

Nieuwsbrief oktober 2023

Blijf in Beweging ondersteuning Zorgprofessionals Praktijk Situatie (BiBoZ-PS)

In werkpakket 2 (februari tot september 2023) hebben wij samen met fysiotherapeuten, praktijkeigenaren en docentonderzoekers een implementatiestrategie voor de BiBoZ-methode ontwikkeld. Daarna hebben wij de BiBoZ methode in 3 fysiotherapiepraktijken geïmplementeerd. Tijdens deze implementatie was het doel vooral om samen te leren over wat goed gaat en wat beter kan. In totaal hebben zes fysiotherapeuten de methode bij acht patiënten toegepast. Zij geven aan dat de methode helpt om patiënten op maat te ondersteunen naar duurzaam gezond beweeggedrag, dat de verhalen echt een ander en rijker gesprek opleveren maar dat het stroomdiagram/de drie waaiers ingewikkeld zijn. Ook vinden zij het lastig de juiste cliënten te selecteren en hen te vragen om deel te nemen aan het onderzoek.



Samen met de zes fysiotherapeuten, 11 studenten van de Hogeschool Rotterdam, 12 studenten van Hogeschool Leiden, Zorgtopics en 7 docentonderzoekers hebben wij veel geleerd en aanpassingen doorgevoerd. De aanpassingen in het kort:

- De **e-learning** is uitgebreid en het papieren implementatieplan is hierin verwerkt.
- De **waaiër** is vereenvoudigd door op basis van wetenschappelijke kennis gedragsveranderingstechnieken samen te voegen (van 42 naar 17 technieken).

HANDLEIDING

Bewegen is gezond; je voelt je fit, gezond en wordt minder snel ziek. Het is makkelijker te bewegen of te sporten als u dat doet op een manier die bij u past. De BiBoZ-methode helpt u en uw fysiotherapeut om te vinden wat bij u past.

Wat moet u doen? U heeft zes verhalen van uw fysiotherapeut ontvangen.

<p>1. Lees de verhalen van Theo, Ruud, Marianne, Dora, Asha en Amir.</p> <p>2. Omcirkel wat u bij uzelf herkent. U mag ook schrijven op het papier van de verhalen.</p> <p>3. U kunt dit alleen of samen doen.</p>	<p>4. Neem de verhalen mee naar het gesprek met uw fysiotherapeut.</p> <p>5. U ontdekt samen wat u kan helpen om beter en vaker te bewegen.</p> <p>6. Jullie maken samen afspraken.</p>
--	---

• Het gesprek duurt ongeveer 30 tot 45 minuten.
 • U kunt het niet fout doen.
 • Als u vragen heeft kunt u contact opnemen met uw fysiotherapeut.

BiBoZ

- Er is een **promotie filmpje** met ondertiteling gemaakt voor op websites (van praktijken) en als narrowcasting in de fysiotherapie praktijk.
- De **instructie en verhalen** zijn, samen met cliënten (n=8), vrijwilligers van de Stichting Lezen en Schrijven (n=6), studenten (n=8) en de vormgever geschikt gemaakt voor cliënten met beperkte gezondheidsvaardigheden.
- Er is accreditatie bij het KNGF en het Keurmerk geregeld voor de fysiotherapeuten die deelnemen aan het BiBoZ onderzoek.

- De leergemeenschap, waarin vanuit elke deelnemende fysiotherapiepraktijk een fysiotherapeut deelneemt, is succesvol en gaat gewoon door.
- Op 10 oktober hebben wij een middag georganiseerd om samen te werken aan de communicatie en gedragsverandering van fysiotherapeuten om het uitdragen van de missie duurzaam gezond beweeggedrag te versterken.

Om de bekendheid van de BiBoZ methode te vergroten presenteren de docentonderzoekers van de verschillende hogescholen de methode op meerdere plekken zoals binnen de hogescholen, bij de KNGF Dag van de Fysiotherapie (8 september), bij Leiden Healthy Society (12 oktober), op het DCRM congres (9&10 november) en op de Dag van het Sportonderzoek (23 november). Ook zijn wij druk bezig met het schrijven van artikelen.

Vanaf 1 september 2023 zijn wij gestart met **werkpakket 3: het hybride implementatie effectonderzoek**. Er doen tot nu toe zes fysiotherapiepraktijken en dertien fysiotherapeuten mee. Ook hebben wij een paar extra fysiotherapeuten geworven, zodat de methode bij minimaal 120 cliënten wordt toegepast. Om de juiste informatie op een wetenschappelijk verantwoorde manier op te halen hebben wij met zijn allen hard gewerkt. In het kort worden de volgende metingen uitgevoerd:

Wie/wat	Meting
Fysiotherapeuten	Vragenlijst vlak voor de start en na 6 maanden
	Na 6 maanden een interview
Cliënten	Vragenlijst na het BiBoZ gesprek, na 1 maand en na 6 maanden
	Met enkele cliënten een interview na 1 maand
Het gesprek	Invullen van het EPD
	Van enkele gesprekken een observatie
Werving	Screeningslijst op drie momenten in de tijd van alle cliënten gedurende twee weken wordt gekeken of zij: geschikt zijn (ja/nee), gevraagd zijn (ja/nee) en deelnemen (ja/nee)

Meer weten? Scan de QR-code of kijk op [de website van het lectoraat ERFB](#). Je kan ook contact opnemen met Arlette Hesselink (docentonderzoeker bij het lectoraat Eigen Regie bij Fysiotherapie en Beweegzorg van Hogeschool Leiden) of stuur een mail naar biboz.gezondheidszorg@hsleiden.nl

