



# GEZOND IN ...

STIMULERINGSPROGRAMMA GIDS  
LOKALE AANPAK GEZONDHEIDSACHTERSTANDEN



## KENNISDOSSIER BURGERS ZIJN HOOFDROLSPELERS



Om gezondheidsachterstanden in gemeenten terug te dringen adviseert Gezond in... een integrale aanpak op vijf sporen: gedrag & vaardigheden, participatie, preventie & zorg, fysieke en sociale omgeving. Er zijn acht succesfactoren (pijlers) bekend die de aanpak op deze sporen effectiever maken.

Dit kennisdossier biedt u enkele praktische handvatten en inspirerende voorbeelden voor één van de acht succesfactoren: Burgers zijn hoofdrolspelers.



# BURGERS ZIJN HOOFDROLSPELERS

**Eén van de succesfactoren van een lokale aanpak van gezondheidsachterstanden is om deze samen met inwoners op te stellen en uit te voeren. Zij weten welke problemen in hun wijk of dorp spelen en kunnen bijdragen aan het vinden van oplossingen. Ook voelen inwoners zich door eigen inbreng eerder bereid om zelf hun problemen en die van de wijk of dorp aan te pakken.**

## Samenwerken met burgers

Burgers centraal stellen betekent inwoners leren kennen, met hen in gesprek gaan, hen serieus nemen en luisteren, het geven van verantwoordelijkheid en het bieden van een infrastructuur die inwoners ondersteunt. En hiervoor is geen vaste werkwijze. Het is maatwerk, afhankelijk van het doel en de mate waarin wordt samengewerkt met inwoners. Denk bijvoorbeeld aan:

- Met inwoners bespreken wat zij ervaren als de belangrijkste (gezondheids)problemen in hun wijk of buurt.
- Inwoners bepalen mee wat de belangrijkste prioriteiten zijn in de gemeente of de wijk.

- Inwoners denken mee, ontwikkelen initiatieven en organiseren zelf activiteiten.

Mensen krijgen door activiteiten te ondernemen meer zelfvertrouwen, leren vaardigheden en bouwen netwerken. Zelfmanagement en eigen kracht worden gestimuleerd. Doordat inwoners en professionals meer contact met elkaar hebben, ontstaat er bovendien over en weer meer begrip voor elkaar.



## WAT KUNT U ALS GEMEENTE DOEN?

Niet alleen voor de aanpak van gezondheidsachterstanden is samenwerken met inwoners nodig, ook met de decentralisaties winnen eigen kracht, actief burgerschap en zelfredzaamheid terrein. Maar wat kunt u doen om samen met burgers te werken aan de aanpak van gezondheidsachterstanden?

Hoe zorgt u ervoor dat initiatieven vooral vanuit inwoners komen? Hoe sluit u zo goed mogelijk aan bij de mogelijkheden van burgers? En is de organisatie voldoende toegerust?

### Maak zeggenschap mogelijk

- Zorg voor echte zeggenschap van inwoners. Daarvoor is het nodig dat de gemeente, professionals en inwoners werken aan wederzijds vertrouwen. Er moet (beleids)ruimte zijn en de gemeente moet zich kunnen neerleggen bij de keuze van inwoners. Het kan daarom handig zijn om vooraf kaders te bepalen.
- Zorg voor bestuurlijk draagvlak, het liefst het hele college en de gemeenteraad. Zorg ook voor voldoende tijd en middelen.

- Met inwoners samenwerken vraagt een toegeruste organisatie (o.a. vaardigheden en visie). Besteed ook daar aandacht aan. De inwoners zijn veel meer zelf aan zet. De gemeente en professionals krijgen een andere, meer ondersteunende rol. Dit vraagt o.a. om te denken vanuit de belevingswereld van inwoners en om hen van daaruit te helpen het zelf te doen.

### Aan de slag met inwoners

- Er zijn twee basisvoorwaarden die vervuld moeten zijn om inwoners te activeren: het basisniveau qua leefbaarheid moet op orde zijn en er moet een sociale infrastructuur zijn in de wijk. Als niet aan deze voorwaarden is voldaan, is het slimmer om eerst daarop te investeren.
- Sluit aan bij de belevingswereld, het taalniveau en de energie van inwoners. Hiervoor zult u in contact moeten komen met inwoners. Hierbij werkt de persoonlijke benadering door sleutelfiguren en organisaties die met inwoners werken goed. Ga na wat voor soort inwoners er in een wijk of dorp wonen, wat zij willen en kunnen en hoe u hen bereikt. Dit kan bijvoorbeeld via focusgroepen, korte interviews met wijkbewoners, wijkgesprekken/bijeenkomsten en wijkshouw etc.



- Voorkom dichtgetimmerde plannen en sturen op het eigen activiteiten aanbod.
- Betrek inwoners bij het inzetten van (effectieve) interventies zodat deze voldoende aansluiten bij de mogelijkheden van inwoners. Wellicht zijn aanpassingen nodig.
- Manage verwachtingen zodat inwoners weten waar ze aan toe zijn. Zorg voor terugkoppeling naar inwoners, laat de resultaten zien en houd ook persoonlijk contact.

### Burgerinitiatieven

- Burgers nemen ook zelf initiatief voor het verbeteren van hun wijk of dorp. Zorg voor goede ondersteuning van inwoners als ze daarom vragen. Daarbij kan het gaan om advies, praktische hulp en financiering. Dit kunt u als gemeente doen, maar ook partners zoals welzijnsorganisaties kunnen hierbij een rol spelen. Ga na of u vanuit de gemeente ook financiële middelen beschikbaar kunt stellen voor burgerinitiatieven.



## WIE ZIJN BETROKKEN?

Betrokkenen uit de directe omgeving van (of zelfs binnen) de doelgroep, zijn geschikte personen om de doelgroep te bereiken. Zij hebben kennis van het onderwerp en van de doelgroep. Denk hierbij aan de inzet van ervaringsdeskundigen, invloedrijke wijkbewoners, rolmodellen, vrijwilligers van buurthuizen en zelforganisaties, leden van migrantenorganisaties, belangrijke relaties rond de doelgroep (bijvoorbeeld ouders via scholen), sociale dienst, (sociale) wijkteams, wijkmanagers of -regisseurs, jongerenwerkers, wijkagenten en zorgprofessionals uit de omgeving (bijvoorbeeld huisartsen, wijkverpleegkundigen en fysiotherapeuten). Ze kunnen daardoor effectief mensen uit moeilijk bereikbare groepen direct benaderen. Ook bieden ze vertrouwen, veiligheid, autoriteit en een grote kans dat het advies wordt opgevolgd. Betrek hen in een vroeg stadium.



## TIPS

- Ga na of in de gemeente al wordt samengewerkt met inwoners en welke burgerinitiatieven er zijn. Vaak gebeurt dat op het gebied van leefbaarheid, ruimtelijke ordening en milieu. Maak gebruik van de ervaring en kennis van collega's en zoek uit of er kansen zijn om hierbij aan te sluiten. Deze terreinen zijn namelijk ook van belang bij de aanpak van gezondheidsachterstanden.
- Neem de tijd. Samenwerken gaat in kleine stapjes. Bouw vertrouwen op en stimuleer eigen initiatief.
- Geef burgers aandacht, maak contact, wees betrokken en laat zien dat u hen serieus neemt.
- Maak gebruik van bestaande netwerken en organisaties waar inwoners samenkomen: buurthuis, kerk, moskee, school, vrijwilligersorganisaties, welzijnsorganisaties, verenigingen, bewonerscommissies en -raden en zelforganisaties.
- Maak gebruik van sociale marketing technieken: kruip in de huid van de doelgroep. Waardoor komt uw doelgroep in beweging (diepe inzichten), wat zijn barrières en motivatoren? Door dit in kaart te brengen kunt u goed aansluiten bij de behoeften en belangen van de doelgroep, en kunt u hun vertrouwen winnen. Zo vergroot u de kans om hen te motiveren en te activeren en te verleiden tot gezond gedrag.
- Houd rekening met de kloof in communicatie tussen laag- en hoogopgeleiden. Geef zoveel mogelijk mondelinge informatie. Als de informatie schriftelijk is, maak dan gebruik van ondersteunend en eenduidig beeldmateriaal en laat teksten checken door de inwoners die u wilt bereiken. Of via specifieke kanalen zoals door cursisten van taallessen op het ROC.

# ENKELE VOORBEELDEN

## AMERSFOORT BETREKT BEWONERS BIJ WIJKPROFIEL

In Amersfoort is voor de invulling van het wijkgerichte preventieprogramma B.Slim gestart met een wijkscan en gesprekken met de wijkmanager, de Brede Schoolcoördinator en de opbouwwerker. Dit schetste een eerste beeld van de wijk. Samen met gesprekken met wijkbewoners vormde dit een complete wijkscan; met niet alleen cijfers maar ook informatie over wat er al gebeurt in de wijk en waar kansen liggen om bij aan te sluiten. Ook samenwerkingsverbanden, wensen en behoeften werden inzichtelijk gemaakt. Om ouders en wijkbewoners te betrekken zijn er korte interviews gehouden om de belasting beperkt te houden. Ook is er in een aantal wijken speciaal hiervoor een buurtontbijt georganiseerd. De werving verliep via de scholen en het welzijnswerk en de nadruk lag op een gezellig en gratis ontbijt. In een andere wijk is aangesloten bij bestaande activiteiten in de wijk, zoals de buurtbudgetavond, een buitendag van de spelbakfiets en een paasontbijt van de spelinloop. Op basis van de uitkomsten van deze gesprekken is per wijk een activiteitenplan gemaakt.

**Meer info:**  
[bslim.nu](http://bslim.nu)

## GEZONDHEIDSRACE IN GEMEENTE LAARBEEK

De visie van de gemeente Laarbeek op gezondheid is dat burgers zelf invulling moeten kunnen geven aan hun gezondheid. Niet de gemeente bepaalt wat goed is, maar de burgers zelf. In Laarbeek resulteerde dit in de 'Gezondheidsrace', bedacht door burgers. Gezondheidsteams bepalen wat er gebeurt, de gemeente zorgt voor de randvoorwaarden (bijv. website, advertentieruimte in de lokale krant, bijeenkomsten en budget). Lees verder over de Gezondheidsrace in

Laarbeek in de Handreiking burgerinitiatieven bij gezondheidsbevordering.

**Meer info:**  
[www.gezondheidsrace.nl](http://www.gezondheidsrace.nl)

## WIJKPANEL VOSSEPARKWIK IN GEMEENTE LEEUWARDEN

Gemeente Leeuwarden werkt met wijkpanels. Wijkpanel Vosseparkwijk ontvangt een wijkbudget van de gemeente voor activiteiten en/of investeringen in de wijk. Dit kunnen wijkfeesten zijn maar ook aanschaf van speeltoestellen, inrichting van het wijkgebouw of investering in groen. De bijdrage wordt jaarlijks beschikbaar gesteld.

**Meer info:**  
[www.vosseparkwijk.nl](http://www.vosseparkwijk.nl)

## GEZONDHEIDSDIALOGOEG IN DE HAAGSE SCHILDERSWIJK

In de Schilderswijk gingen huisartsen, GGD, welzijnswerkers en andere hulpverleners de 'Gezondheidsdialoog' aan met wijkbewoners. De kern van het verhaal: medeverantwoordelijkheid bij het opzetten en uitvoeren van activiteiten gericht op het verbeteren van leefstijl, leidt door betere betrokkenheid tot meer motivatie om gedrag te veranderen.

**Meer info:**  
[www.schilderswijk.nl/index.php?uid=2653](http://www.schilderswijk.nl/index.php?uid=2653)

## WIJKATELIER IN GEMEENTE ROSENDAAL

Om het zorgaanbod beter aan te laten sluiten bij de behoeften van Turkse en Marokkaanse ouderen, zijn in de wijk Kalsdonk in Rosendaal wijkateliers georganiseerd voor deze ouderen. In een serie bijeenkomsten met zo'n 12 deelnemers werken zij aan een verbeterplan voor de gezondheid in de buurt. Op verzoek worden vertegenwoordigers van lokale zorginstellingen

uitgenodigd om een bijdrage te leveren. De bijeenkomsten variëren van excursies en ontmoetingen tot het werken aan een opdracht in groepjes. Het programma wordt samen met de deelnemers ingevuld.

**Meer info:**  
[toolkitburgerparticipatie.hetpon.nl/projecten/w/wijkatelier-kalsdonk](http://toolkitburgerparticipatie.hetpon.nl/projecten/w/wijkatelier-kalsdonk)



## BRONNEN

- [Loketgezondleven.nl](http://Loketgezondleven.nl): Handreiking Gezonde Gemeente
- [Platform31.nl](http://Platform31.nl): Wijkengids en publicaties burgerkracht
- [Experimentgezondewijk.nl](http://Experimentgezondewijk.nl): E-boek Gezonde wijk
- [Pharos.nl](http://Pharos.nl): Factsheet laaggeletterdheid en beperkte gezondheidsvaardigheden
- [Gemeentevandetoekomst.nl](http://Gemeentevandetoekomst.nl): uitkomsten enquête 3D en burgerkracht met informatie, voorbeelden en ondersteuningsaanbod.

Meer informatie, tools, methoden en voorbeelden vindt u op het online platform [Gezondin.nu](http://Gezondin.nu) bij de pijler *Burgers zijn hoofdrolspelers*.

Kijk ook eens bij: het spoor [Gedrag en vaardigheden](#) voor meer informatie over gezondheidsvaardigheden en laaggeletterdheid en bij de pijler [Sociale marketing](#).

Heeft uw gemeente zelf goede voorbeelden? Deel ze via [www.gezondin.nu](http://www.gezondin.nu).