



Twee gemeenten met hetzelfde doel

[> Pagina 2](#)

Ambities Kracht van de Veenkoloniën

[> Pagina 3](#)

Samen Zwanger helpt (aanstaande) moeders

[> Pagina 4](#)

Werk als sleutel voor gezondheid

[> Pagina 6](#)



KANS VOOR DE VEENKOLONIËN

Het Ministerie van VWS heeft in mei 2019 groen licht gegeven voor de derde fase van “Kans voor de Veenkoloniën”. In deze fase, die tot 2023 loopt, werken inwoners, overheden, organisaties, zorgverzekeraars en bedrijven samen om de gezondheidssituatie in de Veenkoloniën te verbeteren.

Wat vooraf ging

De aanleiding van het programma Kans voor de Veenkoloniën is het amendement van Agnes Wolbert, toenmalig PvdA kamerlid, die in 2014 een lans brak om in deze regio, waar de gezondheidsverschillen groot zijn, extra te investeren. De opdracht aan de regio was om te komen met een breed gedragen plan waarin gewerkt wordt aan een betere gezondheid in de regio; een betere kwaliteit van zorg tegen gelijkblijvende of lagere kosten. Er werd de afgelopen periode sterk ingezet op factoren die de gezondheid beïnvloeden zoals armoede, laaggeletterdheid, inwonersparticipatie, eenzaamheid, ondersteuning van jongeren, leefstijl en geboortezorg. Kans voor de Veenkoloniën biedt een impuls aan allerlei partijen en gemeenten in de regio die zich ook met deze thema's bezighouden.

Op naar de derde fase

Er wordt een verdere focus aangebracht voor de komende periode; aandacht voor jeugd, de leefomgeving, betekenisvolle deelname aan de maatschappij, inwonersparticipatie en positieve gezondheid zijn hierbij de belangrijkste uitgangspunten. Met de 5,6 miljoen die VWS in de derde fase beschikbaar stelt, zullen belangrijke thema's uit de afgelopen periode aandacht blijven krijgen. Daarnaast vragen de Veenkoloniën een eigen aanpak waarbij inwoners prominent meedoen en meebepalen. Onder de naam **Kracht van de Veenkoloniën** zal dit in komende fase verder worden ontwikkeld met de Bewonersraad die het afgelopen jaar is opgericht.

Daarnaast is er specifiek aandacht voor kinderen en jeugd in **Goede Start**. Er wordt ook ingezet om tot manieren te komen om de zorgkosten te beteugelen. In deze regio wordt, in vergelijking met andere regio's, ongeveer 115 miljoen per jaar extra aan zorgkosten uitgegeven. De besparingen die door slim samenwerken worden bereikt, worden o.a. geïnvesteerd in preventieve programma's voor de regio. Zo wordt in Coe-

“Met Kans voor de Veenkoloniën wordt een beweging op gang gebracht die een positieve impuls geeft aan de gezondheid van iedereen die woont, werkt en leeft in de regio.”

vorden en Hoogeveen gewerkt aan **Shared Savings** afspraken. Niet alleen mensen beter maken, maar zorgen dat zij niet ziek worden; dat is de ambitie die in de derde fase voorop komt te staan.

Preventie vraagt lange adem

Het veranderen van de gezondheidssituatie is niet eenvoudig. In de acht jaar looptijd van dit programma wordt er een begin gemaakt met een beweging die na 2023 doorgaat. Met alle betrokkenen wordt de uitdaging aangegaan om de inzet de komende jaren te borgen in de regio. Waardoor uiteindelijk een nieuwe generatie gezonder en kansrijker kan opgroeien. ♦

KANS VOOR DE VEENKOLONIËN OP REGIONAAL EN LANDELIJK NIVEAU

In de komende fase van Kans voor de Veenkoloniën staan borging en verduurzaming hoog in het vaandel. Dit kan alleen in samenwerking tot stand komen. Op lokaal en regionaal niveau verbinden organisaties, overheden, burgerinitiatieven en verschillende beleidsterreinen zich aan elkaar, maar er worden ook verbindingen gelegd met landelijke ontwikkelingen.

Een goed voorbeeld hiervan is het traject Goede Start. Alle gemeenten die hiermee aan de slag gaan, hebben zich inmiddels aangesloten bij het landelijke programma “Kansrijke Start”. Landelijke kennisinstituten als Pharos en Stichting Lezen en Schrijven zijn betrokken bij Kans voor de Veenkoloniën, net als “Alles is Gezondheid” en de ingezette GROZ beweging. Op die manier wordt landelijke kennis en kunde gebruikt om een effectieve preventie beweging te realiseren. In de regio zijn verbindingen te maken met de Regiodeals, Groningen Perspectief en het Nationaal programma Groningen. Het Nationaal Preventie Akkoord wordt momenteel vertaald naar de regio's. De gezondheid in de regio vraagt ook samenwerking met het bedrijfsleven, economie is namelijk een belangrijke pijler voor gezondheid. ♦

WAAR ZIT DE KRACHT VAN DE VEENKOLONIAAL?

Het zal u misschien niet verbazen dat ik als Gronings-talige liedjesschrijver en zanger in veel plaatsen binnen de provincie Groningen heb gespeeld. Zelfs op plaatsen waar ontzettend veel mensen het bestaan niet eens van weten. Het optreden is een zeer aangename bezigheid en heb daarnaast de provincie leren kennen. Dat er veel verschil in

de plaatsen zit in Gronings dialect en cultuur, maar ook in mentaliteit van de bevolking. Soms herken ik zo langzamerhand aan de gezichten waar de mensen vandaan komen.

Net zozeer als in andere delen van de provincie Groningen is de eigenheid in de Veenkoloniën sterk. [> Pagina 2](#)



OPINIE
ERWIN DE VRIES





> Vervolg **Opinie Erwin de Vries**

Een groot gebied van zuidelijk Groningen tot aan zuidelijk Drenthe. Een prachtig deel van ons land met een rijke geschiedenis. Tegenwoordig is mijn interesse voor de Veenkoloniën alleen maar toegenomen. Niet alleen vanwege een hoofdrol dat ik mag vertolken als een echt Veenkoloniale man in de opera

Veendammer Wind, maar ook als inspiratie voor mijn nieuwe liedjes.

De geschiedenis van kanalen graven, de monden en het turf steken en vervoeren. Weer een voorbeeld in deze provincie waarin arm en rijk tegenover elkaar stonden. Dat zou misschien een reden kunnen zijn dat gemiddeld genomen de inwo-

ners van de Veenkoloniën nog het meeste recht hebben op ontwikkeling. Aangezien ze in de regio in vergelijking met andere delen van het land 7 jaar eerder sterven en 15 jaar eerder slechte gezondheid ervaren. De zoektocht is begonnen, ondersteuning is ingezet. Daar is Kans voor de Veenkoloniën geboren met o.a. dank aan Agnes Wolbers en gaan we met veel medestanders op zoek naar de kracht van de Veenkoloniën.

Nu moet ik zeggen dat ik ze niet anders ken dan krachtig. Ze zien er vaak ook krachtig uit. Vaak groot, sterk, grote handen en een zware stem. Zelfs sommige vrouwen. En dan krijg ik direct weer een beeld op mijn netvlies van de noeste arbeider die zijn leven lang moest ploeteren op het veen. Altijd met die baas erboven die het verschil tussen 'boas en aarbaider' wel duidelijk zou maken. En dat verschil trilt nog vaak door van generatie op generatie. Kansen? Hoezo kansen. Hebben deze mensen ooit kansen gehad dan? Voor de één misschien iets meer dan voor de ander, maar het geloof in zichzelf is er niet sterker

op geworden. Geloof in een toekomst, goed werk, de waarde van het leven. Waarom zou je gezonder moeten leven als je toch iedere dag weer hetzelfde stramien moet doorstaan? Dat stramien dat je vader en opa ook hebben doorstaan. Een stramien van psychologische schema's en oer-gevoel, een gevoel van ongelijkheid. En als anderen niet in je geloven zullen ze je blijven zien als ongelijk. Een samenleving is nooit een samenleving als we dit zo blijven zien. Daarom zie ik de kracht van de Veenkoloniaal. Hun bereidheid om hard te werken, hun eigenzinnigheid, hun trouw, hun doelgerichtheid, gevoel voor humor en doorzettingskracht verdienen kansen. Geef ze het gevoel dat we gelijk zijn. Daar zijn voorbeeldfuncties voor nodig. Maar ga niet vertellen wat wel en niet moet. Dat hebben we maar al te vaak gehoord. Dan krijg je al snel terug:

“Bemui die met dien eigen rotleven, mienjong!” ♦

TWEE GEMEENTEN MET HETZELFDE DOEL

Hoe maak je als gemeente de verbinding tussen Kans voor de Veenkoloniën en de bewoners? Lian Veenstra (wethouder in Stadskanaal) en Joop Brink (wethouder in Coevorden) hebben daar inmiddels ruime ervaring mee. De een met onder andere Goede Start, de ander met Shared Savings.

Lian Veenstra: “Toen ik hier een jaar geleden als wethouder kwam, werd mij snel duidelijk dat wij in Stadskanaal een bepaalde kijk hebben op jeugd, jongeren, gezinnen, die naadloos aansloot bij Goede Start. Ze horen heel erg bij elkaar. Door pilots zoals bij ons en met een mooi bedrag van KvdVK, kan Goede Start zich verder ontwikkelen, zodat het project hopelijk ook in andere gemeenten kan landen.”

Hoe zit dat in Coevorden?
Joop Brink: “In Coevorden zetten we Shared Savings in. Alles wat we besparen door slim samenwerken gaat niet naar gemeente of zorgverzekeraar, maar gaat terug naar nieuwe preventie-maatregelen. Toch is het best een taai proces want we leven in een zorgwereld die financieel strak geregeld is langs de lijnen van allerlei zorgwetten. Ziekte en ellende worden vergoed. Gezondheid en het voorkomen van ziekte niet. Die systeemomslag naar preventie moeten we maken.”

Lian Veenstra: “Er is ook een mentaliteitsverandering nodig. In Goede Start leren ouders van elkaar, op een lichtvoetige manier. Aan tafel met een kop koffie. “Wat voor fruit geef jij je kind?” Wat, fruit??” Dus niet meteen zware jeugdzorg inschakelen, niet onnodig medicaliseren. Soms is het ook gewoon met elkaar praten, elkaar kennen.”

Waar sta je als wethouder?
Lian Veenstra: “Je staat als overheid te vaak langszij: je betaalt en bepaalt van alles, maar inwoners moeten het doen. Je kan als gemeente wel de verbinding tussen de organisaties zijn. En soms is het contact heel concreet. Ik mocht een Stoppen met roken-app lanceren, omdat Stadskanaal een rookvrije gemeente wil worden. Zodra die app goed werkt, stop ik zelf ook met roken. Mijn doel is dat inwoners met mij mee gaan doen. Al zijn het er maar vijf.”

Joop Brink: “We geven geen cent uit als we niet weten of bewoners er ook echt wat aan hebben. Alles wat we doen om de gezondheidsachterstanden weg te werken, moet een plek vinden in het leven van onze inwoners.”

Hoe zorg je voor betrokkenheid van de bewoners zelf
Joop Brink: “Het bewonersinitiatief Kracht van de Veenkoloniën helpt ons om de aansluiting met andere bewoners te vinden.



De sleutelfiguren, de informele burge-meester in de wijk, die heb je gewoon heel hard nodig.”

Lian Veenstra: “Bewoners die wat willen kun je als gemeente ondersteunen in proces en logistiek, maar het initiatief moet van de inwoners blijven. Ik hoop echt dat die voldoende uit de verf gaan komen. Dat is wel mijn zorg. Het zijn vaak dezelfde vrijwilligers die op verschillende plekken terugkomen. Ze zijn goud waard, maar ergens houdt het voor hen op. Het is soms te zwaar.”

Hoe ga je verder in de volgende fase van KvdVK?
Lian Veenstra: “Gezondheidsproblemen zijn heel nauw verweven met armoedeproblemen en vice versa. Doordat je elkaar als organisaties kent, kun je elkaar versterken.



Zo kan het grote onderzoek van Alliantie van Kracht naar generationele armoede van onschatbare waarde zijn voor KvdVK. Je moet elkaar in elk geval niet beconcurreren.”

Joop Brink: “Ik hoop dat we in de leefstijl van onze inwoners een verandering tweebrengen. Ik ben blij met de trend die er nu is: heel Nederland heeft het over preventie. En ik hoop dat we de statistieken die melden dat inwoners van de Veenkoloniën zeven jaar eerder overlijden, kunnen terugbrengen naar drie of vier jaar.”

Lian Veenstra: “Het is van de zotte dat mensen hier minder lang leven en eerder ziek worden. Laten we de kans aangrijpen en het geld van KvdVK voor ons laten werken.” ♦

HET BARST VAN DE INITIATIEVEN IN DE VEENKOLONIËN



“Walking football, ‘wandeland voetbal’ voor 60-plussers; ouderen die elkaar ontmoeten en samen eten; duurzaamheid en nieuwe vormen van wonen. Het is zo maar een greep uit de bewonersinitiatieven die elkaar op zaterdag 6 april ontmoetten tijdens de eerste inspiratiebijeenkomst van Kracht van de Veenkoloniën.

Het leren kennen van elkaar en het uitwisselen van kennis en ervaringen stond tijdens de middag centraal. Zo was er onder meer aandacht voor het financieren van initiatieven, het vinden en binden van vrijwilligers, huis-kamerprojecten, positieve gezondheid en digitale toepassingen. Deze eerste geslaagde middag smaakt naar meer en krijgt zeer zeker een vervolg. ♦

DOE MEE MET DE BEWONERS- RAAD KRACHT VAN DE VEEN- KOLONIËN

Wil je na het lezen van de ambities van de Bewonersraad ook meedoen, dan kan dat op verschillende manieren. Als ambassadeur kun je de Bewonersraad een warm hart toe dragen en het werk van de raad uitdragen. Je kunt ook actief lid worden van de Bewonersraad en meehelpen om de ambities uit te voeren. Het kan ook zijn dat je zelf met een initiatief in je hoofd rond loopt of zelfs al bezig bent en hulp nodig hebt. In alle 3 gevallen kun je een mail sturen naar **bewonersraad@kvdvk.nl** en wij nemen contact met je op. ♦

AMBITIES KRACHT VAN DE VEENKOLONIËN

De bewonersraad Kracht van de Veenkoloniën wil de kracht van de inwoners bundelen en van onderop door middel van projecten en advies de gezondheid bevorderen. De bewonersraad is van mening dat juist projecten die door inwoners zelf worden gedragen, meer zullen bijdragen aan de gezondheidsverbetering, dan van bovenaf opgelegde projecten. Om dat te doen beschikken wij over ruimte en financiën binnen Kans voor de Veenkoloniën. De bewoners hebben met elkaar deze ambities geschreven:



SAMEN ZWANGER HELPT (AANSTAANDE) MOEDERS



IRIS POSTHUMUS MET HAAR EERSTE KINDJE YENTHE

Voor de tweede keer deelnemen aan een Samen Zwanger groep van Goede Start, dat doet Iris Posthumus (24 jaar) uit Wijteveen. In het voorjaar van 2018, toen zwanger van haar eerste kindje, nam Iris voor het eerst deel aan een Samen Zwanger groep. Een groep waarin aanstaande moeders elkaar om de drie weken ontmoeten om samen te leren over het moederschap, de bevalling en om elkaar te ondersteunen. Al meer dan 2000 zwangeren deden mee.

Via één van haar schoonzussen kwam Iris bij Samen Zwanger terecht. Haar vriend was veel weg voor zijn werk, en ze woonde nog maar kort in de omgeving, dus leek

dit Iris een goede manier om mensen te leren kennen. De Samen Zwanger groep bleek een perfecte oplossing: een groep van zeven vrouwen die allemaal rond dezelfde tijd uitgerekend waren.

“Het was niet alleen serieus, maar ook heel gezellig”, zegt Iris. “Na een jaar hebben we nog steeds contact met elkaar. We hebben een high tea gedaan, zijn gaan babyzwemmen na een paar maanden en binnenkort zien we elkaar weer met z’n allen. Ook geven we elkaar nog steeds tips!”

Iris voegde toe dat de groep heel nuttig is voor vrouwen die voor de eerste keer moeder worden. “Je bent

dan onzeker en neemt alles aan. Door de begeleiding van de de Samen Zwanger groep word je super goed ondersteund en ben je zeker geen nummertje.”

Martien Kroeze, projectleider van Goede Start legt de nadruk op het belang van moeders als Iris, die voor de tweede of derde keer mee doen. “De moeders maken niet alleen hun eigen netwerk groter, maar ook dat van de andere aanstaande moeders. Het verrijkt de discussie om ook moeders in de groep te hebben die al een keer zijn bevallen. Het samenbrengen van mensen met andere achtergronden en ervaringen, daar zijn deze groepen ideaal voor!” ♦

SAMENWERKING GOEDE START EN GGD GRONINGEN



JOS RIETVELD

Vanuit Kans voor de Veenkoloniën wordt samenwerking met en tussen partijen uit de regio gestimuleerd. Zo werkt Goede Start nauw samen met de GGD.

Jos Rietveld, directeur GGD Groningen, zegt daarover: “Goede Start werd van meet af aan binnen Kans voor de Veenkoloniën gezien als een veelbelovend project. Het gaat over geboortezorg in de brede zin: een kans voor alle kinderen, uit welk gezin dan ook. Dat is een thema waar wij als GGD ook mee te maken hebben. Vanuit onze jeugdgezondheidszorg zien wij vrijwel alle kinderen in de Veenkoloniën op consultatiebureaus en scholen; de doelen van Goede Start en de jeugdgezondheidszorg liggen direct in elkaars verlengde.”

De GGD heeft de afgelopen periode ingezet op een goede samenwerking met Goede Start. “Zowel wij als Goede Start doen dingen die de moeite waard zijn om te borgen. Je hebt voor zo’n groot programma een aanpak nodig die consistent en consequent is. In acht jaar tijd is het moeilijk om structurele veranderingen tot stand te brengen in een regio. Als we gezamenlijk door ontwikkelen op de lijn waarop we nu zitten, heb ik er vertrouwen in dat het project na de derde fase van Kans voor de Veenkoloniën gecontinueerd kan worden.” ♦

“We leerden over een heleboel dingen zoals babymassage, draagzakken en bespraken van alles met de verloskundige. Het is lastig als je maar eens in de zoveel tijd controle hebt, er komt dan veel over je heen. De vragen die daarna in je opkomen, kun je dan niet stellen. Hier kun je ze later stellen of je gooit ze in groepswhatsapp.”

GOEDE START – ONTWIKKELEN EN VERANKEREN

Samen sta je sterker, daarom biedt Goede Start collectieve programma’s voor iedereen.

Naast Samen Zwanger, die uitgelicht staat in de tekst hiernaast, biedt Goede Start nog twee programma’s aan. In Samen Ouders doorlopen acht moeders met kind als groep de eerste levensjaren van het kind, dit vervangt individuele afspraken bij het consultatiebureau. Met Samen Opgroeien wordt samen jonge ouders voorlichting gegeven aan scholieren op middelbare scholen.

- Er zijn vier pilots gestart in de afgelopen jaren:
- ♦ Armoedebestrijding
 - ♦ Rookvrij opgroeien
 - ♦ Gezond gewicht
 - ♦ Gezondheidsvaardigheden

“Om een generatie te veranderen, heb je een generatie nodig!”

AESPRAKEN MAKEN OVER ZORG EN PREVENTIE



SAMEN WERKEN AAN HET VERMINDEREN VAN HET ZORGGEBRUIK

Shared Savings (gedeelde besparingen) wordt in het amendement Wolbert (2014) benoemd als belangrijk element voor het verkleinen van gezondheidsverschillen. Naast het verbeteren van de gezondheid en het verhogen van de kwaliteit van leven en zorg, wordt tegelijkertijd gewerkt aan het beheersen van de kosten.

Shared Savings zijn besparingen die kunnen worden ingezet voor nieuwe interventies, waarover gemeenten, zorgverzekeraars en zorgaanbieders afspra-

ken maken. Gezien het hogere zorggebruik in de regio is het van belang hier aandacht aan te besteden.

De afgelopen fase is ervaring opgedaan in twee pilot gemeenten. In de gemeenten Hoogeveen en Coevorden is een samenwerkingsovereenkomst getekend tussen de gemeente, zorgverzekeraar, huisartsen en zorgaanbieders. De ambitie in Coevorden is om in 2019 Shared Savings afspraken te maken rondom kwetsbare ouderen. Ook zal er met VWS een preventiecoa-

litie worden aangegaan. De afgelopen fase heeft het accent gelegen op Shared Savings tussen 1e en 2e lijn. In de derde fase zal ook naar de mogelijkheden tussen de 0e en 1e lijn worden gekeken. Hier liggen mogelijkheden aan te sluiten bij Nederland Zorgt Voor Elkaar, Platform31 en GezondNL die een GROZ beweging in willen zetten. GROZ staat voor de kanteling van onze gezondheidsZORG en is een nationale samenwerking op het gebied van de maatschappelijke uitdaging Gezondheid en Zorg. Binnen GROZ slaan burgers, zorgprofessionals, ondernemers,

wetenschappers, financiers en overheid de handen ineen, zowel op lokaal als nationaal niveau. Alle partijen werken samen aan concrete zorgvernieuwingen met als doel een vitaal functionerende samenleving met een gezonde economie. Regionale initiatieven door én voor burgers leiden tot innovatieve, lokaal gedragen oplossingen voor uitdagingen in de gezondheidszorg. In de Veenkoloniën zijn een aantal concrete burger initiatieven die hiervoor in aanmerking komen. De komende periode wordt dit met de bewonersraad verkennt. ♦

PROEFTUIN COEVORDEN IN SLIMMERE ZORG

Samen de zorg slimmer organiseren, zodat je het geld dat je daarmee bespaart, kan investeren in diezelfde zorg. Het beoogde resultaat is betere zorg, zonder extra kosten. Dat is in een notendop hoe het principe van Shared Savings werkt. Gemeente, zorgorganisaties en zorgverleners bedenken in Coevorden hoe ze dat het beste kunnen aanpakken. Namens zorgverzekeraar Zilveren Kruis is Erik Koekoek betrokken bij de plannen in Coevorden.

Wat is de rol van de verzekeraar in Shared Savings?

We helpen een beweging op gang te brengen door het proces te faciliteren. Het gaat om meer dan zorg alleen: het bevorderen van een gezonde leefstijl en preventie horen er ook bij. We kunnen financieel helpen door subsidie aan te vragen vanuit de Preventiecoalitie. In Coevorden zijn we nog net niet uit de startblokken. Hoe het er precies uit komt te zien, kunnen wij als zorgverzekeraar niet voor andere partijen beslissen. Het is aan de

lokale organisaties om te bedenken hoe ze het willen doen: Ga je de huisartsen of wijkverpleging anders inzetten? Moeten we meer samenwerking tussen medisch en sociaal domein organiseren?

Waar zit voor jullie de winst?

Voor ons is het interessant om te leren hoe op lokaal niveau die samenwerking wordt ingericht. Welke interventies worden bedacht die leiden tot meer gezondheid en lagere kosten? Kunnen we die inzetten in andere gebieden en welke afspraken moet je dan maken? In die zin is Coevorden een proeftuin. Je hebt daarvoor partijen nodig die zich willen samenwerken. En je moet het met de inwoners zelf doen. Positieve energie, zoals in Coevorden, is daarvoor een voorwaarde.

Mogen alleen jullie eigen verzekerden meedoen?

We doen het in Coevorden niet alleen voor onze eigen klanten. Deze proeftuin is van en voor alle inwoners van de wijken waar dit gaat lopen, ongeacht waar ze zijn verzekerd. ♦



FRITS ALBERTS

Column Frits Alberts, voorzitter Dagelijks Bestuur

TIJD EN GELD GOED BENUTTEN DOOR SAMENWERKING

“Natuurlijk is het geen gemakkelijke missie om gezondheidswinst te boeken in de Veenkoloniën. En daarbij te zorgen dat de middelen die het rijk beschikbaar heeft gesteld, verantwoord worden ingezet: Geen verspilling van tijd en geld. Die uitdaging zijn we wel aangegaan. Zonder samenwerking geen resultaat. Geslaagde initiatieven moeten we met z’n allen omarmen en borgen. Lokale overheden krijgen kansen om het sociale domein daarmee te versterken.

Het is belangrijk om te zorgen dat bewonersinitiatieven gericht op gezondheid in brede zin worden ondersteund. We doen ook een krachtig beroep op gemeenten en op de professionals in de zorg, van verzekeraar tot verloskundige, om elkaar te helpen de beste ondersteuning te bieden aan de inwoners. Alle betrokkenen mogen trots zijn om mee te werken aan een beter gezondheidsresultaat van en voor inwoners van de Veenkoloniën.” ♦



BELONEN VAN EEN GEZONDE LEEFSTIJL

Een gezonde leefstijl stimuleren door middel van beloningen, en studenten en docenten aanzetten tot meer bewegen; dat doet Healthcoin.

Al ruim honderd leerlingen uit het voortgezet onderwijs namen deel aan Healthcoin, en dat moeten er meer worden. Via een app kunnen deelnemers Healthcoins verdienen, die

ze vervolgens kunnen besteden aan kortingen en prijzen uit hun regio. De Healthcoins zijn te verdienen door gezond gedrag, bijvoorbeeld een wandeling tussen de les door of de trap nemen in plaats van de lift. Healthcoin zoekt in de derde fase van KvdvK de samenwerking met Goede Start voor de aanpak van overgewicht bij kinderen. ♦

WERK ALS SLEUTEL VOOR GEZONDHEID



Jakob Zwinderman uit Oude Pekela is een van de trekkers van de Gebiedscoöperatie Zuid -en Oost Groningen: zes samenwerkende gemeentes, provincie, een aantal ondernemersverenigingen met 1200 aangesloten leden, de Hanzehogeschool, Onderwijsgroep Noord en de RUG.

Als stimulator van samenwerking en de economie in het gebied, wil de coöperatie zo veel mogelijk inwoners aan het werk hebben, met als voordeel dat mensen dan gezonder gaan leven. Want als mensen een vast dagritme hebben, wordt hun wereldbeeld groter, ze zijn zichtbaar, ze krijgen meer eigenwaarde. En ze zijn aanspreekbaar op hun gezondheid: als een ondernemer een medewerker aanneemt, is het niet de bedoeling dat die vanwege roken, drinken of ernstig overgewicht hijgend en puffend achter een machine staat.

Wat doet de gebiedscoöperatie?
Stimuleringsprogramma's van de overheid klikten op de een of andere manier net niet voldoende met de inwoners. Ze bereikten wel burgerinitiatieven en ondernemers die meestal MBO+ of HBO-niveau hebben, terwijl de mensen die zorg nodig hebben meestal de mensen zijn die minder of helemaal geen opleiding hebben gehad. Het is een moeilijke opdracht hen te bereiken. Want je ziet ze niet op congressen.

De enige oplossing is werk, aangevuld met begeleiding en zorg. Dat stimuleren we via de Gebiedscoöperatie. We hebben een samenwerking met de

KINDEREN ONTWERPEN HUN EIGEN LEEFOMGEVING

Je eigen dorp of wijk vormgeven en ontwerpen hoe die er in de toekomst uitziet; dat mochten kinderen van CBS De Lindendorp uit Musselkanaal voor het project Knoal in de Toekomst doen.

De basisschoolkinderen maakten in groepjes een ontwerp voor een deel van de collectieve ruimte: het LTS park in Musselkanaal. In de zes weken durende campagnewedstrijd knipten en plakten

de leerlingen erop los om vervolgens de ideeën te presenteren aan een vierkoppige jury. Het overkoepelende thema duurzaamheid kwam in alle ontwerpen naar voren. De kinderen werden aangemoedigd om ambassadeur van hun eigen boodschap te worden en andere partijen bij hun ontwerp te betrekken. Met de gemeente Stadskanaal wordt gezocht naar mogelijkheden om het winnende ontwerp te realiseren. ♦

VOEL JE GOED MET TAAL

Een gezond gewicht bereiken en fit blijven is niet voor iedereen even makkelijk. Voel je goed! ondersteunt mensen met lage taalvaardigheden hierbij.

Het is voor mensen die moeite hebben met taal extra lastig om informatie over eten en bewegen te verkrijgen, te begrijpen, te beoordelen en toe te passen in hun dagelijks leven. Hierdoor lukt het

hen vaak niet een gezonder gewicht te bereiken en te behouden. Voel je goed! biedt deze groep in de Veenkoloniën een combinatie van individuele begeleiding van een diëtist en lessen gezondheidsvaardigheden van een vrijwilliger. Eén van de lessen is een supermarkt rondleiding. Daarnaast worden de deelnemers hapelijk aangemoedigd om door te gaan en (nog) beter te leren lezen en schrijven. ♦

GOED VOORBEELD DOET GEZOND VOLGEN



Via Gezond Scoren, uitgevoerd door FC Groningen in de Maatschappij, worden kinderen en hun ouders in zes weken bewust gemaakt van en aangezet tot een gezonde leefstijl.

Al 41 basisscholen in negen Veenkoloniale gemeenten hebben mee gedaan aan dit project. Ruim 3000 kinderen zagen filmpjes met FC Groningen spelers in de hoofdrol, waarin gezondheidsthema's als ontbijten, bewegen en slapen aan bod kwamen. In de derde fase gaat Gezond Scoren op nog meer basisscholen lopen, met als doel uiteindelijk 75 scholen, en de kinderen en ouders, in de Veenkoloniën te bereiken. In de derde fase gaat ook FC Emmen een rol spelen in Zuid-Oost Drenthe met Noaberschap United. ♦

“Als de voetballers een bijzonder kapsel hebben, zie je de eerste kinderen ook al met zo'n kapsel. Dat geldt ook voor een gezonde leefstijl. Het zijn hun helden. Zij geven het goede voorbeeld en de kinderen volgen.”

GEEN MANNETJESMAKERIJ, MAAR ELKAAR OPZOEKEN



Kans voor de Veenkoloniën staat niet op zichzelf. Er liggen allerlei verbanden en structuren met andere initiatieven om de problemen in de Veenkoloniën aan te pakken. Zoals met de Alliantie van Kracht, waarvan Eric van Oosterhout, burgemeester van Emmen, de voorzitter is.

Waar staat de Alliantie van Kracht voor?
Het is een beweging van gemeentes, woningbouwcorporaties en (welzijns) instellingen om de armoedebestrijding in de Veenkoloniën een impuls te

Pekela, Veendam en nu in Emmen: ik heb altijd gezien hoe hard het nodig is. Maar ik ook wel verbetering, zeker in de aanpak en aandacht voor laaggeletterdheid. Het staat op de agenda. Van een sluimerend probleem waarvan iedereen zich te pletter schrok als je er aantallen aan verbindt, is het inmiddels een geaccepteerd fenomeen. Er wordt met minder schaamte over gesproken en veel vrijwilligers willen helpen. Hetzelfde geldt voor Gezonde Start: dat zijn concrete projecten die jonge moeders helpen om kinderen een goede start te bezorgen.

Hoe zorg je dat alle projecten in het noorden elkaar versterken in plaats van elkaars concurrent te worden?
Mannetjesmakerij moet je hier in de Veenkoloniën heel snel afleren: denken dat project is beter dan dat van een ander. Dat haalt helemaal niks uit. We moeten het namelijk met elkaar doen.

Zowel de Alliantie als KvdvK houdt zich bezig met armoedebestrijding: dat is een kans om elkaar op te zoeken. We hebben elkaar uitgenodigd om te laten zien met welk deel wij bezig zijn en hoe we elkaar kunnen ondersteunen. Maar dat is niet genoeg. De grootste valkuil is blijven hangen in praatclubjes. Ook bij Kans voor de Veenkoloniën duurde het een tijd voordat het concreet werd, maar het gaat absoluut de goede kant op. We moeten aan de bak, concrete doelen halen, aanhaken bij wat er al is. ♦

EEN SPIL TEGEN EENZAAMHEID

In Westerwolde worden ouderen bereikt door een spel in het dorp, om eenzaamheid onder ouderen aan te pakken.

Voor Spil, Even Buurten bevroegt de spil ouderen over hun kracht en kwetsbaarheden en probeert samen met hen oplossingen te vinden om de eenzaamheid te verminderen. Het netwerk van de kwetsbare ouderen wordt vergroot en mensen uit de wijk worden betrokken, waarbij buurtgenoten worden uitgenodigd om onderlinge contacten te versterken. In Vlagtwedde is dit al een succes gebleken, de komende tijd wordt binnen de gehele gemeente deze werkwijze uitgevoerd. In Westerwolde is het netwerk van 260 ouderen verder uitgebreid en zijn oplossingen gevonden om de eenzaamheid aan te pakken. ♦



Als je zelf opgroeit in armoede, is de kans op armoede op latere leeftijd groter. Elke vorm van armoede kent een begin, maar voor veel families komt er nooit een eind aan. Sterk uit Armoede en Alliantie van Kracht proberen hier verandering in te brengen.

De Alliantie van Kracht zet haar netwerk van gemeenten en maatschappelijke organisaties in verschillende sectoren in om armoede in de Veenkoloniën op zowel de korte als langere termijn te verzachten en te verminderen. Via Sterk uit Armoede zijn mensen opgeleid tot 'ervaringsdeskundige in generatiearmoede en sociale uitsluiting' om vervolgens aan het werk te gaan om andere mensen in armoede te bereiken en perspectief te bieden. Mensen die in armoede leven, zijn zelf in staat om te verkennen hoe ze een nieuw perspectief kunnen creëren om hun situatie te verbeteren. Met deze aanpakken wordt een vicieuze cirkel verbroken, en een nieuwe manier gevonden voor het kijken naar en omgaan met armoede. ♦



OVERZICHT VAN ACTIVITEITEN

DEELNEMENDE GEMEENTEN:

- ◆ Aa en Hunze
- ◆ Borger-Odoorn
- ◆ Coevorden
- ◆ Emmen
- ◆ Hoogeveen
- ◆ Midden-Groningen
- ◆ Oldambt
- ◆ Pekela
- ◆ Stadskanaal
- ◆ Veendam
- ◆ Westerwolde

ALLIANTIE VAN KRACHT

Samenwerken om intergenerationale armoede in de Veenkoloniën te doorbreken

Ieders inzet is hard nodig om de armoede in de Veenkoloniën aan te pakken. Dertig organisaties uit verschillende werkvelden brengen daarom samen een beweging op gang om armoede zowel op korte als op lange termijn te verzachten en te verminderen. ◆

SPIJL, EVEN BUURTEN

Samen in en met de buurt eenzaamheid van ouderen aanpakken

Bijna de helft van de ouderen in Nederland voelt zich eenzaam. Een zichtbare 'spil' in het dorp of de wijk kan signalen van eenzaamheid of kwetsbaarheid bij ouderen eerder en beter opvangen. De spil helpt vervolgens bij het opbouwen van sociale contacten om zo eenzaamheid te verminderen. ◆

KRACHT VAN DE VEENKOLONIËN

Inwoners krijgen meer zeggenschap en eigen regie

De bewonersraad biedt een platform voor bewonersinitiatieven in de Veenkoloniën en gaat aan de slag om initiatieven te versterken en het netwerk uit te breiden. Kracht van de Veenkoloniën bundelt de krachten van inwoners en initiatieven in de regio om de gezondheid in brede zin te verbeteren. ◆

MIJN DORP IN DE TOEKOMST

Kinderen bedenken hun eigen dorp van de toekomst

Basisschoolkinderen in verschillende gemeenten gaan aan de slag met de toekomst van hun eigen dorp of wijk en mogen deze toekomst ook zelf bouwen. De groepen met de beste zelfgebouwde ontwerpen mogen presenteren aan de jury en maken kans op een mooie prijs. ◆

GEZOND SCOREN

Sportidolen inspireren kinderen tot gezond gedrag

Voetballers van FC Groningen spelen de hoofdrol in filmpjes waarin kinderen leren over verschillende gezondheids-thema's, zoals ontbijten, groente en fruit, geluk, en slapen. Kinderen en hun ouders worden door het lesprogramma bewust gemaakt van en aangezet tot gezond gedrag. ◆

SHARED SAVINGS

Inzet om preventie blijvend betaalbaar te houden

Shared Savings is een hulpmiddel waarbij door bewoners langer gezond te houden er minder zorgkosten gemaakt worden. Dat kan door afspraken te maken met hulpverleners, verzekeraars en gemeenten over het inzetten van deze besparing voor preventie. ◆

HEALTHCOIN

Gezond leven lonend maken

Technologie wordt steeds vaker ingezet om de gezondheid te verbeteren. Via de app worden jongeren aangespoord om bijvoorbeeld meer te wandelen, waarmee ze Healthcoins verzamelen. Scholieren kunnen deze inwisselen voor gezonde kortingen en prijzen uit de regio. ◆

TAALKANS

Gecombineerde aanpak leidt tot betere gezondheidsvaardigheden

Na oprichting van Taalhuizen in alle elf gemeenten van de Veenkoloniën wordt nu ingezet op 'Voel je goed!'. In begrijpelijke taal wordt gewerkt aan een gezonder gewicht, door een combinatie van individuele eet- en beweegadviezen en ondersteuning van een diëtist en taalvrijwilligers. ◆

GOEDE START

De toekomstige generatie inwoners van de Veenkoloniën gezonder laten opgroeien

Ieder kind verdient de best mogelijke start van zijn of haar leven. Met Goede Start in de Veenkoloniën wordt meer aandacht gecreëerd voor de ondersteuning van de meest kwetsbare gezinnen. Samen sta je sterker dan alleen! ◆

STERK UIT ARMOEDE

Inzet van ervaringsdeskundigen om generatiearmoede te doorbreken

Armoede wordt vaak van generatie op generatie overgedragen. Het gaat niet alleen over geld, maar ook over meedoen, zelfvertrouwen en perspectief. Met het opleiden en inzetten van ervaringsdeskundigen wordt generatiearmoede en sociale uitsluiting vanuit de eigen kracht aangepakt. ◆