Case study

Kinderen bewegen meer door populaire interventie op consultatiebureau

Het probleem

Het beweeggedrag van kinderen op jonge leeftijd is belangrijk voor de motorische, cognitieve en sociaal-emotionele ontwikkeling. Ouders en JGZ professionals vinden bewegen belangrijk, maar op het consultatiebureau wordt er vaak niet over gesproken. Het doel is om jeugdartsen en jeugdverpleegkundigen te stimuleren om met ouders over bewegen te praten.

Analyse

Uit analyse onder JGZ-professionals blijkt dat zij voldoende kennis en competenties hebben om het gesprek over bewegen aan te gaan, maar dat tijdsdruk hen ertoe aanzet om alleen te reageren op initiatieven van de ouders, in plaats van het gesprek proactief aan te gaan. Ouders zijn vaak niet bewust van de effecten van bewegen, waardoor zij geen initiatief nemen. Het is daarom relevant om ouders bewust te maken van bewegen om het gesprek eerder te starten.

De interventie

Onze interventie bestond uit drie onderdelen:

1. Beweegstimulerende binnenruimte van consultatiebureaus
2. Poster voor in de wachtkamer die het belang van bewegen aangeeft
3. Flyer in de vorm van een kubus met kennis en concrete tips

Het resultaat

JGZ-professionals voeren het gesprek over bewegen vaker met ouders, omdat ze zien hoe een kind beweegt in de wachtkamer en hier het gesprek over kunnen aangaan. De beweegvriendelijke binnenruimte is zo populair dat meerdere consultatiebureaus in Nederland hun binnenruimte beweegstimulerend inrichten.

Door Noor Willemsen - Alumnus

Als specialist Fit & Gezond bij Kenniscentrum Sport & Bewegen ondersteunt zij zorg-, welzijn en sport professionals om Nederlanders meer te laten bewegen.