

Samen gezond in Deventer

De waarde van het netwerk uitgelicht via zes initiatieven

Januari 2023

Tessa Overmars-Marx



www.ggdijsselland.nl

Aanleiding



- **Rol en waarde van het netwerk**



Onderzoeksvragen:

1. Op welke manier heeft het netwerk, volgens de initiatiefnemer, bijgedragen aan de totstandkoming en ontwikkeling van (de zes uitgelichte) initiatieven?
2. Wat zijn de ervaringen van deelnemers en professionals met het initiatief? Wat zijn volgens hen bevorderende en belemmerende factoren voor het wel of niet slagen van het initiatief?
3. Wat hebben de initiatieven opgeleverd voor deelnemers, professionals en Deventer samenleving?

De zes initiatieven

- **Selectie initiatieven**
- **Methode van onderzoek**

Speerpunt gezondheidsnota	Initiatief
Ouderen en Gezondheid	Onbezorgd mobiel Deventer
Jeugd en Gezondheid	Fitkids!
Sociaaleconomische gezondheidsverschillen verkleinen	Kind naar Gezonder Gewicht
Gezonde Leefstijl	Rookvrij Deventer
Psychische Gezondheid	Dans, Droom, Doe!
Leefomgeving	De BUURT moestuin



Onbezorgd mobiel Deventer

- **Deelnemers:**

- Meer zelfvertrouwen – minder valangst
- Verbeterde mobiliteit

- **Professional:**

- Opbouwen van een netwerk (initiatiefneemster)
- Training valanalyse professionals en valpreventie ouderen (initiatiefneemster)
- Meer kennis over valanalyse (ergotherapeuten)
- Advies geven aan samenwerkingspartners (ergotherapeuten)

- **Deventer Samenleving:**

- Ontlasting mantelzorg
- Voorkomen van (onnodige) interventies

‘We leren geen nieuwe dingen, maar je bent meer bewust van andere factoren die meespelen.’
(ergotherapeut)



Fitkids!

- **Deelnemers:**

- Meer kennis over gezonde voeding – eigen situatie
- Vergroten eigen netwerk

- **Coach:**

- Opbouwen van een netwerk
- Trotse deelnemers
- Acties in de buurten

- **Deventer Samenleving:**

- Meer kennis over gezonde voeding in de samenleving

‘Je leert dingen waarvan je niet wist. Bijvoorbeeld een kind krijgt een plakje worst van de slager, een ijsje van moeder of een plakje kaas. Kinderen krijgen overal al wat, en waarom dan, daar sta je niet bij stil.’ (deelnemster)



Kind naar Gezonder Gewicht

- **Deelnemers:**

- Meer zelfvertrouwen
- Doorbreken van patronen
- Gezondere voeding en meer sporten/bewegen

- **Gezondheidscoach:**

- Verdieping op eigen werk
- Ontwikkeling brede visie
- Uitbreiding eigen netwerk

- **Deventer Samenleving:**

- Ouders die zelf initiatief nemen voor activiteiten
- Betere samenwerking in de wijk

‘We worden met de neus op de feiten gedrukt en dan is de vraag van hoelang houden we het vol. We kijken elke keer hoe het gaat.’ (deelnemster)



Rookvrij Deventer

- **Sleutelfiguur:**

- Eigen ervaring en kennis verspreiden over stoppen met roken
- Kennis over gedragsverandering

- **Projectleider:**

- Groot draagvlak voor initiatief
- Kennis over thema roken
- Kennis over motiverende gespreksvoering

- **Deventer Samenleving:**

- Meer kennis in de samenleving over stoppen met roken
- Betere samenwerking in de wijk

‘....Je kunt overal terecht, de huisarts, Tactus, verslavingszorg etc. Maar die plekken komen niet naar jou toe, terwijl dit wel nodig is als je mensen wilt helpen.’ (sleutelfiguur)



Dans, Droom, Doe!

- **Deelnemers:**

- Verbeterde conditie
- Meer zelfvertrouwen
- Verbeterde mentale gezondheid – afname GGZ-zorg
- Toewerken naar structuur: opleiding en/of (vrijwilligers) werk

- **Coach:**

- Betekenisvol werk: combinatie van bewegen en mentale coaching
- Behouden en uitbreiden netwerk

- **Deventer Samenleving:**

- Zet inwoners in hun kracht
- Activeren van inwoners (richting werk en minder hulp)

‘Iedereen draagt buiten een masker maar hier vallen de maskers af’.
(deelnemster)



BUURT moestuin

- **Deelnemer:**

- Meer structuur en ritme in de dag
- Meer onder de mensen
- Geeft rust

- **Coördinator:**

- Waardevolle aanvulling op huidig werk
- Nieuwe rol geeft mogelijkheden om activiteiten te verbinden
- Meer (interne) samenwerking tussen activiteiten

- **Deventer Samenleving:**

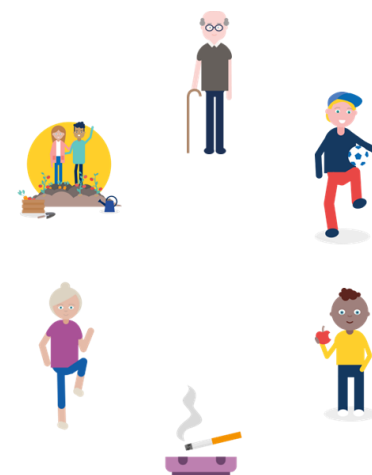
- Minder afval gestort in de tuin
- Meer activiteit in de tuin/rondom het gebouw

‘Dit gebouw wordt door heel veel verschillende organisaties en mensen gebruikt. Ik probeer de link te zijn, zodat de groepen naast elkaar maar ook met elkaar kunnen.’ (coördinator moestuin)



Conclusies

- **Bijdrage netwerk; ondersteunen, verbinden en financiële (start)bijdrage**
- **Initiatieven worden positief ervaren maar gedragsverandering kost tijd**
- **Initiatiefnemer/coach belangrijke aanjagersrol**
- **Kenmerken benadering; brede blik, positief, in kleine stappen en eigen regie**
- **Kracht van het werken in een groep**
- **Combinatie van bewegen en mentale coaching werkt**
- **Maatschappelijke meerwaarde van de initiatieven**
- **Impuls voor de samenwerking (in de wijk)**
- **Aandachtspunt: financiële borging**



Bedankt voor de aandacht!

Vragen over één van de onderzoeken: mail naar onderzoek@ggdijsseiland.nl

www.ggdijsseiland.nl

