en beweging bij mensen met een verstandelijke beperking kan een uitdaging zijn. Het is moeilijk om mensen met een verstandelijke beperking te stimuleren. In deze workshop is een stukje van het leertraject uitgevoerd waarbij werd verteld wat je kunt doen om gezond leven te stimuleren. Aan de slag met het leertraject? Kijk op de [projectwebsite](#).

Supermarkt Safari: tijdens de workshop zijn verschillende onderdelen gedaan uit de Supermarkt Safari. Dit is een interventie die mensen met een licht verstandelijke beperking helpt bij het maken van gezondere keuzes met een laag budget in de supermarkt.

Interprofessioneel opleiden: versterken healthy ageing. In deze workshop werd een inkijkje gegeven in een unieke minor waarbij studenten met verschillende opleidingsachtergronden en –niveaus (MBO, HBO, WO) leren interprofessioneel samen te werken rondom mensen met een verstandelijke beperking en complexe zorgvragen.



Leer over gezond eten en bewegen bij mensen met een matige tot (zeer) ernstige verstandelijke beperking.



Gezond leven
de Krachten Gebundeld

Gemaakt met begeleiders, mensen met een VB, fysiotherapeuten, bewegingswetenschappers, diëtisten, logopedisten, gedragswetenschappers en onderwijsontwikkelaars.

Verder →

Bekijk vanaf nu de [projectwebsite](#) met daarop de praktijkproducten!

Meer weten?

Neem contact met ons op!

Annelies: a.overwijk@pl.hanze.nl of Kristel: kristel.vananrooij@radboudumc.nl

Volg leefstijl onderzoek via de website van het [Kennisplein](#) en [Facebook](#)