



Jan Plat

ALO / Bewegingswetenschappen Groningen



Beweging als Warming-up voor Re-integratie
BWR

Ontstaan

29 april 1999

Gedachte voor ontwikkeling BWR:
Gezondheidsproblemen struikelblok
voor werkhervatting Wao-er!

Start project

september 2000

Eindrapport RUG

november 2003

Bewegen Werkt!



Voor wie wordt BWR ingezet?

Gemeente: WWB, Inburgeraars, VSV
UWV: WIA, Wajong

Investeren in gezondheid om geld te besparen:
Meer kans op werk = Minder uitkeringen



Algemene kenmerken deelnemers

- Niet durvers (angst voor... -passief/agressief)
- Fysieke klachten *meer mogelijk dan gedacht*
- Pijnklachten *omgaan met, minder fixatie*
- Mentale klachten *méér rust, zelfvertrouwen*
- Regelmatig onduidelijke uitval bij opleidingen
- Vermoeide indruk, neerslachtige houding
- Angst voor complexe sociale situaties *werk/opleiding*
- Weinig tot geen structuur

		Conditie (ml/ min. kg)	BMI (kg/ m2)	Kracht (kg)
Werkenden	♂	41,5	24,3	108
	♀	38	24,8	62
Uitkerings- gerechtigden*	♂	26,2	26,6	98
	♀	22,3	28,8	57

Doelstelling



Bijdragen aan succesvol traject werkhervatting dankzij het verbeteren van 4 randvoorwaarden

1. Fysieke conditie

Conditie: voldoende bewegen

Vele Nederlanders bewegen te weinig!

Bekend is echter hoe te bewegen om gezondheidsrisico's fors te verlagen en gezondheid te verbeteren:

5 keer 30 min. per week matig intensief

Norm CBS/TNO '99 en doel van FL@SH campagne NISB i.o.v ministerie VWS



Conditie: voldoende bewegen

Slechts 20% haalt deze norm!

Onze doelgroep nog minder

Daardoor meer kans op gezondheidsproblemen
en een lagere fysieke en mentale belastbaarheid



Doelstelling



Bijdragen aan succesvol traject werkhervatting dankzij het verbeteren van 4 randvoorwaarden

1. Fysieke conditie
2. Structuur dagindeling
3. Sociale interacties
4. Algeheel welbevinden (mentale conditie / zelfvertrouwen)

= doorbreken bestaande leeftrends



De methodiek



Intake

Testen en vragenlijsten
Sportarts en docent

Actief met

Sport en bewegen (20 leergangen)
Leefstijltraining (infomap en dagboek)
Werknemersvaardigheden



Evaluatie

Tussentijds (aansluiting keten)
Effectmeting



Voorbeeld inhoud

Film Deventer



Inbeddingsmogelijkheden

Los product met klantmanager gemeente als regisseur

Onderdeel van integrale re-integratie aanpak

Onderdeel van 'work first' aanpak

Diagnose instrument

Onderdeel ACT aanpak jongeren

Directe koppeling aan werkgever

Eerste stap in kader van activering

.....



Werkzame bestanddelen

- Langdurig en intensieve begeleiding
- Groepsgewijze aanpak met differentiatiemogelijkheden
- Een focus op mogelijkheden en het uitbouwen daarvan
- Duurzame gedragsverandering door combinatie doen, voorlichting en bewustwording
- Aandacht voor 'warme overdracht' vervolg binnen de keten

Kritische succesfactoren

- Goede voorlichting vooraf
- Heldere rolverdeling begeleiders
- Warme overdracht
- Heterogene samenstelling groep (dempt weerstand uit)
- Voldoende deelnemers
- Beweeg- en sportfaciliteiten
- Goede begeleider (ALO)
- Geld
- Verplicht stellen met consequenties (?!)





Resultaten

- 90 gemeenten, UWV, werkgevers
- 37 plaatsen
- 70 docenten LO (loondienst)
- 3000 deelnemers per jaar

Waar komt men terecht:

- 75% baat bij BWR als opstap richting werk/andere activiteiten
- 4% geen baat bij BWR vanwege motivatieklachten of fraude
- 21% gaat als gevolg van BWR zorgtraject in



Reacties deelnemers

Film Enschede



Vragen?