

Inwoners inspireren vanuit Positieve Gezondheid: tips, uitdagingen en behoeften

Een belangrijk uitgangspunt van Positieve Gezondheid is dat mensen zoveel mogelijk eigen regie voeren op hun gezondheid. Hoe kom je daarover in gesprek als professional? Wat werkt, welke uitdagingen zijn er en wat is er nodig om de beweging verder te brengen? Tijdens de derde bijeenkomst van het Leeratelier Positieve Gezondheid passeerden vele ervaringen en ideeën de revue.

Om vanuit Positieve Gezondheid samen verder te groeien, organiseerde de [Werkplaats Sociaal Domein Den Haag & Leiden](#) samen met de [Alliantie Positieve Gezondheid](#) op 18 november 2021 een online leeratelier. Tijdens dit derde leeratelier kwamen (zorg)professionals, beleidsmakers, bestuurders en inwoners samen om kennis uit te wisselen en samen toe te werken naar de gezondste regio van Nederland.

[Marieke van Schie, projectadviseur van Reos](#), verzorgde de aftrap met de hoofdvraag voor deze digitale bijeenkomst: hoe inspireer je bewoners om regie over de eigen gezondheid te krijgen? Daarna ging [Suzanne Lagerweij](#), onderzoeker bij de Werkplaats Sociaal Domein Den Haag & Leiden, met twee personen in gesprek over deze vraag. Als eerste met Akke Timmermans, voorzitter van de Wijkvereniging Merenwijk in Leiden. “Toen ik twee jaar geleden werd gevraagd om me bij de Alliantie Positieve Gezondheid aan te sluiten, was ik onder de indruk van het gedachtegoed. Dat het niet op één dimensie inzoomt, maar een bredere blik op gezondheid heeft waarbij ook wordt uitgegaan van zelfregie door mensen.”

Het brede gesprek voeren

De strategie van Wijkvereniging Merenwijk is dat buurtbewoners actief betrokken raken en initiatief nemen, vertelde Timmermans. “Positieve Gezondheid gebruiken we daarbij als methodiek om te horen wat er leeft, in onderlinge gesprekken en tijdens bijeenkomsten.” Als voorbeeld van betrokkenheid noemde Timmermans dat buurtbewoners bereid zijn om ouderen te bezoeken. “Zij spreken dezelfde taal en kunnen goed het brede gesprek voeren. Zo houd je verbinding in de wijk.”

Op de vraag van Lagerweij naar de aansluiting met professionals, antwoordde Timmermans dat het ‘als twee ijsschotsen zijn die naar elkaar toe drijven’. “We zouden een bijeenkomst hebben met de eerste lijn en een lunch met professionals en vrijwilligers, maar door corona hebben we veel activiteiten helaas moeten afzeggen. Dat hindert de voortgang, maar het blijft belangrijk om elkaar te leren kennen en verbindingen te maken. Onder meer voor een warme overdracht van buurtbewoners met een hulpvraag.”

Ontmoeting en vertrouwen winnen

[Tessa den Dulk](#) deelde vervolgens haar ervaringen met Positieve Gezondheid als ontwikkelmakelaar bij welzijnsorganisatie BuZz in Leiden. “Het is voor ons een heel belangrijk thema, dat we inzetten om bewoners te activeren. Dan heb je het bijvoorbeeld over mensen met psychische problemen, schulden of mensen die eenzaam zijn. In Leiden alleen al gaat het om zo’n 50.000 mensen die in onze doelgroep vallen. We bieden een breed scala aan activiteiten aan en kijken wat we verder voor hen kunnen betekenen. Waarbij we breder naar gezondheid kijken dan alleen het lichamelijke aspect.”

Ontmoeting en vertrouwen winnen zijn cruciaal om vooruitgang te boeken, aldus Den Dulk. “Vanuit een praatje vertellen mensen soms over problemen in hun leven en kun je gericht bespreken wat ze nodig hebben. De ene keer is dat taalles, een andere keer hulp bij schulden en weer een andere keer blijkt iemand vrijwilligerswerk te willen doen. Mensen vinden het vaak lastig om hun hulpvraag te formuleren. Doordat je elkaar langer ziet, kun je aan persoonlijke doelen werken en elkaar op een positieve manier aanspreken.”

Hoe kom je in contact met mensen die zichzelf niet aandienen bij activiteiten, wilde interviewer Suzanne Lagerweij weten. Den Dulk: “Onze slogan is ‘Mag ik je leren kennen?’. De deur staat altijd open. Vaak komen mensen ook via partners in de wijk bij BuZz. Daarnaast leggen we huisbezoeken af om te zien in hoeverre mensen zelfredzaam zijn. Door langs te gaan leer je ze kennen en nodigen we hen uit om naar de ontmoetingsplek te komen. Ze ontmoeten daar andere mensen en wie weet vinden ze het een volgende keer leuk om soep te maken of op een andere manier actief te worden.”

Inwoners inspireren

In break-outsessies gingen de deelnemers vervolgens aan de slag met leervragen, elk groepje vanuit een ander perspectief: de inwoner, de professional, op buurtniveau en de regio. Op deelvragen rond de kernvraag ‘Hoe kun je inwoners vanuit Positieve Gezondheid inspireren?’ reageerden deelnemers als volgt:

Wat werkt goed?

- Het spinnenweb gebruiken in individuele gesprekken;
- Zoek een partner die uit de inwoners zelf komt, bijvoorbeeld een wijkorganisatie;
- Ambassadeurs werven onder inwoners;
- Mensen verleiden vrijwilliger te worden. Niet te grote stappen, anders haken ze af;
- Mensen voorlichten over Positieve Gezondheid, als bewustwording en trigger;
- Een warme overdracht door professionals waarmee de inwoner echt geholpen is;
- Inwoners vertrouwen geven door te laten zien dat samenwerking goed verloopt.

Wat zijn uitdagingen?

- Iedere inwoner met Positieve Gezondheid in aanraking laten komen;
- Dat mensen ook zelf de stap richting Positieve Gezondheid zetten;
- Het vinden van de juiste professionals door inwoners;
- Goed contact met inwoners die moeite hebben met de Nederlandse taal;
- Positieve Gezondheid eerder, preventief inzetten als professional;
- Financiën;
- Het op peil houden van inzichten rond Positieve Gezondheid;
- Verbinding tussen professionals in coronatijd.

Wat is nodig?

- Kennis van andere organisaties en persoonlijk contact;
- Tijd, om verder te kijken dan de waan van de dag;
- Succesverhalen van collega’s, dat enthousiasmeert;

- Tools;
- Goede communicatievaardigheden als professional;
- Uitstralen van hoop, energie, verlangen en kracht;
- Dat collega's elkaar kennen en een netwerk vormen; het gaat om vertrouwen;
- Scholing;
- Dat alle instanties rond de inwoner Positieve Gezondheid een prominente plek geven in het werk.

Alliantie Positieve Gezondheid op 1sociaaldomein.nl

Na het uitwisselen van inzichten in de break-outsessies vertelde Simme van de Lustgraaf van 1sociaaldomein.nl dat dit digitale platform bij uitstek geschikt is om dergelijke informatie en inspiratie onderling te delen. De Alliantie Positieve Gezondheid Zuid-Holland Noord heeft namelijk een [eigen subgroep op 1sociaaldomein.nl](#), als onderdeel van het landelijke 'channel' Positieve Gezondheid. In de subgroep van de Alliantie staan onder meer verslagen van bijeenkomsten, artikelen met handvatten rond Positieve Gezondheid en voorbeelden uit de regio. Professionals kunnen elkaar helpen met vragen en antwoorden. "Het is belangrijk dat we zinnige dingen delen met elkaar", aldus Suzanne Lagerweij. "Meld je aan en nodig andere mensen uit die in onze regio ook actief zijn met Positieve Gezondheid. Hoe meer deelnemers, hoe meer we elkaar te bieden hebben op dit platform."

Leeratelier Positieve Gezondheid in 2022

Ook in 2022 worden er drie bijeenkomsten van het Leeratelier Positieve Gezondheid: 'Samen verder groeien!' georganiseerd. Zet de volgende data alvast in de agenda: 24 maart, 21 juni en 15 november 2022 van 15.00 tot 17.00 uur.

Leeratelier Positieve Gezondheid

Het Leeratelier Positieve Gezondheid is een initiatief van de Werkplaats Sociaal Domein Den Haag & Leiden in samenwerking met de Alliantie Positieve Gezondheid Zuid-Holland Noord. Dit initiatief staat open voor (zorg)professionals, beleidsmakers, bestuurders en inwoners uit de regio Zuid-Holland Noord, die gestart zijn en/of werken vanuit het gedachtegoed Positieve Gezondheid. Het doel van dit Leeratelier is om van elkaar te leren en zo elkaar te versterken.

Alliantie Positieve Gezondheid

Rijncoepel, ROHWN, Marente, Welzijn Teylingen, GGD Hollands Midden, Zorg en Zekerheid en Reos vormen samen de Alliantie Positieve Gezondheid. Met elkaar willen zij dat Zuid-Holland Noord de meest Positief Gezonde regio wordt richting 2030.

Werkplaats Sociaal Domein Den Haag & Leiden

Via de Werkplaats worden partijen uit de lokale praktijk samengebracht in een Leeratelier. Het leren vindt plaats door kennis en ervaringen te delen met elkaar, te experimenteren in de praktijk, en daardoor nieuwe kennis en inzichten op te doen. Met het streven om de beroepspraktijk en de kwaliteit van leven van bewoners te verbeteren.

Lees [hier het verslag van de tweede bijeenkomst](#) van het Leeratelier Positieve Gezondheid (29 juni)
 Lees [hier het verslag van de eerste bijeenkomst](#) van het Leeratelier Positieve Gezondheid (25 maart)