

Evaluatierapport

'Een interactieve geluidsboog voor gezamenlijke en individuele beweging'



Over de ervaringen met 10 Sona geluidsbogen bij zorginstellingen



Mede mogelijk gemaakt door:

FONDS SLUYTERMAN VAN LOO
OUDERENPROJECTEN



Inhoudsopgave

	Pag.
Samenvatting	3
Hoofdstuk 1: Omschrijving project	5
1.1 Aanleiding van het project	5
1.2 Opzet van het project	5
1.3 De Sona geluidsboog	8
Hoofdstuk 2: Opzet evaluatieonderzoek	9
2.1 Opzet van de evaluatie	9
2.2 Doelen	10
2.3 Implementatie	11
2.4 Start van het project	11
Hoofdstuk 3: Bevindingen	12
3.1 Algemene bevindingen	12
3.2 Doelen Sona geluidsboog, senioren, zorginstellingen	14
3.3 Doelen ontwikkeling Sona geluidsboog	16
3.4 Doelen proces Sona geluidsboog	17
3.5 Bevindingen ten aanzien van de plekken waar de Sona geluidsboog staat	18
3.6 Bevindingen ten aanzien van de begeleiders	19
3.7 Bevindingen ten aanzien van het proces van het project	22
3.8 Bevindingen ten aanzien van de Sona geluidsboog zelf	24
3.9 Bevindingen ten aanzien van fysieke of sociale activiteit	26
3.10 Bevindingen ten aanzien van de werkdruk	27
3.11 Bevindingen ten aanzien van de veiligheid	27
3.12 Bevindingen ten aanzien van de financiering	27
Hoofdstuk 4: Tips en kansen	29
Bijlagen:	31
A. Succesfactoren – Yalp	31
B. Nieuwsbrieven	32

Samenvatting

Tussen november 2013 en mei 2014 zijn in het kader van het project 'Een interactieve geluidsboog voor gezamenlijke en individuele beweging' bij 10 zorglocaties interactieve Sona geluidsbogen neergezet. In het najaar van 2015 is geëvalueerd hoe het gebruik van de Sona geluidsboog zich heeft ontwikkeld. In deze evaluatie zijn dus twee periodes met mooi weer meegenomen. Aan de hand hiervan is in dit evaluatierapport een viertal tips opgenomen.



Tijdens de looptijd van het project is de Sona geluidsboog doorontwikkeld op basis van de wensen van gebruikers. De belangrijkste ontwikkelingen: er zijn vele nieuwe muziekjes toegevoegd, enkele nieuwe spellen zijn ontwikkeld, het tempo waarin spellen gespeeld worden is per locatie instelbaar, de stem van Olga Commandeur geeft de aanwijzingen/instructies. Dankzij deze aanpassingen is de boog steeds beter gaan passen bij de doelgroep.

Gedurende de looptijd van dit project is in totaal 1720 uur gebruik gemaakt van deze 10 bogen. Als er eenmaal bewogen wordt, is er veel enthousiasme en plezier. Dit geldt zowel voor senioren die in de zorginstelling wonen, als voor kinderen uit de buurt.



Tegelijkertijd bleek het weerbarstig om mensen te verleiden tot deelname. Betrokkenen in dit project geven aan dat het lastig kan zijn om de doelgroep überhaupt 'in beweging' te krijgen. Beeldvorming dat de boog te kinderachtig is, leeft vooral bij mensen die de boog niet gebruiken, maar ook bij zorgverleners. Bij de meeste locaties is het onvoldoende gelukt dat een hele groep mensen zich verantwoordelijk voelde voor het gebruik van de boog. Te vaak bleek het stimuleren van het gebruik afhankelijk van één of twee enthousiaste beroepskrachten. Die waren er op iedere locatie, vandaar de vele gebruiksuren.

Het project liep in een periode waarin in alle betrokken huizen en hun organisaties heel veel veranderde. Er was hierdoor onder andere een groot personeelsverloop in de lokale projectgroepen, maar op de meeste locaties zijn ook de eindverantwoordelijke managers veranderd. Uit de evaluaties per locatie is gebleken dat die locaties waar verhoudingsgewijs meer 'organisatorische rust' was, de boog meer is gebruikt dan op locaties met meer onrust. Op basis hiervan verwachten wij dat het gebruik overal nog verder omhoog kan.

In de praktijk is de boog door mensen met dementie meer gebruikt, dan door somatische en revaliderende bewoners. Het intuïtieve karakter van de spellen ligt hieraan ten grondslag, alsmede minder gêne ten aanzien van toeschouwers. Het feit dat op diverse locaties ook regelmatig kinderen gebruik maken van de geluidsboog zorgt ook voor plezier en contact.

De plek waar de boog staat, heeft ook invloed op het gebruik, zo blijkt bij deze 10 bogen. Teveel in het zicht veroorzaakt gêne bij de ouderen, te ver uit het zicht dat de boog minder 'meegenomen' wordt bij activiteiten.

Kortom, ouderen en kinderen die de boog gebruiken, hebben hier veel plezier aan en bewegen volop tijdens het gebruik van de boog. Er liggen nog veel kansen dat de geluidsboog bij deze locaties, maar ook bij nieuwe locaties meer en beter gebruikt gaat worden.

De vier tips om dit voor elkaar te krijgen die in het evaluatierapport genoemd worden, zijn:

1. Besteed meer aandacht aan implementatieprocessen.
2. Durf los te laten.
3. Laat je meer leiden door de lach en het plezier dat mensen hebben.
4. Laat niet te veel projecten tegelijk lopen.

In het evaluatierapport wordt in 30 pagina's één en ander toegelicht. Als bijlage bij het evaluatierapport zitten 4 nieuwsbrieven die in de loop van het project verspreid zijn.



Hoofdstuk 1: Omschrijving project 'een interactieve geluidsboog voor gezamenlijke en individuele beweging'

1.1 Aanleiding van het project

Senioren die in zorginstellingen wonen, bewegen weinig. Dat blijkt uit diverse onderzoeken, waaronder een onderzoek dat TNO in 2011 verrichtte in opdracht van het ministerie van VWS, onder de titel "Preventief bewegen in instellingen in de ouderenzorg".

Uiteraard hebben veel bewoners¹ door hun leeftijd, alsmede door lichamelijke en psychische gebreken een begrenzing in hun beweegmogelijkheden. Toch is er nog veel winst te halen door het meer opzoeken van hun mogelijkheden. Verhoudingsgewijs brengen de meeste bewoners te veel tijd zittend door, zonder uitgedaagd te worden meer te bewegen. Helaas is voor veel bewoners hierbij verveling regelmatig aan de orde. Dat is jammer, want bewegen heeft veel voordelen, zoals:

- ✓ Het zorgt voor een sterker lichaam.
- ✓ Het zorgt voor een betere cognitie en een beter functioneren van de hersenen.
- ✓ Het zorgt voor plezier, contact en ontmoetingen.

Binnen de intramurale ouderenzorg zijn drie bewonersgroepen te onderscheiden:

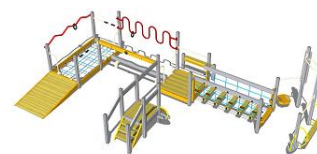
- Somatiek
- Revalidatie
- Psychogeriatric (dementie)

Alle drie deze groepen hebben hun eigen kansen en beperkingen als het gaat om bewegen. De grote overeenkomst is dat plezier voor alle drie deze groepen een prima aanjager kan zijn voor bewegen.

Ook voor thuiswonende senioren heeft bewegen vergelijkbare voordelen. Ook voor hen geldt dat de spieren versterkt worden en dat (groepsgewijs) bewegen een bron is voor sociale contacten.

Vanaf het voorjaar van 2009 is er een project gestart rond het inzetten van speciaal ontwikkelde Design For All (DFA) speel- en beweegtoestellen bij zorginstellingen. In het kader van dat project zijn destijds op 8 locaties dergelijke toestellen neergezet.

Dit project is in 2012 positief geëvalueerd. Zowel bewoners van betrokken zorginstellingen, als senioren uit de buurt bleken meer te zijn gaan bewegen. Samen plezier maken, bleek de sleutel tot succes. De voordelen van dit project zijn binnen de sector goed gecommuniceerd, waardoor er inmiddels meer dan 100 van dergelijke toestellen bij zorginstellingen staan en worden gebruikt. Ook verlaagt de aanwezigheid van het toestel de drempel voor kinderen om bij oma en/of opa op bezoek te gaan. Geïnspireerd door de positieve ervaringen, maar ook vanuit een *drive* om te innoveren, gebruik makend van hedendaagse technologie, is het idee ontstaan voor een nieuw beweegproject. Dit keer met de Sona geluidsboog.



¹ Bij dit project bestond de doelgroep zowel uit bewoners van de zorginstellingen, als mensen die daar deelnemen aan dagbehandeling en dagbesteding. Voor de leesbaarheid van dit rapport wordt de term 'bewoners' gebruikt voor deze volledige doelgroep.

De Sona geluidsboog is van origine ontwikkeld voor gebruik door kinderen. Daar is hij zeer succesvol. De Sona geluidsboog staat op 125 sport- en spellocaties, waarvan 72 in Nederland. Daar is het vaak het meest gebruikte toestel. Met behulp van een online verbinding met de Sona kan worden uitgelezen hoe vaak de boog actief gebruikt wordt en welke spellen het meest populair zijn.

De eigenschappen van dit interactieve toestel maken het naar verwachting ook heel geschikt voor gebruik door senioren en mensen met een zorgvraag. Hierbij gaat het om eigenschappen als:

- Muziek/geluid is verleider tot bewegen.
- Het interactieve karakter.
- De vlakke vloer, waardoor de geluidsboog ook zeer geschikt is voor mensen die slecht ter been zijn.



Vanwege het succes van de Sona geluidsboog in Nederland wordt die inmiddels ook naar vele andere landen geëxporteerd, nog steeds vooral voor kinderen. In juli 2012 is in Finland een Sona geluidsboog naast een zorginstelling geplaatst. Binnen een paar weken was die

zeer populair onder de bewoners om samen plezier te maken en beweegoefeningen te doen. Tot slot is op deze plek vermeldenswaardig, dat één van de Sona geluidsbogen in Nederland geplaatst is bij de biovakantieparken in Arnhem en één bij revalidatiecentrum Het Roessingh. Hier maken ook kinderen in rolstoelen gebruik van de geluidsboog. Dit kan mede door de vlakke vloer.

1.2 Opzet van het project

Dementie

Voor één specifieke groep wordt verwacht dat het gebruik van de Sona geluidsboog van zeer toegevoegde waarde is, namelijk mensen met dementie. Passiviteit hoort bij dit ziektebeeld. Terwijl bewegen voor hen nog beter is, omdat bewegen remmend werkt op het dementeringsproces. Uit onderzoeken en ervaringen is bekend, dat muziek op mensen met dementie een bijzondere uitwerking heeft. Gevoeligheid voor muziek blijft tot ver in het dementieproces aanwezig. De verwachting is dan ook dat de muziek kan helpen om de passiviteit te doorbreken en hen op die manier te verleiden tot samen bewegen. Ook het buiten bewegen is voor hen extra positief. Mensen met dementie lopen een verhoogd risico op depressiviteit. Bewegen en buitenlucht werken hierbij zowel preventief als genezend.

Verwachtingen

In navolging van de ervaringen met de DFA toestellen, is de afgelopen twee jaar in dit project getest in welke mate de Sona geluidsboog ook op het buitenterrein van zorginstellingen geplaatst en gebruikt kan worden. De verwachtingen waren dat de volgende hoofdeffecten zouden optreden:

- Zowel bewoners van de zorginstellingen als senioren uit de wijk gaan collectief beweegoefeningen doen. Dit versterkt hen, zowel fysiek als mentaal/sociaal.
- Intramuraal wonende senioren komen in de regel relatief weinig buiten. Het toestel daagt hen uit om vaker naar buiten te gaan, met alle positieve effecten van dien.

Doordat de toestellen bij zorginstellingen staan, werd er aan het begin van het project ook nog een aantal indirecte extra neveneffecten verwacht:

- Kleinkinderen zullen makkelijker bij opa en oma op visite komen, omdat zij gebruik kunnen maken van de speeltoestellen die er staan.
- Woonzorgcomplexen zullen meer een integraal onderdeel van de wijk worden.
- Doordat de senioren uit de wijk hun bijbehorende kopje koffie in de zorginstelling komen drinken, is de kans dat zij als vrijwilliger ook allerlei hand- en spandiensten in de zorginstelling gaan verrichten groot.

'Een interactieve geluidsboog voor gezamenlijke en individuele beweging' was een gezamenlijk project van een aantal organisaties:

- De toestellen zijn geplaatst bij locaties, waar mensen met dementie en somatische klachten verblijven/ tijdelijk komen voor dagbehandeling, van de volgende zorgorganisaties:

1. Zorggroep Apeldoorn e.o. – locatie Randerode
2. ZuidOostZorg – locatie Neibertilla
3. Zorgcentrum De Posten
4. Stichting Groenhuysen – locatie Kroonestede
5. Stichting Groenhuysen – locatie De Zellebergen
6. Opella – locatie De Stolpe²
7. Florence – locatie Houthaghe
8. Malderburch
9. HilverZorg – locatie Zonnehoeve
10. Suffene – locatie St. Elisabeth

In het projectplan worden 11 toestellen genoemd, maar helaas is plaatsing in Breda niet doorgegaan.

- Yalp, als leverancier en ontwikkelaar van de toestellen.
- DAZ, als adviseur en verzorger van de communicatie en evaluatie van het project.

Zorggroep Apeldoorn e.o. functioneerde als penvoerder van dit project.

Fonds NutsOhra en Fonds Sluyterman van Loo maakten dit project als subsidieverstrekking mogelijk. Zij subsidieerden de helft van de aanschafkosten van de bogen, alsmede de overkoepelende projectkosten. Alle overige kosten droegen de organisaties zelf.

Zoals in de aanleiding van het onderzoek ook al beschreven staat, is de Sona geluidsboog geplaatst bij deze zorgorganisaties om bewoners in beweging te krijgen. Niet op therapeutische basis, maar om bewegen op een leuke en gezellige manier te stimuleren.

Terugkijkend op de afgelopen twee jaar kunnen we stellen dat dit project heeft plaatsgevonden tijdens een periode met de meeste veranderingen in de zorg in de afgelopen decennia. De effecten hiervan zijn in de evaluaties op verschillende momenten naar voren gekomen en komen terug in dit rapport.



² Deze locatie is inmiddels verhuisd. Er wordt nu besloten wat er met de Sona geluidsboog gaat gebeuren die nog op de 'oude' plek staat.

1.3 De Sona geluidsboog

De Sona geluidsboog

Deze geluidsboog is enkele jaren geleden ontwikkeld door het Nederlandse bedrijf Yalp. De geluidsboog is een interactief speel- en beweegtoestel. Het werkt als volgt:

- Onder een grote boog met een diameter van 5 meter, zit een vloer met allemaal gekleurde vlakken, alsmede vlakken voorzien van cijfers.
- Bovenin de boog zit een geavanceerde camera die bewegingen waarneemt.
- Muziek is de kern van de Sona.
- De Sona is geschikt voor buiten.
- Lage gebruiksdrempel; als iemand op de vloer onder de Sona stapt, kan er meteen begonnen worden met spelen.
- Geschikt voor grotere groepen.
- De Sona is erg veilig omdat er een vlakke vloer onder ligt.
- Door te drukken op een knop wordt een spel gestart en volgt een korte speluitleg.
- De geluidsboog bevat meerdere spellen. Wordt er nogmaals op dezelfde knop gedrukt, dan start een ander spel. Vóór de start van dit project, bevatte de Sona geluidsboog 9 spellen. Doordat alle Sona's online zijn en er steeds nieuwe spellen ontwikkeld worden, blijft de Sona steeds vernieuwend. Nu, na afloop van de projectperiode, bevat de Sona 11 spellen (10 aparte spellen en 1 uitbreiding). Veel van de bestaande spellen zijn aangepast aan de wensen van de doelgroep.
- Bij ieder spel worden opdrachten uitgesproken. Bijvoorbeeld: de boog geeft een rekensommetje: $2 + 3$ is.... Degene die het spel speelt, moet nu naar het juiste vak springen. Indien goed, volgt een complimentje en een volgende som.
- Ook zijn er spellen die met muziek werken. Bij het spel 'Stoelendans' bijvoorbeeld moet er groepsgewijs gedanst worden op muziek. Stopt de muziek, dan moet je meteen stil staan. De boog roept om wie er nog bewoog, door het noemen van het nummer van het vak waar diegene op staat. Dit is vergelijkbaar met het traditionele spel stoelendans.
- Ook kan worden ingesteld dat bij het onder-doorlopen van de boog automatisch een spel gestart wordt.



Hoofdstuk 2: Opzet evaluatieonderzoek

2.1 Opzet van de evaluatie

De evaluatie is uitgevoerd aan de hand van:

1. **Interviews** met de projectleiders, leden van de projectgroep, medewerkers (activiteitenbegeleiders, beweegagogen en fysiotherapeuten) en deelnemers die gebruik hebben gemaakt van de Sona geluidsboog. Tijdens de evaluatie is het niet gelukt om familie te spreken te krijgen.

Gedurende de looptijd van het project hebben wij door middel van een vragenlijst twee tussentijdse evaluaties gedaan. Deze vragenlijsten hebben wij per e-mail opgestuurd naar de projectgroepen op de diverse locaties. Hierdoor konden DAZ en Yalp tijdens de uitwisselingsbijeenkomsten ingaan op de specifieke vraagstukken van de locaties. Deze tussentijdse evaluaties zijn ook meegenomen in de eindevaluaties.

De interviews zijn gedaan aan de hand van **een vragenlijst** die is opgesteld op basis van de doelstellingen die zijn benoemd in het projectplan. Later in dit rapport worden de doelstellingen besproken.

2. **Observaties** van deelnemers die gebruik maakten van de Sona geluidsboog en de begeleiders van die activiteit.

De observatiedoelen voor de gebruikers:

- Hoe reageren de gebruikers op het bewegen onder de Sona geluidsboog?
- Hoe reageren mensen op elkaar als er in groepsverband bewogen wordt onder de Sona geluidsboog?
- Welke spellen zijn populair en welke niet? Waarom?

De observatiedoelen voor de begeleiders:

- Hoe gaat de begeleider om met de Sona geluidsboog?
- Hoe is de interactie tussen de begeleider en gebruiker(s) van de Sona geluidsboog?
- Welke vaardigheden heeft een begeleider laten zien om de activiteit succesvol te laten verlopen?
- Hoe biedt de begeleider de spellen aan bij de gebruiker(s)?

Alle interviews, groepsgesprekken en observaties in het kader van deze evaluatie zijn namens DAZ uitgevoerd door Daphne Mensink, Hester Blok en Gerdine Timmerman, met behulp van bovengenoemde vragenlijst, door een bezoek aan alle locaties die deelnemen aan het project.

2.2 Doelen

In het projectplan is een aantal **doelen** geformuleerd:

Doelen Sona geluidsboog, senioren en zorginstellingen:

1. 11 Sona geluidsbogen worden bij zorginstellingen op het buitenterrein geplaatst en gebruikt.
2. Senioren die in zorginstellingen wonen met plezier laten bewegen.
3. Senioren onder elkaar, maar ook samen met andere generaties in beweging krijgen.
4. Senioren in zorginstellingen gaan meer bewegen, waardoor zij:
 - a) Fysiek sterker worden
 - b) Mentaal/sociaal sterker worden
5. Senioren die thuis wonen in de wijk met plezier laten bewegen, waardoor zij:
 - a) Fysiek sterker worden
 - b) Mentaal/sociaal sterker worden
6. Mensen die in de zorginstellingen wonen, komen door het gebruik van de Sona geluidsboog meer buiten.
7. Kleinkinderen komen makkelijker bij opa en oma op visite, omdat zij gebruik kunnen maken van de speeltoestellen die er staan.
8. Woonzorgcomplexen worden meer een integraal onderdeel van de wijk.
9. Doordat de senioren uit de wijk hun bijbehorende kopje koffie in de zorginstelling komen drinken, is de kans dat zij als vrijwilliger ook allerlei hand- en spandiensten in de zorginstelling gaan verrichten, groot.
10. Door het gebruik van muziek bij de Sona geluidsboog kan de passiviteit van mensen met dementie doorbroken worden.

Doelen ontwikkeling Sona geluidsboog:

1. 5 nieuwe spellen worden ontwikkeld, gericht op senioren en mensen met dementie.
2. Er wordt ander soort muziek ontwikkeld voor de Sona geluidsboog, passend bij de wensen van de gebruikers.

Doelen proces Sona geluidsboog:

1. Per locatie waar het toestel komt te staan, zal een lokaal plan van aanpak worden opgesteld. Vaste elementen hierin zijn:
 - Hoe dagen wij bewoners van de zorginstelling uit om van de toestellen gebruik te maken? Met wie wordt daarvoor samengewerkt?
 - Hoe zorgen wij dat het gebruik van het toestel zo veilig mogelijk gebeurt?
 - Een communicatieplan, ook met de buurt.
2. Er wordt een gezamenlijke startbijeenkomst georganiseerd waarin het toestel zal worden uitgelegd: wat zijn de diverse mogelijkheden.
3. Er wordt een tweetal bijeenkomsten georganiseerd gedurende het project om ervaringen met elkaar uit te wisselen.
4. Per kwartaal zal er een digitale nieuwsbrief uitkomen met daarin ervaringen en reportages van activiteiten rond de toestellen.
5. Er zal aandacht zijn voor het verzorgen van publiciteit in de (vak)media over het gebruik van beweegtoestellen bij zorginstellingen.
6. Per locatie stelt een lokale trekker/projectleider een kort eindrapport op met de resultaten. Dit rapport is gekoppeld aan het plan vooraf.

2.3 Implementatie

Bij de verdere opzet van het project is er bewust voor gekozen om niet met een standaardmodel van implementatie te werken. Zo was iedere locatie vrij om een eigen plan van aanpak en fasering te hanteren. Reden hierachter was, dat hierdoor zoveel mogelijk uiteenlopende ervaringen kunnen worden opgedaan en bovendien goed kan worden aangesloten bij lokale wensen.

Bij de meeste betrokken zorgorganisaties was de keuze om mee te doen met dit project een keuze van de directie. De periode tot ingebruikstelling werd binnen de meeste locaties gebruikt om meer draagvlak te krijgen, een lokale projectleider aan te wijzen, een projectgroep op te zetten en de begeleiders te werven en op te leiden.

2.4 Start van het project

Op 19 november 2013 is het project 'Een interactieve geluidsboog voor gezamenlijke en individuele beweging' van start gegaan. Een medewerker van Yalp is alle locaties langs gegaan om advies te geven over plaatsing en uitleg te geven aan de medewerkers die aan de gang gingen met de Sona geluidsboog. De uitleg bestond uit de technische uitleg van het toestel 'hoe werkt het' en daarnaast de uitleg van de spellen. Bij een aantal feestelijke openingen van de bogen is Olga Commandeur aanwezig geweest. Zij heeft mensen in beweging gezet om met de Sona geluidsboog aan de gang te gaan.



Hoofdstuk 3: Bevindingen

Dit hoofdstuk is een weergave van wat er tijdens de evaluatiegesprekken en observaties naar voren is gekomen. In paragraaf 3.1 beschrijven we de algemene bevindingen. Dit zijn de kernpunten die zijn opgevallen. In de paragrafen 3.2 tot en met 3.4 bespreken we de doelen die in het projectplan zijn geformuleerd. In de daarop volgende paragrafen gaan we wat dieper in op factoren die tijdens dit project een belangrijke rol hebben gespeeld.

3.1 Algemene bevindingen

Op alle locaties is tijdens de evaluaties naar voren gekomen dat de meningen over de Sona geluidsboog erg verdeeld zijn. Het blijkt zeer persoonsafhankelijk te zijn of iemand wel of niet enthousiast is over de boog. Dit geldt zowel voor bewoners als voor familie, medewerkers en vrijwilligers. Het valt wel op dat iedereen, dus bewoners én de mensen er omheen, zeer veel plezier heeft als er eenmaal onder de boog bewogen wordt. Het proces om daartoe te komen, kent vaak wat obstakels.

Het is erg afhankelijk van het enthousiasme en de aanpak van de persoon die activiteiten onder de Sona geluidsboog initieert, of bewoners wel of niet meedoen. Deze medewerkers en vrijwilligers hebben de ervaring dat ze er veel energie in moeten steken en dat ze soms bewoners moeten 'overhalen' om mee te doen. Op de meeste locaties wordt benoemd dat bewoners met dementie makkelijker mee gaan onder de Sona geluidsboog dan mensen die er op somatische grondslag wonen. Dit heeft deels te maken met de uitstraling en het imago van de Sona geluidsboog, maar het zelfbeeld van de verschillende typen bewoners en de benadering van de betreffende medewerkers spelen ook een hele grote rol. Dit ligt erg in lijn met de ervaringen rond andere activiteiten: een groot deel van de medewerkers heeft de ervaring dat het vaak überhaupt hard werken is om de doelgroep 'in beweging' te krijgen.

Statistieken³:

- In totaal heeft de Sona geluidsboog gedurende het project op alle locaties samen voor **1720 uur** speelplezier gezorgd. Dit is gemiddeld ongeveer een middag per week.
- De top 5 van locaties waar de boog de meeste uren gedraaid heeft:

1. Zorggroep Apeldoorn en omstreken – locatie Randerode	388 uur
2. Opella – locatie De Stolpe	255 uur
3. Groenhuysen – locatie Kroonestede	220 uur
4. Florence – locatie Houthaghe	215 uur
5. De Posten en Malderburch	beide 178 uur

³ Deze statistieken zijn vooral bedoeld als globaal beeld van het aantal uren speelplezier. Het is een optelsom van de gebruiksuren tijdens de volledige looptijd van het project. Hier is niet uit af te leiden wie de gebruikers zijn. Een kanttekening is ook dat er locaties zijn waarbij de boog pas in een later stadium geplaatst is.

Een aantal algemene bevindingen rond *het gebruik van de Sona geluidsboog* bij zorginstellingen is:

- De Sona geluidsboog staat bij alle zorginstellingen in de buitenruimte, maar op hele verschillende soorten plekken. Bij de ene locatie staat de boog aan de 'voorkant', midden in de wijk, duidelijk zichtbaar voor iedereen. Bij andere locaties staat de boog volledig afgeschermd in een binnentuin, waar alleen enkele huiskamers zicht op hebben. De plek waar de Sona geluidsboog staat, blijkt veel invloed te hebben op de beleving van de gebruiker.
- De software (spellen) op de Sona geluidsboog heeft gedurende de projectperiode grote veranderingen doorgemaakt. Er zijn specifieke aanpassingen gedaan voor de doelgroep (senioren, maar soms ook aanpassingen specifiek voor mensen met dementie). Deze veranderingen zijn op alle locaties zeer positief ontvangen en hebben grote invloed gehad op het gebruik.
- De betrokken medewerkers ervaren moeite om bewoners te laten bewegen en dit geldt ook bij de Sona. Ze vinden het soms moeilijk om mensen 'over te halen'. De ervaring leert dat het bij mensen met dementie het beste gaat en dat dit de grootste groep gebruikers is. Mensen die op somatische grondslag in de betreffende zorginstelling wonen, zijn in de ogen van de medewerkers niet zo enthousiast over de Sona.
- Het daadwerkelijk onder de Sona een activiteit gaan doen met mensen (met of zonder dementie) is voor een groot gedeelte afhankelijk van de affiniteit, kennis en vaardigheid van de begeleider.
- Op de meeste locaties lopen de leden van de projectgroep er tegenaan dat hun collega's lastig écht enthousiast te krijgen zijn, waardoor (de verantwoordelijkheid voor) het gebruik van de Sona op de schouders van één of twee mensen neerkomt.
- Het weer heeft veel invloed op het gebruik van de Sona geluidsboog. Op de meeste locaties heeft men wel geprobeerd om bij alle weertypen de Sona te gebruiken, maar bewoners vinden het snel te koud of te warm. Hierbij speelt wel de vraag hoe de activiteit dan ingeleid en gebracht wordt door de betreffende medewerker(s).
- Op veel plekken is de geluidsboog vanuit de directie geïnitieerd, maar heeft er daarna een 'wisseling van de wacht' plaatsgevonden. Hiermee viel op verschillende locaties een enthousiasmerende leidinggevende weg, waardoor de implementatie moeilijker werd.

Uit het evaluatiegesprek bij Groenhuysen – De Zellebergen:

"Sinds de Sona geluidsboog bij ons geplaatst is, is er veel veranderd op onze locatie. Er zijn collega's weggegaan en anderen voor in de plaats gekomen, we hebben een andere locatiemanager en ook het type bewoners is veranderd. Eigenlijk was er niemand meer die vanaf het begin bij de Sona betrokken was geweest. Al deze factoren maakten het voor ons lastig om dit project voort te zetten zoals we het eigenlijk graag wilden."

Een aantal algemene bevindingen rond *de beleving van de Sona geluidsboog* is:

- Deelnemers die de Sona geluidsboog eenmaal gebruiken, vinden het vaak erg leuk. Dit betreft dan vooral mensen met dementie. Ze zingen mee met de bekende liedjes en hebben plezier in de bewegingen. Het feit dat de stem van Olga Commandeur hen hierbij stimuleert, speelt een grote rol.

- In de evaluatiegesprekken gaven de medewerkers aan, dat bewoners die op somatische grondslag in de zorginstelling wonen en ook enkele bewoners met dementie, over het algemeen vinden dat de Sona een kinderachtige uitstraling heeft. Dit vormt voor hen een drempel om onder de Sona geluidsboog te gaan bewegen.
- Uit de evaluaties met medewerkers blijkt ook dat een groot deel van de bewoners het niet gewend is om vrij buiten te bewegen en dit ook meer iets voor kinderen vindt.
- De boog is makkelijk in het gebruik en intuïtief ingericht.
- Het komt weleens voor dat de camera niet goed registreert en bijvoorbeeld bewegingen door schaduwen ook meeneemt. Dan haken zowel deelnemers als begeleiders snel af.
- Kinderen vinden de Sona geluidsboog erg leuk. De locaties waar de geluidsboog voor kinderen makkelijk toegankelijk is, ervaren ook dat er meer kinderen op het terrein komen. Bewoners beleven veel plezier aan het kijken naar de spelende kinderen.

In de volgende paragrafen zijn deze algemene bevindingen verder uitgewerkt.

3.2 Doelen Sona geluidsboog, senioren, zorginstellingen

Doelstelling 1

Sona geluidsbogen worden bij zorginstellingen op het buitenterrein geplaatst en gebruikt. Tijdens dit project zijn er uiteindelijk 10 Sona geluidsbogen geplaatst bij zorginstellingen op het buitenterrein. Een 11^e zat wel in het vat, maar dit is uiteindelijk om diverse financiële redenen niet doorgegaan.

Doelstelling 2:

Senioren die in zorginstellingen wonen met plezier laten bewegen.

Het is heel duidelijk dat bewegen onder de Sona geluidsboog veel plezier oplevert. Dit was tijdens verschillende bezoeken aan de locaties (tijdens uitwisselingsbijeenkomsten en evaluatiebezoeken) duidelijk te zien. De mensen die deelnamen, hadden een lach op hun gezicht en waren vrolijk. Dit is ook wat in de



diverse gesprekken met medewerkers, vrijwilligers en bewoners naar voren kwam. Zoals al eerder benoemd in dit rapport, levert de gang naar de Sona geluidsboog toe wel problemen op. Als men er echter eenmaal is en beweegt met de spellen, levert dat veel plezier op.

Doelstelling 3

Senioren onder elkaar, maar ook samen met andere generaties in beweging krijgen.

Uit eigen initiatief gaan senioren, zowel bewoners als mensen uit de wijk, niet makkelijk onder de Sona geluidsboog bewegen. Als het initiatief vanuit medewerkers komt, zoals activiteitenbegeleiders of fysiotherapeuten, dan wordt er wel groepsgewijs bewogen onder de boog. Ook de aanwezigheid van (klein)kinderen heeft een stimulerende werking. Op meerdere locaties ziet men dat opa's en oma's hun kleinkinderen vaak naar de Sona geluidsboog laten gaan om daar te spelen. Ze doen ook wel eens zelf mee, maar vaker laten

ze de kinderen spelen en kijken ze zelf toe. Dit levert wel veel plezier op voor beide partijen en werkt zo dus verbindend tussen de generaties.

Doelstelling 4

Senioren in zorginstellingen gaan meer bewegen waardoor zij:

- 1) *Fysiek sterker worden*
- 2) *Mentaal/sociaal sterker worden*

Tijdens alle evaluatiegesprekken is naar voren gekomen dat de beoogde doelgroep niet méér is gaan bewegen door de aanwezigheid van de Sona geluidsboog. Het aantal beweegmomenten is niet groter geworden dan voordat de Sona geluidsboog geplaatst werd. Op meerdere plekken is de Sona een onderdeel van een groter geheel, zoals een beweegtuin, waardoor het een deel wordt van een bredere beweegactiviteit.

Doelstelling 5

Senioren die thuis wonen in de wijk met plezier laten bewegen.

- 1) *Fysiek sterker worden*
- 2) *Mentaal/sociaal sterker worden*

Er zijn weinig senioren uit de wijk die naar de Sona geluidsboog komen. Vooral bij de locaties waar de boog niet in het zicht staat (maar bijvoorbeeld in een binnentuin), is er geen aanloop van mensen uit de wijk. Dit geldt voor 7 van de 10 bogen. De 3 locaties waar de geluidsboog wel in het zicht staat, ervaren dat kinderen steeds de sturende factor zijn. Senioren uit de wijk komen dan wel, maar bijvoorbeeld met oppaskinderen. Zonder kinderen gaan senioren uit de wijk niet uit zichzelf onder de Sona bewegen.

Doelstelling 6

Mensen die in de zorginstellingen wonen, komen door het gebruik van de Sona geluidsboog meer buiten.

We kunnen niet zeggen dat mensen puur door de Sona meer buiten komen. Het is meestal een extra onderdeel van wat er buiten al was. Wat op meerdere locaties wel naar voren kwam, is dat bewoners kinderen makkelijk mee naar buiten nemen (of andersom) om onder de Sona te gaan spelen. Vaker 'laten' ze de kinderen zelf spelen dan dat ze ook daadwerkelijk meedoen. Bewoners beleven hier wel veel plezier aan.

Doelstelling 7

Kleinkinderen zullen makkelijker bij opa en oma op visite komen, omdat zij gebruik kunnen maken van de speeltoestellen die er staan.

Er zijn locaties waar duidelijk meer kinderen op het terrein komen, dan voordat er een speeltoestel stond. Het is niet goed te meten of kleinkinderen ook daadwerkelijk makkelijker op visite komen, maar het is wel duidelijk dat (klein)kinderen in het algemeen erg enthousiast zijn over de Sona.

Doelstelling 8

Woonzorgcomplexen zullen meer een integraal onderdeel van de wijk worden.

Woonzorgcomplexen die al onderdeel van de wijk waren, zijn dat met de Sona nog steeds. De geluidsboog vormt daar een extra aantrekkingskracht, vooral voor kinderen. Het is daar duidelijk een



visitekaartje naar de wijk. Woonzorgcomplexen die nog niet echt onderdeel waren van de wijk, zijn dat na de plaatsing van de Sona geluidsboog niet méér geworden. Dit is deels te verklaren door het al eerder genoemde imago van de Sona (als toch een toestel voor kinderen) en deels waarschijnlijk door de cultuur in Nederland die niet gericht is op gezamenlijk bewegen in de buitenlucht, zeker niet voor de generatie waar de doelgroep van dit project toe behoort. Wellicht is dit voor volgende generaties anders.

Doelstelling 9

Doordat de senioren uit de wijk hun bijbehorende kopje koffie in de zorginstelling komen drinken, is de kans dat zij als vrijwilliger ook allerlei hand- en spandiensten in de zorginstelling gaan verrichten groot.

Dit is uit de evaluatiegesprekken en uitwisselingsbijeenkomsten niet naar voren gekomen. Senioren in de wijk zijn nauwelijks méér betrokken geraakt bij de zorginstelling door de aanwezigheid van de Sona.

Doelstelling 10

Door het gebruik van muziek bij de Sona geluidsboog kan de passiviteit van mensen met dementie doorbroken worden.

In alle evaluatiegesprekken is dit inderdaad teruggekomen. Het is heel duidelijk dat de muziek op de Sona geluidsboog erg goed werkt voor mensen met dementie. Tijdens de observaties was ook duidelijk te zien dat de spellen onder de Sona waar muziek in zit, mensen met dementie het meeste aanspreken. Verschillende vormen van communiceren werden makkelijker en passiviteit werd inderdaad doorbroken. Ook hierbij geldt wel dat het sterk afhankelijk is van hoe de begeleiders zich opstellen en hoe ze de activiteit aanpakken.

3.3 Doelen ontwikkeling Sona geluidsboog

Doelstelling 1

Nieuwe spellen worden ontwikkeld, gericht op senioren en mensen met dementie.

Tijdens het project heeft Yalp de volgende aspecten ontwikkeld:

1. Spellenspeciaal voor ouderen
 - a. Stoelendans (met extra lange muziknummers als laatste toevoeging dit jaar).
 - b. Danswedstrijd (met extra lange muziknummers als laatste toevoeging dit jaar).
 - c. Codekraker (geheugenspel).
 - d. Moeilijker rekenspel Rekenen.
 - e. Bewegen met Olga (daar is heel veel feedback in verwerkt zoals de wens van langere nummers, bekendere muziek, voorbeeld oefeningen, etc.).
 - f. Rijm spel (nog in ontwikkeling, moet nog met Olga worden opgenomen).
2. Tempo instelling: het tempo van de Sona kan worden aangepast aan de doelgroep. De spellen zijn hier ook stuk voor stuk op aangepast (ook de oude).
3. Nieuwe stem. De oude stem van de Sona bleek ongeschikt voor de doelgroep (qua articulatie, snelheid, drukte). Alles is opnieuw opgenomen met de stem van Olga Commandeur.
4. Nieuwe muziek. Er is nu een muziekbestand van 70 nummers.
5. Er is een speciale kersteditie gemaakt. Dit was een heel leuk idee van HilverZorg.
6. Er is een spel-handleiding samengesteld, om begeleiders meer uitleg en houvast te geven.

7. Maandelijks zijn de statistieken doorgestuurd, om bewegen op de Sona te stimuleren.

Doelstelling 2

Er wordt ander soort muziek ontwikkeld voor de Sona geluidsboog, passend bij de wensen van de gebruikers.

Gedurende het project heeft ontwikkelaar Yalp aan de hand van de evaluaties de muziek op de Sona geluidsboog aangepast. Zie de genoemde punten hierboven.

3.4 Doelen proces Sona geluidsboog

Doelstelling 1:

Per locatie waar het toestel komt te staan, zal een lokaal plan van aanpak worden opgesteld.

Vaste elementen hierin zijn:

- *Hoe dagen wij bewoners van de zorginstelling uit om van de toestellen gebruik te maken? Met wie wordt daarvoor samengewerkt?*
- *Hoe zorgen wij dat het gebruik van het toestel zo veilig mogelijk gebeurt?*
- *Een communicatieplan, ook met de buurt.*

Door de verschillende locaties is op diverse manieren een plan van aanpak gemaakt. Onder andere Zorggroep Apeldoorn e.o. en Florence hebben gekozen voor een plan van aanpak specifiek voor de Sona geluidsboog. Bij bijvoorbeeld HilverZorg is de Sona onderdeel van een breder plan van aanpak voor de hele tuin die daar is aangelegd. Tijdens de georganiseerde uitwisselingsbijeenkomsten zijn ook voortdurend plannen gemaakt en aangepast, net als in diverse (projectgroep)overleggen en vergaderingen.

Doelstelling 2:

Er wordt een gezamenlijke startbijeenkomst georganiseerd waarin het toestel zal worden uitgelegd, wat zijn de diverse mogelijkheden.

Deze startbijeenkomst heeft plaatsgevonden op 19 november 2013.

Doelstelling 3:

Er wordt een tweetal bijeenkomsten georganiseerd gedurende het project om ervaringen met elkaar uit te wisselen.

Na de startbijeenkomst op 19 november 2013, zijn er twee uitwisselingsbijeenkomsten georganiseerd op 23 juni 2014 en 14 april 2015. In paragraaf 3.7.2 is daar meer over te lezen. Op 1 oktober 2015 vond de slotbijeenkomst plaats. In totaal zijn er in plaats van twee dus vier bijeenkomsten georganiseerd, omdat duidelijk werd dat deze bijeenkomsten essentieel waren voor het uitwisselen van kennis en ervaringen, maar ook om inspiratie en nieuw enthousiasme op te doen voor op de eigen locatie.



Doelstelling 4:

Per kwartaal zal er een digitale nieuwsbrief uitkomen met daarin ervaringen en reportages van activiteiten rond de toestellen.

In totaal is er 4x een nieuwsbrief uitgekomen. In die nieuwsbrieven zijn vooral de tips uit de digitale evaluaties en uitwisselingsbijeenkomsten gecommuniceerd. Daarnaast zijn de locaties door middel van statistieken geïnformeerd over hoe vaak de Sona geluidsboog gebruikt werd per week.

Doelstelling 5:

Er zal aandacht zijn voor het verzorgen van publiciteit in de (vak)media over het gebruik van beweegtoestellen bij zorginstellingen.

Bij de start en plaatsing van de toestellen is rond de meeste locaties de lokale pers goed ingezet. In plaatselijke krantjes, maar ook in de eigen 'instellingsmedia' is veel aandacht geweest voor de Sona geluidsboog. Het betrekken van Olga Commandeur bij een aantal van deze openingen bleek een goede zet te zijn en trok extra aandacht. Ook in vakliteratuur is er aandacht voor geweest, vooral rond de start van het project. Het magazine OudFit, speciaal voor beweegfunctionarissen in de ouderenzorg, heeft gedurende het project in meerdere edities berichten geplaatst over de Sona geluidsboog. In de nieuwsbrieven en sociale media-kanalen van Olga Commandeur, Yalp en DAZ is er ook voortdurend aandacht geweest voor de Sona geluidsboog. Rond dit evaluatierapport worden de media ook opgezocht.

Doelstelling 6

Per locatie zal een lokale trekker/projectleider een kort eindrapport opstellen met de resultaten. Dit rapport is gekoppeld aan het plan vooraf.

Gedurende het project is ervoor gekozen om tweemaal tussentijdse evaluatieformulieren te laten invullen en opsturen. Deze evaluatieformulieren zijn meegenomen in de eindevaluaties die door DAZ op de locaties zijn uitgevoerd. Op het moment van schrijven heeft er alleen bij De Posten nog geen eindevaluatie plaatsgevonden, maar onze observaties en de tussentijdse evaluaties hebben wij hierbij wel kunnen gebruiken.

Observatie Zorggroep Apeldoorn e.o.:

Tijdens één van de evaluatiemomenten werd een bewoonster (een jonge vrouw met dementie) helemaal enthousiast en zei: "Oh, ik heb vroeger heel vaak gedanst samen met mijn man". Zij danste onder de Sona geluidsboog samen met andere bewoners, nam bewoners die fysieke problemen hadden bij de arm en danste samen met hen. Meerdere bewoners vertelden vervolgens dat zij vroeger gedanst hadden. Het werd een leuk gesprek over dansscholen en de herinneringen daaraan.

3.5 Bevindingen ten aanzien van de plekken waar de Sona geluidsboog staat

Het is heel duidelijk dat de plek waar de Sona geluidsboog geplaatst is bij de betreffende zorginstelling, veel invloed heeft op het gebruik ervan. Er zijn twee soorten plekken te onderscheiden:

1. In de buitenruimte van de zorginstelling, in het zicht van bewoners in de wijk (3 van de 10 bogen).
2. In een afgeschermd buitenruimte van de zorginstelling, 'verdekt opgesteld' (7 van de 10 bogen).

Aan beide soorten plekken zitten voor- en nadelen.

3.5.1 De Sona geluidsboog in het zicht van bewoners in de wijk.

Het voordeel van een zichtbare Sona geluidsboog bij de zorginstelling is dat er aanloop ontstaat. Bewoners uit de wijk kennen de boog en vooral kinderen komen er op af. Dit creëert leven op het buitenterrein, waar bewoners van de zorginstelling plezier aan beleven.

Medewerkers geven aan dat een nadeel van een goed zichtbare plek is, dat bewoners zich bekeken voelen als ze onder de Sona geluidsboog bewegen. Dit is ook uit enkele observaties van bewoners naar voren gekomen. Hiermee vormt de plek dus een drempel om zelf te gaan bewegen, terwijl het tegelijkertijd plezier oplevert door de kinderen die op de Sona afkomen.

3.5.2 De Sona geluidsboog op een afgeschermd plek.

Uit het evaluatiegesprek bij Groenhuysen – De Zellebergen:

“Bij ons staat de Sona geluidsboog als enige toestel in de tuin. Misschien zou het goed zijn om er nog meer een beweegtuintje van te maken, zodat de Sona opgenomen kan worden in een circuit.”

Medewerkers geven aan dat het voordeel van de Sona op een afgeschermd plek is, dat bewoners minder snel gêne ervaren om eronder te gaan bewegen. Op de meeste ‘afgeschermd’ plekken geldt echter dat de medebewoners alsnog uitzicht hebben op de boog, waarmee het gevoel bekeken te worden dus toch voor een deel blijft. Een nadeel van de Sona op een afgeschermd plek is, dat mensen uit de wijk de boog niet kennen. Er komen dus ook geen kinderen op af.

3.6 Bevindingen ten aanzien van de begeleiders

In dit project zijn er 2 categorieën begeleiders te beschrijven, namelijk:

1. De professionele begeleiders.
2. De informele begeleiders.

3.6.1 Professionele begeleiders

Uit de interviews blijkt dat de professionele begeleiders die werken met de Sona geluidsboog verschillende achtergronden kennen. De meesten zijn geschoold als fysiotherapeut, bewegingsagoog of activiteitenbegeleider. De opleidingsachtergrond van de begeleiders heeft invloed op het gebruik van de Sona geluidsboog. In de praktijk blijkt dat de meeste fysiotherapeuten de Sona geluidsboog niet inzetten bij de behandelingen die zij geven. Zij zien de Sona niet als hulpmiddel bij de behandeling van bewoners. Op twee locaties gebeurt dit wel af en toe. De activiteitenbegeleider, verzorgende en bewegingsagoog steken in op bewegen vanuit de sociale context.

Overall kun je aangeven dat de afgelopen twee jaar vooral de volgende disciplines bewoners



hebben begeleid onder de Sona geluidsboog:

- activiteitenbegeleiders
- beweegagogen
- fysiotherapeuten

Bij hoge uitzondering is de Sona geluidsboog door *verzorgenden* gebruikt. Factoren die daarbij spelen, zijn:

- Verzorgenden hebben hun prioriteiten op een ander vlak liggen, namelijk zorg verlenen.
- Verzorgenden zijn zich (nog) niet of onvoldoende bewust van het belang van bewegen en wat dat uiteindelijk kan opleveren voor de bewoners.
- Verzorgenden geven aan dat zij geen tijd kunnen vrij maken voor de Sona geluidsboog. Dit alles heeft te maken met de werkdruk die medewerkers (terecht of onterecht) ervaren en met de tijd/ruimte die zij krijgen van hun leidinggevende om zulke innoverende projecten te implementeren.

Het speelt duidelijk ook mee welk beeld de begeleiders zelf van de Sona geluidsboog hebben. Tijdens de observaties en evaluatiegesprekken bleek dat als iemand zelf de Sona eigenlijk niet zo leuk of kinderachtig vindt, het dan heel moeilijk is om bewoners wel te motiveren. De vaardigheden én de perceptie van de begeleider spelen dus een hele grote rol.

Vaardigheden begeleider Sona geluidsboog

Uit de evaluatie zijn de volgende vaardigheden, die van belang zijn voor de begeleiders die bewoners begeleiden onder de Sona geluidsboog, naar voren gekomen:

- Kennis van de spellen (welke spellen zijn er, wanneer zet ik welk spel in, maar bovenal: hoe kan ik de spellen zo gebruiken dat ze aansluiten bij mijn doelgroep?)

Observatie:

*Bij Groenhuysen - Kroonestede wordt de Sona geluidsboog ingezet door de **wandelclub**. De warming-up en cooling-down worden onder de boog gedaan. Op deze manier is het spel vanuit de Sona aangepast aan de gebruikers en heeft het meer een specifiek doel gekregen.*

*Op andere locaties is het gebruik van bijvoorbeeld een **bal**, **pittenzakjes** of **ballonnen** onder de geluidsboog ook succesvol gebleken.*

- De begeleider moet affiniteit hebben met de Sona geluidsboog. Als de begeleider zelf enthousiast is en dit ook uitstraalt, gaan bewoners makkelijker mee dan wanneer iemand zelf ook een drempel ervaart. Er is dus ook een zekere mate van vrijheid nodig; ongegeneerd 'gek doen' werkt heel goed.
- De begeleider moet *out of the box* kunnen denken. Tijd is een belangrijke factor. Medewerkers geven aan dat zij niet altijd genoeg tijd en vrijwilligers hebben om met de bewoners naar buiten te gaan en een activiteit te doen onder de Sona. De vraag is: kan de Sona geluidsboog ook een onderdeel zijn van een groter doel? Bewegen en plezier hebben met elkaar.
Een voorbeeld: één van de medewerkers gaf aan dat zij maar een uur heeft voor een bepaalde activiteit. "En dan moet ik ook nog de mensen hierheen brengen, stoelen
-

klaarzetten en mensen wegbrengen. Dus dat wordt hem niet!” Vervolgens werd benoemd dat zij ook kan uitgaan van het feit dat de activiteit al in de huiskamer

- begint. De mensen lopen dan naar de geluidsboog, daar wordt twintig minuten bewogen en dan weer terug lopen naar de huiskamer. Mensen zijn dan een uur in beweging. “Oh ja”, gaf de medewerkster aan, “zo kan het natuurlijk ook”.
- De begeleider moet in staat zijn om de groepsdynamiek te begeleiden. Dit vraagt om rust, creativiteit, enthousiasme en durven loslaten.

Uit het evaluatiegesprek bij Malderburch:

“Je moet zelf heel vrij zijn en ‘gek’ durven doen om mensen uit deze doelgroep te stimuleren.”

3.6.2 Informele begeleiders

In het projectplan staat beschreven dat ook vrijwilligers en familieleden betrokken zouden zijn bij de Sona geluidsboog.

Familie

Bij veel organisaties is de Sona geluidsboog onder de aandacht gebracht bij de familieleden door:

- De Sona tijdens familieavonden te benoemen
- De Sona in nieuwsbrieven te vermelden
- Flyers te maken en rond te delen

Familie is op de meeste locaties nauwelijks betrokken bij de Sona geluidsboog. De familieleden die op de locatie komen, komen daar meestal met een specifiek doel: de was doen, helpen met eten, wandelen. Zij hebben het als mantelzorgers vaak al druk met wat er ‘moet’. In de evaluatiegesprekken kwam naar voren dat het daardoor erg moeilijk is om familie te stimuleren om de Sona geluidsboog meer te gebruiken. De (klein)kinderen vormen hier een uitzondering op, omdat die weinig aansporing nodig lijken te hebben. De minimale betrokkenheid van de familie zal ook te maken hebben met hoe de Sona geluidsboog door de medewerkers wordt gebruikt en wordt gepositioneerd. Als bijvoorbeeld verzorgenden ook regelmatig iets met de Sona doen, zal dit naar verwachting de familie ook meer enthousiasmeren en stimuleren.

Vrijwilligers

Tijdens de evaluatiegesprekken is er niet met vrijwilligers gesproken. Vrijwilligers zijn nauwelijks betrokken bij de Sona geluidsboog. Er is op de meeste locaties wel moeite voor gedaan, maar men liep tegen een aantal dingen aan:

- Jonge, fitte vrijwilligers zijn lastig te vinden. In sommige gevallen waren deze er wel aan het begin van het project, maar zijn ze gedurende de twee jaar weggegaan.
- De vrijwilligers die er wel zijn, hebben regelmatig zelf lichamelijke of mentale beperkingen.
- De meeste vrijwilligers voelen zich niet vrij genoeg om onder de Sona geluidsboog te bewegen. Er is een soort lef voor nodig om ‘gek’ te doen met de bewoners en dit is niet voor iedereen weggelegd.

- Ook bij vrijwilligers is het imago van de Sona geluidsboog van belang. Vaak hebben zij de indruk dat het vooral een toestel voor kinderen is.

Bij veel organisaties wordt aangegeven dat het vinden van vrijwilligers lastig is en dat de vrijwilligers vaak ook ouder zijn en 'dus' moeite met een apparaat zoals de Sona. Steeds blijft de vraag tijdens de evaluaties; is dat beeldvorming en worden vrijwilligers al vanuit die gedachtegang benaderd? Of wordt het hen ook daadwerkelijk gevraagd?

Tips ten aanzien van vrijwilligers:

- Laat vrijwilligersvacatures opstellen specifiek voor de Sona door een vrijwilligerscoördinator van de organisatie. Hij of zij heeft contacten, kent mensen en kan daar wellicht sneller in schakelen dan een afdeling/dagbehandeling zelf.
- Spreek duidelijke tijden en dagen af met de vrijwilliger.
- Geef goede instructies, investeer daarin tijd, dat levert je later tijd op!
- Verbreed je horizon ten aanzien van vrijwilligers, ga met gemeenten in gesprek over mensen die een WW-uitkering en afstand tot de arbeidsmarkt hebben. Laat je niet afremmen doordat iemand er dan maar 3 maanden is, dan is de Sona wel intensief gebruikt die 3 maanden en wordt het belang op een afdeling/huiskamer ervaren en (wellicht) sneller opgepakt.

3.7 Bevindingen ten aanzien van het proces van het project

Tijdens de evaluatie is het proces van het project besproken met de desbetreffende personen. De volgende onderdelen kwamen daarbij aan de orde:

- 1) Implementatie in de zorgorganisatie.
- 2) De bijeenkomsten georganiseerd door DAZ, in samenwerking met Yalp.
- 3) De ondersteuning door Yalp.
- 4) De ondersteuning door DAZ.

3.7.1 Implementatie in de zorgorganisatie.

In een aantal evaluatiegesprekken kwam naar voren dat de mensen die uiteindelijk met de Sona geluidsboog moesten gaan werken, het gevoel hadden niet betrokken te zijn geweest bij het beslissingsproces om de geluidsboog aan te schaffen. Dit heeft er daar toe geleid dat er een gevoel ontstond van 'ermee opgezadeld' te zijn. Het valt ook op dat deze medewerkers nu vaak andere ideeën hebben over de uiteindelijke plek waar de Sona is komen te staan en over of de Sona geluidsboog überhaupt passend is bij de bewoners. Op locaties waar de medewerkers op de werkvloer wel het gevoel hadden vanaf het begin betrokken te zijn geweest, lijkt er meer draagvlak te zijn.

Bij de meerderheid van de locaties is er gewerkt met een projectgroep waarbij 1 iemand de kartrekker was. Wat daarbij is opgevallen, is dat de kartrekker een belangrijke rol heeft in dit gehele implementatieproces. Op meerdere locaties lijkt de projectgroep meer een klankbordgroep geworden te zijn. Er wordt veel overlegd en bedacht, maar de daadwerkelijke actie komt vaak op de schouders van één of twee personen neer, meestal de

kartrekker. Op de locaties waarbij de Sona geluidsboog op dit moment het meeste gebruikt wordt, heeft de kartrekker de volgende eigenschappen:

- Is zelf enthousiast over de Sona geluidsboog, ziet de meerwaarde van de inzet ervan.
- Kan andere mensen enthousiasmeren.
- Krijgt/neemt tijd en krijgt steun van het management om zulke projecten te begeleiden.
- Kan 'out of the box' denken.

Uit het evaluatiegesprek bij HilverZorg:

“We hebben op verschillende manieren geprobeerd om collega’s uit de zorg bij de Sona geluidsboog te betrekken. We hebben speciale Sona-activiteiten georganiseerd voor collega’s, extra uitleg, één-op-één gesprekken om ze enthousiast te maken, maar ik merk dat het toch moeilijk is om hier echt effect mee te bereiken.”

3.7.2 De bijeenkomsten georganiseerd door DAZ en Yalp

Er zijn in totaal vier bijeenkomsten georganiseerd waarbij alle deelnemers aan het project zijn uitgenodigd. Het begon met een startbijeenkomst in november 2013, waarbij kennismaking en implementatie centraal stonden. Hierbij waren nog niet alle locaties aanwezig, omdat ze nog niet allemaal in beeld waren. In juni 2014 en april 2015 zijn twee



uitwisselingsbijeenkomsten georganiseerd, ook met medewerking van Olga Commandeur. Hierbij zijn vooral veel ervaringen uitgewisseld rond het gebruik van de Sona: Hoe maken we bewoners enthousiast? Hoe krijgen we onze collega’s mee? Hoe gaan we om met het weer? Wat moet er met de spellen op de Sona gebeuren om ze beter te laten aansluiten? Tijdens deze bijeenkomsten hebben de verschillende locaties ook inzicht gekregen in hoeveel de Sona gebruikt werd. Op 1 oktober 2015 heeft de

slotbijeenkomst plaatsgevonden, waar, naast de presentatie van dit rapport, ook ruimte was om door te praten over de borging: Hoe gaan we zorgen dat de Sona een rol blijft spelen in het beweegaanbod op de locaties? Wat hebben we van elkaar nodig? Hoe blijven we met elkaar in contact?

Naar aanleiding van de verschillende bijeenkomsten zijn in totaal vier digitale nieuwsbrieven gemaakt en verspreid door DAZ, met het idee dat deze op de locaties ook op papier beschikbaar kwamen voor alle geïnteresseerden. Uit de evaluatiegesprekken en observaties kwam naar voren dat men na deze bijeenkomsten en ontvangst van de nieuwsbrieven weer erg enthousiast verder ging met het project. Het zorgde voor extra inspiratie en nieuwe ideeën om weer in praktijk te kunnen brengen. Hierdoor blijkt dat een externe impuls erg belangrijk is. Men vond de bijeenkomsten goed georganiseerd en heel waardevol. Een aandachtspunt is wel dat het voor sommige mensen steeds erg ver reizen was. Dit is voornamelijk te wijten aan het feit dat de 10 locaties verspreid liggen over het hele land. Er is geprobeerd om steeds een redelijk centraal punt te kiezen, maar dan was het voor enkele deelnemers alsnog ver weg.

3.7.3 De ondersteuning door Yalp

Yalp heeft vóór plaatsing van de geluidsbogen op elke locatie een gesprek gevoerd. Bij de meeste locaties was dit in fysieke aanwezigheid, bij enkele ging dit telefonisch. Tijdens dit gesprek is er een checklist gebruikt met vragen als: Wie betrekken we bij het project? Waar komt de boog te staan, etc.? Gedurende de looptijd van het project heeft Yalp bij ongeveer de helft van de locaties tussendoor nog een training of workshop gegeven rondom de Sona geluidsboog. Deze werden steeds zeer enthousiast ontvangen en zorgden ook weer voor

extra motivatie. Door enkele locaties zijn gemaakte afspraken met Yalp meerdere keren afgezegd, waardoor daar vanuit Yalp geen extra impuls gegeven kon worden aan het Sona-gebruik. Verder hebben de locaties in de tweede helft van het project steeds maandelijks de gebruiksstatistieken ontvangen, waaruit informatie te halen was over de gebruiksuren, meest gebruikte spellen, etc. Uit de evaluaties is gebleken dat de ondersteuning van Yalp als heel positief is ervaren. Bij problemen zoals een niet functionerende camera en vragen over de spellen is er altijd snel actie ondernomen. Al met al heeft Yalp veel niet-begrote uren in dit project gestoken.

3.7.4 De ondersteuning door DAZ

DAZ was tijdens dit project verantwoordelijk voor de uitwisseling van ervaringen met de locaties onderling. Dit hebben wij gedaan middels nieuwsbrieven, bijeenkomsten en bezoeken aan locaties. Daarnaast had DAZ de opdracht om dit eindrapport te schrijven als onafhankelijk kenniscentrum. De bijeenkomsten en nieuwsbrieven hebben, zoals al eerder benoemd, een belangrijke rol gespeeld in dit project. Uit de evaluatiegesprekken bleek dat de communicatie vanuit DAZ over het algemeen als positief is ervaren. Men had het idee bij DAZ terecht te kunnen wanneer nodig en voelde zich voldoende ondersteund.

3.8 Bevindingen ten aanzien van de Sona geluidsboog zelf

De Sona geluidsboog is zo ontworpen dat het voor alle leeftijden geschikt is. Het toestel biedt voldoende variatie om de oefeningen leuk en afwisselend te houden. In het handboek behorend bij het toestel, staan alle spellen en oefeningen beschreven. Doordat de Sona geluidsboog een buitenactiviteit is, moet er rekening gehouden worden met de volgende aspecten:

- Het weer: bij regen en kou wordt aangegeven dat bewoners niet naar buiten willen.
- De zitmogelijkheden rondom de Sona geluidsboog: Staat er een bankje? Kunnen de rolstoelen er makkelijk onder komen?

Bij een klein aantal organisaties waren er bij de start 'problemen' met de snelheid van de spellen. Deze zijn door Yalp snel opgepakt en opgelost.

3.8.1 De verschillende spellen

De spellen die op Sona geluidsboog kunnen staan, zijn bij alle locaties hetzelfde. Elke persoon die op de beheerwebsite kan, kan kiezen welke spellen actief zijn. Hieronder zijn de opties genoemd, met de beschrijving uit het Spelhandboek erbij. Belangrijk is dat elk spel op verschillende manieren gespeeld kan worden, afhankelijk van de creativiteit en de invulling van de begeleider. Zo is elk spel voor elke doelgroep geschikt te maken.

- Bewegen met Olga

Bewegen met Olga is een spel waarbij je oefeningen doet op muziek. Per ronde van 1 minuut wordt een oefening genoemd, waarop bewogen kan worden. Elke speler beweegt op een nummervlak. Na afloop van een ronde wordt een winnaar omgeroepen: degene die het meest heeft bewogen. Na een rustpauze van 15 seconden begint de volgende ronde.

- Stoelendans

De stoelendans is een spel waarbij je lekker op de muziek rondloopt of beter nog: rondanst. Maar let op: de muziek kan zomaar stoppen! Probeer dan zo snel mogelijk stil te staan. Het nummer van degene die als eerste en het meeste beweegt wordt omgeroepen en kan bijvoorbeeld af zijn. Blijft iedereen goed stilstaan, dan volgt er applaus!

- Danswedstrijd

Een danswedstrijd op de Sona! Dit is een van de meest populaire spellen. Twee groepen dansen tegen elkaar: de een op blauw en de ander op groen. Tijdens muziekrondes van 30 seconden worden de dansbewegingen gemeten door de Sona. Na elke ronde wordt omgeroepen wie wint.

- Reactierace

ReactieRace is een in basis heel eenvoudig spel. Je hoort een getal, en moet naar het desbetreffende vlak op de vloer. Dat moet alleen wel binnen een bepaalde tijd. Als je 30 seconden lang foutloos bent, ga je een niveau omhoog en zo gaat het steeds sneller. Welk niveau kun je halen?

- Rekenrace (pro):

Rekenrace is een variant op het spel reactierace. Bij rekenrace worden sommen genoemd, waarna de speler naar het juiste antwoord op de vloer moet gaan. Bijvoorbeeld: 3 plus 2! De speler gaat naar 5. Ben je op tijd, dan volgt de volgende som. Ben je te laat, dan begin je weer opnieuw bij je huidige niveau. De tijd die je hebt voor het oplossen van de sommen wordt steeds korter! **Rekenrace pro** is identiek aan rekenrace, maar dan moeilijker. Naast optellen en aftrekken, bevat het spel ook delen, vermenigvuldigen en worteltrekken. Dit maakt het voor velen alleen maar leuker.

- Reactierace Chinees:

Dit is het spel reactierace, maar dan in het Chinees! Het spel begint op niveau 1, waar je een cijfer in het Chinees hoort, gevolgd door de Nederlandse vertaling (ba... Acht!). Door die ronde te spelen, leer je langzaam maar zeker de nummers herkennen. Op niveau 2 worden de spelers meteen in het diepe gegooid: de nummers worden alleen in het Chinees omgeroepen! Wie krijgt dit onder de knie?

- Codekraker:

Codekraker is een goed denk-spel. Je hoort een serie cijfers (de code) die je vervolgens op de juiste volgorde moet aantikken op de vloer. Elke keer als je een juist cijfer aantikt, hoor je een klikje ter bevestiging. Als de code compleet is, volgt een volgende code. Hoe hoger het niveau, hoe langer de codes!

- Commando:

Commando is een spel dat draait om samenwerking! Je hoort opdrachten als 'allemaal van de vloer', 'op de even nummers' en 'niet op groen!'. Door die opdrachten samen succesvol op te volgen, kun je een hoger niveau halen. Het spel gaat steeds sneller.

- Dieren zoeken:

Dit spel is erg leuk om met kleine kinderen samen te spelen. Er wordt een dier gezocht: 'Waar hoor je de aap?'. Vervolgens hoor je op verschillende plekken op de vloer dierengeluiden. Als je een aap hoort, blijf dan op die plek bewegen, totdat je bevestiging hoort: 'ja, goed gevonden!'. Per dier worden de plekken van de geluiden zeer willekeurig gewisseld. Het spel gaat zo door.

- Wedstrijd:

De wedstrijd is een bijzonder spel op de Sona. Het maakt niet alleen gebruik van de vloer onder de Sona, maar juist van de omgeving. De boog werkt als start en finish, en de deelnemers leggen een zelfgemaakt parcours af. Bijvoorbeeld: van de boog over het pad, rond de boom, dan de muur aantikken en weer terug. De Sona roept de afgelegde tijd om: 25 seconden en 5 tienden! Je doet dit spel met 1 tegelijk, en start na elkaar. Het is belangrijk dat de vloer van de Sona tijdens de race leeg blijft, want als er iemand op staat, wordt de tijd gestopt.

Uit het evaluatiegesprek bij ZuidOostZorg:

"Ik kan me nog goed herinneren hoe één van onze bewoners tijdens het bewegen onder de Sona ineens uit zichzelf de sirtaki ging dansen. Dat was zo onverwacht, dat ik het nog steeds voor me zie."

3.8.2 Ervaring met de spellen

Uit de evaluaties is gebleken dat onderstaande spellen het meest gespeeld worden onder de Sona geluidsboog:

- 1) Bewegen met Olga
- 2) Danswedstrijd
- 3) Stoelendans
- 4) Commando

Men gaf aan dat dit vooral te maken heeft met het feit dat deze spellen met mensen met dementie het beste te spelen zijn. De spellen waarbij bijvoorbeeld gerekend moet worden, worden als te moeilijk ervaren voor deze doelgroep. Het is op een aantal plekken wel geprobeerd om deze spellen ook te spelen, maar men geeft aan dat er dan snel onduidelijkheid en onbegrip ontstaat, wat de sfeer van de activiteit op een negatieve manier beïnvloedt.

De keuze voor de spellen is afhankelijk van:

- de samenstelling van de groep.
- het individu.
- de ervaring en belangstelling van de begeleider.

3.9 Bevindingen ten aanzien van fysieke of sociale activiteit

Tijdens het project is naar voren gekomen dat de Sona geluidsboog zowel op het vlak van fysieke activiteit als op het vlak van sociale activiteit een bijdrage kan leveren. Bewegen onder de Sona creëert een soort groepsgevoel. Verschillende spellen stimuleren dit ook, omdat er in teams 'tegen elkaar' gespeeld moet worden. De manier waarop de spellen worden gebruikt door de begeleiders, speelt ook hierin een hele grote rol: stimuleer je

mensen om gezamenlijk een doel te bereiken, of richt je je meer op het individu? Tijdens observaties is ons opgevallen dat er veel interactie plaatsvindt tussen de deelnemende bewoners: ze lachen met elkaar om bepaalde situaties, geven elkaar commentaar of moedigen elkaar aan. Ook ten aanzien van de fysieke activiteit is de rol van de begeleider cruciaal. Als de begeleider de deelnemers extra stimuleert om te bewegen ('dat been kan hoger!', 'kom op, we moeten veel bewegen zodat we winnen van groen!'), heeft dat een duidelijke positieve werking bovenop de stem die al uit de Sona geluidsboog zelf komt.

3.10 Bevindingen ten aanzien van de werkdruk

Diverse betrokken begeleiders en projectleiders gaven aan dat het project in hun ogen minder succesvol is geweest dan had gekund, vanwege hun eigen werkdruk. Op de meeste locaties hebben zij dit project naast hun reguliere werkzaamheden gedaan, zonder dat zij daar extra uren voor kregen. Dit punt verdient naar de toekomst meer aandacht van het lokale management, waarbij ook rekening wordt gehouden met de opbrengsten van het totale project.

3.11 Bevindingen ten aanzien van de veiligheid

Het gebruik van de Sona geluidsboog wordt over het algemeen als veilig beschouwd. Tijdens het project zijn er voor zover bekend geen valincidenten geweest. In de evaluatiegesprekken kwam wel naar voren dat de mat onder de geluidsboog glad kan zijn als het bijvoorbeeld heeft geregend. Veiligheid is verder tijdens de gesprekken en observaties veiligheid nauwelijks naar voren gekomen. Hieruit mogen we de conclusie trekken dat het als onderwerp hierbij dus niet echt speelt en dat het waarschijnlijk op dezelfde manier wordt aangepakt als bij andere (buiten)toestellen op de locaties.

3.12 Bevindingen ten aanzien van de financiering

Er is een aantal onderdelen in de begroting opgenomen die in dit evaluatierapport naar voren komen:

1) Sonatoestellen

De financiering van de 10 bogen is voor alle organisaties gelijk geweest bij de start van het project. De eenmalige kosten per locatie waren in het oorspronkelijke project ongeveer € 29.282,- per toestel, inclusief BTW en inclusief plaatsingskosten. Hiervan is 50% gesubsidieerd door Fonds NutsOhra en Fonds Sluyterman van Loo. Het resterende bedrag is door de zorgorganisatie zelf betaald.



2) Lokale (begeleidings)kosten

Het opzetten van een projectgroep, maken van een plan van aanpak en het implementeren van de Sona geluidsboog op eigen locatie is voor rekening geweest van de zorgorganisatie. Vaak worden deze kosten door het management niet meegenomen bij de start van het project. Maar het is wel een cruciale factor voor het slagen van het project.

3) De ontwikkelingskosten software

Deze kosten zijn gemaakt door Yalp. Het gaat om een bedrag van € 70.000,-. De ontwikkelingen die zijn gedaan met betrekking tot de Sona geluidsboog voor ouderen zijn in bovenstaande stukken al beschreven.

4) De overkoepelende projectkosten

De overkoepelende projectkosten zijn in zijn geheel gesubsidieerd door Fonds NutsOhra en Fonds Sluyterman van Loo. Hierin zijn de organisatie van de uitwisselingsbijeenkomsten, het opstellen en verspreiden van nieuwsbrieven, groepsevaluatiegesprekken, publiciteit genereren en begeleiden, het schrijven van een projectplan en dit evaluatierapport en de kosten voor de accountant opgenomen.

Hoofdstuk 4: Tips en kansen

In hoofdstuk 3 zijn alle doelstellingen van het project naar voren gekomen en besproken, met daarbij de conclusies. In dit hoofdstuk zal daarom de nadruk liggen op de vraag: Wat hebben we van dit project geleerd en welke tips krijgen we daaruit? Waar liggen de kansen?

Tip 1: Besteed meer aandacht aan implementatieprocessen.

Toelichting:

Uit dit project is gebleken dat de implementatie van vernieuwende toestellen als de Sona geluidsboog op sommige vlakken anders moet worden aangepakt dan nu is gebeurd. De wil was er altijd en de intenties waren goed, maar op de ene locatie heeft het anders uitgepakt dan op de andere.

- Waak ervoor dat een projectgroep niet te veel een klankbordgroep wordt: blijf vanuit de verschillende disciplines die in de projectgroep deelnemen actief. Dit kan voorkomen dat een project zoals de Sona geluidsboog op één persoon neerkomt en bij één functionaris blijft 'hangen'.
- Zorg er als 'beslissers' (directie, locatiemanager) voor dat de medewerkers op de werkvloer zich gestimuleerd en betrokken voelen. Dit kan door hen zoveel mogelijk bij de processen te betrekken in alle fases van het project. Dit creëert meer draagvlak en een gevoel van *ownership*.
- Zorg dat er nog meer planmatig gewerkt wordt. Er zijn goede plannen gemaakt, maar door diverse genoemde factoren, is het niet altijd gelukt om deze plannen daadwerkelijk te blijven uitvoeren.
- Zorg dat een vernieuwend project als de Sona niet te veel gaat horen bij één persoon/functie (vaak een beweegfunctionaris of activiteitenbegeleider). Er wordt te veel een strikte taakverdeling aangehouden en/of ervaren, waardoor ook andere collega's de geluidsboog gaan zien als bijvoorbeeld 'van de activiteitenbegeleider'. Betreffende activiteitenbegeleiders en beweegfunctionarissen hebben alles uit de kast gehaald om hun collega's mee te krijgen, maar liepen tegen de beeldvorming aan dat die daar niet verantwoordelijk voor zijn. Die beeldvorming moet veranderen om dit project te laten slagen.

Uitgelicht:

Bij Groenhuysen – Kroonestede is de locatiemanager die vanaf het begin bij het project betrokken was, nog steeds een zeer enthousiaste en belangrijke speler als het gaat om de Sona. Zij onderhoudt actief de contacten met de medewerkers die er mee werken en ze stimuleert en enthousiasmeert hen. Dit resulteert erin dat de Sona geluidsboog bij verschillende activiteiten wordt ingezet en dat er nagedacht wordt over hoe de boog zo goed mogelijk benut kan worden.

Tip 2: Durf los te laten.

Toelichting:

In dit project zijn heel duidelijk verschillende vlakken naar voren gekomen waarop cultuurverandering nodig is. De benodigde cultuurverandering bleek groter dan verwacht. Deze cultuurverandering heeft voornamelijk te maken met durven loslaten.

- Er is te weinig ervaring met de regie overlaten aan bewoners/familieleden. Ondanks het feit dat op de meeste locaties de bewoners en familieleden gestimuleerd worden om zelf de regie te behouden en zelf activiteiten te ondernemen, hangt er ook een soort angst omheen: Wat zijn de consequenties als iemand zelfstandig onder de Sona geluidsboog gaat bewegen en ten val komt? Daardoor worden bewoners toch

nog te veel 'gepamperd' en minder in hun eigen kracht gezet dan zou kunnen. Hoe kan dit proces wel gestimuleerd worden?

- Praat meer met bewoners zelf en waak ervoor dat je te veel gaat invullen. Uit de evaluatiegesprekken blijkt dat medewerkers zelf de Sona geluidsboog soms bijvoorbeeld kinderachtig vinden voor hun bewoners. Het is de vraag of ze met deze mening de bewoners voldoende ruimte laten om hun eigen mening erover te vormen.

Tip 3: Laat je meer leiden door de lach en het plezier dat mensen hebben.

Toelichting:

Het valt op dat als bewoners onder de Sona geluidsboog bewegen, er veel gelachen wordt. Dit kan op verschillende manieren en door verschillende oorzaken zijn, maar uiteindelijk zijn die niet relevant. Het is heel duidelijk dat de rol van de medewerker hier heel groot is: als die enthousiast meedoet en zelf veel blijheid uitstraalt, heeft dit een positief effect.

- Probeer de drempel om vrij te bewegen weg te nemen, zowel voor medewerkers zelf als voor bewoners. Mensen in Nederland zijn over het algemeen niet gewend om zich vrij te bewegen in de buitenlucht, in het zicht van andere mensen. Er is sprake van een zekere gêne om 'lekker gek' en uitbundig te doen, met impulsieve bewegingen. Bijna iedereen herkent dit wel van hoe het er op een gemiddelde dansvloer aan toe gaat aan het begin van de avond. Tijdens de observaties is opgevallen dat de begeleiders (in dit geval dus vooral beweefunctionarissen en activiteitenbegeleiders) die deze gêne nauwelijks zelf ervaren, bewoners makkelijker meekrijgen dan de medewerkers die zelf eigenlijk niet zo goed durven. Het uiteindelijke succes van de Sona geluidsboog is dus erg afhankelijk van de typen personen die hierin een belangrijke rol spelen.
- Denk meer *out of the box*; moeten spellen gespeeld worden zoals het hoort? Maakt het uit als iemand niet snapt wat hij doet, maar wel aan het bewegen is en daar plezier aan beleeft?
- Betrek ook de jongere generaties bij de Sona geluidsboog. Op meerdere locaties kwam naar voren dat bewoners erg veel plezier beleven aan spelende kinderen onder de boog.

Uitgelicht:

De 'kartrekker' bij Malderburch valt op in hoe zij 'lekker gek' en uitbundig kan doen, zonder daarbij gene te voelen. Tijdens de verschillende observaties bleek dat zij daarmee andere mensen makkelijk meekrijgt, zowel bewoners als collega's.

Tip 4: Laat niet te veel projecten tegelijk lopen.

Toelichting:

In de evaluatiegesprekken kwam vaak het woord tijdsdruk naar voren. Medewerkers geven aan dat ze 'al zo veel moeten' op verschillende vlakken, dat tijd besteden aan de Sona geluidsboog steeds moeilijker wordt.

- Stapel niet te veel verschillende soorten projecten, maar probeer als locatie te focussen op één aspect en doe dat grondig. Bewegen is belangrijk en als dat meer moet worden ontwikkeld binnen de organisatie, leg dan daar eerst de nadruk op. Als dat goed is geïmplementeerd en in de 'genen' van de medewerkers zit, pak dan het volgende aan. Als er meerdere projecten met verschillende doelen tegelijk worden aangepakt, wordt het te veel en loopt de druk op, waardoor geen van de projecten echt grondig gebeurt.

Bijlage A: Succesfactoren - Yalp

Dit A4'tje was tijdens het project beschikbaar voor alle locaties.

Succesfactoren om Sonaproject te laten slagen:

- Stel een **projectgroep** op binnen je eigen instelling. Alleen kun je het niet! Het moet breder gedragen worden, **dit is essentieel**.
- Daarbij moet het breed gedragen worden door de hele organisatie; het moet een visie zijn van alle lagen binnen de organisatie dat bewegen voor ouderen belangrijk is. (Hierbij kunnen jullie hulp vragen bij DAZ, zij hebben met die lagen contacten gehad bij de start van het project.) Vraag tijd van managers om in hun overleg iets te vertellen over de Sonaboog en het belang van bewegen. **Informereren is essentieel**.
- Geef **goede uitleg aan het uitvoerende teams**, dit kan door middel van de projectgroep die uitleg geeft, Olga commandeur op locatie uit te nodigen. (Er wordt nagedacht over het trainen van de projectgroep zelf door DAZ maar is nu niet in de begroting opgenomen).
- **Locatie van de boog** is belangrijk i.v.m. gène en juiste stimulans.
- **Goede uitleg van de bediening van de boog**, ook hoe dat via de site kan.
- Neem het bewegen op de sona op in je maandelijkse programma, het moet een **regulier aanbod worden**.
- Ga uit van het feit dat **bewegen leuk is, dat het een sociaal aspect** heeft en niet vanuit het moeten.
- Ga kijken naar hoe verleid ik mensen tot buitenactiviteiten; maak dit bespreek in je team collega's, stel een '**verleidingsplan**' op.
- Snel kunnen **schakelen door Yalp als er om aanpassingen gevraagd wordt**. Rob geeft aan dat dit daar waar mogelijk geen probleem is.
- Betrek je '**meer bewegen voor ouderen collega's**' bij dit project, zij kunnen hierbij een belangrijke rol spelen.
- Opstellen van een **spellenlijst**. Mail de spellen die je doet door, hierdoor kunnen wij een groot aanbod van spellen krijgen en aan jullie aanbieden.
- Doe mee aan **de bijkomsten** die georganiseerd worden door DAZ en YALP om ervaringen uit te wisselen.
- Ga een **teambuilding aan met je collega's** en gebruik de Sonaboog hiervoor. Collega's moeten gaan ervaren dat het leuk is en niet eng en spannend en raar!! Maak met elkaar lol, zodat men het makkelijker vindt om het aan te bieden aan de ouderen. Doen maakt het leuk en stimuleert!
- **Vul NIET in** dat ouderen het niet leuk, spannend, of kinderachtig vinden maar ga het ontdekken. Laat ze het beleven!!
- **Kleinere groepen werken goed**. Maximaal 9. 5 of 6 voorkeur. Spelen met aanschouwers en actieveringen etc.

Start niet met te moeilijke spellen bij mensen met dementie.

