LIMBURG POSITIEF GEZOND

Magazine – uitgave december 2020

‘Limburg toont bestuurlijke moed’

‘Je bent meer dan je ziekte’

‘Een warme maaltijd brengen naar je buurman; dat is ook Positieve Gezondheid’

‘Nieuwe samenwerkingen ontstaan’

iPH INSTITUTE FOR POSITIVE HEALTH

COLOFON

Senior consultant
Mieke Reynen - Institute for Positive Health

Hoofdredactie
Tirza van Hengstum - Institute for Positive Health

Ontwerp
Janneke Postulart - Postul.Art ontwerpt

Tekstschrijver
Sylvia Beugelsdijk - tekstbureau PuntKomma
Tirza van Hengstum - Institute for Positive Health

Bladmanagement
Heidy Amory - Bureau Amory

Cover fotograaf
Peter Meijs

Correspondentie
Institute for Positive Health (iPH)
JIM – 6e verdieping
3521 AL Utrecht
tel. +31 (0) 30 307 57 17
www.iph.nl | info@iph.nl

Copyright
Gebruik en overname van de teksten, ideeën en resultaten uit deze publicatie is vrijelijk toegestaan, mits met bronvermelding.

© Institute for Positive Health (iPH)

Fotografie: Suzanne Blanchard

VOORWOORD

Angelique Schuitemaker
Directeur iPH

Lieve lezers,

Ga er maar aan staan: het implementeren van een geheel nieuwe beweging in de regio om de gezondheidsachterstanden te reduceren. En dat zonder bewezen resultaten, zonder vastomlijnde werkwijzen, zonder team. Er is bewust gekozen voor een aanpak waar de beweging de opbrengst is en de uitkomst van het proces het belangrijkste meetresultaat. Dit vanuit de opvatting: ‘als je gaat implementeren, sla je de beweging dood.’ Een sprong in het diepe, dus. Limburg heeft hem genomen. Wat het opleverde, leest u in dit magazine.

Veranderkundig ging in Limburg het credo ‘Practice what you preach’ op. De Provincie en Limburg hebben ingestoken op een beweging die van onderaf plaatsvond, zoals Positieve Gezondheid de intrinsieke motivatie aanspreekt. Door bottom-up te inspireren, te verbinden en te versnellen is Positieve Gezondheid gemeengoed geworden onder beleidsmakers, bestuurders, zorgprofessionals, welzijnswerkers en burgers.

Een spannend traject was het wel. Voor zowel de bestuurders als de projectleiders, die gewend zijn centraal te sturen onder strakke regie, maar in dit traject de kans kregen om zelf vorm te gaan geven aan de uitwerking van Positieve Gezondheid. Wat zou deze nieuw ingeslagen route concreet opleveren? Niemand die het wist. En toch was er het lef om deze koers te varen.

De regie bij de professionals en bij de burgers. Werken vanuit de vraag: ‘Wat zou je willen veranderen?’, het draagvlak organisch laten groeien... Dat is uiteindelijk de kracht geweest van Limburg! Ik ben trots op de mooie uitkomsten die Positieve Gezondheid in Limburg hebben opgeleverd, waarover u meer leest in dit magazine. En ik hoop dat Limburg andere regio’s inspireert om zelf aan de slag te gaan.

Mijn dank gaat uit naar Mieke Reynen, die als projectleider in Limburg het gedachtegoed breed heeft weten te verspreiden, naar Machteld Huber als grondlegger van het gedachtegoed en gids in deze mooie reis. Het kernteam die de vertaalslag heeft gemaakt naar de praktijk. Naar Marleen van Rijnsbergen, die als toenmalig gedeputeerde van de Sociale Agenda en Zorg Positieve Gezondheid Limburg heeft geadopteerd en de huidige gedeputeerde Robert Housmans die deze ambitie doorzet. Naar CZ die de rol van zorgverzekeraar als zorgverbeteraar serieus heeft opgepakt. En natuurlijk naar alle andere mensen die Positieve Gezondheid in Limburg tot een succes hebben gemaakt! Ook wil ik de nieuwe coördinator Loek Vaessen heel veel succes wensen met de verdere voortzetting van dit project.

Heel veel leesplezier!

Angelique Schuitemaker

Op naar de volgende ronde! Het stokje van het actiecentrum is overgedragen aan de beweging.

INHOUDSOPGAVE

6 **Positieve Gezondheid: een gemeenschappelijke taal**
Een gesprek met Mieke Reynen, Machteld Huber en Marleen van Rijnsbergen

9 **Wat is Positieve Gezondheid?**

11 **Inspireren, motiveren en leren**
Zo kreeg Positieve Gezondheid grip op Limburg

14 **“Je mag er zijn”**
Hans Peter Jung over zijn rol als huisarts

16 **“Verbinding is het belangrijkste resultaat”**
Nanne de Vries deelt zijn visie, UMC

18 **“De perceptie dat er voor mensen gezorgd moet worden, proberen we om te draaien”**
Een gesprek met Anita Vermeer, Blauwe Zorg in de Wijk

20 **“Onze burgers over 10 jaar gezonder en fitter”**
Marianne Smitsmans, wethouder Roermond

22 **Business as usual**
Bert Hesdahl, over de rol van de GGD

24 **Infographic**
Visual van Gerard Hagen, Provincie Limburg

26 **“Goud in handen”**
Zij dragen Positieve Gezondheid een warm hart toe
Monique van Heesch-Webers, zelfstandig wijkverpleegkundige
Majelle Panis, A4Works
Jan Fermont, Counselingpraktijk Jan Fermont

28 **Positieve Gezondheid; geen hype, maar de katalysator van transformatie**
Noordelijke Maasvallei eerste Limburgse netwerk Positieve Gezondheid

32 **Op weg naar gezondheidsbevordering met Weert in Beweging**

34 **“Iedere partij is verantwoordelijk voor zijn eigen aandeel”**
Han von den Hoff en Esther Stoffers over Burgerkracht Limburg

37 **Positieve Gezondheidop de werkvloer**
Op pad naar een duurzame en vitale werkomgeving

38 **“Streven naar leefbare wijken, waar mensen zelfredzaam leven en elkaar ondersteunen”**
Susanne Scheepers over de rol van Wonen Limburg

40 **Trendbreuk creëren met Positieve Gezondheid**
Robert Housmans, gedeputeerde Provincie Limburg

42 **“CZ zette Zuid-Limburg op het spoor van Positieve Gezondheid”**
Hartje Dorp heeft Positieve Gezondheid omarmd

44 **“Met Positieve Gezondheid kunnen we vraagstukken in onze samenleving in een ander licht bekijken”**
Interview met Paul Blokhuis, Staatssecretaris

46 **Op naar de volgende ronde!**
Van actiecentrum naar Beweging Limburg Positief Gezond

47 **Ook aan de slag met Positieve Gezondheid?**
Overzicht van mogelijkheden; van voeren van het andere gesprek tot scholing

“Door Positieve Gezondheid pakken we problemen in samenhang aan”

POSITIEVE GEZONDHEID: EEN GEMEENSCHAPPELIJKE TAAL

Het had niet veel gescheeld of Machteld Huber van Institute for Positive Health (iPH) had haar lezing die alles zou veranderen in Limburg op het gebied van gezondheid niet kunnen geven. De trein die haar naar Zuid-Limburg vervoerde had panne, direct onder Utrecht. En natuurlijk zat zij niet alléén in die trein. Op het perron van een kleine stationnetje waar het lange vervoermiddel naartoe gesleept werd, stonden tig mensen in pakken die óók naar het zuiden wilden. Goede raad was duur… Dan maar op een andere manier, dacht Huber. Even later sjeesde de onderzoeker, gepropt met vijf anderen in een taxi, naar het Zuid-Limburgse land. Later dan gepland kon zij toch nog haar gedachtegoed voor het voetlicht brengen bij de gedeputeerde, met grote gevolgen.

Sneltrein door Limburg

Positieve Gezondheid is ook als een sneltrein, maar dan zonder pech, door Limburg geraasd. Onderweg zijn er veel nieuwsgierigen ingestapt. Er zijn heel wat stations gepasseerd, soms kleine, andere keer weer grote. Enthousiast zijn mensen en organisaties her en der overgestapt of uitgestapt op de plaats van bestemming om daar hun collega's en andere geïnteresseerden aan te steken met hun enthousiasme over Positieve Gezondheid. De trein rijdt nog steeds verder, kriskras door het Limburgse land. Met een steeds groter bereik.

Iedereen wilde meedoen

Het begon allemaal met Marleen van Rijnsbergen, de toenmalige gedeputeerde voor de Sociale Agenda en Zorg van Provincie Limburg. De gezondheidsachterstand, het welzijn en de leefbaarheid in Limburg waren heel grote problemen in vergelijking met de rest van Nederland. Er moest een kentering komen. De oud-gedeputeerde vertelt: "Het begon met een aantal mensen, zoals dat vaker gaat als je gedeputeerde bent, die een goed idee hadden voor de Sociale Agenda. Halverwege de lezing van Machteld Huber was het al helemaal duidelijk: dit is gewoon wat past bij de Sociale Agenda. Sterker nog: ik vond dat het hier om draaide. Alles wat we al deden of wat we wilden gaan doen kwam hierin samen." Een plan van aanpak was snel gemaakt. Dit bestond uit drie fases. De eerste was: Limburg laten wennen aan het begrip en warm laten lopen hiervoor. Dit ging heel snel. Iedereen wilde meedoen. Er was een heel tijdpad bedacht voor PR, maar dat was helemaal niet nodig. Het ging veel sneller. "Het enthousiasme dat we hadden, sloeg heel snel over naar onze partners en uiteindelijk naar mensen die wilden aanhaken", vervolgt de oud-gedeputeerde.

Knie van kamer 12

Mensen moeten geïnspireerd raken, zodat ze ermee aan de slag gaan. Het moest gaan over de complete persoon, niet alleen over bijvoorbeeld 'de knie van kamer 12'. Iemand is niet zijn ziekte of aandoening. Hij is een persoon die toevallig een handicap heeft. En ga bovendien zeker niet voor iemand invullen. Vraag hoe iemand zich voelt. Wat hij wil. Wat hij nodig heeft. En neem niet alle zorg uit handen. Laat de regie liggen bij de persoon zelf. Dan heeft hij ook het gevoel dat hij het probleem eigenhandig aangepakt heeft. Wat enorme voldoening geeft, als het lukt om het op te lossen. Het is belangrijk dat iedereen dit voor ogen heeft, van de vrijwilliger in een speeltuin tot een arts in het ziekenhuis. En er moest actie komen. Geen woorden, maar

Besluit van Provincie Limburg om de 1e Positieve gezonde Provincie te worden. v.l.n.r. Wiro Gruisen, Marianne Smitsmans, Jo Maes, Machteld Huber, Marleen van Rijnsbergen en Hans Peter Jung

v.l.n.r. Mieke Reynen en Machteld Huber

Oud-gedeputeerde Marleen van Rijnsbergen

v.l.n.r. Machteld Huber en Marleen van Rijnsbergen

"Als een sneltrein raast Positieve Gezondheid door Limburg"

daden. Machteld Huber: "Ik merkte heel snel dat het geen zin had dat wij in Limburg gingen vertellen hoe het moet. Het hoort iets van de Limburgers zelf te zijn. Er is toen een Actiecentrum Limburg Positief Gezond opgezet. Mieke Reynen was hierin als projectleider vanuit iPH de aanjager. We moesten voor reuring zorgen en daar zijn we met vlag en wimpel in geslaagd."

De sleutel tot verbetering

Ondanks dat het vooraf niet duidelijk was wat Positieve Gezondheid zou opleveren, is de Provincie Limburg ingestapt in de trein. "Normaal gesproken moet er van tevoren duidelijk zijn wat de beoogde resultaten zijn, anders komt er geen geld los. Maar dit provinciebestuur heeft begrepen dat Positieve Gezondheid de sleutel is tot verandering en uiteindelijk verbetering. Zo kon het enthousiasme rondgaan onder burgers, professionals, organisaties en werkgevers", vertelt Mieke Reynen. Marleen van Rijnsbergen vult aan: "Dat is bestuurlijk heel spannend. Er is geen einddoel. Geen duidelijke targets of mijlpalen, zoals dat gebruikelijk is. Bij mij en bij het hele bestuur leefde de overtuiging: als we iets willen, is dit de beste manier om het aan te pakken. Het heeft weinig zin om iets over Limburg uit te storten, terwijl de Limburgers er niet op zitten te wachten. Daarom was het misschien bestuurlijk juist heel makkelijk. De mensen begrepen het. Je hoefde het niet keer op keer uit te leggen. Wat ook meewerkte was het feit dat we iedereen van de Provinciale Staten uitnodigden om te komen naar de inspiratiessessies, waar velen ook daadwerkelijk gehoor aan gaven. Zo wisten ze wat het inhield en werden ze zelf aangestoken door het enthousiasme van anderen."

Gemeenschappelijke taal

Er volgden lezingen, inspiratiesessies en workshops. Zeg maar gerust: tig van dit soort bijeenkomsten. Alles om maar zo veel mogelijk mensen te bereiken én te enthousiasmeren. Mieke Reynen vertelt: "Een fysiotherapeut kan sneller zijn vakbroeders en -zusters overtuigen. Een arts zijn collega-artsen. En zo ging het als een sneltrein rond. Burgerkracht Limburg pakte het snel op en heeft veel gedaan richting de burgers: workshops gegeven, ambassadeurs gezocht, mensen opgeleid en in buurthuizen lezingen gehouden. Het was soms zo dat burgers zelf bij hun huisarts aangaven dat ze volgens Positieve Gezondheid behandeld wilden worden. Waarop de huisarts wilde weten wat het precies inhield en ons uitnodigde voor een lezing. Het werkte als een olievlek."

Ook zijn er inspiratiesessies met actuele thema's opgezet samen met organisaties. Mensen ontmoetten elkaar tijdens deze bijeenkomsten. Er ontstonden dwarsverbanden tussen verschillende domeinen. Wat beoogd was, gebeurde dus ook. Marleen van Rijnsbergen vult aan: "Onze beleidsplannen hebben verbanden naar andere domeinen, zodat samenwerking ook veel makkelijker gaat. Het was alsof Positieve Gezondheid een gemeenschappelijke taal werd voor samenwerking tussen het sociaal domein en burgerinitiatieven. Heel mooi om te zien."

"Wat ik goed vind is dat het beroepsonderwijs ook enthousiast was. Daardoor krijgt Positieve Gezondheid ook een plekje in opleidingen. Een mooie ontwikkeling. Ook is het heel gunstig dat Wonen Limburg is aangesloten. Het is belangrijk vitale wijken te creëren met betrokken burgers. Doordat vanuit verschillende perspectieven mensen zijn gaan samenwerken, kreeg je het op heel veel tafels geagendeerd", vertelt Mieke Reynen. Onder artsen geldt vaker: 'levert het resultaat op, dan zijn we geïnteresseerd'. En dat deed het. Hans Peter Jung was de eerste Limburgse én Nederlandse arts die ermee aan het werk ging. Hij kwam hierdoor in de landelijke belangstelling. Zijn patiënten zijn zeer tevreden en er wordt veel geld bespaard in zijn praktijk. Dit had een aanjagende werking op andere zorgverleners.

Internationale belangstelling

Bij een congres over Positieve Gezondheid was duidelijk wat voor een impact het had. En niet alleen in Limburg. "Er waren 300 mensen uitgenodigd, terwijl er nog zo'n 50 tegen de muren stonden, omdat er geen stoel meer vrij was. Iedereen wilde erbij zijn. Er hing een enorme energie in de zaal. En er was zelfs iemand uit IJsland aanwezig, die dit mee wilde maken. Ze zijn daar zo geïnspireerd geraakt door het project in Limburg dat ze Positieve Gezondheid nu in eigen land hebben geïntroduceerd. Daar blijft het niet bij. België, Duitsland en zelfs Japan zijn ermee bezig en natuurlijk ook vanuit de rest van Nederland wordt naar Limburg gekeken", vertelt een trotse Machteld Huber.

Volle kracht vooruit

Het laatste halfjaar is er heel hard gewerkt om ervoor te zorgen dat de meewerkende partners eigen regie én verantwoordelijkheid nemen. En daar is de Beweging Limburg Positief Gezond uit voortgekomen (van Actiecentrum naar Beweging). Burgerkracht Limburg staat zo dadelijk aan het roer. Mieke Reynen vertelt: "In verband met de coronacrisis heeft het helaas allemaal wat stil gelegen. Vanaf 15 augustus is er een nieuwe coördinator aangesteld: Loek Vaessen. De beweging kan nu dus weer met alle samenwerkende partners met volle kracht vooruit."

Van Limburgers zelf

Nu alles in gang gezet is, is het zaak dat Positieve Gezondheid (nog meer) geïmplementeerd wordt binnen organisaties. Fase 2 van het plan van aanpak is in werking getreden. Provincie Limburg heeft mede de kar getrokken en middelen ter beschikking gesteld. Nu die handschoen opgepakt is, blijft de Provincie zeker nog betrokken, maar kan het wel een stap terug doen. Het sociaal domein ligt namelijk vooral bij gemeenten, zorginstellingen en woningcorporaties. Eigenlijk in heel Limburg. "Positieve Gezondheid heeft alleen maar toekomst als het van de Limburgers zelf wordt. Dat zie je nu heel krachtig gebeuren", sluit Machteld Huber tevreden af.

IN MEMORIAM

Peter Boonen. De kleine, grote reus is niet meer. Peter is erg belangrijk geweest voor Positieve Gezondheid in Limburg. Zeker in de fase van de vormgeving van het hele plan. Hij had een enorm netwerk en kon vrij denken. Hij was wars van bureaucratische processen en regels en omzeilde die waar het kon. Hij heeft voor een groot deel de Sociale Agenda bepaald. Het is ontzettend belangrijk om in je organisatie iemand te hebben die Positieve Gezondheid als zijn persoonlijke missie ziet en zo de verbindingen kan leggen. Zo'n persoon was Peter Boonen. Hij is op 8 maart 2019 plotseling overleden.

WAT IS POSITIEVE GEZONDHEID?

Op de Sociale Agenda van 2015 van de Provincie Limburg werd Positieve Gezondheid genoemd als middel om regionale doelstellingen te realiseren. Het gedachtegoed was niet lang daarvoor ontwikkeld door huisarts en onderzoeker Machteld Huber. Dat maakte Limburg een 'early adopter' van Positieve Gezondheid. Maar wat is Positieve Gezondheid precies en waarom ging Limburg hier zo voortvarend mee aan de slag?

Als we het hebben over gezondheid, dan denken we vaak aan klachten en gezondheidsproblemen en hoe we die kunnen verhelpen. Maar mensen zijn niet hun aandoening. En hoe gezond je je voelt heeft niet alleen te maken met je lichaamsfuncties. Positieve Gezondheid kiest een andere invalshoek. De focus ligt niet op ziekte, maar op de mens zelf, op veerkracht en op wat het leven betekenisvol maakt.

Zes dimensies

Positieve Gezondheid is een brede blik op gezondheid aan de hand van 6 dimensies. Die brede benadering draagt bij aan het vermogen van mensen om met fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven om te gaan. Aan de hand van de zes dimensies kan een persoon in kaart brengen hoe het met hem of haar gaat. Bovendien kan die persoon bepalen aan welk van de 6 dimensies hij of zij graag wil werken.

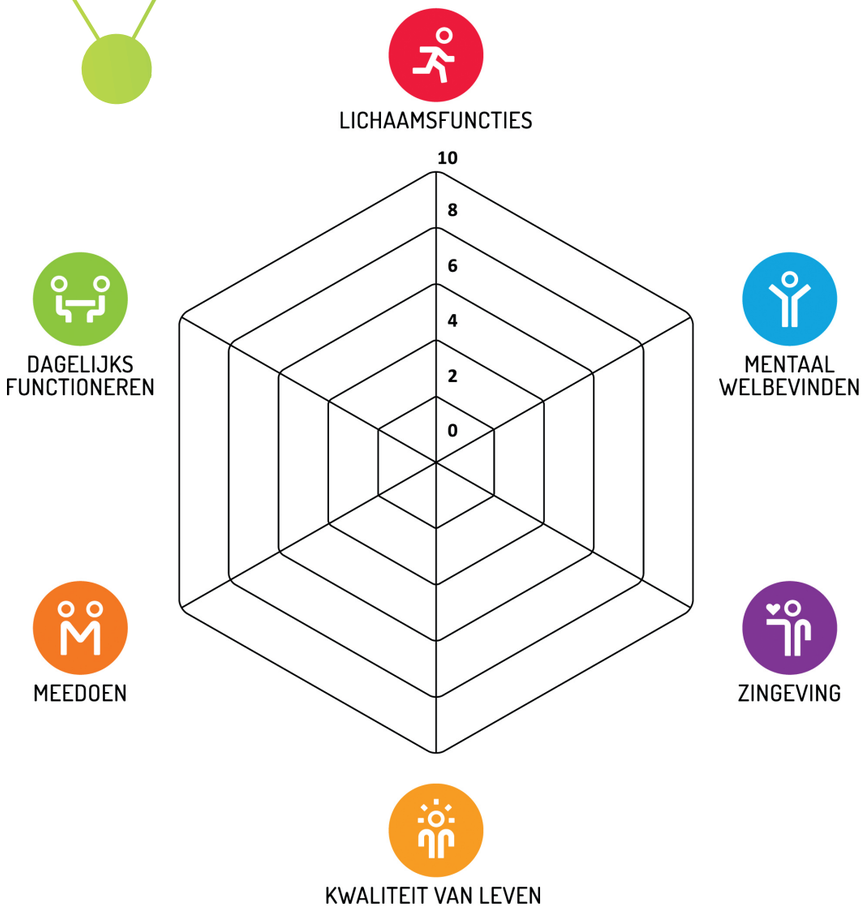
Hoe gaat het in zijn werk?

Door het invullen van een vragenlijst op Mijnpositievegezondheid.nl kan in kaart worden gebracht hoe de gezondheid wordt ervaren. Ben je bijvoorbeeld gelukkig, eenzaam of woon je in een onprettige omgeving? Doe je fijn mee in de maatschappij? Ben je in staat de dagelijkse dingen te doen, zoals de boodschappen, werken of het huishouden? Aan de hand van de antwoorden wordt er een spinnenweb zichtbaar. Hierna kun je zelf bepalen wat belangrijk is en wat je zou willen veranderen.

Gespreksinstrument

Iedereen kan aan de slag gaan met Positieve Gezondheid. Voor zichzelf, maar bijvoorbeeld ook om cliënten en patiënten te helpen hun wensen en behoeften in kaart te brengen. Op die manier is Positieve Gezondheid ook een gespreksinstrument; het biedt zorgprofessionals en hulpverleners de mogelijkheid om eens een ander gesprek te voeren. Daarna kun je samen bedenken wie of wat in de omgeving kan helpen om de situatie te verbeteren.

Omdat Positieve Gezondheid zo'n veelzijdig instrument is, wordt het op veel plekken gebruikt: tijdens spreekuren, in behandelplannen, aan de keukentafel, in beleidsplannen, in beroepsprofielen, bij intakegesprekken en omgevingsplannen.



Hoe het denken kantelde...

Positieve Gezondheid is een gedachtegoed van Machteld Huber. Zij werd zelf geconfronteerd met ziekte en merkte dat zijzelf grote invloed kon uitoefenen op haar herstel. Dat bracht haar ertoe om het concept 'gezondheid' verder te onderzoeken. Anders dan de WHO; stelt Positieve Gezondheid niet dat gezondheid een toestand van compleet welbevinden is (zowel lichamelijk, psychisch als sociaal). In je leven doen zich allerlei kwesties voor, zoals een overlijden of relationele problemen, waardoor het tijdelijk niet goed met iemand kan gaan. Het is een misvatting dat we mensen kunnen doorbehandelen totdat er een toestand van compleet welbevinden ontstaat.

Hoe deden ze het in Limburg?

In Limburg werd al rap duidelijk dat Positieve Gezondheid aanleiding geeft voor samenwerking tussen verschillende domeinen, netwerken, organisaties en burgers. Een beweging op gang brengen doe je namelijk niet alleen, dat doe je samen. Samen leren, experimenteren, elkaar vinden en verbinden; dat zijn belangrijke uitgangspunten voor Positieve Gezondheid. Zelf het Spinnenweb invullen? Ga naar www.mijnpositievegezondheid.nl.

Benieuwd hoe het Limburg lukte? Bekijk https://iph.nl/achterstandssituaties-verkleinen-waarom-het-lukte-in-limburg/

INSPIREREN, MOTIVEREN EN LEREN

ZO KREEG POSITIEVE GEZONDHEID GRIP OP LIMBURG

Positieve Gezondheid bleek voor velen het antwoord op een langlopende vraag in de provincie. Verminderde gezondheid aanpakken door aanspraak te doen op ieders eigen wilskracht. Na het sprankelende betoog van Machteld Huber en de adoptie van het gedachtegoed door de gedeputeerde, wilden zorgprofessionals, beleidsmakers en burgers Positieve Gezondheid daadwerkelijk gaan vormgeven in de regio. Maar hoe? Door te inspireren, te motiveren en mensen van elkaar te laten leren.

Inspireren

Enthousiasme creëer je door mensen te inspireren en hen vroegtijdig aan te haken. Het in het leven geroepen Actiecentrum (inmiddels de Beweging Limburg Positief Gezond) heeft daarom maandelijks inspiratiebijeenkomsten georganiseerd over een actueel maatschappelijk thema in zorg, welzijn of participatie in relatie tot Positieve Gezondheid. De inspiratiebijeenkomsten waren vrij toegankelijk en de animo onbeschrijflijk groot. Doel van deze bijeenkomsten was inspireren en verbindingen stimuleren tussen mensen en projecten. Dat lukte, want de bijeenkomsten vormden een stevig fundament van deelnemers die maar wat graag handen en voeten aan Positieve Gezondheid wilden geven.

Motiveren

Mooi, dat gedachtegoed, maar hoe geef ik dat vorm in de praktijk? Die vraag werd steeds luider in Limburg.

Een verdere kennismaking of verdiepingsslag of zelfs vragen over implementatie stroomden binnen bij het Actiecentrum. Mensen werden gemotiveerd om aan de slag te gaan met Positieve Gezondheid door het organiseren van lezingen en workshops. Op maat, welteverstaan. Bovendien werden er vrijwilligers opgeleid om trainingen Positieve Gezondheid te geven.

Leren

Professionals verwelkomden Positieve Gezondheid met open armen en pasten de brede blik op gezondheid al toe in de praktijk. Maar om Positieve Gezondheid verder te borgen, moesten ook opleidingen meedoen. Positieve Gezondheid heeft invloed op de werkwijze van zorgverleners, leidinggevenden en beleidsmakers en uiteindelijk ook op burgers. Daarom is het onderwijs in de provincie verrijkt met trainingen en modules Positieve Gezondheid.

Inspiratiesessie Positieve Gezondheid in de praktijk

Er is gestart met trainingen (de later welbekende Basismodule) in de pilot ‘Blauwe Zorg in de Wijk’ (in een aantal wijken in Maastricht). Hier wordt Positieve Gezondheid gebruikt als gezamenlijk referentiekader voor professionals van elf deelnemende instellingen, maar ook als gespreksinstrument in contact met cliënten, om de juiste perspectieven te kunnen formuleren in de fase van vraagverheldering en (be) handeling. De trainingen aan professionals werden in de beginfase door Machteld Huber zelf verzorgd. En die trainingen waren niet alleen voor zorgprofessionals, ook leidinggevenden en beleidsmakers namen deel. Vanaf 2018 werd in-company scholing aangeboden voor huisartsen(praktijken). In Blauwe Zorg in de Wijk is daaropvolgend een Train-de-trainerprogramma opgezet voor Positieve Gezondheid en is coaching en intervisie toegevoegd. Hiermee werd duurzame implementatie gegarandeerd. Lees meer over de Blauwe Zorg op pagina 18/19.

Verder is vanuit iPH op diverse plaatsen in Limburg de Basismodule ‘Werken met Positieve Gezondheid’ aangeboden. Voor Limburgers was deze met korting toegankelijk. Een mooie bijvangst is dat vanuit dit traject ook deelnemers zelf Train-de-trainer trajecten gaan verzorgen.

Om Positieve Gezondheid permanent in te bedden in Limburg is Positieve Gezondheid opgenomen in het opleidingprogramma van de opleidingen bij Hogeschool Zuyd.
Stichting Mens Achter de Patiënt (MAP) is een jonge organisatie die zich inzet om zorgprofessionals (artsen en verpleegkundigen) in opleiding te leren de patiënt centraal te stellen, door empathie onderdeel te maken van het zorg- en hulpverleningsproces. Hun programma is gestart voor het universitaire medisch curriculum en is inmiddels uitgebreid naar MBO- en HBO-opleidingen.
Geïnteresseerd? https://mensachterdepatient.nl

De Provinciale Staten hebben een financiële impuls van € 1 miljoen voor een scholingsplan Limburg Positief Gezond vrijgemaakt. De Provincie maakt daarvoor ruim baan voor een structurele verankering van het gedachtegoed. Het Scholingsplan Limburg Positief Gezond is in 2019 vastgesteld.
Wil je meer weten over scholing Positieve Gezondheid: https://iph.nl/academie/trainingen/

Fontys Hogeschool heeft een leermodule over Positieve Gezondheid samen met iPH ontwikkeld. De blended module bestaat uit een interactieve e-learning gecombineerd met intervisie-bijeenkomsten. De module is discipline- en niveau-onafhankelijk en kan gebruikt worden in het onderwijs om de toekomstige (zorg) professional de essentie van Positieve Gezondheid en de toepassing ervan in de praktijk te laten ervaren.
De module kan ook gebruikt worden voor bij- en nascholingsdoeleinden. Meer info:
https://limburgpositiefgezond.nl/scholing

Het MUMC+ is gestart met interne training voor groep van 10 paramedische medewerkers, die willen experimenteren in de ziekenhuiszorg vanuit Positieve Gezondheid. Positieve Gezondheid is een onderdeel van het curriculum leerwerkplekken. De groep bestaat uit diëtetiek, dienst geestelijke verzorging, logopedie, pedagogisch team, maatschappelijk werk en ergotherapie.

Binnen het afgebakende zorggebied van Hoensbroek vindt integrale scholing plaats. Vanuit de visie van integrale wijkzorg, de Nieuwe GGZ en Heerlen STAND-BY! wordt dit de eerste stap van het integraal implementeren van Positieve Gezondheid binnen de domeinen van Wmo-welzijn, huisartsenzorg en GGZ. Van belang is samen dezelfde taal te spreken waardoor professionals de burger op dezelfde manier benaderen. Burgerkracht Limburg organiseert nog steeds scholing voor vrijwilligers, die workshops verzorgen voor burgers. Vrijwilligers zijn geschoold (in een training van 3 dagdelen) om de workshop te verzorgen. Voor specifieke doelgroepen zijn ook vrijwilligers geschoold (KBO, Buddyzorg Limburg). Buddyzorg Limburg heeft het gedachtegoed Positieve Gezondheid als basis genomen voor hun werk voor groepen in een kwetsbare positie. Benieuwd? Kijk dan op https://www.heerlenstandby.nl

ACTIECENTRUM

Het Actiecentrum Limburg Positief Gezond is op 22 september 2017 geopend en werd vanaf die periode het aanspreekpunt voor Limburgers en organisaties op het gebied van Positieve Gezondheid. Het is inmiddels omgedoopt tot Beweging Limburg Positief Gezond. Deze beweging bestaat uit de volgende partijen: Burgerkracht, GGD Limburg-Noord, GGD Zuid Limburg, Zuyd Hogeschool, Fontys, Blauwe Zorg, Heerlen STAND-BY, Maastricht UMC+, Wonen Limburg en in 2018 de Mens achter de Patiënt (MAP).

Fotografie: Janneke Postulart

HANS PETER JUNG: “JE MAG ER ZIJN”

Aan het begin van dit jaar mocht ik een voorwoord schrijven voor een boekje over hulp bij rouwverwerking na het verlies van een dierbare. Ik realiseerde me dat het boekje in essentie ging over hoop. Hoe je mensen die de hoop dreigen kwijt te raken, kan helpen. Hoop is zo belangrijk. Hoop is als zuurstof, we kunnen niet zonder. We zeggen niet voor niets ‘hoop doet leven’. Om hoop te mogen ervaren is een doel nodig: zicht op een betekenisvol leven. Daarnaast energie om daarvoor op weg te willen gaan. Maar ook een kaart om de mogelijke routes naar het doel uit te stippelen. De vraag: “Waar hoop je op?” raakt voor mij de kern van Positieve Gezondheid en is misschien wel een van de belangrijkste vragen die ik als huisarts in de spreekkamer van huisartsenpraktijk Afferden heb leren stellen. Mensen kunnen zich zo ‘hopeloos’ voelen na het verlies van een dierbare: zonder doel, zonder energie, zonder route…

Dat heb ik zelf moeten ervaren toen onze dochter Robin op 14-jarige leeftijd overleed aan een longontsteking. Bij het verschijnen van dit magazine precies 10 jaar geleden. Dat moment op de intensive care, dat ze van de beademing af werd gehaald en dat ze het weer op eigen kracht moest doen, maar dat dat niet lukte… hopeloos.

Ze was zo bijzonder. Ze was zo vol vertrouwen en tegelijk zo kwetsbaar. Ernstig gehandicapt vanaf haar geboorte. Verlamd aan armen en benen. Veel last van epilepsie, blind en ook nog eens functionerend op een niveau van een baby van 6 maanden. Maar wat een levenskracht en wat had ze ons veel geleerd in haar korte leven.

Op haar sterfbed beloofde ik haar dat ik mijn best zou doen om verder te leven. Verder te leven op een manier die recht zou doen aan de 14 jaar dat ze bij ons is geweest. Laten zien dat ze niet voor niets geleefd had. Dat was fijn en gaf zicht op een doel, maar nog geen energie, laat staan een route…
Vrij snel probeerde ik mijn spreekuren weer op te pakken. Ik had het idee dat de moeheid die ik voelde het jaar voorafgaande aan het overlijden van Robin te maken had met de toenemende zorg voor haar. Zorg die nu van onze schouders afviel. Er zou dus weer energie moeten zijn, maar wat viel dat tegen! Ik ontdekte dat ik niet moe was geworden van de verzorging van Robin, maar dat ik moe werd van mijn werk. Het klopte niet meer. Het was te druk, er was te weinig tijd. Ik ontdekte dat ik niet de huisarts kon zijn die ik wilde worden toen ik startte met de huisartsenopleiding. Bijna een jaar heb ik toen niet gewerkt en nagedacht of ik nog wel huisarts wilde zijn en hoe dan.

Langzaam kwam de energie weer terug en na de ontdekking van het gedachtengoed van Positieve Gezondheid had ik ook weer een route! In de kern had ik ontdekt dat de verzorging van Robin voor mij juist de bron van energie was geweest, niet de moe-maker. Met volle aandacht en met vertrouwen er zijn voor elkaar. 1 op 1. Daar waren we goed in geworden, Robin en ik. Zo zou het er in mijn werk ook uit moeten zien. In samenwerking met zorgverzekeraar VGZ startten we een experiment in onze praktijk, waarbij ik meer tijd per patiënt kreeg en een ander gesprek met mijn patiënten kon voeren. Positieve Gezondheid vormgeven dus. Ik kon weer vragen: “Hoe gaat het me je?” En toen ging het weer stromen. Het bleek dat we 25% minder verwezen naar het ziekenhuis door de andere manier van werken. Dat we minder pillen voorschreven en minder diagnostiek aanvroegen. Tegelijkertijd bleek dat de patiënten in de praktijk meer tevreden waren en dat gold ook voor de praktijkmedewerkers zelf.
We moesten zelfs een patiëntenstop voor nieuwe patiënten instellen. Best wel bijzonder voor een praktijk in één van de grootste krimpregio’s van Nederland.

Hans Peter Jung met Robin op schoot bij optreden in Afferden

“Ik dacht dat mijn energie wegvloeide door de zorg voor mijn dochter, maar ik was moe van mijn werk…”

Er kwam veel aandacht voor onze werkwijze en op veel plekken mocht ik daarover vertellen. Dat was fijn, want dat was een moment waarop ik het ook over jou, Robin, kon hebben. Een foto van jou kon laten zien, bij mij op schoot, samen met ons gezin muziek makend in het park op het dorpsfeest. En kon vertellen hoe belangrijk je nog steeds voor ons mag zijn. Recht doen aan mijn belofte en daarmee recht doen aan jou. Een van die praatjes was voor de Provincie Limburg, alweer jaren geleden. Later hoorde ik dat dat praatje een belangrijke rol had gespeeld bij de keuze Positieve Gezondheid te gaan omarmen in de sociale agenda van de Provincie. Daarnaast stimuleerde het ook andere huisartspraktijken om met Positieve Gezondheid aan de slag te gaan en de zorgverzekeraar maakte meerdere pilots mogelijk. Ook lukte het om de ontwikkelde ideeën over de invoering van Positieve Gezondheid samen met Machteld Huber en Karolien van den Brekel op te gaan schrijven in het Handboek Positieve Gezondheid voor de huisartsenzorg dat begin volgend jaar zal verschijnen.

Afgelopen zomer kreeg ik een bijzonder telefoontje van Robert Housmans, gedeputeerde sociale agenda, zorg en veiligheid van de Provincie Limburg. Hij zei: “Misschien moet je even gaan zitten, want ik heb je iets bijzonders te vertellen. We gaan een fonds oprichten ter ondersteuning van de vitaliteit van kwetsbare personen en gemeenschappen in Limburg. Positieve Gezondheid is hierbij belangrijk en huisartsenpraktijk Afferden heeft daar een bijdrage aan geleverd. We zijn geraakt door de belangrijke rol van je dochter hierbij en zouden je willen vragen of je het goed vindt dat we het fonds het Robin Jung Fonds gaan noemen…”

Lieve Robin, wie had dat ooit kunnen denken. Jouw naam verbonden aan een fonds dat kan bijdragen aan nieuwe hoop. Zo fijn. Je mag er zijn!

“VERBINDING IS HET BELANGRIJKSTE RESULTAAT”

Het leveren van de best mogelijke zorg en het verbeteren en bevorderen van de gezondheid van de bevolking in de regio. Dat is de missie van Universiteit Maastricht (UMC) waarmee ze duidelijk aangeven verder te kijken dan de mens en zijn aandoening of ziekte. Niet vreemd dus dat het Zuid-Limburgse universitair ziekenhuis participeert in Limburg Positief Gezond. In gesprek met professor doctor Nanne de Vries, vice-decaan Faculteit Health, Medicine and Life Sciences over Positieve Gezondheid, de promotie van Machteld Huber waarbij hij aanwezig was, koempels, verbinding en de next step.

Het zaadje is geplant en tot rijping gekomen

Jaren geleden is Machteld Huber gepromoveerd op het gedachtegoed Positieve Gezondheid aan de Universiteit van Maastricht. Nanne de Vries was voorzitter van die promotiesessie. Daar is het zaadje geplant en het kwam nog meer tot rijping toen de voormalig huisarts en grondlegger van het gedachtegoed Positieve Gezondheid, een van de prijswinnaars was bij het congres Volksgezondheid, waar De Vries voorzitter was. “Het spinnenweb was er in eerste instantie nog niet volgens mij, maar wel een nieuwe definitie van gezondheid. Die hebben we als UMC in onze achterzak gehouden en die zit nu verweven in onze missie. We willen echt niet meer alleen van het ‘repareren’ zijn, maar juist breder de gezondheid van de Limburgers bevorderen,” vertelt de van huis uit hoogleraar gezondheidsbevordering.

“Een lijntje naar de zorg”

Het was dus een vrij logische stap voor het universiteitsziekenhuis om kernpartner van Limburg Positief Gezond te worden. Het is overduidelijk dat er breder gekeken moet worden, niet alleen naar de lichamelijke of geestelijke toestand van iemand, maar ook naar andere omstandigheden. Hierin is ook de verbinding met de Sociale Agenda van Provincie Limburg van groot belang. “Ik heb zelf de bijeenkomsten bezocht om aan te geven dat wij het heel belangrijk vinden. Daar kwam ik keer op keer dezelfde mensen tegen. Dat zorgt voor verbinding. Het was voor ons een goed besluit om kernpartner te worden. Maar omgekeerd was het ook heel interessant voor Limburg Positief Gezond. Zo hadden zij weer een lijntje naar de zorg.”

“Een reddeloze bevolking”

Nanne de Vries refereert aan een roman ‘Het geluk van Limburg’ van Marcia Luyten als hij uitlegt hoe belangrijk Positieve Gezondheid is voor Limburg. In het boek beschrijft de auteur de sociaalhistorische achtergrond van de Limburgse bevolking. “Mijnwerker (koempel) zijn was een hondenbaan, maar het verdiende goed. De mijnwerkers en hun gezinnen woonden daarom in mooie huizen met grote tuinen. Toen de mijnen sloten, vielen de richtinggevers weg: de staat, de mijn en de kerk. Als generaties lang alles bepaald is door pastoor, de directeur van de mijn en de burgemeester en nu opeens niet meer, dan blijft er een hulpeloze en zelfs reddeloze bevolking achter, die achterover leunt. Dat heeft er mogelijk mede aan bijgedragen dat in een groot deel van Limburg de allerslechtste bevolkingsgezondheid van Nederland heerst.” Positieve Gezondheid wordt daarom in Limburg met open armen ontvangen. Met dimensies als sociaalmaatschappelijke participatie, zingeving, kwaliteit van leven is dat niet vreemd. Er kan in het leven iets niet helemaal of helemaal niet goed gaan, belangrijk is daarbij hoe je daarmee omgaat en hoe je dit kunt ombuigen naar een zinvol bestaan.

Implementatie moet nog meer en beter

Er is een beweging in gang gezet, die in de zorg zeker al voor verandering heeft gezorgd. Maar volgens De Vries zijn ze er nog niet. Positieve Gezondheid moet binnen het UMC een stabielere en solide plek krijgen in het hele zorgproces. Dat betekent het andere gesprek voeren, maar ook dat er op andere plekken werk van gemaakt wordt. “Onze studenten van de curricula geneeskunde en gezondheidswetenschappen krijgen al te maken met Positieve Gezondheid. Een goede zaak. We hebben een participatiepoli voor mensen met chronische gewrichts- en bewegingsklachten, waarin heel actief samen met hen gezocht wordt naar wat ze nog wel kunnen. Dat zijn ook vormen van implementatie. Voor mensen die er dag in dag uit mee werken moet het meer handen en voeten krijgen. Daar gaan we nu weer mee aan de slag. Door de coronacrisis, waarbij alle hens aan dek moesten bij ons, heeft dat helaas een tijdje stil gelegen.”

“Wind in de zeilen”

Op dit moment is er nog geen instrument dat resultaten kan meten. De Vries heeft hier wel behoefte aan. Op den duur. “Voor nu is het het allerbelangrijkst dat de verbinding is gelegd. We zijn vanuit allemaal verschillende achtergronden met Positieve Gezondheid bezig en dat is mooi. Op beleidsniveau wil men een zorgagenda opstellen als onderdeel van de sociale agenda. Dat zou heel goed zijn. Dan wordt het iets van Limburg breed. Er moeten nu concrete acties komen. Maar ik denk dat we eerst van alle plasjes (zoals Sociale Agenda, Limburg Positief Gezond, Gezondheidsakkoord, Kennis- en Innovatieagenda voor de regio) een groot meer moeten maken, dan pas krijgen we echt de wind in de zeilen.”

Meer info: https://iph.nl/onderzoek-gaat-ons-meer-leren-over-succesvolle-aanpak-positieve-gezondheid/

Fotografie: Appie Derks (MUMC+)

“DE PERCEPTIE DAT ER VOOR MENSEN GEZORGD MOET WORDEN, PROBEREN WE OM TE DRAAIEN”

In de Maastrichtse wijken Nazareth, Limmel, Wyckerpoort en Wittevrouwenveld gingen ze al vroeg aan de slag met Positieve Gezondheid. Het project Blauwe Zorg was erop gericht om wijkbewoners zelf te activeren aan hun gezondheid te werken. En dat is gelukt!

Betekenisvol leven

Anita Vermeer, in deze periode strategisch beleidsmedewerker bij de GGD Zuid Limburg, is vanaf de start betrokken bij het wijkproject in de verschillende wijken. “Bij Blauwe Zorg staat een betekenisvol leven centraal. Het accent ligt dus niet op ziekte, maar op beantwoording van vragen als: ‘Hoe blijf je gezond en wat kun je daar zelf aan bijdragen?’ Vanuit cultuurhistorische factoren hebben vooral veel ouderen in deze wijken het gevoel dat er voor hen gezorgd moet worden. Die perceptie probeert het project Blauwe Zorg om te draaien.”

Losgeweekt

Behalve de buurtbewoners zijn ook de zorg- en welzijnsverleners in de wijk een belangrijke doelgroep in het project. “Professionals worden als het ware ‘losgeweekt’ van bestaande protocollen, waarna er vooral wordt ingezet op wat wijkbewoners zelf willen met hun gezondheid. Zorgverleners worden dus uitgedaagd om meer in co-creatie met elkaar te werken en op elkaar af te stemmen.” Zo heeft een gezin met complexe problematiek niet langer een dozijn betrokken zorgprofessionals langs de zijlijn staan, maar wordt er gekeken naar hoe zij zelf denken dat zij het beste geholpen zouden zijn.

Kleine stapjes

Hoe wordt die zelfbeschikking van buurtbewoners bewerkstelligd? Anita: “We benaderen gezondheid in de breedte en dat geldt dus ook voor de zorg. Door over de domeinen en grenzen van de eigen instelling te werken, komen we tot collectieve oplossingen. Maar wat vooral ook telt, is dat we de behoefte van de inwoners centraal stellen. Door hen zelf regie te laten pakken en door hen uit te dagen om na te denken hoe zij zelf kleine stapjes kunnen zetten om zich gezond te voelen.”

Eigen kracht

Het resultaat mag er zijn. Sinds de start van het project in 2016 zijn er mooie mijlpalen bereikt. Zo wordt er in de wijk een betere kwaliteit van zorg geboden, vinden er kosten- en tijdsbesparingen plaats en zijn er prettige vormen van samenwerking ontstaan tussen verschillende disciplines in het sociale domein, de eerste- en tweedelijnzorg. “Maar de grootste winst is dat er in deze wijken wordt uitgegaan van eigen kracht en de zelfredzaamheid van inwoners.”

Zie ook: www.blauwezorgindewijk.nl

“ONZE BURGERS OVER 10 JAAR GEZONDER EN FITTER”

Fotografie: Jan Peter Fiering

Bij een scootmobielaanvraag was eerder de vraag: hoe ver kunt u lopen? Nu met Positieve Gezondheid in het achterhoofd kijkt de professional van de gemeente Roermond naar de vraag áchter de vraag. Waarom vraagt iemand een scootmobiel aan? Heeft de persoon echt een mobiliteitsprobleem of is hij bijvoorbeeld eenzaam? Een van de vele dingen die in Roermond al bereikt zijn door deze aanpak: breder kijken naar een gezondheidsissue. We vroegen Marianne Smitsmans, wethouder Sociaal Domein, Communicatie en Burgerparticipatie van die gemeente, hoe zij ervoor gaat zorgen dat de burgers van de Midden-Limburgse stad aan de Maas gezonder gaan worden.

Positieve Gezondheid is een goed antwoord

Roermond heeft een flinke sociaaleconomische problematiek. Het is overduidelijk dat er verbanden bestaan tussen gezondheid, armoede, schulden en participatie in de samenleving. Positieve Gezondheid kwam als geroepen. “In Roermond waren we op dat moment bezig met de nieuwe gezondheidsnota en de decentralisaties van WMO, jeugdwet en participatiewet. Dat kwam allemaal samen. Machteld Huber is mijn grote inspiratiebron. Het gedachtegoed sluit helemaal aan bij mijn idee dat zaken in samenhang gezien moeten worden en niet los van elkaar. Positieve Gezondheid is een goed antwoord om in samenhang de problemen aan te pakken”, vertelt Smitsmans.

De vraag achter de vraag

Gemeente Roermond koos er voor om het spinnenweb van Huber in het hele beleid van het sociaal domein te gebruiken. Alle medewerkers van sociale zaken en het zorgteam (sociale wijkteam) zijn hierin geschoold. De keukentafelgesprekken, oftewel de intakes bij de WMO-aanvragen, verlopen nu heel anders. “Onze medewerkers waren meteen enthousiast, alhoewel het natuurlijk wel wennen was. Als je eerst een vragenlijst hanteert en nu open vragen moet stellen, vergt dat natuurlijk wel iets van de medewerkers. Maar het wordt steeds meer gemeengoed. Ze vragen nu echt door. Van waar komt die vraag voor een scootmobiel? Is die persoon niet op een andere manier beter geholpen, door een maatje aan te wijzen? Kan hij of zij niet beter regelmatig bezoekjes brengen aan een ontmoetingscentrum? Eerder werd zo’n scootmobiel toegekend als iemand geen 500 meter meer kon lopen. Dat is geen vanzelfsprekendheid meer. Het is echt maatwerk geworden. Dat is een groot verschil.”

Effecten zijn al zichtbaar

Niet alleen bij de WMO-aanvragen merk je de positieve vibe van Positieve Gezondheid. Er vindt ook een groot aantal initiatieven en projecten plaats binnen de gemeentegrenzen. In een paar wijken draait de pilot ‘Healthy Life’: een combinatie van bewegen, gedrag en voeding. Het is persoonlijke coaching op leefstijl. Mensen worden daarnaast gestimuleerd te bewegen in groepsverband. Ook zelfredzaamheid en participatie zijn belangrijke onderdelen van deze pilot. Huisartsen, het ziekenhuis en de zorgverzekeraar kijken samen hoe ze de zorgbehoefte kunnen terugdringen en hoe ze in preventieve sfeer de mensen fitter kunnen maken en houden. Bewustwording is hierin heel belangrijk. De resultaten zijn nog niet gemeten, maar in de praktijk zijn de effecten al zichtbaar.

“Door Positieve Gezondheid pakken we problemen in samenhang aan”

Alleen nog maar water drinken op school

Ook lopen er projecten, zoals Dementievriendelijk Roermond, Seniorvriendelijk Roermond, Eenzaamheid en depressie en Actief Gezond. “Bij dit laatste project leren vrouwen met een migratieachtergrond samen gezond te koken. Minder zoet, minder vet en met meer groenten. Daarnaast gaan ze als groep bewegen en krijgen ze les in mindfulness. Ik reik aan het einde van het traject altijd de certificaten uit. Het is keer op keer een gezellige club vrouwen die elkaar na afloop ook opzoekt. Dat is mooi.”

Neem liever de trap

Bewustwording is ook aan de orde van de dag binnen de muren van de gemeentelijke gebouwen. Waar het kan: meer groen en stimuleren om meer te bewegen. “Er hangt bijvoorbeeld een briefje in de lift ‘Neem liever de trap’. Er zijn statafels op kantoren neergezet, zodat er ook staand vergaderd kan worden. En er kan gebruikgemaakt worden van fietsstoelen bij bureaus. Alles voor een betere leefstijl”, vertelt de Roermondse wethouder.

Over 10 jaar gezonder en fitter

Marianne Smitsmans kijkt vooruit en hoopt dat Positieve Gezondheid geborgd wordt in de samenleving. “Als we het maar overal laten terugkomen dan groeit de bewustwording en verandert ook het gedrag van de mensen. De effecten zullen we pas zien op de lange termijn. Hopelijk zijn onze burgers over 10 jaar gezonder en fitter, zodat ze gelukkiger zijn, actief kunnen deelnemen in onze samenleving, weer aan het werk kunnen en er minder armoede en minder schulden zijn.”

Meer info http://docplayer.nl/53387293-Roermond-gezond-preventie-en-gezondheidsbeleid.html

Fotografie: Alf Mertens

BUSINESS AS USUAL

Op het moment dat de Sociale Agenda van de Provincie Limburg in 2016 werd vastgesteld met Positieve Gezondheid als uitgangspunt, wilden de GGD Zuid Limburg en de GGD Limburg-Noord samen met hun overlegpartners aansluiten. Te meer omdat de geneeskundige gezondheidsdienst graag ziet dat de gemeenten gaan handelen naar en werken met Positieve Gezondheid.

Mensen bepalen de norm

Bert Hesdahl is vanuit GGD Zuid Limburg – net als Nicole Bosman vanuit GGD Limburg-Noord –gedetacheerd bij de Provincie Limburg om enthousiast en met grote betrokkenheid als beleidsmedewerker zich bezig te houden met Positieve Gezondheid. Hesdahl vertelt: “Bij de Limburgse GGD’en waren we al bezig met Positieve Gezondheid. De Noordelijke Maasvallei zelfs als één van de eerste in Nederland. Ikzelf was ook enthousiast over het gedachtegoed van Machteld Huber. Haar ideeën over gezondheid waren heel anders dan de GGD tot dan toe voor ogen had. Iemand met overgewicht of een chronische aandoening kan zich toch gezond voelen. Mensen bepalen hun eigen norm. Dit was natuurlijk heel gedurfd, maar we wisten bij de GGD dat op deze manier naar gezondheid kijken mensen en organisaties kon gaan helpen om stappen te zetten.”

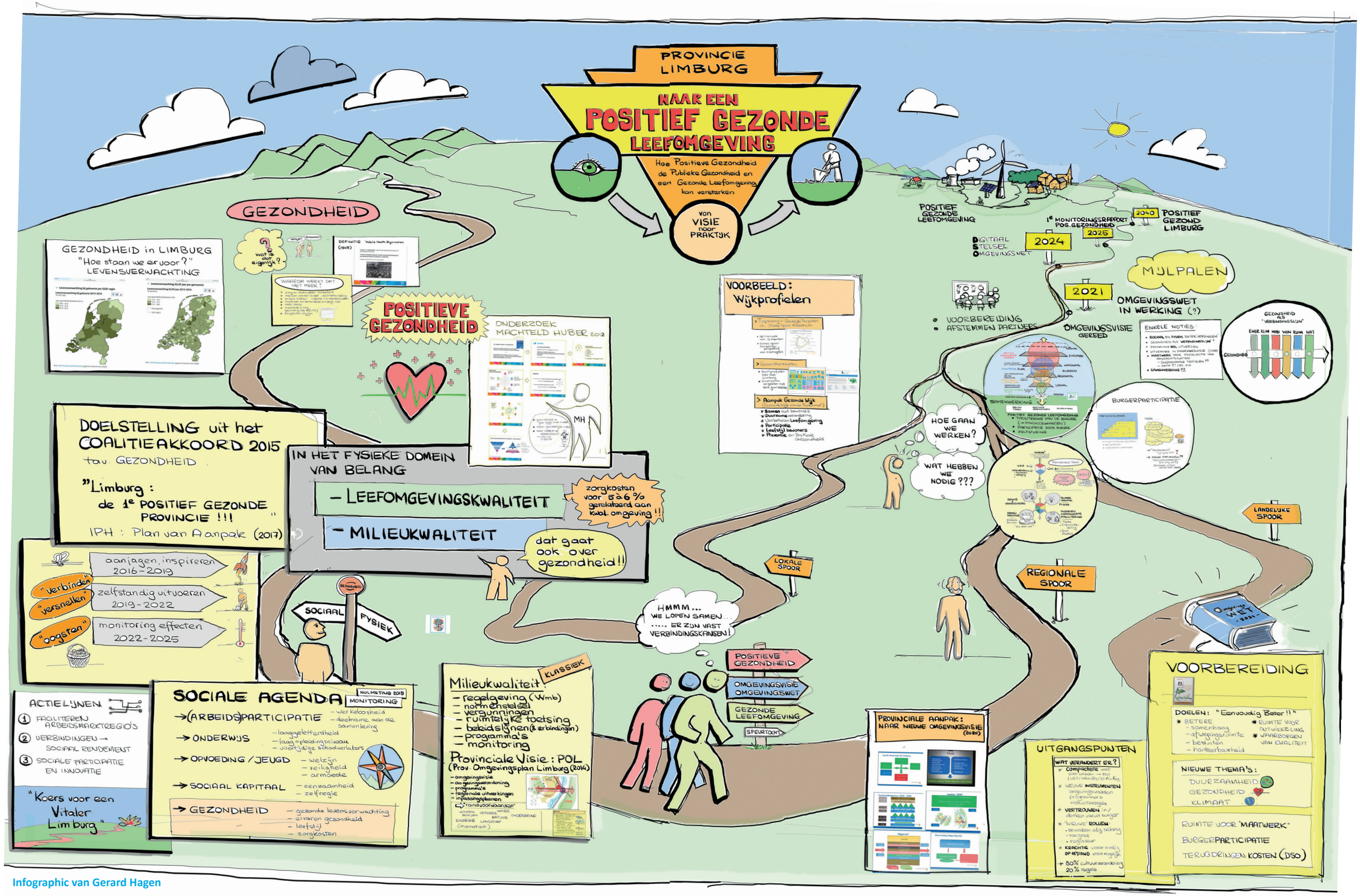
Verbinding is belangrijk resultaat

“We hebben ons enorme netwerk proberen te inspireren en motiveren om aan te sluiten. Met succes. En belangrijk: de GGD en gemeenten hebben de opgave om de volksgezondheid te verbeteren en Positieve Gezondheid als onderdeel van het gemeentelijke gezondheidsbeleid hielp enorm in die ambitie”, zegt Hesdahl. GGD Zuid Limburg is veel bezig met de aanpak van gezondheidsachterstanden, die zijn in het zuiden van Limburg het grootst. Het komt daarnaast in veel andere initiatieven terug. In Noord-Limburg zijn Weert in Beweging en de Gezondste Regio 2025 actief met een duurzame gezonde toekomst en houden de begeleiders met de bewoners van woonvoorziening De Baersdonck periodiek een gesprek vanuit het spinnenweb. In zijn huisartsenpraktijk in Afferden realiseert Hans Peter Jung een kwart minder doorverwijzingen naar het ziekenhuis door het gesprek vanuit Positieve Gezondheid te voeren. Ook verbinding is een belangrijk resultaat. Er zijn partijen die anders nooit met elkaar om tafel hadden gezeten. Bijvoorbeeld het Maastricht UMC+ en Wonen Limburg. Nu zijn het serieuze gesprekspartners van elkaar. Dat is het mooie van deze beweging. Het is ook mooi dat Provincie en GGD’en hierin samen zijn opgetrokken en verbindingen tussen netwerken hebben gerealiseerd.”, vervolgt Hesdahl.

“Partijen die normaal gesproken niet met elkaar om tafel zouden gaan, zijn nu serieuze gesprekspartners van elkaar”

Business as usual

Het is de bedoeling dat die verbinding en samenwerking tussen de verschillende partijen blijft bestaan. En dat Positieve Gezondheid een vaste plek krijgt binnen alle organisaties en in het denken en handelen van professionals. Bert Hesdahl sluit af met: “Laten we hopen dat er een blijvende andere blik op gezondheid komt. Het zou sowieso mooi zijn als Positieve Gezondheid *business as usual* wordt.”



Infographic van Gerard Hagen

ZIJ DRAGEN POSITIEVE GEZONDHEID EEN WARM HART TOE...

“GOUD IN HANDEN”

Hoe meer organisaties, professionals en burgers de kracht van Positieve Gezondheid ervaren en uitdragen, hoe groter de groep wordt die het zelf ook omarmt. Het is dan ook heel mooi om te zien dat er vanaf 2018 een verzameling volgers is ontstaan die volledig achter het gedachtegoed staat: de ambassadeurs van de Beweging Limburg Positief Gezond. Zij dragen Positieve Gezondheid uit in hun eigen professionele en privénetwerk. In gesprek met drie van hen: Monique van Heesch-Webers, Majelle Panis en Jan Fermont.

Fotografie: Rachelle Philippen

Monique van Heesch-Webers, zelfstandig wijkverpleegkundige

“Positieve Gezondheid sprak me meteen heel erg aan. Te meer omdat het in het verlengde ligt van waar ik al mee bezig ben. Alleen gaat dit nog verder. In mijn werk als wijkverpleegkundige heb ik het spinnenweb altijd in mijn achterhoofd en van daaruit stel ik directe vragen, zodat ik mensen aanzet tot nadenken. Ik ervaar het echt als goud in handen hebben, want je komt zo bij de oplossing waardoor iemand gemotiveerd is om ook écht aan het probleem te gaan werken. Iemand komt in beweging. Niet door te adviseren. Laat ze zelf met de oplossing komen. Met hier en daar eventueel een klein beetje ondersteuning komen ze al heel ver. Geweldig om te zien hoe mensen hierin groeien. En dat mensen zich hierdoor letterlijk beter in hun vel voelen, is niet meetbaar, maar wel heel zichtbaar. Ik ben een burgerinitiatief in de wijk begonnen. Daar gebruik ik Positieve Gezondheid ook. Ik spreek mensen aan op hun talenten: Waar ben je goed in? Waar word je blij van? Wat zou je willen veranderen in je omgeving? Er ontstaan hierdoor mooie verbindingen. En de hulp over en weer komt bijna automatisch op gang. Positieve Gezondheid is een mooie mogelijkheid om waarde toe te voegen aan het leven. De glimlach op een gezicht, de twinkeling in de ogen, dat is voor mij meetbaar genoeg.”

Majelle Panis van A4Works

“Wat is voor jou belangrijk? Wat heb je nodig? Wat kun je? Wat vind je leuk? Dit soort vragen en dus oprechte interesse gaan ertoe bijdragen dat het gat tussen werkzoekenden en werkgevers gedeeltelijk gedicht wordt. Je moet op zoek naar de kracht van de mens, wat vindt hij écht leuk, waarvoor komt hij zijn bed uit. We geven als ambassadeurs workshops aan andere professionals. Dat is een leuke eerste stap. Helpen met implementeren is de volgende. Als je zelf voelt wat het voor je doet, dan kun je een goed voorbeeld zijn voor anderen. Dan kun je Positieve Gezondheid overbrengen en professionals opleiden. Eén workshop volgen, is niet genoeg. De professionals moeten het gaan ervaren, het gaan snappen en zien wat het doet. Pas dan kunnen ze het vanuit intrinsieke motivatie toepassen bij anderen. Ik ben er als ambassadeur van overtuigd dat Positieve Gezondheid zal leiden tot gelukkigere, vitalere mensen die beter functioneren en participeren in de maatschappij. En ik zie dat al echt gebeuren in de dagelijkse praktijk.”

Jan Fermont van Counselingpraktijk Jan Fermont

“Ik ben al een hele tijd bezig om mensen met een burn-out te begeleiden en te behandelen. De methodiek die ik hierbij gebruik, heb ik ontwikkeld toen ikzelf kampte met een burn-out. Deze methodiek komt in grote lijnen overeen met Positieve Gezondheid. Gezondheid heeft namelijk met je hele leven te maken. Een burn-out is niet alleen iets dat met je werk te maken heeft, bijvoorbeeld. Verbetert er iets op een bepaald gebied (in het spinnenweb), dan gaat het meestal op een ander vlak óók beter. Als ambassadeur krijg je te maken met mensen van heel andere disciplines. Iedereen is op zijn eigen gebied bezig. Mijn werkwijze is niet zaligmakend. Anderen pakken het weer heel anders aan. Dat vind ik zeer interessant, boeiend en leerzaam. We versterken elkaar enorm. Ik geef workshops, vaak aan oudere mensen. Ik merk dat mensen bewuster in het leven gaan staan. Ze worden aan het denken gezet. Hoe ziet mijn leven eruit? Wat is belangrijk voor mij? Dat haal je uit het spinnenweb. In mijn praktijk kan ik dit meestal niet inzetten. Als iemand heel depressief is, heeft het geen zin om met de tool op de proppen te komen. Dat kan pas als iemand zich wat beter voelt. Je moet aanvoelen wanneer je het inzet. Het is een gespreksmodel. Maar natuurlijk neem ik het in mijn achterhoofd altijd mee.”

Fotografie: Marc Schols

Huisarts Hylke de Waart voert het andere gesprek bij de Noordelijke Maasvallei

Eerste Limburgse netwerk Positieve Gezondheid

POSITIEVE GEZONDHEID; GEEN HYPE, MAAR DE KATALYSATOR VAN TRANSFORMATIE

In 2012 werd in de Noordelijke Maasvallei gestart met een netwerk Positieve Gezondheid. Het was het eerste netwerk in Limburg en zelfs Nederland dat spontaan werd geboren. Gezondheid was één van de thema's op de agenda van een werkconferentie, bestaande uit managers van verschillende organisaties. Chantal Walg die vanuit Syntein haar bijdrage leverde, nodigde Machteld Huber uit om één en ander te vertellen over Positieve Gezondheid. "Toen is het balletje direct gaan rollen."

Aan de slag

"Van de 90 mensen die aan werkconferentie deelnamen, wilde de helft verder met het concept van Positieve Gezondheid. We zijn toen met een kleine club aan de slag gegaan en we hadden een heel specifiek doel: Als Netwerk Positieve Gezondheid Noordelijke Maasvallei willen we een beweging in de regio op gang brengen waarbij in 2020 alle betrokken organisaties, professionals en burgers in de regio denken en werken vanuit Positieve Gezondheid en de zes dimensies."

Intrinsieke motivatie

Vanaf dat moment kwam de groep enthousiastelingen elke zes weken bij elkaar om elkaar te inspireren en de beweging verder te brengen. Chantal: "Meer preventie inbrengen in de zorgketen dat was in eerste instantie het doel van de zorggroep. Preventie is echter een handelingsperspectief, waar niemand in eerste instantie warm voor loopt. Wat men vooral wil is gezondheid en gezondheid bevorderen. Mijn drive in het netwerk was dan ook om gezondheid verder te brengen in de regio." Om tot die doelstelling te komen, sloten steeds meer mensen zich bij het netwerk aan. "We begonnen klein, maar steeds meer mensen raakten geïnspireerd door Positieve Gezondheid. We zijn meegegaan op de energie die er was op dit onderwerp. In het begin was het vooral de intrinsieke motivatie van betrokken professionals, managers, beleidsmakers en bestuurders die de beweging gaande hield. Pas later volgden hun organisaties. Het vraagt dus lef om buiten het gebaande pad te gaan voor iets waar je echt voor staat. En dat hebben deze mensen gedaan! We zijn er nog niet, maar de beweging is voelbaar."

“Het vraagt lef om buiten het gebaande pad te wandelen”

NHG-standaarden

Er startten mooie initiatieven vanuit het netwerk. “Bijvoorbeeld met de huisartsen. De vraag was waar begin je met Positieve Gezondheid? Elke huisarts werkt volgens NHG-standaarden en deze hebben wij als uitgangspunt genomen voor themasessies. Als je het bijvoorbeeld hebt over begeleiding van patiënten, preventie of financiering; hoe doe je dat dan vanuit het gedachtegoed van Positieve Gezondheid? Op dit soort vragen hebben wij in sessies met huisartsenpraktijken, de gemeente en welzijnsorganisaties samen gezocht naar antwoorden.”

Gezonde medewerkers

Een ander thema waar in de Noordelijke Maasvallei mee aan de slag is gegaan, is het centraal stellen van Positieve Gezondheid in de manier waarop werkgevers met hun medewerkers omgaan. “Wanneer je wilt dat medewerkers werken vanuit en aan Positieve Gezondheid dan moet je dat zelf als werkgever ook gaan doen. Practice what you preach. Een bovendien betekent een gezonde medewerker, ook een gezonde inwoner, partner of ouder, en die medewerker kan op lange termijn ook weer zorgvrager worden. Dit maakt dat het ook belangrijk is om op dit vlak met gezondheid en veerkracht bezig te zijn.” In de Noordelijke Maasvallei zijn verschillende personeelsinstrumenten ontwikkeld. Denk aan instrumenten voor werving- en selectie, arbo-beleid, ziekteverzuimbegeleiding en functionerings- en beoordelingsgesprekken.

Kruisbestuiving

De ontwikkelingen in de Noordelijke Maasvallei inspireerden ook andere regio’s in Limburg om met Positieve Gezondheid aan de slag te gaan. “Zo zijn de bestuurders in de regio geïnspireerd geraakt en heeft Blauwe Zorg, een project in diverse wijken in Maastricht, inspiratie over Positieve Gezondheid opgedaan in een bijeenkomst georganiseerd door zorggroep Syntein. Ook zorgverzekeraars VGZ en CZ raakten door ons netwerk betrokken bij het werken met Positieve Gezondheid. Die kruisbestuiving vindt nu nog steeds plaats, maar nu ook buiten de Limburgse provinciegrenzen. Limburg krijgt concurrentie van Provincies die ook de meest Positief Gezonde provincie van Nederland willen worden.”

Geen hype

Chantal heeft haar werkzaamheden voor het netwerk Positieve Gezondheid Noordelijke Maasvallei na 4,5 jaar beëindigd, maar werkt nog steeds aan de veranderingen in de gezondheidszorg. Positieve Gezondheid centraal stellen vraagt niet alleen om een opschudding, maar veroorzaakt het ook. Het vraagt om anders denken en anders doen. “Toen we in 2012 in de Noordelijke Maasvallei startten met Positieve Gezondheid keek iedereen ons raar aan. ‘Het zal wel een hype zijn’, dacht men toen. Inmiddels heeft Positieve Gezondheid zich bewezen. Het is een katalysator die past bij de transformatie die al gaande was. Ik verzorg regelmatig sessies over Positieve Gezondheid bij onder andere huisartsen. Zij zeggen dan: ‘Maar op deze manier werken vraagt om een volledige systeemverandering.’ Dat is waar! Het antwoord dat ik ooit van de huisartsen in de Noordelijke Maasvallei kreeg, is… ‘Wij zijn zelf het systeem. Wanneer we doen wat we deden, dan krijgen we wat we kregen.’ Wanneer iedereen vanuit het gedachtegoed van Positieve Gezondheid gaat werken en dus gezondheid breed benadert, dan kunnen we van ziekte- naar echte gezondheidszorg gaan.”

Benieuwd? Kijk op:
https://www.netwerkpositievegezondheid.nl

OP WEG NAAR GEZONDHEIDSBEVORDERING MET WEERT IN BEWEGING

In het voorjaar van 2012 werd het platform Weert in Beweging opgericht. Aanleiding daarvoor was de brief van minister Schippers van Volksgezondheid als reactie op de uitkomsten van de gezondheidsmonitor van de GGD dat een niet al te rooskleurig beeld schetste van de gezondheid van inwoners van Weert.

Brandbrief

Erg goed was het niet gesteld met de gezondheid van de Weerter populatie. De leefstijl van veel inwoners ging hardhollend achteruit. Dat leidde er onder andere toe dat steeds meer mensen kampten met overgewicht. Niet vreemd dat minister Schippers in de pen klom en een brandbrief naar het diepe Zuiden stuurde. Er was werk aan de winkel!

Beweging

Positieve Gezondheid bleek een goede basis voor het vormgeven van een innovatief platform in de Limburgse stad. Dat platform kreeg de naam Weert in Beweging. Want dat was wat er moest gebeuren om de Weerter stedelingen weer fit en vitaal te maken. Volgens minister Schippers ligt sporten en beweging aan de basis van een actieve leefstijl. Dus werden inwoners van de stad gemotiveerd om hun sportschoenen af te stoffen en hun trainingsbroek van onder uit de wasmand te plukken. “Sporten en beweging draagt bij aan je vitaliteit, maar ook aan het ontwikkelen van vertrouwen in jezelf. Veel sporten hebben bovendien een sociale component, waardoor ook de sociale vaardigheden een boost krijgen.” Door in beweging te komen, komen zogezegd ook andere dimensies van het spinnenweb van Positieve Gezondheid in beweging. De beweging sloot zich aan bij Limburg Positief Gezond en twee leden zijn geschoold tot Ambassadeur en op die manier werd de verbinding met de Sociale Agenda Limburg gelegd.

Samenwerking tussen vijf maatschappelijke ringen van de maatschappij

Behalve dat een groot deel van de bewoners van Weert werd gemotiveerd te bewegen, ontstonden er door het platform ook slimme verbindingen tussen lokale partners uit de vijf ringen van de maatschappij; zorg & welzijn, onderwijs, bedrijven, overheid en sport. Er werd een immens sportaanbod ontwikkeld, waarbij ook de zorg, het sociale domein en andere maatschappelijk organisaties nauw betrokken waren. Met een sportmakelaar werd er bovendien ingezet op diversiteit en het samenbrengen van vraag en aanbod. Alles met de doelstelling: vitale Weertenaren in een gezondheidsbevorderende leefomgeving.

Een greep uit de voorbeelden

Er lopen uiteenlopende thema’s om inwoners van Weert fitter te maken. Bijvoorbeeld:

- Jeugd in Beweging: kinderen activeren tot bewegen en het verminderen van overgewicht.
- Bedrijven in Beweging: het aanbieden van posters, info om bedrijven en hun medewerkers bewust te maken van gezondheid en gezond gedrag.
- Weert Positief Gezond: het maken van een sociale kaart van organisaties die het gedachtengoed van Positieve Gezondheid toepassen en uitdragen. Het informeren van burgers en zorgprofessionals over Positieve Gezondheid.
- Het Sportakkoord van Weert.
- Werkgroep PR en Communicatie: het informeren van de burgers via o.a.: lokale netwerken, social media, Stadskrant Weert in Beweging, Stadsmagazine, symposia en het Sportgala Weert.

Kijk ook eens op: www.weertinbeweging.nl

Draagvlak

Inmiddels heeft het Platform WIB een brede structuur gekregen met als vaste deelnemers:

LifeStyle · LifeStyle Vitae · Weert Media Groep · Gemeente Weert · punt welzijn · Stichting Toegankelijk Weert · GGD Limburg-Noord

Fotografie: Jonathan Vos

“IEDERE PARTIJ IS VERANTWOORDELIJK VOOR ZIJN EIGEN AANDEEL”

Positieve Gezondheid gaat voor een groot deel over burgers die eigen regie nemen en zeggenschap krijgen over hun eigen leven. Burgerkracht Limburg staat hier volledig achter en neemt naar goed voorbeeld ook gedeeltelijk de regie over in de verspreiding en facilitering van dit gedachtegoed in Limburg.

Anders kijken naar problemen

Een grote groep Limburgers kampt met een achterstand op bijvoorbeeld fysiek of geestelijk vlak, inkomen, participatie en/of zingeving. Han von den Hoff, directeur van Burgerkracht Limburg: “Inwoners van Limburg lopen ten opzichte van de rest van Nederland op veel fronten wat achter. Ik denk niet dat dit komt doordat de zorg niet goed is, de voorzieningen van gemeenten slechter of de bijstandsuitkeringen minder ten opzichte van andere provincies. Het zit mijns inziens in de interactie tussen het gedrag van de mensen zelf en de manier waarop de professionals daarop inspelen. Velen kijken puur vanuit hun eigen deskundigheid naar een probleem. Dat ze daar goed in zijn, staat buiten kijf, maar het is overduidelijk maar een stukje van het probleem. Volgens mij helpen wij de burger niet op die manier. Limburg zit namelijk niet voor niets in deze achterstandssituatie. We moeten het over een andere boeg gooien. Het gedachtegoed Positieve Gezondheid helpt ons om met zijn allen op basis van gemeenschappelijke uitgangspunten ieder vanuit z’n eigen specialisme naar de problemen te kijken.”

Burgers aan boord

Het is belangrijk dat de professionals overtuigd raken van deze andere benadering, maar de burgers moeten ook gaan inzien dat dit in hun belang is. Burgerkracht heeft de afgelopen jaren Positieve Gezondheid op verschillende manieren onder de aandacht gebracht. Via hun netwerk, waarin onder andere patiëntenverenigingen, doelgroeporganisaties voor mensen met een (verstandelijke) beperking, allochtonen, ouderen én zorginstellingen zitten. En via de burgers zelf. Esther Stoffers, themaleider en kwaliteitsadviseur bij Burgerkracht Limburg: “We hebben een huis-aan-huisblad verspreid met herkenbare verhalen. Ook hebben we workshops ontwikkeld en inmiddels aan honderden geïnteresseerden gegeven. Ook jongeren hebben onze aandacht. Met hen zijn leuke vlogs gemaakt waarin zij vertellen over hun (Positieve) Gezondheid. Deze zijn op website van Limburg Positief Gezond verschenen. Natuurlijk hebben we daarnaast met veel mensen gesproken, hen geïnspireerd, zodat ze er zelf mee aan de slag kunnen. We hebben zo geprobeerd een olievlek te creëren, die groter en groter wordt.”

De burger voelt zich serieus genomen

Na wat aarzelingen in het begin voelen de burgers zich nu gehoord. ‘Eindelijk (h)erkenning, want ik ben niet alleen mijn ziekte. Ik ben gewoon een mens mét een ziekte, klacht of handicap.’ Esther Stoffers: “Zelf vinden ze vaak andere zaken in hun leven veel belangrijker dan (het omgaan met) hun ziekte. Terwijl zorgverleners denken dat die ziekte het belangrijkste is.” Het is een kwestie van anders vragen stellen. Niet: hoe gaat het met de pijn in je arm? Nee, vraag: hoe gaat het? Die pijnlijke arm is misschien een blijvend euvel, maar de persoon heeft op dit moment misschien andere zorgen: ze kan haar huisdier niet meer verzorgen of ze heeft nauwelijks sociale contacten in de omgeving die haar kunnen helpen. “Ook moet er aandacht zijn voor eenzaamheid en sociale contacten. Zijn er ambities en doelen in hun leven? Dit zijn aspecten die ook van grote invloed zijn op gezondheid. Dokters moeten verder en breder kijken, dus niet alleen naar de lichamelijke of psychische klachten”, gaat Esther Stoffers verder.

“Andere zaken in het leven zijn vaak belangrijker dan iemands ziekte”

Iedere partij is verantwoordelijk voor zijn eigen aandeel

Er is al veel bereikt. Vanaf nu is het zaak dat Positieve Gezondheid (nog meer) wordt geïmplementeerd. Er is hierbij een spil nodig en dat is Burgerkracht Limburg. Han von den Hoff: “We zijn zogezegd de kartrekker, maar vooral op het praktische vlak. We reageren op de behoefte van de burger, bijvoorbeeld wanneer iemand belt of mailt. Burgerkracht voelt zich zo verbonden met het gedachtegoed en gebruikt het ook in overige werkzaamheden, dat wij die rol graag op ons nemen. Maar het blijft iets dat alleen maar succesvol kan zijn als iedere betrokkene verantwoordelijkheid neemt voor zijn eigen aandeel.”

Resultaten kunnen meten

Veel mensen zijn geïnspireerd geraakt, maar ook nog velen niet. Sommige Limburgers hebben nog nooit gehoord van Positieve Gezondheid of er wel iets over gelezen, maar ze weten niet wat het inhoudt. Daar is nog winst te behalen. Hoe meer professionals ermee werken, hoe meer collega-deskundigen erdoor geïnspireerd raken, hoe meer burgers er mee in aanraking komen. Von den Hoff: “Waar het op de korte termijn natuurlijk vooral om draait is dat het zichtbaar bijdraagt aan het inlopen van de achterstanden. Hier zijn onderzoek en concretere resultaten voor nodig. Sommige mensen hebben nu eenmaal die goede cijfers nodig om ook geïnspireerd te raken en ermee aan de slag te gaan.” Op dit moment lopen er verschillende onderzoeken die het proces volgen en resultaten van het werken met Positieve Gezondheid meten.

Geld voor opleiden professionals

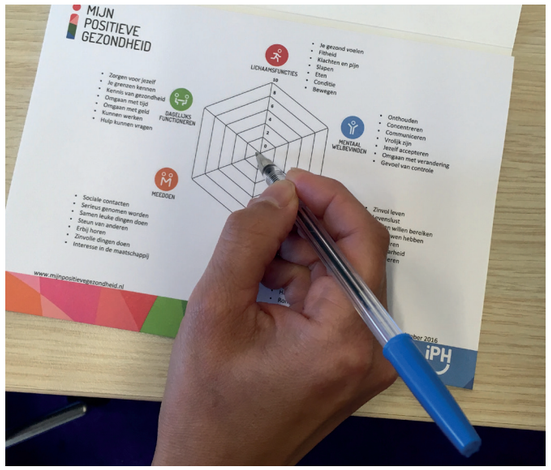
Stoffers: “Veel partijen zijn bezig met Positieve Gezondheid, maar we moeten wel (blijven) zorgen voor de verbinding tussen de domeinen. Dat gaat helaas niet vanzelf. Naast verbinding is ervaring opdoen en uitwisselen van belang. We kunnen veel van elkaar leren. Wat zou het mooi zijn als uiteindelijk de professionals blijvend aan elkaar verbonden zijn, zodat de structuur van een aanjagend kernteam dat opereert vanuit Burgerkracht niet meer nodig is en alles vanzelf gaat. En dat de achterstanden vervolgens verdampen”, besluit Han von den Hoff.

Meer weten https://www.burgerkrachtlimburg.nl

POSITIEVE GEZONDHEID OP DE WERKVLOER

Op weg naar een duurzame en vitale werkomgeving

Positieve Gezondheid is goed toe te passen voor de interne organisatie van bijvoorbeeld een de gemeente, een private organistie of het onderwijs. Op de werkvloer kan Positieve Gezondheid bijdragen aan een duurzame en vitale inzetbaarheid van medewerkers. In gesprek met HR-managers en zorgprofessionals werden kansen in beeld gebracht!



Download hier de handreiking

Positieve Gezondheid binnen de werkomgeving

Steeds meer organisaties nemen Positieve Gezondheid als uitgangspunt voor hun beleid en handelen in de praktijk. Daaruit volgt nogal eens de vraag: “Als onze organisatie werkt vanuit het gedachtegoed van Positieve Gezondheid, wat betekent dit dan voor de medewerkers zelf?” Een belangrijke vraag. Zeker gezien het intieme en/of kwetsbare karakter van het voeren van het gesprek over je eigen Positieve Gezondheid. Past dat in een werkomgeving?

Koplopertafel Positieve Gezondheid en Werk

Om tot suggesties te komen hoe Positieve Gezondheid een plek kan krijgen in de werkomgeving en hoe hierover het gesprek gevoerd kan worden, is er vanuit Institute for Positive Health een ‘Koplopertafel Positieve Gezondheid en Werk’ samengesteld. De Koplopertafel bestond uit een groep externe HR-deskundigen met zorg/onderwijs/publiek domein als aandachtsgebied. De Koplopertafel had als doel om Positieve Gezondheid verder te ontwikkelen en concretiseren en binnen een niet te lang tijdsbestek gezamenlijk te komen tot een ‘product’ waar de sector wat aan heeft. Dat leidde tot een Handreiking voor zorg, onderwijs, het publiek domein, maar ook het bedrijfsleven.

Inspiratiesessies in Limburg

Zeker in Limburg is er al praktijkervaring opgedaan met de toepassing van Positieve Gezondheid op de werkvloer. In mei 2019 hebben drie inspiratiesessies plaatsgevonden vanuit iPH en Preventivio. De deelnemers hebben op basis van inspiratie en eigen praktijkervaring tips uitgewisseld, onder andere over het creëren van een sociaal veilige en vertrouwde gesprekssetting in een organisatie en het creëren van een organisatiecultuur die ruimte biedt voor eigen regie op gezondheid.

WONINGCORPORATIE MET EEN MISSIE “STREVEN NAAR LEEFBARE WIJKEN, WAAR MENSEN ZELFREDZAAM LEVEN EN ELKAAR ONDERSTEUNEN”

Het leek een vreemde eend in de bijt: een woningcorporatie die met Positieve Gezondheid aan de slag gaat. Maar niets is minder waar. Een van de componenten van het spinnenweb raakt altijd wel in meer of mindere mate een wijk of bewoners in die wijk. Aan tafel zit Susanne Scheepers, manager publieke waarde bij Wonen Limburg.

De mens centraal

Wonen Limburg geeft aan geen traditionele huisvester te zijn. De primaire taak is uiteraard er voor te zorgen dat mensen een dak boven hun hoofd hebben, maar de grootste woningcorporatie van Limburg wil meer doen voor de bewoners. Een thuis bieden. Dat is niet alleen een betaalbaar en duurzaam huis. Het is ook belangrijk dat bewoners er fijn kunnen wonen. Samen met hun buurtgenoten. Het bieden van perspectief hoort daar ook bij. Mensen met een rugzak bijvoorbeeld, huurders die extra zorg en begeleiding nodig hebben of senioren die steeds langer thuis blijven wonen. “Mensen hebben dus steeds meer zorg en hulp aan huis nodig. Dit gaat ook gepaard met andere vraagstukken en problematieken, zoals eenzaamheid, armoede, domotica-aanpassingen. Als corporatie bewegen we mee met deze ontwikkelingen. De mens staat meer dan ooit centraal. Dit komt overal in terug. In onze opdrachten, processen, projecten, bewegingen en ontwikkelingen. Dat zeggen en schrijven we niet alleen, maar we doen het ook echt. We focussen op wat de bewoner wél kan in plaats van wat hij niet kan. We laten bewoners meedenken en participeren in het creëren van een prettige leefomgeving. In Eygelshoven is bijvoorbeeld een hele wijk gebouwd in co-creatie met de bewoners. Het gedachtegoed van Machteld Huber sluit hier perfect bij aan. Dit was voor ons reden om aan te sluiten bij de beweging Limburg Positief Gezond”, vertelt Susanne Scheepers.

Op de goede weg

Een woningcorporatie heeft een grote maatschappelijke opgave. Om met Positieve Gezondheid te gaan werken was voor Wonen Limburg een goede zet. Scheepers vertelt hierover: “Hiermee wilden we ook bereiken dat andere organisaties, waaronder corporaties, ons voorbeeld zouden gaan volgen. We streven allemaal naar leefbare wijken waar mensen zelfredzamer leven en elkaar ondersteunen op bepaalde gebieden: een warme maaltijd verzorgen, boodschappen doen, de ramen lappen, een ommetje maken. Hiervoor is een integrale samenwerking in wijken nodig. Deze integrale samenwerking tussen partners die actief zijn in de wijk kan zeker verbeterd en versterkt worden. Het is een veranderingsproces in de gehele samenleving met een heel andere manier van denken. Daar zitten we nu middenin. Ook Wonen Limburg kan hierin nog veel leren en moet nog heel wat stappen zetten. Maar we zijn op de goede weg.”

“Een warme maaltijd brengen naar je buurman of samen een ommetje maken; dat maakt de leefomgeving Positief Gezond”

Afspraken maken met gemeenten

De woningcorporatie heeft een groot werkgebied. Hun gebouwen staan in maar liefst 23 Limburgse gemeenten. Positieve Gezondheid is in haar jaarlijkse bod opgenomen, waardoor het nu bij al die gemeenten op tafel ligt. “Wij maken samen met hen afspraken hierover. Hoe we het gaan aanpakken en invullen. Het dwingt ons gezamenlijk hierover na te denken. We versterken elkaar”, legt Susanne Scheepers uit.

Met het andere gesprek bereik je meer

Positieve Gezondheid zal in meer processen en systematieken verweven moeten worden. Ook bij Wonen Limburg. Er komen dagelijks meldingen binnen van problemen, denk aan burenruzie, overlast, zwerfvuil. Daarnaast is er huurachterstand en zitten er mensen in de schuldhulpverlening. Susanne Scheepers: “Oprechte aandacht voor huurders vinden wij dan belangrijk. Door tijdens een gesprek de focus te leggen op de mens tegenover je en niet de klacht of sec de huurachterstand, bereiken we samen veel meer. Echt win-win dus.”
Geïnteresseerd wat een woningcorporatie kan doen? Kijk op https://www.wonenlimburg.nl

Waarom Provincie Limburg Positieve Gezondheid heeft omarmd? Uit pure noodzaak. De gezondheid van de Limburgers is over het algemeen slecht. Vooral in de grote gemeentes. Limburg staat in alle gezondheidsrijtjes helemaal onderaan. Dat moet natuurlijk veel beter. Robert Housmans, gedeputeerde voor Sociale Agenda, Zorg en Veiligheid van de Provincie Limburg aan het woord.

Proberen een trendbreuk te creëren met Positieve Gezondheid

“Positieve Gezondheid is een van de middelen die we inzetten om te komen tot een trendbreuk om de gezondheid van Limburgers te verbeteren. Wat we vooral niet willen, is dingen overnemen. We proberen de burgers te motiveren en te stimuleren. Het is van belang dat de burgers zelfredzaam en samenredzaam worden. Hierbij willen wij hen helpen en handvatten geven. Maar we moeten het hen niet te makkelijk maken, zodat ze achterover gaan leunen en zeggen: ‘Oké, regel het maar voor me’. Ze moeten juist geactiveerd worden om iets van hun leven te maken. Hierin is eigen verantwoordelijkheid heel belangrijk. Vergelijk het maar met stoppen met roken. Als iemand er niet achter staat, gaat het niet lukken. Krijgt iemand op een bepaald moment toch zin in een sigaret dan helpt het als iemand je motiveert om er geen aan te steken. Zo is dat ook met Positieve Gezondheid. Als professional doe je handreikingen, maar laat je het initiatief bij de burger. Wil hij echt met een issue aan de slag, dan heeft het een grotere kans van slagen. Heeft hij hulp nodig? Dan is de hulpverlener uiteraard binnen handbereik.”

Onze jeugd is onze toekomst

“We gaan Positieve Gezondheid nu verder implementeren. Zo zijn we bezig met de Gezonde Basisschool van de Toekomst om deze vanuit een geslaagde pilot op openbare basisschool Wereldwijs en Brede School De Schatgraver, beide in het Zuid-Limburgse Landgraaf, om te zetten naar een structurele invulling op 30 scholen in Limburg. De kinderen eten samen een gezonde lunch en zijn per dag een uur bezig met sport-, spel- en cultuuractiviteiten. Deze aanpak werpt zijn vruchten af. Je ziet dat de kinderen gezonder zijn en beter in hun vel zitten: er is een daling van hun BMI (een maat van overgewicht) en ze pesten minder. Een mooie conclusie, want onze jeugd is natuurlijk onze toekomst.”

Positieve Gezondheid toepassen

“Scholing is heel belangrijk. Professionals hebben vanzelfsprekend handvatten nodig hoe ze Positieve Gezondheid in de dagelijkse praktijk kunnen inzetten. Daar investeren we in als Provincie. Limburg is de enige Provincie die maatschappelijke organisaties structureel ondersteunt. Burgerkracht Limburg is één van die 26 organisaties die namens de partners zowel de Beweging Limburg Positief Gezond leidt als de scholing coördineert. De Provincie houdt daarbij de vinger aan de pols. Zo kunnen we in de gaten houden dat het geld goed besteed wordt en dat de beweging die is ingezet een langdurig leven beschoren is.”

Verder kijken dan de traditionele manier

“Ik verwacht dat zo veel mogelijk zorgprofessionals breed kijken naar hun cliënten en patiënten. Niet alleen vragen: ‘Heb je hoofdpijn? Dan pak maar een pilletje.’ Maar dat ze vanuit de zes domeinen van Positieve Gezondheid handelen en zo dus meer bereiken. We hebben in het verleden gezien dat sommige goedbedoelde interventies niet leiden tot een structurele oplossing. Daarom kijken we nu met Positieve Gezondheid verder dan op die traditionele manier. We moeten oog hebben voor alle bijkomende factoren. Hierdoor kunnen we de oorzaak aanpakken en niet alleen een lapje tegen het bloeden overhandigen, maar burgers daadwerkelijk meer zelfredzaam maken. Het is hun leven, dus zij hebben de regie. Ik verwacht dat we op deze manier samen met alle andere interventies dichter bij die trendbreuk komen. Mijn streven is in ieder geval om van Limburg de 1ste Positief Gezonde provincie van Nederland te maken.”

Meer lezen over sociale agenda en plan van aanpak Limburg Positief Gezond? Zie https://www.limburg.nl/onderwerpen/gezondheid/sociale-agenda/

Bij huisartsenpraktijk Hartje Dorp in Munstergeleen gingen patiënten de moestuin in. Samen, in de buitenlucht en in beweging. Dat werkt positief voor ieders gezondheid. CZ ondersteunt deze initiatieven die gezondheid bevorderen.

Hartje Dorp heeft Positieve Gezondheid omarmd

“CZ ZETTE ZUID-LIMBURG OP HET SPOOR VAN POSITIEVE GEZONDHEID”

Dat er in 2016 enthousiast met Positieve Gezondheid werd gestart in de provincie Limburg, onderschreef zorgverzekeraar CZ volledig. Sterker nog, Zuid-Limburg is intussen koploper en CZ was een belangrijke kracht achter dit succes in de regio. Met hun actieve rol bij de organisatie van zorg, en proefprojecten blijft deze ook in de toekomst beschikbaar. Huisartsen Hartje Dorp is betrokken bij één van de proefprojecten van Positieve Gezondheid. Zij hebben Positieve Gezondheid volledig omarmd.

Van smal naar breed

Een ongezonde leefstijl, een hoge zorgconsumptie en fors hogere zorgkosten; een uitdaging voor de Mijnstreekregio in Zuid-Limburg, waardoor al in 2012 op initiatief van CZ een aantal zorgpartijen in de regio de koppen bij elkaar heeft gestoken om de gezondheid, kwaliteit en betaalbaarheid van de zorg te verbeteren. In 2015 verscheen er een artikel in het NRC over Machteld Huber en haar andere zienswijze op het begrip ‘gezondheid’; van een smalle benadering die zich enkel focust op lichamelijke en mentale aspecten van gezondheid, naar een brede benadering waarin ook factoren als ons dagelijks functioneren en zingeving een rol krijgen. Oftewel Positieve Gezondheid. Een concept waar in de Noordelijke Maasvallei al mee werd gewerkt. Volgens manager regioregie Wiro Gruisen kwam het artikel als geroepen. “Het sloot goed aan bij de zoektocht van zorgpartijen en CZ in het kader van regioregie en de oplossing voor de bestaande uitdagingen in Zuid-Limburg.”

Proeftuin

Het leidde ertoe dat CZ om tafel ging met de destijds start-up van Machteld Huber, Institute for Positive Health, waarna in 2016 een samenwerkingsovereenkomst werd geboren. “Daarmee wilden we het concept Positieve Gezondheid in een proeftuin gebruiken om de gezamenlijke aanpak te versterken. De betrokken partners, waaronder ziekenhuis, huisartsen en thuiszorg, zijn hier vol overgave mee aan de slag gegaan. En het sloeg goed aan. Tegelijkertijd is Positieve Gezondheid een cultuuromslag en een gedragsverandering en dat is per definitie iets van de lange termijn. De proeftuinen zijn daarom onverminderd druk in de weer geweest om resultaten te boeken die al op korte termijn bijdragen aan betere zorg en betaalbaarheid.” Positieve Gezondheid kreeg al gauw voet aan de grond in de regio. Huisartsen Hartje Dorp is direct aan de slag gegaan en heeft verschillende activiteiten opgepakt, zoals de moestuin (zie foto hiernaast). “Zonder het enthousiasme en de bereidheid van de partners om Positieve Gezondheid in de praktijk te brengen, zouden deze regio en Hartje Dorp geen koploper zijn. Als zorgverzekeraar hadden wij op zowel landelijk, regionaal als lokaal niveau een actieve rol in de verbinding en het faciliteren van partijen die interesse hadden in het werken met Positieve Gezondheid. Zo hebben wij Machteld geïntroduceerd bij Marleen van Rijsbergen, destijds gedeputeerde van de provincie Limburg (SP). Je zou kunnen zeggen dat CZ Zuid-Limburg op het spoor van Positieve Gezondheid zette.”

Eén gezamenlijke visie

Positieve Gezondheid is inmiddels vervlochten met de provincie. “Positieve Gezondheid is nu nog steeds de basis van de Sociale Agenda van de Provincie. Het gedachtegoed is echt een verbindende factor in de regio. Het helpt om vanuit één gezamenlijke visie deelsystemen en belangen aan elkaar te koppelen en naar een samenhangende beweging te komen. In de zorg, maar ook daar buiten kiezen we Positieve Gezondheid als startpunt.”

“Zorgverzekeraar is meer dan een zorginkoper. We dragen wezenlijk bij aan het fitter maken van de populatie”

Burgers sterker maken

Volgens Wiro gaat Positieve Gezondheid verder dan een gemeenschappelijk gedragen visie. “Men moet er ook in de praktijk iets van merken. Patiënten ervaren bijvoorbeeld dat gesprekken anders verlopen dan voorheen in de huisartsenpraktijk. Dat zij anders worden benaderd. En die beweging willen wij als CZ alleen maar bevorderen, om de eigen regie en zelfredzaamheid van mensen zo veel mogelijk te versterken.” Daartoe zijn in Limburg inmiddels verschillende projecten gestart, die ervoor moeten zorgen dat inwoners van de regio de vruchten plukken van Positieve Gezondheid. Huisartsenpraktijk Hartje Dorp startte met spreekuren van 15 minuten, voerde het andere gesprek in waarin eigen regie over gezondheid en welbevinden centraal staat. Patiënten worden gemotiveerd en geïnspireerd in plaats van gemedicaliseerd. Samen met de patiënt gaan zij op zoek naar de beste oplossing. Maar de ambitie reikt verder. “Onderschat niet wat Positieve Gezondheid voor eenieder kan betekenen. Ook voor ons, als zorgverzekeraar. Door de brede kijk op gezondheid verbreden wij ons blikveld en zoeken we nog meer de samenwerking op met partners buiten de zorg, zoals gemeenten en organisaties die zelfhulp en mantelzorg ondersteunen.”

Fittere populatie

Volgens Wiro is de rol van de zorgverzekeraar in dit traject haarscherp. “Wij streven naar een decentrale aanpak, spelen beter in op eigen wensen en problemen maar juist ook de mogelijkheden in de regio en bevorderen onderlinge samenwerking. Zo ben je als zorgverzekeraar veel meer dan zorginkoper. We dragen wezenlijk bij aan het fitter maken van de populatie door onze rol als aanjager, verbinder, co-producent en facilitator.”

Staatssecretaris Paul Blokhuis over de Landelijke Nota Gezondheidsbeleid 2020-2024:

“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 schuldhulpverlening 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. 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 huidig 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.”

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 de 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 wordt gestimuleerd. 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!”

Wil je meer weten over Gezondheidsbeleid 2020-2024 kijk dan op
https://www.rijksoverheid.nl/documenten/kamerstukken/2020/05/25/kamerbrief-bij-landelijke-nota-gezondheidsbeleid-2020-2024

OP NAAR DE VOLGENDE RONDE!

In Limburg kan men niet meer om Positieve Gezondheid heen. Het gedachtegoed wordt gebruikt in de zorg, wonen, toeleiding arbeid, onderwijs in het sociaal domein en op de werkvloer. En ook inwoners van de provincie hebben kennisgemaakt met Positieve Gezondheid en de werkmethoden die hieruit voortvloeien. Mooie ontwikkelingen, maar hoe zorgen we nu voor een stevige borging van Positieve Gezondheid in de regio?

Zoals u heeft gelezen in dit magazine zijn er tal van initiatieven in Limburg gaande om het gedachtegoed Positieve Gezondheid te implementeren en bij de burger en organisaties te brengen. De initiatieven werden voorheen geformeerd in het Actiecentrum. Vanaf heden worden samenwerkingen, kennisdeling en netwerken gecoördineerd vanuit de nieuwe Beweging Limburg Positief Gezond (LPG). Beweging LPG zet de komende jaren in op het (verder) vormgeven, verdiepen en verduurzamen van het gedachtegoed Positieve Gezondheid in de provincie Limburg vanuit drie aandachtsgebieden:

- Netwerk
- Kennis & expertise
- Scholing

Nieuwe impuls

Nu is de tijd aangebroken om Positieve Gezondheid verder over de provincie te verspreiden en toepassingen samen te realiseren. Het kernteam van Beweging Limburg Positief Gezond zet zich dagelijks in voor het vormgeven, structureren, vormgeven en implementeren van het gedachtegoed. Zodat het overal voelbaar zal zijn. Om deze nieuwe fase extra slagkracht te geven, is besloten een coördinator Positief Gezond aan te stellen: Loek Vaessen.

“Het is een rol met een geweldig ideaal waarbij ik mij realiseer dat dit ook met de nodige complexiteit gepaard zal gaan. Het is nu eenmaal zo dat Beweging Limburg Positief Gezond een paradigmaverschuiving vraagt. Het is een andere manier van denken, communiceren en heeft voorbeeldgedrag van de vele ambassadeurs en succesverhalen in de provincie nodig om als nieuwe gemeenschappelijke taal te worden geaccepteerd. We mogen echter al heel trots zijn op flinke stappen en bewegingen die reeds in Limburg zijn geïnitieerd. Met het bestuurlijk draagvlak zit het wel goed en dat is essentieel om de volgende fase ook succesvol te kunnen gaan maken. Ik heb er ontzettend veel zin in en kijk er naar uit om samen met alle bestaande en nieuwe ‘volgers’ van de beweging, de schouders onder een nog positiever gezond Limburg te gaan zetten.”

Meer informatie?

Neem voor meer informatie contact op met Beweging Limburg Positief Gezond via https://limburgpositiefgezond.nl, Telefoonnummer: +31 (0)6 - 1114 1893, of e-mail: info@limburgpositiefgezond.nl

Fotografie: Bo Ummels

Voer zelf eens een ander gesprek met behulp van het spinnenweb

OOK AAN DE SLAG MET POSITIEVE GEZONDHEID?

- Bent u werkzaam bij de overheid? Dan kan Positieve Gezondheid bijdragen aan een brede blik op gezondheid.
- Bent u zorg- of welzijnsprofessional? Voer dan eens een ander gesprek met uw cliënt/patiënt met behulp van het spinnenweb met Positieve Gezondheid.
- Bent u enthousiast geworden en wilt u zelf aan de slag met Positieve Gezondheid? Kijk dan eens op MijnPositieveGezondheid.nl en vul het spinnenweb in.
- Wilt u zelf leren om het andere gesprek te voeren? Volg dan de Basismodule Positieve Gezondheid. Bekijk het trainingsaanbod via www.iph.nl/academie

En neem contact op met Institute for Positive Health. Zij helpen u verder bij het implementeren van Positieve Gezondheid.

Over Institute of Positive Health

Het Institute for Positive Health (iPH) is dé motor achter de beweging Positieve Gezondheid. De stichting is opgericht door de grondlegger van het gedachtegoed, Machteld Huber.

IPH is een kennisinstituut waar iedereen met interesse in Positieve Gezondheid terecht kan voor vragen, inspiratie en praktische handvatten. De organisatie heeft tot doel om Nederland de grootste Blue Zone ter wereld te maken; een plek waar mensen langer, gezonder en gelukkiger leven dan waar ook ter wereld. Dat doet iPH door beleidsmakers, bestuurders, zorg- en welzijnsprofessionals en inwoners van Nederland en ver daarbuiten te inspireren om met Positieve Gezondheid en de brede blik op gezondheid aan de slag te gaan.

iPH maakt Positieve Gezondheid praktisch toepasbaar door de ontwikkeling van verschillende tools. Het spinnenweb is digitaal beschikbaar voor kinderen, jongeren en volwassenen. Er is tevens een eenvoudige tool beschikbaar. Met de tool kan ieder individu de eigen gezondheid in kaart brengen. Aan de hand van dit inzicht (en al dan niet met begeleiding van een professional) kan die persoon zelf bepalen waar hij of zij aan wil werken om zich gezond(er) te voelen.

Naast kennisdeling, scholing en inspiratie ontwikkelt iPH het concept van Positieve Gezondheid door met behulp van verschillende onderzoeken.

Kijk op www.iph.nl voor meer informatie.

Download hier de tools

Een nieuw concept. Een regio met grote gezondheidsverschillen en achterstanden in participatie. Een groepje vernieuwers. Zo is het gaan stromen in Limburg.

Machteld Huber was nog maar net gepromoveerd op haar Positieve Gezondheid, toen verschillende mensen in Limburg lucht kregen van dit concept. Zou dat niet een antwoord kunnen zijn op de vraag hoe de gezondheidsachterstanden in de regio te verkleinen en participatie en vitaliteit in de regio te vergroten? Limburg toonde bestuurlijke moed, en gaf iPh de opdracht te starten in de regio. Zonder een eenduidige werkwijze en zonder gedefinieerde uitkomsten. Met het credo 'het proces is het resultaat' is Limburg aan de slag gegaan met Positieve Gezondheid, vanuit het nieuwe denken is doen.

Het Actiecentrum Limburg Positief werd in het leven geroepen en ging aan de slag met aanjagen, inspireren en verbinden. En; het sloeg aan! Steeds meer (zorg) organisaties, gemeenten, professionals, ondernemers, onderwijsinstellingen en woningcorporaties wilden met Positieve Gezondheid aan het werk. Inmiddels is het gedachtegoed niet meer weg te denken uit de provincie. In dit magazine leest u alles over de implementatie van Positieve Gezondheid in zorg, wonen, onderwijs, participatie, toeleiding tot arbeid, leefbaarheid in wijken, vitaliteit van jongeren en ouderen. Laat u inspireren! Er is zoveel meer mogelijk met Positieve Gezondheid.

KERNTEAM LIMBURG POSITIEF GEZOND

Blauwe Zorg

INSTITUTE FOR POSITIVE HEALTH

provincie limburg

Fontys

ZUYD

GGD Limburg-Noord

Maastricht UMC+
Beter door meer kennis

burgerkracht Limburg

Heerlen STAND-BY!

GGD ZUID LIMBURG

Netwerk PositieveGezondheid Noordelijke Maasvallei

wonen limburg

MENS ACHTER DE PATIËNT