



Werkboek

# Samenwerken aan *gezondheid in de wijk*

Preventie in de Buurt



# Hoe werkt de Gezonde Wijk aanpak?

*Samen met inwoners en partners integraal werken aan:*



Een gezonde leefstijl



Toegankelijke zorg en preventie in de buurt



Een gezonde fysieke en sociale leefomgeving



Maatschappelijke participatie



# Samenwerken aan gezondheid in de wijk

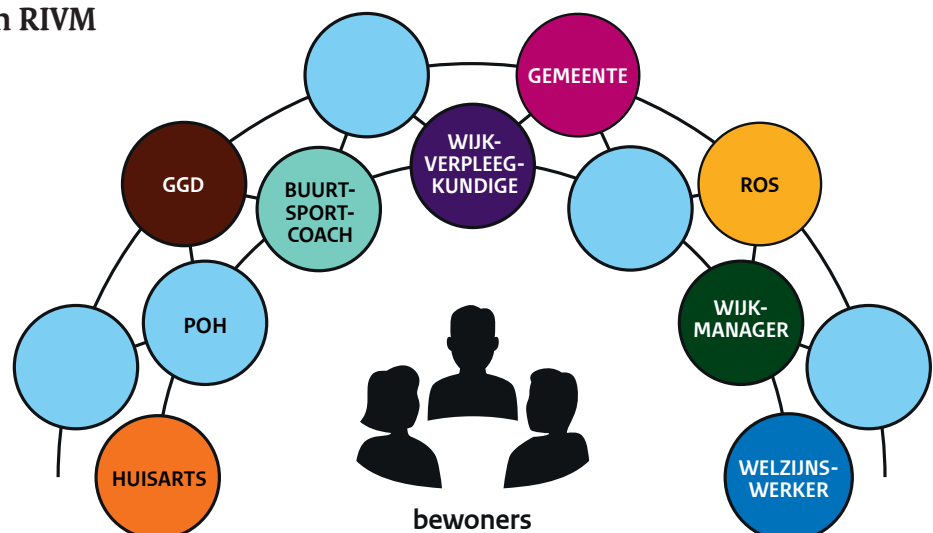
Dit werkboek is gemaakt voor deelnemers aan een werksessie Preventie in de Buurt. De werksessie wordt georganiseerd door lokale professionals, ondersteund door het Nederlands Huisartsen Genootschap (NHG) en RIVM Centrum Gezond Leven. Doel van de werksessie is structurele samenwerking bevorderen tussen huisartsen(zorg), publieke gezondheid en andere domeinen. Zodat deze professionals samen, vanuit een gedeelde visie, kunnen werken aan de gezondheid van wijkbewoners. Deelnemers van een werksessie kunnen onder meer zijn: eerstelijnsprofessionals, welzijnswerkers, buurtsportcoaches, GGD, inwoners, wijkmanagers, etc. Belangrijk is erover na te denken wie in de samenwerking de kartrekker kan zijn om de werksessie een vervolg te geven.

## Gezonde Wijkaanpak

Bij wijkgericht werken kun je de stappen van de Gezonde Wijkaanpak volgen. Het is geen blauwdruk, maar een hulpmiddel. De aanpak past bij alle gezondheidsthema's die binnen een wijk, buurt of dorp prioriteit kunnen hebben. De Gezonde Wijkaanpak is een integrale aanpak (zie [www.loketgezondleven.nl/gezonde-wijkaanpak](http://www.loketgezondleven.nl/gezonde-wijkaanpak)). Naast een gezonde leefstijl, zijn toegankelijke zorg en preventie, een gezonde fysieke en sociale leefomgeving en maatschappelijke participatie van belang voor een goede gezondheid van inwoners.

In dit werkboek lichten we de stappen toe. Een deel van de stappen doorloop je in de werksessie; welke hangt af van de fase waarin de lokale samenwerking zich bevindt. Ook na de werksessie biedt het werkboek handvatten voor het vervolg en de borging van activiteiten. Een succesvolle samenwerking gewenst!

## De projectgroep Preventie in de Buurt van NHG en RIVM





# Wijkgezondheidsprofiel maken

Een goede samenwerking aan gezondheid in de wijk begint met het in kaart brengen van de gezondheidssituatie van de inwoners. Ofwel: een wijkgezondheidsprofiel maken.

Dit profiel kijkt naast de gezondheidssituatie, ook naar factoren die daarmee samenhangen, zoals armoede, inkomen, eenzaamheid, veiligheid en leefomgeving.

Er zijn veel bronnen om uit te putten, waaronder:

- Ervaringsgegevens van inwoners en lokale professionals.
- Monitorgegevens van de gemeente, te vinden op: [Waarstaatjegemeente.nl](http://Waarstaatjegemeente.nl).
- De gemeentelijke gezondheidsprofielen van de GGD of RIVM.
- Wijkscans van de Regionale Ondersteuningsstructuur (ROS).
- Gegevens uit het Huisartsinformatiesysteem (HIS).
- De database van Vektis (data van zorgverzekeraars), die onder andere inzicht geeft in zorggebruik.

## ***Iedereen hetzelfde beeld***

*Komen de gegevens uit het profiel overeen met je ervaring in de praktijk? Kun je de drie grootste (gezondheids)thema's van je wijk, buurt of dorp noemen? En als je het inwoners zou vragen, komen die dan met dezelfde punten? En collega-professionals?*

---

---

---

---

---



## GOED LEVEN IN LINDENHEUVEL

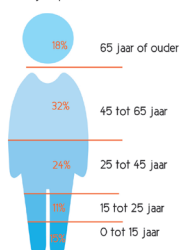


### LINDENHEUVEL

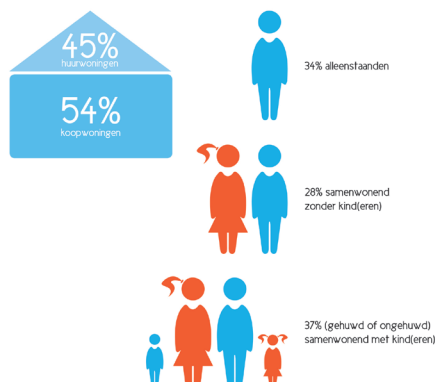
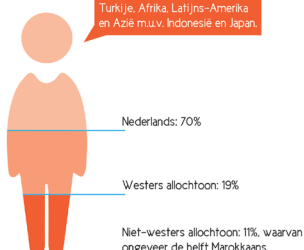
Lindeneuvel is de grootste wijk van de gemeente Sittard-Geleen. Binnen Lindeneuvel kunnen de 3 buurten **Lindeneuvel West**, **Zeelandbuurt**, en **Maastrichterbaan** worden onderscheiden. Het is een groene, ruim opgezette, volkswijk met **7970 inwoners**. In Lindeneuvel is sprake van een goede saamhorigheid en de inwoners zijn tevreden over het actieve verenigingsleven en de voorzieningen die er in hun directe woon- en leefomgeving zijn. Aan de andere kant wordt er ook overlast ondervonden door hangjongeren, zwerfvuil, hondenpoep en bekladding van muren en/of gebouwen. Jongeren missen een hangplek in de wijk.

## WIE ZIJN DE INWONERS VAN LINDENHEUVEL?

### Leeftijdopbouw:



### Etniciteit:



## ARBEID EN INKOMEN:

### Gemiddeld inkomen:

|                          |           |
|--------------------------|-----------|
| Lindeneuvel:             | €24.400,- |
| Gemeente Sittard-Geleen: | €28.900,- |

### Huishoudens onder of rond het sociaal minimum:



### Volwassenen die aangeven moeite te hebben met rondkomen van hun inkomen: \*



### Ouderen die aangeven moeite te hebben met rondkomen van hun inkomen: \*



\* deze gegevens zijn zelf-rapportages van bewoners van de wijk

Concept & design: Mackintosh the creative company



## GOED LEVEN IN LINDENHEUVEL



### LINDENHEUVEL

Lindeneuvel is de grootste wijk van de gemeente Sittard-Geleen. Binnen Lindeneuvel kunnen de 3 buurten **Lindeneuvel West**, **Zeelandbuurt**, en **Maastrichterbaan** worden onderscheiden. Het is een groene, ruim opgezette, volkswijk met **7970 inwoners**. In Lindeneuvel is sprake van een goede saamhorigheid en de inwoners zijn tevreden over het actieve verenigingsleven en de voorzieningen die er in hun directe woon- en leefomgeving zijn. Aan de andere kant wordt er ook overlast ondervonden door hangjongeren, zwerfvuil, hondenpoep en bekladding van muren en/of gebouwen. Jongeren missen een hangplek in de wijk.

## GEZONDHEID:



Bijna de helft van de inwoners van Lindeneuvel maakt zich zorgen over de gezondheid



Bijna een kwart van de inwoners van de gemeente Sittard-Geleen maakt zich zorgen over de gezondheid



### Jongeren 13-14 jaar



20.9% heeft afgelopen 4 weken alcohol gedronken  
14.9% heeft afgelopen 4 weken binge gedronken

Toelichting: Alcohol- en genotmiddelengebruik bij jongeren wordt als problematisch gezien naast experimenteel gedrag dat op steeds jongere leeftijd begint. Lindeneuvel heeft ook een groep jongeren tussen de 19 en 23 jaar die problematisch genotmiddelen gebruikt en ook nog vele andere problemen heeft.

### Volwassenen 19-64 jaar



51.9% voelt zich eenzaam  
61.6% heeft overgewicht  
36.6% is een zware roker  
Asthma, COPD en hartinfarcten komen veel voor in Lindeneuvel  
Lindeneuvel: 65.5% vindt dat hij/zij een goede/zeer goede gezondheid heeft

### Ouderen 65+



46.0% voelt zich eenzaam  
73.4% heeft overgewicht  
6.1% is slachtoffer van huiselijk geweld  
Asthma, COPD en hartinfarcten komen veel voor in Lindeneuvel  
Lindeneuvel: 42.0% vindt dat hij/zij een goede/zeer goede gezondheid heeft

Concept & design: Mackintosh the creative company





# Prioriteiten en doelen kiezen

Op basis van het wijkgezondheidsprofiel besluiten inwoners en gezondheidspartners met elkaar wat de belangrijkste gezondheidsthema's zijn om in de wijk mee aan de slag te gaan. Vervolgens stellen zij, vanuit een gezamenlijke visie, samen vast welke doelen ze willen bereiken, en wat ieder daaraan kan bijdragen. Houd daarbij oog voor de korte en lange termijn.

Deze vragen kunnen helpen bij het kiezen van gezamenlijke prioriteiten:

- Waar hebben inwoners echt last van?
- Welke problemen en kansen zien professionals?
- Waar wijkt de wijk af van het gemeentelijke of landelijk gemiddelde?
- Zijn er veelbelovende of effectieve interventies die passen bij de wensen van de wijk?
- Zijn er lokale ontwikkelingen en initiatieven waarbij je kunt aansluiten?
- Sluit het gezondheidsthema aan bij de sociaal maatschappelijke problematiek in de wijk?
- Welke eigen doelen hebben de samenwerkingspartners?

Denken over doelstellingen helpt om concreet te maken waar de partners samen aan werken. Doelstellingen kunnen bijvoorbeeld gaan over prestaties die partners willen leveren of een maatschappelijk effect dat ze willen bereiken:

1. Binnen een halfjaar doen er dertig inwoners met eenzaamheidsklachten mee aan ouderengym, een initiatief van het gezondheidscentrum samen met sportservice.
2. In 2020 zijn er vijf procent minder eenzame en minder licht depressieve bewoners, en zoeken zij tijdiger hulp bij depressieve klachten.

## **Werken aan dezelfde doelen**

*Zijn er doelen en doelstellingen geformuleerd die jullie samen willen bereiken? Zijn ze gedeeld? Zijn ze ergens na te lezen? Sluiten de doelen aan bij de behoeften van inwoners? Is er energie bij professionals om er aan te werken?*

---

---

---

---

---



# Plan van aanpak maken

Een plan van aanpak vertaalt ambitie en doelen naar samenwerkingsafspraken, interventies en acties. Het maakt de wijkgerichte samenwerking concreet. De ervaring leert dat een energieke kartrekker veel verschil kan maken bij het opstellen en uitvoeren van een plan.

Wat kun je in een plan van aanpak vastleggen?

- De gezamenlijke ambitie, doelen en doelstellingen.
- Een heldere taak- en rolverdeling: wie draagt wat bij? En: wie is de aanjager, de regisseur?
- In te zetten interventies, verbeteringen of oplossingen.
- Het beoogde resultaat.
- Het moment en de vorm van evaluatie.
- Afspraken rond financiering en tijdsinvestering.
- Praktische werkafspraken: hoe vaak kom je bij elkaar, hoe houd je elkaar op de hoogte?

Een plan van aanpak maken is een belangrijke klus. Drie tips:

1. Spreek goed af wie het plan maakt of maken, en wie erbij betrokken zijn.
2. Betrek inwoners, vraag ze bijvoorbeeld om ideeën en laat ze mee kijken met het conceptplan.
3. Maak bij de keuze van programma's en activiteiten gebruik van wat er al is, zoals de erkende interventies op [Loketgezondleven.nl/interventieoverzichten](https://loketgezondleven.nl/interventieoverzichten).

## Succesfactoren voor de wijkaanpak



Burgerparticipatie



Draagvlak en borging



Financiering en capaciteit



## Plan van aanpak uitvoeren

Waar kun je op letten tijdens de uitvoering?

- Houd elkaar, maar ook je eigen organisatie goed op de hoogte, dat zorgt voor draagvlak.
- Zoek elkaar regelmatig op. Gaat het goed, wat moet anders?
- Blijf inwoners voldoende betrekken.
- Houd oog voor ontwikkelingen die van invloed kunnen zijn op het plan van aanpak.
- Vergeet niet successen, hoe klein ook, samen te vieren.

*Kun je, als vervolg op de werksessie, alvast één eerste concrete vervolgactiviteit formuleren?*

---

---

---

---



## Signaleren en naar elkaar verwijzen

De samenwerking wordt extra succesvol als professionals elkaar makkelijk weten te vinden en elkaar kunnen inschakelen. Dat kan bijvoorbeeld via een smoelenboek, gezamenlijke nieuwsbrief of sociale kaart. Of via bijeenkomsten, rondom thema's of simpelweg om te netwerken, zodat mensen elkaar treffen. En: overweeg om professionals of activiteiten onder hetzelfde dak te brengen, bijvoorbeeld bij het gezondheidscentrum, buurthuis of wijkinformatiepunt.



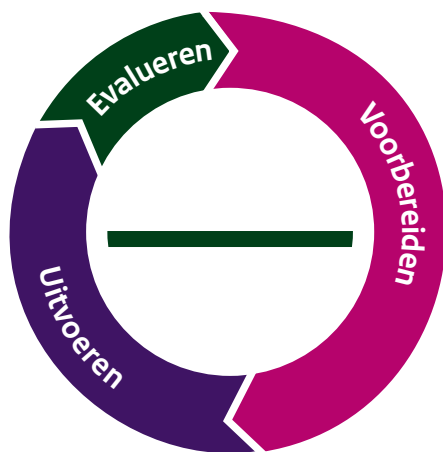


# Monitoren en evalueren

Om te weten of de gekozen aanpak werkt en om te zien of je de plannen moet bijstellen, is het belangrijk om (tussentijds) te evalueren. Het is verstandig daar vooraf al bij stil te staan. Wat wil je monitoren en evalueren? Hoe ga je dat doen? Wie? Wanneer? Handig is om aan te sluiten bij bestaande vormen zoals de gezondheidsmonitor, en wijk- en jaarverslagen van de gemeente.

Er zijn verschillende manieren om te evalueren. Meestal wordt gekozen voor:

- Een effectevaluatie, ofwel kijken of het gewenste doel is behaald. Dat kan door via een indicator – zoals het percentage overgewicht – een nulmeting te doen en na verloop van tijd een nameting.
- Een procesevaluatie, namelijk kijken of de samenwerking goed is verlopen. Dat kan bijvoorbeeld door het afnemen van interviews met betrokkenen.



## **Cyclisch werken**

*De gezonde wijkaanpak heeft een cyclisch karakter. Werken jullie al in een ritme van plannen, doen, checken en aanpassen?*

---

---

---

---

---

# Verder na de werksessie

Tijdens de werksessie heb je de eerste stappen van de wijkaanpak doorlopen. Deze checklist geeft handvatten om vervolgstappen te zetten.



## Wijkgezondheidsprofiel maken

- ☐ Is het wijkgezondheidsprofiel volledig? Zijn er nog aanvullende bronnen te raadplegen?
- ☐ Kent iedereen het wijkgezondheidsprofiel, en de belangrijkste (gezondheids)thema's, ook degenen die niet bij de werksessie waren?



## Prioriteiten en doelen kiezen

- ☐ Zijn er heldere prioriteiten gekozen?
- ☐ Kunnen de prioriteiten op brede steun rekenen, denk aan inwoners, zorgprofessionals, managers en bestuurders?
- ☐ Zijn er haalbare doelstellingen geformuleerd waarop jullie kunnen 'sturen'? Zijn die vastgesteld en vastgelegd?



## Plan van aanpak maken

- ☐ Is er afgesproken wie het plan van aanpak gaat opstellen?
- ☐ Is er financiering en menskracht om het uit te voeren?
- ☐ Is er een verbindend motto, iets waar mensen zich achter kunnen scharen? Doen inwoners mee?



## Plan van aanpak uitvoeren

- ☐ Regisseert iemand de uitvoering, is er een kartrekker?
- ☐ Doen inwoners en organisaties in de wijk mee?
- ☐ Is er regelmatig overleg om te reflecteren op de samenwerking?



### **Signaleren en naar elkaar verwijzen**

- ☐ Kennen professionals en actieve inwoners elkaar, is voor iedereen duidelijk wie wat doet?
- ☐ Zijn vrijwilligers, school, sociaal team, huisartsenpraktijk, wijkverpleegkunde, et cetera alert op ontwikkelingen in de wijk en weten ze waar inwoners naartoe te verwijzen?



### **Monitoren en evalueren**

- ☐ Is afgesproken wat jullie willen gaan evalueren: het effect en/of het proces?
- ☐ Is er afgesproken hoe en wanneer jullie de aanpak evalueren?

### **En verder**

- ☐ Wat is jullie eerste, concrete vervolgactiviteit?
- ☐ Komen jullie op korte termijn weer bij elkaar voor de volgende stap?
- ☐ Misten er mensen bij de werksessie die jullie nog wel willen betrekken?
- ☐ Heb je collega's en je leidinggevende bijgepraat over de werksessie en de wijkaanpak?
- ☐ Zijn de samenwerkingsafspraken helder en staan deze op papier? Denk aan: Wie heeft de regie? Wie doet wat? Wat zijn de afspraken over financiën en tijdsinvestering?
- ☐ Zijn er doelen zowel op korte als op lange termijn gesteld?



Dit is een uitgave van:



Rijksinstituut voor Volksgezondheid  
en Milieu  
*Ministerie van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport*

[www.nhg.org/preventieindebuurt](http://www.nhg.org/preventieindebuurt) | [www.loketgezondleven.nl/preventieindebuurt](http://www.loketgezondleven.nl/preventieindebuurt)

December 2017