

PG Positieve Gezondheid

Magazine – uitgave september 2020

Staatssecretaris Paul Blokhuis

'Over 10 jaar vinden we het vanzelfsprekender om gezonde keuzes te maken'

Gemeenten en GGD'en aan het woord

Positieve Gezondheid op marco-niveau: hoe doe je dat?

Waarom het lukte in Limburg

Machteld Huber

'Een stabiele situatie ontstaat wanneer we investeren in weerstand en veerkracht'

Praten over ouder worden met het spinnenweb op tafel

Alle handige tools voor Positieve Gezondheid op een rij



Inhoudsopgave

Voorwoord door Angelique Schuitemaker	1
Interview Staatssecretaris Paul Blokhuis	2
Column Machteld Huber	4
Positieve Gezondheid in Den Haag	5
Zo doen ze het in de gemeente Utrecht	7
GGD Twente	9
Praten over ouder worden met het spinnenweb op tafel	10
Hoe Positieve Gezondheid de jeugd aan veerkracht helpt	12
Achterstandssituaties verkleinen: waarom het lukte in Limburg	14
Onze partners aan het woord	16
Het spinnenweb als gespreksinstrument voor beleidsmakers, zorgprofessionals en cliënten	19
Alle tools op een rij	21
Colofon	22
Contact	23

Blijf op de hoogte via onze [website](#), waar we alle artikelen omtrent de nota verzamelen en zullen aanvullen.



Lieve lezers

Sinds Machteld Huber het gedachtegoed Positieve Gezondheid introduceerde, is er in Nederland langzaam een verschuiving gaande in de perceptie van wat gezondheid is. Het gedachtegoed wordt steeds breder omarmd. Begrijpelijk! Positieve Gezondheid brengt kansen met zich mee voor knelpunten in de zorg, waarvoor we al lange tijd oplossingen zoeken. En niet alleen voor de zorg. Gezondheid zit verweven in vrijwel alle aspecten waar we als samenleving mee te maken hebben. Je leefomgeving, je financiële toestand, je werk... Het Institute for Positive Health maakt zich tezamen met onze partners en founders al een aantal jaren sterk voor die brede benadering van gezondheid. De publicatie van de Landelijke nota gezondheidsbeleid 2020-2024 (LNG) is voor ons dé erkenning. Positieve Gezondheid als paraplu en gespreksinstrument voor de benadering van gezondheid in de toekomst.

Staatssecretaris Blokhuis gaf in een exclusief interview met iPH aan welke uitdagingen hij ziet en hij is optimistisch dat het gaat lukken. Wij ook! Maar hoe geef je op lokaal niveau nu uiting aan de thema's zoals geformuleerd in de LNG? Daar leest u alles over in deze speciale uitgave.



Directeur iPH Angelique Schuitemaker door Suzanne Blanchard

Angelique Schuitemaker, directeur iPH

“Met Positieve Gezondheid kunnen we vraagstukken in onze samenleving in een ander licht bekijken”

De nieuwe Landelijke nota gezondheidsbeleid 2020-2024 heeft oog voor gezondheid in de volle breedte. Positieve Gezondheid wordt als paraplu voor deze benadering en als gedachtegoed nadrukkelijk genoemd. Staatssecretaris Paul Blokhuis denkt dat Nederland klaar is voor de shift. “Iedereen voelt dat dit Nederland alleen maar aangenamer kan maken.”

Is de brede benadering van gezondheid zoals omschreven in de landelijke nota vernieuwend?

“Absoluut! Dit kabinet heeft echt een shift gemaakt in het denken. Tot voor kort dachten we dat gezondheidszorg primair ging om het tegengaan van ziekten. En hoewel de gezondheidszorg van Nederland mondiaal heel goed staat aangeschreven, heeft gezondheidsbevordering maar een heel kleine rol in ons beleid. Dat heeft in de landelijke nota een prominente plek gekregen, omdat we merkten dat die vraag ook ontstond in de samenleving. Verschillende organisaties, waaronder Arts & Leefstijl, Alles is Gezondheid en Institute for Positive Health, voorstaan een brede benadering van gezondheid. Zij hebben er aan bijgedragen om onze ogen verder te openen voor het gevolg van leefstijlkeuzes. De brede benadering is daarbij van groot belang. Daarom hebben we ook schuldhelpverlening en bijvoorbeeld de fysieke omgeving als invalshoeken voor de beleidsnota genomen.”

Waarom is dat nodig?

“Wij kunnen heel veel in Nederland. We kunnen veel ziekten genezen, we kunnen veel herstellen, en in die context is het onuitstaanbaar dat er jaarlijks nog altijd 35.000 mensen overlijden als gevolg van leefstijlgerelateerde ziekten. Dat heeft te maken met de hele inrichting van ons leven. De fysieke inrichting van de omgeving, hoe stimuleer je mensen met een gezondheidsachterstand om meer te bewegen en hoe help je ouderen om naar buiten te kunnen? Voor ons als kabinet zit de uitdaging in het gemakkelijker maken van gezonde keuzes. En wat gezond dan is, laat zich heel breed uitleggen. Juist die brede benadering wordt in de samenleving steeds luider. Ik zit in de gelukkige positie dat ik deze uitdaging mag vormgeven in dit kabinet.



Staatssecretaris Paul Blokhuis door Arenda Oomen Fotografie

En dat is nodig. We zitten nog steeds in een scheve situatie. We geven in Nederland per jaar ruim 80 miljard uit aan zorg. Met heel veel moeite komen we op 2 miljard voor preventie en gezondheidsbevordering. Het kabinet wil de beweging naar meer gezondheidsbevordering inzetten. Ik ben ervan overtuigd dat dit een heel belangrijke koerswijziging is ten opzichte van de achter ons liggende decennia waar we vooral aan damage control hebben gedaan.”

Waarom is Positieve Gezondheid zo prominent als uitgangspunt gekozen in de beleidsnota?

“Ons stelsel is ingericht op schade en schadeherstel. Terwijl de focus veel meer zou moeten liggen op wat mensen wel kunnen. De brede benadering is op individueel niveau van belang; bijvoorbeeld in de spreekkamer van de huisarts waar iemand met onverklaarbare buikpijn onderliggend last kan hebben van eenzaamheid. En toch grijpen we in ons huidige stelsel snel naar medicatie. Ik wil mensen geen hulpverlening ontzeggen, maar ik denk wel dat we oog moeten hebben voor de brede gezondheid. ►

Dat doet Positieve Gezondheid. Hiermee kun je vraagstukken in onze samenleving in een ander licht bekijken; door uit te gaan van het positieve. En dat vertaalt zich door in alle facetten van de samenleving. Bijvoorbeeld in de fysieke omgeving; het aanleggen van fietspaden, speelplaatsen inrichten voor kinderen, het kinderen gunnen dat buitenspelen soms een beetje wild en vies is. Ik kom nog uit de generatie dat ik vroeger met een gat in mijn broek thuis kwam, gewoon omdat wij het buitenleven gingen ontdekken en onze dagen niet versleten met gamen.”

“Over tien jaar vinden we het in Nederland vanzelfsprekender om gezonde keuzes te maken”

Hoe bewerkstellig je dan dat alle gemeenten actief aan de slag gaan met gezondheidsbevordering?

“In mijn optiek zijn daarvoor drie zaken van groot belang: wetgeving, borging en geld. Het aandacht geven aan gezondheidsbevordering en preventie is nog best vrijblijvend in Nederland. Gemeenten zijn hier niet toe verplicht. Ik denk dat daar verandering in moet komen door gezondheidsbevordering vast te leggen in onze wetgeving. Niet door gemeenten voor te schrijven hoe zij het moeten doen - er blijft ruimte voor de lokale accenten en maatwerk - maar door de verplichting kunnen we gezondheidsbevordering borgen. Er staan veel mensen in de startblokken om deze nieuwe benadering verder vorm te gaan geven. En daar zijn in de toekomst ook financiële middelen voor nodig. Hoe we het exact gaan doen, is nog een zoektocht. Maar iedereen voelt aan dat deze benadering Nederland alleen maar aangenamer kan maken.”

En welke rol speelt samenwerking hier dan in?

“In sommige regio’s ontstaan er al mooie samenwerkingen, in andere regio’s moeten samenwerkingspartners bij wijze van spreken nog kennismaken. Zeker wanneer gezondheidsbevordering en de vervlechting van gezondheid in alle domeinen verplicht wordt, noopt dit tot nauwere samenwerking.

Gezondheid is een gezamenlijke inspanning. Partijen die elkaar kunnen versterken worden dan ook aangemoedigd om nauwer samen te werken. Ik vind dat wanneer je als conglomeraat een subsidieaanvraag indient, je eigenlijk al een streepje voor hebt.”

Even terug naar de gezondheidsbevordering; niet ieder mens is in staat gezonde keuzes te maken...

“Dat klopt. De rol van overheden, gemeenten en organisaties zit dan ook in het gemakkelijk maken van de gezonde keuzes. Ik ben zelf ook maar een mens en als ik in de supermarkt een mooie actie zie van twee flessen wijn voor de prijs van één, dan gooi ik er zes in mijn karretje. Daarom is er een shift nodig, waarbij we gezonde keuzes gemakkelijker maken. Je wilt de mindset van mensen veranderen op een positieve manier, zonder dat je hen dingen verbiedt. In IJsland vinden jongeren het nu bijvoorbeeld not done om te roken. ‘Dat is voor oude mensen’, zeggen zij. Het is aan Nederland om een gezonde cultuur te ontwikkelen, waar mensen automatisch onderdeel van uit willen maken.”

Hoe ziet Nederland er dan over tien jaar uit?

“Dan vinden we het vanzelfsprekender om gezonde keuzes te maken. Ik was onlangs bij een project genaamt Healthy Hillegom, dat een gezonde leefstijl stimuleert. Dat vond ik zo inspirerend. Zij zouden als stad zomaar de eerste blue zone van Nederland kunnen worden. Maar om blue zones te ontwikkelen, heb je trekkers nodig. En een goede wetgeving. Ik was laatst op een MBO-school waar de Gezonde School werd nagestreefd, door onder andere gezonde producten aan te bieden in de kantine. Maar de jongeren zeiden: “Als we naar buiten lopen, kunnen we om de hoek van de school een patatje halen.” Nu wil ik niet alle cafetaria’s dichtdoen – ik kom er zelf ook wel eens – maar gemeenten zouden bijvoorbeeld op termijn wel kunnen bewerkstelligen dat er geen snackbars in een straal van 100 meter van een school zijn gevestigd. Dat is ook weer die Health in All Policies; je hebt een brede aanpak nodig met commitment van iedereen in onze samenleving. Daar gaan we voor. En daar ben ik erg optimistisch over!” ●

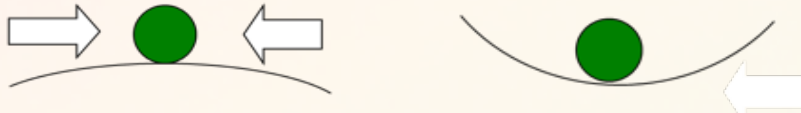


[Lees de hele Landelijke nota gezondheidsbeleid](#)

Column Machteld Huber

Bijzondere tijden vol mijlpalen en zoektochten

Eigenlijk was ik het plaatje al vergeten, terwijl ik het lange tijd heb gebruikt in mijn lezingen. Juist omdat het zo treffend laat zien hoe verschillend je naar gezondheid kunt kijken. Ik moest er onlangs weer aan denken, en dat was niet zomaar. Maar eerst even het plaatje:



Wat je ziet zijn twee visies op gezondheid. Links de situatie als je denkt dat gezondheid gaat over het moeten beheersen en uitbannen van ziektes. Rechts staat voor een heel andere visie op gezondheid. Daarin gaat het veel meer om een stabiele situatie die ontstaat als je investeert in weerstand en veerkracht.

Wat gebeurde er waardoor ik ineens weer aan het plaatje moest denken? In juni verschenen er nagenoeg tegelijkertijd twee belangrijke stukken die laten zien dat er een verschuiving gaande is van de linker- naar de rechterkant.

De eerste is de Landelijke nota gezondheidsbeleid, tot stand gekomen in samenspraak met tal van partijen, zoals gemeenten, professionals en kennisinstituten. De nota nodigt ons uit om met elkaar te komen tot een nieuwe aanpak die op het 'kommetje' rechts lijkt. Ook het begrip Positieve Gezondheid wordt daarin herhaaldelijk genoemd, als brede benadering van gezondheid.

Bijna tegelijkertijd verscheen het nieuwe raamplan voor de medische opleidingen. Tot nu toe leerden artsen alles over ziektes en hoe je dat met medicijnen en behandelingen onder controle kunt houden (de linkerkant). Maar het is belangrijk dat de professional van de toekomst veel meer kennis meekrijgt over wat de mens nodig heeft om gezond en gelukkig te zijn (wat meer neigt naar de rechterafbeelding). Dat uitgangspunt staat nu in het raamplan uitgewerkt, met Positieve Gezondheid als een van de conceptuele benaderingen, naast de ook noodzakelijke kennis over het behandelen van ziekte.

Terwijl de inkt van deze stukken aan het drogen was, sloeg het coronavirus toe. Gelijk veerden we als in een reflex terug naar het plaatje links. Omdat in die eerste fase niemand wist wat er ging gebeuren, was dat goed te begrijpen. We hadden op dat moment de sturing en controle nodig. Inmiddels zijn we weer een paar maanden verder en start het leven weer op. Maar het risico is dat we in die gezondheidsaanpak blijven 'hangen'. Er worden zelfs plannen gesmeed voor nóg meer controle en nóg meer maatregelen om ziekte in te dammen. Daarmee ontstaat de bijzondere situatie dat de overheid twee boodschappen uitzendt: lijkend op de twee plaatjes die je hierboven ziet.

We hebben lang tegen elkaar gezegd dat het anders moet in de zorg. En heel lang was de vraag: hoe? De mijlpalen laten zien dat er gaandeweg een verandering optreedt en er oplossingsrichtingen ontstaan, waarbij veerkracht en de brede benadering van gezondheid een belangrijke rol spelen. Maar de coronacrisis legt ook bloot dat het nog zoeken is. Ik ben heel benieuwd naar wat er gaat komen. Intussen gebruik ik weer het plaatje, het komt goed van pas om te duiden waar we nu staan.



Machteld Huber is van oorsprong huisarts. Tijdens eigen ervaring met ziekte ontdekte ze dat haar herstel actief en positief kon beïnvloeden. Zij besloot meer aandacht te gaan richten op 'gezondheids-bevordering'. Enerzijds werd zij onderzoeker, op het Louis Bolk Instituut in Driebergen, en anderzijds ging zij werken met ernstig beschadigde mensen. Zij ontwikkelde een nieuw, dynamisch concept van gezondheid, dat zij uitwerkte tot het brede begrip 'Positieve Gezondheid', waar zij in 2014 op promoveerde.

“Een stabiele
situatie
ontstaat
wanneer we
investeren in
weerstand en
veerkracht”

“In veel van onze initiatieven in Den Haag nemen wij Positieve Gezondheid als uitgangspunt”

Bij het opstellen van de nota Gezondheidsbeleid waren gemeenten en GGD's nauw betrokken. Onder andere de gemeente Den Haag, waar in de afgelopen jaren al veelvuldig met Positieve Gezondheid is gewerkt. Welke uitdagingen ziet Den Haag voor het gezondheidsbeleid van de toekomst en hoe gaan zij zelf te werk met Positieve Gezondheid?

Handelingsopties

Andrea Toeter is senior beleidsmedewerker in de gemeente Den Haag. Zij is verheugd dat zij samen met Utrecht en twee kleine gemeenten kon bijdragen aan de gezondheidsnota. “De landelijke nota geeft richting aan de lokale nota. Voor een stad als Den Haag is het belangrijk te weten waar het beleid aan op te hangen is. Door de landelijke beleidsnota ontstaan er op lokaal niveau handelingsopties. De interactie met gemeenten en GGD's die heeft plaatsgevonden bij het opstellen van de landelijke nota, is van groot belang.”

Alles is gezondheid

In de gemeente Den Haag is het werken met Positieve Gezondheid al zo'n vijf jaar vervlochten in de werkwijze van volksgezondheid. “Wij willen dat ons beleid bijdraagt aan het goed functioneren van onze inwoners. Niet gericht op ziekte en zorg, maar op gezondheid en gedrag. We houden ons als gemeenten bezig met verschillende thema's als jeugd, WMO, sport en bewegen en een gezonde leefomgeving. Al deze thema's hebben betrekking op onze gezondheid. Het uitgangspunt is het bevorderen van gezond leven in alle levensfasen. We willen alle inwoners gelijke kansen bieden en houden rekening met persoonlijke omstandigheden en vaardigheden. Gezondheid bestaat uit veel verschillende aspecten, daarom sluiten we aan bij wat mensen zelf belangrijk vinden. We gaan uit van wat mensen wel kunnen en zetten in op een gezonde basis voor de verdere ontwikkeling van de gezondheid.”

Praktisch instrument en visie

De brede blik op gezondheid en de inzet van Positieve Gezondheid als methodiek komt tot uiting in verschillende initiatieven in de gemeente. Zoals bij het regionale netwerk Gezond Gelukkig Den Haag. Andrea: “Hier zitten zorg- en welzijnspartijen, zorgverzekeraars en de gemeente om tafel om de gezondheid van de inwoners van Den Haag verbeteren en gezondheidsachterstanden terug te dringen. Positieve Gezondheid helpt daarbij om te inspireren en te verbinden over de verschillende domeinen heen. Het spinnenweb met de verschillende dimensies van gezondheid wordt ervaren als een praktisch instrument. De Positieve Gezondheid wordt ingezet om samen met één en dezelfde visie naar deze brede gezondheidsopgave te kijken.” ►





Uitdagingen

Andrea ziet de brede blik op gezondheid zich steeds meer toegepast worden op zowel landelijk als lokaal niveau: “In veel van onze initiatieven in Den Haag nemen wij Positieve Gezondheid als uitgangspunt. Zo zien we bij preventie van depressie veel mensen met somberheids- en eenzaamheidsklachten die niet alleen werken aan het verminderen van hun klachten maar ook focussen op het verbeteren van het mentale welbevinden. Naast het voorkomen van somberheid blijken zij ook behoefte te hebben aan interventies gericht op zingeving, vrienden maken, ontspanning om weer te leren te genieten van het leven.”

Helicopterview

Welke uitdagingen ziet Andrea voor Positieve Gezondheid op beleidsmatig niveau? “Wij zoeken de verbinding met verschillende domeinen en hebben ze ook echt nodig. Als gemeente hebben wij vanuit volksgezondheid de opdracht om als een soort helicopter boven het veld te hangen.

Wat is er dan beschikbaar voor mensen met gezondheidsproblemen in de stad? En sluit dit ook aan bij wat zij nodig hebben? We proberen deze behoeften en wensen aan de verschillende initiatieven in de stad te verbinden. Dat is een uitdaging voor ons volksgezondheidsbeleid. Positieve Gezondheid is hierin een verbindend instrument om integraal te kijken en te werken. We moeten breed blijven kijken en ons continu bezighouden met de vraag: Hoe helpen we Hagenaars om zo goed mogelijk te functioneren? Daarvoor biedt Positieve Gezondheid een mooi perspectief.” ●

Gemeente Utrecht: “Iedereen, elk individu, elke organisatie, draagt bij aan de brede gezondheid”

De stedelijke ambitie van Utrecht is ‘gezond stedelijk leven voor iedereen’ en dat is uniek. De stad loopt voorop in de brede benadering van gezondheid en heeft daarom bijgedragen aan de totstandkoming van de Landelijke nota gezondheidsbeleid. Tinja Verkleij, adviseur Utrechts Volksgezondheidsbeleid, en Manja van Wezep, gezondheidsexpert bij de gemeente Utrecht, leggen uit hoe zij in de gemeente te werk gaan met Positieve Gezondheid.

Waarom wilden jullie als gemeente Utrecht graag bijdragen aan de Landelijke nota gezondheidsbeleid?

Tinja: “Er waren voor Utrecht twee belangrijke doelen om bij te dragen aan de Landelijke nota gezondheidsbeleid 2020-2024. Allereerst wilden we de landelijke beweging naar een brede benadering van gezondheid versterken doordat dit ook in de landelijke nota een plek zou krijgen. Een goed voorbeeld daarvan is het belang van een gezonde leefomgeving. Daarnaast vonden wij het erg belangrijk om in de landelijke nota aandacht te besteden aan achterliggende factoren die van invloed zijn op de gezondheid zoals druk in het dagelijks leven en geldzorgen. Die achterliggende factoren kwamen in het Nationaal preventieakkoord destijds nog niet als zodanig aan de orde. Door de decentralisatie, waarbij veel taken van de overheid bij de gemeenten terechtkwamen, werd er sterk ingezet op het voeren van eigen regie. Daarbij staat de mens eerst centraal, vervolgens het netwerk om hen heen, dan pas professionele hulp. Hoe mooi dat ook klinkt; het is niet voor iedereen haalbaar. Dat schurkt ook aan tegen kansengelijkheid. Positieve Gezondheid is in grote lijnen het vermogen dat je hebt om om te gaan met de omstandigheden. Het doenvermogen is daar de spiegel van, een tegenhanger. Doenvermogen gaat over het besef dat omstandigheden invloed hebben op dat vermogen.

In de landelijke nota is een balans gevonden tussen Positieve Gezondheid en doenvermogen. Het is belangrijk om in je beleid rekening te houden met omstandigheden, behoeften en vaardigheden van mensen. En dus iets meer, extra's of anders doen waar dat nodig is. De brede benadering van gezondheid en het nastreven van kansengelijkheid, noemen we in goed Utrechts ‘Health Equity In All Policies’.” ►



“Gezamenlijk werken
aan gezondheids-
opgaven”

Hoe wordt de brede benadering van gezondheid in Utrecht toegepast?

Manja: “Wij gaan in de gemeente Utrecht uit van 'Health Equity In All Policies'. Daarbij kijken we dus niet alleen naar de geijkte indicatoren van gezondheid, maar bijvoorbeeld ook naar de invloed van de leefomgeving, armoede en stress op gezondheid. ‘Gezond stedelijk leven voor iedereen’ houdt in de praktijk in dat collega’s van Volksgezondheid en andere, gemeentelijke onderdelen, zoals ruimte en werk & inkomen, nauw samenwerken. Dat we met z’n allen in één gebouw werken, ondersteunt dit. We beschikken over een team van Gezonde Leefomgeving adviseurs die helpen invulling te geven aan gezondheid in ruimtelijke ontwikkeling. Zij adviseren bijvoorbeeld of gebiedswijzigingen en nieuwbouwprojecten eraan bijdragen dat mensen elkaar sneller kunnen ontmoeten. Zijn er speeltuinen? Bevordert de bouw de gezondheid? De brede kijk op gezondheid is een uitgangspunt. Wij zijn als gemeente nog lerend in hoe we dit goed kunnen doorvoeren. Maar de mindset is er zeker.”

Welke rol speelt Positieve Gezondheid daarin?

Manja: “Eén van de speerpunten in de nota is Gezond Werkgeverschap. De coronacrisis heeft veel ZZP’ers geraakt en zal ook de komende periode nog grote gevolgen hebben voor hen. Daarom heeft de afdeling Volksgezondheid tezamen met de afdeling Werk & Inkomen en de afdeling Economische Zaken in samenwerking met de Hogeschool Utrecht een subsidieaanvraag gedaan. Vanuit het gedachtegoed Positieve Gezondheid bekijk je dan met elkaar hoe je bij deze groep ondernemers de veerkracht kunt versterken en een duurzaam toekomstperspectief kan bieden.”

Tinja: “We passen Positieve Gezondheid niet sec toe volgens het spinnenweb. We volgen de principes van Positieve Gezondheid, zoals aansluiten bij wat iemand wil en kan. En in de stad starten initiatieven, zo is het ROC Midden Nederland zelf aan de slag gegaan met het ontwikkelen van een leergang over Positieve Gezondheid. Dat juichen wij als gemeente toe.

Ook in het speciaal onderwijs loopt een project waar Positieve Gezondheid wordt toegepast in de behandeling van kinderen met overgewicht. Dus geen focus op het verminderen van de kilo’s, maar kijken waar kinderen echt gelukkig van worden en dat versterken waardoor zij beter in hun vel gaan zitten. Wij als gemeente worden daarin wel betrokken, maar het initiatief komt vanuit het netwerk.”

Manja: “Een belangrijk onderdeel van de brede benadering van gezondheid is dat je het samen doet. Wij als gemeente ondersteunen en leggen verbindingen. De uitgangspunten in onze lokale nota zijn: Gezondheid breed en positief, Inzet op kansengelijkheid en Iedereen levert een bijdrage. Dus iedereen, elk individu, elke organisatie, draagt bij aan de brede gezondheid. Onze rol als gemeente is om dit proces te versnellen, te versterken en te verbinden. Dit zie je ook terug in hoe de gezonde wijkallianties zijn samengesteld; naast zorgpartijen is ook het sociale domein vertegenwoordigd, en in de meeste gevallen ook bewonersorganisaties en/of een partij als de woningcorporatie. Zo werk je gezamenlijk aan de gezondheidsopgaven, vanuit verschillende invalshoeken, in de wijk. De gemeente neemt hier de verbindende en versterkende rol aan.”

Tinja: “Gezondheid is verweven in zoveel aspecten van wat je als gemeente doet. Denk bijvoorbeeld aan het inkoop- en subsidiebeleid. In het nieuwe gemeentelijke inkoopbeleid is gezondheid dat de gemeenteraad na de zomer behandelt, is naast de thema’s duurzaamheid en social return ook gezondheid een pijler geworden. Zo zetten we de denk- en innovatiekracht van de markt in om gezondheidswinst te behalen. Een voorbeeld van inkoop voor de medewerkers van de gemeente Utrecht is de aandacht voor gezonde voeding in de *Aanbesteding Utrechtse catering voor iedereen* met als rode draad: verantwoord, lekker en uitnodigend. ●

GGD Twente: “Volksgezondheid verbeteren kun je niet alleen”

GGD Twente werkt al sinds 2012 aan een brede blik op gezondheid. Betty Sibbel is adviseur Publieke Gezondheid en nauw betrokken bij het meekoppelen van volksgezondheid in alle domeinen. Zij legt uit hoe ze in de Twentse gemeenten probeert om gezondheid breder te benaderen, zoals omschreven in de Landelijke nota gezondheidsbeleid 2020-2024.

In meerdere beleidsterreinen

Betty: “Gezondheid is meer dan je lichamelijk top voelen of zonder ziektes zijn. Dat laat het concept Positieve Gezondheid duidelijk zien. Dat betekent dat gezondheid in meerdere beleidsterreinen zit opgesloten en versleuteld. Daarom is de samenwerking buiten de specifiek afgebakende gezondheidseenheden ook van groot belang. In mijn optiek is het belangrijk dat alle collega’s bij de GGD en gemeente vitaliteit op de agenda hebben staan. Of er nu een rotonde wordt aangelegd of dat er een nieuw skatepark wordt geopend; alles heeft invloed op de gezondheid. Vaak vindt contact vanuit ambtenaren geïsoleerd plaats; vanuit hun eigen portefeuille. Daarbij regeert de perceptie dat volksgezondheid enkel een onderwerp is voor één ambtenaar. Maar gezondheid is veel breder dan dat. In 2012 hebben wij dit al getracht vorm te geven in een regionale nota genaamd Vitale Coalities. Beoogd doel in deze nota was om coalities te sluiten die gezondheid in de breedte zouden beïnvloeden. Het gaat dan om het meenemen van gezondheid in andere beleidsterreinen. Meer verbinding met elkaar. Ik zie dat ook terugkomen in de nieuwe nota Gezondheidsbeleid 2020-2024; de brede blik op gezondheid. Volksgezondheid verbeteren kun je immers niet alleen. Het thema moet horizontaal door alle portefeuilles binnen een gemeente lopen.”

De grenswerker

Hoewel Betty streeft naar intensieve samenwerking over de domeinen heen, ziet zij ook intern nog wel verbeterpunten. “Onze GGD is vooral taakgericht ingedeeld; er is bijvoorbeeld een afdeling voor Jeugdgezondheid, Infectieziektebestrijding, Milieu en Gezondheid, Inspectie en Hygiëne, enzovoort.

Onderling vindt er soms toch nog te weinig verbinding plaats. Idealiter zouden er programmalijnen doorheen lopen die focussen op bijvoorbeeld ‘gezond opgroeien’, ‘gezond meedoen’, of ‘gezond wonen’. En dat geldt eigenlijk voor meer thema’s binnen het lokale beleid. Maar zo’n aanpak vergt transformatie en vernieuwing. Je hebt er bijvoorbeeld meer ‘generalisten’, zogenaamde ‘grenswerkers’, voor nodig. Daarom hebben wij op de Stafafdeling de opleiding ‘Tweebenig Samenwerken’ gevolgd. Deze tweedaagse heeft ons het toenemend belang van samenwerken over grenzen van organisaties (en relatiebeheer) laten zien. En de spanningsvelden die daarbij komen kijken. Een grenswerker is iemand die werkt op de grens van het eigen domein en het netwerk van partijen daarom heen. Iemand met één been binnen en één been buiten de organisatie en daarmee zorgt voor overstijgend contact met partners, zodat je in co-creatie verbeteringen in gezondheid kunt realiseren. De grenswerker moet als het ware ‘tweebenig’ zijn: dus zowel het gevoel voor context en krachtenveld buiten kennen, maar tevens verbinding houden met de moederorganisatie. Het gaat dan om intern én extern samenwerken, zodat samen aan een brede benadering op gezondheid wordt gewerkt. En dat is niet eenvoudig, want op het grensvlak van organisatie zijn de verschillen in belangen, stijl en structuur zichtbaar. Maar op dat grensvlak ligt ook de toekomst van een betere volksgezondheid. Helaas zijn deze ontwikkelingen nog niet verder uitgewerkt. Ik ben er echt van overtuigd dat we door middel van aansluiten en meekoppelen meer gezondheid kunnen bereiken. Mooi om te zien dat in de nieuwe nota Gezondheidsbeleid ook meer de nadruk wordt gelegd op samendoen.” ●

Praten over ouder worden met het spinnenweb op tafel

Er is meer aandacht nodig voor vitaal ouder worden, zo valt te lezen in de Landelijke nota gezondheidsbeleid 2020-2024. Cliëntondersteuner en trainer Agaath Vermast ziet veel ouderen zoeken naar hun balans. “Een goed gesprek doet wonderen.”

Vermast kent de wereld van het ouder worden maar al te goed. Vanuit de seniorenorganisatie KBO-PCOB organiseert ze gespreksgroepen voor ouderen. Ook schuift ze regelmatig aan bij de keukentafelgesprekken. Maar bovenal weet ze met haar 75 jaar ook wat ouder worden met je doet. “De beperkingen sluipen erin. En wat ik vaak herken in andere ouderen: we doen ons beter voor dan we zijn.”

Praten is belangrijk

Levenskunst is het woord dat ze graag gebruikt. In de folder waarmee ze ouderen attendeert op haar gespreksgroep, staat dat het ouder worden geen probleem hoeft te zijn. “Maar mensen hebben mensen nodig. Praten is zo belangrijk. Ik probeer ouderen uit het isolement te houden en samen te doorgronden wat voor hen belangrijk is.” Een van de instrumenten die ze daarbij gebruikt, is het spinnenweb Positieve Gezondheid. Ook ziet ze de assen van het spinnenweb als onderwerpen om met elkaar te bespreken in de groep.

Geldproblemen spelen vaak een rol

De ouderen die een beroep op haar doen, hebben bijna allemaal moeite om rond te komen. Dat heeft grote invloed op hun leefgewoontes. “Kom ik bij ze thuis, dan staan de koekjes voor me klaar. Maar vraag ik naar hun eetgewoontes, dan blijken ze dagenlang te leven op bijvoorbeeld een krop ijsbergsla, wat eieren en een pak rijst. Als ik opper om eens te ontbijten met kwark en van die blauwe bessen, zeggen ze verschrikt: weet je wel wat dat kost?”

Slecht geïnformeerd zijn

Mensen zijn vaak ook slecht geïnformeerd. Over gezond eten bijvoorbeeld. Maar ook over de voorzieningen waar ze recht op hebben. “Dat blijft me verbazen.

Dan is er nauwelijks een cent, maar hebben ze nog steeds geen huursubsidie. Ik help ze dan op weg om dat geregeld te krijgen. Dat geldt ook voor allerlei toeslagen waar ze recht op hebben, zonder het te weten.’

Zingeving onder druk

Op zingeving scoren ouderen vaak laag, is haar ervaring. “De meesten die naar de gespreksgroepen komen, hebben veel meegemaakt in het leven. Ik zie ook veel eenzaamheid. Vaak komen de ouderen de eerste keer wat schuchter binnen. Maar gaandeweg verandert er wat. Ze zoeken elkaar steeds meer op. Ze rechten hun rug, worden vrolijker, houden onderling contact, en er komt weer een lippenstiftje uit de tas.”



Cliëntondersteuner en trainer Agaath Vermast

Te weinig oog voor álle levensterreinen

Zingeving kun je niet los zien van waar je energie zit en daar moeten we het met elkaar eens goed over hebben, vindt ze. Vermast zit in haar eigen stad in het strategisch aanjaagteam rond ouder worden. Daar zitten bijvoorbeeld de zorgaanbieders, gemeente en de woningbouw in. Door de coronacrisis kon er veel minder hulp geboden worden aan ouderen. “En dan trekken ze hun conclusies. Er zijn dus geen grote rampen gebeurd? Dan kunnen we het aanbod wel zo houden. Ik zeg dan altijd: voor veel ouderen geldt dat als zij zelf gaan stofzuigen, zij ‘s middags geen energie meer hebben om naar buiten te gaan, hun eigen boodschappen te halen, mensen te zien, een praatje te maken. Los je dus het ene probleem op door te snijden in huishoudelijke hulp, dan creëer je op andere levensterreinen een nieuw probleem.”

Spinnenweb op tafel leggen

Vermast wil nu de gemeente voorstellen om bij de beleidsdiscussie het spinnenweb op tafel te leggen. “Waar het om gaat is dat ze naar alle levensgebieden tegelijkertijd kijken, samen met de ouderen. Wat zijn hún behoeften, wat is voor hén belangrijk. Als de gemeente zonder die blik tot besluiten komt, ontnemt ze ouderen de kans om zelf te kunnen kiezen. Eigen regie, daar gaat het om. Ik zou zeggen: pak dat spinnenweb erbij. Altijd. Tijdens het opstellen van de strategische agenda, tijdens de uitvoering ervan, tijdens de keukentafelgesprekken. En blijf vragen: wat is voor jou belangrijk.”



“Er is nauwelijks een cent, maar hebben ze nog steeds geen huursubsidie”

Ouder worden draait om balans

Balans is volgens Vermast het sleutelwoord bij het ouder worden. Wie een goede balans vindt, heeft meer kans om gelukkig te zijn. Ook voor Vermast zelf blijft het zoeken naar die balans. “Door mijn beperkingen scoor ik op mijn fysieke gezondheid niet zo best. Maar ik heb geen zin om me daardoor te laten ontmoedigen. Het tegenwicht zit voor mij in andere ouderen helpen, de gespreksgroepen die ik begeleid. Daar krijg ik energie van. Als ik ‘s avonds in bed stap, stel ik mezelf de vraag: wat waren de pluspunten van deze dag? En reken maar dat ik dan tevreden in slaap val.” ●

[Handreiking Positieve Gezondheid en ouderen](#)



[Overzicht van verschillende tools in de ondersteuning van ouderen](#)





Hoe Positieve Gezondheid de jeugd aan veerkracht helpt

Er zijn zorgen over de mentale problemen van jongeren. De Landelijke nota gezondheidsbeleid 2020-2024 pleit daarom voor een domeinoverstijgende aanpak en tipt dat Positieve Gezondheid daarbij kan helpen. Maar volgens gezondheidsmakelaars Marieke te Plate en Elone Quartel (GGD Gelderland-Zuid) liggen er veel meer kansen.

De gezondheidsmakelaars zijn blij dat mentale gezondheid hoger op de agenda komt. Te Plate: “We hebben in onze gezondheidsmonitor voor het eerst scholieren bevraagd op prestatiedruk en stress. We zien verbetering rond leefstijlthema’s als alcohol, voeding en bewegen. Maar de psychosociale problemen nemen niet af.” Quartel herkent dat beeld. “Vooral in wijken met een hoge SES verwachten ouders en scholen veel van kinderen. Juist daar zien we de burn-outachtige klachten toenemen.”

Betere samenwerking

De nota noemt de verschillende tools voor Positieve Gezondheid als hulpmiddel. Maar hoe kun je ze concreet inzetten?

De gezondheidsmakelaars zien verschillende mogelijkheden. Zo kan het spinnenweb dienen om tot samenwerking te komen. Te Plate: “In Nijmegen-Noord wilden allerlei partijen in een werkgroep aan de gang met mentale gezondheid. Maar ja, hoe vlieg je dat aan? De een wil bijvoorbeeld de focus op stress, de ander op sport of mediteren in de klas. Door het spinnenweb op tafel te leggen, voel je gelijk de breedte. Het mooie is: je kunt niet tegen Positieve Gezondheid zijn als insteek, waar je ook van bent – het maatschappelijk werk, de jeugdgezondheidszorg of de school.” ►

Verrassende oplossingen

Om het verschil te doorgronden, laten de gezondheidsmakelaars betrokkenen bijvoorbeeld een kind in gedachten nemen waarop een flinke diagnose is geplakt. “Het is heel boeiend om te zien wat er dan gebeurt. Iedereen knikt als je ze vraagt om met een brede blik te kijken, maar uiteindelijk tuurt ieder toch door zijn eigen koker.” Met hulp van het spinnenweb ervaren ze dat de oplossing vaak op een ander leefterrein ligt, dan waar het probleem zich voordoet. Zo zaten betrokkenen laatst op school rond de tafel vanwege een leerling die erg veel last van stress had. Met de leerling zelf. Wat bleek? Niet de stress moest worden aangepakt, maar de problemen die ze had met het aangaan van sociale contacten. Dat was een belangrijke eerste stap die anders gemist zou zijn.

Geen stresspreventie, maar uitdaging aangaan

Ander voorbeeld. Een van de vwo-scholen bleek ineens heel slecht te scoren op ‘plezier op school’. Omdat ook de eindexamenresultaten terugliepen, dacht iedereen aan stress en burn-out. En dus aan een stresspreventieprogramma. In plaats daarvan werden leerlingen uitgenodigd een challenge aan te gaan, onder het motto dat iedereen zijn veerkracht kan vergroten. Leerlingen kozen een uitdaging, probeerden die een tijdje uit en bespraken die onderling. Zoals een digitale detox, elke dag eindigen met drie dingen die goed zijn gegaan, en stoppen met zelfkritiek. Dat leverde veel goeds op. Maar belangrijk nog: de leerlingen vonden het leuk om hiermee bezig te zijn.

Juiste vraag stellen in het zorgtraject

Te Plate en Quartel vinden ook dat je het spinnenweb op school eigenlijk zou moeten inzetten bij elk kind dat in een zorgtraject belandt. Te Plate: “Het nare is: we signaleren ons te pletter en we weten allerlei problemen te achterhalen, zoals overgewicht, verzuim en leerachterstand. De neiging is dan groot om daarop te focussen. Maar kinderen weten vaak feilloos aan te geven wat er echt aan de hand is en wat er nodig is. Daarvoor moeten we ze wel de juiste vragen stellen. Quartel: ‘Je krijgt een probleem als verzuim niet in kaart gebracht als je een kind daarop bevraagt in de trant van: wat is er aan de hand joh, waar loop je tegenaan? Wat er onder dat verzuim ligt, zal dan niet snel zichtbaar worden. Maar laat je ze het spinnenweb invullen, dan krijg je een heel ander beeld en andersoortige oplossingen.

Misschien mist het kind de sociale aansluiting, of heeft het thuis de handen vol aan een zieke moeder.”

Vragenlijst beïnvloedt het denken

Het grootste probleem staat volgens de gezondheidsmakelaars niet in de nota. Namelijk dat we de blik op gezondheid zijn gaan problematiseren – en wat daarvan de gevolgen zijn. Te Plate: “Kijk maar naar de vragenlijst die de jeugdgezondheidszorg inzet en naar de gezondheidsmonitor. We bevragen leerlingen op zaken als angst, depressie, overgewicht, onbeschermde seks, roken, drugsgebruik. Maar door daarnaar te vragen, vertellen we jongeren ook iets: gezondheid gaat over die hele riedel problemen. We sturen zo hun denken.” Te Plate droomt dan ook van een nieuwe monitor, maar dan zonder al die problematiserende gezondheidsvragen. “We realiseren ons te weinig dat een vragenlijst ook een interventie is. Waarom bouwen we de vragenlijst niet om naar de zes pijlers van Positieve Gezondheid, waardoor jongeren gelijk ervaren waar het bij gezondheid wél om te doen is?”

Waarom bouwen we vragenlijsten niet om naar de zes pijlers van Positieve Gezondheid?

Niet iets extra's, maar de kern

Ook als het gaat om de onderliggende concepten ligt er een uitdaging. Er loopt nu van alles langs en door elkaar heen, zoals de Gezonde School, Alles is Gezondheid, het programma Welbevinden en dan ook nog Positieve Gezondheid. Quartel: “Het risico bestaat dat Positieve Gezondheid als iets extra's wordt gezien – en dat het louter uit de gezondheidskoker komt. Maar Positieve Gezondheid gaat juist over levensvaardigheden die de school kan helpen ontwikkelen. Het is veel meer de kern van alles, waarmee het beter lukt om de jeugd gezond en veerkrachtig te helpen opgroeien.” ●

[Kindtool Mijn Positieve Gezondheid](#)

Voor kinderen tussen de 8 en 16 jaar



[Jongerentool Mijn Positieve Gezondheid](#)

Voor jongeren en jongvolwassenen tussen de 16 en 25 jaar



Achterstandssituaties verkleinen: waarom het lukte in Limburg

De gezondheidsachterstanden van mensen met een lage SES zijn landelijk nauwelijks kleiner geworden. Ondanks alle inspanningen. Daarom moeten we steviger inzetten op een domein-overstijgende aanpak, zo bepleit de Landelijke nota gezondheidsbeleid. Daar weten ze in Limburg wel raad mee.

De gezondheidskloof is een weerbarstig en complex probleem. Ook de provincie Limburg realiseerde zich dat. In 2016 stelde ze voor tien jaar de Sociale Agenda op, met daarin een aantal opvallende keuzes: Limburgers stimuleren gezond en actief te leven. De regie over het eigen leven te (her)nemen. En de inwoners uitnodigen om dat ook voor elkaar te doen. Om die doelen te bereiken, koos de provincie voor Positieve Gezondheid, want juist die brede aanpak nodigt iedereen uit om met elkaar samen te werken. Inclusief de inwoners.

Inmiddels is die Sociale Agenda vertaald naar een uitvoeringsprogramma. Daarin wordt via een integrale aanpak volop ingezet op de vitaliteit in wijken. Er is veel aandacht voor preventie. En ook voor het inlopen van de achterstanden in gezondheid en arbeidsparticipatie. Wat hielp Limburg zoal aan haar succes?

Bestuurlijke moed

Normaal gesproken maken bestuurders eerst een goed doortimmerd plan, maar dat gebeurde nu bewust niet. In plaats daarvan richtten ze een proces in met veel ruimte voor alle betrokkenen. Dat vraagt natuurlijk wel om bestuurlijke moed.

Eén doel en breed gedragen verantwoordelijkheid

Belangrijk is een doel te formuleren waarin iedereen zich kan vinden. Limburg koos voor Limburg Positief Gezond, waarbij gezondheid en vitaliteit van de bewoners centraal staan. Belangrijke les: voorkom dat één iemand de baas is over het proces. Maak zo veel mogelijk partners mede-eigenaar: van werkgevers, professionals en ondernemers tot burgers, zorgorganisaties en onderwijs.

Ook inwoners zien als partij

De eerste reflex is om je alleen te richten op organisaties en professionals. Maar de stuwende kracht zit juist bij de burgers. Welke ideeën hebben zij, wat kunnen zij zelf ondernemen? Richt daarom de burgerparticipatie gelijk in – al bij de eerste voorbereidingen. In Limburg speelde Burgerkracht Limburg daarbij een belangrijke rol. Ze organiseerde vele workshops, scholingen en trainingen voor burgers die ambassadeur werden in hun eigen wijk.

“Stuwende kracht ligt bij de burgers”

Support om veel tot bloei brengen

Belangrijk: inspireer iedereen om zijn dromen en ideeën te realiseren en om daarbij zelf de regie te nemen. En zorg voor support om de ideeën verder te brengen. Limburg heeft daartoe een actiecentrum opgezet, waarbij ze tal van ideeën en mensen met elkaar verbond. Dat werkte goed en brengt tot op de dag van vandaag nog steeds veel in beweging.

Niet overtuigen, maar ervaren

Je kunt eindeloos met elkaar praten over Positieve Gezondheid. Maar door ermee aan de slag te gaan, ervaar je wat het doet én oplevert. Door in korte tijd veel tot bloei te brengen, raken mensen overtuigd. Juist al die ‘proeftuintjes’ maken dat mensen kunnen experimenteren en leren. ►

Denken in fasen

Alles op zijn tijd. In Limburg zagen ze drie fasen in hun proces, namelijk eerst inspireren, dan verbinden en vandaaruit versnellen. De breedte van Positieve Gezondheid is de kracht, maar let op: daar zit ook een valkuil. Niet alles kan tegelijkertijd. Kies met elkaar altijd voor initiatieven, projecten en mensen waar de energie zit, waar je blij van wordt.

LIMBURG
POSITIEF
GEZOND

Anders samenwerken en financieren

Positieve Gezondheid stimuleert je bijna als vanzelf tot samenwerken. Het gaat dwars door alle domeinen heen en zet je denken over systemen en financiering aardig op zijn kop. En dat is precies de bedoeling.

Dit is wat Limburg onder meer inzette:

Actiecentrum	Inspireert, jaagt aan en ondersteunt mensen met ideeën. Daarin zijn onder meer (ook via netwerkorganisaties) vertegenwoordigd: sociale wijkteams, ziekenhuis, inwoners, belangenorganisaties, ggd, provincie, hogeschool.
Ambassadeurs	Enthousiaste professionals die het gedachtegoed uitdragen. Zij delen met elkaar hun ervaringen. Ze vormen een fijnmazig netwerk in de provincie.
Scholingsplan	Voor wie wil werken met Positieve Gezondheid en voor wie als implementatiecoach het gedachtegoed verder wil brengen in organisaties. De provincie Limburg stelde 1 miljoen euro beschikbaar voor een scholingsplan dat inmiddels volop wordt uitgevoerd.
Inspiratiesessies	Iedere maand organiseerde de provincie inspiratiesessies, vrij toegankelijk voor wie belangstelling had. Dat bood volop mogelijkheden elkaar te ontmoeten, ideeën uit te wisselen en tot initiatieven te komen.
Communicatie	Speelt een essentiële rol om zichtbaar te zijn en mensen te binden. Er is ruim gebruikgemaakt van sociale media. Verder is kiek limburg.nl opgezet. Op dit online platform kan men elkaar ontmoeten en van elkaar leren.



Goed om te weten

- Steeds meer gemeenten nemen Positieve Gezondheid op in hun lokale gezondheidsnota en uitvoeringnota's. Inmiddels meer dan de helft.
- Het aantal regionale netwerken met een brede blik op gezondheid groeit en groeit. Inmiddels is er een landelijk dekkend netwerk.
- In opdracht van ZonMw doet Maastricht University onderzoek naar het proces, de succes- en faalfactoren. Dit rapport komt medio 2021 beschikbaar, zodat we kunnen leren van de ervaringen in Limburg
- Een van de duurzame opbrengsten is een [blended module](#) die bestaat uit een interactieve e-learning gecombineerd met intervisiebijeenkomsten. Deze is ontwikkeld door Fontys Hogeschool en iPH.



Karen van Ruiten, Alles is Gezondheid:

“Zo lang je samen het gemeenschappelijk doel voor ogen houdt, zul je meer bereiken”

Onlangs tekenden Alles is Gezondheid en iPH een intentieverklaring die de samenwerking in de toekomst verstevigt. Tezamen met iPH zal Alles is Gezondheid helpen handen en voeten te geven aan de nota Gezondheidsbeleid.

Brede scope

Karen van Ruiten, teamhoofd van Alles is Gezondheid: “Wat ik mooi vind is dat er in de nota Gezondheidsbeleid met een brede scope naar gezondheid wordt gekeken. Dat is een helder startpunt waar gemeenten mee aan de slag kunnen. Die brede blik spreekt ons aan. Vanuit Alles is Gezondheid hebben wij oog voor alle aspecten die je wellicht niet direct aan gezondheid verbindt, maar die er wel degelijk een grote invloed op kunnen hebben. De kwaliteit van leven hangt met veel meer samen dan enkel de zorg die je ontvangt. Voor veel mensen is zorg slechts een klein onderdeel van hun totale gezondheid. Je werk, de wijk waarin je woont, de school waarop je zit, je sociale kring; al die factoren hebben in meer of mindere mate invloed op je gezondheid. Als je bijvoorbeeld geen fijn huis hebt, of in een onveilige wijk woont heeft dat misschien wel een grotere impact op de gezondheid dan wanneer je zorg ontvangt.”

Samenwerken

Alles is Gezondheid geeft vorm aan het stimuleren van een vitaler Nederland door samen te werken met publieke en private partners uit verschillende domeinen en met verschillende expertises. “Dat doen we altijd in co-creatie. We doen dat onder andere met Positieve Gezondheid, waarbij een voorwaarde is dat we een brede en weloverwogen aanpak hanteren. We werken samen ergens naartoe en leren daarvan met elkaar. Samen praten kunnen we, maar het gezamenlijk doen is een ander verhaal. Dat vraagt ook om het opzij zetten van eigen belangen. Zo lang je samen het gemeenschappelijk doel voor ogen houdt, zul je meer bereiken.”

Best practices

Karen stelt dat er meer nodig is om de brede blik op gezondheid, zoals in de nota wordt geschetst, daadwerkelijk vorm te geven. Bijvoorbeeld de ontwikkeling van een digitale kaart waarin best practices gedeeld worden. Een traject waar Alles is Gezondheid in samenwerking met iPH mee aan de slag gaat. “De nota geeft houvast, maar niemand heeft de wijsheid in pacht. Elke wijk en elke regio is anders. Ik zie een mooie kans in het horizontaal leren van elkaar. Dat doen Alles is Gezondheid en iPH bijvoorbeeld door samen lessen te formuleren. Door te bevragen wat heeft gewerkt en welke uitdagingen er speelden. Dit gaan we op zijn tijd weergeven in een digitale kaart, zodat andere partijen ook hun lering kunnen trekken uit lokale en regionale initiatieven. Je wordt geïnspireerd door mensen die op een zelfde brede manier met gezondheid bezig zijn. Je leert van elkaar. Zo komen we samen steeds een stapje verder.” ●



Karen van Ruiten, Hoofd Alles is Gezondheid

Ellis Boerkamp, BeBright:

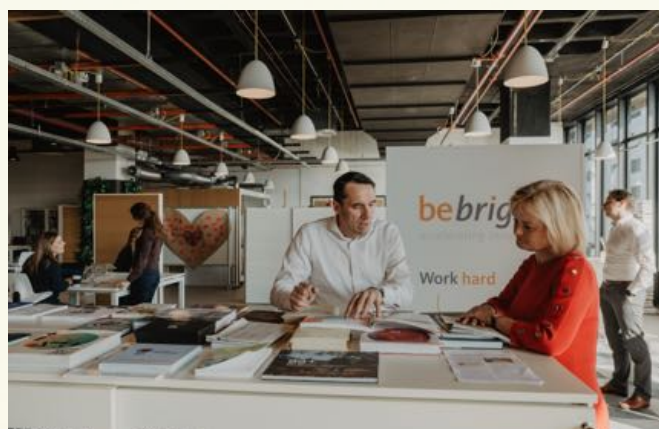
“De nieuwe nota stelt de leefwereld centraal, in plaats van de systeemwereld”

Hoe kun je de nieuwe nota Gezondheidsbeleid strategisch toepassen in zorg? Daar heeft onze partner BeBright heel specifieke ideeën over. Ellis Boerkamp ziet met name een uitdaging in het inbedden van ‘het nieuwe denken’ in organisaties: “Er is specifieke aandacht nodig voor de financieringskant.”

“De nieuwe nota Gezondheidsbeleid 2020-2024 is helder en stipt de meest belangrijke uitdagingen voor de toekomst aan: publieke gezondheid, gezondheidsachterstanden verkleinen, gezondheid in de fysieke en sociale leefomgeving, de druk op het dagelijks leven bij jeugd en jongvolwassenen en vitaal ouder worden. Stuk voor stuk thema’s waarmee de leefwereld centraal wordt gesteld, in plaats van de systeemwereld. Er wordt een duidelijk appel gedaan op domeinoverstijgende samenwerkingen. Dat spreekt BeBright zeer aan.”

Welke uitdagingen brengt de nota met zich mee?

“Wij zien dat het voor velen nog een zoektocht is om daadwerkelijk die verandering te bewerkstelligen van een zorgsysteem gericht op ziekte naar een wereld van gezondheid en gedrag. Met name het inbedden van de veranderingen die daarmee gepaard gaan in de organisatie en regio. Daarom ondersteunt BeBright bestuurders en managers van zorgorganisaties, gemeentes en regionale samenwerkingen in die zoektocht en samenwerkingsvraagstukken. Ons inziens is hierbij specifiek aandacht nodig voor de financieringskant van de genoemde gezondheidsvraagstukken. Dat vormt vaak een belemmering om verder te komen in de aanpak en de samenwerking. Wat hierbij helpt is het maken van een gedegen, op onderzoek gebaseerde Maatschappelijke Business Case (ook wel SROI of MKBA genoemd). Hiermee wordt inzichtelijk wat de impact is van de investering. Gaat de arbeidsparticipatie bijvoorbeeld omhoog of zijn er op lange termijn besparingen te realiseren? Ook ontstaat er een gemeenschappelijk toetsingskader aan de hand waarvan verdere financiering plaats kan vinden.”



In de nota is een prominente plaats voor Positieve Gezondheid. Hoe geven jullie vanuit BeBright invulling aan gezondheid in de breedte?

“De verschuiving van ziekte naar aandacht voor gezondheid en gedrag vraagt ons inziens niet om innovatie maar om transformatie; fundamentele veranderingen in de werkwijze en visie van een organisatie, vaak onomkeerbaar. Dit vraagt om loslaten van het bestaande, het vertrouwde. Wij hebben de afgelopen jaren succesvolle en minder succesvolle voorbeelden van organisaties geanalyseerd van transformaties in de praktijk. Waarom lukt het bijvoorbeeld de ene organisatie wel om de leefwereld centraal te stellen en de andere niet? Deze inzichten deze gebundeld tot een veranderaanpak en praktische inzichten en inspiratie voor zorgvernieuwers, zie publicatie [Diagnose Transformatie](#).▶



Als *B Corp* (sociale onderneming) hebben wij de afgelopen jaren ook zelf samen met strategische partners collectieve, landelijke programma's geïnitieerd die bijdragen aan maatschappelijke uitdagingen rond gezondheid en gedrag. Bijvoorbeeld *Diagnose Voeding & Gezondheid*, gericht op het initiëren, ondersteunen én versnellen van beloftevolle innovaties en initiatieven met een grote impact op het gebied van voeding en gezondheid. De grote barrière voor veel organisaties en investeerders bij het aanpakken van gezondheids- en preventievraagstukken is echter het ontbreken van duidelijke verdienmodellen. Zo is het in de huidige economie duidelijk hoe verschillende partijen aan de behandeling van Diabetes type 2 verdienen. Het moet echter ook helder zijn hoe partijen aan gezondheid kunnen verdienen als je de ziekte voor een groot deel omkeert. Publiek-private samenwerkingen kunnen de ontwikkeling van dergelijke verdienmodellen aanjagen."

Heb je hier mooie voorbeelden van?

Wij zien dat veel gemeenten het lastig vinden om van praten en denken over Positieve Gezondheid over te gaan op daadwerkelijk doen, en zo een verandering te bewerkstelligen. Om de beweging naar een gezonde gemeente vorm te geven, moeten kansen en mogelijkheden zichtbaar en concreet worden. In de gemeente Amersfoort wordt al op verschillende plekken met Positieve Gezondheid gewerkt, bijvoorbeeld door een aantal huisartsen, de GGD en medisch centrum Meander. Dit helpt om de beweging van Positieve Gezondheid groter te maken. Maar de gemeente wilde de transformatie ook verder brengen binnen het sociaal domein. Samen met uitvoeringspartners (o.a. Werk en Inkomen, schuldhulpverlening en wijkteams) uit de zogenoemde Transformatiewerkplaats Integrale Uitvoering is de gemeente Amersfoort met BeBright aan de slag gegaan. De belangrijkste opbrengsten zijn hiervan het inzicht dat Positieve Gezondheid toepasbaar is op de verschillende niveau's (nano, micro, meso en macro) en op alle beleidsterreinen. Positieve Gezondheid bevordert de samenhang en integraliteit tussen de verschillende beleidsterreinen.

Het geeft ook handen en voeten aan het brede begrip preventie. Het gedachtegoed Positieve Gezondheid is meer dan alleen het spinnenweb. Als je werkelijk uitgaat van het andere gesprek aan de hand van Positieve Gezondheid kun je de regie als professional daadwerkelijk bij de inwoner leggen. Klein beginnen en uitproberen helpt: we gaan beginnen bij de enthousiastelingen, experimenteren, ervaringen opdoen en met elkaar het gedachtegoed verspreiden."

Wat zijn de toekomstplannen van BeBright in relatie tot bijvoorbeeld Positieve Gezondheid, maar ook breder?

Onlangs hebben wij ons partnership met iPH verlengd, omdat wij merken dat iPH en BeBright elkaar vinden in de doelstelling om Nederland vitaler te maken. Onze missies verstevigen elkaar. De focus ligt daarbij op de organisatie van regionale samenwerking in het kader van Juiste Zorg op de Juiste Plek. Facilitatie, advies en het versterken van de implementatiekracht vanuit BeBright in vele maatschappelijke projecten wordt verbonden aan het trainingsaanbod en de wetenschappelijke kennis rond Positieve Gezondheid.

De komende tijd staan twee thema's specifiek in de aandacht hierbij: het veerkrachtig maken van medewerkers en het versterken van regionale samenwerkingen. BeBright blijft ook het komende jaar gericht op het onverminderd bijdragen aan transformatie van de zorg en het operationaliseren van het holistische mensbeeld naar werkelijke ondersteuning van burgers, cliënten en patiënten in het verbeteren van hun kwaliteit van leven." ●



Angelique Schuitemaker, directeur Institute for Positive Health

Het spinnenweb als gespreksinstrument voor beleidsmakers, zorgprofessionals en cliënten

De Landelijke nota gezondheidsbeleid 2020-2024 noemt Positieve Gezondheid niet alleen als paraplu voor inrichting van de zorg van de toekomst. Positieve Gezondheid biedt ook aanknopingspunten om in gesprek te gaan over gezondheidsvraagstukken in onze samenleving. Het gedachtegoed en als uitwerking daarvan de tool is handig voor verschillende doelgroepen; beleidsmakers, zorgprofessionals en patiënten maken er succesvol gebruik van. Maar hoe werkt zo'n 'ander gesprek' aan de hand van het spinnenweb van Positieve Gezondheid nu precies? En wat levert het op? Angelique Schuitemaker, directeur van iPH, vertelt.

In de beleidsnota zijn vier uitdagingen voor de toekomstige zorg geformuleerd. Positieve Gezondheid biedt aanknopingspunten om in gesprek te gaan over die vier verschillende gezondheidsvraagstukken. Wat maakt Positieve Gezondheid zo'n krachtig instrument?

"Ik ben er trots op dat Positieve Gezondheid zo nadrukkelijk wordt genoemd als leidraad voor de inrichting van de zorg van de toekomst. Positieve Gezondheid biedt een routekaart voor het aangaan van een verdiepend gesprek over gezondheidszorg in brede zin en je eigen kijk op je gezondheid. Sinds ik werkzaam ben als directeur bij Institute for Positive Health hoor ik continu mooie verhalen van verschillende doelgroepen die Positieve Gezondheid als gespreksinstrument succesvol hebben toegepast. Het helpt beleidsmakers om gezondheid in de breedte te benaderen en het helpt zorgprofessionals om het andere gesprek te voeren met hun cliënten. Positieve Gezondheid kan op verschillende niveaus worden ingezet. De tool voor het voeren van het andere gesprek kan op individueel niveau worden ingezet, maar bijvoorbeeld ook om de leefomgeving in te richten naar de behoeften die er spelen. Het gedachtegoed werkt op regionaal en landelijk niveau als aanzet voor een paradigmashift; een ander narratief om naar gezondheid en de manier waarop we het zorgstelsel inrichten te kijken."



Angelique Schuitemaker, directeur Institute for Positive Health

Hoe kun je Positieve Gezondheid als zorgprofessional bijvoorbeeld gebruiken om het andere gesprek te voeren?

"Positieve Gezondheid biedt handvatten om andersoortige gesprekken met patiënten en cliënten te voeren. Zo vertelde een wijkverpleegkundige dat zij de tool als gespreksinstrument succesvol had ingezet om de diepere behoefte van haar cliënt te achterhalen. Zij vertelde dat zij jarenlang zorg verleende aan een dame, woonachtig in een bosrijke omgeving. De zorg bestond uit niet veel meer dan een wekdienst; de wijkverpleegkundige haalde de dame in kwestie uit bed en waste haar, zodat de mevrouw niet de hele dag in bed zou blijven liggen. ►

Op een dag besloot de wijkverpleegkundige in gesprek te gaan met haar cliënt. Ze was benieuwd naar waar deze mevrouw 's ochtends nog graag haar bed voor uit wilde komen. De cliënte gaf aan dat zij altijd veel plezier had gehaald uit het voederen van de vogels rond haar huis. Nu ze echter slecht ter been was en niet meer alleen naar buiten durfde, was datgeen wat betekenisvol voor haar leven was, weggefallen. Met deze kennis op zak heeft de wijkverpleegkundige bij haar eerstvolgende bezoek mogelijk gemaakt dat mevrouw naar buiten kon om de vogeltjes eten te geven. Dat had zo'n positief effect op mevrouw dat ze een aanvraag deed voor een rollator. Ze begreep toen: als ik kan lopen, kan ik naar buiten. Haar mobiliteit nam toe en ze haalde weer plezier uit het leven."

Dat lijkt eigenlijk vrij logisch allemaal...

"Soms zijn interventies voor de hand liggend, maar hebben zorg- en welzijnsprofessionals daar in de focus op fysieke gezondheid of hun eigen professie geen oog voor. Zo was er een alleenstaande moeder met drie kids, waarvan één dagelijks naar het speciaal onderwijs ging met een busje. Op een bepaald moment is het busje wegbezuinigd, waardoor de moeder voor een logistieke puzzel kwam te staan: hoe kon zij haar kind naar school brengen. Op dagelijkse basis zoeken naar taxivervoer leverde haar zoveel stress op dat ze geen rust kon vinden om een baan te zoeken, waardoor deze mevrouw minder meedeed in de maatschappij en zij haar leven niet zinvol vond. Na een diepgaand gesprek over waar deze moeder mee geholpen zou zijn, bleek een elektrische fiets de oplossing. Zo kon ze haar kind zelf ophalen en brengen. Dat betekende niet alleen dat de vervoersstress wegviel, maar zo kwamen zowel moeder als zoon ook vaker buiten en was moeder in beweging. Bovendien deed zij op het schoolplein veel nieuwe sociale contacten op. Al met al maakte de elektrische fiets haar leven een stuk comfortabeler. Hoe voor de hand liggend ook, we zijn snel geneigd een oplossing te zoeken voor het symptoom in plaats van voor het achterliggend probleem. Door de inzet van Positieve Gezondheid als gesprekstool kunnen we achterhalen wat voor die persoon echt belangrijk is."

In de beleidsnota wordt de sociale leefomgeving ook als belangrijk aandachtspunt voor de zorg van de toekomst benoemd. Hoe gaat dat in zijn werk?

"Je kunt de sociale leefomgeving vormgeven door het spinnenweb toe te passen. In Buurtschap de Tuunen op Texel bijvoorbeeld. Hier waren braakliggende percelen beschikbaar. Met uiteenlopende doelgroepen is vervolgens gekeken naar de invulling van deze percelen. Mensen met dementie, mensen met een verstandelijke beperking en jongeren hebben zich gebogen over de vraag: Hoe ziet jouw ideale leefomgeving eruit? Aan de hand van het spinnenweb is vervolgens in kaart gebracht wat voor welke doelgroep telt. Mensen met dementie wilden het liefst een groene omgeving ontwerpen, terwijl de verstandelijk beperkten graag wilden meedoen in de maatschappij en veel waarde hechtten aan een stukje zingeving door bijvoorbeeld werk te kunnen verrichten. Het is boeiend om te zien hoe er met zo'n brede blik op gezondheid bewerkstelligd kan worden."

Hoe kun je op mesoniveau dan Positieve Gezondheid als gespreksinstrument inzetten?

"Bij de GGD Midden-Nederland hebben wij verschillende jeugdhulpverleners uit verschillende domeinen en disciplines bij elkaar in de basismoduletraining gezet. Tijdens deze training krijgt men kennis van het concept, maar worden ook de gesprekstechnieken met elkaar geoefend. Door eenzelfde methodiek te hanteren ontstaat er een eenheid van taal. Die eenheid van taal wordt op den duur ook herkenbaar voor cliënten. Zij begrijpen dan hoe de zorg wordt ingeregeld en dat in de zorg voorop staat wat voor hen belangrijk is. En dat er veel problemen op een ander domein dan zorg kunnen worden opgelost. Het is prettig als alle disciplines op eenzelfde wijze naar gezondheid kijken. Een diëtiste in de regio focust dan niet meer alleen op voeding, maar ook naar andere aspecten die de oorzaak van overgewicht kunnen zijn. En de fysiotherapeut kijkt niet meer alleen naar het bewegingsapparaat, maar naar oorzaken van fysieke klachten. In de hele keten kijkt men door middel van Positieve Gezondheid op dezelfde manier naar de gezondheid, waardoor we daadwerkelijk de juiste zorg op de juiste plek kunnen aanbieden. En vaak blijkt dat cliënten heel veel zaken zelf willen en kunnen oplossen als er een appel op hun eigen inzet wordt gedaan. Dat heeft ook op andere niveaus invloed. Op macroniveau betekent bijvoorbeeld dat de zelfstandigheid om zelf aan de slag te gaan met gezondheid ertoe leidt dat er binnen het zorgstelsel minder hoeft te worden opgelost." ●

Op zoek naar handige tools voor Positieve Gezondheid?

In de Landelijke nota gezondheidsbeleid worden vaak de kind- en jongerentool genoemd. Maar er zijn meer handige middelen die Positieve Gezondheid mogelijk helpen maken. Bekijk hier een beknopt overzicht.



[Volwassenentool Mijn Positieve Gezondheid](#)

Deze tool is inmiddels bijna 108.000 keer online ingevuld. Komend jaar wordt er gewerkt aan een update. Wil je aan de slag met Positieve Gezondheid in je team, bedrijf of organisatie? Dan kun je voor de hele groep Positieve Gezondheid in kaart brengen. Geheel geanonimiseerd natuurlijk. Meer informatie over de groepslicentie: info@iph.nl of (030) 307 57 17.



[Kindtool Mijn Positieve Gezondheid](#)

Is ontwikkeld voor kinderen tussen de 8 en 16 jaar, samen met de kinderen zelf. De kindversie is inmiddels bijna 13.000 keer online ingevuld.



[Jongerentool Mijn Positieve Gezondheid](#)

Bedoeld voor jongeren en jongvolwassenen tussen de 16 en 25 jaar. De tool is inmiddels ruim 8.000 keer ingevuld. Jongeren speelden bij de ontwikkeling ervan een belangrijke rol.



[Eenvoudige tool Mijn Positieve Gezondheid](#)

Is ontwikkeld voor mensen die moeite hebben met (begrijpend) lezen. Ook deze tool is uitvoerig getest door de doelgroep zelf. De eenvoudige tool is online bijna 2.000 keer ingevuld.



[Materialen eromheen](#)

Er zijn verschillende folders, flyers, tafelkleden en posters verkrijgbaar, die kunnen helpen bij gesprekken en trainingen over Positieve Gezondheid.



[Louis Bolk-model voor Positieve Gezondheid en Leefomgeving](#)

Inspireert beleidsambtenaren om meer samenhang te vinden in de verschillende beleidsterreinen. En om bij de inrichting van de leefomgeving inwoners te betrekken.



[GGD AppStore](#)

Daar vind je de beste gezondheidsapps, gekoppeld aan de 6 dimensies van Positieve Gezondheid. Handig voor als je op zoek bent naar handelingsperspectieven. De apps zijn getest op gebruiksvriendelijkheid, betrouwbaarheid, privacy, veiligheid en onderbouwing.



[Handboek Positieve Gezondheid](#)

Dit handboek is in de maak en verschijnt in het eerste kwartaal van 2021. Hoewel het boek zich voornamelijk richt op de huisartsenpraktijk, valt er voor velen iets te halen. Machteld Huber is een van de auteurs. Hou de berichtgeving in de gaten!

Colofon

Dit is een speciale uitgave van het Institute for Positive Health over de Landelijke nota gezondheidsbeleid 2020-2024 en de invulling van de thema's met behulp van Positieve Gezondheid. Aan deze uitgave werkten alle medewerkers van het Institute for Positive Health mee. Portretten zijn auteursrechtelijk beschermd. Afbeeldingen zijn ingekocht via een stockbeeldenbank.

Aan deze uitgave werkten mee:

Het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport

Alles Is Gezondheid

BeBright

KBO

De gemeente Utrecht

De gemeente Den Haag

GGD Drenthe

GGD Gelderland-Zuid

Voor vragen over de inhoud kunt u contact opnemen met Tirza van Hengstum, communicatieadviseur iPH, t.vanhengstum@iph.nl

Hoofdredactie: Angelique Schuitemaker

Tekst en redactie: Cecile Vossen, Tirza van Hengstum

Vormgeving: Tirza van Hengstum, Joanca van den Bosch

Contact

Voor meer informatie over Positieve Gezondheid kunt u zich richten tot:

Stichting Institute for Positive Health
Jaarbeursplein 6
Beatrixgebouw JIM – 6e verdieping
3521 AL Utrecht
+31 (0) 30 307 57 17

www.iPH.nl
info@iPH.nl



