

# Handreiking

## Positieve Gezondheid in het gemeentelijk domein

De aandacht voor Positieve Gezondheid binnen het gemeentelijk domein groeit. Vrijwel alle gemeenten noemen Positieve gezondheid in hun beleidsnota. Begrijpelijk. Gemeenten zien in Positieve Gezondheid een kans om tot een geïntegreerd beleid te komen, de verbinding te leggen tussen de verschillende deelgebieden, zoals wonen, jeugd en armoedebestrijding. Ook in de interactie met burgers kan Positieve Gezondheid veel betekenen, niet alleen uitgaan van de (hulp)vraag, maar breder kijken naar de vraag achter de vraag. Maar wat betekent het voor de gesprekken die je met burgers voert? En waar moet je rekening mee houden als je het gedachtegoed wilt implementeren? Daarover gaat deze notitie, die tot stand is gekomen in samenwerking met diverse gemeenten in Limburg.

## Wat is de kern van het gedachtegoed Positieve Gezondheid?

Mensen zijn niet hun beperking of aandoening. Toch leggen we vaak wel meteen de nadruk daarop. Positieve Gezondheid kiest een andere blik. Het accent ligt niet op ziek zijn of het hebben van een beperking, maar op de mens zelf. Wat helpt om iemand veerkrachtiger te maken, zijn/haar leven betekenisvol te maken en zoveel als mogelijk eigen regie te voeren. Een brede benadering die mensen kan helpen om zowel op fysiek, emotioneel en sociaal vlak, met de uitdagingen van het leven om te kunnen gaan.

### Hoe werkt het?

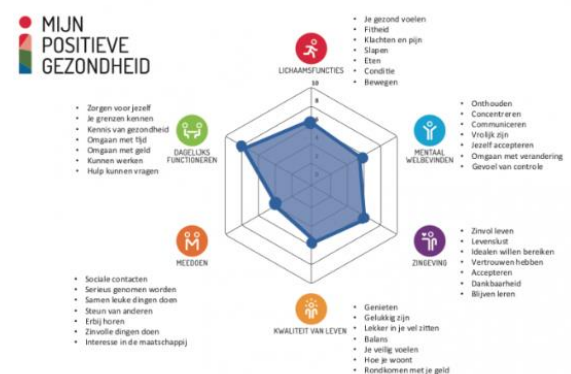
Positieve Gezondheid wordt uitgedrukt in zes dimensies, lichaamsfuncties, mentaal welbevinden, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen en dagelijks functioneren en wordt visueel gemaakt middels een spinnenweb. Door een punt te geven per dimensie en deze punten vervolgens met elkaar te verbinden ontstaat er een gezondheidsoppervlak (figuur 1). Het spinnenweb is een gesprekstool. Dit kan dienen als bewustwording en maakt als het ware, een foto van dat moment.

Als je samen naar de uitkomsten van het spinnenweb kijkt, is de neiging groot om oog te hebben

voor wat niet goed gaat. Ook kom je misschien snel in de verleiding om advies te geven. De kracht zit erin om de ander juist te stimuleren zelf te bedenken wat een volgende stap kan zijn. Belangrijke vragen om een open gesprek aan te gaan kunnen zijn:

*Wat valt je op? Is er iets waar je over zou willen praten? Waar wordt je blij van? Wat is echt belangrijk voor jou? Is er iets waar je meer van zou willen?*

Invullen kan globaal per dimensie binnen een paar minuten. Als het helpend is, kan het spinnenweb ook digitaal ingevuld worden, door middel van het beantwoorden van alle vragen per dimensie.



Figuur 1: Ingevuld spinnenweb.



Tip

*Ervaar wat Positieve Gezondheid voor een ander kan door er eerst zelf mee aan de slag te gaan. Als je hebt ervaren hoe het voor jou voelt, is het makkelijker het in te zetten bij een ander.*

## Positieve Gezondheid binnen het gemeentelijk domein

- Positieve Gezondheid raakt alle opgaven waar gemeenten voor staan. Neem bij iedere opgave gezondheid daarom mee als aandachtspunt.
- Positieve Gezondheid als uitgangspunt nemen helpt gemeentes tot meer samenhang in beleid, te komen tot een integrale aanpak. Vaak is er voor verschillende beleidsterrein nog een afzonderlijk plan, zoals voor volksgezondheid, milieu, ruimtelijke ordening, economie en sociale zaken. Positieve Gezondheid kan de samenhang tussen die afzonderlijke beleidsterreinen inzichtelijk maken.
- Positieve Gezondheid zet in op de dialoog. Het geeft hiermee de burger een andere rol. Het 'dwingt' gemeenten om burgers en organisaties gericht mee te laten denken over wat de gemeente kan doen. Waar liggen kansen om de gezondheid en het geluk van inwoners te verbeteren? Er is oog voor oplossingen van burgers en hoe de gemeente kan helpen die te realiseren.
- Het spinnenweb helpt om met burgers in gesprek te over de verschillende dimensies van Positieve Gezondheid. Door samen breed het gesprek aan te gaan kunnen zaken naar voren komen die anders onderbelicht blijven. Hierop kan een gemeente vervolgens actief beleid gaan uitzetten.
- Positieve Gezondheid kan helpen om een gelijke taal te spreken. Het voorkomt vakjargon en geeft een gemeenschappelijke taal in de samenwerking met andere organisaties uit het sociaal domein.
- Positieve Gezondheid is niet iets volledig nieuws, het zit hem soms al in kleine dingen. Hierbij kan je denken aan oprechte interesse tonen, breder in gesprek gaan, openstaan voor die ander en samen op zoek gaan naar mogelijkheden, zonder hierbij in te vullen voor die ander.
- Uitgaan van Positieve Gezondheid voorkomt dat gesprekken met burgers voornamelijk gaan over de hulpvraag of het probleem. Door het gesprek anders in te steken, wordt het potentieel van mensen zichtbaar en ontstaat er een gelijkwaardig gesprek.
- Werken met Positieve Gezondheid laat burgers ervaren dat de gemeente oprecht geïnteresseerd is in hun situatie en oog heeft voor hun welzijn en geeft hen meer eigen regie.
- Ben je hulpverlener of Wmo-consulent, dan probeer je breed naar de situatie te kijken en daarover het gesprek te voeren. Als je met iemand in gesprek gaat over Positieve Gezondheid, dan hoef je zelf niets te vinden van het ingevulde spinnenweb. Je vult niet in. Neemt als dat niet nodig is, niet meteen zaken over. Maar gaat eerst op onderzoek naar wat er voor de ander toe doet. Wat vindt de ander van zijn huidige situatie? Wat zou hij/zij zelf graag als eerste willen veranderen? Waartoe voelt diegene zich gemotiveerd? Kleine stapjes maken is belangrijk om tot een duurzame oplossing te komen. Het actiewiel kan daarbij handig zijn (figuur 2).



Figuur 2: Actiewiel



Tip

Positieve Gezondheid verankeren in eigen mindset helpt in het toepassen in je werk. Niet problematiseren, maar naar voren kijken naar waar de ander zou willen uitkomen. Vooral niet invullen, maar oprechte geïnteresseerd zijn en luisteren naar de ander.

### Praktijkvoorbeeld 1: Wmo

Via de GGZ-instelling is er een melding gemaakt bij de Wmo voor dagbesteding voor Jaap. Jaap heeft op dit moment nog dagbesteding vanuit een GGZ- behandelindicatie die binnenkort afloopt. Er wordt nu een andere passende vorm van dagbesteding vanuit de Wmo gevraagd.

De Wmo-consulent twijfelt of ze een afspraak zal maken voor een huisbezoek, want met de ontvangen voorinformatie, lijkt de oplossing voor de hand te liggen. Toch wordt er een afspraak gemaakt voor een persoonlijk gesprek.

Tijdens het huisbezoek begint Jaap over de vraag van zijn behandelaar, een andere vorm van dagbesteding. Hij vertelt ook kort iets over waarom dat nodig zou zijn en dat hij zelf geen structuur kan hanteren. Hij zegt al heel wat intakegesprekken gehad te hebben, maar daar niet veel mee opgeschoten te zijn. Na doorvragen blijkt dat er sprake is van ADD, gebruik van softdrugs, angst en vergeetachtigheid. Dat eerdere pogingen om iets te verbeteren mislukt zijn, zou komen door zijn genoemde problematiek. Ook vertelt Jaap dat hij een Wajong-uitkering heeft.

De Wmo-consulent haalt het spinnenweb erbij en vraagt of ze dit samen kunnen invullen om te achterhalen wat Jaap zelf, NU het belangrijkste in zijn leven vindt. Na invullen van het spinnenweb komt hij zelf tot de conclusie dat hij zelfstandig geen structuur kan vasthouden en dat een vorm van dagbesteding dat alleen maar weer verder zou "verdoezelen". Als hij iets zou willen veranderen, dan is dat het kunnen hanteren van enige structuur in zijn leven. Verder zou hij zich fijner willen voelen in sociale situaties, dus in het contact met anderen.

De Wmo-consulent heeft geen pasklare oplossing. Maar grote kans dat er in het sociaal domein mogelijkheden zijn. Soms werkt even vertragen mee aan een duurzamere oplossing. De Wmo-consulent gaat naar kantoor en spreekt af, dat ze binnen 1 week telefonisch contact opneemt. Terug op kantoor neemt ze contact op met haar contactpersoon van de maatschappelijk organisatie. Er blijken twee vormen van groepsondersteuning een optie te kunnen zijn. Een van de opties is een vorm van groepsbegeleiding vanuit de Wmo en de andere is een training vanuit Welzijn, waarin ook de vraag voor het sociale aspect meegenomen zou kunnen worden. Ze belt Jaap en bespreekt de mogelijkheden. Jaap is enthousiast over de groepstraining. Dit spreekt hem aan omdat hij dan van andere kan leren en omdat het dan niet nadrukkelijk hoeft te gaan over zijn verleden, maar wil leren om vooruit te komen.

De Wmo-consulent stuurt Jaap de informatie en koppelt hem aan diegene die de training geeft. Doordat Jaap de keuze heeft gemaakt voor die specifieke groep (voorliggend veld), hoeft er geen Wmo-arrangement te worden afgegeven. Mocht er na het volgen van deze training nog specifieke ondersteuning vanuit de Wmo nodig zijn, weet Jaap nu zelf hoe hij dit kan aanvragen.

**Essentie: Inzetten op datgene waar Jaap zich echt mee geholpen voelt!**

## Positieve Gezondheid en leefomgeving

- De nieuwe omgevingswet eist van gemeenten dat er rekening wordt gehouden met gezondheidsaspecten bij het vormgeven van lokaal beleid en de uitvoering van daaruit voortvloeiende projecten. Leefomgeving heeft grote invloed op onze gezondheid. We kennen bijvoorbeeld de Blue Zones, plaatsen op de wereld waar mensen gezond oud worden door een gezonde leefstijl en positieve kenmerken van de fysieke en sociale leefomgeving ([Blue Zones: bron van kennis over gezondheid - Institute for Positive Health \(iph.nl\)](#))
- De zes dimensies van Positieve gezondheid staan in relatie tot factoren in de leefomgeving. Zo kan mentaal welbevinden bijvoorbeeld beïnvloed worden door geluidshinder en verbinding met de buurt. Lichaamsfuncties kunnen beïnvloed worden door onder andere het aanbod aan fietspaden, bankjes en sportmogelijkheden. En bij dagelijks functioneren kan je denken aan toegang tot informatie en het winkelaanbod.
- Een model dat de relatie tussen de zes dimensies van Positieve Gezondheid en leefomgeving weergeeft is het Louis Bolk model (figuur 3).
- Het Louis Bolk model kan helpen om Positieve Gezondheid van het individuele naar het collectieve niveau te vertalen. Veel mensen kennen het spinnenweb immers als instrument om van één individu de Positieve Gezondheid in kaart te brengen en daarover in gesprek te gaan.
- Gemeente en burgers hebben veelal verschillende ideeën over wat er moet gebeuren in de wijk. Het Bolk model kan wijkbewoners en andere betrokkenen helpen in gesprek te gaan over Positieve Gezondheid en leefomgeving. Hierdoor weet je wat er leeft onder inwoners en bouw je aan draagvlak.



Figuur 3: Louis Bolk model

## Wil je als gemeente met Positieve Gezondheid aan de slag?

- Positieve Gezondheid is niet zomaar een trucje wat je even inzet wanneer het zo uitkomt. 'Het andere gesprek' vraagt om andere vaardigheden. Er zijn diverse trainingen beschikbaar die daarbij kunnen helpen ([www.limburgpositiefgezond.nl/scholingsplan-informatie](http://www.limburgpositiefgezond.nl/scholingsplan-informatie)).
- Bij het voeren van het andere gesprek, pas je niet iets extra's toe, maar neem je het gedachtegoed mee in je mindset.
- Een veilige setting is van belang bij het voeren van het andere gesprek. Houdt hiermee rekening voordat je het gesprek met iemand aangaat.
- Ook is belangrijk om draagvlak te creëren onder medewerkers. Alleen een training is niet voldoende. Van belang is medewerkers te inspireren, ervaringen met elkaar te delen, te communiceren over het waarom en hoe. Voorbeeld gedrag tonen ('*practice what you preach*'). De "Verander- en effecten kaart van Vilans ([www.vilans.nl/kennis/verander-en-effectenkaart-positieve-gezondheid](http://www.vilans.nl/kennis/verander-en-effectenkaart-positieve-gezondheid)) kan je helpen na te denken over te nemen als je Positieve Gezondheid wil implementeren.

- Kijk als organisatie of Gemeente eens naar waar je Positieve Gezondheid kunt terugzien in de processen. Herkenbaarheid helpt bij het verankeren.
- In gemeentelijk plannen is Positieve Gezondheid vaak als speerpunt benoemd, maar is dit inmiddels ook in bijvoorbeeld een uitvoeringsbesluit terug te vinden?
- Informeer burgers over de manier van werken. Dit kan je doen door op centrale punten, flyers neer te leggen over Positieve Gezondheid en/ of posters op te hangen, of via social media.
- Er zijn diverse tools (folders, gesprekstools zoals spinnenwebben, actiewiel, spelvormen) die je kunnen helpen wanneer je aan de slag gaat met Positieve Gezondheid. Kijk voor meer informatie hierover op [www.limburgpositiefgezond.nl/tools](http://www.limburgpositiefgezond.nl/tools) of op [www.iph.nl/meedoen/gratis-downloaden/](http://www.iph.nl/meedoen/gratis-downloaden/)

### Praktijkvoorbeeld 2: leefomgeving

De Provincie heeft de opgave in 2023 zes windmolens te plaatsen. Gemeente Lutjebroek (fictieve gemeente) heeft in de directe omgeving ruimte voor een windmolenparkje met drie molens. Het gebied voldoet aan alle eisen voor een windmolen park. Echter aan de rand van Lutjebroek is enkele jaren geleden een nieuwe wijk gebouwd. Deze wijk ligt relatief dicht bij het voor de windmolens in aanmerking komende gebied. Het gaat om een gemêleerde wijk met veel relatief jonge inwoners, een groot aantal tweeverdieners, veel jonge kinderen en enkele senioren woningen.

De gemeenten heeft een eerdere vervelende ervaring waarbij er een zendmast geplaatst diende te worden. Dit leverde erg veel weerstand en negatieve reacties op. De procedure heeft veel tijd en energie gekost, zowel vanuit de gemeente als vanuit de inwoners. De gemeente is voornemens om het nu anders aan te pakken en tijdig met de inwoners in gesprek te gaan.

De gemeente organiseert een sessie voor de inwoners waarbij de plannen gepresenteerd worden. De gemeente legt de zes dimensies van Positieve Gezondheid verspreid over de ruimte en vraagt de inwoners bij de dimensie te gaan staan waar dit plan voor hen de meeste impact heeft. Vervolgens wordt de inwoners gevraagd te vertellen waarom ze daar staan. De gemeente is verbaasd, dat er niet alleen negatieve aspecten worden genoemd maar ook enkele positieve (*'mentaal welbevinden, het geeft mij rust zeker te weten dat er in dat gebied geen huizen gebouwd gaan worden'*).

Vervolgens wordt de inwoners gevraagd in groepjes in gesprek te gaan over het plan. Op een flap-over met daarop de zes dimensies van het spinnenweb, dienen de inwoners voor iedere dimensie zowel kansen als barrières in kaart te brengen. Vooraf wordt meegegeven niet alleen te denken vanuit weerstand (voorkomen dat..), maar ook te denken vanuit mogelijkheden (als het er dan toch komt dan...).

De inwoners presenteren vervolgens, via een korte pitch hun ideeën. Er volgt geen discussie over hetgeen genoemd wordt. De inwoners voelen voldoende ruimte en openheid om te noemen wat voor hen belangrijk is. Er is ruimte voor emoties. De ambtenaren verbazen zich dat er naast alle bezwaren (geluidsoverlast, impact voor de vogels, belemmering van uitzicht, vermindering waarde van de huizen, etc.) ook kansen genoemd worden waar ze wellicht iets mee kunnen (wandelgebied rondom het windmolenpark, ruimte voor groentetuintjes voor de inwoners van de wijk, een speelpark, inrichten van een ontmoetingsplek, etc.). De gemeente verzameld alle input en neemt deze mee terug. Er wordt afgesproken dat de ideeën en suggesties binnen de gemeente besproken worden en dat er een vervolgssessie wordt georganiseerd..

**Essentie: Weet wat er leeft onder inwoners, zorg dat inwoners zich gehoord voelen!**

## Meer weten?

[info@limburgpositiefgezond.nl](mailto:info@limburgpositiefgezond.nl) of via 1SociaalDomein, channel Limburg Positief Gezond.