

A photograph of several people, including an elderly woman with white hair and glasses, in a food bank or community center. They are standing behind orange plastic crates filled with various food items like lemons and oranges. The woman in the foreground is holding a clear plastic bag containing produce.

Sanne Niemer & Tom Moons

GezondIn Studiedag 2-dec 2021

Bestaanszekerheid als voorwaarde om je gezondheid te verbeteren

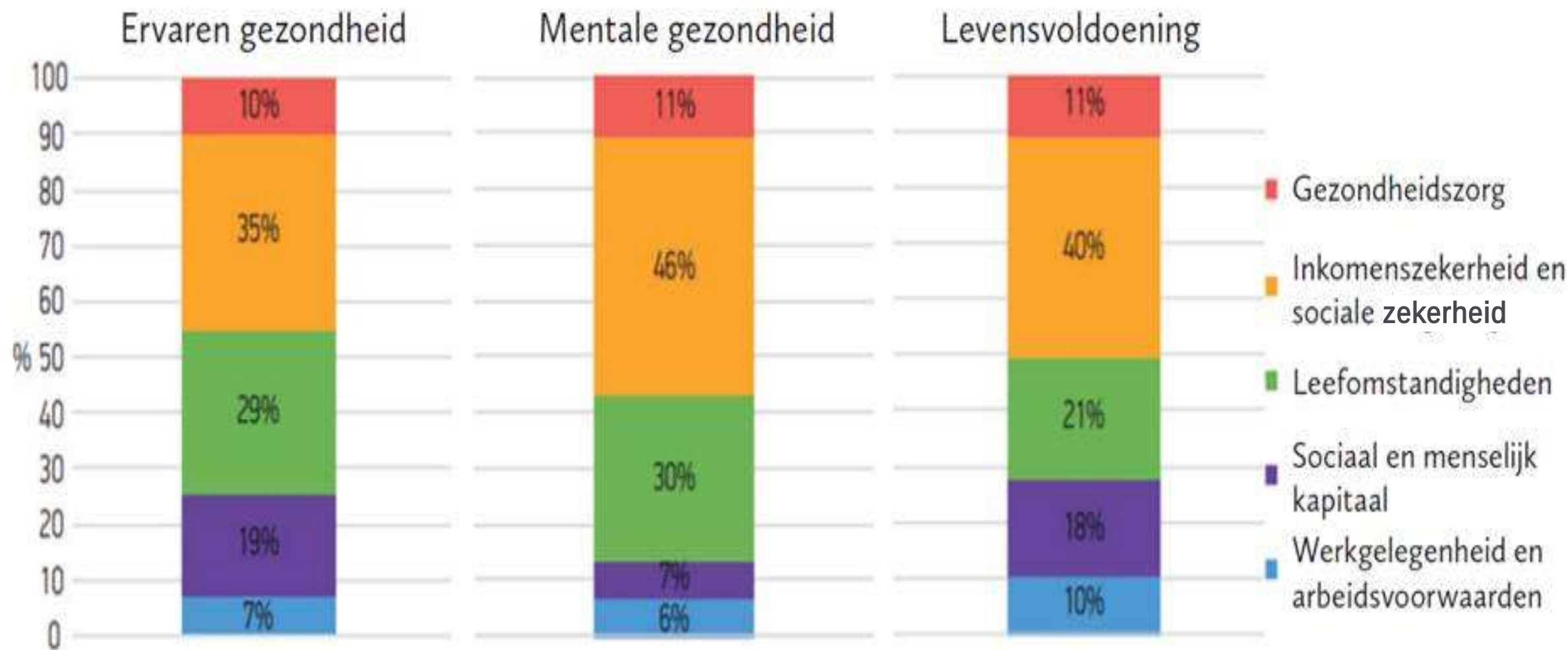
Maar eerst een vraag vooraf

Wat staat in jouw gemeente op de eerste plaats om gezondheidsverschillen terug te dringen?

- A. Passende leefstijlinterventies
- B. Financiële en sociale zekerheid
- C. Gezonde Fysieke omgeving
- D. Toegankelijke en passende zorg

World Health Organisation

Vijf thema's die bijdragen aan gezondheidsverschillen, bij zelf gerapporteerde gezondheid, mentale gezondheid en tevredenheid in het leven, tussen hoge SES en lage SES



Wat geven mensen zelf aan? Stress



Financiële stress

- Schulden, armoede
- Inkomensdaling door werkloosheid,
- De 'armoedeval'
- Procedureproblemen rond uitkeringen,
- Schuldsanering



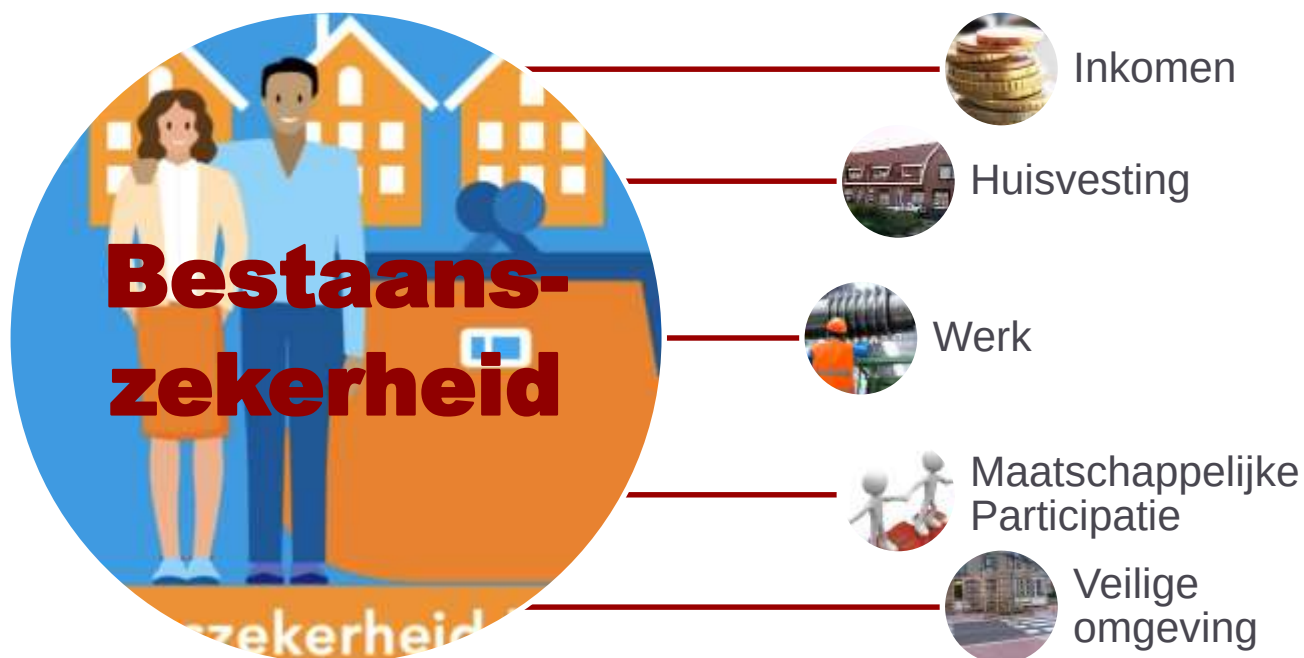
Psycho-sociale stress

- Kinderen op een verantwoorde manier opvoeden
- Een samenleving die het gevoel geeft niet mee te tellen en te falen
- Opvoeden in een bi-culturele situatie
- Weinig kansen hebben op de arbeidsmarkt
- Gevoelens van onveiligheid in de woonbuurt
- Lage sociale cohesie
- Eenzaamheid
- Niet buiten durven te komen (vrouwen)
- Onvoldoende groen

Bestaanszekerheid & Gezondheid

“Bestaanszekerheid bieden is de basisvoorwaarden op orde brengen: de zekerheid van voldoende en voorspelbaar inkomen, de zekerheid van werk en van mee kunnen doen in de samenleving. Maar ook de zekerheid van een dak boven je hoofd in een geschikte en betaalbare woning. En in een veilige en prettige omgeving, met snelle en toegankelijke dienstverlening in situaties die de veiligheid bedreigen”.

GezondIn: 5 sporen om gezondheidsverschillen terug te dringen:



Bestaanszekerheid & Gezondheid



**'BIJ MAATSCHAPPIJLEER
Zouden ze moeten leren
wat erbij komt kijken
als je 18 wordt.'**
TYRELL

300%
AANTAL DAKLOZE
JONGEREN SINDS 2009
VERDRIEVVOUDIGD

24%
VAN DE GROEP MENSEN
MET PROBLEMATISCHE
SCHULDEN IS BIJNA EEN
KWART JONGER DAN 35

TYRELL

Tyrell heeft altijd schulden gehad. Soms moest hij samen met zijn vriendin rondkomen van 15 euro per week. Dat was veel te weinig. Om toch aan eten te kunnen komen, stopte hij met het betalen van de maandelijkse premie voor de zorgverzekering. Zo kwamen er nieuwe schulden bij. Ten einde raad ging Tyrell voor hulp naar het jongerenloket. Daar werd hij geconfronteerd met een lange wachtlijst.

Lees het verhaal van Tyrell in het boek Gezichten van een onzeker bestaan

€36.000

zijn de minimum maatschappelijke kosten per dakloze jongere per jaar. Als er ook sprake is van ernstige verslaving kan dat oplopen tot €100.000. 60% van de dakloze jongeren heeft een verleden in de jeugdzorg.

58%

van de jongeren tussen de 15 en 27 jaar heeft flexibel werk. Ongeveer 65% van de huishoudens met een hoofdkostwinner tot 25 jaar oud heeft een vermogen kleiner dan 1.000 euro; ongeveer 2/3 van deze groep heeft schulden in plaats van vermogen.

?

Er zijn geen cijfers beschikbaar over hoeveel jongeren na indicatie wachten op jeugdzorg. Ook is er zeer weinig bekend over de gemiddelde wachttijd. Volgens Stichting Het Vergeten Kind wachten kinderen gemiddeld 10 maanden, en heeft 40% te maken met een verslechtering van de situatie door het lange wachten.

30%

De uitgaven aan GGZ-zorg voor mensen met problematische schulden ligt 30% hoger dan gemiddeld. De kans op GGZ-gebruik neemt met 7% toe, de kans op gebruik van sociale en/of financiële hulpverlening met 40%.

In het kader van de coronacrisis heeft de overheid in het najaar van 2020 ruim 146 miljoen euro extra uitgetrokken voor schuldhulpverlening, dat is meer dan een verdubbeling van het bedrag dat gemeenten jaarlijkse uitgaven aan schuldhulpverlening. Schulden en armoede beïnvloeden de werking en ontwikkeling van de hersenen. Risicofactoren gerelateerd aan schulden zijn onder andere slechtere huisvesting, instabiele relaties, huiselijk geweld, verwaarlozing en ziekte.

Raad
Volksgesondheid
& Samenleving

raadrvs.nl

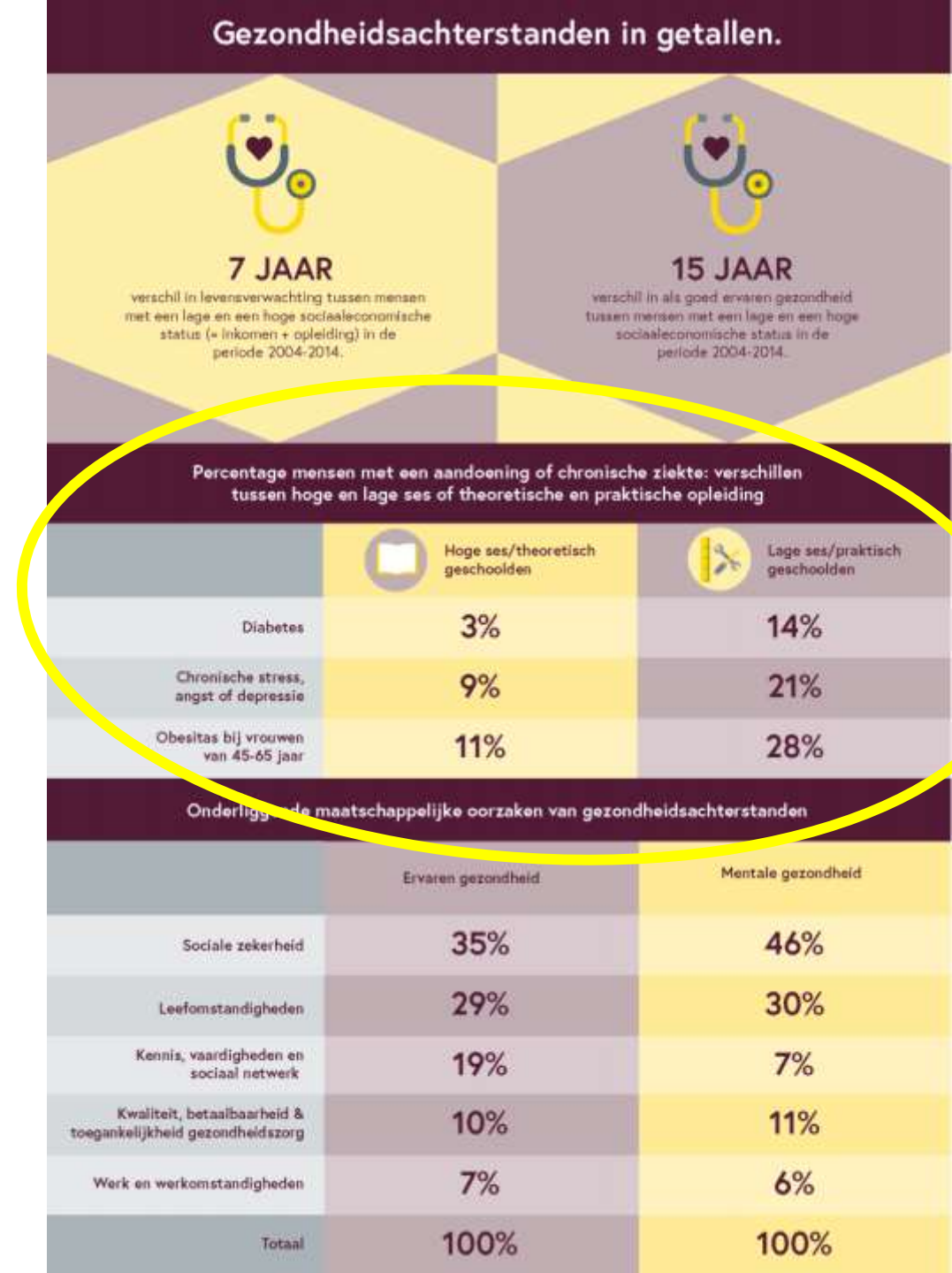
De relatie tussen armoede, schulden en gezondheid

Sanne Niemer, senior adviseur /projectleider bij Pharos
s.niemer@pharos.nl
<https://www.linkedin.com/in/sanneniemer/>



Rapport RV&S

- Sociaal economische (gezondheids)verschillen nemen toe
- Opeenstapeling van sociale en medische problematiek



Rapport RV&S

- Sociaal economische (gezondheids)verschillen nemen toe
- Opeenstapeling van sociale en medische problematiek



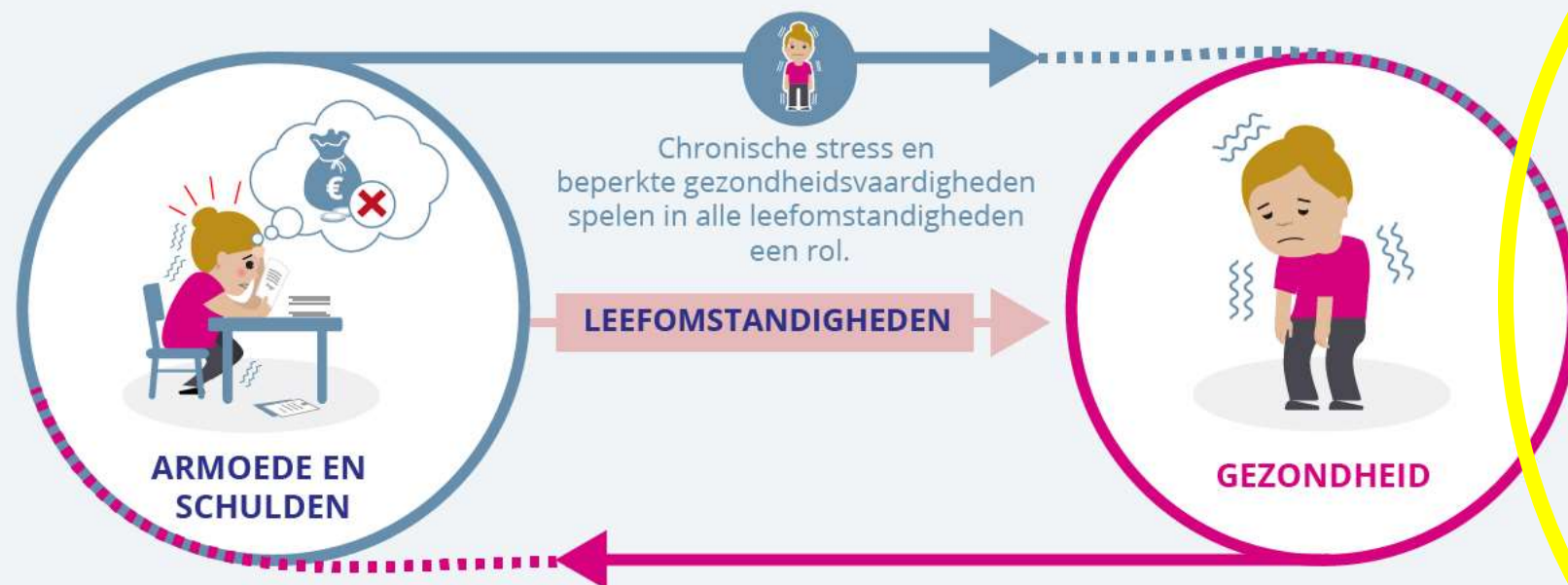
Over wie hebben we het?

- Opeenstapeling van verschillende opgaven in het leven waardoor stress toeneemt en de algemene gezondheid onder druk komt te staan.
- Transformatie van verzorgingsstaat naar participatiemaatschappij waarbij zelfmanagement vereist is.
- Digitalisering in de maatschappij vereist ook het kunnen meekomen op dat gebied.



Plaatje: Drempels slechten, rapport van de HU

Samenhang armoede, schulden en gezondheid



FYSIEKE EN PSYCHISCHE GEZONDHEID

-  Chronische ziekten
-  (ernstig) overgewicht
-  Eenzaamheid
-  Depressie en angst
-  Slaapproblemen
-  Gevoel van machteloosheid
-  Weinig geloof in eigen kunnen

LEEFOMSTANDIGHEDEN



Ongezonde leefstijl



Minder goede toegang tot preventie en zorg



Sociale netwerk wordt kleiner



Ongezonde arbeidsomstandigheden



Ongezonde leefomgeving



Minder kans op gezond opgroeien

Fysieke en psychische gezondheid

- Chronische ziekten
- (ernstig) overgewicht
- Eenzaamheid
- Depressie en angst
- Slaapproblemen
- Gevoel van machteloosheid
- Weinig geloof in eigen kunnen

Samenhang armoede, schulden en gezondheid



FYSIEKE EN PSYCHISCHE GEZONDHEID

-  Chronische ziekten
-  (ernstig) overgewicht
-  Eenzaamheid
-  Depressie en angst
-  Slaapproblemen
-  Gevoel van machteloosheid
-  weinig geloof in eigen kunnen

LEEFOMSTANDIGHEDEN



Ongezonde leefstijl



Minder goede toegang tot preventie en zorg



Sociale netwerk wordt kleiner



Ongezonde arbeidsomstandigheden



Ongezonde leefomgeving



Minder kans op gezond opgroeien

Leefomstandigheden

- Ongezonde leefstijl
- Minder goede toegang tot preventie en zorg
- Sociale netwerk wordt kleiner
- Ongezonde arbeidsomstandigheden
- Ongezonde leefomgeving
- Minder kans op gezond opgroeien

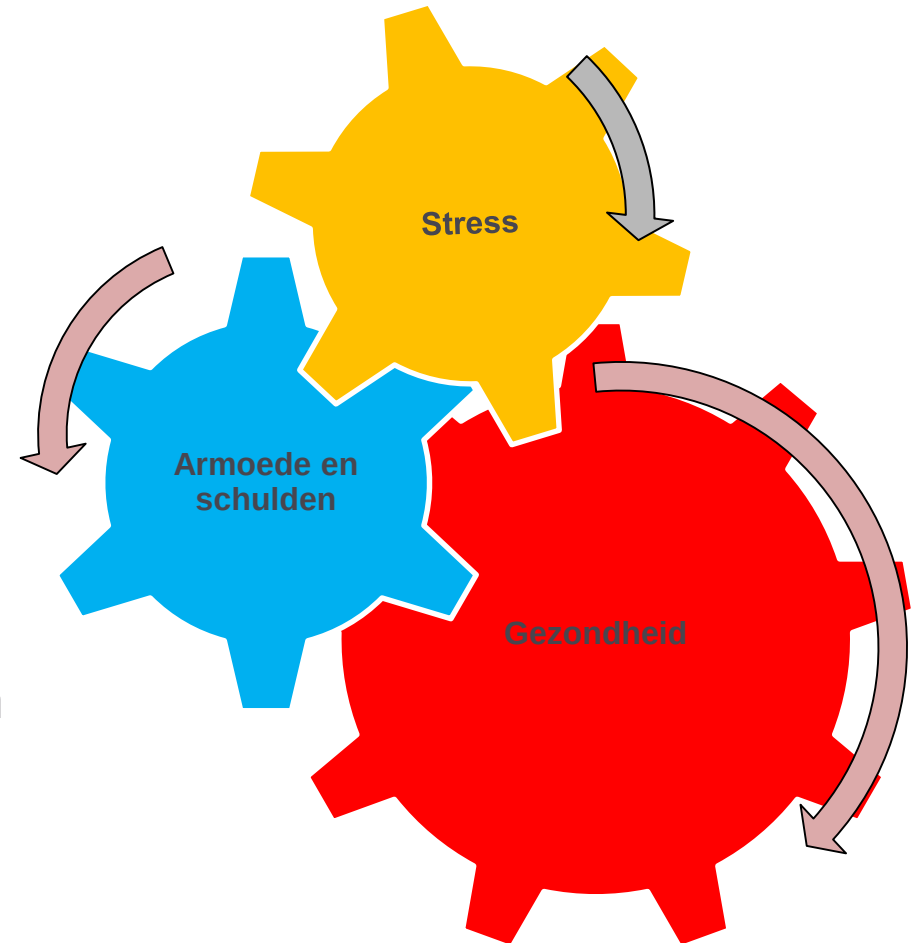
*Chronische stress & beperkte
gezondheidsvaardigheden*

*Risicogroepen & life events →
vaste lasten en levenstandaard*

Wisselwerking!

- Gezondheidsproblemen kunnen leiden tot (meer) financiële problemen
 - Veel zorgkosten maken
 - Gedwongen minder moet gaan werken → vermindering inkomen
 - Werk verliezen

De ervaring is dat mensen vaak in een negatieve spiraal terecht komen waarin zowel de gezondheidsproblemen als de financiële problemen toenemen.

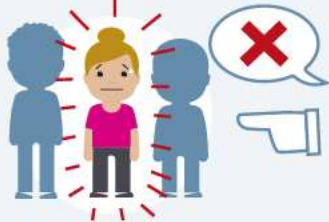


Wat geeft mensen chronische stress?

Geldzorgen



Discriminatie



Slechte woning



Overlast
in de buurt



Werkloosheid



Ingewikkelde
post



Weg niet
kunnen vinden



Afspraak
bij de dokter



Ruzie maken

LEVENSGEBEURTENISSEN



verlies dierbare



echtscheiding



verhuizing



migratie

Gevolgen van chronische stress

Fysiek



Hart- en
vaatziekten



Diabetes



Obesitas



Vroegtijdige
veroudering
(DNA verandert)



Verminderde
vruchtbaarheid



Afweersysteem
vermindert



Cognitief



Concentratie
problemen



Minder goed
geheugen



Impulsief
gedrag



Moeite met plannen
en organiseren



Moeite met emoties
reguleren

Mentaal



VERSLAVING



DEPRESSIE



ANGST

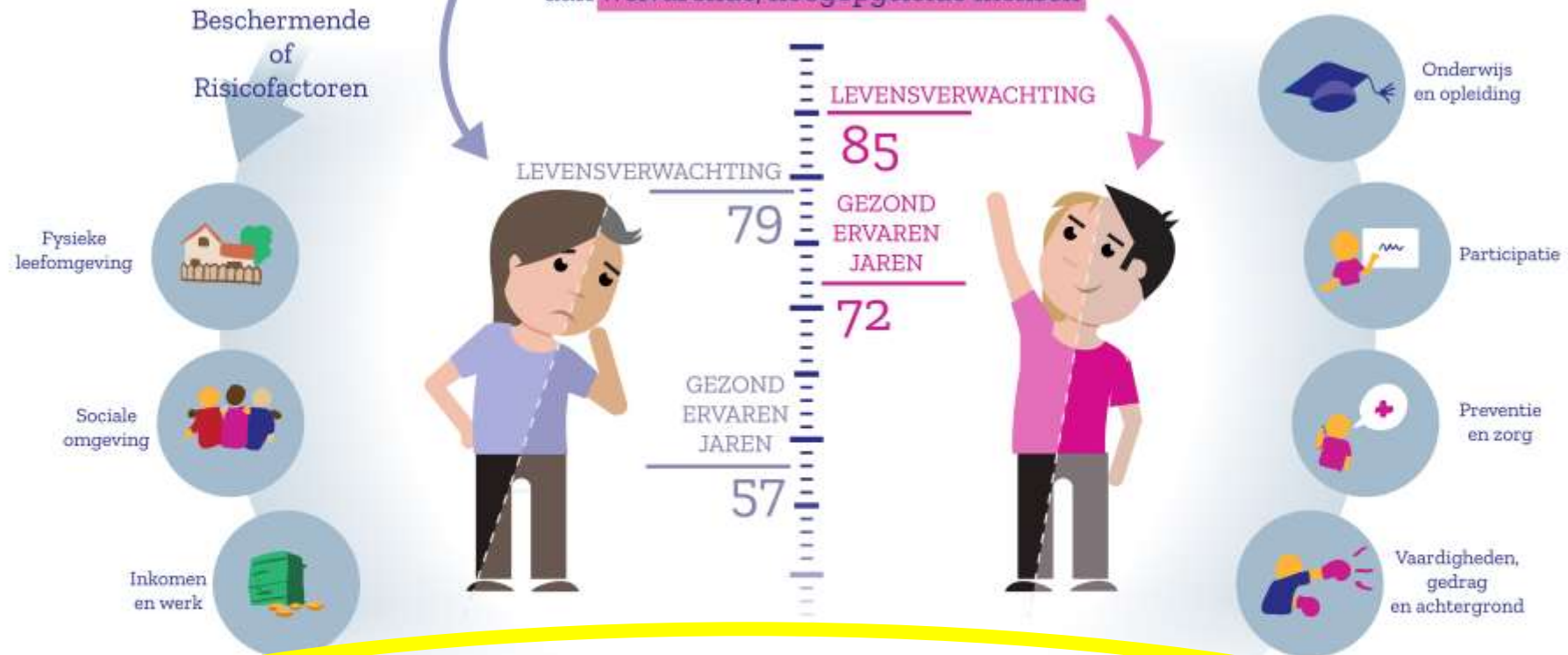


ALZHEIMER

(Niet) even lang en gelukkig

Armere mensen met (vaak) een praktische opleiding leven gemiddeld zes jaar korter

dan welvarende, hoogopgeleide mensen



Negen Oplossingen



Benieuwd naar
onze aanpak?
www.pharos.nl

De 9 principes voor een succesvolle strategie

1. Zet in op een brede, domeinoverstijgende aanpak
2. Differentieer waar nodig
3. Benut kansen in verschillende levensfasen
4. Werk samen met de mensen om wie het gaat
5. Werk persoonsgericht
6. Versterk geloof in eigen kunnen en zelfredzaamheid
7. Stuur op al doende leren en experimenteren
8. Investeer in goede monitoring en evaluatie
9. Werk aan borging van kennis en effectieve aanpakken in praktijk, beleid, uitvoering en opleidingen

Link volledig publicatie & de samenvatting



Bestaanszekerheid in Tilburg

In gesprek met: Joke de Kock, Manager schuldhulpverlening



Samenvattend

Bestaansonzekerheid

- Onzeker inkomen
- Geen of niet passende huisvesting
- Onzeker Werk
- Niet mee kunnen doen in de samenleving
- Onveilige omgeving
- Afwezigheid van hulp en ondersteuning

Ongezondheid

- Fysiek en mentaal:
Chronische aandoeningen
- Verzwakt immuunsysteem
- Ongezonde keuzes
- Sociaal isolement



Levens- gebeurtenissen:

- Verlies dierbaren
- Verlies baan/inkomen
- Echtscheiding
- Verhuizing
- Migratie
- Ziekte

Ongezonde of chronische stress

- Verminderd denkvermogen: leren, concentreren, plannen, lange termijn beslissingen
- Verminderd doe-vermogen
- Impulsiviteit: verminderde impulscontrole
- DNA verandering

Minicollège Bestaanszekerheid
GezondIn Studiedag 2021

Bedankt voor jullie aandacht!

Vragen? Neem contact op via:
info@gezondin.nu. Of via de GezondIn-
adviseur in jouw regio.

