

Positieve resultaten

Uniek preventieprogramma in de regio West-Brabant.

Afname van de emotionele eenzaamheid



Afname van de ervaren beperking in bewegen



Kwart deelnemers hogere waardering positieve gezondheid



Inzet van de professionele kunstenaar is essentieel



Deelname en vragenlijsten

385 mensen hebben een vragenlijst ingevuld tijdens de ontmoetingsdag. **321** mensen hebben een vragenlijst ingevuld tijdens een traject. **182** mensen hebben daadwerkelijk deelgenomen aan een traject. **157** deelnemers vullen meer dan één vragenlijst in. **85** deelnemers hebben alle drie de vragenlijsten ingevuld.



Inzet kunstenaar

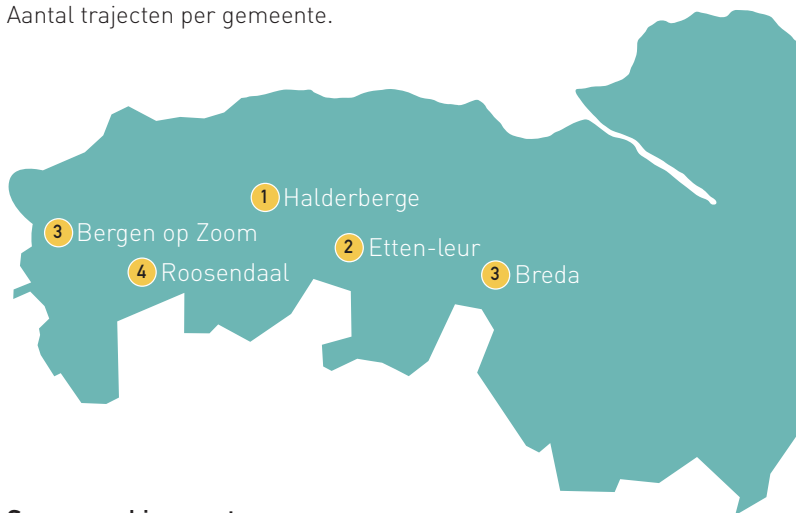
De kunstenaars waren in staat de deelnemers uit te dagen en te stimuleren om uit hun comfortzone te stappen.

Over het project

Doel van het programma is om –door de inzet van kunst en cultuur als middel– mensen met elkaar in verbinding te brengen en op deze wijze eenzaamheid te voorkómen en/of te verminderen en de positieve gezondheid te stimuleren. Met als belangrijkste resultaat het vergroten van de kwaliteit van leven. De doelgroep van Tijd van je leven bestaat uit ouderen, wonend in West-Brabant.

Deelnemende gemeenten

Aantal trajecten per gemeente.



Samenwerkingspartners

GGD West-Brabant, CultuurCompaan Roosendaal, Nieuwe Nobelaer Etten-Leurl, Cultuurbedrijf Bergen op Zoom, De Nieuwe Veste Breda, kunstenaars, zorginstellingen en wijken.

Het proces

Van ontmoetingsdag tot eindpresentatie.



Ontmoetingsdag



Workshops



Eindpresentatie



Vervoltraject

'Ik kon me weer blij voelen, ergens naar uitzien.'

'Echt gaan nadenken over de werkelijke tijd van mijn leven.
Daarin een stapje verder gekomen.'

'Het is een hele vertrouwde omgeving. Daardoor werd de sfeer met elkaar ook prettiger.'

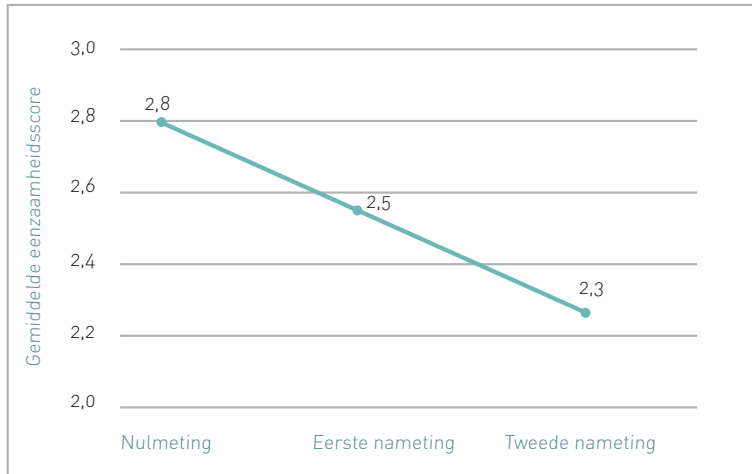
'Ik heb mijn grenzen verlegd'.





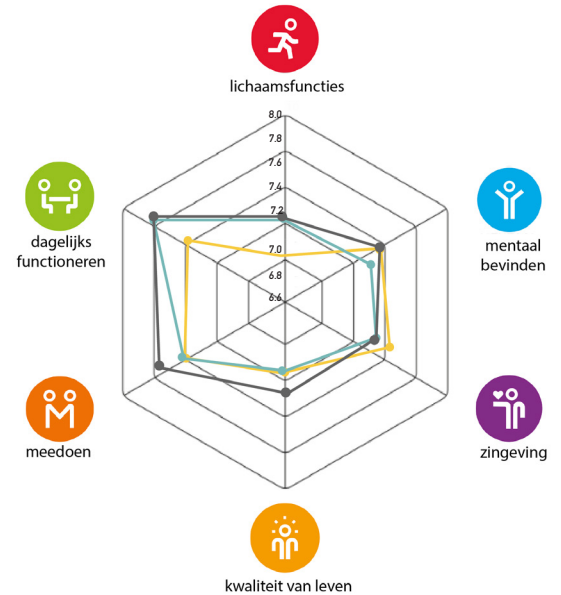
Afname in emotionele eenzaamheid

Mate van emotionele eenzaamheid op de drie meetmomenten. De emotionele eenzaamheid gaat van 1 (niet emotioneel eenzaam) tot 6 (zeer ernstig emotioneel eenzaam).



Positieve gezondheid

Ruim een kwart van de deelnemers gaf bij de eerste nameting een hogere waardering voor de verschillende dimensies van de eigen positieve gezondheid dan bij de nulmeting.



'Ik heb geleerd dat je er niet alleen voor staat'

'Het was een plezierige invulling. Ik kon gedachten uitwisselen, waarvoor anders haast nooit gelegenheid is.'

'Je bent nooit te oud om te leren.'

'Ik heb ervaren dat ik dingen kan waarvan ik eerder niet wist dat ik ze kon'.

'Ik heb mijn grenzen verlegd'

'Ik voel me waardevoller.'

Waardering positieve gezondheid

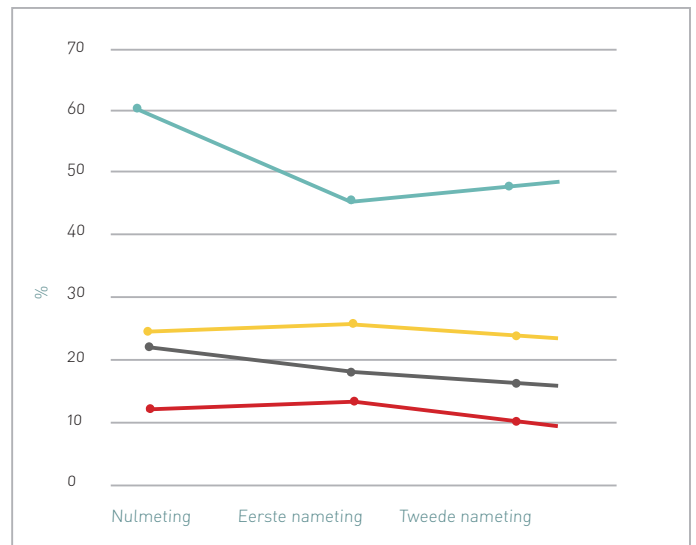
% mensen dat de gezondheid gelijk of hoger waardeert:

	nulmeting vs. 1e meting	1e nameting vs. 2e nameting
Lichaamsfuncties	76	71
Mentaal bevinden	71	73
Zingeving	74	77
Meedoen	73	84
Kwaliteit van leven	73	73
Dagelijks functioneren	78	74



Ervaren beperkingen deelnemers

Significante afname van ervaren beperking in bewegen.



Horen — Zien — Bewegen — Geheugen —