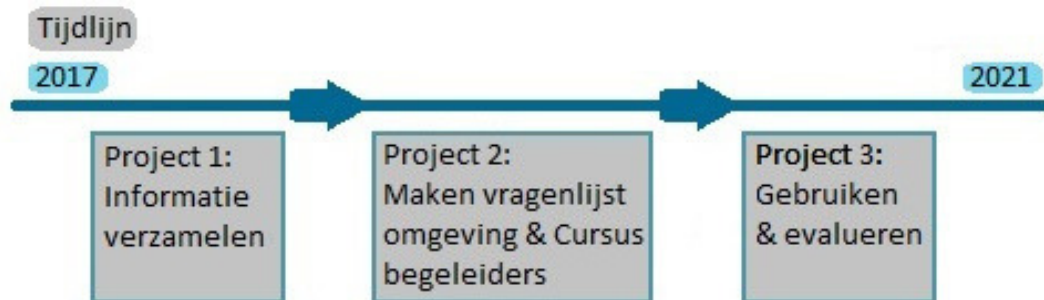


‘De Krachten Gebundeld!’: ondersteunen van een gezonde leefstijl van mensen met een verstandelijke beperking

In deze folder geven we jullie nieuws over het onderzoek 'De Krachten Gebundeld!'. Dit onderzoek wil mensen met een verstandelijke beperking (VB) helpen gezond te leven.

Waar zijn de onderzoekers in Nijmegen en Groningen nu mee bezig?

En wat kunnen jullie binnenkort verwachten?



Project 1 uit Groningen

Meekijken

Eind 2017 en begin 2018 kijken we 3 keer met een camera mee met begeleiders. Bij de dagelijkse bezigheden kijken we hoe begeleiders ondersteunen bij een gezonde leefstijl.

Interviews

Ook vragen we aan begeleiders wat ze nodig hebben om mensen met een verstandelijke beperking (VB) te helpen met gezonde voeding en beweging.



Met deze informatie wordt een cursus ontwikkeld voor begeleiders.

Project 1 uit Nijmegen

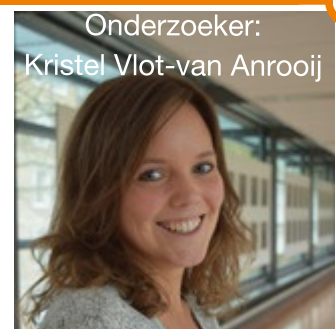
Ideeën verzamelen

We verzamelen ideeën over hoe de gezonde leefomgeving er uit ziet. 41 mensen met ervaring in onderzoek en praktijk denken mee. Er kwamen 100 ideeën.

Deze worden nu gesorteerd door de deelnemers.

Dit geeft ons een goed beeld van wat de gezonde leefomgeving is.

Zo kunnen we met mensen met een VB en hun verwanten praten over dit onderwerp.



Interviews

We praten met mensen met een VB en verwanten over: Welke ondersteuning uit de leefomgeving is nodig om gezond te leven? We starten in het voorjaar van 2018.

Met deze informatie ontwikkelen we een vragenlijst. De vragenlijst laat zien welke hulpbronnen er al zijn en wat nog nodig is voor een gezonde leefomgeving.



Van de co-onderzoekers

Elke maandag werken wij (Henk, Anneke en Kristel) samen aan het onderzoek de Gezonde Leefomgeving.

Waarom doen we dat?

- Co-onderzoekers denken vanuit eigen ervaring en kennis mee. Dit verbetert het onderzoek!
- Samenwerking tussen onderzoekers en co-onderzoekers levert veel op voor iedereen!

Wat doen we samen?

Stappen van onderzoek van tevoren bespreken, voorbereiden en uitvoeren.

Samenwerken met de klankbordgroep (mensen uit de praktijk die meedenken).

Informatie verspreiden over het onderzoek: teksten, filmpjes, blogs en presentaties.

Hoe doen we dat?

Veel samen praten, tekenen, opschrijven en nieuwe hulpmiddelen gebruiken.

Zo hebben we de onderzoeksklok gemaakt die de verschillende fases van onderzoek duidelijk maakt. Een mooi hulpmiddel wat ons geheugensteuntje is!



(co-)onderzoekers:
Kristel, Anneke en Henk



Vragen?

Neem gerust contact met ons op!

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

Volg ons via de website van het Kennisplein en Facebook