



**GEZOND IN ...**

STIMULERINGSPROGRAMMA GIDS  
LOKALE AANPAK GEZONDHEIDSACHTERSTANDEN

# KOPPELKANSEN



**STUDIEDAG  
GEZOND IN...**

7 november 2018





## GEZOND IN... VOOR STARTERS

22 deelnemers schoven aan bij de ochtendsessie voor 'starters' die wilden kennismaken met Gezond in...

Bekijk [hier](#) de presentatie



**Gezond in... adviseur Anneke Hiemstra:** 'Maak gebruik van sleutelfiguren die toegang hebben tot de doelgroep. Zij weten hoe je het gesprek op gang brengt.'



**Gezond in... projectleider Hanna van Bruggen:** 'Heb je vragen over de aanpak in je gemeente? Neem dan contact op met ons. Daar zijn we voor!'



**Gezond in... adviseur Annelies Acda:** 'Ga in gesprek met bewoners. Dat hoeft je niet in je eentje te doen. Werk samen met bijvoorbeeld welzijnsorganisaties of buurtsportcoaches, die zijn daar heel goed in.'





## GEZOND IN... MONOLOGEN

Luister goed naar inwoners! Kleine stapjes kunnen vaak groot verschil maken. Nadat de zaal de ogen had gesloten, volgde een audiofragment met het verhaal van Jan en Mariska. De twee inwoners uit GIDS-gemeenten lichtten daarna hun verhaal toe op het podium.

### 'DENK OOK EENS BUITEN DE REGELS'

**Door een burn-out moest Jan zijn werk als zelfstandig vrachtwagenchauffeur opgeven. Hij kreeg schulden en kwam terecht in een zware depressie. Hij gebruikte veel medicijnen, zijn lichaamsgewicht nam toe en hij kwam de deur niet meer uit.**

Jan vertelt dat het inmiddels erg goed gaat: 'Ik ben weer onder de mensen, ik doe vrijwilligerswerk... Ik sta heel anders in het leven.' Dit heeft Jan te danken aan het GIDS-traject in zijn gemeente Gennep, zo vertelt hij. 'De coaching op het gebied van voeding en beweging en vooral de mentale coaching is heel belangrijk voor mij geweest. Ik ben sterker geworden, waardoor ik mijn hobby's en vrijwilligerswerk weer kan doen. En heel belangrijk, ik heb geen antidepressiva meer nodig.'

Zijn verhaal laat zien dat kleine acties van gemeenten een groot verschil kunnen maken. Zijn advies aan andere gemeenten? 'Help mensen uit een sociaal of financieel isolement. Zet de mens centraal, denk ook eens buiten de regels.'







## 'DURF TE INVESTEREN'

**Mariska kwam na haar echtscheiding in de bijstand terecht. Haar drie kinderen hebben extra zorg nodig, die zij niet kon combineren met een reguliere baan. Bovendien had zij veel stress door schulden die in het huwelijk waren ontstaan.**

'Tien jaar bijstand is heel lang', vertelt Mariska. 'Ik kwam in de schuldhulpverlening terecht en was in die tijd aangewezen op de voedselbank. Het kostte mij heel veel energie om mijn hoofd boven water te houden. Ik had veel stress en was intens moe. Het keerpunt kwam toen ik via de gemeente twee opleidingen kon volgen. Ik werk nu als zelfstandige en ben uit de bijstand en dat voelt goed.'

Haar advies aan gemeenten? 'Luister naar mensen. Iedereen heeft een passie en is ergens goed in. Probeer met mensen mee te bewegen en kijk wat er mogelijk is.'



**Dagvoorzitter Bianca Noomen:**

‘Hoe haak je aan bij het beleid van collega’s uit andere domeinen, om samen gezondheidsachterstanden te verkleinen? Daarover gaan we vandaag in gesprek. U bent met veel koppels gekomen en wie weet ontstaan er vandaag wel meer.’



**Programmaleider Gezond in... Daphne**

**Ketelaars:** ‘Er zijn veel koppelkansen. Combineer bijvoorbeeld de aanpak van de fysieke omgeving met overgewicht, of de aanpak van armoede en gezondheid. En gebruik de praktische tools die daarvoor zijn ontwikkeld. Zoals de [Gesprekstool armoede en gezondheid](#) of het [Inspiratie- en werkboek armoede, schulden en gezondheid](#).’

Kijk voor meer instrumenten op:  
[www.gezondin.nu/instrumenten](http://www.gezondin.nu/instrumenten)





**MINI SYMPOSIUM  
RONDE 1**



**1.1 ARMOEDE, SCHULDEN EN GEZONDHEID**  
Wetenschap



**1.2 DE EERSTELIJN**  
Wetenschap



**1.3 GEZONDE START VOOR IEDER KIND**  
Wetenschap

**Derk Loorbach:**   
**Eric Steegers:**



**1.4 RUIMTELIJKE OMGEVING EN GEZONDHEID**  
Beleid



**1.5 WERK EN GEZONDHEID**  
Beleid



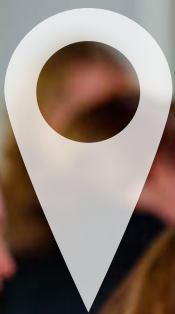
**1.6 MONDZORG**  
Mondzorg





**MINI SYMPOSIUM  
RONDE 2**





**BEKIJK HIER DE PRESENTATIES**



**2.1 ARMOEDE, SCHULDEN EN GEZONDHEID**  
Beleid



**2.2 DE EERSTELIJN**  
Beleid



**2.3 GEZONDE START VOOR IEDER KIND**  
Beleid



**2.4 RUIMTELIJKE OMGEVING EN GEZONDHEID**  
Praktijk



**2.5 WERK EN GEZONDHEID**  
Praktijk







### NIEUWE AMBASSADEUR VOOR GEZOND IN...

De Utrechtse wethouder Victor Everhardt was via de Wethoudersgroep al langer betrokken bij het programma. Tijdens de studiedag werd aangekondigd dat Everhardt vanaf januari deze Wethoudersgroep zal voorzitten en zich als ambassadeur hard zal maken voor Gezond in...







**MINI SYMPOSIUM  
RONDE 3**

BEKIJK HIER DE PRESENTATIES



### 3.1 ARMOEDE, SCHULDEN EN GEZONDHEID

Praktijk



### 3.2 DE EERSTELIJN

Praktijk



### 3.3 GEZONDE START VOOR IEDER KIND

Praktijk

Gemeente Heerlen



Gemeente Hoogeveen



### 3.4 RUIMTELIJKE OMGEVING EN GEZONDHEID

Wetenschap



### 3.5 WERK EN GEZONDHEID

Wetenschap



KOPPELKANSSEN



## KENNISMAKEN

Fabian Schurink (rechts), programmaregisseur JOGG bij GGD Fryslân: 'We hebben elkaar al eens gesproken maar nog niet samengewerkt.

Daarom leek het me goed om Sarah mee te vragen.'

Sarah Tjeerdsma, regisseur sociaal domein gemeente Heerenveen: 'Ik kende Gezond in... nog niet. Ik heb nog niet zo'n lange historie bij de gemeente. Voor mij is dit dus een mooie eerste koppelkans!'



## WELKE KOPPELKANSEN ZIEN JULLIE?



## SUCCESSEN DELEN

Resi Beelen, mentaal coach en sportcoach: 'Een goede manier om koppelingen tot stand te brengen is successen delen. Stuur bijvoorbeeld een filmpje van een geslaagd project rond.' Marijke Hendrickx, beleidsmedewerker sociaal domein en gezondheid gemeente Gennep: 'Niet alleen onder collega's. Deel je successen ook met bestuurders!'



## GEZAMENLIJK DOEL

Jolanda Kleij, beleidsmedewerker gemeente Nissewaard: 'Koppelen is een kwestie van interesse tonen. Wees niet bang om samen op te trekken en dingen uit handen te geven.'

Emel Erkçi, beleidsmedewerker onderwijs gemeente Nissewaard: 'En benoem het doel waar we samen voor staan. Je hebt elkaar nodig om dat te bereiken.'



## KANSEN PAKKEN

Bert Oudenaarden, senior adviseur publieke gezondheid GGD Twente: "De ruimtelijke ontwikkeling van de stad biedt heel veel kansen om de gezondheid van inwoners te bevorderen."

Ton van Snellenberg, Programmamanager invoering Omgevingswet gemeente Enschede: "Je hoeft er alleen maar oog voor te hebben."







## GEZOND IN... INSPIRATIE AWARD 2018

De Gezond in... Inspiratie Award ging dit jaar naar de gemeente Vaals. Dit vanwege de brede en integrale benadering van armoede-, gezondheid en participatie en het betrekken van inwoners. Het brede netwerk van organisaties uit zorg-, welzijn en participatie en de centrale rol daarin van de beweegmakelaar, zijn belangrijke succesfactoren van de Vaalse aanpak.

Wethouder Paul de Graauw vertelt dat de gemeente een zo breed mogelijke groep inwoners probeert te bereiken. 'We willen als gemeente dicht bij de mensen staan. Dat doen we met een goede sociale infrastructuur en voorzieningen die we samen met inwoners ontwikkelen.'

De beweegmakelaar speelt een belangrijke rol in de Vaalse aanpak: Beweegmakelaar Jolanda Mikic heeft inmiddels zo'n 335 mensen in contact gebracht met verschillende activiteiten: 'Dat kan op het gebied van sport zijn, maar het gaat vaak ook om sociale activiteiten. Als mensen weer meedoen aan de maatschappij, voelen ze zich beter. En dat heeft ook invloed op hun gezondheid.'

Beleidsadviseur Marjolein Wassenberg voegt toe dat de gemeente recent een effectmeting heeft gedaan. Daarbij is gekeken naar alle effecten, van het beëindigen van een uitkering tot het verminderen van medicijnen. De uitkomsten zijn veelbelovend: 'Elke euro die we steken in de beweegmakelaar, levert drie euro op.'







## KOPPEL JEZELF AAN HET ONLINE PLATFORM VAN GEZOND IN...

- Blijf op de hoogte
- Zie wat andere gemeenten doen
- Deel je eigen ervaringen
- Vind publicaties
- Gebruik praktische instrumenten
- Discussieer mee
- [www.gezondin.nu](http://www.gezondin.nu)

# GEZOND IN... WENST ALLE GEMEENTEN EEN VITAAL



[WWW.GEZONDIN.NU](http://WWW.GEZONDIN.NU)

**PLATFORM31**  
kennis van stad en regio

Gezond in... wordt uitgevoerd door Pharos en Platform31 met financiering van het ministerie van VWS.

