



Lage SES en gezond gedrag

Een plan van aanpak voor de gemeente Coevorden in de wijken

Lootuinen en Poppenhare

Annemieke Visser (Toegepast GezondheidsOnderzoek)

Tanneke Lyppens (Social Envoy)

Paulien van Amerongen (Social Envoy)

Uitgave

Platform31
Den Haag, februari 2019

Auteurs: Annemieke Visser, Tanneke Lyppens en Paulien van Amerongen
Redactie: Platform31

Platform31

Kennis- en netwerkorganisatie Platform31 ziet de trends in stad en regio. We verbinden beleid, praktijk en wetenschap rondom actuele vraagstukken en komen tot een aanpak waarmee bestuurders, beleidsmakers en uitvoerders direct aan de slag kunnen. De oplossingen houden we niet voor onszelf: iedereen profiteert mee van de resultaten.

Postbus 30833, 2500 GV Den Haag
www.platform31.nl

Hoewel grote zorgvuldigheid is betracht bij het samenstellen van dit rapport, aanvaarden Platform31 en de betrokkenen geen enkele aansprakelijkheid uit welke hoofde dan ook voor het gebruik van de in deze publicatie vermelde gegevens. Alles uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar worden gemaakt mits de bron wordt vermeld.

Voorwoord

Na twee succesvolle rondes startte in het najaar van 2016 het experimentenprogramma Derde ronde Bevolkingsdaling (2016-2019). In opdracht van het ministerie van Binnenlandse Zaken en Koninkrijksrelaties (BZK) begeleidt Platform31 zeven experimenten gericht op het behouden van de leefbaarheid in krimpgebieden en een betere afstemming van de vraag en het aanbod van woningen, voorzieningen en werkgelegenheid.

In een van de experimenten staat het huisartsensamenwerkingsverband Coevorden-Dalen (HasCoDa) centraal. Al in 2014 namen de huisartsen van de stad Coevorden en Dalen het initiatief voor een traject dat moet leiden tot een toekomstbestendig en kwalitatief hoogwaardige zorgverlening in de regio. Er vinden immers grote veranderingen plaats in de Nederlandse gezondheidszorg en de effecten daarvan zullen in een anticiperregio als de gemeente Coevorden extra voelbaar zijn. De gemeente Coevorden zelf heeft in 2017 het beleidsplan sociaal domein 'Samen Krachtig' vastgesteld, waarin zij schetst hoe zij aankijkt tegen de ontwikkelingen binnen het sociaal domein en wat de ambities voor de komende jaren zijn. Preventie is daarin een van de belangrijke speerpunten. Het ontwerp van het huisartsensamenwerkingsverband Coevorden-Dalen én het beleidsplan van de gemeente Coevorden vormen een prachtig fundament voor het realiseren van een aantal samenvallende doelen, zoals het verbeteren van de gezondheid van mensen met een lage sociaaleconomische status, het verhogen van de kwaliteit van leven en zorg en het tegelijkertijd beheersen van de kosten.

De gemeente Coevorden kent een relatief hoog aandeel bewoners met een lage sociaaleconomische status (SES). In het streven van HasCoDa naar een verbetering van de gezondheid van de bevolking vormen de bewoners met een lage SES een bijzondere groep. Vaak vinden gemeenten en (zorg)professionals het lastig om in contact te komen met inwoners met een lage SES. En als men de inwoners met een lage SES weet te bereiken, dan is het ook de vraag hoe zij die inwoners het beste kunnen betrekken bij bijvoorbeeld het uitwerken van acties of interventies en de uitvoering daarvan. Om hierop meer grip te krijgen, ontstond de volgende onderzoeksvraag: hoe kunnen lage SES-groepen in Coevorden en Dalen gestimuleerd of gemotiveerd worden tot gezond gedrag?

3

In het door TGO en Social Envoy uitgevoerde actieonderzoek – een combinatie van kennis opdoen en deze kennis tegelijk omzetten in verandering van de praktijk – stonden twee doelen centraal:

1. Het verkrijgen van globaal inzicht in de bestaande kennis over manieren om het gezonde gedrag van inwoners (jongeren en ouderen) met een lage SES te bevorderen.
2. Het schrijven van een (breed gedragen) plan van aanpak voor het bevorderen van de gezondheid van de eerdergenoemde groep, op basis van wetenschappelijke en vakliteratuur en in samenwerking (cocreatie) met inwoners, hun netwerk, professionals en beleidsmakers.

In deze notitie zijn de belangrijkste bevindingen van het actieonderzoek samengevat. Het volledige plan van aanpak staat in het rapport 'Samenspel: Het verbinden van vier perspectieven op langer leven in goede gezondheid in Poppenhare en Lootuinen'. De financiering van het onderzoek is mogelijk gemaakt door het ministerie van BZK en de gemeente Coevorden.

Ruud Dorenbos (Platform31)
Marian Kielema (gemeente Coevorden)

Samenvatting

Hoe kunnen inwoners van de gemeente Coevorden in de wijken Lootuinen en Poppenhare met een lage SES worden gestimuleerd en gemotiveerd tot gezond gedrag? Om hierop antwoord op te geven, hebben TGO en Social Envoy een actieonderzoek uitgevoerd. Dit soort onderzoek is een combinatie van kennis opdoen en deze kennis tegelijk omzetten in verandering in de praktijk. In het actieonderzoek stonden twee doelen centraal:

1. Het verkrijgen van een globaal inzicht in de bestaande kennis over manieren om het gezonde gedrag van inwoners (jongeren en ouderen) met een lage SES te bevorderen.
2. Het schrijven van een (breed gedragen) plan van aanpak voor het uitvoeren van een project gericht op het bevorderen van de gezondheid van de eerdergenoemde groep, op basis van wetenschappelijke en vakliteratuur en in samenwerking (cocreatie) met inwoners, hun netwerk, professionals en beleidsmakers.

Deze samenvattende notitie van het rapport 'Samenspel: Het verbinden van vier perspectieven op langer leven in goede gezondheid in Poppenhare en Lootuinen' beschrijft de aanpak, de belangrijkste inzichten en de aanbevelingen.¹

Aanpak:

- In onze aanpak bij het streven naar een duurzame verbetering van de gezondheid van mensen combineren we drie soorten kennis; wetenschappelijke, praktijk- en ervaringskennis.
- Binnen dit project zetten we de behoeften en mogelijkheden van alle betrokkenen centraal en plaatsen deze naast wetenschappelijke kennis.
- We streven een samenspel na tussen kennis vergaren en een proces om te komen tot duurzame verandering. Het gaat hierbij om een kort cyclisch proces met een duidelijke stip op de horizon. Om tot die stip te komen, is speelruimte nodig om te experimenteren en te ontdekken wat nodig is.

4

Perspectief inwoners

Om het plan van aanpak te kunnen schrijven vanuit de behoefte van de inwoners kozen we voor aansluiting bij een bestaand initiatief in de wijk, namelijk kookworkshops. Deze manier bood de mogelijkheid om op een laagdrempelige manier een inkijkje in de leefwereld van de inwoners te krijgen. We onderzochten de mogelijkheden op het gebied van attitude, de leerwensen en de kracht van het eigen netwerk.

Tijdens de kookworkshops brachten we de volgende aspecten in om te onderzoeken wat gezondheid betekent en welke mogelijkheden er zijn: het verkennen van nieuwe smaken, deelnemers in hun kracht zetten, zorgdragen voor voldoende voedsel en vanuit gelijkwaardigheid samenwerken.

De kookworkshops leverden onder andere de volgende inzichten op:

- Het is fijn wonen in Poppenhare en Lootuinen
- De vrouwen zijn de spil in het gezin en de wijk

¹ In deze samenvattende notitie wordt kort ingegaan op het perspectief van bewoners, professionals en wetenschap. Tijdens het bespreken van alle opgehaalde inzichten werd duidelijk dat er een vierde perspectief toegevoegd moet worden om het resultaat duurzaam te borgen, namelijk het perspectief van beleidsmakers (voor de invloed en het beïnvloeden van politieke en beleidsmatige keuzes). Dit perspectief wordt meegenomen in het plan van aanpak, maar is op dit moment (februari 2019) nog niet verder onderzocht.

- De wil om vanuit interesse bezig te zijn is groot
- Geldzorgen verstarren een proactieve houding
- Er is beperkte kennis over voedsel en eten bereiden
- Er is veel aandacht voor een andere leefstijl

Op basis van de kookworkshops lijkt er veel gezondheidspotentieel te zijn. De deelname aan de kookworkshops heeft de deelnemers en gezinnen geactiveerd anders te koken. De gesprekken tijdens de kookworkshops laten ook een beeld zien van de complexe omstandigheden waaronder mensen leven. Het netwerk binnen de wijken is sterk, waardoor een sneeuwbaaleffect ontstaat waarin informatie wordt gedeeld.

Perspectief professionals

In de wijken Poppenhare en Lootuinen zijn professionals vanuit verschillende partijen werkzaam of betrokken bij het inrichten van de wijk en/of het dagelijks leven van de inwoners. Om alle kennis, ideeën, meningen, acties en initiatieven goed in kaart te brengen, is contact met alle professionals belangrijk. Via interviews, het bijwonen van bijeenkomsten en een werksessie hebben we kennis en informatie opgehaald rondom de volgende vragen:

- Wat is volgens de professionals de belangrijkste uitdaging bij het verbeteren van de gezondheid voor de inwoners van Poppenhare en Lootuinen?
- Welke initiatieven in eerdere fasen hebben gewerkt? Welke niet? En wat is de rol van de verschillende professionals hierin?

Uit de gesprekken met professionals en vrijwilligers kwamen onder andere de volgende inzichten naar voren:

- Veiligheid is een belangrijk thema.
- Vrijwilligers hebben een grote impact op inwoners.
- Een kapstok voor gezondheid ontbreekt.
- Een uitdaging is het aansluiten en samenwerken met elkaar en inwoners.
- Succesvolle initiatieven ontstaan vanuit een vraag van de inwoners en kunnen worden gerealiseerd met subsidie.

Veel professionals en instanties zijn betrokken bij de wijken en er worden veel initiatieven ontplooid. Ook wordt er geëxperimenteerd met inwonersparticipatie en dit krijgt steeds meer handen en voeten. Alleen de omstandigheden in de wijk zijn complex en contact krijgen met inwoners wordt als lastig ervaren. De uitdaging is om inwoners vroegtijdig te betrekken en de taal op elkaar af te stemmen, zodat de behoefte helder wordt. Dan kunnen ook de initiatieven beter op elkaar afgestemd worden.

Perspectief wetenschap

In het onderzoek is vooral gekeken naar literatuur waarmee de resultaten uit de praktijk kunnen worden geduid, onderbouwd en aangevuld – hiervoor wordt de term ‘participatief’ literatuuronderzoek gebruikt. In de literatuur wordt onder andere gepleit voor meer aandacht voor het gezondheidspotentieel, vooral van mensen met een lage SES. Het gaat dan om het verbeteren van gezond gedrag en (gezondheids)vaardigheden en dat vraagt tevens om aandacht voor de complexe wisselwerking tussen uiteenlopende factoren, zoals persoonlijke, sociale en fysieke woon-, werk- en leefomstandigheden. Ook de rol en houding van professionals, organisaties en nationale en lokale overheden is van cruciaal belang voor het optimaal benutten van dit gezondheidspotentieel. Zoals Van den Muijsenbergh (2018) in haar oratie bepleit, is een integrale benadering van belang met daarin aandacht voor de persoonlijke,

fysieke en sociale omgevingsfactoren en politieke maatregelen waarmee gezondheid structureel en duurzaam meer aandacht krijgt.²

We hebben een aantal voorwaarden/principes onderscheiden die als leidraad dienen voor het verbeteren van het gezondheidspotentieel:

- Gelijkaardigheid: het vraagt om empathie, om erkenning en acceptatie van de persoon ('gezien worden').³
- Participatie en empowerment: het actief betrekken van inwoners (community engagement) wordt aanbevolen als potentieel bruikbare strategie om gezondheid te verbeteren en gezondheidsverschillen te verkleinen.⁴
- Rol professional: bij het bevorderen van de gezondheid van mensen met een lage SES is het van belang dat professionals kennis en vaardigheden hebben of opdoen én inzetten om meer rekening te houden met de persoonlijke vaardigheden, omstandigheden en achtergrond van mensen en (leren) om op maat met hen te communiceren.⁵

Gezondheid is een begrip dat voor mensen met een lage SES vaak een andere betekenis heeft dan voor mensen met een gemiddelde of hoge SES. Aandacht voor de betekenis van gezondheid van mensen zelf is nodig om het gezondheidspotentieel te kunnen benutten. Daarnaast wordt het vermogen om aan de eigen gezondheid te werken vaak belemmerd of zelfs onmogelijk gemaakt door een gebrek aan kennis en vaardigheden⁶ en door ongunstige persoonlijke, fysieke en sociale omstandigheden. Een omgeving met empathische professionals en structurele en duurzame politieke maatregelen gericht op het verminderen van barrières en het versterken van de inwoners kan het gezondheidspotentieel verbeteren.

6

En hoe nu verder?

Het is mogelijk om met bepaalde maatregelen inwoners zich beter, gezonder of gelukkiger te laten voelen. Dat geldt voor de inwoners van de wijken Poppenhare en Lootuinen en eventuele andere wijken en dorpen in de gemeente Coevorden. Dit kan door:

- Samen met inwoners en andere betrokkenen te definiëren wat gezondheid is: wat betekent gezondheid voor inwoners? Waaruit bestaat gezondheid? Welke taal kan hiervoor worden gebruikt?
- Gezamenlijk na te denken over mogelijkheden (om het potentieel) van inwoners en andere betrokkenen om de gezondheid te verbeteren.
- Gezamenlijk de voorwaarden te bepalen die nodig zijn om de gezondheid te verbeteren.
- Gezamenlijk de doelen te definiëren en een plan te ontwikkelen.

De focus ligt hierbij op kinderen en adolescenten, aangezien veel gezondheidsproblemen bij volwassenen voortvloeien uit deze periode. Behaalde winst op jonge leeftijd beïnvloedt de verdere levensloop. Voor het uitvoeren van het plan van aanpak worden vijf fasen gevolgd. De beschreven

² Muijsenbergh, M. van den (2018). *Vershil moet er zijn!* Oratie, uitgesproken 9 maart 2018, Radboud Universiteit/het Radboud UMC. Zie ook: www.pharos.nl/wp-content/uploads/2018/10/Vershil_moet_er_zijn_oratie_Pharos.pdf.

³ Idem.

⁴ O'Mara-Eves, A., Brunton, G., Oliver, S., Kavanagh, J., Jamal, F. & Thomas, J. (2015), "The effectiveness of community engagement in public health interventions for disadvantaged groups: A meta-analysis", in: *BMC Public Health*; 2015: 15, 129.

⁵ Murugesu, L., Heijmans, M., Fransen, M. & Rademakers, J. (2018). *Beter omgaan met beperkte gezondheidsvaardigheden in de curatieve zorg. Kennis, methoden en tools*. Utrecht: NIVEL, 2018. Rademakers, J. (2014). *Kennissynthese Gezondheidsvaardigheden: niet voor iedereen vanzelfsprekend*. Utrecht: NIVEL, 2014.

⁶ Rademakers (2014). *Kennissynthese Gezondheidsvaardigheden: niet voor iedereen vanzelfsprekend*.

fasen verlopen niet lineair, maar iteratief en cumulatief. Elke fase resulteert in kennis die wordt ingezet voor het vormgeven van de volgende fase. Deze aanpak, gebaseerd op Theory U⁷ in combinatie met Design Thinking⁸, zorgt dat alle stemmen en alle niveaus kunnen participeren. Het complexe vraagstuk waar we in dit plan van aanpak voor staan, vraagt om een wezenlijke verandering.

Natuurlijk zijn ook randvoorwaarden van belang, zoals een actieve betrokkenheid van inwoners, een veranderende rol van professionals en het bij elkaar brengen van vraag en aanbod in het welzijns- en zorgaanbod. Daarnaast is het van belang om samenwerking te faciliteren tussen alle partijen. Ook moeten we draagvlak creëren onder alle betrokkenen, inclusief de inwoners, om tot veranderingen te komen. Hierbij gaat het zowel om beslissingen die mensen zelf nemen over hun eigen gezondheid als maatschappelijke beslissingen (politiek, gemeente, instellingen), rekeninghoudend met de lokale en culturele context.

Vanaf het begin van het project moet een werkwijze worden aangenomen die duurzaam inzetbaar is en geborgd wordt in het beleid van de gemeente. Vandaar ook het belang om alle partijen (inclusief de bestuurders) vanaf de start van het project te betrekken.

Schematisch wordt het stappenplan als volgt weergegeven (zie volgende pagina):

⁷ www.presencing.org/aboutus/theory-u.

⁸ designthinkingforeducators.com/design-thinking/.

DOORKIJK INUULLING STAPPENPLAN

Fase	1	2	3	4	5
Doel	Betekenis geven aan het concept 'gezondheid'	Inventariseren en kiezen van initiatieven	Leren van andere wijken - met frisse blik van buiten naar binnen kijken	Vormgeven van initiatieven	Doen
Wat	Samenbrengen van alle perspectieven, gemeenschappelijk begrip en taal. t.a.v. gezondheid, een duidelijk startpunt creëren en een gezamenlijke stip op de horizon bepalen.	Initiatieven laten aansluiten bij de behoeften van de deelnemers en eigenaarschap van de initiatieven beleggen in de wijk.	Vanuit de geselecteerde initiatieven op zoek naar voorbeelden in andere gemeenten in NL die bezocht worden om ervan te leren.	Vertalen van de opgehaalde kennis uit andere gemeenten en voorgaande stappen naar een ontwerp/ prototype dat voor iedereen toegankelijk is.	Initiatieven implementeren aan de hand van actieonderzoek waardoor een duurzame verandering tot stand komt.
Hoe	Grootschalige dialoog over gezondheid met het hele systeem/ wijk. De opzet is 8x8 mensen die samen visie ontwikkelen vanuit de huidige naar de toekomstige situatie en wat daar voor nodig is.	Inventariseren van bestaande initiatieven en bedenken van mogelijke nieuwe initiatieven door mensen persoonlijk uit te nodigen (i.p.v. een generieke uitnodiging) om mee te denken in 2-3 werksessies. Per initiatief is er een coach die helpt en ondersteunt in het proces vanuit ervaringskennis.	Alle deelnemers stappen samen in een bus voor een 'sensing journey' naar 1 of 2 gemeenten met gelijke initiatieven (uitkomst stap 2). De reistijd in de bus is een werksessie. Wat heb je gezien, geleerd, ...en hoe vertaal je dat naar de wijk.	Design Thinking Lego, waarbij er 4 stappen worden doorlopen.	Coachen van projecten. Voortgang vastleggen in foto's door jongeren, coach door professionele fotograaf/ fotocursus. Voortgangsrapportage voor alle mensen toegankelijk - nader te ontwerpen/ bepalen.
Wie	De hele wijk - multidisciplinair - ontmoet elkaar. Jeugd, professionals, moeders, domesta, burgemeester, wethouders,	Mensen uit 'stap 1' samen met anderen uit de buurt die kennis hebben over het initiatief en willen meewerken.	Teams van de initiatieven.	Teams van de initiatieven.	Samen met teams en coaches (en terugkoppeling aan mensen uit 1e sessies).