



arteveldehogeschool

LID VAN DE ASSOCIATIE UNIVERSITEIT GENT

ACTIEF@thuis

Het onderzoek

Kwalitatieve procesevaluatie:

RESULTATEN

Algemeen gaven alle deelnemers aan:

- overwegend positief resultaat
- tevreden met hun deelname
- participatie en zelfredzaamheid ↗



Kwalitatieve procesevaluatie:

RESULTATEN

90% van de deelnemers voert zich fitter

80% voelt zich meer zelfzeker

70% voelt zich sterker

90% voelt zich beter in hun vel

60% heeft minder schrik om te vallen

80% voelt zich stabiel op de benen

70% voelt zich leniger

Kwalitatieve procesevaluatie:

RESULTATEN

50% van de deelnemers duidde de ideale score aan van 11 of 12 op de RPE-schaal, wat betekent: voldoende zware training (38% redelijk zwaar, 8% zeer zwaar, 4% zeer licht)

95% vond oefeningen aangenaam, goed gevarieerd en zinnig

87% voelt de trainingen niet aan als overbelastend.

Kwalitatieve procesevaluatie:

RESULTATEN

Voor het programma		Na het programma	
Belemmerende factoren: <ul style="list-style-type: none"> - Privacy van woning (24%) - Tijdsgebrek (19%) - 3 keer trainen per week (28%) - Geen (29%) 	Motiverende factoren: <ul style="list-style-type: none"> - Steun van familie (28%) - Trainer die aan huis komt (40%) - Fysisch meer aankunnen (32%) 	Belemmerende factoren: <ul style="list-style-type: none"> - Privacy van woning (9%) - Tijdsgebrek (17%) - 3 keer trainen per week (26%) - Geen (48%) 	Motiverende factoren: <ul style="list-style-type: none"> - Steun van familie (17%) - Trainer die aan huis komt (48%) - Fysisch meer aankunnen (35%)

Kwalitatieve procesevaluatie:

in de loop van het programma een sterke daling is op vlak van belemmerende factoren (van 50% naar 29%)

Bij de start 24%: de privacy van de woning als belemmering.
Einde: slechts 9%

Dit kunnen we linken aan de motiverende factor: de trainer die aan huis komt

62% kiezen om alleen te trainen omdat er niemand in de buurt kan meedoen, betere en veiligere één op één begeleiding

(19%)

3 keer trainen per week (28%)

Geen (29%)

erende

ren:

Stevig van familie

Kwalitatieve procesevaluatie:

Individuele verhalen

Ik doe terug
zelf de
boodschappen

Ik durf me zonder
rollator/rolstoel
/stok te verplaatsen

Ik heb een
hogere
participatie en
zelfredzaamheid
verkregen

Ik neem
opnieuw deel
aan
activiteiten in
LDC

Functionele
taken verlopen
vlotter

Ik ga nu
lunchen in het
LDC

Ik ben
opnieuw
ingeschreven
voor een
hobby

Ik kleed me
opnieuw van
's morgens
aan

Even terugblikken





arteveldehogeschool

LID VAN DE ASSOCIATIE UNIVERSITEIT GENT

PWO ACTIVE-AGE@home

*Functionele oefeningen
voor thuiswonende
kwetsbare ouderen*

Patricia.devriendt@arteveldehs.be

