

MOVABILITY

Bewegend naar een gezonde leefstijl

Het programma

Movability is een Sociale beweeg- en gezondheidsinterventie voor mensen met een bijstands- of werkloosheidsuitkering, die moeite hebben om te participeren in de samenleving. Dit ten gevolge van psychiatrische- en/of psychosociale problematiek, eventueel met lichamelijke gezondheidsbelemmeringen. Het programma duurt in zijn totaliteit anderhalf jaar waarbij de 0, 1^e en 2^e lijn met elkaar samenwerken waardoor het een unieke interventie is!

Doel programma

Bevorderen van deelname aan de samenleving en een gezonde(re) leefstijl door middel van het inzetten van Sport, Bewegen en (Leefstijl)coaching waardoor de mentale en fysieke belastbaarheid en de kwaliteit van leven vergroot. Hierdoor verbeterd de kans op (vrijwilligers)werk.

Het onderzoek

Verschillende dimensies van de kwaliteit van leven, het uithoudingsvermogen, het gewicht, de mogelijkheid op (vrijwilligers)werk en de tevredenheid is twee keer gemeten. De onderdelen zijn hieronder zichtbaar:



FUNCTIONEREN
FYSIEK



ROLBEPERKING
FYSIEK & EMOTIEEEL



WELZIJN
VITALITEIT & MENTAAL



GEZONDHEID
EIGEN GESCHATTE GEZONDHEID



CONDITIE
UITHOUDINGSVERMOGEN



BODY MASS INDEX
GEWICHT



(VRIJWILLIGERS)
WERK



TEVREDENHEID
IN HET ALGEMEEN

DE RESULTATEN

Deze infographics geven het resultaat weer van de eerste twee groepen die Movability in zijn geheel voltooid hebben.

FUNCTIONEREN

FYSIEK



DE DEELNEMERS ZIJN MINDER BEPERKT IN HET DOEN VAN DAGELIJKSE LICHAAMSVERRICHTINGEN.

ROLBEPERKING

FYSIEK & EMOTIEEEL



DE DEELNEMERS ERVAREN MINDER FYSIEKE EN EMOTIONELE PROBLEMEN OP HET GEBIED VAN WERK EN DAGELIJKSE BEZIGHEDEN.

WELZIJN

VITALITEIT & MENTAAL



DE DEELNEMERS VOELEN ZICH GELUKKIG(ER), ZIJN MINDER VAAK MOE EN HEBBEN MEER ENERGIE.

GEZONDHEID

EIGEN GESCHATTE GEZONDHEID



DE DEELNEMERS VINDEN HUN EIGEN GEZONDHEID TEN OPZICHTE VAN VORIG JAAR VERBETERD.

CONDITIE

UITHOUDINGSVERMOGEN



DE CONDITIE BIJ DE MEERDERHEID VAN DE DEELNEMERS IS VERBETERD!

BODY MASS INDEX

GEWICHT



DE DEELNEMERS ZIJN IN GEWICHT AFGEVALLEN EN LATEN EEN LAGERE BMI ZIEN.

(VRIJWILLIGERS)

WERK



DE DEELNEMERS SCHATTEN HUN EIGEN KANS OP HET VINDEN VAN (VRIJWILLIGERS)WERK HOGER IN, OF ZIJN TIJDENS MOVABILITY AL GESTART MET (VRIJWILLIGERS)-WERK.

TEVREDENHEID

IN HET ALGEMEEN



DE DEELNEMERS ZIJN MEER DAN TEVREDEN MET MOVABILITY!