

RESEARCH  
@THOMAS MORE



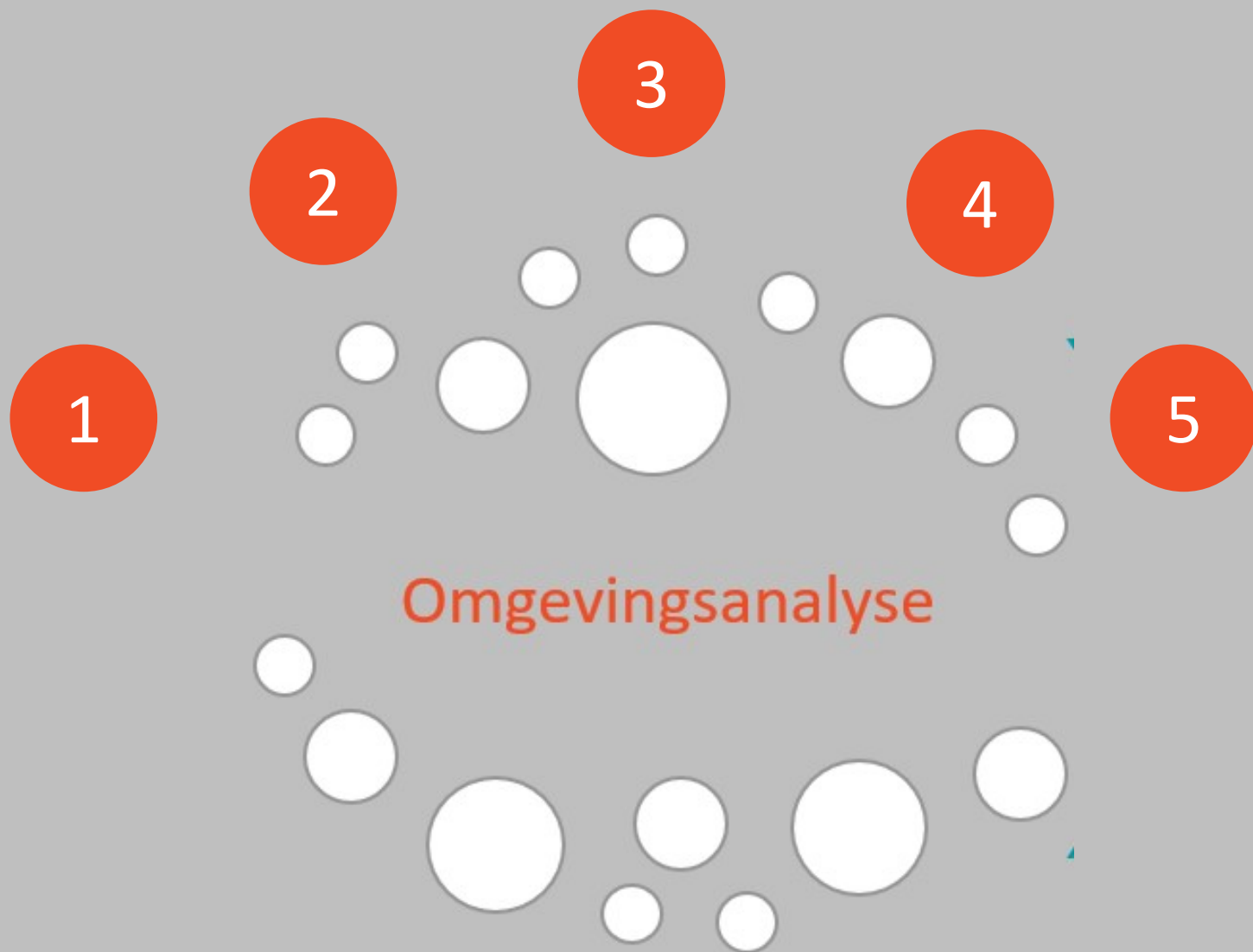
# HEALTHLI BUURTKOMPAS

Een methodiek om buurtgericht gezondheidsvaardigheden  
te versterken in de eerste lijn

J. Coussement, K. Baldewijns & L. Haesaert

politeia





# Stap 1

## Detecteer kwetsbare groepen in je regio

- **Risicofactoren op lage gezondheidsvaardigheden** – zie presentatie Leen Haesaert



beperkt netwerk



chronische ziekte



financiële problemen



laag opleidingsniveau



lage perceptie  
eigen gezondheid



lage perceptie  
sociale status



nederlands als  
tweede taal



ouderdom



psychologische en  
emotionele problemen



verstandelijke  
beperking

## Stap 1

### Detecteer kwetsbare groepen in je regio

- Risicofactoren in mijn regio: beschikbare cijfers

Risicogroep	Indicatoren	Databank (rubriek)
Nederlands als 2 <sup>de</sup> taal	Inwoners van buitenlands afkomst Instroom meerderjarige nieuwkomers	Provincies in Cijfers (nationaliteit en herkomst)
Ouderdom	Ouderen 65+ Ouderen 80+	Provincies in Cijfers (bevolking)
Financiële achterstand	<u>Kansarmoede</u> -index Verhoogde tegemoetkoming	Provincies in Cijfers (welvaart en armoede)



Indicatie hoe sterk een risicogroep aanwezig is

≠

Doelgroep met meeste ondersteuningsnood

## Stap 2

# Interpreteer de cijfers met lokale eerstelijnsactoren

- Heterogene werkgroep
- Uitleg over gezondheidsvaardigheden
- Bespreking resultaten databankanalyse
  - Van sommige risicogroepen hebben we weinig tot geen indicatoren: hoe ervaren jullie hun ondersteuningsnood
  - Hoe ervaren jullie de ondersteuningsnood van elke risicogroep in jullie dagelijkse praktijk?
  - ...



# Stap 3

## Detecteer noden verder via een bevraging



Online vragenlijst

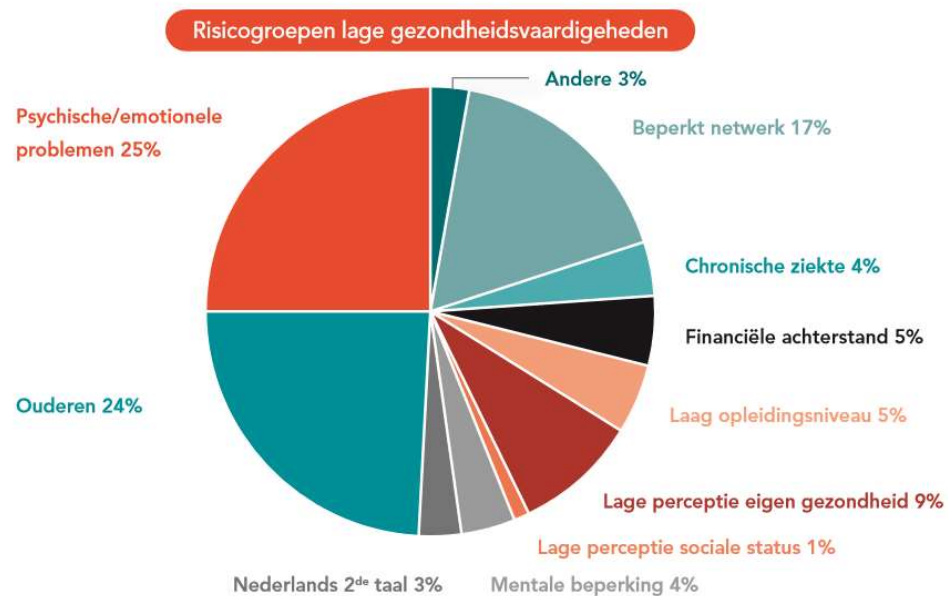


Thema's:



## Stap 4 Ga voor bottom-up adviesvorming

### Koppel de resultaten terug



### Begeleid het keuzeproces





## Stap 5 Maak een keuze

### Brief aan bestuur eerstelijnszone Pallieterland voor stemming

Stand van zaken en voorbereiding stemming met bestuursleden (18/02/2020)

Beste bestuurslid,

Graag geven we met deze brief een stand van zaken van het project HealthLi Buurtkompas. Dit project beoogt een ondersteuningspakket te ontwikkelen met en voor een risicogroep op lage gezondheidsvaardigheden. Gezondheidsvaardigheden zijn vaardigheden om informatie over gezondheid te vinden, te begrijpen, te beoordelen en te gebruiken in het eigen leven. Het eerste deel van het project beoogt de afbakening van een

	Keuze 1	Keuze 2	Keuze 3
Risicogroep	Psychische kwetsbaarheid	Beperkt netwerk	Lage perceptie eigen gezondheid
Leeftijdscategorie	18-35 jarigen	35-55 jarigen	55-65 jarigen
Thema	Eenzaamheid	Eenzaamheid	Diabetes



# Stap 6 Rekruteer cocreatieleden

## Werkgroep 3

- Ervaren hulpverleners en organisaties vertrouwd met doelgroep/thema
- Verfijning doelgroep/thema
- Tips en contactgegevens voor rekrutering (en/of zelf interesse)
- Hulp bij rekrutering doelgroep

Deel 2  
Ondersteunings-  
pakket

**SAMEN TEGEN EENZAAMHEID**

**Eenzaam?**  
In Pallieterland  
voelen meer dan 10.000 mensen  
tussen 18 en 35 jaar dit ook.

**Eenzaamheid en depressie**  
gaan vaak hand in hand.

**Jouw stem** is belangrijk om samen het taboe over eenzaamheid en depressie te doorbreken. Leer lotgenoten kennen en bepaal mee de aanpak in Pallieterland!

**Neem anoniem**  
deel aan de  
**online infosessie**  
op 7 september  
2020 om 20u.

Inschrijven kan je via:  
<http://bit.do/Infosessie-eenzaamheid>

**THOMAS MORE**  
Met de steun van de Koning Boudewijnstichting

## Stap 7

### Organiseer infosessies voor de kandidaat cocreatieleden

- Vrijblijvend
- Aparte infosessies
- Anonieme deelname mogelijk
- Info op maat en concreet
- Peiling naar noden (aanzet co-creatie)

1. Informatie vinden  
(durven zoeken)

uitspraken

Ik ben streng opgevoed en je leven niet op de rails krijgen, hoorde daar niet in thuis. En als je toch met een probleem zat, dan loste je dat toch wel zelf op! Ik heb nooit geleerd om hulp te durven vragen.

# 1. Durven vinden van informatie of hulp

1. Waar zou ondersteuning zinvol zijn in het (durven) vinden van informatie of hulp rond eenzaamheid of depressie?

*Meerdere antwoorden mogelijk*

- weten waar je (betrouwbare) informatie kan vinden
- weten wie in de regio informatie/hulp aanbiedt
- informatie/hulp durven zoeken
- gevoelens en gedachten kunnen omschrijven/gericht vragen kunnen stellen
- durven erover spreken met familie, vrienden, huisarts, ...
- informatie kunnen vinden binnen websites en sociale media
- 



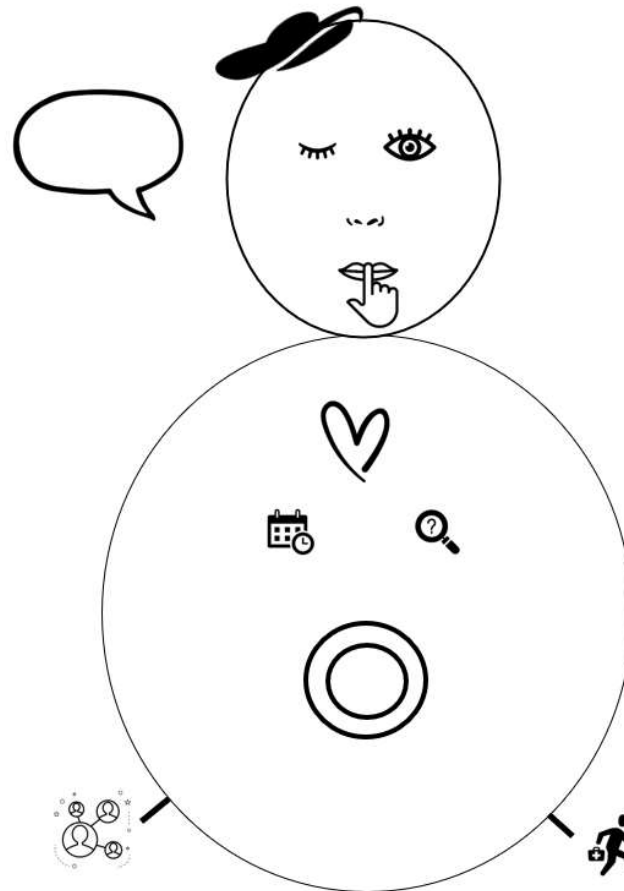
<http://bit.do/durven-vinde~>

# Toolkit Geef eenzaamheid een gezicht

HealthLi Buurtkompas, 2020

**GEEF EENZAAMHEID EEN GEZICHT**

	<b>Naam:</b> <b>Leeftijd:</b> <b>Woonplaats:</b> <b>Woonvorm:</b> <b>Activiteit:</b>
	<b>Bereikbaarheid:</b>



Deel 2  
Ondersteunings-  
pakket

# Stap 8 Houd de cocreatiesessies

Verzamel ideeën

Cocreatie 1

Uitnodigende kaartjes in de wachtruimte om eenzaamheid te bespreken met de huisarts

Campagne 'taboe doorbreken'



Buurtgerichte en verbindende initiatieven kunnen de drempel om deel te nemen aan sociale activiteiten verlagen



Vorming voor hulpverleners: hoe eenzaamheid bespreekbaar maken

Vorming digitale vaardigheden voor burgers

Screeningsinstrument toegankelijke communicatie

Vorming helder communiceren voor hulpverleners



Cognitieve training 'inzicht in eigen denkpatronen'

Vorming sociale kaart / wegwijs voor hulpverleners (ondersteunt het zoeken naar juiste hulp)

Zelftest

## Stap 8 Houd de cocreatiesessies

- Verzamel ideeën om SAMEN redzamer te worden





## Stap 8 Houd de cocreatiesessies

- Ontwikkel het ondersteuningspakket



## Stap 9 Evalueer en test uit

- Evalueer het pakket op inhoud en toegankelijkheid



Vagen rond toegankelijkheid van de gidsen 'SAMEN TEGEN EENZAAMHEID'  
(EERSTELIJNSZONE Pallieterland, januari 2021)<sup>22</sup>

1. Hoe aantrekkelijk vind je deze gids?
2. In welke mate zet de vorm van de gids je aan om te lezen?
3. Welk formaat verkies je? (A4/A5)
4. Wat vind je van de opbouw/structuur van de gids?
5. In welke mate vind je de inhoud duidelijk?
6. Hoe vind je het taalgebruik?
7. Hoe vind je het lettertype?
8. Hoe vind je de lettergrootte?
9. Zou je nog afbeeldingen toevoegen aan de gids?
10. In welke mate komt de informatie betrouwbaar over?
11. In welke mate is de informatie nuttig?
12. In welke mate valt de praktische informatie op?
13. In welke mate heb je na het lezen meer kennis over eenzaamheid?
14. In welke mate zet de gids aan om er iets mee te doen?
15. Welke concrete suggesties/tips geef je ons om de toegankelijkheid van de gids te verhogen?

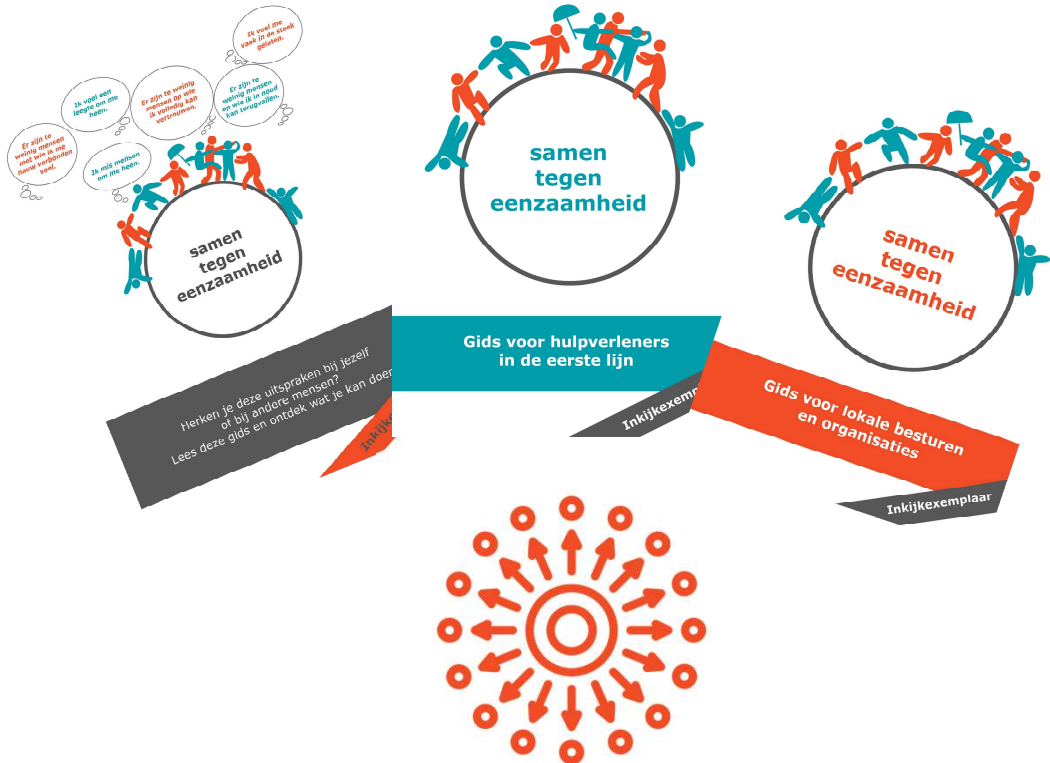
# Stap 9 Evalueer en test uit

**GEZOCHT!**

Test jij onze gidsen  
**tegen eenzaamheid** mee uit?



# Stap 10 Implementeer het ondersteuningspakket



### Omgevings-analyse

- **Stap 1:**  
Breng lage gezondheidsvaardigheden in je regio in kaart
- **Stap 2:**  
Interpreteer de cijfers met lokale eerstelijnsactoren
- **Stap 3:**  
Detecteer noden verder via een bevraging
- **Stap 4:**  
Ga voor bottom-up adviesvorming
- **Stap 5:**  
Maak een keuze



### Ondersteunings-pakket

- **Stap 6:**  
Rekruteer cocreatieleden
- **Stap 7:**  
Organiseer infosessies voor de kandidaat cocreatieleden
- **Stap 8:**  
Hou de cocreatiesessies
- **Stap 9:**  
Evalueer en test uit
- **Stap 10:**  
Implementeer het ondersteuningspakket

### Communicatie



Je zegt niets