



Dinsdag 29 juni 2021
2^e Leeratelier Positieve Gezondheid:
Samen verder groeien!

Programma

1. Online Welkom en introductie programma, door Marieke van Schie, REOS
2. Keynote door Nancy Bagdadi, Directeur Welzijn Teylingen: Vergezicht op Positieve Gezondheid in onze regio.
3. Introductie op de 3 thema's:
 1. Handvatten Positieve Gezondheid voor beginners
 2. Handvatten Positieve Gezondheid voor gevorderden: hoe implementeer ik Positieve Gezondheid in mijn organisatie en de wijk
 3. Handvatten Positieve Gezondheid voor beleidsmedewerkers en het betrekken van inwoners
4. Aan de slag in breakoutgroepen met één van deze drie thema's.
5. Opbrengsten delen
6. Doorkijk naar de volgende Leerbijeenkomst Positieve Gezondheid in Zuid Holland Noord



Voorstellen huidige werkgroep Leeratelier



Passionate idiots: Alliantie Positieve Gezondheid regio ZHN: verbinding & plezier, wijkgericht en met lef



Jacqueline Wallaart



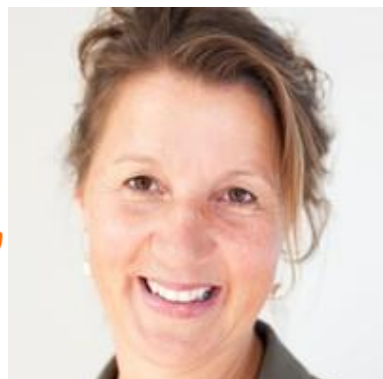
Eva van Steenberg



Erik Kramer



Wilma Roerade



Ellen van Steekeneburg



Nancy Baghdadi



Vergezicht op Positieve Gezondheid in Zuid Holland Noord



Nancy Baghdadi



Eva van Steenbergen



Directeur Welzijn Teylingen Nancy Baghdadi in gesprek met
Eva van Steenbergen Programma adviseur Reos en Trainer IPH

Pitches

1^e

Handvatten Positieve Gezondheid voor beginners: over het spinnenweb en het gesprek over Positieve Gezondheid.

Wendy Nederend (Driemaster, Kaag en Braassem)



2^e Handvatten Positieve Gezondheid voor gevorderden: hoe implementeer ik Positieve Gezondheid in mijn organisatie en de wijk? Veranderkundige handvatten aan de hand van een casus.

Door Selma Jonkers Huisarts Leiden toelichting Handboek voor huisartsen over toepassen positieve gezondheid



3^e Handvatten Positieve Gezondheid voor beleidsmedewerkers en het betrekken van inwoners: welke rol is behulpzaam om Positieve Gezondheid in de wijk verder te brengen?

Carla van Loon Zoeterwoude: beleidsnota positieve gezondheid samen met ondernemende inwoners.

Pitches

1^e

Handvatten Positieve Gezondheid voor beginners: over het spinnenweb en het gesprek over Positieve Gezondheid.

Wendy Nederend (Driemaster, Kaag en Braassem)



2^e Handvatten Positieve Gezondheid voor gevorderden: hoe implementeer ik Positieve Gezondheid in mijn organisatie en de wijk? Veranderkundige handvatten aan de hand van een casus.

Door Selma Jonkers Huisarts Leiden toelichting Handboek voor huisartsen over toepassen positieve gezondheid



3^e Handvatten Positieve Gezondheid voor beleidsmedewerkers en het betrekken van inwoners: welke rol is behulpzaam om Positieve Gezondheid in de wijk verder te brengen?

Carla van Loon Zoeterwoude: beleidsnota positieve gezondheid samen met ondernemende inwoners.



Casus man 51 jr

Komt niet vaak

Vage klachten van zijn schouders en zijn polsen en knieën

Vg: Alcoholisme, wv in verleden AA

Asperger

U Spinnenweb "Mijn Positieve Gezondheid"

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



DAGELIJKS
FUNCTIONEREN



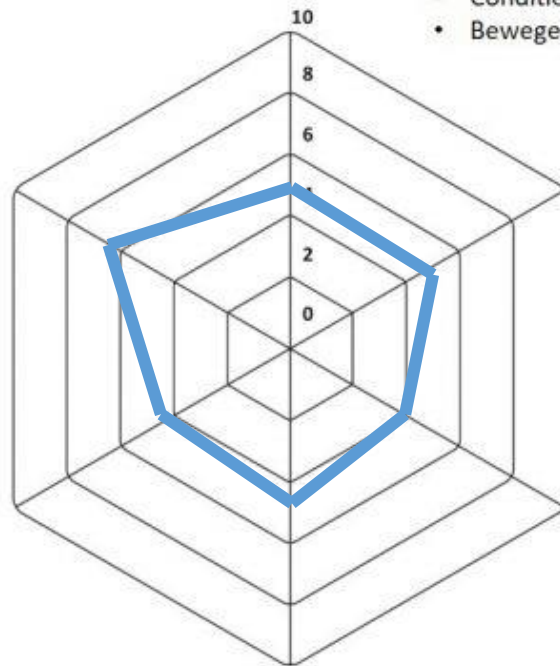
MEEDOEN

- Sociale contacten
- Serieus genomen worden
- Samen leuke dingen doen
- Steun van anderen
- Erbij horen
- Zinnvolle dingen doen
- Interesse in de maatschappij



LICHAAMSFUNCTIES

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



MENTAAL
WELBEVINDEN

- Onthouden
- Concentreren
- Communiceren
- Vrolijk zijn
- Jezelf accepteren
- Omgaan met verandering
- Gevoel van controle



ZINGEVING

- Zinvol leven
- Levenslust
- Idealen willen bereiken
- Vertrouwen hebben
- Accepteren
- Dankbaarheid
- Blijven leren



KWALITEIT VAN LEVEN

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

Positief Gezondheidsgesprek

- Man was heel blij dat er zo uitgebreid naar hem werd geluisterd!
- Wil wel minder drinken, niet stoppen, eenzaam: wens meedoen en zingeving
- Verwijzing naar welzijn op recept, via Zorgdomein: vraag vrijwilligerswerk?
- Brief terug van welzijnscoach: intake volgt bij Includio.
- Telefonisch contact gehouden: hoe gaat het?

Na WOR – Welzijnsrecept:

- Diverse ideeën om te gaan starten met vrijwilligers werk
- Bij Naturalis, Techno Lab (museum Boerhave), maar helaas door Corona musea dicht
- Door hiermee bezig te zijn wel in een andere flow

Sociale kaart

Leiden



Dagelijks functioneren

- [Centrum voor Jeugd en Gezin](#)
- [Humanitas](#)
- [Libertas Leiden](#)
- [Gemiva-SVG Groep](#)
- [Laalhuis](#)
- [Sociaal Wijkteams](#)
- [JES Rijnland](#)
- [De Zonnebloem](#)
- [Incluzio Leiden](#)
- [SOL Leiden](#)

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

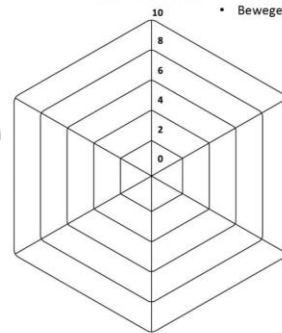


Meedoen

- [Sociaal Wijkteam](#)
- [Incluzio Leiden](#)
- [Buzz](#)
- [Welzijn op recept](#)
- [BUURHoop](#)
- [IDOE](#)
- [NL voor elkaar](#)
- [Stichting Vier het Leven](#)
- [Stichting Voor Elkaar](#)
- [Jekunmeer.nl](#)
- [Een Goede Buur](#)
- [Stichting Present](#)
- [Libertas Leiden](#)

- Sociale contacten
- Serieus genomen worden
- Samen leuke dingen doen
- Steun van anderen
- Erbij horen
- Zinnige dingen doen
- Interesse in de maatschappij

LICHAAMSFUNCTIES



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



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

Lichaamsfuncties

- [Vitaliteit en bewegen Incluzio](#)
- [Sportconsulent mensen met beperking](#)
- [Sportstad Leiden](#)
- [Programma Een Goede Buur](#)
- [Buzz](#)

Mentaal welbevinden

- [GGZ Rivierduinen](#)
- [Zelfregiecentrum](#)
- [Welzijn op recept](#)
- [Sociaal Wijkteam](#)

Zingeving

- [IDOE](#)
- [NL voor elkaar](#)
- [Stichting Voor Elkaar](#)
- [Netwerk Levensvragen](#)
- [Stichting Present](#)

Kwaliteit van leven

- [Schuldhelpmaatie](#)
- [Sociaal Wijkteams](#)
- [Stichting Voor Elkaar](#)
- [De Zonnebloem](#)
- [Humanitas](#)
- [Buzz](#)

[GGD AppStore](#) overzicht van relevante en betrouwbare gezondheidsapps per dimensie

Handboek Positieve Gezondheid in de huisartspraktijk

Samenwerken aan betekenisvolle zorg

Dr. Maartje Huber
Dr. Hans Peter Jung
Dr. Karlijn van den Broek-Dijkstra



Pitches

1^e

Handvatten Positieve Gezondheid voor beginners: over het spinnenweb en het gesprek over Positieve Gezondheid.

Wendy Nederend (Driemaster, Kaag en Braassem)



2^e Handvatten Positieve Gezondheid voor gevorderden: hoe implementeer ik Positieve Gezondheid in mijn organisatie en de wijk? Veranderkundige handvatten aan de hand van een casus.

Door Selma Jonkers Huisarts Leiden toelichting Handboek voor huisartsen over toepassen positieve gezondheid

3^e Handvatten Positieve Gezondheid voor beleidsmedewerkers en het betrekken van inwoners:

welke rol is behulpzaam om Positieve Gezondheid in de wijk verder te brengen?

Roel van Oers en Evelyn Kessels Zoeterwoude: beleidsnota positieve gezondheid samen met ondernemende inwoners.





Gemeente
Zoeterwoude

2018-2022

NOTA SOCIAAL BELEID

Zoeterwoude
Gelukkig en
Gezond



Leefbaarheid

Leefbaarheid betekent prettig en veilig wonen. Het gaat om betrokkenheid en zelfredzaamheid van onze huurders. Samen zorgen we ervoor dat wijken gemengd, gezond, vitaal en leefbaar zijn en blijven. De basis hiervoor is het concept 'Positieve Gezondheid', dat verdeeld is over zes dimensies: meedoen, mentaal welbevinden, dagelijks functioneren, kwaliteit van leven, optimale lichaamsfuncties en zingeving. Om leefbaarheid vorm te geven is een integrale samenwerking van het fysieke en sociaal domein essentieel. Voor het fysieke domein is inrichting van de openbare ruimte gericht op de steeds ouder wordende bewoners een aandachtspunt.

Partijen operationaliseren via de uitvoeringsagenda het concept 'Positieve Gezondheid' voor het volkshuisvestelijk deel, rekening houdend met lokale invalshoeken.

INTERVIEW Initiatief met onder meer aandacht voor ontspanning, voeding en zingeving

'We willen van Zoeterwoude de gezondste gemeente maken'



De gezondste gemeente van Zuid-Holland worden. Dat willen de vijf vrouwen van 'Samen Gezond Zoeterwoude' bereiken. Gezondheid is volgens hen meer dan 'het niet ziek zijn'. Daarom denken ze vanuit zes verschillende pijlers: van financiële gezondheid tot voeding.



Ilona Bos
ilona@samengezondzoeterwoude.nl

Zoeterwoude ■ „Je moet me niet laten lachen”, zegt Evelyn Kessels tegen Pietermel van der Poel, die voor op het fietsrekje zit. „Anders rijd ik zo de sloot met je in.” Vier of vijf keer moeten ze opnieuw langsrijden voor de foto. Vanaf de andere fiets klinkt ook gelach. Connie van der Post zit achterop en Kitty van Leeuwen aan het stuur: „Ik voel me net koningin Máxima met al dat geluk van de camera. Dat geluid hoor je normaal alleen op tv.”

De dames, die ieder hun eigen expertise in de zorg hebben, zetten het



Vlnr: Connie van der Post, Kitty van Leeuwen, Evelyn Kessels en Pietermel van der Poel.



Wat zijn tips en tops als je inwoners betreft bij het opzetten en uitvoeren van je beleid?



Voorbeeld: Zwerfvuilopruimdag

HOE:

➤ Community-up werken:

- Co-creatie van oplossingen en plannen;
- Professionals & inwoners zijn gelijkwaardig
- Gebruik maken van elkaar: talent, kennis, overvloed, mankracht, etc.

2.954

Bereikte mensen

1.342

Betrokkenheidsacties

Bericht promoten

Breakout rooms



- Totaal 5 groepen, indeling is van te voren gemaakt en is aangepast vandaag aan de aanwezigen
- Per groep een procesbegeleider, zij/hij zal zich introduceren
- Tijdsduur van het gesprek 35 minuten incl. een pauze
- **Doel** is van elkaar leren en elkaar inspireren in het toepassen Positieve Gezondheid op het gekozen thema
- Start met kort voorstelronde
- 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.
- Graag 1 deelnemer 1 zin terugkoppelen

Demonstratie Channel IPH voor onze regio binnen Sociaal Domein

door Ellen van Steekelenburg GGD Hollands Midden



<https://iph.1sociaaldomein.nl/groep/347-alliantie-positieve-gezondheid-zuid-holland-noord>

Samengevat

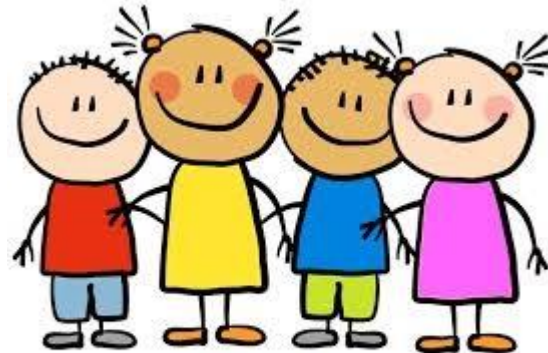
- **iPH channel 1sociaaldomein.nl is een platform voor en door professionals**
- **Om op 1 plek van elkaar te leren, elkaar te inspireren, elkaar vragen te stellen etc.**
- **Voor regio ZHN vooralsnog besloten groep**
- **Meld je aan via**

<https://iph.1sociaaldomein.nl/groep/347-alliantie-positieve-gezondheid-zuid-holland-noord>

Maak er gebruik van!

Zodat we met elkaar kunnen volgen wat speelt in onze regio en samen verder groeien!

Handvatten Positieve Gezondheid voor beginners: over het spinnenweb en het gesprek over Positieve Gezondheid.



GROEP 1

Groep van Cis Groen en
Ariene Volmer

Handvatten Positieve Gezondheid voor gevorderden: hoe implementeer ik Positieve Gezondheid in mijn organisatie en de wijk?



GROEP 2

Groep van Selma Jonkers
en Jacqueline Wallaart

Handvatten Positieve Gezondheid voor gevorderden: hoe implementeer ik Positieve Gezondheid in mijn organisatie en de wijk?



groep 3



Groep van Wendy Nederend
en Eva van Steenbergen

Handvatten Positieve Gezondheid voor beleidsmedewerkers en het betrekken van inwoners



Groep van Hanneke
Zandbergen, Inge van
Dommelen en Ido de Vries
Stevenshof Vitaal

Handvatten Positieve Gezondheid voor beleidsmedewerkers en het betrekken van inwoners



Groep van Roel van Oers en
Evelyn Kessels Zoeterwoude
en Ellen van Steekelenburg

Kerngroep wil beweging neerzetten



- Toelichting: Eva van Steenberg
- Graag betrekken alle passionate idiots
- Meld je aan als je mee wil denken:

evansteenbergen@reos.nl

- Volgende keer 18 november 2021 15.00-17.00 uur

Afronding en Check out



Wat heeft deze bijeenkomst jou opgeleverd?

Mentimeter



Afronding en checkout II



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 18 november?!

