



Donderdag 25 maart 2021
Leeratelier Positieve Gezondheid:
Samen verder groeien!

Wijzer in de Wijk Welzijn op Recept Alphen aan den Rijn



Welkom bij het
Leeratelier Positieve
Gezondheid:
Samen verder
groeien!

Opwarmertje
voor de bijeenkomst.

We starten met het
programma om
15.00 uur

<https://www.youtube.com/watch?v=Xwj-LvGABo>

Wijzer in de Wijk Stevenshof Vitaal - Leiden



Welkom bij het
Leeratelier Positieve
Gezondheid:
Samen verder
groeien!

<https://youtu.be/6P20G4aha6c>

Opwarmertje
voor de bijeenkomst.

We starten met het
programma om
15.00 uur 



Donderdag 25 maart 2021
Leeratelier Positieve Gezondheid:
Samen verder groeien!

Welkom



- Afspraken
- Kennismaking Werkgroep Leeratelier
- Programma

Afspraken voor een goede bijeenkomst:

- Graag uw voor- en achternaam aan geven.
Door te klikken op de 3 puntjes naast uw eigen videobeeld. Zo zien de andere deelnemers u naam
- Microfoon op mute. Wanneer u wat wilt zeggen kunt u de microfoon aanzetten
- U kunt iedereen in beeld krijgen door rechtsboven te kiezen voor of gallery (allemaal) of speakers view (degene die spreekt). (advies begin op speakers, bij break-out op gallery).

Voorstellen werkgroep



Ellen van Steekelenburg, Coördinator Positieve Gezondheid GGD

Eva van Steenbergen, Programma adviseur Reos

Susan van der Pas, Lector van Sociale Innovatie en Ondernemerschap en programmaleider van de werkplaats Sociaal Domein Den Haag Leiden

Ido de Vries, Docent Toegepaste Psychologie en bij het lectoraat is hij werkzaam als projectleider van het project Duurzaam Actief Burgerschapwerkplaats Sociaal Domein Den Haag Leiden

Marieke van Schie, Project adviseur Reos

Toelichting programma



reos

14.45	Inloop, inspirerende filmpjes tot aanvang
15.00	Welkom en toelichting programma
15.10	Wat willen de deelnemers ophalen?
15.15	Toelichting op het waarom en waartoe van vanmiddag door Kernpartner Alliantie – en Werkplaats Den Haag & Leiden
15.20	Presentaties: inspirerende voorbeelden uit de regio
15.50	In gesprek met elkaar in break-out groepen
16.10	Pauze
16.15	Vervolg break-out groep, Wat heb je nodig om verder te komen en zo Positieve Gezondheid in deze regio groter te maken?
16.30	Terugkoppeling
16.40	Vooruitkijken naar een volgende Leerbijeenkomst: wat moet daar gebeuren?
16.50	Afronding en check out
17.00	Einde

De Pitches



Donderdag 25 maart 2021
Leeratelier Positieve Gezondheid:
Samen verder groeien!



1. Nano; Het andere gesprek	
Het positieve gezondheidsgesprek in de spreekkamer: hoe pakken wij dit aan?	Selma Jonkers (huisarts) en Naomi van de Ven POH GGZ
2. Micro: Hoe georganiseerd in de praktijk	
Hoe organiseer ik Positieve Gezondheid in mijn praktijk en samenwerking in Huisartsenpraktijk Hooghkamer Voorhout?	Dick Koster (huisarts) en Carola van Maris Wijkmanager bij Stichting Zorggroep Voorhout
3. Meso : Hoe georganiseerd in de wijk	
Hoe werken wij in ons Wijkswerkingsverband in Noordwijk met het gedachtengoed Positieve Gezondheid samen?	Ria Eijck Wijkcoördinator Noordwijk
4. Macro: Hoe organiseren wij het in de regio	
Hoe willen wij in de regio ZHN Positieve Gezondheid implementeren en omarmen?	Alliantie Positieve Gezondheid ZHN Eva van Steenberg (Reos) en Ellen van Steekelenburg (GGD)

Wie zijn we

- Zie hiervoor de link van Ido in de chat
- Mentimeter:

In welke sector ben je werkzaam?

Hoe bekend is het concept **Positieve Gezondheid** voor jou?



Donderdag 25 maart 2021
Leeratelier Positieve Gezondheid:
Samen verder groeien!

Wat is jullie doel van dit leeratelier?



- Wat willen jullie ophalen vanmiddag?
- Wat moet er vanmiddag gebeuren wil je tevreden terug kijken op deze leerbijeenkomst?
- Graag antwoorden in de Chat....
- Samenvatting door Ido

Programma



Donderdag 25 maart 2021
Leeratelier Positieve Gezondheid:
Samen verder groeien!



14.45	Inloop, inspirerende filmpjes tot aanvang
15.00	Welkom en toelichting programma
15.10	Wat willen de deelnemers ophalen?
15.15	Toelichting op het waarom en waartoe van vanmiddag door Kernpartner Alliantie – en Werkplaats Den Haag & Leiden
15.20	Presentaties: inspirerende voorbeelden uit de regio
15.50	In gesprek met elkaar in break-out groepen
16.10	Pauze
16.15	Vervolg break-out groep, Wat heb je nodig om verder te komen en zo Positieve Gezondheid in deze regio groter te maken?
16.30	Terugkoppeling
16.40	Vooruitkijken naar een volgende Leerbijeenkomst: wat moet daar gebeuren?
16.50	Afronding en check out
17.00	Einde

1^e leeratelier Positieve Gezondheid: 'Samen verder groeien'

Suzan van der Pas, WSD en Ellen van Steekelenburg, GGD HM

25 maart 2021



Waarom een leeratelier?

- Leren begint met kennis
- Leren is het nieuwe inspireren
- Leren is leuk!



Wat is een leeratelier?

Het leeratelier is een interprofessionele gemeenschap waar mensen uit onderwijs, onderzoek en praktijk samenkomen vanuit een gezamenlijke interesse en kennisvraag. Het doel is tweeledig:

- Kennisuitwisseling en -ontwikkeling
- Innovatie door ontwikkeling van hands-on-tools voor het werkveld

WERKEN VANUIT DE PRAKTIJK!



Werkplaats Sociaal Domein
Den Haag en Leiden



Wat is de rol van WSD in de Alliantie?

- Inzet van docent-onderzoeker voor begeleiden van leerateliërs en onderzoek PG in de praktijk
- Inzet van studenten Toegepaste psychologie en Social work Hogeschool Leiden
- Contact met andere landelijke werkplaatsen

Waartoe een leeratelier?

- Kennismaken met elkaar in de regio van inwoner tot bestuurder, en iedereen daartussen
- Goede voorbeelden delen:
Hoe dan? Zo dus!
- Netwerk opbouwen om samen verder te groeien....



Programma



Donderdag 25 maart 2021
Leeratelier Positieve Gezondheid:
Samen verder groeien!



14.45	Inloop, inspirerende filmpjes tot aanvang
15.00	Welkom en toelichting programma
15.10	Wat willen de deelnemers ophalen?
15.15	Toelichting op het waarom en waartoe van vanmiddag door Kernpartner Alliantie – en Werkplaats Den Haag & Leiden
15.20	Presentaties: inspirerende voorbeelden uit de regio
15.50	In gesprek met elkaar in break-out groepen
16.10	Pauze
16.15	Vervolg break-out groep, Wat heb je nodig om verder te komen en zo Positieve Gezondheid in deze regio groter te maken?
16.30	Terugkoppeling
16.40	Vooruitkijken naar een volgende Leerbijeenkomst: wat moet daar gebeuren?
16.50	Afronding en check out
17.00	Einde

Toelichting spelregels Pitches



reos

We hebben 4 pitches geselecteerd

Elke pitch duurt 5 minuten (wekker loopt mee)

Tussendoor evt. tijd voor 1 korte vraag

Vragen kunnen via de chat!

Tip;

Handig instelling Zoom nu op speaker view (via stippellijn rechtsboven)

Pitches



15.20 Pitch 1 (5 min):

Nano; Het andere gesprek?

Het positieve gezondheidsgesprek in de spreekkamer: hoe pakken wij dit aan?

Door Selma Jonkers (huisarts) en Naomi van de Ven POH GGZ

15.27 Pitch 2 (5 min):

Micro: Hoe georganiseerd in de praktijk?

Hoe organiseer ik Positieve Gezondheid in mijn praktijk en samenwerking in Huisartsenpraktijk Hooghkamer Voorhout? Door Dick Koster (huisarts) en Carola van Maris Wijkmanager bij Stichting Zorggroep Voorhout

15.35 Pitch 3 (5 min):

Meso : Hoe georganiseerd in de wijk?

Hoe werken wij in ons Wijksamenwerkingsverband in Noordwijk met het gedachtengoed Positieve Gezondheid samen? Door Ria Eijck wijkcoördinator Noordwijk

15.41 Pitch 4 (5 min):

Macro: Hoe organiseren wij het in de regio?

Hoe willen wij in de regio ZHN Positieve Gezondheid implementeren en omarmen? Alliantie Positieve Gezondheid ZHN Eva van Steenbergen (Reos)



Donderdag 25 maart 2021
Leeratelier Positieve Gezondheid:
Samen verder groeien!



Presentatie leer atelier positieve gezondheid

Selma Jonkers, huisarts

Naomi van der Ven, poh-ggz

Jonkers&Otten huisartsenzorg

Vondellaan 35Aa te Leiden

De start,..



reos

- Inspiratie door Machteld Huber: andere kijk op gezondheid
- Pilot GGD-zorg en zekerheid
- Poh GGZ 3 gesprekken
- Huisarts "andere gesprek"

Het andere gesprek in de praktijk

- Hotspotters
- Onduidelijke klachten: SOLK
- Wat is er hier aan de hand?
- Nieuwe patiënten, etc..

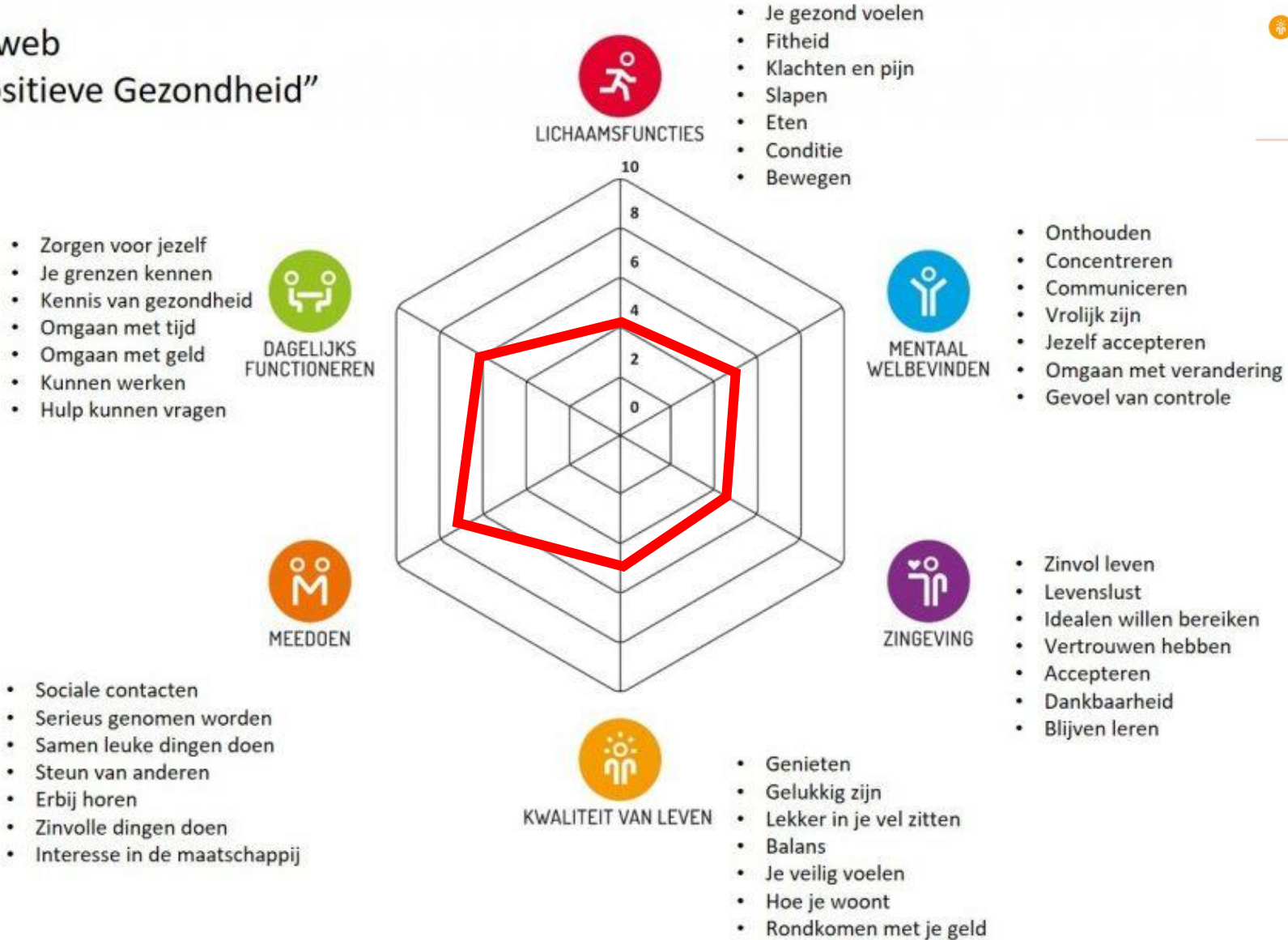


Mijn eerste gesprek



- "hotspotter", Iraanse man 49 jaar
- vluchteling PTSS, Iraanse vrouw, veel lichamelijke klachten, geduid als fibromyalgie, erg veel pijn, centrum 40-45, fysiotherapie, reumatoloog, neuroloog, psychiater.
- Spinnenweb,...

Spinnenweb "Mijn Positieve Gezondheid"



Donderdag 25 maart 2021
Leeratelier Positieve Gezondheid:
Samen verder groeien!

Na een paar maanden,...

Kouresh knipt door de tranen heen

Het geluksgevoel dat hij twee dagen in de week bij zichzelf kan oppropen als hij in De Buurtkapper Zuidwest zijn klanten knipt, is lang afwezig geweest. Kouresh Rahadati, die twintig jaar geleden vluchtte uit Iran, kan gerood zijn door verhalen die hij van de mensen in zijn stoel hoort en de reacties die hij krijgt. „Ik blijf dilt doen, ook als ik straks een baan heb.”

Kouresh (47) praat bedeesd, bijna op fluistertoon, zij jaar was hij toen hij zijn land ontvluchtte. Op zijn ziel de lichte van de oorlog tussen Iran en Irak, die begon toen Saddam Hoessein de grens overtrok om het Iraanse grondgebied te claimen. „Ik heb van mijn zevende tot mijn vijftiende de oorlog tussen Iran en Irak meegemaakt. In mijn provincie Khozestan is de oorlog begonnen. Daar was de olie in de grond zit, bij de grens met Basra. Onze stad werd constant gebombarderd. Misschien niet iedere dag, maar de bombardementen gingen maanden door. We moesten buiten de stad gaan wonen, en slapen in tenten. Ik heb ellendige dingen gezien. Dode mensen, vrienden die stierven door de bommen.”

Asielprocedure
Eenmaal in Nederland kwam hij in een jarenlange asielprocedure terecht zag hij verschillende asielaanpakken van buiten. „Ik heb tien jaar in een asielaanpakcentrum gezeten. Waar heb ik niet gezeten? Eerst in Zeewolde, daarna Middelhart, Alkmaar, Deventer en als laatste in Leiden op de Rijnsburgerweg. Ik heb oologstraans, maar de periode in het asielaanpakcentrum was ook heel zwaar. Het zwaarste is dat je niet mag werken en studeren. Je bent jong, hebt problemen en dat kapper zijn nog meer problemen bij. Je deelt een kleine kamer met vijf, vier mensen. Het zwaarste is dat je niet te mag werken. Je zit alleen maar te wachten.”

„Veellicht is een relatiebegrip, er vielden wielswaagen bonnen, maar een gerust gevoel? Nou nee. „Ik kunt elk moment afgezet worden. Ik was bang om naar bed te gaan, bang om wakker te worden, want wat gaat er de volgende dag gebeuren? Krijg je een brief van de minister of het IND om het

De Buurtkapper strijdt tegen de eenzaamheid

land te moeten verlaten? Dan moet je weer een procedure in. Het levert stress op, waardoor je weer andere trauma's oploopt.”

Medicatie
„Ik ben rustiger geworden. Ik slaap beter door de medicatie, die ik heb gekregen. Ik kan openen bang worden en van alle kanten aanvallen krijgen. Bijvoorbeeld op de eerste maandag in de maand als de sirenes van het luchtscherm afgaan. Ik zet mijn wekker, zodat ik weet dat het gaat gebeuren. Doe ik dat niet, dan krijg ik angstaanvallen. Nu kan ik er een beetje mee leven.”
Leiden is zijn vaste basis geworden. „Ik hou van Leiden. Het voelt als thuis. Het is hier rustiger dan in Amsterdam en Rotterdam. Ik kan niet tegen drukke. Ik heb een broer in Amsterdam. De rest van mijn familie zit nog in Iran. Ik heb af en toe contact via internet, maar het is moeilijk. Ik zit in een veilig land en mag hier alles zeggen, maar ik praat liever niet met hen over politiek. Ze hoeven niet bang te zijn, zo lang je maar niet over politiek praat en alleen over algemene dingen.”

Vrijwilligerswerk
Buurtontmoetingsplek (BOP) Rijn en Vliet is de enige BOP in Leiden waar een kapsalon zit. Voor Rahadati is een uitkomst. „Ik werk momenteel niet. Ik heb vrijstelling vanwege een fietsongeluk vorig jaar, vandaar dat ik me heb aangemeld om vrijwilligerswerk te doen. Ik heb niet met de kapper zijn gedaan. Moer geweest en zij wezen me door naar hier. Ze waren op zoek naar kappers. Ik ben de hoofdlijner, ik heb de meeste ervaring. Ik heb in het asielaanpakcentrum altijd mensen geholpen met hun haar. Ik vond het fijn om vrienden te helpen. Ik was als kapper in Iran, maar hier moet ik een opleiding krijgen en daarom heb ik ook hier mijn papieren gehaald. Het wordt makkelijker als je diploma's hebt om voor iemand te gaan werken. De ene dag heb ik veel energie en

kracht, de andere dag lig ik plat vanwege lichamelijke klachten. Vandaar dat ik geen werk heb. Ik wil graag voor mezelf beginnen en misschien krijg ik daar hulp bij. Er zijn veel kapsalons in Leiden. Aan de ene kant is dat goed, maar voor mij maakt dat het moeilijker. Een baas neemt niet graag mensen zoals ik aan, omdat ik niet altijd kan werken. Daarom is het leuk om dit te doen.”

BOP
„Met de BOP ben ik hartstikke blij. Als ik niet knip, kom ik ook lang. Een beetje kletsen met anderen en activiteiten doen. Er zitten hier veel verschillende nationaliteiten. Het idee is top. Er wordt veel gezongen. Anders is het maar saai. Wat je wil is hier, wat je kunt bepaal je niet zelf. Ik wil zo graag een normaal leven. Een uitkering is goed, maar niet voor lange tijd. Ik wil actief zijn en niet alleen thuis blijven. Ik wil ook wat voor andere mensen doen. Veel mensen kunnen niet naar de kapsalons. Voor werklozen of mensen met een bijstandsuitkering is het gewoon duur. Mensen die al hun geld nodig hebben om te kunnen eten en zo te overleven. Kan ik nu bijstaan. Ze werden niet mooi geknipt en door mij gaan ze netjes de deur uit. Ik knip alle nationaliteiten. Ik knip niet naar kleur of wat. Ik knip ook vrouwen met een hijab - een hoofddoek - maar niet alle vrouwen willen door mij geknipt worden. Dat snap ik wel. We mogen de ruimte van Libertas lenen. Mensen komen op afspraak. Ik praat met de klanten en hoor heel veel leuke verhalen, maar ook verdrietige. Er zijn weinig gelijkemissen met mijn staats. „Ik werk momenteel niet hetzelfde.”

„Soms krijg ik tranen in mijn ogen als ik de reactie zie wanneer ze in de spiegel kijken. Mensen die vijf jaar niet met de kapper zijn geweest. Er was een vrouw van 60. Ze was hier vorige week. Ze spaarde voor andere dingen, want kappers zijn duur. Ik had haar geknipt en gevraagd en ze moest het ergens iedereen vertellen, ze was aan het huilen van geluk. Echt. Ik blijf dilt doen, ook als ik straks een baan heb. Ik heb deze situatie meegemaakt en weet hoe blij je mensen kunt maken, want ik werd zelf blij als ik werd geholpen.”

Gertjan van Geen

Iraanse vluchteling Kouresh Rahadati strijdt met De Buurtkapper tegen eenzaamheid en armoede in Zuidwest

dinsdag 26 november 2021
Verhaal van de dag 5



Kouresh Rahadati, van De Buurtkapper Zuidwest, over het verblijf in een asielaanpakcentrum. „Het zwaarst is dat je niet mag werken. Je zit alleen maar te wachten.”

FOTO: HILLO WUPRIS

Knippen, sporten, koken en andere activiteiten tegen de eenzaamheid

Gertjan van Geen

Buurtkapper Zuidwest is geweest in woonzorgcentrum Rijn en Vliet aan de Aalje Noordervlietlaan en is onderdeel van de buurtontmoetingsplek (BOP) met dezelfde naam. Op dinsdagmiddag kunnen dames en heren terecht op donderdagmiddag alleen dames om zich voor een klein bedrag te laten coiffieren.

De kappers zijn mensen met bijstandsuitkering die een kapperdiploma op zak hebben en om verschillende redenen nog geen betaald werk hebben. Bij de Buurtkapper doen ze werkervaring op en doen iets terug voor de wijk.

Marlie Tjepel, 58 jaar in de week („een vaak meer”) begeleider op de BOP, ziet dat de bezoekers zelf initiatieven ontwikkelen. „Ik verzin

belemaal niets. De mensen hier verzinnen alles gewoon zelf”, zegt ze. De kapsalon is van Libertas Leiden en normaal gesproken bedoeld voor bewoners van het tehuis. „Wij mogen hen dinsdag en donderdag gebruiken, anders staatsie toch maar leeg.”

Eenzaamheid
Buurtkapper Zuidwest is een goed middel in strijd tegen de eenzaamheid. Tjepel: „De Buurtkapper vervult een sociale functie, is een laagdrempelige plek waar mensen elkaar kunnen ontmoeten en een wippen in de strijd tegen de eenzaamheid. We willen dat onze doelgroep hierheen komt. Mensen die weinig te maken hebben. Armoede is een groot punt, maar geen reden om weer andere dingen uit. Daar komt weer toekomstperspectief van. Het zijn allemaal heel

kleine dingen, maar voor anderen heel groot. Dat is de truc.”
De BOP-ontmoetingsplek is van activiteiten. Zo wordt er gesport bij South Park op de Boshuizerlaan, er is buurten en een vishuizenclub, mensen doorgestuurd door de wijkteams. „In wijkteams natuurlijk heel veel mensen, die hovertien hier een afspraak moeten komen maken. Bij wijkteams kunnen we doorvragen hoe de werk in de steel zit.”

Armoede
Armoede en eenzaamheid gaan vaak hand in hand. Tjepel: „Je kunt je niet zo snel bij een clubje aansluiten, want dat kost geld. Wij zijn in deze buurt een plek waar je onder de mensen kunnen komen. Daar komen weer andere dingen uit. Daar komt weer toekomstperspectief van. Het zijn allemaal heel



Donderdag 25 maart 2021
Leeratelier Positieve Gezondheid:
Samen verder groeien!



Mijn eerste gesprek,...

- Motivatie om door te gaan
- Snel tot de kern
- Zorg op de juiste plek krijgen
- Werkplezier
- Oefenen met tijds investering



Toekomst



Donderdag 25 maart 2021
Leeratelier Positieve Gezondheid:
Samen verder groeien!



reos

- Inspiratie sessie's met collega's gezondheidscentrum
- Wijksamenwerkingsverband

Net uitgekomen,...



Donderdag 25 maart 2021
Leeratelier Positieve Gezondheid:
Samen verder groeien!



Pitches



15.20 Pitch 1 (5 min):

Nano; Het andere gesprek?

Het positieve gezondheidsgesprek in de spreekkamer: hoe pakken wij dit aan?

Door Selma Jonkers (huisarts) en Naomi van de Ven POH GGZ

15.27 Pitch 2 (5 min):

Micro: Hoe georganiseerd in de praktijk?

Hoe organiseer ik Positieve Gezondheid in mijn praktijk en samenwerking in Huisartsenpraktijk Hooghkamer Voorhout? Door Dick Koster (huisarts) en Carola van Maris Wijkmanager bij Stichting Zorggroep Voorhout

15.35 Pitch 3 (5 min):

Meso : Hoe georganiseerd in de wijk?

Hoe werken wij in ons Wijksamenwerkingsverband in Noordwijk met het gedachtengoed Positieve Gezondheid samen? Door Ria Eijck wijkcoördinator Noordwijk

15.41 Pitch 4 (5 min):

Macro: Hoe organiseren wij het in de regio?

Hoe willen wij in de regio ZHN Positieve Gezondheid implementeren en omarmen? Alliantie Positieve Gezondheid ZHN Eva van Steenbergen (Reos)

Pitch 2 Micro



reos

Hoe organiseer ik Positieve Gezondheid in mijn praktijk en samenwerking in Huisartsenpraktijk Hooghkamer Voorhout?

Door Dick Koster (huisarts) en Carola van Maris Wijkmanager bij Stichting Zorggroep Voorhout

Pitches



15.20 Pitch 1 (5 min):

Nano; Het andere gesprek?

Het positieve gezondheidsgesprek in de spreekkamer: hoe pakken wij dit aan?

Door Selma Jonkers (huisarts) en Naomi van de Ven POH GGZ

15.27 Pitch 2 (5 min):

Micro: Hoe georganiseerd in de praktijk?

Hoe organiseer ik Positieve Gezondheid in mijn praktijk en samenwerking in Huisartsenpraktijk Hooghkamer Voorhout? Door Dick Koster (huisarts) en Carola van Maris Wijkmanager bij Stichting Zorggroep Voorhout

15.35 Pitch 3 (5 min):

Meso : Hoe georganiseerd in de wijk?

Hoe werken wij in ons Wijksamenwerkingsverband in Noordwijk met het gedachtengoed Positieve Gezondheid samen?

Door Ria Eijck wijkcoördinator Noordwijk

15.41 Pitch 4 (5 min):

Macro: Hoe organiseren wij het in de regio?

Hoe willen wij in de regio ZHN Positieve Gezondheid implementeren en omarmen? Alliantie Positieve Gezondheid ZHN Eva van Steenbergen (Reos).



Positieve gezondheid in Noordwijk

Leeratelier positieve
gezondheid 25 maart 2021



Verleden



Werkgroep gevormd 2019

Informatiebijeenkomst november
2019

Training februari 2020

Bijdrage aan omgevingsvisie
maart-juli 2020

Ambassadeursbijeenkomst februari
2021



Heden

Vervolg plannen op
ambassadeursbijeenkomst

Basistraining voor
ambassadeurs

Projectplan maken

Toekomst

Ambassadeurs verspreiden
gedachtengoed

Activiteiten en aanbod worden
aangepast

Nieuwe activiteiten/samenwerking
worden ontwikkeld

Kennis en ervaring delen

Inwoners actief betrekken

Wie zijn betrokken?

Werkgroep:

- Welzijn Noordwijk,
- JOGG,
- CJG,
- 1^e lijn

Ambassadeurs:

- woningcorporaties,
- gehandicaptenzorg,
- 1^e lijnsprofessionals,
- Welzijn Noordwijk,
- Leefstijlcoach,
- Reuring,

Vraag

Hoe gaan we inwoners actief betrekken
bij positieve gezondheid?

Pitches



15.20 Pitch 1 (5 min):

Nano; Het andere gesprek?

Het positieve gezondheidsgesprek in de spreekkamer: hoe pakken wij dit aan?

Door Selma Jonkers (huisarts) en Naomi van de Ven POH GGZ

15.27 Pitch 2 (5 min):

Micro: Hoe georganiseerd in de praktijk?

Hoe organiseer ik Positieve Gezondheid in mijn praktijk en samenwerking in Huisartsenpraktijk Hooghkamer Voorhout? Door Dick Koster (huisarts) en Carola van Maris Wijkmanager bij Stichting Zorggroep Voorhout

15.35 Pitch 3 (5 min):

Meso : Hoe georganiseerd in de wijk?

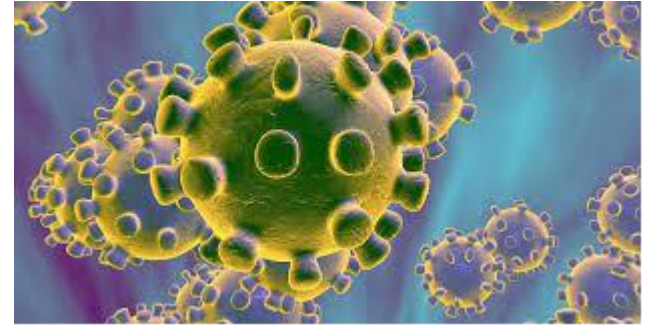
Hoe werken wij in ons Wijksamenwerkingsverband in Noordwijk met het gedachtengoed Positieve Gezondheid samen? Door Ria Eijck wijkcoördinator Noordwijk

15.41 Pitch 4 (5 min):

Macro: Hoe organiseren wij het in de regio?

Hoe willen wij in de regio ZHN Positieve Gezondheid implementeren en omarmen? Alliantie Positieve Gezondheid ZHN Eva van Steenberg (Reos).

Positieve Gezondheidsvirus in de regio:



Marente





**MIJN
POSITIEVE
GEZONDHEID**

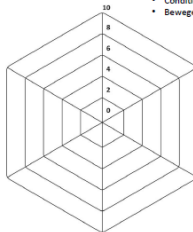
- DAAGELIJKS FUNCTIONEREN**
- Zorgen voor jezelf
 - Je grenzen kennen
 - Kennis van gezondheid
 - Omgaan met tijd
 - Omgaan met geld
 - Kunnen werken
 - Hulp kunnen vragen



- MEEDOEN**
- Sociale contacten
 - Serieus genomen worden
 - Samen leuke dingen doen
 - Steun van anderen
 - Erzij horen
 - Zinvolle dingen doen
 - Interesse in de maatschappij



- LICHAAMSFUNCTIES**
- Je gezond voelen
 - Fitheid
 - Klachten en pijn
 - Slapen
 - Eten
 - Conditie
 - Bewegen



- KWALITEIT VAN LEVEN**
- Genieten
 - Gelukkig zijn
 - Lekker in je vel zitten
 - Balans
 - Je veilig voelen
 - Hoe je woont
 - Rondkomen met je geld



- MENTAAL WELBEVINDEN**
- Onthouden
 - Concentreren
 - Communiseren
 - vrolijk zijn
 - jezelf accepteren
 - Omgaan met verandering
 - Gevoel van controle



- ZINGEVING**
- Zinvol leven
 - Levenslust
 - Idealen willen bereiken
 - Vertrouwen hebben
 - Accepteren
 - Dankbaarheid
 - Bijeen leren

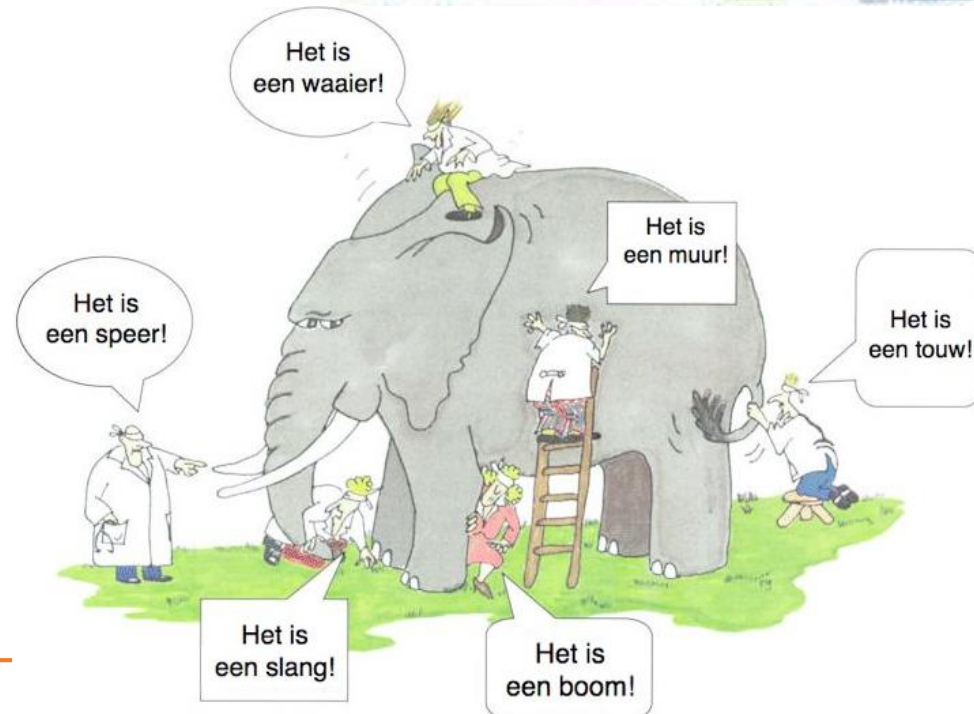


©Gesprekinstrument IPH – versie 1.0 – oktober 2016

WHY: Alliantie PG?

Regionaal krachten bundelen
Effecten op lokaal niveau
versnellen

Vanuit:
verbinding & plezier
wijkgericht
met lef



*Energie zou niet moeten uitgaan naar het **beschermen** van kiemen van de gewenste vernieuwing.*

Het is essentieel om te investeren in het onderzoeken van wat er werkt in deze kiemen en mensen te helpen de werkzame bestanddelen te vertalen naar hun eigen context.

*‘Van kleine doorbraak naar grootschalige vernieuwing’,
door Suzanne Verdonschot.*



<https://www.youtube.com/watch?v=GUTM8xnh7DM>



Toelichting programma



reos

14.45	Inloop, inspirerende filmpjes tot aanvang
15.00	Welkom en toelichting programma
15.10	Wat willen de deelnemers ophalen?
15.15	Toelichting op het waarom en waartoe van vanmiddag door Kernpartner Alliantie – en Werkplaats Den Haag & Leiden
15.20	Presentaties: inspirerende voorbeelden uit de regio
15.50	In gesprek met elkaar in break-out groepen
16.10	Pauze
16.15	Vervolg break-out groep, Wat heb je nodig om verder te komen en zo Positieve Gezondheid in deze regio groter te maken?
16.30	Terugkoppeling
16.40	Vooruitkijken naar een volgende Leerbijeenkomst: wat moet daar gebeuren?
16.50	Afronding en check out
17.00	Einde

Breakout rooms

- Totaal 8 groepen, indeling is van te voren gemaakt en is aangepast vandaag aan de aanwezigen
- Per groep een begeleider, zij/hij zal zich introduceren
- Tijdsduur van het gesprek 40 minuten incl. een pauze
- **Doel** is van elkaar leren en elkaar inspireren in het toepassen Positieve Gezondheid
- Start met kort voorstelronde en volg de groepsbeleider
- In het gesprek is er ruimte voor vragen te stellen aan elkaar.
- Laatste minuut gaat er een teller lopen voor de afronding en de samenvatting.
- De gespreksleider deelt de top 3 in de chat (wat moet er gebeuren voor de groei van positieve gezondheid in het werk).
- **Denk aan een pauze momentje..... (5-10 min gezamenlijk vaststellen)**

Lets Breakout !!!

- Let op! Geef akkoord voor toegang tot de groep
- Veel plezier
- Daarna gaan we plenair weer verder... om 16.30 uur
Dit gaat vanzelf..





Korte pauze ?
5 minuten...



Welkom terug !



reos

Groepsleiders willen jullie de top 3 in de chat zetten?

Toelichting programma



reos

14.45	Inloop, inspirerende filmpjes tot aanvang
15.00	Welkom en toelichting programma
15.10	Wat willen de deelnemers ophalen?
15.15	Toelichting op het waarom en waartoe van vanmiddag door Kernpartner Alliantie – en Werkplaats Den Haag & Leiden
15.20	Presentaties: inspirerende voorbeelden uit de regio
15.50	In gesprek met elkaar in break-out groepen
16.10	Pauze
16.15	Vervolg break-out groep, Wat heb je nodig om verder te komen en zo Positieve Gezondheid in deze regio groter te maken?
16.30	Terugkoppeling
16.40	Vooruitkijken naar een volgende Leerbijeenkomst: wat moet daar gebeuren?
16.50	Afronding en check out
17.00	Einde



Donderdag 25 maart 2021
Leeratelier Positieve Gezondheid:
Samen verder groeien!

Terugkoppeling door Ido de Vries

reos

Toelichting programma



reos

14.45	Inloop, inspirerende filmpjes tot aanvang
15.00	Welkom en toelichting programma
15.10	Wat willen de deelnemers ophalen?
15.15	Toelichting op het waarom en waartoe van vanmiddag door Kernpartner Alliantie – en Werkplaats Den Haag & Leiden
15.20	Presentaties: inspirerende voorbeelden uit de regio
15.50	In gesprek met elkaar in break-out groepen
16.10	Pauze
16.15	Vervolg break-out groep, Wat heb je nodig om verder te komen en zo Positieve Gezondheid in deze regio groter te maken?
16.30	Terugkoppeling
16.40	Vooruitkijken naar een volgende Leerbijeenkomst: wat moet daar gebeuren?
16.50	Afronding en check out
17.00	Einde

Vooruitkijken naar een volgende Leerbijeenkomst: wat moet daar gebeuren?



We gaan aan het werk met de info in de chat.

Datum volgende keer?

Dinsdag 29 juni 2021 15.00-17.00 uur

- Wat heeft vandaag voor jou opgeleverd?
- Graag 1 woord in de mentimeter, zie link in de chat.

Toelichting programma



reos

14.45	Inloop, inspirerende filmpjes tot aanvang
15.00	Welkom en toelichting programma
15.10	Wat willen de deelnemers ophalen?
15.15	Toelichting op het waarom en waartoe van vanmiddag door Kernpartner Alliantie – en Werkplaats Den Haag & Leiden
15.20	Presentaties: inspirerende voorbeelden uit de regio
15.50	In gesprek met elkaar in break-out groepen
16.10	Pauze
16.15	Vervolg break-out groep, Wat heb je nodig om verder te komen en zo Positieve Gezondheid in deze regio groter te maken?
16.30	Terugkoppeling
16.40	Vooruitkijken naar een volgende Leerbijeenkomst: wat moet daar gebeuren?
16.50	Afronding en check out
17.00	Einde

Afronding en checkout



Dank voor deelname

Dank aan de pitchers en de groepsleiders

Dank aan de organiserende werkgroep

Dank voor het invullen van de enquête
(nu gelijk via de link in de chat of bij het verslag)

En tot 29 juni ?

