Projecten voor meer bewegen en minder stilzitten bij ouderen en kwetsbare groepen

Succesfactoren

Zet in op participatie

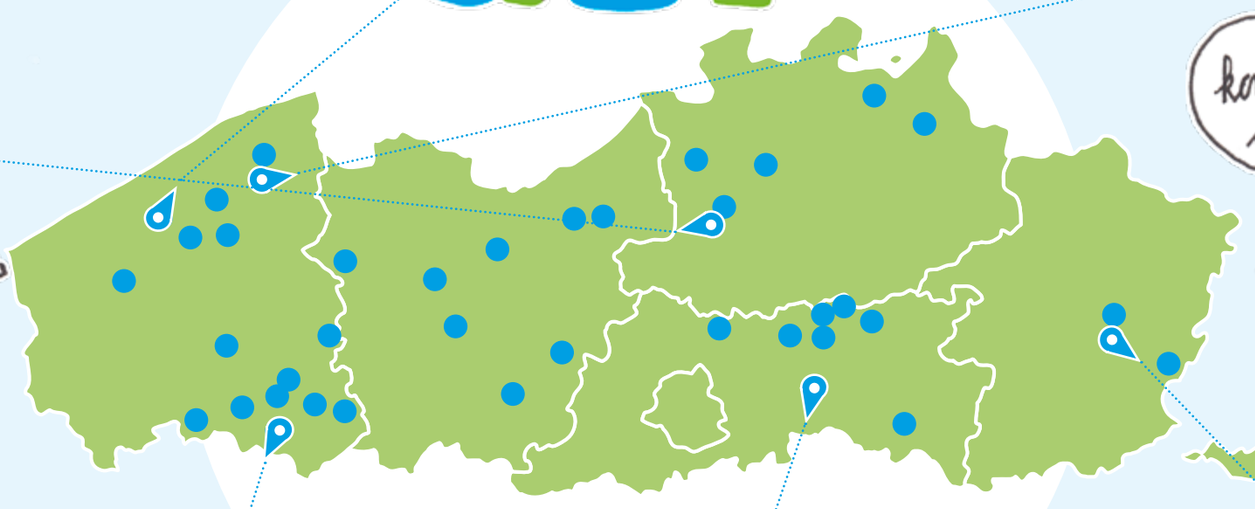
"We nodigden lokale organisaties die ouderen bereiken uit in onze 'think tank'. Op die manier konden ze samen nadenken hoe ze de beweegtuin konden integreren in hun werking."
Sociaal Huis Gistel

Hou het laagdrempelig

"Wij boden thuiswonende ouderen laagdrempelige beweegoefeningen aan om thuis uit te voeren."
Gezinszorg Edegem

Bereik je doelgroep met gerichte communicatie

"Ons wekelijks wandelprogramma voor psychisch kwetsbare mensen en mensen in armoede stelden we persoonlijk voor bij de organisaties die hen bereiken."
OCMW Brugge



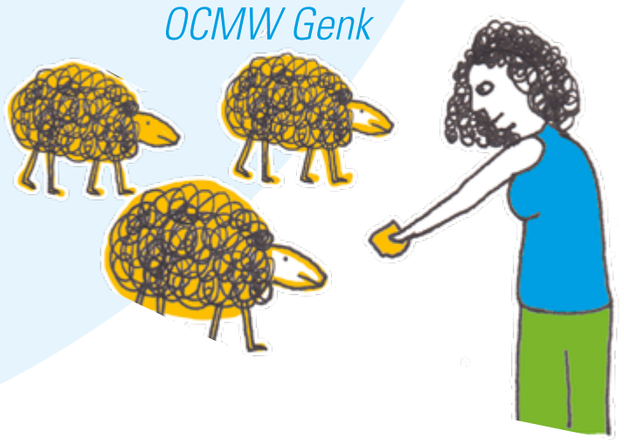
Kijk op lange termijn

"Na een positieve evaluatie van ons project '10.000 stappen extra' werden gezondheidsaanbevelingen voor beweging verankerd in het meerjarenplan."
OCMW Kortrijk

"Door te blijven praten en regelmatig samen te komen, is het ons uiteindelijk gelukt om alle partijen op 1 lijn te krijgen rond ons dansaanbod."
Lokaal dienstencentrum stad Leuven

Motiveer je doelgroep

"We lieten al onze sessies 'op stap met een gezonde hap' starten met een babbelmoment met koffie of een gezond drankje."
OCMW Genk



Stimuleer samenwerking

gezonde gemeente

Meer tips of inspiratie?
Ontdek de Liever Actiever inspiratiebrochure op www.gezondegemeente.be of via jouw plaatselijk Logo.

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Vlaanderen is zorg