



GEZOND IN ...

STIMULERINGSPROGRAMMA GIDS
LOKALE AANPAK GEZONDHEIDSACHTERSTANDEN

KENNISDOSSIER



GEDRAG & VAARDIGHEDEN



Om gezondheidsachterstanden in gemeenten terug te dringen adviseert Gezond in... een integrale aanpak op meerdere sporen: gedrag & vaardigheden, participatie, preventie & zorg, fysieke en sociale omgeving. Er zijn acht succesfactoren (pijlars) bekend die de aanpak op deze vijf sporen effectiever maken.

Dit kennisdossier biedt u enkele praktische handvatten en inspirerende voorbeelden voor de concrete invulling van het spoor Gedrag & vaardigheden met de nadruk op gezondheidvaardigheden.



GEDRAG & VAARDIGHEDEN



Het is belangrijk dat mensen weten hoe zij hun gezondheid kunnen behouden of verbeteren en dit vervolgens ook kunnen toepassen. Hiervoor zijn vaardigheden, ook wel gezondheidsvaardigheden, nodig. Bij mensen met een lagere opleiding en lagere inkomens zijn deze gezondheidsvaardigheden vaak minder goed ontwikkeld. Beperkte gezondheidsvaardigheden zijn een belangrijke verklaring voor gezondheidsachterstanden.

Gezond gedrag

Ongezond gedrag wordt veroorzaakt door verschillende factoren. Om als gemeente gezond gedrag met succes te stimuleren, is een brede, integrale aanpak nodig. Effectieve preventie van overgewicht is bijvoorbeeld niet alleen gericht op gedrag, maar ook op de omgeving die dit gedrag kan beïnvloeden of bevorderen (denk aan fietspaden, speeltuinen, parken, snackbars, supermarkten, school- en sportkantines).

Om gezondheidsachterstanden effectief aan te pakken moeten activiteiten aansluiten bij de motivaties en mogelijkheden van doelgroepen. Breng daarvoor de doelgroep zo nauwkeurig mogelijk in kaart (leefstijlkenmerken, leefomgeving, culturele kernwaarden, opvoedopvattingen, arbeid en opleiding, laaggeletterdheid, financiële situatie etc.). Zorg er ook voor dat u, door in gesprek te gaan en/of via sociale marketing, inzicht krijgt in wat uw doelgroep motiveert en waarvoor zij in actie komen. Deze inzichten vertaalt u vervolgens naar passende activiteiten.



Kijk voor wat u kunt doen aan de preventie van overgewicht, alcohol, psychische problematiek, roken en drugsgebruik op www.gezondin.nu bij Gezondheidsrisico's.

Gezondheidsvaardigheden

Gezondheidsvaardigheden zijn de vaardigheden van mensen om informatie over gezondheid te verkrijgen, te begrijpen, te beoordelen en te gebruiken bij het nemen van gezondheidsgerelateerde beslissingen. Ruim 25% van de Nederlandse bevolking heeft (zeer) beperkte gezondheidsvaardigheden.



Ouderen, laagopgeleiden en niet-westerse migranten zijn sterker vertegenwoordigd in de groep mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden. Gebrek aan gezondheidsvaardigheden is een belangrijke verklaring voor gezondheidsachterstanden.

Mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden hebben moeite met:

- de weg vinden in de zorg
- zoeken op het internet (digitale vaardigheden)
- (uitnodigings)brieven begrijpen (ook via e-mail)
- folders, websites, formulieren, bijsluiters begrijpen
- gesprekken met zorgverleners voeren
- klachten adequaat benoemen
- uitleg en adviezen begrijpen en in praktijk brengen
- behandel- en/of revalidatieplan begrijpen
- medicijnen op de juiste manier innemen
- het begrijpen van de negatieve effecten van roken of overgewicht en daarmee de noodzaak om er iets aan te doen
- eigen doelen stellen, leven (re)organiseren, zelfmanagement

Er is een duidelijke samenhang tussen laaggeletterdheid, lage gezondheidsvaardigheden en een slechtere gezondheid.

Enkele feiten en cijfers laaggeletterdheid

- Eén op de negen Nederlanders tussen de 16 en 65 jaar is laaggeletterd (12%).
- 65% van de laaggeletterden in Nederland is autochtoon.
- Bijna 14% van alle kinderen in Nederland loopt het risico om op latere leeftijd onder de noemer 'laaggeletterd' te vallen.
- Er zijn meer dan 700.000 laaggeletterde werknemers in Nederland.

Laaggeletterdheid

Laaggeletterd zijn betekent moeite hebben met lezen en schrijven. Daarnaast is goed functioneren in de maatschappij en op de werkvloer vaak niet mogelijk. Uit onderzoek blijkt dat investeren in taalles zowel winst oplevert voor de taalvaardigheid, als voor zelfredzaamheid en participatie (in de maatschappij en op de arbeidsmarkt). Bovendien voelen taalvaardige mensen zich fysiek en psychisch vaak beter.

WAT KUNT U ALS GEMEENTE DOEN?

Wees ervan bewust dat veel mensen in achterstandssituaties beperkte gezondheidsvaardigheden hebben en/of laaggeletterd zijn. Dit wordt vaak onderschat. Gezondheidsvaardigheden zijn tot op zekere hoogte 'leerbaar' en kunnen dus verder ontwikkeld worden. Ook is het belangrijk dat zorgverleners en gezondheidsbevorderaars mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden tegemoet komen met duidelijke informatie. Dit is vooral een taak van zorgverleners en gezondheidsbevorderaars; de gemeente kan dat uiteraard stimuleren.

- Zorg als gemeente dat er rekening wordt gehouden met laaggeletterdheid intern (bij de eigen publiekscommunicatie, gesprekken met burgers en het laten invullen van formulieren).
- Stimuleer dat bij preventieactiviteiten in de gemeente ook aandacht is voor beperkte gezondheidsvaardigheden en laaggeletterdheid. Partijen die actief zijn in gezondheidsbevordering, kunt u stimuleren om rekening te houden met eventuele beperkte gezondheidsvaardigheden van inwoners. Zij kunnen hen helpen om deze te vergroten. Denk hierbij aan bijvoorbeeld de GGD, buurtsportcoaches en diëtisten.

- De gemeente kan stimuleren en faciliteren dat bijvoorbeeld zorgverleners, voorlichters en wijkteams alert zijn op het bestaan van laaggeletterdheid en beperkte gezondheidsvaardigheden. Door scholing van professionals in het signaleren van laaggeletterdheid en in effectieve communicatie, wordt het bereiken van burgers met gezondheidsachterstanden en beperkte gezondheidsvaardigheden mogelijk.
- De gemeente kan de regie nemen om samen met lokale en regionale partners te werken aan de aanpak van laaggeletterdheid. Daarbij is het voorkomen van taalachterstanden, het vinden en opleiden van laaggeletterden en het bieden van geschikt taalaanbod van belang. Betrokken zijn scholen, bibliotheken, buurthuizen, sociale wijkteams, schuldhulpverlening, (re)integratie, werkgevers, werkbedrijven, leerwerkloketten, jeugdhulpverlening en de bijstand.



TIPS

- Pas de informatie vanuit uw eigen gemeente of organisatie aan, aan een lager taalniveau. Denk hierbij aan informatie over voorzieningen (Wmo, Werk en inkomen, onderwijs etc.) en activiteiten op het gebied van gezondheid via websites, folders, brieven en formulieren. Ook kunt u speciaal voor laaggeletterden ontwikkelde materialen inzetten, bijvoorbeeld over: re-integratie naar werk (Werk ze!), schulden (Voor hetzelfde geld!) en ouderbetrokkenheid (Taal voor Thuis) inzetten.
- Test de begrijpelijkheid van de informatie bij de doelgroep. Bijvoorbeeld door cursisten van taallessen op het ROC.
- Mondelinge communicatie en de dialoog aangaan werkt bij laaggeletterden beter dan schriftelijke communicatie of voorlichting (eenrichtingsverkeer).
- Onderzoek, samen met partijen die actief zijn rond laaggeletterdheid en taal, of zij ook kunnen bijdragen aan het versterken van gezondheidsvaardigheden. Zo kan bij taalcursussen ook aandacht besteed worden aan gezonde voeding, opvoeden, financiën etc. Bruikbaar hiervoor zijn boekjes uit de methodiek *Succes!* over diverse gezondheidsonderwerpen op verschillende taalniveaus.
- Zicht krijgen op het aantal laaggeletterden in uw regio? Bekijk de cijfers op de website van Stichting Lezen & Schrijven.
- Gebruik hulpmiddelen en/of checklists om de toegankelijkheid van folders, brieven en websites voor mensen met lage gezondheidsvaardigheden te beoordelen en te verbeteren. Kijk voor voorbeelden op www.pharos.nl. Kijk voor meer informatie, inclusief tips en materialen op het gebied van gezondheidsvaardigheden, op www.gezondheidsvaardigheden.nl.
- Zet screeningsinstrumenten in om een indicatie te krijgen van het taalniveau van iemand. Zo is er de Taalmeter (een indicatie in ±12 minuten, te gebruiken door bijvoorbeeld gemeentelijke instellingen, uitzendbureaus, schoonmaakbedrijven en maatschappelijke instellingen).
- Ga voor een overzicht naar www.basismeters.nl. Ook is er de toolkit laaggeletterdheid voor huisartsen.





ALLIANTIE GEZONDHEIDSVAAARDIGHEDEN

Pharos, expertisecentrum gezondheidsverschillen is coördinator van de Alliantie Gezondheidsvaardigheden. Binnen deze alliantie streven diverse partners, werkzaam op het brede terrein van gezondheid en zorg, naar het terugdringen van sociaal-economische gezondheidsverschillen. Dit doen zij vanuit de visie dat gezondheidsvaardigheden hiervoor een belangrijke verklaring zijn.

De Alliantie deelt kennis en initiatieven over gezondheidsvaardigheden en zorgt voor meer aandacht hiervoor binnen de zorg (praktijk, opleiding, onderwijs en onderzoek).

Wilt uw gemeente of organisatie meewerken aan een samenleving waarin mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden gezond kunnen leven en goede zorg ontvangen? Sluit u dan aan bij deze Alliantie via gezondheidsvaardigheden@pharos.nl.



BRONNEN

- Kennisynthese Gezondheidsvaardigheden: een actueel overzicht van de kennis op dit gebied
- Factsheet Laaggeletterdheid en Beperkte gezondheidsvaardigheden (Pharos, 2015)
- Factsheet Slim samenwerken loont. Een greep uit de resultaten van Taal voor het Leven na twee jaar in de regio | 2013 en 2014 (Stichting Lezen en Schrijven)
- Stichting lezen & Schrijven: Feiten en Taal voor het leven.nl
- Landelijke Actieprogramma Tel mee met Taal
- Pharos: Laaggeletterdheid en beperkte gezondheidsvaardigheden

Meer informatie, tools en voorbeelden vindt u op het online platform www.gezondin.nu bij het spoor Gedrag & vaardigheden.

Kijk ook eens naar de sporen: Fysieke omgeving, Participatie, Preventie & zorg en Sociale omgeving. En naar de pijlers: Bestuurlijke betrokkenheid, Burgers zijn hoofdrolspelers, Differentiatie, Monitoring, Procesgerichte aanpak, Publiek & privaat, Sociale marketing en Synergie Circuit.

ENKELE VOORBEELDEN

JEUGDTEAM POELENBURG IN ZAANDAM

In de wijk Poelenburg in Zaandam bieden gezinscoaches (opvoed)ondersteuning aan kwetsbare gezinnen. Na aanmelding bij het jeugdteam gaat een gezinscoach op huisbezoek. De gezinscoach helpt ouders met het formuleren van een hulpvraag. Het gezin bepaalt welke problemen aangepakt worden en blijft verantwoordelijk voor de oplossing. Veel ouders zijn laagopgeleid, hebben een laag inkomensniveau, ervaren taalbarrières, zijn laaggeletterd en hebben beperkte gezondheidsvaardigheden. De gezinscoach sluit aan bij het taalniveau en houdt rekening met beperkte gezondheidsvaardigheden.

De gezinscoach betreft ook burens en wijkbewoners. Zij kunnen ondersteunen en vormen een netwerk voor het gezin. Als het nodig is kan een gezinscoach het gezin helpen de juiste weg te vinden naar derden.

Meer info:

[www.pharos.nl/documents/doc/wat gaat er goed in jullie gezin.pdf](http://www.pharos.nl/documents/doc/wat_gaat_er_goed_in_jullie_gezin.pdf)

TAALMETER VINDT JONGE LAAGGELETTERDEN IN ROTTERDAM

Bij het Jongerenloket van de gemeente Rotterdam melden zich jaarlijks honderden jongeren tussen de 16 en 27 jaar zonder opleiding of baan, met vragen over onderwijs, werk of inkomen. Taal kan de oorzaak zijn van de problemen die deze jongeren ondervinden. Bij alle jongeren die voor advies langskomen wordt daarom de Taalmeter afgenomen. Jongeren die moeite hebben met taal kunnen vervolgens terecht in het Taalpunt dat is gevestigd in hetzelfde Jongerenloket.

Zij krijgen daar een taaltraject op maat aangeboden. Dankzij dit traject kunnen deze jongeren nu wel doorstromen naar werk of school en vinden zij hernieuwde motivatie om hier een succes van te maken.

Meer info:

www.lezenenschrijven.nl/aan-de-slag/gemeenten/taalmeter

TRAINING EFFECTIEF COMMUNICEREN MET LAAGGELETTERDEN

In de afgelopen jaren hebben trainers van Pharos in verschillende gemeenten zorgprofessionals getraind in het effectief communiceren met laaggeletterden. Zo waren er trainingen in gezondheidscentra in achterstandswijken in Zwolle, Almere, Almelo, Utrecht en Den Haag. De trainingen werden steeds afgestemd op de vragen van de zorgprofessionals. Aan bod kwamen o.a. het leren herkennen van lage gezondheidsvaardigheden en laaggeletterdheid, inzicht in de mogelijkheden van cliënten om informatie, adviezen en vragen te begrijpen en de communicatie beter aan te laten sluiten daarop. De trainingen zijn ook geschikt voor sociale (wijk)teams en gemeenten (Wmo-loket, afdeling communicatie).

Meer info:

www.pharos.nl/nl/kenniscentrum/laaggeletterdheid-en-gezondheid/laaggeletterdheid-en-beperkte-gezondheidsvaardigheden

REGIO TWENTE ZET BREED IN OP HET VERBETEREN VAN GEZONDHEIDSVAAARDIGHEDEN

Het is de GGD Twente gelukt om het onderwerp gezondheidsvaardigheden op de agenda te krijgen van de 14 regio-gemeenten. Het onderwerp is opgenomen op de eigen bestuursagenda, nadat de artsen en verpleegkundigen van de GGD aangaven dat beperkte gezondheidsvaardigheden een belangrijk probleem is. "Vervolgens hebben we de 14 gemeenten in de regio overtuigd van het belang van dit thema. Door dit thema van verschillende kanten te belichten, is het ons gelukt om op veel verschillende manieren ermee aan de slag te gaan." Begonnen is met de aanpak van laaggeletterdheid: websites en folders zijn aangepast en professionals zijn geschoold en er zijn meerdere taalpunten geopend. Momenteel is de GGD in gesprek met een aantal onderwijsinstellingen om een 'serious game' te ontwikkelen. Lees [hier](#) de volledige beschrijving van het voorbeeld uit Twente.

Kijk voor meer voorbeelden van de aanpak van laaggeletterdheid op:

www.taalvoorhetleven.nl/partner/praktijkvoorbeelden/



Heeft uw gemeente zelf goede voorbeelden? Deel ze via www.gezondin.nu.