



GEZOND IN ...

STIMULERINGSPROGRAMMA GIDS
LOKALE AANPAK GEZONDHEIDSACHTERSTANDEN



Gezond in... Amstelveen



Jeroen Brandes, wethouder van o.a. Welzijn



Wilma Smit, beleidsmedewerker van de gemeente Amstelveen

GIDS in Amstelveen is prikkelend en inspirerend



Elena Nabatova, welzijn projectleider van GIDS



Bart Logchies,
mede-eigenaar
SportPrinciples

Johan Annema,
mede-eigenaar
SportPrinciples

Gezondheidsachterstanden in Amstelveen? Je zou het misschien niet verwachten maar ook deze gemeente kent wijken waar extra aandacht nodig is voor de gezondheid van de inwoners. Deze GIDS-gemeente heeft een concept waarmee de wijk letterlijk en figuurlijk in beweging komt. Wat kunnen andere GIDS-gemeenten hiervan leren?

Wat is de Amstelveense strategie?

Wethouder Jeroen Brandes: “Je zou het inderdaad niet verwachten, maar ook Amstelveen kent gezondheidsachterstanden, vooral in de wijk Bankras Kostverloren. Relatief veel bewoners hebben last van psychosociale problemen en overgewicht. Onze strategie is om die problemen integraal aan te pakken, samen met bewoners en met veel partijen. We werken op bestuurlijk niveau samen, maar we werken vooral in de wijken zelf. We luisteren daar naar de inwoners om te horen wat er speelt en bekijken vervolgens samen met inwoners en professionals wat er moet gebeuren.”

Het doel: zoveel mogelijk mensen in de wijk in beweging brengen, de gezondheid bevorderen en de sociale samenhang versterken. De wethouder: “We noemen dat het GIDS-gedachtegoed. Dit staat voor: samen, duurzaam en een langdurige focus op het terugdringen van gezondheidsachterstanden.”

Zo begon het

Herfst 2014 is Amstelveen gestart als GIDS-gemeente. Er is gekozen voor de achterstandswijk Bankras Kostverloren. Wilma Smit, beleidsmedewerker van de gemeente Amstelveen: “We hebben eerst een wijkanalyse gemaakt. Daaruit blijkt dat deze wijk hoog

scoort als het gaat om gezondheidsproblemen. Vooral obesitas, eenzaamheid, depressie en hart- en vaatziekten komen hier relatief vaak voor. Met deze cijfers in de hand, zijn we uiteindelijk met professionals en bewoners om de tafel gaan zitten. We hebben besloten om in te zetten op drie van de vijf sporen van ‘Gezond in...’: gezond gedrag & gezondheidsvaardigheden, participatie en gezonde sociale omgeving. Dit heeft geresulteerd in een aantal bijeenkomsten met meer dan zestig personen, een mix van professionals en bewoners.” Dit zal nog regelmatig terugkomen zodat het levend blijft.

Twée weten meer dan één

Twée stevige projectleiders zitten er in Amstelveen op GIDS. En dat is meteen één van de succesfactoren, vertelt Wilma Smit, stuwende kracht achter GIDS. “De gemeente wil de gezondheid integraal aanpakken en de sociale samenhang versterken. We hebben gekozen voor één leading projectleider uit de welzijnshoek en één uit de sportsector: dat voorkomt blinde vlekken en zij vullen elkaar mooi aan. Samen hebben ze de opdracht om zoveel mogelijk mensen in de wijk in beweging te krijgen. Zo is een heel brede beweging op gang gekomen met veel partners en bewoners. Ze zetten beweeggroepen op vanuit de vraag van bewoners, maar ook zetten ze bijvoorbeeld taallessen op voor laaggeletterden en sociale vaardigheids-

Anno 2016 werkt Amstelveen met maar liefst 40 partijen aan het GIDS-gedachtegoed. Meer dan 200 bewoners zijn er actief bij betrokken!



Sociaal koken op school



In gesprek met bewoners



Wijkcentrum Alleman

‘Subsidie is om dingen mogelijk te maken. Als je daarvan uit gaat, kan er veel’

trainingen voor werklozen. Verder bewaken ze het overzicht en houden de link met de doelen en de onderliggende activiteiten. Ook de GGD vervult een belangrijke rol als adviseur en denkt mee hoe in de toekomst resultaten zichtbaar gemaakt kunnen worden.”

Recept om te winnen

Amstelveen heeft gezocht naar een aansprekende metafoor om bewoners en organisaties te prikkelen. Dat is – hoe kan het ook anders – Bankras geworden. Het Bankrasmodel is een

‘Het GIDS-geld is een hulpmiddel om een gezondheidsbeweging op gang te brengen’

methode waarmee de Nederlandse volleybalers in 1996 goud wonnen op de Olympische Spelen. Bart Logchies is trots op deze metafoor. Vanuit SportPrinciples (trainingen en opleidingen met sport als middel) is Bart als trainer ingezet. Samen met Johan Annema is hij eigenaar van SportPrinciples: “We hebben vanuit deze Olympische gedachte Sportclub Bankras opgericht, een club die in de wijk op allerlei manieren gezondheidsverschillen verkleint. Iedereen kan lid worden van de club. Sportverenigingen, welzijn, zorg... Vanuit deze metafoor zijn we breed op zoek gegaan naar nieuwe initiatieven. Naar een recept om te winnen, om de ‘gouden medaille’ te halen.”

Borging vanaf het begin

Achter de schermen van Sportclub Bankras zijn drie partners actief: het sportbedrijf, de GGD en welzijnsorganisatie Vita. Ze vormen

het bestuur en zijn gezamenlijk verantwoordelijk. Daarnaast zijn er allerlei werkgroepen opgezet rondom concrete initiatieven. Bart: “Die werkgroepen gaan ook door na GIDS.” Beleidsmedewerker Wilma Smit knikt, borging is vanaf het begin een vast agenda-punt. “Van alle samenwerkingspartners verwachten we dat zij de GIDS-gedachte opnemen in hun activiteiten. We hebben ze verteld dat ze startsubsidie krijgen, maar daarna wel zichzelf moeten bedruipen. Op deze manier hopen we dat de GIDS-aanpak duurzaam wordt in deze wijk.”

Subsidie verstrekken

En daarmee komt Wilma Smit op nog een succesfactor in Amstelveen: de manier waarop deze gemeente het GIDS-budget beheert. “Als mensen subsidie aanvragen voor GIDS, is mijn vraag: draagt het bij aan de beweging die

wij in gang zetten? Daar gaat het om. Subsidie is om dingen mogelijk te maken. Als je daarvan uit gaat, kan er veel.” Elena Nabatova, die vanuit welzijn project-leider is van GIDS, is hier blij mee. Zo is Allekids opgezet, een ontmoetingsplek in de wijk voor ca 30 tot 40 ouders en jonge kinderen. Het is een initiatief van één bewoonster uit Bankras. Elena: “We hoorden ouders zeggen dat alles is wegbezuinigd. Wij hebben toen gezegd: ‘Er is wel degelijk een pot geld maar je moet zelf ook aan de slag. Dus als je zelf iets wilt opzetten, doe het dan’. Ze hebben bij Wilma met onze hulp subsidie aangevraagd en die aanvraag is gehonoreerd. Voorwaarde voor subsidie is dat het een activiteit is waardoor mensen samenkomen en dat het één of meerdere gezondheidsaspecten bevordert.” Dit succes is nu overgewaaid naar meerdere wijken in Amstelveen.

Wat gebeurt er vanuit GIDS?

In Amstelveen wordt de beweging vanuit bewoners gestimuleerd. Er wordt niets opgelegd. Maar wat willen bewoners? Hoe start je zo’n beweging? Projectleider Elena Nabatova: “Het werkt goed om klein te starten, met kleinschalige initiatieven.” Ze geeft een paar voorbeelden van de waaier aan activiteiten die zo zijn ontstaan.

Contact via mobiel terras

“In een flat hebben we beneden bij de lift een paar dagen lang een mobiel terras neergezet. Daar hebben we bewoners uitgenodigd om te praten over hun wensen en knelpunten. Het kostte veel tijd maar het heeft ook veel opgeleverd. Er zijn flatbewoners aan elkaar gekoppeld. Eén flatbewoonster die eenzaam was, kookt nu wekelijks een lunch voor

buurtbewoners. Daarnaast zijn er twee wandelgroepen ontstaan. En op initiatief van een bewoner zijn taallessen opgezet voor mensen die moeite hebben met lezen en schrijven.”

Op weg naar ‘de gouden medaille’

Overigens is niet alles vanuit bewoners opgezet. De gemeente wilde graag aan de slag met het ‘granieten bestand werklozen’ in Bankras Kostverloren. Ze zijn vanuit de gemeente benaderd met de vraag of ze mee wilden doen. Negen mensen doen mee aan dit traject. Ze hebben tien bijeenkomsten bijgewoond met een mix van bewegen (wandelen) en het oefenen van sociale vaardigheden. Bart: “Het is belangrijk hoe een gemeente deze mensen benadert. Je kunt ze uitnodigen om mee te doen aan een project van de gemeente of je kunt ze uitdagen om op

zoek te gaan naar hun gouden medaille. Ik praat niet over werkloosheid, maar over participatie. Daarbij gebruiken we de participatieladder van Movisie: elke stap op de ladder is winst voor deze doelgroep. Het gaat om kleine stapjes. Voor iemand is bijvoorbeeld ‘een eigen garagebedrijf’ de gouden medaille. De eerste stap kan dan zijn: ‘werken bij een garage’. En zo boeken we meer kleine successen. Een andere deelneemster leefde heel geïsoleerd en gaat nu twee keer per week sporten.” Inmiddels heeft deze aanpak ertoe geleid dat een aantal mensen weer is gaan werken. Momenteel worden acht klantmanagers en twee welzijnscoaches getraind om dit programma uit te voeren als GIDS stopt. Zo wordt de aanpak geborgd.

Wat zijn de resultaten?

De drie geïnterviewden zien nu, anderhalf jaar na de start, dat er in de Amstelveens wijk een beweging op gang is gebracht. “De mindset is veranderd”, knikt Wilma. Elena (projectleider) en Bart (trainer) zijn het met haar eens. Elena: “De mensen hebben het gevoel dat ze het met elkaar doen, dat ze zelf verantwoordelijk zijn voor hun wijk. Dat zie je ook aan het groeiend aantal betrokken bewoners en samenwerkingspartners. Als er nu een plan is, wordt er niet meteen gezegd dat ze voor geld naar de gemeente moeten gaan. Nee, ze weten dat ze zelf iets kunnen doen, zonder de gemeente.” Wilma: “Ik merk dat meer bewoners actief zijn in de wijk en met elkaar contact hebben. Het GIDS-geld zie ik als hulpmiddel om deze beweging aan te zwengelen. Als gemeente kunnen we dat niet zelf.” Elena lacht: “GIDS is spannend geworden. Andere partijen uit de wijk willen nu ook meedoen.”

Hoe nu verder?

Amstelveen is in 2017 ook gestart met GIDS in de wijk Keizer Karelpark. Wilma benadrukt: “Nee, we gaan niet uitrollen, daarvoor zijn de wijken te verschillend. We gaan opnieuw beginnen. Welke metafoor we in die wijk gaan gebruiken, dat moet nog blijken. Dat hoeft niet dezelfde te zijn, maar wel één die voor deze wijk kracht uit straalt. Om duurzaam in te zetten in de wijken, willen we graag nog een paar jaar aan de GIDS-aanpak vastknopen. Zo kunnen we werken aan het terugdringen van de gezondheidsverschillen, op een manier die past bij de verschillende wijken en bij Amstelveen.”

Tips uit... Amstelveen

LUISTER NAAR SAMENWERKINGSPARTNERS

De gemeente Amstelveen vindt het belangrijk om goed te luisteren naar alle samenwerkingspartners. Wilma: “Ik ga het niet bedenken voor deze wijk, zij weten wat de problemen zijn en hoe je die kunt oplossen. Ik let vooral op de randvoorwaarden, dat het gezamenlijk met netwerkpartners en bewoners gedaan wordt. En daarnaast is borging van activiteiten een belangrijk item.”

BETREK BEWONERS ER VANAF HET BEGIN BIJ

Regelmatig is er netwerkoverleg in Amstelveen. De regel is dat elke professional een bewoner meeneemt. Zo komen er steeds meer mensen bij en worden er steeds meer activiteiten georganiseerd. De bijeenkomst wordt gekoppeld aan een gezonde lunch die door een lokale partner wordt bereid. Inmiddels zijn 200 bewoners op één of andere wijze actief betrokken.

Wat hebben jullie geleerd uit dit proces en wat wil je andere gemeenten meegeven?

TWEE PROJECTLEIDERS WETEN MEER DAN EEN

Amstelveen werkt met twee projectleiders, één vanuit de sportwereld en één vanuit welzijn. Dat werkt prettig en voorkomt blinde vlekken. Daardoor kan de gemeente de aanpak ook richten op meerdere sporen.

GA HET GEWOON DOEN

Hou het leuk en luchtig en ga het gewoon doen. Doe waar de wijk blij van wordt. Geef de mensen de vrijheid. Je hoeft niet pas te starten als je een plan hebt; dat kan ook gaandeweg ontstaan, op basis van de energie die loskomt.

STEL BORGING ALS EIS

Van alle samenwerkingspartners verwacht de gemeente dat zij de GIDS-gedachte opnemen in hun activiteiten. Samenwerkingspartners krijgen startsubsidie en moeten daarna zichzelf bedruipen.

WEES ALS SUBSIDIEGEVER NIET TE PRECIJS

Als mensen subsidie aanvragen, is de belangrijkste vraag van de gemeente: draagt het bij aan de beweging die Amstelveen in gang zet? Dat is de belangrijkste eis. Subsidie is om dingen mogelijk te maken, daar moet je vanuit gaan, zeggen ze in Amstelveen.

STIMULEER HET VRAAGGERICHT WERKEN

Amstelveen vindt aanbodgericht werken geldverspilling. De gemeente geeft organisaties de tijd om vraaggericht te werken. Niet door met het vingertje te zwaaien maar door te vragen: hoe ver ben je? Welke stappen zet je? Niet dwingen maar stimuleren om anders te werken. En laten zien dat ze veel meer enthousiasme krijgen als ze vraaggericht gaan werken.

