

Positieve Gezondheid: 11 handvatten voor professionals en beleidsmakers

Publicatiedatum: 9 juli 2021 - 09:26 | Nieuws

Hoe kun je als zorg- of hulpverlener zonder ervaring aan de slag met Positieve Gezondheid? Hoe kun je, na de startfase, vervolgstappen zetten en het ook beleidsmatig tot een succes maken? Tijdens de tweede bijeenkomst van het Leeratelier Positieve Gezondheid, op 29 juni 2021, deelden sprekers en deelnemers elf handvatten om op te pakken.

Na het [plenaire deel van de online bijeenkomst](#) gingen de deelnemers uiteen in verschillende break-outgroepen. Daar kregen ze van ervaringsdeskundigen handvatten en praktijkvoorbeelden aangereikt die we graag met je delen.

1. Ervaar het spinnenweb zelf

In de sessie met huisarts Selma Jonkers kwam het belang naar voren om zelf een workshop Positieve Gezondheid te volgen. Dit om zelf te ervaren hoe het is om het spinnenweb van Positieve Gezondheid in te vullen en naar aanleiding daarvan te reflecteren op wat voor jou belangrijk is en waar je blij van wordt. De workshop helpt je te snappen hoe Positieve Gezondheid werkt. Het spinnenweb is een goede gesprekstool om dergelijke aspecten boven tafel te krijgen.

Praktijkvoorbeeld

Els Troch, projectcoördinator bij welzijnsorganisatie Reuring Noordwijk, deelde in de sessie hoe zij en haar collega's het spinnenweb in coronatijd gebruiken. Omdat niet iedereen digivaardig is, vroeg de gemeente Noordwijk om te helpen deze mensen te vinden. Reuring deed dit door het voeren van 'spinnenwebgesprekken'. Om deze mensen vervolgens digitaal behendiger te maken, is samenwerking met de bibliotheek gezocht en gevonden.

2. Een Positieve Gezondheidsgesprek starten? Gewoon doen!

Hoe start je een gesprek over Positieve Gezondheid? Gewoon durven en doen, concludeerden deelnemers aan de sessie. Zorg dat de patiënt je vertrouwt en zich veilig voelt. Om bij patiënten interesse op te wekken en hen te informeren, kun je diverse middelen inzetten. Denk aan folders, een placemat of zelfs een spandoek met daarop het spinnenweb afgebeeld. Het spinnenweb invullen kan zowel op papieren A5-blokjes als digitaal.

3. Vind partners in het medisch en sociaal domein

Samen verder groeien in Positieve Gezondheid is het motto van de leerateliers die verbonden zijn aan de Alliantie Positieve Gezondheid Zuid-Holland Noord. Maar hoe vind en bevorder je samenwerking tussen partijen in het medisch en sociaal domein? Bijvoorbeeld door het spreekuur van een welzijnsmedewerker in de huisartsenpraktijk te laten plaatsvinden, al is het maar een dagdeel per twee weken. Of door Welzijn op Recept te gebruiken of gezamenlijk een training Positieve Gezondheid te volgen, zo brachten deelnemers aan de sessie naar voren. Elkaar ontmoeten en netwerken, onder

meer bij het Leeratelier Positieve Gezondheid, is ook van belang. De wijkmanager kan hierbij een belangrijke rol spelen.

Wijksamenwerkingsverband Kaag en Braassem Samen Gezond heeft verschillende initiatieven ondernomen rond Positieve Gezondheid. In de break-outsessie voor deelnemers met minder ervaring rond dit thema, bespraken Cora Vermeulen en Wendy Nederend een aantal handvatten en voorbeelden.

4. Bied Positieve Gezondheid groepsgewijs aan

Het wijksamenwerkingsverband heeft 36 medewerkers geschoold in Positieve Gezondheid. Dat gebeurde in drie groepen, met medewerkers uit zowel zorg als welzijn en met minimaal één 'ambassadeur' per praktijk. Alle deelnemers aan de training ontvingen na afloop een placemat met daarop het spinnenweb. Daarnaast kregen de deelnemers een voucher waarmee ze collega's enthousiast konden maken voor de training.

Praktijkvoorbeeld

Voor professionals uit zorg en welzijn wordt in het najaar een medewerkersavond georganiseerd. Het wijksamenwerkingsverband laat mensen samenkomen rond de zes dimensies van Positieve Gezondheid, zowel professionals die er al mee werken als medewerkers die nog niet zo bekend zijn met het gedachtegoed. Het is belangrijk om elkaar te leren kennen en elkaars taal te leren spreken. Een brede blik op gezondheid kan daarbij helpen, zo is de gedachte.

5. Gebruik de kracht van herhaling

Kaag en Braassem Samen Gezond probeert professionals en inwoners op tal van manieren te betrekken bij Positieve Gezondheid. In het najaar verschijnt een tijdschrift met Positieve Gezondheid als thema. Hiermee wil het wijksamenwerkingsverband inwoners enthousiast maken over het gedachtegoed. Dat geldt ook voor een camper die vanaf juli rondrijdt, om inwoners op een laagdrempelige manier uit te nodigen voor een Positieve Gezondheidsgesprek. In de maandelijkse nieuwsbrief staat geregeld een item over Positieve Gezondheid.

Handvatten voor beleid

Om tot succesvol beleid rond Positieve Gezondheid te komen, is aandacht voor ontmoeten van belang, evenals aansluiten bij de energie van partners. Dit kwam naar voren in de break-outsessie over beleid in Zoeterwoude, ingebracht door Sanne te Stroete vanuit Kwadraad, met onder meer de volgende handvatten:

6. Denk na over manieren om inwoners te betrekken

Er zijn vele wijzen waarop je inwoners kunt betrekken, zoals Facebook. Denk ook goed na over de 'framing' van Positieve Gezondheid. Zo heeft een expliciete link naar schuldhelpverlening er wellicht voor gezorgd dat een oproep voor een Positieve gezondheidsgesprek niet aansloeg.

7. Verwacht niet direct wonderen

Besef dat elkaar leren kennen en vertrouwen tijd kost en dat samenwerking meestal niet direct vruchten afwerpt. Positieve Gezondheid helpt wel als bindmiddel om samen

dezelfde taal in de wijk te spreken. Een wijkcoördinator kan hierbij als spin in het web fungeren.

8. Benoem partijen die een bijdrage kunnen leveren

Het helpt om samenwerkingspartners in een wijk of gemeente, per dimensie, inzichtelijk te maken. Bijvoorbeeld op een 'sociale kaart' rond Positieve Gezondheid. In de samenwerking met partners is het goed om te realiseren dat woorden in verschillende (werk)settings, zoals zorg en onderwijs, een andere betekenis kunnen hebben.

9. Benut regioplannen waarin Positieve Gezondheid de basis is

Positieve Gezondheid maakt ook op regionaal niveau steeds vaker onderdeel uit van plannen en beleid. Op lokaal niveau kun je dit vertalen in concrete projecten zoals de pilot Positieve Gezondheid voor minima en Welzijn op Recept.

Praktijkvoorbeelden

- Positieve Gezondheid als kapstok voor gemeentebestuur in Zoeterwoude. [Lees meer](#)
- Samenvoegen van meerdere deelakkoorden tot een Vitaliteitsakkoord in de gemeente Teylingen. [Lees meer](#)

In een andere break-outsessie omtrent beleid deelden Inge van Dommelen vanuit de gemeente Leiden en Hanneke Zandbergen namens Reos ervaringen over het programma [Stevenshof Vitaal](#), onderdeel van [Wijzer in de Wijk](#). Sprekers en deelnemers bespraken onder meer hoe je bewoners op wijkniveau bereikt en betreft bij Positieve Gezondheid.

10. Neem bewoners serieus en blijf goed communiceren

Om met bewoners samen op te trekken, moet je present zijn, goed luisteren, naast bewoners gaan staan en de juiste taal spreken, zo luidde de kernboodschap van de sessie. Goed communiceren houdt ook het managen van verwachtingen in. Blijf uitnodigen en ook ruimte geven aan oud zeer en teleurstellingen bij bewoners. Accepteer dat niet alles lukt en stop met een bepaalde aanpak als bewoners er geen belangstelling voor hebben.

Praktijkvoorbeeld

Wat in de Stevenshof goed werkte, zijn de maaltijden in het 'Huis van de Buurt'. Hier gingen professionals tijdens het eten in gesprek met bewoners en konden ze allerlei bevindingen voorleggen om er achter te komen wat bewoners belangrijk vinden.

11. Pak kansen vanuit partners met beide handen aan

Soms komen ontwikkelingen toevallig samen. Zoals in aanloop naar Stevenshof Vitaal. Vanuit het gezondheidscentrum was er een initiatief om samen met het LUMC de oververtegenwoordiging van hart- en vaatziekten en diabetes in de Stevenshof tegen te gaan. Tegelijkertijd wilde Zorg en Zekerheid met de gemeente plannen maken voor een gezondere Stevenshof. Al deze ontwikkelingen kwamen samen en hielpen Stevenshof Vitaal vooruit.

Volgende bijeenkomst: 18 november

De bijeenkomst van het Leeratelier Positieve Gezondheid werd georganiseerd door de Alliantie Positieve Gezondheid Zuid-Holland Noord en de Werkplaats Sociaal Domein Den Haag & Leiden. De volgende bijeenkomst van het Leeratelier Positieve Gezondheid vindt plaats op donderdag 18 november van 15.00 tot 17.00 uur.