

Zelfredzaamheid en gezondheid van inwoners verbeteren



Behoeften van inwoners centraal – Westerveld in actie!

De gemeente Westerveld is al een geruime tijd bezig om de zelfredzaamheid en gezondheid van inwoners te verbeteren. In de zomer van 2015 startte in één van de kernen van de gemeente Westerveld, het dorp Wilhelminaoord een eerste werkgroep met enthousiaste inwoners en vrijwilligers van verenigingen. Na deze succesvolle pilot zijn er ook werkgroepen opgestart in dorpen: Dwingeloo, Diever, Vledder en Havelte. Deze groepen worden de 'Westerveld in actie' werkgroepen genoemd.

Het gezamenlijke doel is een gezonde leefstijl voor alle inwoners, met speciale aandacht voor kwetsbare doelgroepen. Om dit te bereiken gingen de Beweegcoaches van de gemeente eerst per gebied met de inwoners in gesprek om hun wensen en behoeften te inventariseren. Door zoveel mogelijk aan te sluiten bij de wensen van inwoners probeert de gemeente, in samenwerking met de werkgroepen per gebied, de inwoners letterlijk en figuurlijk in beweging brengen. De Beweegcoaches spelen een grote rol bij 'Westerveld in actie'. Zij zijn actief in alle werkgroepen en ondersteunen nieuwe initiatieven van de inwoners en vrijwilligers.

Wat gaat goed?

De Beweegcoach van de gemeente Westerveld vertelt enthousiast: "via een persoonlijke aanpak proberen we zoveel mogelijk inwoners te bereiken. Sleutelpersonen uit de werkgroepen hebben er extra energie in gestoken om bij eenzame mensen aan te bellen. Via een persoonlijke benadering hopen we dat zij ook in beweging komen.

We begonnen natuurlijk niet meteen over meer bewegen, maar met de eenvoudige vraag: hoe gaat het met u? Aangezien we nauw samenwerken met scholen, Jeugdsportfonds (en Jeugdcultuurfonds), verenigingen, (zorgorganisaties, sociaal team, WMO en gemeente) kunnen we snel met inwoners meedenken welke mogelijkheden er allemaal zijn in het dorp. En we benadrukken bij alles dat het leuk moet zijn. We willen inwoners laten zien dat het om het plezier gaat. Op dit moment lopen er tal van activiteiten voor inwoners. Zo zijn er verschillende wandelgroepen en er is sinds kort ook een eettafel. We kijken continu of we nog nieuwe activiteiten kunnen opzetten. Inwoners geven nu aan dat zij het leuk zouden vinden om stoelyoga of koersbal te doen en om samen te fietsen. Wij gaan dan samen met inwoners deze activiteiten echt opstarten.” Zo was er in Havelte bijvoorbeeld behoefte aan een activiteit voor mensen die gebruik maken van een scootmobiel. Daarom wordt er nu in samenwerking met de fysiotherapeut ‘Scootfit’ opgezet. De mensen gaan dan wekelijks verschillende routes rijden en tussendoor worden er (spierversterkende) oefeningen aangeboden.

Wat kan beter?

De Bewegecoach licht toe: “Het blijft moeilijk om kwetsbare inwoners te bereiken. Dit is de groep die het eigenlijk het hardst nodig heeft. Via andere inwoners proberen de werkgroepen deze mensen toch te bereiken. We hebben gemerkt dat persoonlijke benadering toch het beste werkt. Ook willen we ervoor zorgen dat in de diverse werkgroepen inwoners met een lage opleiding en/of migrantenachtergrond vertegenwoordigd zijn. Dat blijft lastig, maar daar werken we aan.”

Meer info: bewegecoaches@gemeentewesterveld.nl

Bereiken en betrekken inwoners met lage SES

Er bestaan grote gezondheidsverschillen in Nederland. Als we niets doen, dan worden deze verschillen alleen maar groter. Over het algemeen geldt dat mensen met een lage sociaal-economische status (SES) vaker een slechte gezondheid hebben dan mensen met een hoge sociaal-economische status. Laagopgeleiden, ouderen en inwoners met een migrantenachtergrond zijn sterk vertegenwoordigd binnen deze groep.

Het bereiken en betrekken van deze groepen in het zorgstelsel draagt bij aan het terugdringen van gezondheidsverschillen. Pharos wil de participatie en eigen rol van laagopgeleiden en migranten in het zorgstelsel versterken. Dat lukt alleen als inwoners in dit proces een rol vervullen. De hoofdrol zelfs.

Inwoners centraal bij aanpak gezondheidsachterstanden

Inwoners staan centraal bij de aanpak van gezondheidsachterstanden. Iedere gemeente betreft inwoners op eigen wijze, afhankelijk van de lokale context en behoeften. Door hen bijvoorbeeld actief te betrekken bij de ontwikkeling van plannen of hen te stimuleren deel te laten nemen aan activiteiten in de buurt. Of activiteiten mogelijk maken met GIDS-gelden. Maar hoe begin je daarmee? Hoe bereik je deze inwoners? En hoe pak je dit samen aan? Pharos biedt praktische handvatten, goede voorbeelden, een training en een checklist die u ondersteunen, stimuleren en inspireren.

[Meer over Bereiken en betrekken inwoners vind je op de Pharos website](#)



Arthur van Schendelstraat 600
2^e etage Utrecht
030 234 98 00
www.pharos.nl

Gezondheid en kwaliteit van zorg voor iedereen