

# Positief Gezonde Netwerk Proeverij



## Welkom



A collage of various spices and herbs in white heart-shaped containers. The spices include whole and ground forms of black pepper, red chili, turmeric, paprika, cumin, coriander, fennel, cardamom, and others. Herbs like rosemary, thyme, and basil are also visible. The background is black, making the colorful spices stand out.

# Positief Gezonde Netwerk Proeverij

Margriet de Jager & Chantal Walg

Daphne Metaal  
Gezond & Vitaal  
Oud(er) worden op  
Scheveningen-Noord

Odilia Kortsmid  
Netwerk Positieve  
Gezondheid Noordelijke  
Maasvallei

Ayse Baltaci  
WEL in Flevoland

Zeist, 20 september 2022





**Programma**

# **Positief Gezonde Netwerk Proeverij**

- **Introductie Gezondheidsnetwerken Nederland**
- ***Wat ligt er op jouw bordje binnen het netwerk?***
- ***Wat is er nodig? Welke ingrediënten vind jij interessant?***
- ***3 ervaringsdeskundigen aan het woord***
- ***Welk ingrediënt neem jij mee? Waar ga jij mee aan de slag?***





**Introductie  
gezondheidsnetwerken  
Nederland**



# Landelijk dekkend netwerk van netwerken

Provinciale  
Regionale netwerken coalities allianties  
Lokale

Gezondheidsvraagstukken oplossen  
*(leefstijl, leren, meedoen, mentale balans, Positieve  
Gezondheid, preventie, werk)*

Gezonde leefomgeving creëren

## Provinciale netwerken

Limburg  
WEL in Flevoland  
Etc.

BEWEGING  
LIMBURG  
POSITIEF  
GEZOND

WEL

## Regionetwerken

Noordelijke Maasvallei  
Gooi & vechtstreek  
8RHK De gezondste Regio  
Beweging Positief gezond Ijsselland  
HANNN  
Noordkop Gezond voor elkaar  
Gezondheidspact Utrecht  
Care Innovation Center West-Brabant  
Twente Gezond  
Vitaal Texel 2030  
Etc.

## Lokale netwerken

Zutphen  
Deventer  
Scheveningen  
etc.

# Gezondheidsnetwerken in Nederland



Werken aan een  
gezonder Nederland  
kan alleen samen

## GEZONDE WIJKEN EN BUURTEN

Hoodstad leeftde aan je buurt

Sociale basisinfrastructuur voor gezonde gemeenschap

Age-Friendly Cities

Gezonde Wijkbeveiliging Centrum

Gezonde groene verbinding

## POSITIEVE GEZONDHEID

Leren van Limburg

Machteld Huber: werktact en eigen reis

Kun je 3-actoren, dus ook in vermenigvuldigen

Actieondersteuning Positief Gezond Werkgeverschap

Samen gaat erger goed verstaan

## GEZONDHEID LOONT

Rekenkamer voor gezondheids economie

Uniek concept: PSLN

Businesscase huisarts

Ratensstrategie voor gezondheid

Kwaliteitsmodel organisatiekracht op gezondheid

## SAMEN IMPACT MAKEN

Altaar Kinderarmoede

Evaluatie en Implicaties Atlas is Gezondheid

Kennisoverdracht: verbinden en leren

Publiek, privaat (h)overleven (h)doen?

Preventie: lessen uit de loop

## MENTALE GEZONDHEID

Zelfhulp

Innovatievelden Mentaal en Gehoort Hulp Online

Vraag naar openheid en imperfectie

Gezonde media-industrie

Leren omgaan met het leven

## LEEFSTIJL EN LEEFOMGEVING

Taal maakt gezonder

De kracht van natuur en gezondheid

GezondheidsReis 100

iNSTAT HEALTHCARE

Airpax Healthy Mileage

- Regionetwerken Alles is Gezondheid
- Positieve Gezondheidsregio's
- Regionale Preventieakkoorden
- Health Innovation School (HIS) edities
- Publieksacademies

ALLES IS GEZONDHEID





***Wat ligt er op jouw bordje?***





***Wat heb je nodig?  
Welke ingrediënten vind jij  
interessant?***





# Positief Gezonde Netwerk Proeverij

## Ingrediënten

- 1) Initiator/missie/visie/waarden
- 2) **Rol Positieve Gezondheid**
- 3) Rol inwoners/patiënten
- 4) Partners (Publiek-private samenwerking)
- 5) Schaalniveau
- 6) Succesfactoren
- 7) Uitdagingen
- 8) Cruciale momenten
- 9) Mens & Maatschappij - Gezondheid & Gedrag - Ziekte & Zorg
- 10) Transitie/transformatie



**1**

Initiator  
missie/visie  
waarden

**RESPECT Wonen-Zorg-Welzijn  
Thuis in de Buurt en Lijn1**

**Zorggroep  
Syntein**

**Provincie Flevoland**

**Droom:  
Dat alle  
professionals en  
inwoners in 2020  
denken en werken  
vanuit het concept  
van Positieve  
Gezondheid en de  
zes dimensies**



# ***Gezond & Vitaal Oud(er) worden***



**Daphne Metaal**  
Gezond & Vitaal  
Oud(er) worden op  
Scheveningen-Noord

***Scheveningen-Noord***



# ***Netwerk Positieve Gezondheid Noordelijke Maasvallei***



**Odilia Kortsmit**  
Netwerk Positieve  
Gezondheid Noordelijke  
Maasvallei



# *Wel Flevoland*



**Ayse Baltaci**  
Wel Flevoland

**WEL**



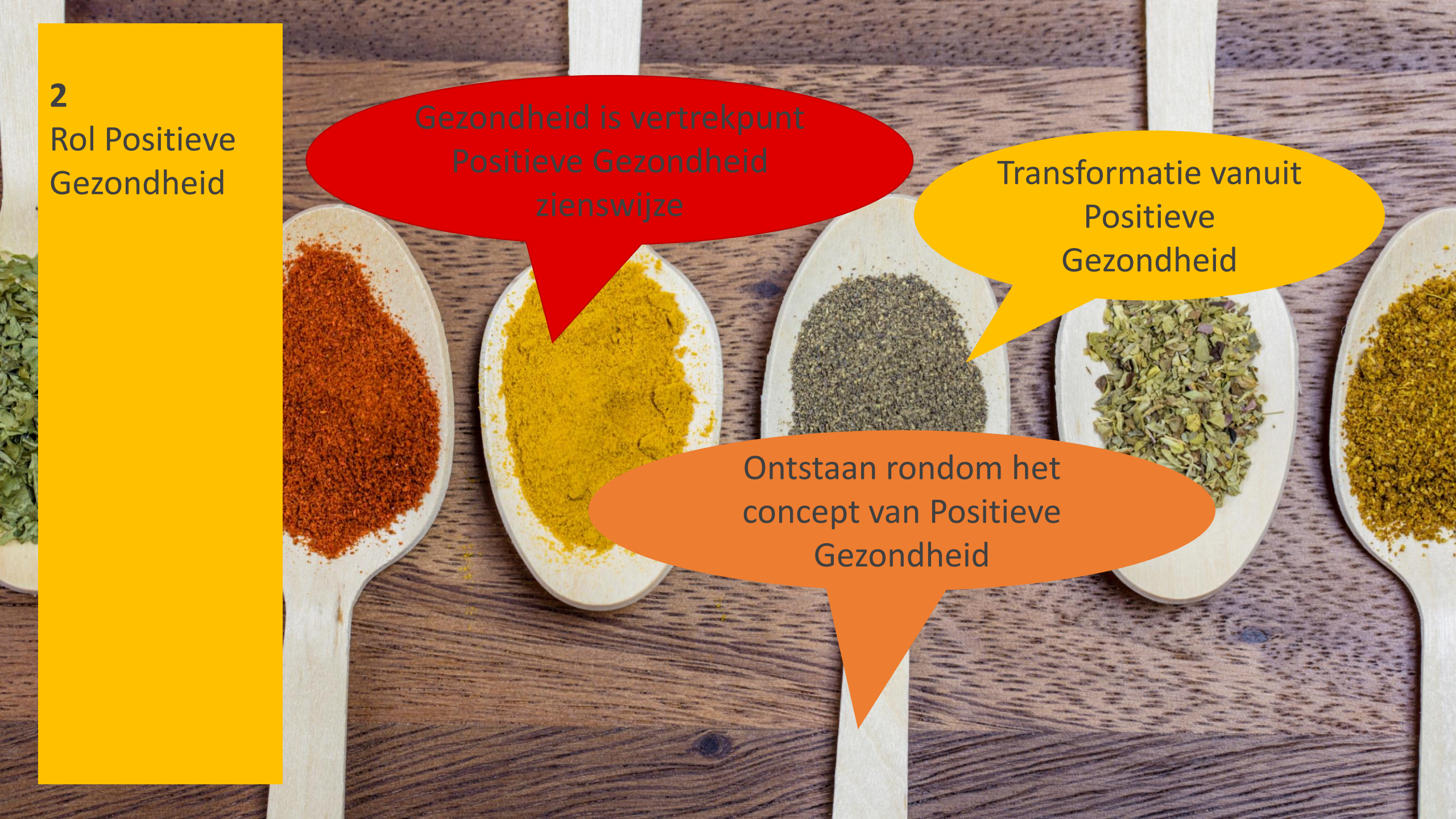
2

## Rol Positieve Gezondheid

Gezondheid is vertrekpunt  
Positieve Gezondheid  
zienswijze

Transformatie vanuit  
Positieve  
Gezondheid

Ontstaan rondom het  
concept van Positieve  
Gezondheid





3

Rol inwoners  
patiënten

Inwoners vanaf start  
aan tekentafel

Worden betrokken

Worden betrokken





4

Partners

(Publiek/private  
samenwerking)

Vanaf begin betrokken  
door Participatief  
Actieonderzoek

Eerst vooral zorg en  
welzijn steeds meer ook  
private partijen en  
onderwijs

Provincie Flevoland, GGD Flevoland,  
Staatsbosbeheer, Flever, IVN,  
Proscoop, Kunstlink Flevoland,  
Sportservice Flevoland, Flevolandse  
Patiëntenfederatie.



# Anders samenwerken

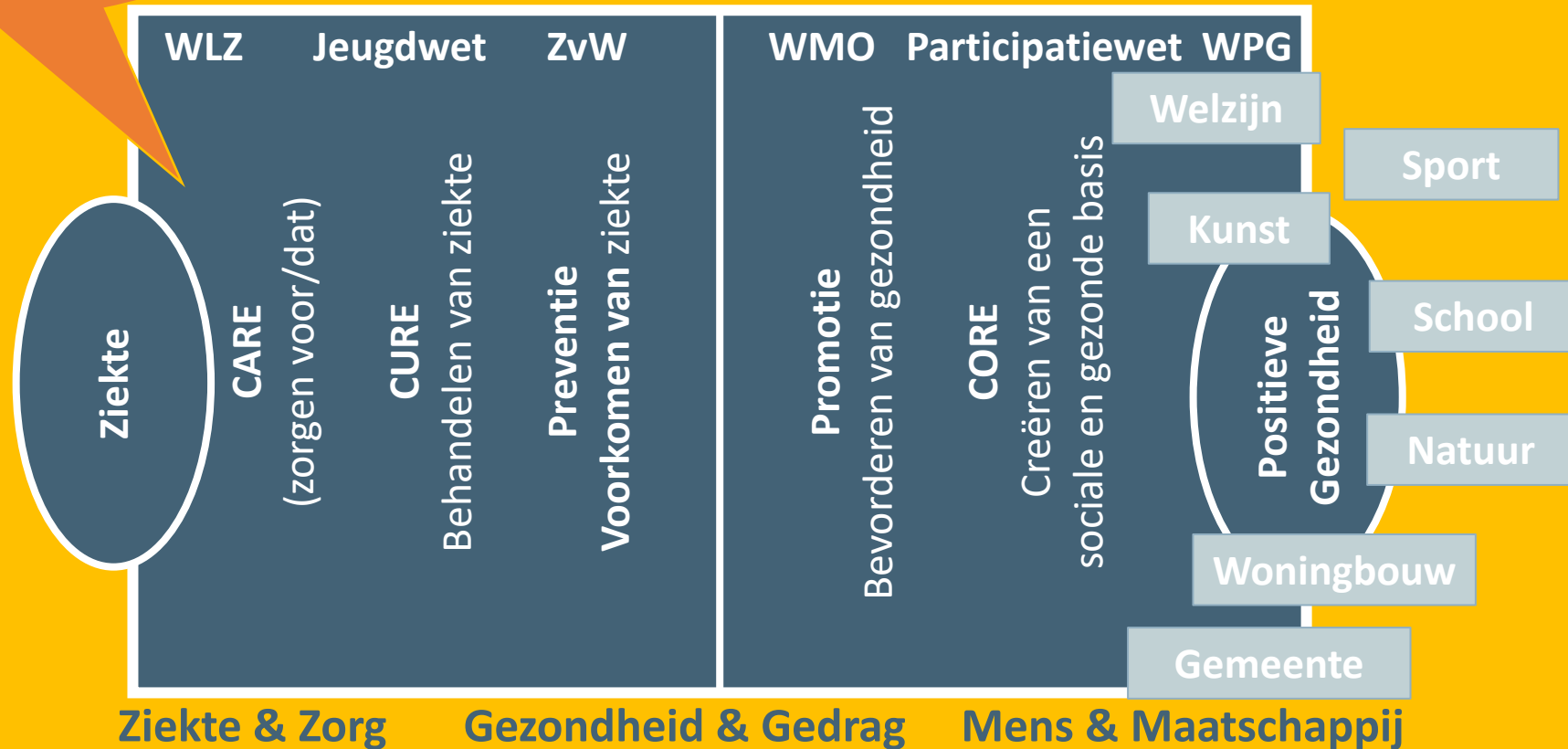
## Ander samenspel

Anders samenwerken  
Andere partners

Gezamenlijke taal

Verdedigen

Scoren





5

Schaalniveau

Lokaal /wijkeniveau

Regionaal

Provinciaal





6

## Succesfactoren

Samen onderzoeken  
community up  
aanpak

Verhaal blijven vertellen  
Doorzetten  
Enthousiaste  
ambassadeurs

Bestuurders betrokken?



7

## Uitdagingen

Hoe blijf je mensen  
meenemen, samen  
onderzoeken is  
arbeidsintensief

Hoe gedeelde  
verantwoordelijkheid  
netwerk?

Hoe betrek je  
inwoners?





8

Cruciale  
momenten

Tekenen  
intentieverklaring

Winnen van de 'make the  
move Award' in 2016  
Presentatie Jung Provincie

Enthousiaste  
(provincie)  
bestuurders



9

Mens &  
Maatschappij  
Ziekte & Zorg  
Gezondheid &  
Gedrag

Gestart vanuit Mens  
& Maatschappij

Gestart vanuit  
Gezondheid & Gedrag  
en beweging naar  
Mens & Maatschappij  
aan het maken

Gestart vanuit  
Gezondheid &  
Gedrag





10

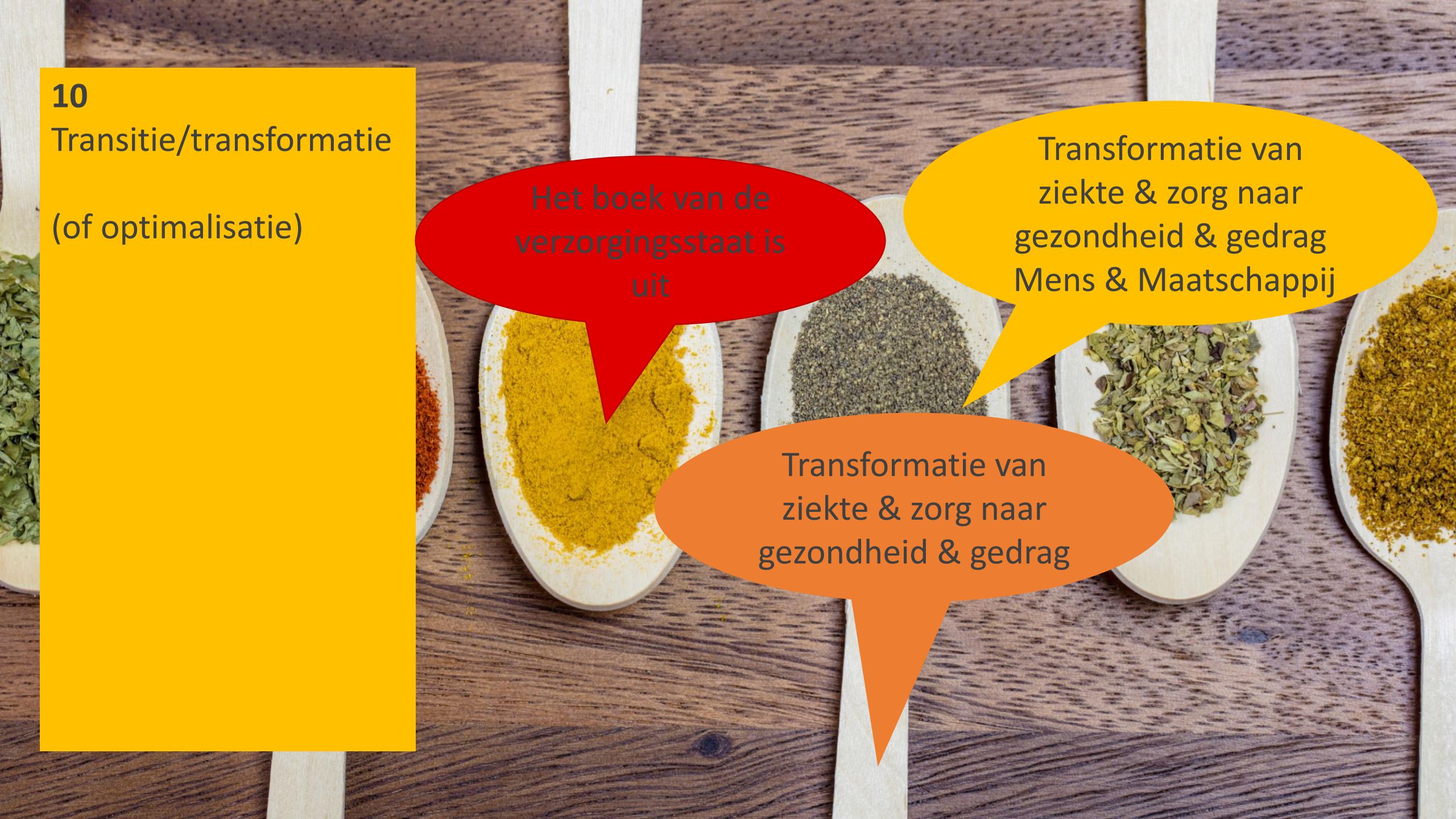
Transitie/transformatie

(of optimalisatie)

Het boek van de  
verzorgingsstaat is  
uit

Transformatie van  
ziekte & zorg naar  
gezondheid & gedrag  
Mens & Maatschappij

Transformatie van  
ziekte & zorg naar  
gezondheid & gedrag





The image shows six wooden spoons arranged horizontally on a dark wood-grain surface. Each spoon contains a different type of spice or herb. From left to right: the first spoon has finely chopped green herbs; the second has a bright orange-red powder; the third has a vibrant yellow powder; the fourth has a dark greyish-black granular substance; the fifth has dried green and purple herbs; and the sixth has a yellowish-brown powder. A bright yellow rectangular banner is superimposed over the center of the spoons, containing the text 'Andere ingrediënten?' in a bold, black, sans-serif font.

***Andere ingrediënten?***





***Welk ingrediënt neem jij mee?  
Waar ga jij mee aan de slag?***



# Meer informatie

**Odilia Kortsmit  
Syntein  
o.kortsmit@syntein.nl**

**Daphne Metaal  
Lijn1Haaglanden  
d.metaal@lijn1haagland  
en.nl**

**Margriet de Jager  
Alles is gezondheid  
margriet.de.jager@allesisgezondheid.nl**

**Ayse Baltaci  
Proscoop  
Ayse.baltaci@proscoop.nl**

**Chantal Walg  
Anders Gezond  
Chantal@andersgezond.nu**



## Positief ouder worden

# Actieonderzoek 'Gezond & Vitaal oud(er) worden

Op een fijne manier oud worden gaat over meer dan een gezond lichaam. Het gaat om het totaalplaatje van je leven. Om de dingen die goed gaan. Die nog wél kunnen. De dingen die je het gevoel geven van betekenis te zijn. En dat is precies waar Positieve Gezondheid om draait. Want door de focus te verleggen, kan een mens zich al een stuk beter voelen. Om het actieonderzoek 'Gezond & Vitaal oud(er) worden op Noordelijk Scheveningen' meer bekendheid te geven en wijkbewoners op te roepen mee te doen, vindt er op 17 maart een informatiebijeenkomst plaats, in de Ichthuskerk, Duinkerkestraat 9.

Positieve Gezondheid als uitgangspunt voor een gezonde en vitale woongemeenschap waar het prettig oud(er) worden is. Dat is wat professionele zorgorganisaties samen met de wijkbewoners willen bereiken in Noordelijk Scheveningen.

"Hoe dat moet, wat belangrijk is, wat er nodig is, wat wijkbewoners zelf kunnen bijdragen en hoe zorg- en welzijnsinstanties kunnen anticiperen, brengen we in kaart met een actieonderzoek", vertelt Daphne Metaal. Zij is vanuit Lijn1 Haaglanden betrokken bij het actieonderzoek.

"We werken samen met professionele zorgorganisaties in de wijk zoals Respect, Cardia, Saffier en de huisartsencoöperatie én natuurlijk met de wijkbewoners zelf. Daarom zijn wij blij dat organisaties zoals Thuis



Foto: Eric van Nieuwland

in de Buurt en de Bewonersvereniging Noordelijk Scheveningen ook aanhaken. Juist in het samenbrengen van al die diverse perspectieven zit de winst."

### Informatiebijeenkomst

Om het actieonderzoek 'Gezond & Vitaal oud(er) worden op Noordelijk Scheveningen' meer bekendheid te geven en wijkbewoners op te roepen mee te doen, vindt er op 17 maart een informatiebijeenkomst plaats. Tijdens deze bijeenkomst zullen Daphne Metaal van Lijn1 en Adrie van den Hoek, voorzitter Cliëntenraad Respect en ook betrokken bij het actieonderzoek, het

gedachtegoed 'Positieve Gezondheid' verder toelichten en uitleggen hoe dat de basis kan vormen voor een gezonde en vitale woongemeenschap.

Iedereen kan op zijn of haar eigen manier een bijdrage leveren. "Bij Positieve Gezondheid kijk je naar alle aspecten van je leven", vertelt Adrie. "Je kijkt niet alleen hoe het lichamelijk met je gaat, maar ook hoe je dagelijks functioneert. Of je nog meedoet en wat je kwaliteit van leven is en hoe het geestelijk gaat. Weet je: iedereen mankeert wel eens iets. Maar je bent niet je aandoe-ning. Je bent zo veel meer."

### Ideeën verzamelen

Met het actieonderzoek gaan we ideeën verzamelen hoe wijkbewoners samen met professionals kunnen bouwen aan een gezond en vitaal Noordelijk Scheveningen "Mensen realiseren zich soms niet hoe leuk en bijzonder hun inzichten en ideeën zijn", weet Daphne.

"En hoeveel dat ook voor andere wijkbewoners kan betekenen. We willen daarom echt van de wijkbewoners zelf horen hoe zij tegen dingen aankijken. Al die behoeften, inzichten en ideeën voegen we samen. Daarna kijken we met de wijkbewoners, zorg- en welzijnsinstellingen en andere betrokkenen wat er mogelijk is. Wat we sámen kunnen doen om de levens van zoveel mogelijk ouderen in de wijk een positieve draai te geven."

### Meld u aan!

Wilt u meepraten en meedenken over gezond en vitaal oud(er) worden op Scheveningen Noord en meer weten over Positieve Gezondheid en het actieonderzoek, kom naar de informatiebijeenkomst op donderdag 17 maart a.s. van 14.00 tot 16.00 uur in de Ichthuskerk, Duinkerkestraat 9.

Iedereen die geïnteresseerd is, is van harte welkom. Graag vooraf aanmelden: [info@thuisindebuurt.org](mailto:info@thuisindebuurt.org) of telefoonnummer 06-29522013. Laat u uw naam en telefoonnummer achter als u de voicemail krijgt.



# Positief ouder worden

Op een fijne manier oud worden gaat over meer dan een gezond lichaam. Het gaat om het totaalplaatje van iemands leven. Om de dingen die goed gaan. Die nog wel kunnen. De dingen die zingeven of mensen het gevoel geven van betekenis te zijn. En dat is precies waar Positieve Gezondheid om draait. Want door de focus te verleggen, kan iemand zich al een stuk beter voelen.

## Iedereen mankeert wel eens iets

'Bij Positieve Gezondheid kijk je naar alle aspecten van je leven', vertelt Adrie van den Hoek, die als voorzitter van de Cliëntenraad Wijkzorg Respect betrokken is bij het actieonderzoek. 'Je kijkt hoe het lichamelijk gaat, maar ook hoe je dagelijks functioneert. Of je nog meedoet en wat je kwaliteit van leven is. Hoe het geestelijk gaat en of er sprake is van zingeving. Als het op de meeste vlakken van je leven goed gaat, krijgt lichamelijke gezondheid minder aandacht. Dan voelt dat minder zwaar. Weet je: iedereen mankeert wel eens iets. Maar je bent niet je aandoening. Je bent zoveel meer.'

“ Je bent niet je aandoening, je bent zoveel meer ”

## Scheveningen Noord

Daphne Metaal besteedt vanuit Lijn1 aandacht aan het gedachtegoed van Positieve Gezondheid. 'Door mensen bewust te maken van alles wat er al in de wijk is en gezondheid



Voorzitter cliëntenraad Wijkzorg Respect  
Adrie van den Hoek.

als vertrekpunt te nemen, krijgen we een goed beeld hoe we samen gezond en vitaal ouder kunnen worden op Scheveningen Noord. We werken daarom samen met organisaties in zorg en welzijn, zoals onder andere Respect, én met de wijkbewoners zelf. We brengen in kaart hoe verschillende mensen en partijen dat gezond ouder worden voor zich zien. Want een huisarts, een ambtenaar op het stadsdeel of de lokale kapper heeft daar andere ideeën over dan een zorginstelling of wijkbewoner. Juist in het samenbrengen van al die diverse perspectieven zit de winst.'

## Interviews door en met wijkbewoners

'Om een zo goed mogelijk beeld te krijgen, volgen sommige bewoners uit Scheveningen-Noord een interviewtraining', aldus Daphne. 'Daarna gaan ze hun mede-wijkbewoners interviewen. Hoe kijken zij naar gezond oud worden in deze wijk? Wat kunnen ze zelf doen? Wat hebben zij nodig? Waar hebben ze behoefte aan? Meer ook: welke ideeën hebben ze? Welke talenten, passies en hobby's hebben ze? En waarmee kunnen ze zelf een bijdrage leveren?'



In het midden: Daphne Metaal van Lijn 1  
Foto: Eric van Nieuwland

## Ideën verzamelen

'Mensen realiseren zich soms niet hoe leuk en bijzonder hun inzichten en ideeën zijn,' weet Adrie. 'En hoeveel dat ook voor

“ We willen het van de wijkbewoners zelf horen ”

andere wijkbewoners kan betekenen. We willen daarom echt van de wijkbewoners zelf horen hoe zij tegen dingen aankijken.

Al die behoeften, inzichten en ideeën voegen we samen. In de loop van volgend jaar kijken we dan met wijkbewoners, zorg- en welzijnsinstellingen en andere betrokkenen wat er mogelijk is. Wat we samen kunnen doen om de levens van zoveel mogelijk ouderen in de wijk een positieve draai te geven.'

## Doet u mee?

Wilt u zelf ook leren interviewen en wijkbewoners interviewen over hun behoeften en ideeën voor gezonde en vitale toekomst? Of zou u het leuk vinden geïnterviewd te worden? Neem dan contact op met Adrie Van den Hoek, via telefoonnummer 06 21 65 67 22. Laat u svp uw naam en telefoonnummer achter als u de voicemail krijgt?



## Hoe kunnen we met plezier ouder worden op Scheveningen Noord?

We horen graag hoe je hierover denkt!

Wanneer voel je je gezond en vitaal?  
Wat kun je zelf doen en waarvoor heb je anderen nodig?  
En hoe realiseren we met elkaar de ideale wijk om  
plezierig en prettig oud(er) te worden?



### **This in de Buurt en aanbieders van zorg en welzijn gaan samen met wijkbewoners op onderzoek uit.**

**Hoe?** Wijkbewoners gaan met wijkbewoners in gesprek. Op straat, tijdens een groepsbijeenkomst of met een kop koffie op het terras. In die gesprekken delen we ervaringen, wisselen ideeën uit over verbeterpunten, onderzoeken wat we zelf kunnen bijdragen en hoe we elkaar kunnen helpen.



Dankzij deze gesprekken snappen wij beter wat er nodig is in onze wijk om gezond en plezierig oud te worden. Met elkaar geven we daar verder vorm aan.

### **Wil je meer informatie of meedoen?**

Neem contact op met Ria Roelands  
info@thuisindebuurt.org of 06- 5369 1584

