

EnterTrain



**Entertainment by
Training on a Personalized Exergame Platform**

Ria van Oostrom & Linda van Vliet & Marylo Verhagen



We weten allemaal dat bewegen belangrijk is...



Overtuigend
bewijs positief
effect

Gezondheids- parameters

Lichaamsgewicht
Vetpercentage
Bloeddruk
HDL/LDL cholesterol
Glucose tolerantie
Insuline gevoeligheid
Botdichtheid

Ontstaan van ziekten (primaire preventie)

Hart- en vaatziekten
Diabetes Mellitus II
Overgewicht
Osteoporose

Verloop van ziekten (tertiaire preventie)

Coronaire hartziekten
Diabetes mellitus II
Overgewicht

Aanwijzingen
positief effect

Slaappatroon
Coördinatie
Reactiesnelheid, -vermogen
Psychosociaal welbevinden
Zelfredzaamheid
Zelfvertrouwen
Zelfwaarde

Beroerte
Depressie
Colonkanker
Borstkanker

Osteoporose
Beroerte
Angst en depressie
Reumatoïde artritis
Artrose
Bekkeninstabiliteit
Ziekte van Parkinson

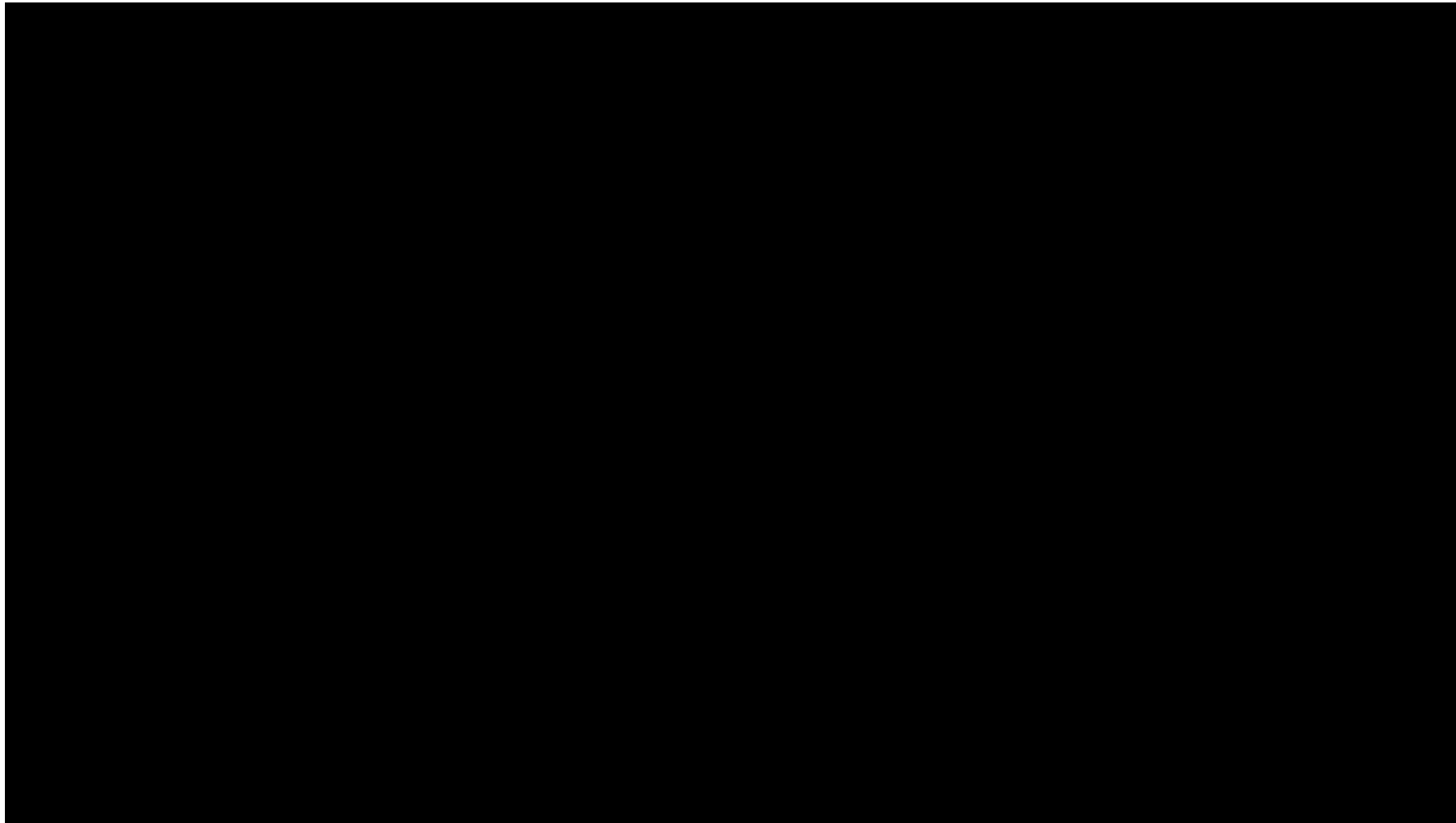
Doel EnterTrain:

Zelfstandig thuiswonende ouderen op een leuke manier meer laten bewegen en daarbij hun zelfredzaamheid verbeteren

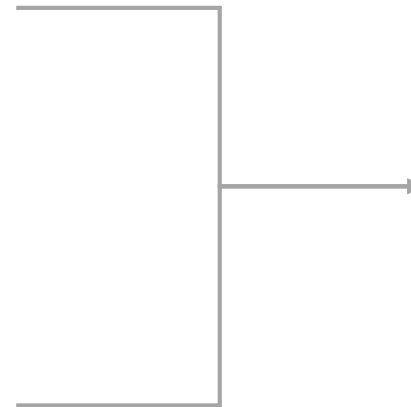
- *201 mensen (65+) geïnterviewd, 100 in Oostenrijk en 101 in Nederland*
- *Focusgroepen met jongeren en senioren*
- *Testen met het EnterTrain systeem:*

Fasen	Aantal deelnemers	Wanneer
Testfase 1	4 deelnemers	Juni - Augustus 2017
Testfase 2	40 deelnemers	April 2018 –Februari 2019


Ervaring van een deelnemer fase 1










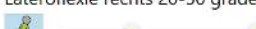
Beheer cliëntcapaciteiten



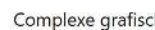
Abductie van de linkerarm 30-90 graden 


Abductie van de rechterarm 30-90 graden 


Anteflexie van de armen 100-180 graden 

Lateroflexie links 20-50 graden 

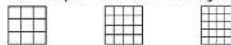
Lateroflexie rechts 20-50 graden 



  Complexe grafische vormgeving 

Beweging van stukje uit de stoel komen tot volledig uit de stoel komen is toegestaan 

Beide voeten mogen gebruikt worden tijdens oefeningen 

Veldgrootte: 0.50 x 0.50 m 

Alleen puzzels van 3x3 zijn toegestaan 

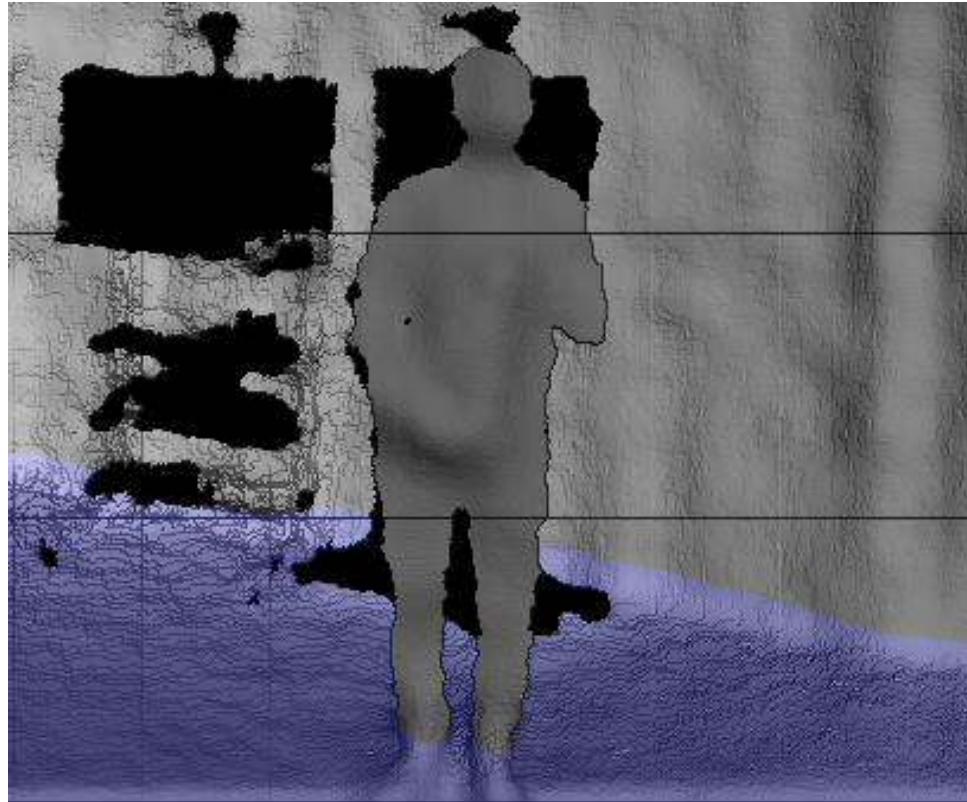
 **Annuleren**  **Opslaan**

Zijn er nog vragen?









Hartelijk dank voor uw komst en uw belangstelling voor Entertrain.


Wat 'ziet' zo'n sensor?





Beschikbare spellen en hun bewegingen


Manage exercises


	Puzzle Entertrain/Puzzle/Bending trunk while seated	
	Bingo Entertrain/Sit-stand Bingo/Sit to stand	<input checked="" type="checkbox"/>
	The fox Entertrain/The fox/Bending trunk while seated	
	Mental Math Entertrain/Arithmetic/Reaching arms: left, right and up	<input checked="" type="checkbox"/>
	Deep water swimming Entertrain/Deep sea swimming/Muscle strength	<input type="checkbox"/>
	The mole Entertrain/The mole/Walking in all directions	<input checked="" type="checkbox"/>


 Try exercise

 Edit exercise

 Move up

 Move down

 Cancel

 Save protocol