

Anita Vermeer van GGD Zuid Limburg over positieve gezondheid

In 2012 introduceerde arts-onderzoeker Machteld Huber haar vernieuwende gezondheidsconcept positieve gezondheid.

Sinds die tijd is dit concept een begrip geworden dat nog steeds wint aan populariteit.

Ook in Zuid-Limburg.





**'HOE BLIJF JE GEZOND
EN WAT KUN JE DAAR ZELF
AAN BIJDAGEN?'**

'DE LEVENSV ERWACHTING VAN LIMBURGERS IS LAGER DAN IN DE REST VAN HET LAND'

Anita Vermeer is strategisch beleidsmedewerker bij GGD Zuid Limburg. 'Vanuit deze functie ben ik vanaf de start in 2016 betrokken bij het pilotproject rond Blauwe Zorg in de wijk. Dit project speelt zich af in de Maastrichtse wijken Wittevrouwenveld, Wyckerpoort, Nazareth en Limmel. Het is gebaseerd op de positievegezondheidsfilosofie van Machteld Huber. We willen de zorg anders organiseren, zodat wijkbewoners zelf actief kunnen zijn en de regie over hun eigen gezondheid kunnen overnemen.'

EEN BETEKENISVOL LEVEN STAAT CENTRAAL

'Anders gezegd, Blauwe Zorg in de wijk is helemaal in lijn met de kerngedachte van positieve gezondheid: niet een eventuele ziekte, maar een betekenisvol leven staat centraal. Het is nu nog zo dat er veel overheidsgeld gaat naar zorg en hulpverlening. Dat kan in de toekomst minder zijn als we meer aandacht hebben voor de achterliggende problemen waar mensen mee kampen en als we sterker het accent leggen op de beantwoording van vragen als: hoe blijf je gezond? en vooral: wat kun je daar zelf aan bijdragen?'

WELVAARTSZIEKTEN

'Die vragen spelen vooral in kwetsbare wijken. Daarbij is het bekend dat de levensverwachting van Limburgers lager is dan in de rest van het land. Opleiding en inkomen hebben daarmee te maken, maar die factoren verklaren niet alles. Er is in het zuiden waarschijnlijk ook nog sprake van een cultuurhistorische factor. In het verleden namen kerk en werkgevers de zorgtaak voor de Limburgse bevolking voor een groot deel op zich, waardoor ook welvaartsziekten eerder de kop opstaken. Vooral bij ouderen heerst nog de gedachte: er moet voor mij worden gezorgd.'

GEZONDE BASISCHOOL VAN DE TOEKOMST

'Positieve gezondheid richt zich daarentegen op uitgaan van je eigen kracht en zelfredzaamheid. In samenwerking met onder meer gemeenten, zorg- en welzijnspartijen en de Universiteit Maastricht legt GGD Zuid Limburg daar de nadruk op. Een voorbeeld is de Gezonde Basisschool van de Toekomst in Landgraaf.' (Die school onderzoekt of kinderen door een combinatie van onderwijs, sport & spel en gezonde voeding een betere fysieke, emotionele en



ANITA VERMEER



MISCHA DEUSINGS

intellectuele groei doormaken. Ook wordt gekeken of een vast dagritme tot meer rust en minder stress leidt bij kinderen en ouders, red.)

ADVISERENDE ROL

'Ik heb tegenwoordig een adviserende rol. Daarbij begeleid ik geen individuele cliënten. Ik sta voortdurend in contact met beleidsmedewerkers van verschillende zorg- en andere partijen als het gaat om positieve gezondheid en de voordelen daarvan. In het verlengde daarvan organiseer ik trainingen op dit gebied voor diezelfde beleidsmedewerkers en managers.'

LOSWEKEN VAN WERKPROTOCOLLEN

'Een van de zaken waaraan ik binnen Blauwe Zorg in de wijk veel aandacht besteed, is het – zeg maar – losweken van professionals van hun werkprotocollen. Omdat die protocollen vernieuwing en anders denken vaak in de weg staan. Dit doe ik niet alleen. Mischa Deusings van de Levantogroep coacht medewerkers in de Blauwe Zorg wijken op hoe zij kunnen werken vanuit Positieve Gezondheid en hoe zij meer tegemoet kunnen komen aan wat mensen zelf willen, wat

niet altijd strookt met wat de organisaties willen. Verder ga ik met bestuurders in gesprek over knelpunten die medewerkers daarbij ervaren. Diezelfde bestuurders hebben het signaal goed opgepakt om tempo te maken met de introductie en opname van positieve gezondheid binnen hun organisaties.'

TRAIN DE TRAINER

'Komend jaar is er met financiële steun van de provincie Limburg ruimte voor de cursus Train de trainer. Door deze cursus én de trainingen en workshops die we al organiseren, hebben we de mogelijkheid om nog meer wijkbewoners in contact te brengen met positieve gezondheid.

Of ik in mijn persoonlijke leven iets heb veranderd door de inzichten die ik heb opgedaan rond positieve gezondheid? Ik kan wel een voorbeeld noemen, ja. Voor de eerste keer in zeven jaar heb ik ouderschapsverlof opgenomen nadat ik had besloten meer tijd te besteden aan mijn gezin.' ◀

'POSITIEVE GEZONDHEID RICHT ZICH OP UITGAAN VAN JE EIGEN KRACHT EN ZELFREDZAAMHEID'