

Nieuwsbrief

Positieve Gezondheid

GGD Gooi en Vechtstreek

Beste koplopers positieve gezondheid en andere geïnteresseerden,

Goed nieuws. Het gedachtegoed van positieve gezondheid verspreidt zich steeds meer in de regio Gooi en Vechtstreek en wordt op steeds meer plekken gehanteerd. De olievlek die we ooit voor ogen hadden, wordt steeds groter. Met deze nieuwsbrief, die twee keer per jaar uitkomt, wil ik jullie informeren over interessante ontwikkelingen. Neem vooral contact op met betrokkenen, want alleen ga je sneller, maar samen komen we echt verder. Heb je zelf iets leuks/nieuws te melden in het kader van positieve gezondheid? Laat het me weten. Of wil je ergens over sparren? Neem contact op. Ik denk graag met je mee.

Nb. Het is natuurlijk prima als je deze nieuwsbrief doorstuurt naar anderen.

Irma Laméris, programmaleider positieve gezondheid, GGD Gooi en Vechtstreek
i.lameris@ggdgv.nl, 06 5003 6914

AGENDA

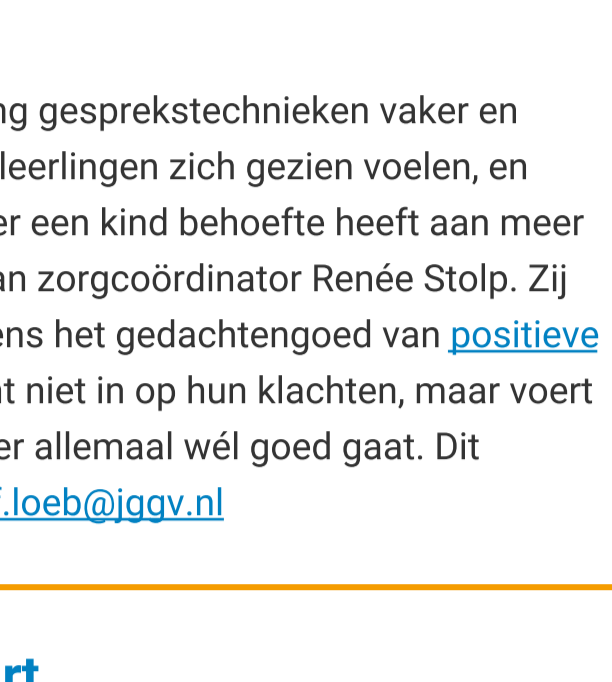
Koplopersbijeenkomst: dinsdag 13 juni (17.30 - 20.30 uur)

Met medewerking van onze bekende inspirator Chantal Walg van Anders Gezond Inhoud en plaats volgen nog.

Noteer de datum vast in je agenda!

Inspiratiebijeenkomst Proeftuin Normaliseren: 11 mei

Op 11 mei organiseert Jeugd en Gezin in samenwerking met het Vituscollege een inspiratiebijeenkomst voor onder andere directieuren/rectoren over de Proeftuin Normaliseren die sinds een jaar draait op het Vituscollege in Bussum. Dit is een samenwerking tussen de school, de gemeente en Jeugd en Gezin. Binnen deze pilot kunnen leerlingen laagdrempelig gesprekken voeren op school. Het doel is om leerlingen in de gewone omgeving te helpen en labels of jeugdhulp te vermijden wanneer deze niet noodzakelijk zijn. De pilot is opgezet met begeleiding van Bert Wiens, lector aan de Hogeschool Windesheim en onderzoeker op het gebied van onderwijs en jeugdhulp. [Hier](#) kunt u meer lezen over zijn gedachtegoed.



Op het Vituscollege gaat een groep mentoren na een training gesprekstechnieken vaker en breder het gesprek aan met leerlingen. Dit zorgt ervoor dat leerlingen zich gezien voelen, en alleen dat helpt hen al om beter in hun vel te zitten. Wanneer een kind behoefte heeft aan meer dan alleen een kort mentorgesprek, is er tijd beschikbaar van zorgcoördinator Renée Stolp. Zij heeft een orthopedagoog en jeugdarts als klankbord. Volgens het gedachtegoed van [positieve gezondheid](#) gaat Renée in gesprek met leerlingen. Ze zoomt niet in op hun klachten, maar voert het gesprek breder en kijkt samen met leerlingen naar wat er allemaal wél goed gaat. Dit simpele concept levert prachtige resultaten op! Meer info: f.loeb@jgqv.nl

Campagne 30dagengezonder: 1- 30 maart

Op 1 maart is de GGD actie 30dagengezonder gestart, een actie gebaseerd op de brede blik van positieve gezondheid, die mensen stimuleert en ondersteunt om in 30 dagen een gezonde gewoonte op te bouwen, door een gezonde uitdaging aan te gaan. Wat? Dat kiezen de mensen zelf. Je kunt immers veel dingen doen of laten die goed zijn voor je gezondheid. Dit jaar wordt de actie samen met 6 andere GGD'en uitgezet. En ook dit jaar wordt de actie financieel ondersteund door Groen Kapitaal van de Provincie Noord- Holland. Ruim 7500 mensen doen mee, waaronder ook 120 bedrijven, 17 scholen en 4 sportverenigingen. Meer info: www.30dagengezonder.nl



Week van de lentekriebels: 20-25 maart



Met speciaal mini-magazine van Anders op zoek naar gezondheid

Zoals bij de meesten bekend heeft Chantal Walg een kinderboek geschreven 'Anders op zoek naar gezondheid' over wat er allemaal van invloed is op je gezondheid en wat je zelf kan doen. De brede blik van positieve gezondheid is hierbij het uitgangspunt. In het kader van de Week van de lentekriebels, wordt er nu in samenwerking met GGD Gooi en Vechtstreek een speciaal mini-magazine uitgegeven over 'vriendschap, verliefd zijn en je fijn voelen'.

Alle basisscholen die meedoen aan de Week van de lentekriebels of werken met het thema relaties en seksualiteit van de Gezonde School, ontvangen voor elke leerling een exemplaar. Meer info: b.hamburg@ggdgv.nl en www.andersopzoeknaargezondheid.nl

Webinar 'Anders op zoek naar gezondheid': 16 mei

Op 16 mei (9.00-10.00 uur) geeft Chantal Walg een webinar over het boek 'Anders op zoek naar gezondheid'. Tijdens het webinar gaat Chantal in op de achtergronden, de totstandkoming en de toepassingsmogelijkheden van het boek en de andere middelen. Wil je meer weten? Aanmelden kan via [deze link](#).

TERUGBLIK

Geslaagde theatervoorstelling 'Dromen vangen'

22 november j.l. organiseerde de GGD de interactieve theatervoorstelling Dromen Vangen van theatergroep Theater A la Carte over positieve gezondheid. In de zaal van Visio was plaats voor 100 mensen. Gezien de belangstelling van medewerkers van allerlei organisaties had de zaal twee keer zo groot kunnen zijn. Mooi om te zien dat steeds meer organisaties enthousiast zijn en gaan denken en werken vanuit de brede blik van positieve gezondheid, met aandacht voor mogelijkheden en dromen. Mogelijk bieden we de theatervoorstelling eind 2023 nog een keer aan.



Goed bezochte inspiratiebijeenkomst in Rosa Spier Huis Laren, van BEL gemeenten over 'Een andere kijk op gezondheid en informele steun'



De inspiratiebijeenkomst op 7 februari onder leiding van Marieke Pol begon met een gesprek met de wethouders van de drie gemeenten Blaricum, Eemnes en Laren. Vervolgens namen de sprekers Chantal Walg en Elize Lam de meer dan 100 bezoekers (professionals, vrijwilligers en inwoners) mee in de onderwerpen 'Positieve Gezondheid' en 'Informele steun'. Een sfeerimpressie van de dag is samengevat in [dit filmpje](#).

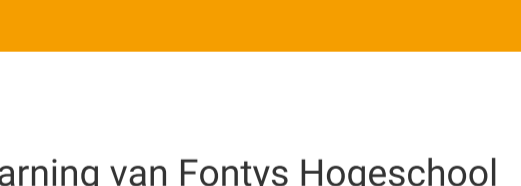
Leefstijlpunten en -loketten gemeenten (gaan) werken vanuit de brede blik van positieve gezondheid

In de regio ontstaan steeds meer leefstijlpunten en leefstijlloketten waar mensen terecht kunnen voor advies voor een gezonde leefstijl. Een gezonde leefstijl gaat natuurlijk verder dan de BRAVO thema's, bewegen, niet roken, met mate alcohol, gezonde voeding en ontspanning. Zoals de brede blik van positieve gezondheid aangeeft, zijn er veel meer dingen die belangrijk zijn voor de gezondheid en gaat het er vooral om dat haakje te vinden bij mensen dat hen motiveert om in actie te komen. Dit kan onder andere door het andere gesprek te voeren aan de hand van de praatplaat positieve gezondheid. Sinds de opening van het eerste loket in Hilversum (juni 2022) wordt Positieve Gezondheid als basis gebruikt voor de gespreksvoering. De buurtsportcoaches in de loketten hebben hiervoor in het voorjaar de introductie cursus positieve gezondheid gevolgd. Meer info: Yvonne van Langen, ylvanlangen@teamsportservice.nl

In de BEL-gemeenten komen met ingang van 1 april ook drie leefstijlpunten. De bedoeling is dat ook hier het positieve gezondheidsgesprek gevoerd gaat worden. In dit kader zullen alle medewerkers getraind worden in positieve gezondheid. Op dit moment wordt nog gekeken hoe. Mogelijk wordt hierover gebruik gemaakt van de e-learning van Fontys Hogeschool in combinatie met een inspiratiebijeenkomst en intervisie gesprekken. Meer info: Marieke Pol, m.pol@Belcombinatie.nl of Thomas Rietveld, t.rietveld@Belcombinatie.nl

Extra impuls positieve gezondheid door subsidie van het Mr. Roelsefonds aan Viore centrum

Eind 2022 heeft Viore voor 3 jaar een subsidie mogen ontvangen van het Mr Roelsefonds om positieve gezondheid te implementeren in het werk van hun vrijwilligers én om het gedachtegoed van positieve gezondheid verder uit te dragen in de regio. Voor wie het nog niet kent: Viore is een bijzondere organisatie die allerlei activiteiten organiseert voor iedereen die leeft met kanker. De GGD heeft meegedacht in deze subsidie aanvraag en onder andere aangegeven dat het heel mooi zou zijn om samen een publiekscampagne rond positieve gezondheid op te zetten. In dat kader had ik onlangs een kennismakingsgesprek met Susanne van Doornik, programmamanager positieve gezondheid die begin januari enthousiast gestart is bij Viore en waar we zeker nog meer van gaan horen. Meer informatie: susannevandoorik@viore.org In de Gooi en Eemlander stond een uitgebreid [artikel over Viore en positieve gezondheid](#)



(NIEUWE) MATERIALEN EN HULPMIDDELEN

E-learning positieve gezondheid

Natuurlijk kun je de training van het IPH volgen, maar ook de e-learning van Fontys Hogeschool is een goed alternatief (ca. €75,-). Meer informatie: [e-learning Positieve Gezondheid](#)

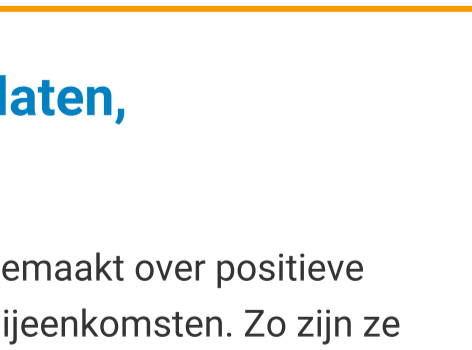
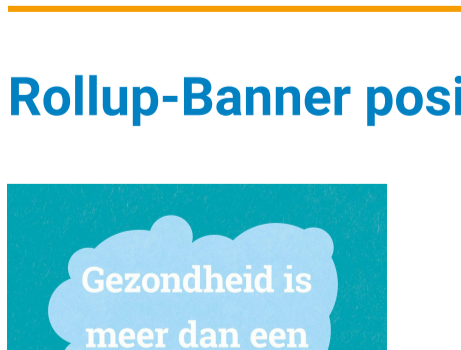
'Alles op tafel?' Laagdrempelig en spelenderwijs in gesprek met groepen over Positieve Gezondheid

Zomer 2022 speelden we met de koplopers testgroep het positieve gezondheid spel, ontwikkeld door Ellen Spanjers, van Zorgbelang. Op 15 maart wordt de uiteindelijke versie van het spel feestelijk gelanceerd. Vanaf dan is het ook te koop. Kijk voor meer info op: www.debagagedrager.nl. Het spel kan gespeeld worden in groepen van zes spelers én er is een speciale 1 op 1 versie, om binnen 15 minuten tot een ander gesprek te komen.



Het spel is ontwikkeld in samenwerking met Machteld Huber en het team van Institute for Positive Health. Het spel is met ruim 300 personen getest, vanuit alle doelgroepen; kwetsbare ouderen, anderstaligen, laaggeletterden, mensen met een verstandelijke, psychische of lichamelijke beperking. En met zorgprofessionals, POH, thuiszorgmedewerkers, taalmaatjes, welzijnsmedewerkers, huisartsen en trainers Positieve Gezondheid. Het spel is ook te leen bij de GGD.

'Gezond is...' kaarten



Chantal Walg heeft eind december 'Gezond is...' kaarten ontwikkeld om mensen bewust te maken dat gezond nog zoveel meer is dan niet ziek, veel welzijn en gezond en blijven. Het idee is dat de beelden gebruikt worden om inzicht in wat gezond zijn en blijven allemaal betekent en dat het gesprek erover gevoerd wordt. De kaarten zijn gebaseerd op de diverse dimensies met bijbehorende aspecten van Positieve Gezondheid. Leuk als weggever of bijvoorbeeld op tafel in de wachtruimte. Meer info: www.andersgezond.nl

Rollup-Banner positieve gezondheid en praatplaten,



Onlangs heeft de GGD twee banners gemaakt over positieve gezondheid, die je kunt gebruiken bij bijeenkomsten. Zo zijn ze onder andere gebruikt op de nieuwjaarsbijeenkomst van de BEL en de inspiratiebijeenkomst op 7 februari in het Rosa Spierhuis. Wil je ze lenen, stuur dan een mailtje naar i.lameris@ggdgv.nl of a.hildebrand@ggdgv.nl.

De praatplaten positieve gezondheid zijn natuurlijk ook nog steeds bij ons te bestellen. Ook buiten de regio is er veel belangstelling voor. Voor wie het nog niet weet: er bestaan praatplaten voor volwassenen, voor kinderen en jongeren en voor werknemers.

Schrijf je in voor de nieuwsbrief van het IPH

Ook landelijk zijn er steeds meer ontwikkelingen op het gebied van positieve gezondheid. Kijk eens op de website van het instituut positieve gezondheid (www.iph.nl) of www.allesisgezondheid.nl waarmee ze samengegaan zijn. Wil je elke maand het laatste nieuws van het IPH in je mail ontvangen? Schrijf je dan in voor de IPH nieuwsbrief via onderstaande button.

Schrijf je in en mis niks!

GGD Gooi en Vechtstreek werkt vanuit - en zet zich in voor verspreiding van het gedachtegoed van positieve gezondheid; de brede blik op gezondheid, die zorg en welzijn met elkaar verbindt en aandacht heeft voor veerkracht en mogelijkheden van mensen.

