

PRAKTIJKMIDDAG

POSITIEVE GEZONDHEID

12 DECEMBER 2023

WIJKR8CHT



WELKOM

IN DE MFC DE ROEF

SABINE MEGENS
WIJKR8CHT



PROGRAMMA

13:30 WELKOM

13:35 DE ROEF

IN DE PRAKTIJK

14:00 PITCH WERKSESSIES

14:15 WERKSESSIES

15:30 AFSLUITING (PLENAIR)

16:00 BORREL

SABINE MEGENS - WIJKR8CHT

ANNELIES VAN DER HULST - HUISARTS

CARLA VENEMA - DIRECTEUR ZORGDAT

- PG OP DE TEKENTAFEL

- WIJZER IN DE WIJK

- NIEUWE WIJKCENTRA OP BASIS VAN
POSITIEVE GEZONDHEID

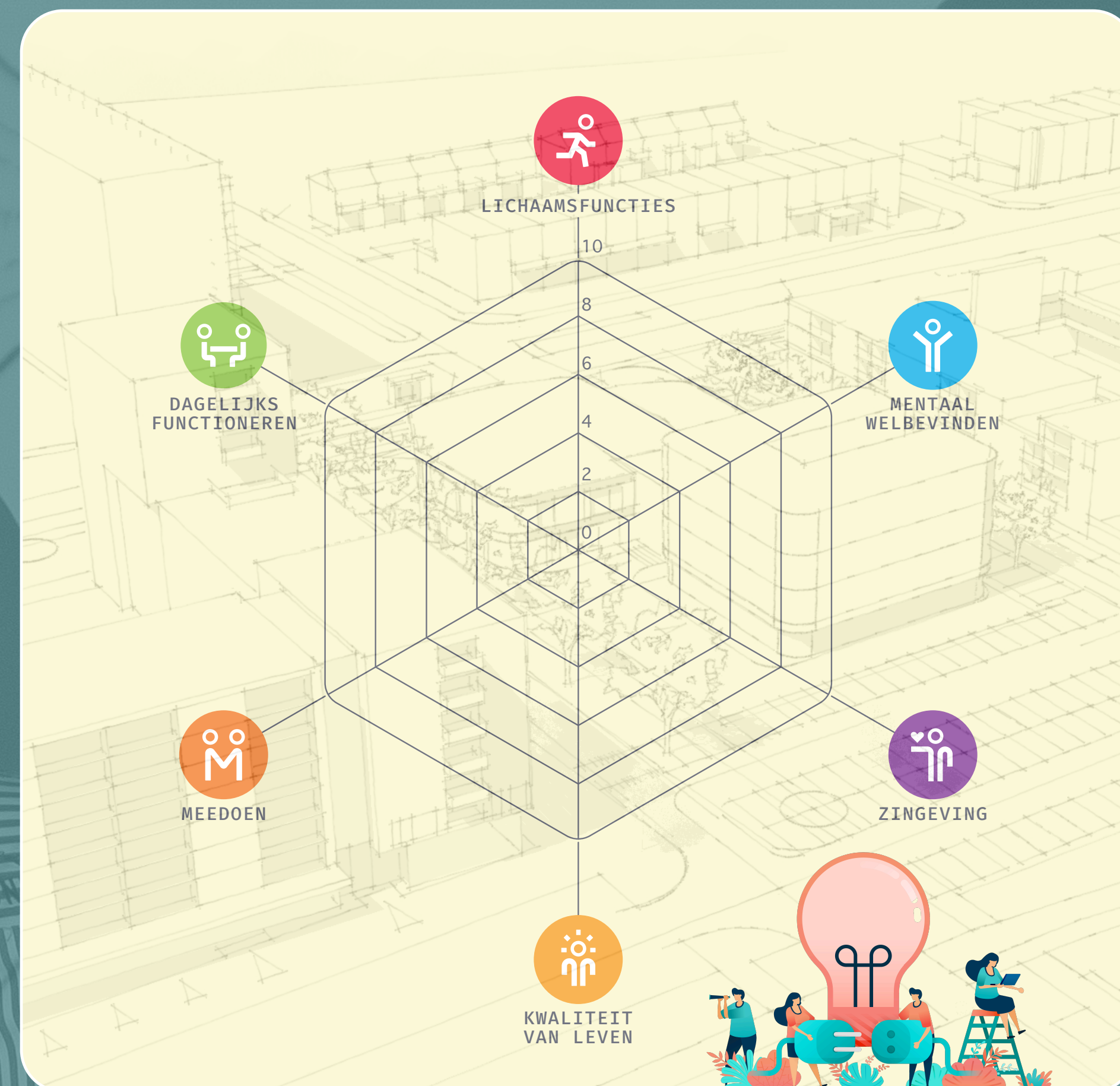
- EXTRA RONDLEIDING ROEF (± 15 PERS)

WIE ZIJN WIJ?



WIJKR8CHT

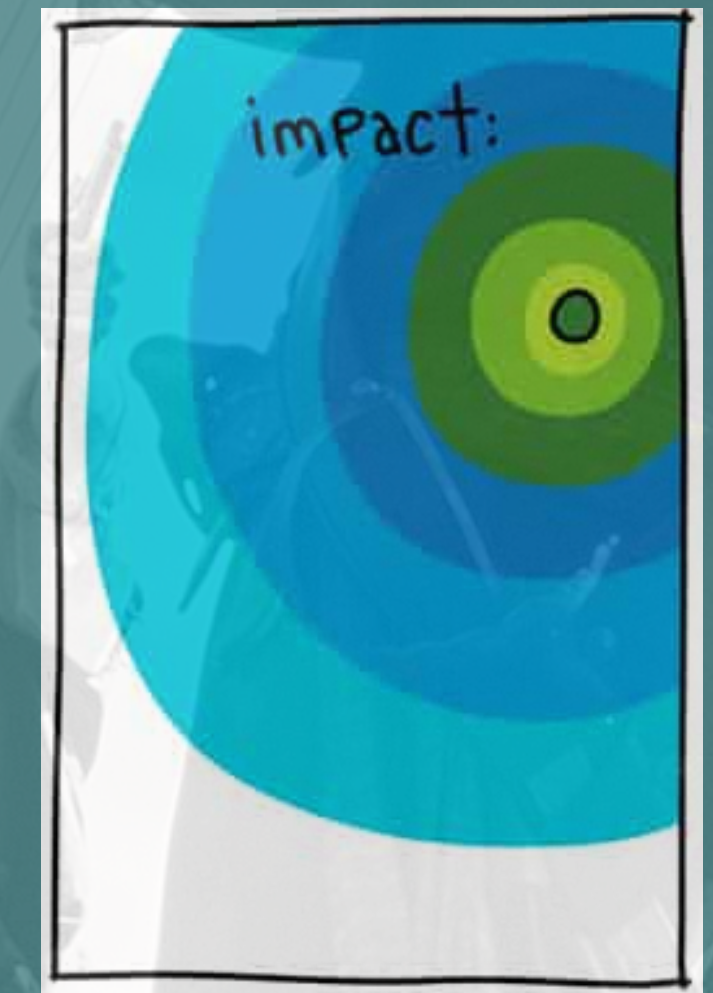
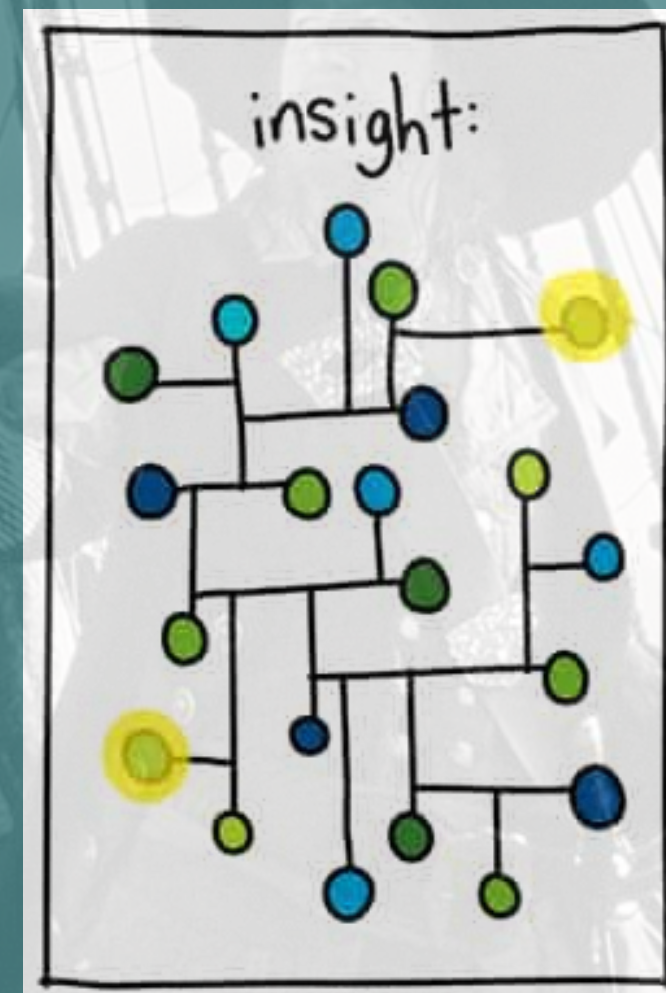
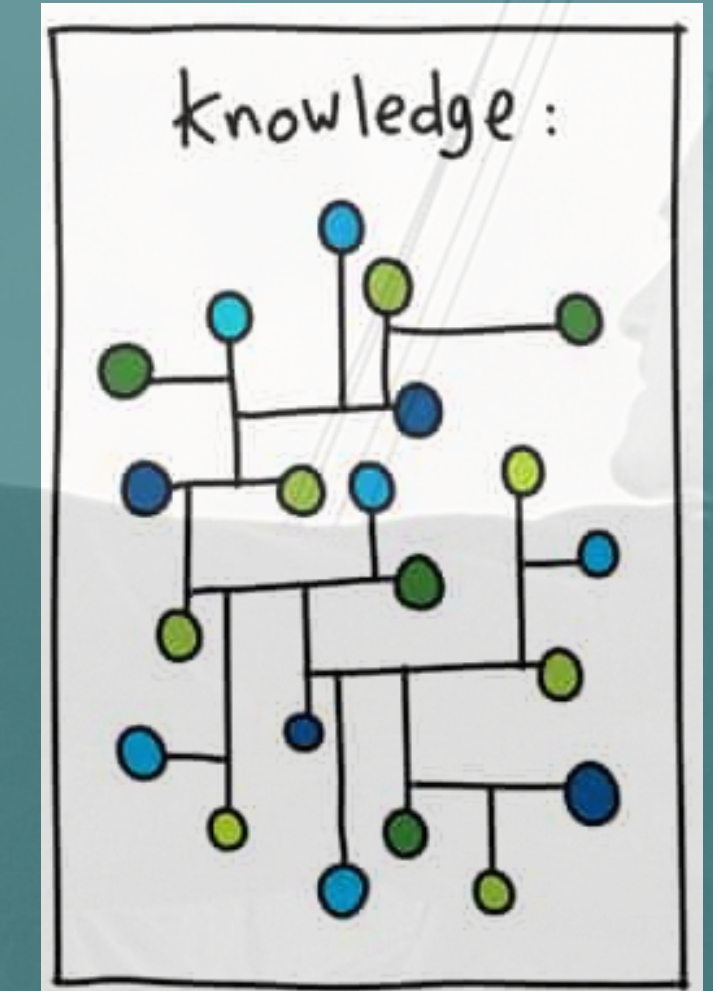
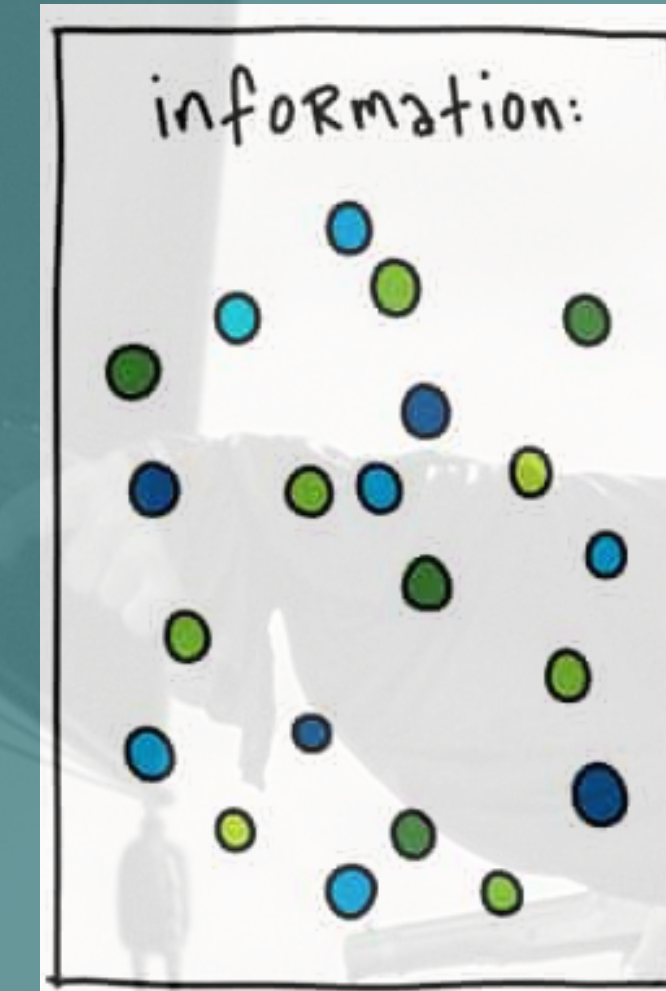
- # ONDERZOEK
- # CONCEPTONTWIKKELING
- # ONTWERPKRACHT
- # PROCESBEGLEIDING
- # BOUWT AAN COMMUNITIES
- # DOET!



WIJKR8CHT = ON(T)ROEREND GOED + STUDIOMAEK

WAAROM DEZE MIDDAG?

- ⊕ POSITIEVE GEZONDHEID
- ⊕ SOCIALE DOMEIN
- ⊕ GEBOUWDE OMGEVING



ILLUSTRATIE : GAPING-THE-VOID

ONTDEKKEN, VERBINDEN & IMPACT MAKEN

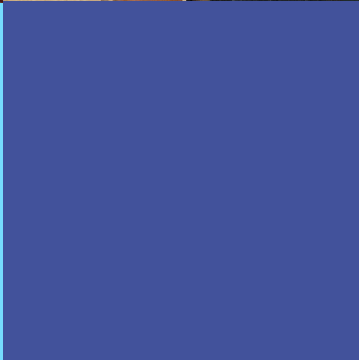
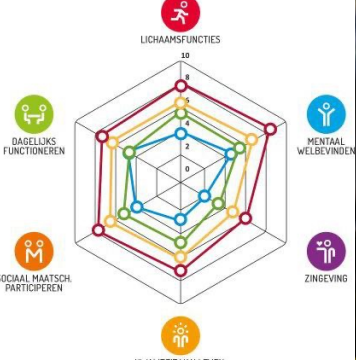
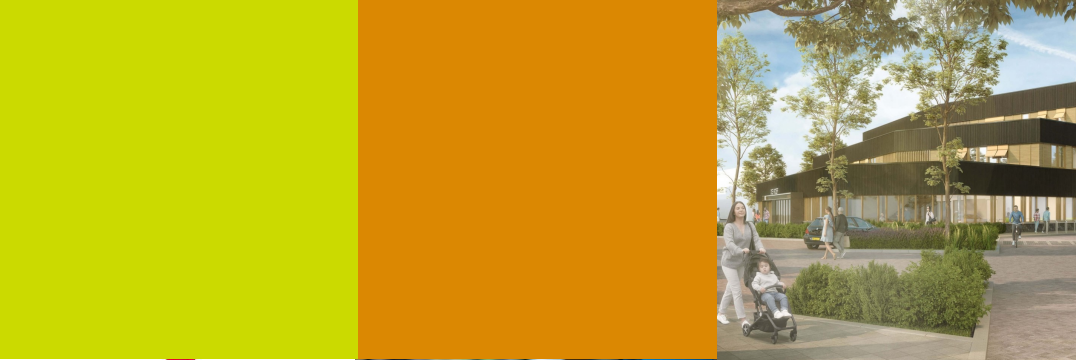
DE ROEF

WIJKCENTRUM POSITIEVE GEZONDHEID

CARLA VENEMA
(ZORGDAT)

ANNELIES VAN DER HULST
(HUISARTSENPRAKTIJK VAN DER HULST)





Positieve Gezondheid in MFC De Roef

Carla Venema, directeur Zorgdat
 Else van Werven, operationeel manager
 Annelies van der Hulst, huisarts
 12 december 2023





Waarom samenwerken?

- Huisarts sinds 2006, eigen praktijk sinds 2014
- Veel chronische ziektes/klachten
- Klachten passen niet altijd in een medisch model
- Opeenstapeling/kluwen van chronische lichamelijke, psychische, sociale problemen

Hoe samenwerken?

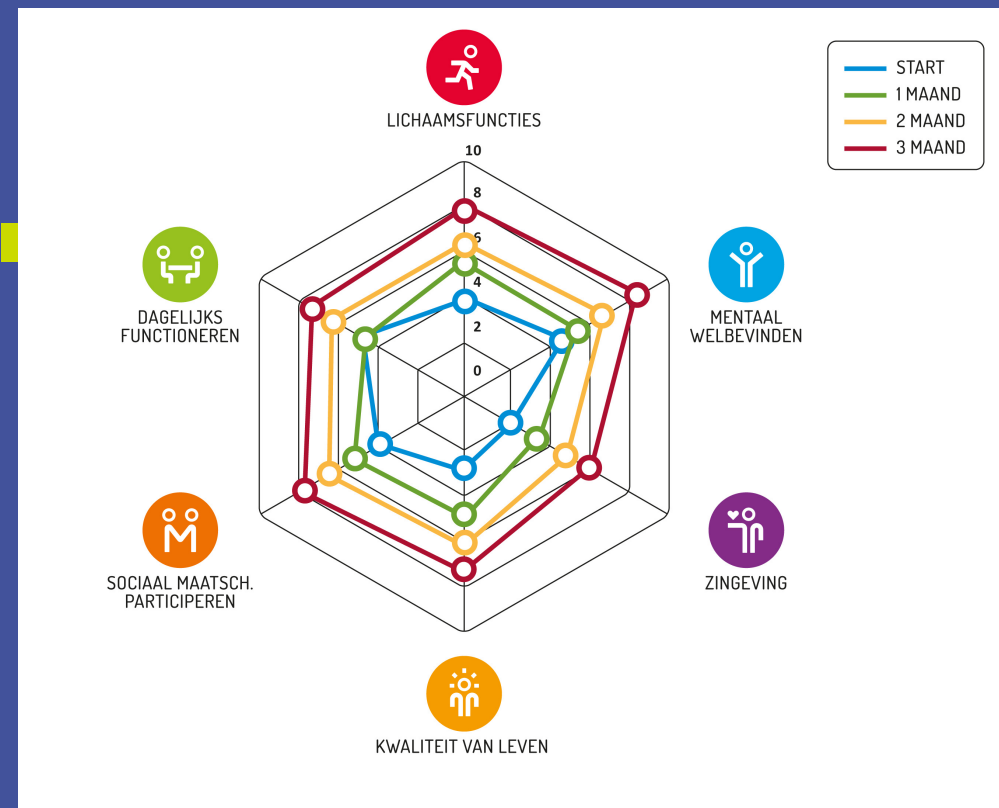
- Huisvesting
- Wijkgebouw de Roef (eerste gesprekken 2019)
- Andere manier van spreekuur doen
- Machteld Huber:

*‘Gezondheid is niet de afwezigheid van ziekte,
maar het vermogen om je aan te passen en je eigen regie te voeren,
in het licht van alle uitdagingen van het leven.’*



Spinnenweb

- Hoofdpijn
- Vermoeidheid
- Slapeloosheid, somberheid, eenzaamheid
- Bewegingsarmoede
- Kluwen van lichamelijke, psychische, sociale problemen
- Chronische ziektes



Het 'andere gesprek'

- Niet: *Welke klacht/ziekte heeft u?*

- Maar:

Hoe gaat het met u?

Wat is voor u echt belangrijk?

Wat zou u willen veranderen?

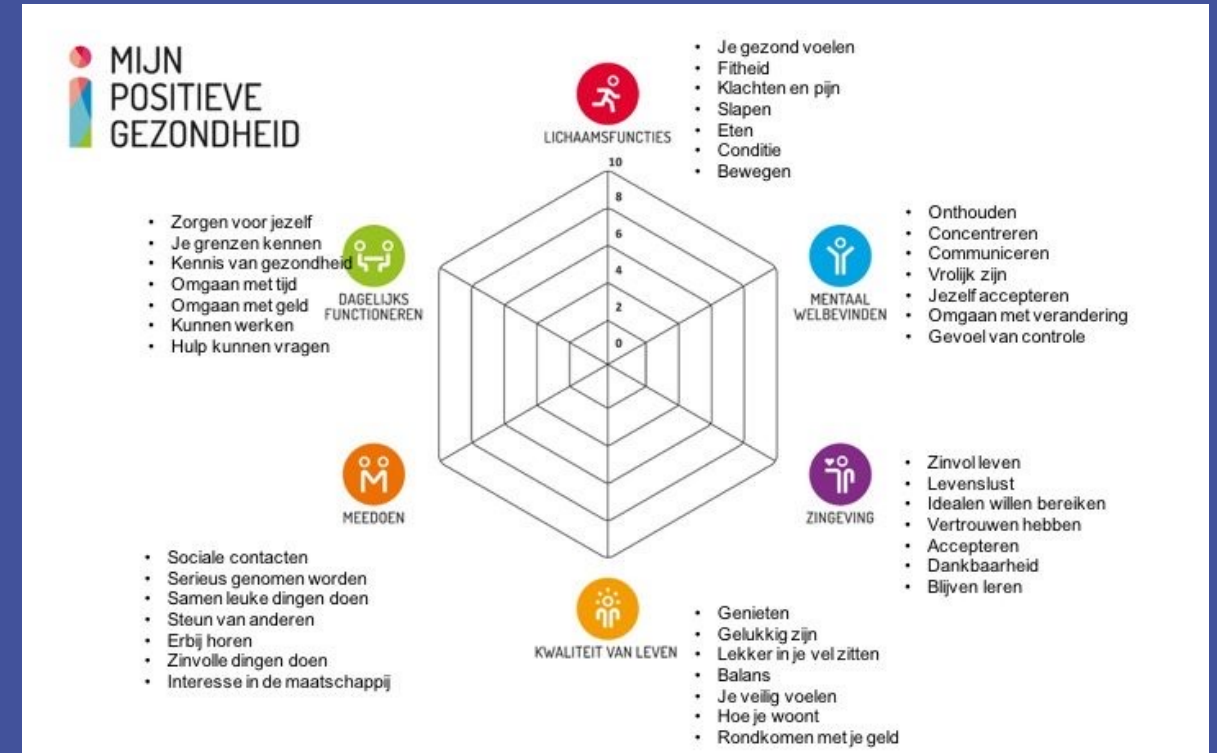
Wie/wat kan daarbij helpen?

- Breder kijken dan beperking alleen

- Aanspreken op eigen veerkracht: *not what's wrong, but what's strong?*

- De mens centraal, niet de ziekte

- Patiënten echt helpen, meer tijd en werkplezier!





Dagelijkse portie Positieve Gezondheid

- Spinnenweb
- Welzijn op recept
- Trefpunt
- Samen Wandelen
- Hoe gaat het?



Wijkanalyse (2019)

- ca. 8000 inwoners
- veel gebruik voedselbank, en in de bijstand
- veel alleenstaande ouderen
- veel eenzame jongere
- veel eenoudergezinnen, jeugdhulp vaak betrokken
- Wensen: persoonlijke aandacht, begeleiding, gezien worden, er toe doen

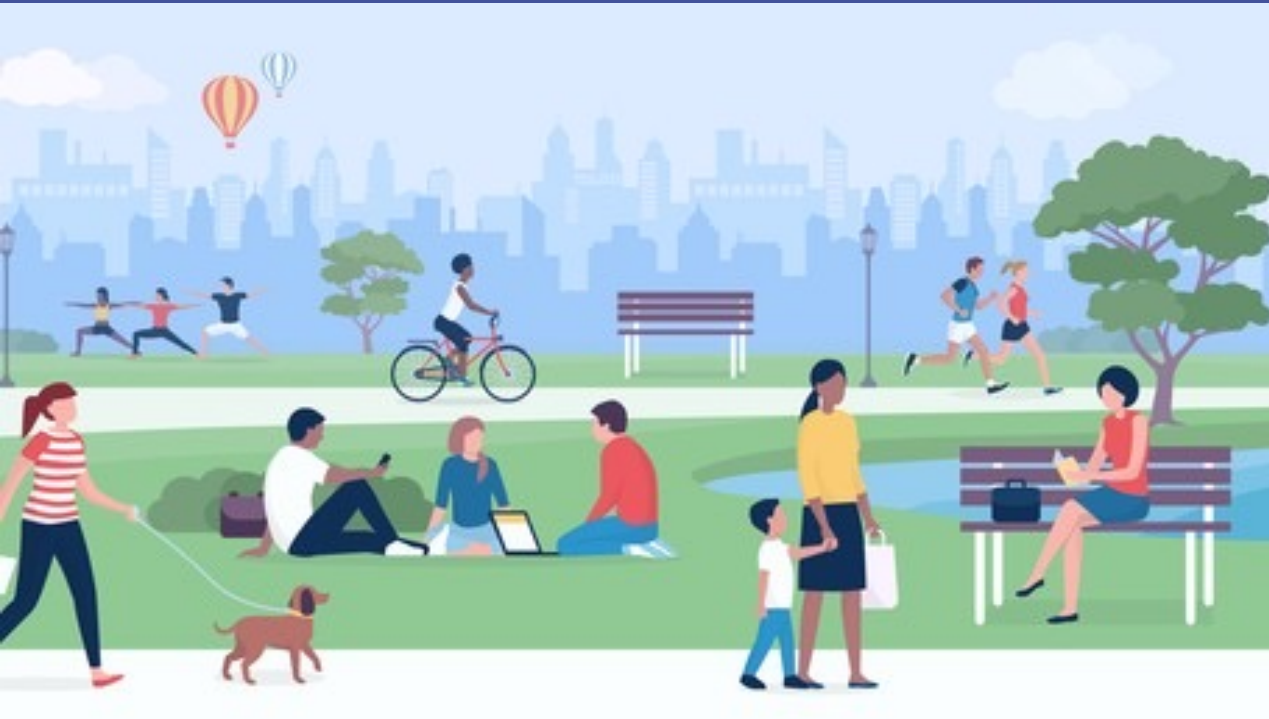
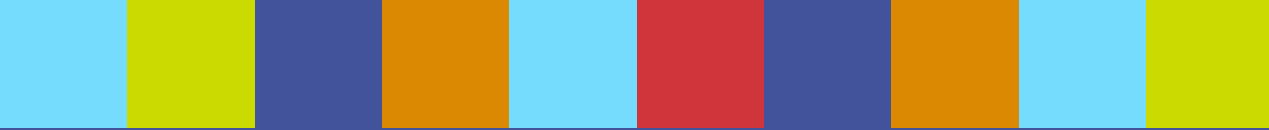


Gezamenlijk antwoord: Positieve Gezondheid! Of: van zz naar gg!

Transformatie wijkcentra



- Wijken met relatief lage SES, vanuit gedeelde visie: Positieve Gezondheid.
- Een brede aanpak met 3 pijlers, gericht op wensen wijkbewoners: zorg, welzijn en ontmoeten
- De Roef (wijk Stadsweiden) en de Kiekmure (wijk Stadsdennen)



Samenwerken in de wijk

- Ontwikkelbestuur
- Gemeente stelt krediet beschikbaar
- Inschakelen adviesbureau
- Workshops met professionals en bewoners: kennismaking, vertrouwen, elkaars taal, aanbod afstemmen
- Betrekken van de wijk!

Doelstellingen

- Mens als geheel
- Focus niet alleen op probleem/ziekte
- Kijken naar mogelijkheden (i.p.v. beperkingen)
- Vergroten van veerkracht, vermogen om te gaan met de uitdagingen in het leven.
- Oplossingen niet alleen in medische domein
- Meedoen aan activiteiten, ontmoeten, gezien worden
- Zingeving en contact!



De Roef biedt mogelijkheden om een betekenisvol leven te leiden, op een manier die bij je past!

Welzijn op recept en het trefpunt Positieve Gezondheid



Verwijzing door huisarts

Gesprek met welzijnscoach

Gekozen activiteit

Trefpunt Positieve Gezondheid Welzijnscoaches



Onze huisgenoten



Psycho Praktijk
Harderwijk-Emmeloord

medicamus
huisartsen coöperatie u.a.

BENU
APOTHEEK

stimenz
sociaal werkt!



STICHTING DE MARETAK VELUWE



huisartsenpraktijk
van der Hulst

rondom
podotherapeuten

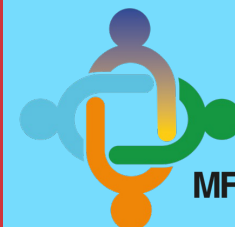


HUISARTSENPRAKTIJK
BREDEWEG



Dans & Theaterstudio
Annemieke Bais

zörgdat
verbindt mensen



MFC Harderwijk



Simpl. Food
voedings- en dieetadvies

Shiatsu
praktijk
Centino

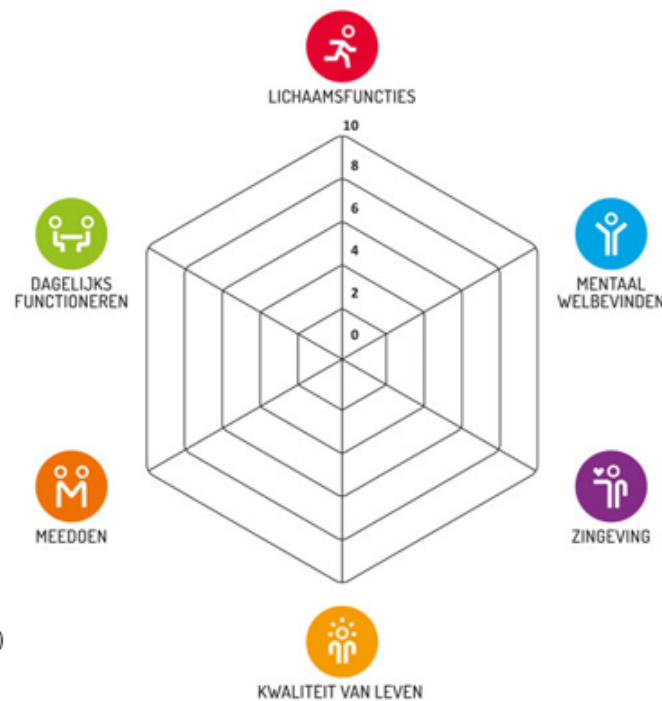
Ons aanbod

Op activiteiten- en dienstenniveau

- Voorlichting medicijngebruik
 - Individuele begeleiding jongeren
 - Intake voor de voedselbank Harderwijk
 - Informatiemomenten (gezonde voeding, valpreventie, domotica)
 - Participatie in de Tafel Samen aan Zet (multiproblematiek)
 - Praktische hulp alledaagse klusjes
 - Juridische ondersteuning
 - Vroeg signalering schulden
 - Gezondheids cursussen
 - Cursus ouders 'hulp met opvoeden'
 - Cursus 'Hoe gaat het op school?'
 - Hulpmiddelen
 - Preventieve zorgactiviteiten
-
- Interculturele koffieochtend
 - Club Interactief
 - Koken met en voor verschillende groepen
 - In Beweging
 - Taal stimulering
 - Kinderwerk
 - Divers activiteiten aanbod
 - Sporten in groepen (inclusief koffie moment)
 - Huiskamer van de buurt
 - Huiswerkbegeleiding
 - **Verenigingsleven in wijkcentrum**
 - Dansen
 - Muziekverenigingen
 - Zangverenigingen/koren
 - Kaartverenigingen
 - Toneelclub
 - Gastvrije ontmoeting
 - Buitenspeelactiviteiten kinderen in de wijk
 - Binnen activiteiten kinderen in De Roef
 - Leerwerktraject jongeren

- Consulten huisarts
- Gezond bewegen
- Ondersteuning bij pijn en klachten (manuele en oefentherapie)
- Ademtherapie
- Geheugenonderzoek

- Welzijn op recept
 - Servicepunt mantelzorg
 - Servicepunt vrijwilligerswerk
 - Ouderen advies
 - Diverse activiteiten (tafel van één)
 - Inloop spreekuur sociaal werker
 - Begeleiding bij stress & burn-out
 - Hulp bij relationele problemen
 - Hulp bij echtscheiding
 - Hulp bij psychosociale problematiek
 - Assertiviteitstraining
-
- Geluksroute
 - Ouderen advies
 - Servicepunt vrijwilligerswerk
 - Mindfulness training
 - Yoga
 - **Verenigingen in wijkcentrum**
 - Cursussen (Muziekverenigingen)
 - Zangverenigingen/koren
 - Kaartverenigingen
 - Toneelclub
 - Kunst en cultuur
 - Muziek maken
 - Boekenclub
 - Dagbesteding



- Financieel trefpunt
- Odensehuis (inloop voor beginnende dementie)
- Informele hulp en ondersteuning
- Buurtbemiddeling
- Persoonlijke training?
- Leefstijladvies (GLI)
- Slaapadvies
- Voedingsadvies
- Spreekuur BOA in de wijk
- Woonadvies



Vragen?



ZODUS

WERKSESSIES

Wijzer in de Wijk

Ellen van steekelenburg
GGD

Positieve Gezondheid
op de tekentafel

Mieke reynen
IPH

Een nieuwe
generatie wijkcentra

Melvin kaersenhout
WIJKR8CHT

WIJZER IN DE WIJK

Wijzer in de Wijk

Positieve Gezondheid
op de tekentafel

Een nieuwe
generatie wijkcentra

Ellen van steekelenburg
GGD

Mieke reynen
IPH

Melvin kaersenhout
WIJKR8CHT

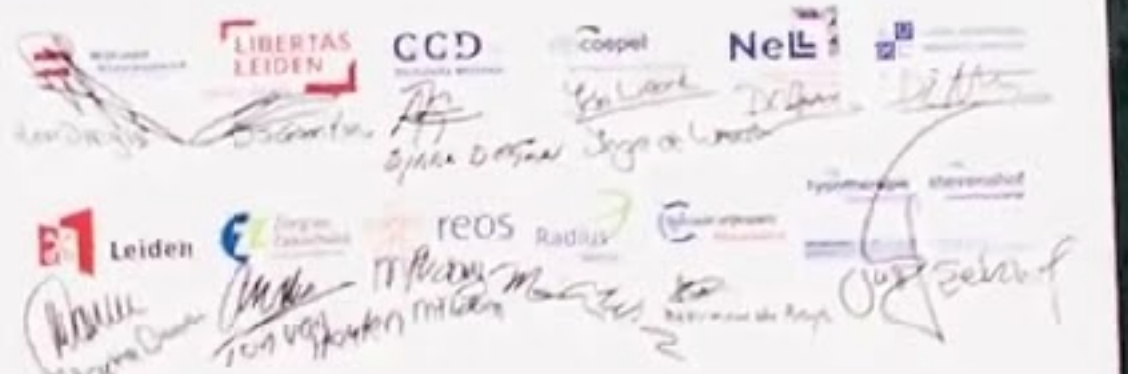


ALLES IS GEZONDHEID

MISSIE

Met een netwerk van ruim 3.000 partners stimuleert Alles is Gezondheid de beweging naar een vitaler Noorderland





Ja,

Wij, bewoners en samenwerkende organisaties, onderschrijven de missie van Alles is Gezondheid en beloven speciaal hiervoor deze activiteiten uit te voeren:

Onze ambitie is samenwerken aan een vijk waarin bewoners zich Recht of Gezond(er) voelen:

- We werken samen in samenwerking met de gemeenteraad en de gemeenteraad om de kwaliteit van de leefomgeving te verbeteren. We werken samen met de gemeenteraad om de kwaliteit van de leefomgeving te verbeteren.
- We werken samen in samenwerking met de gemeenteraad en de gemeenteraad om de kwaliteit van de leefomgeving te verbeteren. We werken samen met de gemeenteraad om de kwaliteit van de leefomgeving te verbeteren.
- We werken samen in samenwerking met de gemeenteraad en de gemeenteraad om de kwaliteit van de leefomgeving te verbeteren. We werken samen met de gemeenteraad om de kwaliteit van de leefomgeving te verbeteren.

Deuren 10 september 2019

Getekend in Leiden, Stevenshof

POSITIEVE GEZONDHEID OP DE TEKENTAFEL

Wijzer in de Wijk

Ellen van steekelenburg
GGD

Positieve Gezondheid
op de tekentafel

Mieke reynen
IPH

Een nieuwe
generatie wijkcentra

Melvin kaersenhout
WIJKR8CHT



NAAR EEN NIEUWE GENERATIE WIJKCENTRA

Wijzer in de Wijk

Ellen van steekelenburg
GGD

Positieve Gezondheid
op de tekentafel

Mieke reynen
IPH

Een nieuwe
generatie wijkcentra

Melvin kaersenhout
WIJKR8CHT



 de Roef

 de Roef



CHECKOUT

LEREN, DELEN & ELKAAR INSPIREREN

SABINE MEGENS
WIJKR8CHT

