

Highlights aankomende publicatie 2023 over werkzame elementen valpreventie

Binnenkort verschijnt de publicatie 'Valpreventie voor ouderen met een lage sociaal-economische status (SES) en/of migratieachtergrond' op de website www.veiligheid.nl. Deze publicatie komt voort uit een samenwerking van VeiligheidNL en Pharos in het kader van het FRIEND project aan de HU. De publicatie geeft inzicht in de stand van kennis over de relatie tussen lage SES groepen en vallen en biedt aanknopingspunten voor het verbeteren van de implementatie van een valpreventie aanpak voor deze doelgroepen.

Ouderen met een lage sociaal-economische status (SES) en/of een migratieachtergrond lopen mogelijk een hoger risico om ten val te komen. Van deze groep is bekend dat zij gemiddeld een slechtere gezondheid hebben in vergelijking met leeftijdsgenoten met een hoge SES. Daarnaast weten we dat interventies vaak niet goed aansluiten bij de belevingswereld en mogelijkheden van mensen met een lage SES en/of migratieachtergrond.

De publicatie is geschreven voor oa interventie-ontwikkelaars en beleidsmedewerkers die valpreventie interventies willen toepassen en/of (door)ontwikkelen. Hieronder volgt een verkorte weergave met enkele van de in totaal 7 werkzame elementen die ertoe bijdragen dat valpreventie interventies meer geschikt zijn voor ouderen met een lage SES en/of migratieachtergrond en hen beter bereikt.

Werkzaam element 'Zorg voor goede deskundigheid van de professional'

Zorg binnen een valpreventie aanpak voor goede deskundigheid van de professional als het gaat om de bewustwording van de karakteristieken van de doelgroep en hoe dit de uitvoer van de interventie mogelijk beïnvloedt. Elkaar begrijpen is essentieel om een goede aansluiting te vinden en om de ouderen mee te krijgen, van het signaleren van een verhoogd valrisico tot aan het aanbieden van valpreventieve interventies. Laat professionals een training '[cultuursensitief handelen](#)' volgen. Een dergelijke [training](#) biedt professionals handvatten om rekening te houden met culturele factoren in het professionele handelen. Betrek ook instanties die expertise hebben over de eigenschappen van de doelgroep zoals stichting MEE (licht verstandelijk beperkt en laaggeletterdheid)/Pharos ([beperkte gezondheidsvaardigheden](#) & [laaggeletterdheid/cultuursensitief werken](#))/NOOM (ouderen met een migratieachtergrond)/stichting ABC (laaggeletterdheid).

Ouderen met een lage SES en/of een migratieachtergrond zijn de Nederlandse taal soms minder machtig. De communicatie moet op het juiste taalniveau en in de juiste modus worden aangeboden. Dit vraagt om training in communicatievaardigheden. Ga bijvoorbeeld na wat de persoon begrepen heeft middels de '[terugvraagmethode](#)' (Pharos, 2021). Het werkzame element 'Zorg voor passende communicatie' gaat dieper in op deze aangepaste communicatie voor de lage SES doelgroep. In het kader van deskundigheidsbevordering is het aan te raden om professionals een training te laten volgen over communicatievaardigheden passend bij de doelgroep (bijvoorbeeld hoe te communiceren met laaggeletterden). Het activeren van de lage SES doelgroep om deel te nemen aan bijvoorbeeld een beweeginterventie blijkt soms lastig. Het kan helpen om meer coachend te werk te gaan bij deze doelgroep. Een training motiverende gespreksvoering kan van nut zijn hiervoor.

Werkzaam element 'Heb aandacht voor de persoon en kijk verder dan alleen valpreventie'¹

Soms is het noodzakelijk om eerst andere problematiek aan te pakken voordat een oudere met lage SES en/of een migratieachtergrond openstaat voor deelname aan een valpreventieve interventie. Door sociale, financiële of gezinsproblemen hebben zij minder aandacht voor hun gezondheid. Wanneer er in de werving en signalering voor valpreventie geen aandacht is voor deze factoren kan dat ertoe leiden dat ouderen niet bereikt worden of zich niet gehoord voelen en daarom niet (willen) deelnemen aan de interventie. Het is dan ook belangrijk om verder te kijken dan alleen valpreventie.

Door samen te werken, door te verwijzen of aan te sluiten bij ander aanbod of diensten versterkt u elkaar en de effectiviteit van interventies. Neem de tijd voor het opbouwen van samenwerkingsrelaties. Ga na wie onderdeel uitmaken van het systeem van familie en (religieuze) gemeenschap. De gezondheidsmakelaar kan hier een verbindende rol in spelen. Meer [informatie](#) hierover.

Werkzaam element 'Betrek de doelgroep in alle fases van de interventieontwikkeling en/of doorvertaling'²

Hoe beter een aanpak aansluit bij de belevingswereld en niveau van de doelgroep, hoe groter de bereidheid tot deelname en de therapietrouw is. Door het vroegtijdig betrekken van partijen met expertise over de doelgroep, maar ook mensen uit de doelgroep zelf, kunnen drijfveren en mogelijke knelpunten in kaart gebracht worden en vertaald worden naar concrete aanpassingen. Deze [co-creatie](#) is belangrijk om inzicht te krijgen in wat de doelgroep belangrijk vindt, waar je vervolgens in de opzet van de interventie ook rekening mee kunt houden. Zo kan beter worden aangesloten bij de belevingswereld, taal, sociale normen, cultuur en de leefsituatie. Met kwalitatief onderzoek kan achterhaald worden welke factoren er spelen en belangrijk zijn. Zo kunnen bepaalde situaties, gewoonten of tradities worden gebruikt als voorbeeld voor valsituaties of juist als aanknopingspunt om in gesprek te gaan met de doelgroep. Gebruik herkenbare situaties uit het dagelijkse leven om de doelgroep beter aan te spreken. Zo is uit balans raken en vallen tijdens het voeten wassen in de wasbak voor het bidden, een typisch voorbeeld van een valsituatie bij ouderen die geregeld een moskee bezoeken (Cinar et al., 2018).

Werkzaam element 'Zorg voor passende communicatie'

[Materialen](#) maken een interventie zichtbaar en tastbaar, zowel voor de cursisten als cursusleiders. In valpreventieve aanpakken worden vaak materialen gebruikt, zoals flyers en cursushandleidingen, maar ook als onderdeel van voorlichting. Vaak sluiten deze niet aan bij de taal- en gezondheidsvaardigheden van ouderen met een lage SES en/of migratieachtergrond en is het maken van aanpassingen dus essentieel. Testen van materialen met de doelgroep

¹ Dit werkzame element komt deels overeen met het tweede werkzame element in de publicatie 'Gezondheid en kwaliteit van zorg voor iedereen | Wat maakt het verschil?' Zie voor meer informatie: <https://www.pharos.nl/kennisbank/gezondheid-en-kwaliteit-van-zorg-voor-iedereen-wat-maakt-het-verschil/>

² Dit werkzame element komt deels overeen met het eerste werkzame element beschreven in de publicatie 'Gezondheid en kwaliteit van zorg voor iedereen | Wat maakt het verschil?'. Zie voor meer informatie: <https://www.pharos.nl/kennisbank/gezondheid-en-kwaliteit-van-zorg-voor-iedereen-wat-maakt-het-verschil/> En het eerste werkzame element in de publicatie 'Eenzaamheidsinterventies'. Zie voor meer informatie: <https://www.pharos.nl/kennisbank/eenzaamheidsinterventies/>

gedurende de interventie (door)ontwikkeling is nodig. Taalambassadeurs van [stichting ABC](#) kunnen hier een rol in spelen. Ook kun je het [Voorlichtingsmateriaal Beoordelingsinstrument](#) benutten om materialen aan te passen.

Een goede aansluiting van de communicatie- en voorlichtingsmaterialen bij het niveau en belevingswereld van de deelnemers maakt het voor hen makkelijker om de geboden informatie te begrijpen en erdoor geïnspireerd en gemotiveerd te raken en te blijven.

Maak vitaal ouder worden voor iedereen mogelijk!

Mensen met een lage SES en/of migratieachtergrond hebben al op jongere leeftijd te maken met één of meer chronische aandoeningen. Mensen met enkel basisonderwijs of vmbo overlijden gemiddeld al ruim voor hun 80e (77 jaar mannen, 81 jaar vrouwen). Ook ervaren zij hun gezondheid al eerder als minder goed, namelijk al met 57 jaar, terwijl dit bij mensen met een hbo of universitaire opleiding pas bij hun 72ste jaar is. Uit de literatuuranalyse komt naar voren dat een slechtere gezondheid direct gerelateerd is aan een verhoogd valrisico. Dit maakt het aannemelijk dat ouderen met een lage SES en/of migratieachtergrond een verhoogd valrisico hebben.

Mensen met weinig inkomen, een lage opleiding of een migratieachtergrond hebben grote kans op een slechtere gezondheid. Deze groep profiteert tot nu toe het minst van interventies gericht op het verbeteren van hun gezondheid. Deze interventies sluiten vaak niet voldoende aan bij hun mogelijkheden en leefwereld.

Het is echter zeker mogelijk om interventies te ontwikkelen die wél aansluiten en gebruikt worden. Dit vergt specifieke aandacht voor de werkzame elementen met betrekking tot een lage SES en/of migratieachtergrond. Bovenstaande werkzame elementen worden in de publicatie 'Valpreventie voor ouderen met een lage sociaal-economische status (SES) en/of migratieachtergrond', samen met de overige drie, uitgebreider weergegeven.

De inhoud van de publicatie is gebaseerd op wetenschappelijke literatuur, white-papers, factsheets, voorbeelden uit de praktijk en een analyse van interventie-beschrijvingen waaronder valpreventie interventies maar ook interventies op andere thema's, zoals eenzaamheid.

Heeft u vragen? Neem contact op met

- VeiligheidNL: info@veiligheid.nl
- Jennifer van den Broeke, senior projectleider Pharos: j.vandenbroeke@pharos.nl