



Persbericht

Woerden, 17 april 2012

Stapjefitter: succesvolle aanpak bij reïntegratie traject

Vanaf oktober 2011 tot en met maart 2012 voerde gezondheidsinstituut NIGZ in samenwerking met de stichting Woerden Actief en de Fysiotherapeutenmaatschap Woerden een pilot uit van Stapjefitter: een traject voor personen die reïntegreren in de samenleving. De pilot is succesvol geëvalueerd en laat mooie resultaten zien. Stapjefitter heeft geleid tot een verbetering van de gezondheid van de deelnemers en een toename in participatie aan de samenleving bij de meeste deelnemers. De kwaliteit van leven van deze groep uitkeringsgerechtigden is daarmee toegenomen.

Onderzoek naar de pilot beantwoordt de vraag of Stapjefitter leidde tot een verbetering van de objectieve en subjectieve gezondheid van de deelnemers enerzijds en een hogere mate van participatie in de samenleving anderzijds. De objectieve gezondheid werd gemeten middels een voor- en nameting van fysieke testen bij de Fysiotherapeutenmaatschap Woerden. De subjectieve gezondheid werd gemeten door het afnemen van schriftelijke vragenlijsten bij de deelnemers.

Stapjefitter traject

Van de ingeschreven veertien deelnemers hebben twaalf het gehele traject gevolgd. Voor vrijwel alle uitkeringsgerechtigden houden beperkingen in de gezondheid een optimale deelname in de samenleving tegen. Stapjefitter is een traject van drie maanden waarin deelnemers wekelijks interactieve groepsbijeenkomsten bijwonen over gezonde leefstijl (voeding, beweging en (mentale) gezondheid). Middels thuisopdrachten werken deelnemers actief aan het bereiken van persoonlijk opgestelde doelen.

Betere gezondheid

Resultaten laten zien dat de deelnemers na de cursus een lager vetpercentage hebben dan voor de cursus. Ook is de buikomvang (als een maat voor overgewicht) afgenomen. De deelnemers ervaren een betere gezondheid en hun beweeggedrag en voedingspatroon zijn verbeterd. De subjectieve gezondheid van de deelnemers is ook verbeterd. Er is tevens sprake van een toename van het participeren van de deelnemers in de samenleving. Deelnemers hebben zelf het gevoel dat het groepsprogramma ze goed ondersteund heeft bij het oppakken van een gezonde leefstijl, ieder op een eigen wijze. Dat is ook ervaren door de reïntegratie consulenten. De meeste baat bij Stapjefitter hebben de personen die bij aanvang van het traject relatief laag scoren op de participatieladder.

Kennis Nederlandse taal

Een belemmerende factor in deze pilot was het verschil tussen de deelnemers in kennis van de Nederlandse taal. In de toekomst zou nadere selectie plaats kunnen vinden tussen deelnemers die goed Nederlands spreken en deelnemers die de Nederlandse taal minder beheersen. Het is ook belangrijk om de vervolgstappen na Stapjefitter in vroeg stadium, liefst al tijdens de cursus, op te pakken. Hierbij kan gedacht worden aan aansluiten bij vrijwilligerswerk.

Noot voor de redactie:

Communicatie gemeente Woerden:

Ingrid van Schaik, 0348 428829, 06 20094937, schaik.i@woerden.nl

Gezondheidsinstituut NIGZ:

Maarten Stiggelbout, e-mail: mstiggelbout@nigz.nl, m: 06 14778370