

8 B'S OM AF TE TOETSEN OF JOUW AANBOD VOLDOENDE LAAGDREMPELIG IS

1. Bruikbaarheid

Hebben ouderen iets aan 'De Kwispelstappers' en welke betekenis geven ze eraan? Hierbij dienen we in te spelen op de drijfveren om van bewegen een positieve ervaring te maken.

- Zet plezier centraal.
- Stel mensen gerust, hanteer een duidelijke communicatie (zie onderdeel communicatie in draaiboek).
- Speel in op groepsdynamiek.
- Inspraak:
vraag waarom de ouderen zouden meedoen en stem de interventie of het aanbod daarop af.
- Creëer een veilige omgeving, zeker voor ouderen die geen Nederlands spreken, drempelvrees hebben of moeite hebben met sociaal contact, een negatief zelfbeeld hebben of zich schamen.

2. Betaalbaarheid

Het is aangeraden 'De Kwispelstappers' niet betalend te maken voor de doelgroep. Indien onmogelijk, probeer dan tot een compromis te komen:

- Pols bij kwetsbare ouderen welke prijs acceptabel is.
- Geef een korting aan ouderen in armoede of werk via het kansentarief (UITPas).
- Wees transparant over de kosten en wat hiervoor in de plaats wordt gekregen.

3. Bereikbaarheid

Omwille van het kleinschalige en buurtgebonden aspect van de 'Kwispelstappers', wordt het aangeraden enkel in de onmiddellijke buurt van de trekkerslocatie (Buurt- of Wijkhuis, lokaal dienstencentrum, inloopcentrum, wijkgezondheidscentrum) ouderen te rekruteren.

- Zorg dat de locatie bereikbaar is voor ouderen op wandel-of fietsafstand (maximum afstand van de trekkerslocatie: idealiter < 2 km) OF Verzamel je deelnemers in de omgeving waarbij de locatie bereikbaar is met het openbaar vervoer.
- Door samen te werken met andere actoren in jouw dorp of stad, kan je ervoor zorgen dat dit project een groter gebied dekt.

4. Beschikbaarheid

Bepaal van tevoren je doelpubliek bv. ouderen, minder-mobiele ouderen, ouderen in armoede, ... Het kan een strategie zijn om de doelgroep zuiver te houden of om te mixen.

- Bied bewegingskansen aan op maat aan van je doelgroep.
- Geef complimenten als het goed gaat.
- Maak deelnemen aan dit aanbod eenvoudig.
Voorzie dat deelnemers kunnen inschrijven via mail, telefonisch en op de locatie zelf.
- Trek enthousiaste vrijwilligers aan die sociaal zijn en vertrouwen uitstralen.

5. Begrijpbaarheid

Is de informatie over de interventie en organisatie helder?

- Gebruik heldere taal zonder jargon.
Maak evt. gebruik van pictogrammen en tekst.
- Duid een contactpersoon aan voor meer informatie.

6. Bekendheid

Is het project overal en bij iedereen bekend?

- Promoot de interventie via diverse kanalen en herhaal regelmatig.
- Gebruik communicatiekanalen die ook kwetsbare ouderen bereiken.
- Combineer promotie altijd met mond-tot-mondreclame.
Werk samen met organisaties en vertrouwenspersonen van kwetsbare ouderen.
- Kondig het project aan op plaatsen waar kwetsbare ouderen komen.

7. Betrouwbaarheid

Hoe verhogen we het vertrouwen van ouderen in het project?

- Stimuleer openheid in de groep.
- Geef deelnemers een warme verwelkoming.
- Stimuleer openheid in de groep.
- Zorg voor een vaste vertrouwensfiguur in dit geval de begeleider van de wandelingen.
- Leg nadruk op ontspanning in plaats van competitie.

8. Begrip

Hebben organisatoren en deelnemers een open geest en een positieve ingesteldheid?

- Help stereotypen en vooroordelen over inactieve en kwetsbare groepen van ouderen de wereld uit.
- Benader diverse groepen van ouderen vanuit hun leefwereld.

Uit de praktijk

In het proefproject in Aalst werd het aanbod laagdrempelig gehouden op volgende manieren:

- In de communicatie over het aanbod werd de nadruk gelegd op “plezier” en “verbondenheid” in plaats van op “gezondheid”.
 - Om een doelgroep te bereiken met een affiniteit voor honden werd het traject voorafgegaan door een startevent in het dierenasiel. Hier kregen de deelnemers een kleine rondleiding en werd er nadien een toertje gewandeld met een asielhond.
 - Het aanbod was gratis en deelnemers konden UIT-punten verzamelen (UIT-pas)
 - Door deelnemers te stimuleren het aanbod via mond-tot-mond bekend te maken, werden week na week extra mensen bereikt uit de buurt. Dit waren vaak mensen die nog nooit hadden deelgenomen aan een activiteiten in het lokaal dienstencentrum.
 - Het aanbod bestond op 2 locaties in/nabij het centrum van Aalst en op één locatie in de deelgemeente Herdersem. Op deze manier was het aanbod vrij gemakkelijk toegankelijk voor mensen die in Aalst of Herdersem woonden.
-