

logo   
O GEZONDHEID  
TROEF



# Digitaal Netwerk Gezondheidspromotie

27/11/2020



# Afspraken

- Iedereen mag op elk moment vragen stellen in de chat
- Belangrijkste vragen worden op het einde van elk onderdeel aan de spreker gesteld door de moderator
- Microfoon dempen
- De webinar wordt opgenomen



# Programma

---

Lize Hermans – Sciensano

---

Logo Gezond + over  
Zorgzame buurten en tiendaagse van de veerkracht

---

Steffi Beyaert - Gavere

---

Lieve Van Lancker - De Pinte

---

Eva D'Haene – LDC Elfdorpen Deinze

---

Tine Hessens – WGC De Botermarkt

---



# IMPACT COVID-19 EPIDEMIE OP MENTALE GEZONDHEID

COVID-19 gezondheidsenquêtes

27 augustus 2020

## GEZONDHEIDSENQUÊTES

### DOEL

1997	2001	2004	2008	2013	2018
------	------	------	------	------	------

- Gezondheid inwoners België evalueren
- Verbeteringen/nieuwe problemen in kaart brengen
- Proactief gezondheidsbeleid

## → COVID-19 GEZONDHEIDSENQUÊTES

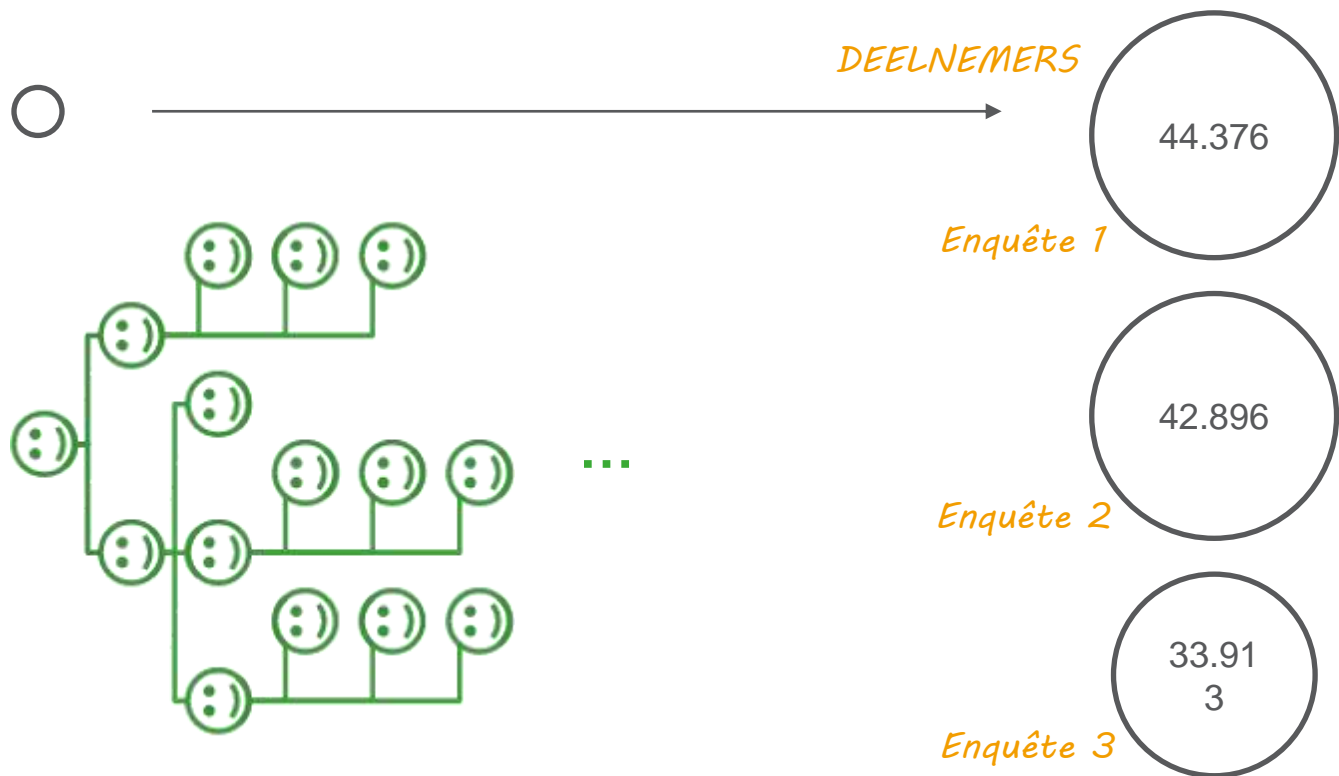
- Reeks online enquêtes

ENQUÊTE 1	2 – 9 APRIL
ENQUÊTE 2	16 – 23 APRIL
ENQUÊTE 3	28 MEI – 3 JUNI

- Inwoners B

- Snowball sampling

# SNOWBALL SAMPLING





# PROFIEL DEELNEMERS KOMT NIET OVEREEN MET BEVOLKING IN BELGIË

*Jongste en oudste leeftijdsgroep  
ondervetegenwoordigd*

ENQUÊTE 2	Mannen (%)	Vrouwen (%)	Totaal (%)
18 tot 24 jaar	3	4	3
25 tot 34 jaar	13	17	16
35 tot 44 jaar	19	25	23
45 tot 54 jaar	21	24	23
55 tot 64 jaar	24	20	21
65+ jaar	21	11	14
Totaal	32	68	100

*Mannen  
ondervetegenwoordigd*

# POSTSTRATIFICATIE GEWICHTEN

Deelnemers in **ONDERVERTEGENWOORDIGDE** groepen – **GROTER GEWICHT** en vice versa

Informatie over samenstelling bevolking uit andere gegevensbronnen:

- Geslacht
- Leeftijdsgroep
- Opleidingsniveau
- Provincie

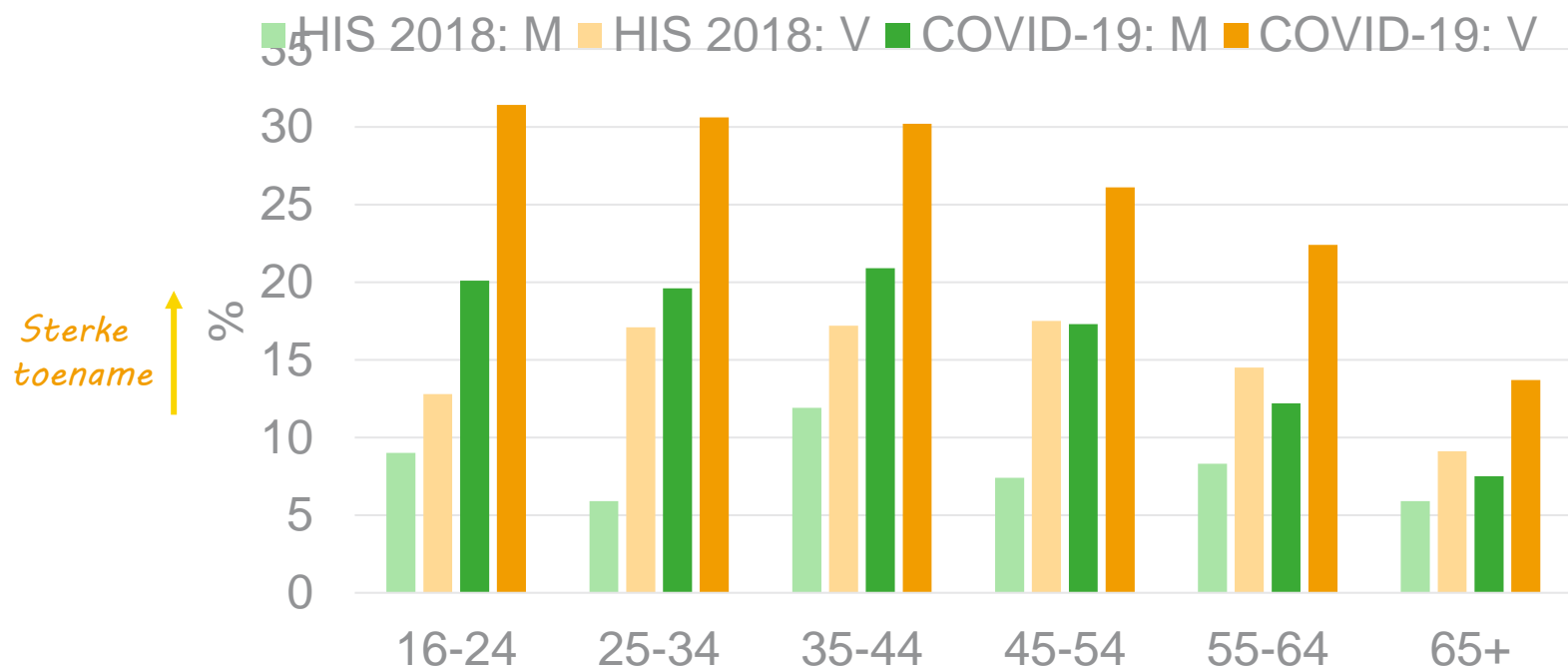
# MENTALE GEZONDHEID

## Resultaten

ENQUÊTE 1

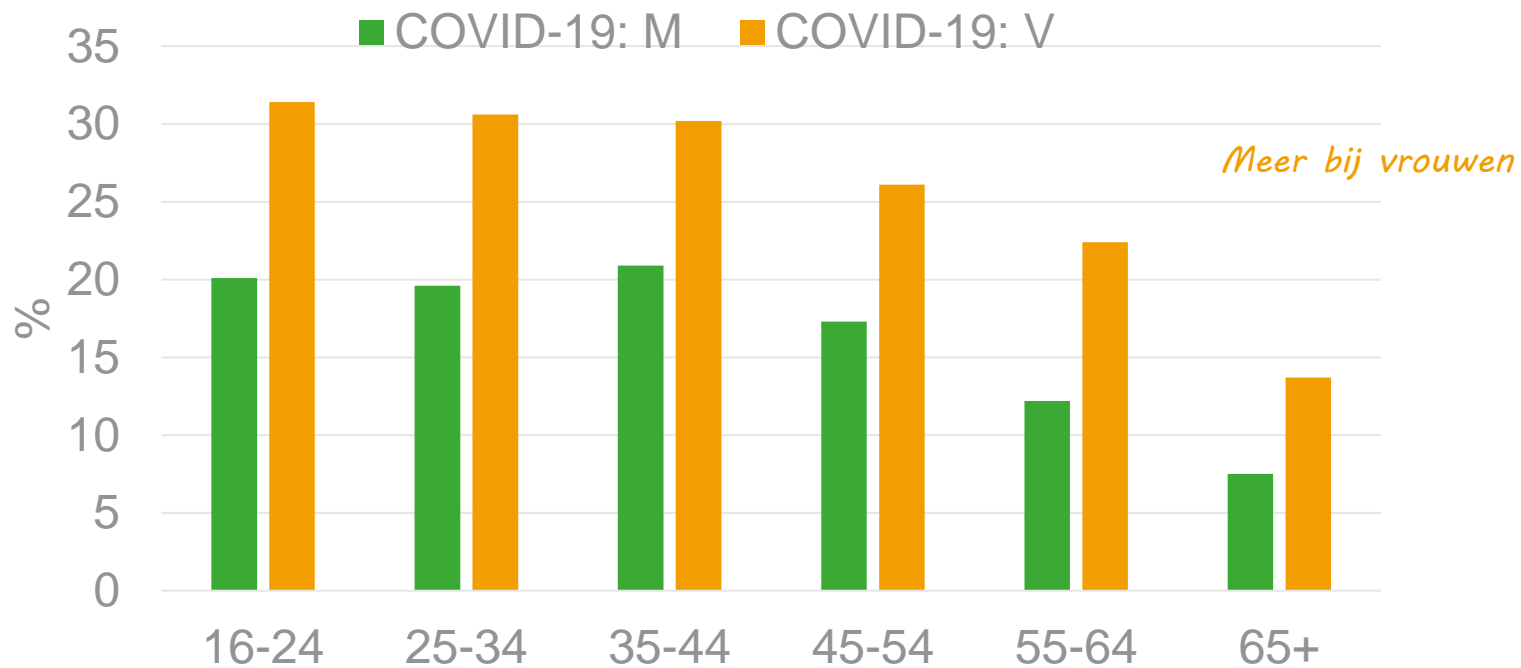
2 – 9 APRIL

# ANGSTSTOORNISSEN



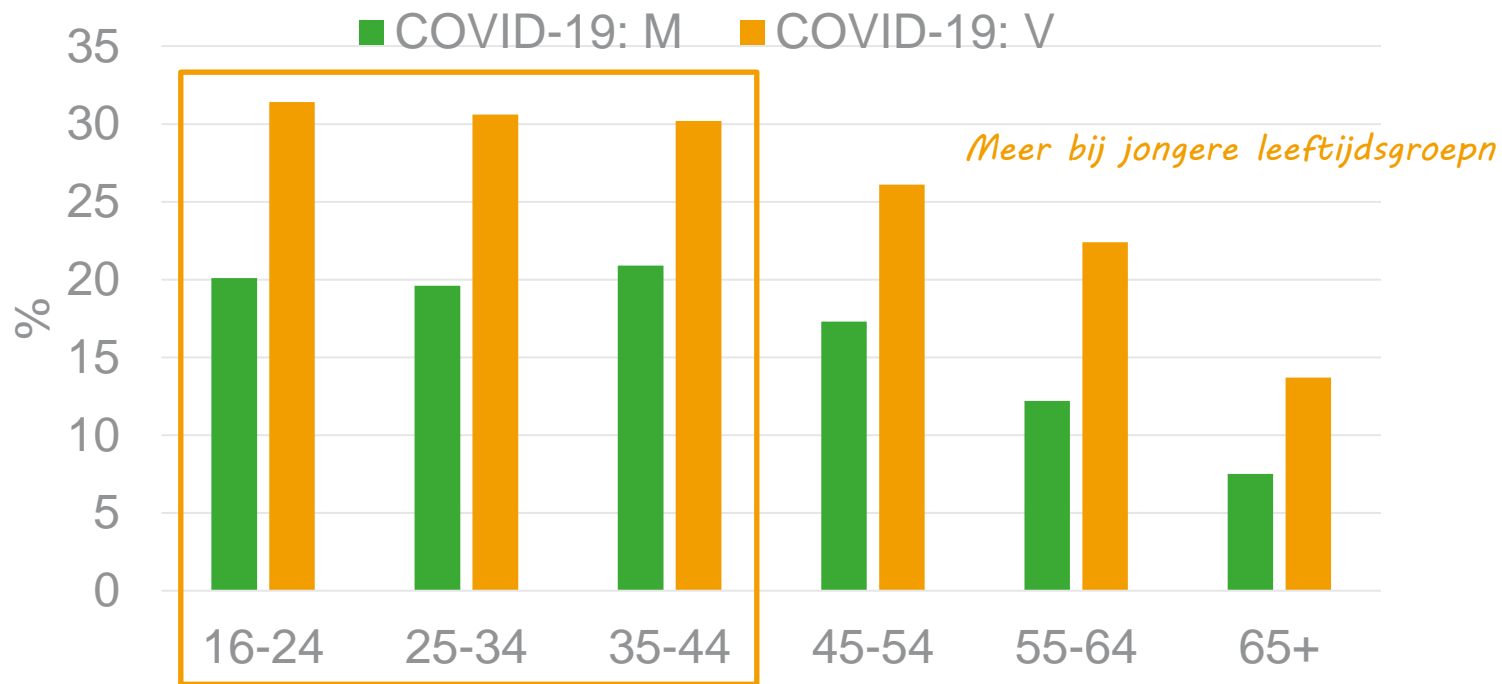
M = mannen, V = vrouwen, ≥ 16 jaar

# ANGSTSTOORNISSEN



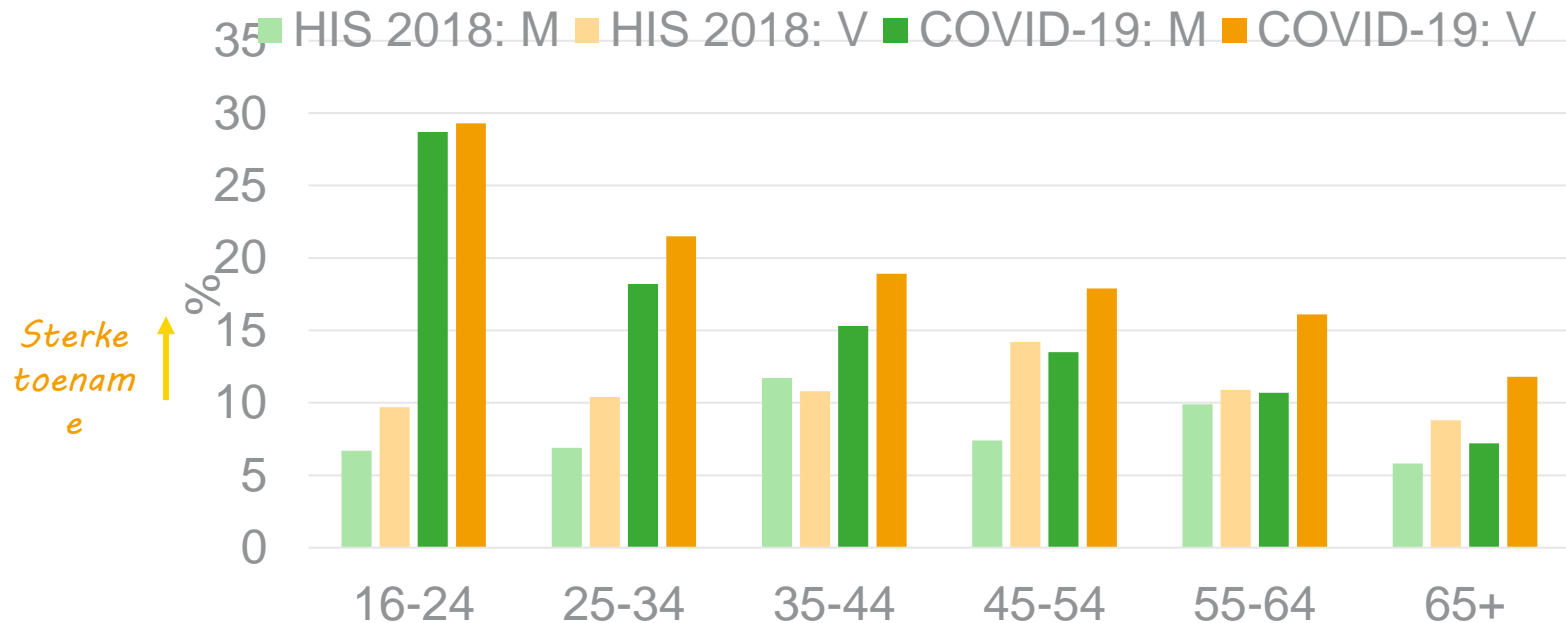
M = mannen, V = vrouwen, ≥ 16 jaar

# ANGSTSTOORNISSEN



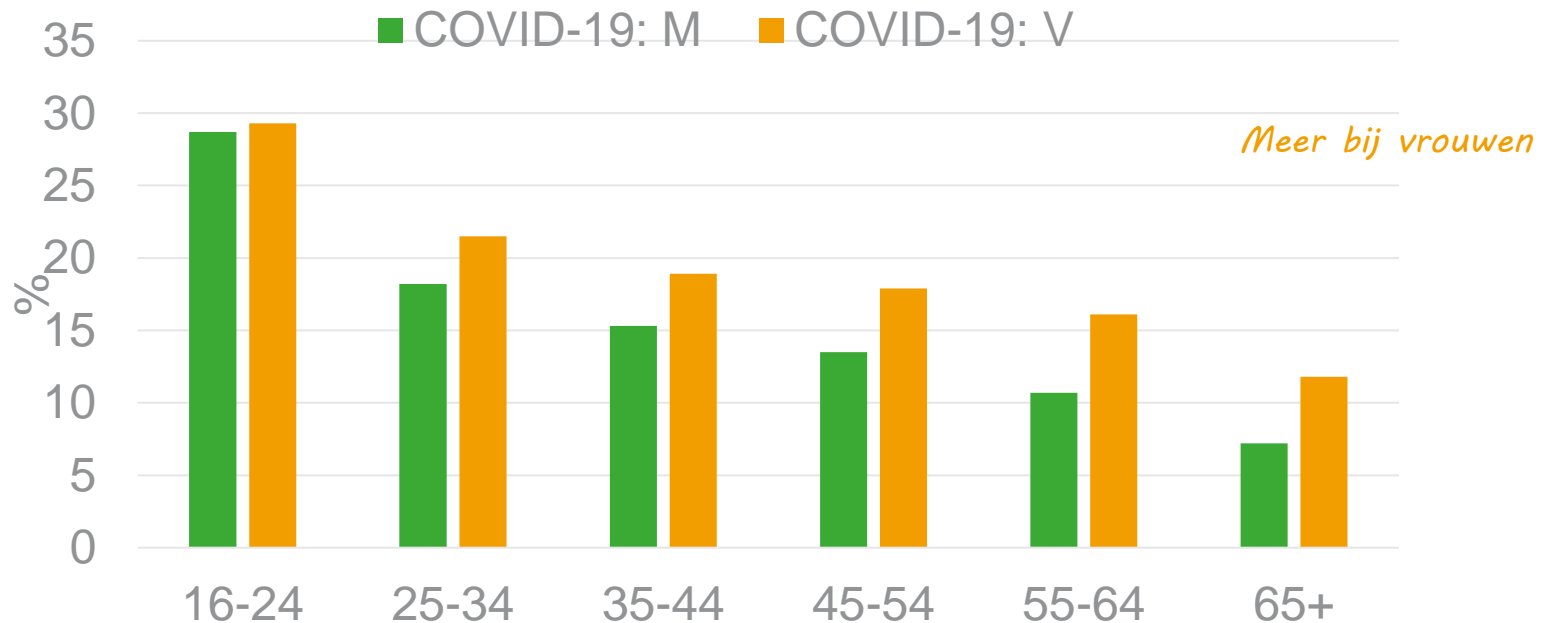
M = mannen, V = vrouwen, ≥ 16 jaar

# DEPRESSIEVE STOORNISSEN



M = mannen, V = vrouwen, ≥ 16 jaar

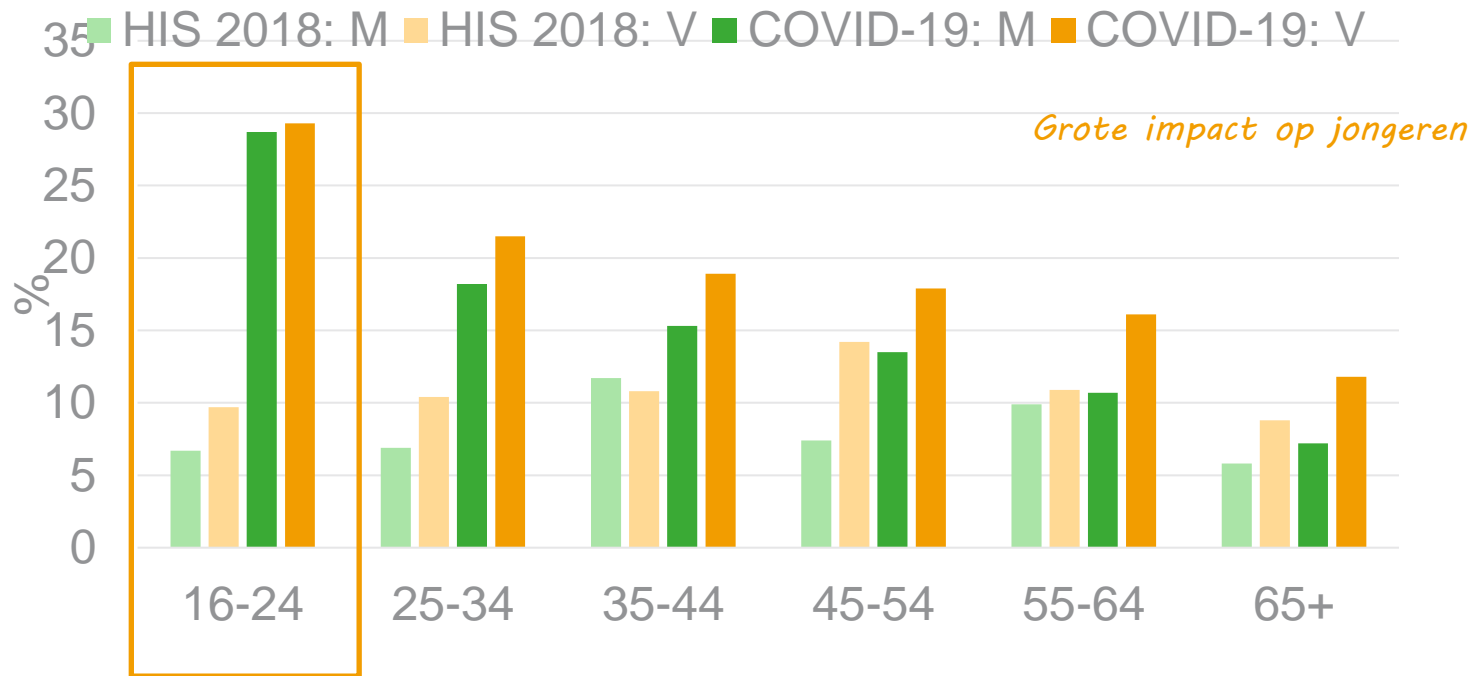
# DEPRESSIEVE STOORNISSEN



M = mannen, V = vrouwen, ≥ 16 jaar



# DEPRESSIEVE STOORNISSEN



M = mannen, V = vrouwen, ≥ 16 jaar

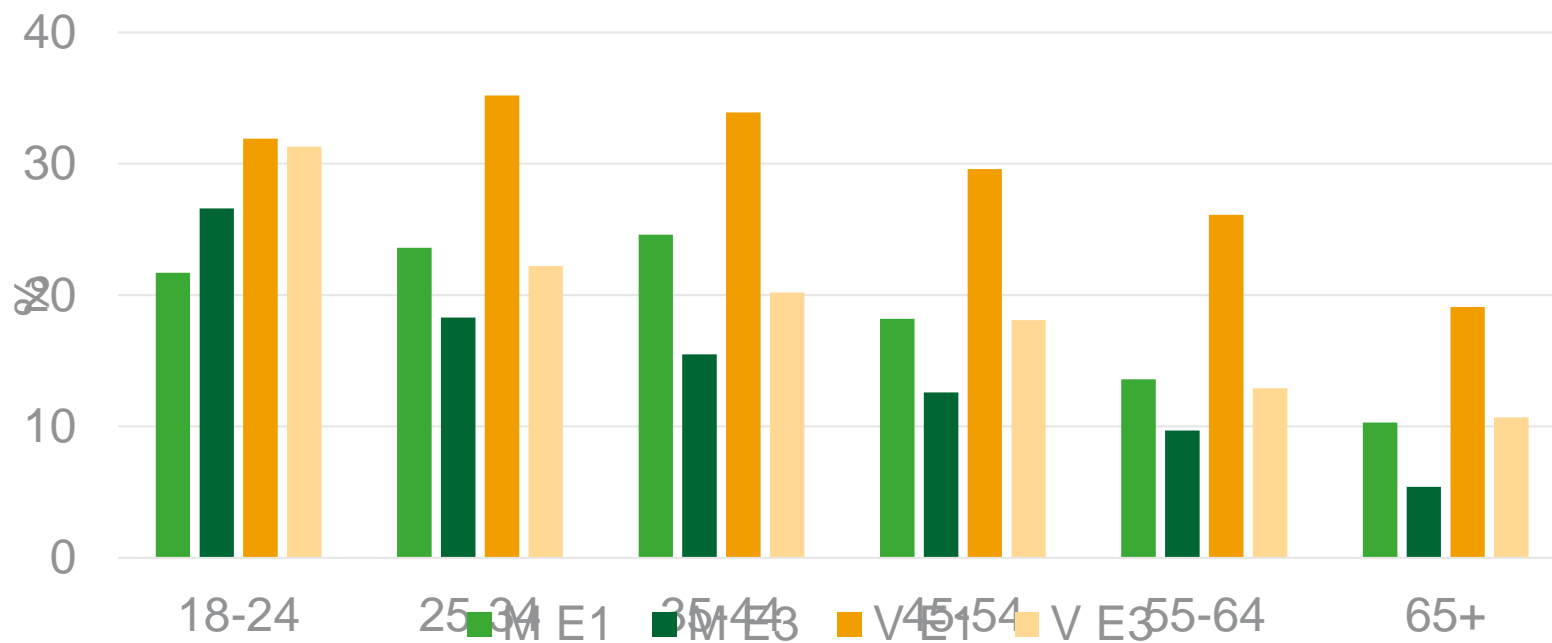
# MENTALE GEZONDHEID

## Resultaten

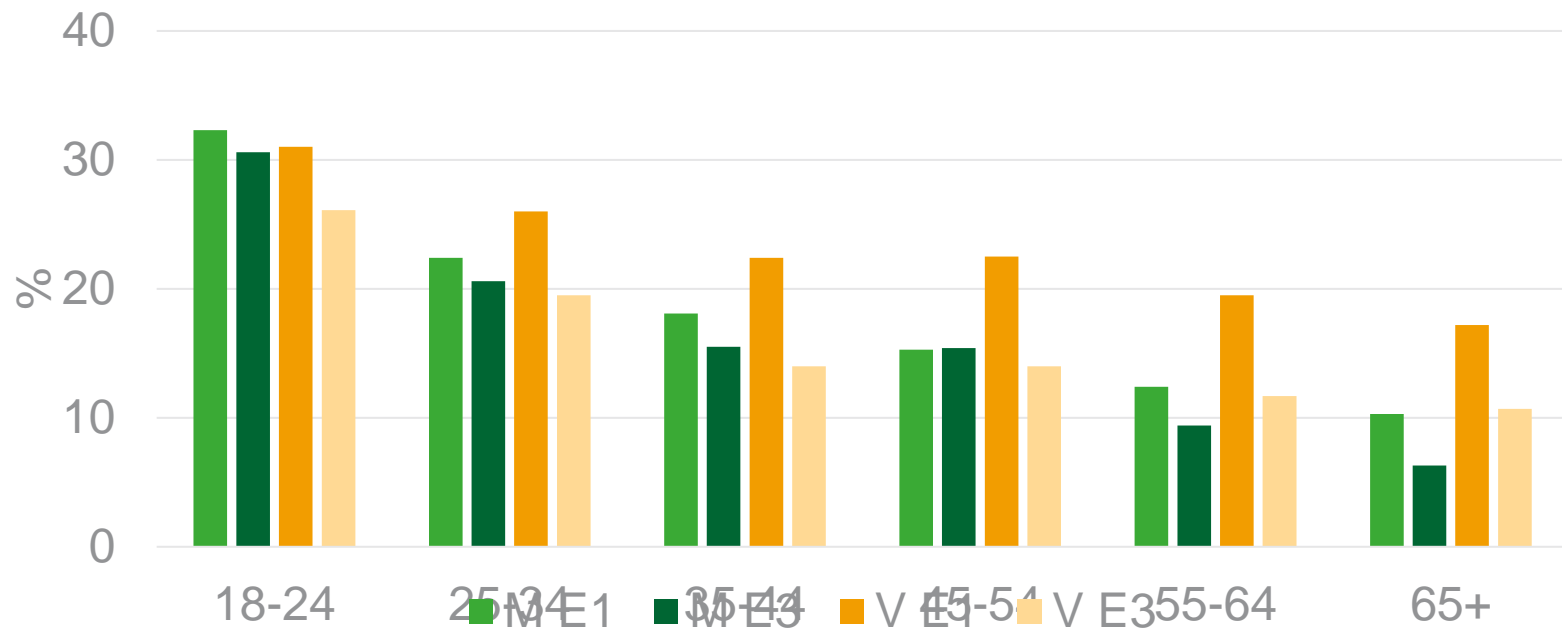
ENQUÊTE 3

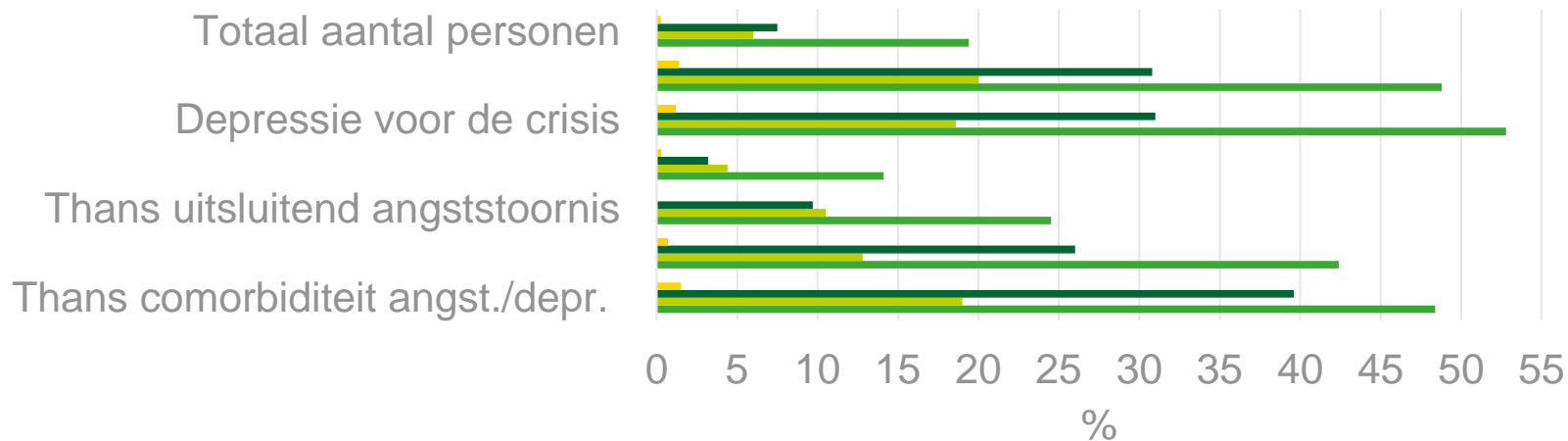
28 MEI – 3 JUNI

# ANGSTSTOORNISSEN



# DEPRESSIEVE STOORNISSEN





- Recente zelfmoordpogingen
- Recente zelfmoordgedachten
- Vroegere zelfmoordpogingen
- Vroegere zelfmoordgedachten

# BRONNEN

<https://www.sciensano.be/en/biblio/eerste-covid-19-gezondheidsenquête-eerste-resultaten>

<https://www.sciensano.be/en/biblio/derde-covid-19-gezondheidsenquête-eerste-resultaten>

## Contact

HIS-team • [HIS@sciensano.be](mailto:HIS@sciensano.be)



# Zorgzame buurten



# Wat is een zorgzame buurt?

Een samenhangende én buurtgerichte aanpak van

- Welzijn
- Wonen
- Zorg



Doel:

Personen met een ondersteuningsnood kunnen zo lang mogelijk thuis of in de vertrouwde omgeving blijven wonen.

# De buurt als speelveld voor sociale innovatie

## VROEGER:

Focus op achtergestelde buurten

## NU:

De buurt en het leven in de buurt in het algemeen:

- Meer aandacht voor de bijzondere noden van bewoners
- Doorheen alle levensfasen
- Bijzondere aandacht voor de meest kwetsbare personen
- Ondersteuning bij dagelijkse bezigheden
- Participatie aan het sociale en culturele leven.

Belangrijke vraag: Hoe kunnen we maatschappelijke problemen samen met de burgers aanpakken?

(Uit: 'Zorg voor de buurt' door Van Audenhove & Declercq, Lucas KULeuven)



**PGGG**

Partij voor een Gezonde Gemeente



**Gezonde publieke ruimte**



**Gezonde wijk**



**Gezond wonen**



**Zorg- en welzijnsvoorzieningen**



**Gezondheid en veiligheid**



**Gezond klimaat**

# Wat is een buurt?

- Geen eenduidige definitie
- Minimale fysieke en sociale samenhang
- Klein genoeg om elkaar persoonlijk te leren kennen, groot genoeg om voldoende zelforganiserend vermogen te ontwikkelen
- Rekening houdend met fysieke grenzen, vroegere (deel)gemeenten, statistische sectoren...
- Subjectieve beleving van wat mensen spontaan 'hun buurt' noemen
- **Elke buurt is anders: soms slechts een paar straten groot, soms een volledige gemeente**



# Engagement van elke burger

1. Vrijwillige inzet en spontane solidariteit van iedereen

2. Kansen bieden aan kwetsbare of zorgbehoevenden om een betekenisvolle bijdrage te blijven doen aan de samenleving

Zorgvrager <-> zorgaanbieder



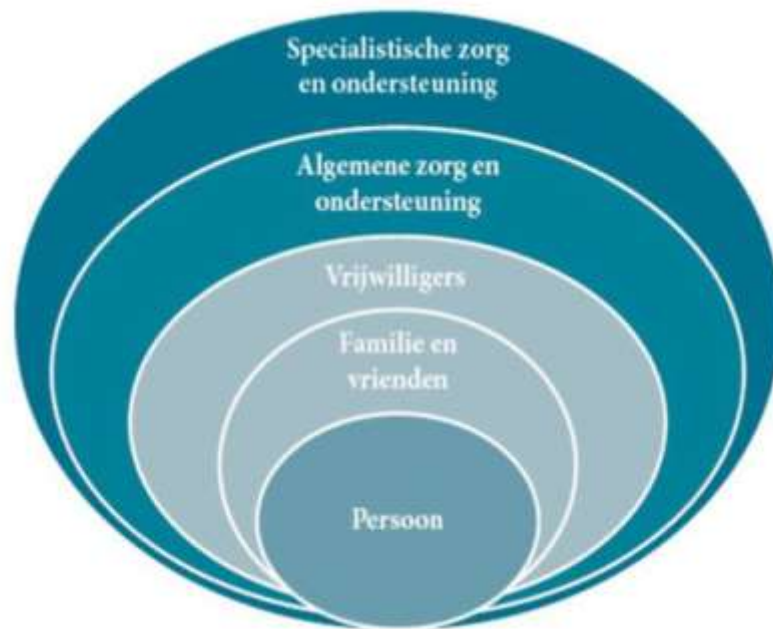
# Vrijwillige inzet als wondermiddel?

- Heel wat mensen zijn bereid iets te doen voor een ander, maar doen het toch niet.
- Handelingsverlegenheid - 'het niet gevraagd worden' draagt bij tot heel wat onderbenut potentieel.
- Benadruk de voordelen:
  - Verhoogt het zelfbeeld
  - Gaat vereenzaming tegen
  - Bevordert de gezondheid en fysieke conditie
  - Het gevoel iets te betekenen en deel uit te maken van een groep kan kwetsbare mensen helpen hun leven weer in handen te nemen en is een uiterst waardevolle manier om zich sociaal te integreren.



# Vermaatschappelijking van de zorg

Een zorgzame buurt geeft vorm aan de vermaatschappelijking van de zorg en de vermaatschappelijking van de zorg kan niet zonder buurtgericht werken en denken.





# Integrale benadering van wonen, zorg en welzijn

## Sociale aspecten

- Kwaliteit van relaties
- Aanbod activiteiten
- Ontmoetingsmogelijkheden
- Dienstverlening
- Zorgaanbod

## Fysieke aspecten

- Aangepaste woningen en woonomgeving
- Mobiliteit
- Toegankelijke (semi)publieke infrastructuur
- Nabijheid van diensten en voorzieningen



# Maatschappelijke veranderingen

- Grotere diversiteit
  - Identiteit en uitzicht van buurt verandert
  - Minder verbondenheid
  - Verschraving van contacten en sociaal netwerk
  - Handelaars en diensten verdwijnen
  - Cafés en gemeenschapshuizen voelen concurrentie van TV en sociale media
  - Bank- en postfilialen worden gecentraliseerd
- ⇒ Verlies zelfstandigheid
- ⇒ Vereenzaming



# Elke buurt is anders

- Buurtwerk is maatwerk
  - Vertrekt vanuit die lokale context, uitdagingen, noden, capaciteit en sterktes.
- Niet idealiseren
  - Rekening houden met mogelijke hindernissen, uitdagingen en grenzen.

## VOER VOOR DISCUSSIE (in de toekomst)

De mogelijkheden van een zorgzame buurt kunnen niet dezelfde zijn voor een afgelegen woning dan in een woonkern met veel diensten en voorzieningen.

Buurtbewoners moeten zich ook bewust zijn van de consequenties van de keuze om in bepaalde omgeving te blijven wonen.

Zelfredzaamheid



Samenredzaamheid



Zelfregie

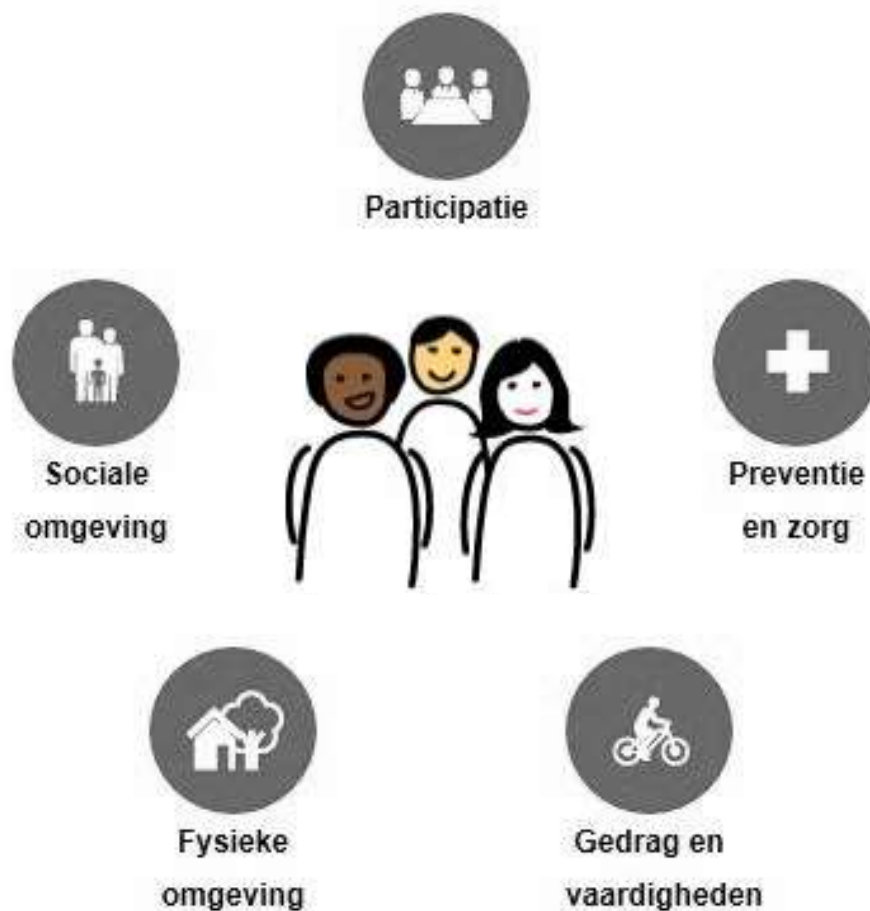


# Conclusie

Lokale krachten, menselijke relaties en sociale cohesie moeten actief ingezet worden om een antwoord te bieden op de actuele problemen en uitdagingen zoals vergrijzing, toename van de zorgvragen, vereenzaming, ...



# Zorgzame buurten





# Spreuken in het straatbeeld

# = Actie Vlaamse Logo's ikv 10-daagse

**SAMEN**  
**veerkrachtig**  
Boost je veerkracht  
van 1 tot 10 oktober

[HOME](#) [ACTIVITEITEN](#) [SAMEN VEERKRACHTIG](#) [NIEUWS](#) [ORGANISEER MEE](#) [CONTACT](#)

## 10-daagse van de Geestelijke Gezondheid van 1 tot 10 oktober

Tussen 1 en 10 oktober zetten we samen het belang van een goede geestelijke gezondheid in de kijker. Dit jaar staan (online) ontmoeting en verbinding centraal. Steun van anderen is immers één van de belangrijkste hulpbronnen voor mensen wanneer de veerkracht in het gedrang komt. En laat het nu net veerkracht zijn dat we dit jaar door het coronavirus meer dan ooit overal nodig hebben.

[WAT?](#)

[ACTIVITEITEN](#)

[NIEUWS](#)

[ORGANISEER MEE](#)





# = Actie Vlaamse Logo's ikv 10-daagse



# Startpakket Logo Gezond+

- 3 weerbestendige stiften, 2 krijtmarkers
  - Optie: extra stiften bestellen
- Affiche Samen Veerkrachtig (4 versies)\*
- Instructiekaart 'Zo maak je een raamtekening'
- Lijst met spreuken\*
- Voorbeeldbrief lokale handelaars: *'Lege ramen voor spreuken gezocht '\**
- Voorbeeldbrief kunstenaars, tekenacademie, scholen: *'Word jij spreukenschilder? '\**
- Sociale media post *'Oproep: Lege ramen voor spreuken gezocht! '\**
- Sociale media post *'Oproep: spreukenschilder gezocht! '\**



# Startpakket Logo Gezond+

- Kostprijs = €25 (incl. verzending)
  - Extra weerbestendige stift: €3,5/stuk
  - Extra krijtstift: €3/stuk

**BESTEL VIA**

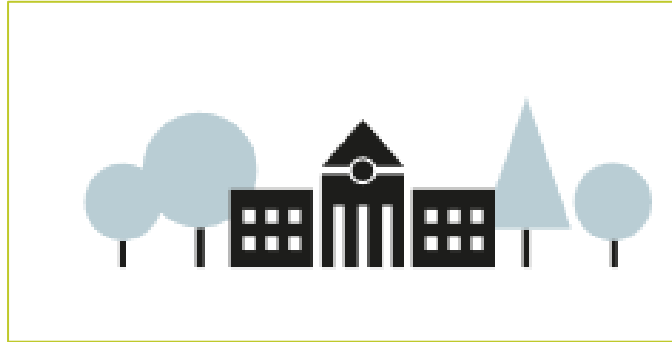
<https://forms.gle/3sCvjrr9EqrKQhoo9>

**Deadline: vrijdag 4 sep 2020!**

# Waar spreuken plaatsen?



# Tip: stem spreuk af op locatie



## Onderwijs

*'Leren is verdwalen en daarna de weg nog weten  
... Of de weg durven vragen.'*

**Gebruik hiervoor de lijst met spreuken**

# Extra: Spreukenwandeling

- Materiaal: Handleiding + 10 voorgemaakte affiches
- Doelgroep: verenigingen, LDC, Sociaal Huis, burgers, ...



Tip 1. Vind jezelf oké

## Opdracht

Jezelf aanvaarden is belangrijk. Niemand is perfect. Focus niet op wat moeilijk gaat, maar geef voldoende aandacht aan wat wel goed gaat. Elke dag opnieuw. Dat geeft je kracht.

1. Wat zijn zaken die je leuk vindt aan jezelf?
2. Wat deed je onlangs waar je trots op bent?

Zoek het niet te ver. Het zit in de kleine dingen.

## Gesprekstip

Laat de deelnemers kiezen welke vraag ze willen beantwoorden. Heb respect voor deelnemers die liever niet willen antwoorden, maar moedig hen aan om de vraag wel voor zichzelf te beantwoorden. Geef elke deelnemer die zijn of haar antwoord met de groep deelt, de nodige waardering. De meeste mensen hebben nood aan meer erkenning en waardering. Maar vaak zoeken ze het te ver en verwachten ze te veel van zichzelf. Hierdoor krijgt hun zelfvertrouwen een deuk. Geef complimenten aan elke deelnemer die iets over zichzelf vertelt. Als je je waardering uit, is het belangrijk om heel concreet te benoemen waar iemand goed in is. Zeg dus niet zomaar: 'Knap, hoor!'. Maar geef voldoende uitleg: 'Wat moedig van je, dat je zo kwetsbaar durft op te stellen in de groep'.

## Benodigheden

Affiche "Vind jezelf oké"

## Locatie







# Babbelbox - levende bibliotheek



# Babbelbox / levende bibliotheek

- ✓ Ruimte voor psychische kwetsbaarheid
- ✓ Corona-proof
- ✓ Warme William

Bedankt MFC Wagenschot!



# De levende bib



- Steunpunt Geestelijke Gezondheid
- Psychische kwetsbaarheid bespreekbaar maken
- Mensen vanuit hun kracht benaderen



# De levende bib



Leen  
een levend  
boek!



29 september  
Bibliotheek aan de Vliet  
Voorburg  
14.00 - 16.15 uur



- ✓ Verhalen over veerkracht
- ✓ Mensen als levende boeken
- ✓ 'Boek uitlenen' = 1 op 1 gesprek

Een filmpje:

<https://vimeo.com/142608625>

# De levende bib: concreet

## Gemeente:

- Locatie (Bibliotheek, LDC, cultureel centrum, ...)
- Mensen en verenigingen betrekken
- Communicatie

## Aanbod Logo Gezond+ :

- Babelbox (+ ander materiaal)
- Ondersteuning Steunpunt Geestelijke Gezondheid
  - Netwerk GGZ
  - Begeleiding deelnemers
  - Praktische organisatie



# Babbelbox - andere ideeën

- ✓ Spontane ontmoeting op de markt of in het park
- ✓ 'blind date'
- ✓ Warme Gemeente-acties
- ✓ ...





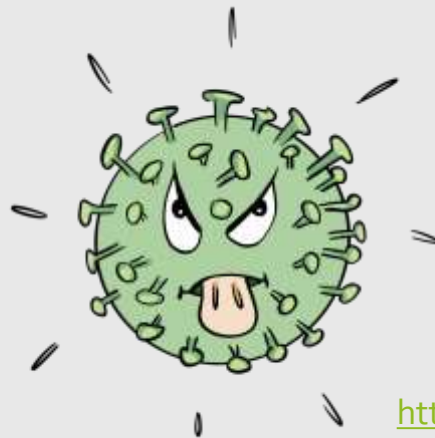
# Warm gaverre

Verbinding in tijden van (corona)crisis

## Radio Gagavere → Warm Gavere

*thuis in  
gavere*

[www.thuisin.gavere.be](http://www.thuisin.gavere.be)



<http://thuisin.gavere.be/radio-gagavere-2020>

[www.facebook.com/radiogagavere](http://www.facebook.com/radiogagavere)  
[radiogagavere@gmail.com](mailto:radiogagavere@gmail.com)

# Warme namen





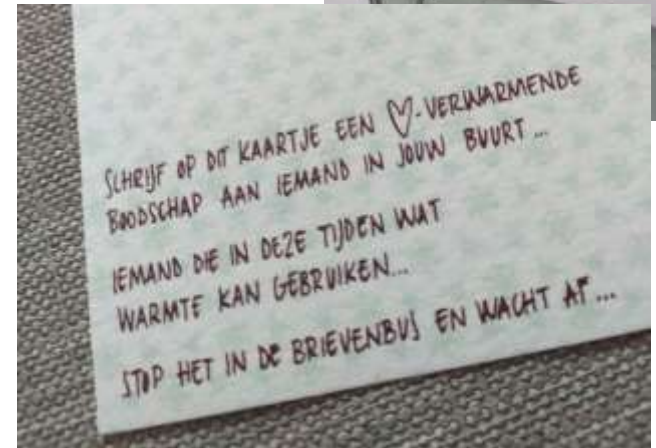
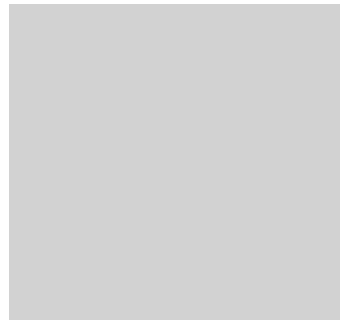
# Warme raamtekenaars





## Warme babbels

# Warme wensen



# Warme Krijtboodschappen



# Actie lokale handelaars





Ons verhaal is zeker nog niet ten einde.

Wordt vervolgd!

# De Pinte: Spreuken in het straatbeeld



# 2019: openbare gebouwen en handelaars

- Openbare gebouwen:
  - gemeentehuis (zowel intern als extern)
  - OCMW, sociaal huis, WZC, Serviceflats, dienstencentrum Zevergem, Huis van het Kind, GBS
  - Ontmoetingscentrum Polderbos (cultuur, sport, ...), Bib, Veldblomme
  - Kerk De Pinte, Kerk Zevergem
  - Atheneum Erasmus





## 2019: openbare gebouwen en handelaars

- Handelaars: veel variatie door de keuze van spreuken
  - Bakkerij Hanssens, bakkerij Arnoudt, bakkerij Rutsaert
  - Standaard boekhandel
  - Lerouge fruitpers
  - Axel Lenaerts makelaars
  - Maene (werktuigwinkel en crea)
  - Hoeveslager De Clercq
  - Kaaswinkel Keltra
  - MariMile kleding, Deauville kleding
  - 4Disa Travel
  - Bain de bonheur
  - Kiné Optimale
  - KBC





Zoeken op Facebook



Pieter



Lokaal bestuur De Pinte

6 oktober 2019 · 🌐

Hey, hoi, hallo, goeiemorgen! Wie of waar maakt niet uit! We wensen je een fantastische goeiedag! #samenveerkrachtig

👍❤️ 33

2 reacties

👍 Vind ik leuk    💬 Reageren    ➦ Delen    🌐

Meest relevant ▾



Lieve Schell  
Goedemorgen !

Vind ik leuk · Beantwoorden · 46w



Lea Verspeel  
Goedemorgen 🎵🎵🎵🎵

Vind ik leuk · Beantwoorden · 46w



Schrijf een reactie... 😊 📷 🗨️

Waar de ogen  
glimlachen,  
glimlacht het 

# Samen voor krachtig

SCHERENZAAL  
SECRETARIAT





Wij  
loopt u op  
donderdag  
#edelgedacht



Moeizame wegen  
leiden vaak naar  
mooie bestemmingen.

#samenveerkrachtig



Open

leeftijd is niet  
belangrijk  
tenzij je een kaas bent

#EATERSPARADISE





ef hij in zijn perso-  
lek moment, zeker  
ophoudt te be-

nen". verduidelijkt sociaal  
consulent Rian Verstringe | over nu

DE  
CHT TALEN

to's  
naakt,  
in

cheen  
en is  
uit-  
een  
opt  
de

Vrijwilligers brengen  
de spreuken aan met  
afwasbare krijstiften.  
Communicatieambte-  
naar Isabel Coppens:

## Veerkrachtige spreuken fleuren ramen en etalages op

DE PINTE

**In De Pinte duiken  
nog tot 10 oktober  
spreuken en deugd-  
doende boodschap-  
pen op in etalages  
van middenstan-  
ders en op ramen  
van openbare ge-  
bouwen.**

lingen en quotes wil-  
len we een glimlach  
opwekken en onze in-  
woners een goed ge-  
voel geven. Het is niet  
altijd even goed ge-  
steld met de geestelij-  
ke gezondheid van de  
Vlaming, en toch rust  
nog altijd een taboe op  
alles wat daarmee  
heeft te maken."

De actie wil dat taboe  
doorbreken en sensi-  
biliseren. De spreuken  
zijn afgestemd op de



Deze apotheek spoort aan om meer complimenten te geven.

beelden: "Als iets niet  
lukt, heb je niet ge-  
faald maar geleerd" op  
het venster van een  
school. Of: "Het beste  
medicijn is driemaal  
daags een compli-  
mentje" bij de apothe-  
ker. Of in de sporthal:

"Als het leven je doet  
struikelen, maak er  
dan een salto van." (Judd)

**INFO**

Wil je deelnemen, neem dan  
contact met de dienst Commu-  
nicatie van de gemeente.  
[www.samenveerkracht.be](http://www.samenveerkracht.be)

## Extra info

- Hoe ?
  - Trekker: communicatieambtenaar
  - Per openbare locatie een vrijwilliger (ook personeel) voor het aanbrengen van de spreuken, handelaars zelf of via vrijwilliger
  - Ondersteund door website, infoborden, FB,...
- Wanneer ?
  - Week van... maar ook veel langer
- Doel en impact bereikt ?
  - Laagdrempelig
  - Doet mensen stilstaan, glimlachen, nadenken, erover praten,.... Doel bereikt
- Tips ?
  - Te laat begonnen met de voorbereiding
  - Materiaal (stiften) niet geschikt voor in open lucht bij slecht weer
  - Heel wat extra werk door het zelf te moeten spiegelen op dat formaat - feedback naar LOGO gegeven om de spreuken in spiegelschrift beschikbaar te stellen

# Plannen 2020: 10-daagse van Geestelijke Gezondheid

## Vul aan of schrap wat niet past

- Herhaling spreuken in het straatbeeld
- Spreuken bij zorgverleners
- Lokale oproep ‘creatieve spreukenschrijvers’ via FB
- Sociaal huis: een interactieve workshop met tools/technieken om je mentaal brein te versterken
- ‘De Pinte helpt’ vrijwillige boodschappendienst in de kijker ???
- Levende bib organiseren: sensibiliseren van huidige coronamaatregelen via verhalen en getuigenissen (bv. ex-corona patiënt, handelaar, verpleegkundige...) ???





**SAMEN**  
**vleerkrachtig**  
 Boost je veerkracht  
 van 1 tot 10 oktober





# LDC Elfdorpen Deinze: werken aan een zorgzame buurt

**elf!dorpen**

**logo** <sup>G+</sup>  
GEZONDHEID  
TROEF



# Initiatieven tijdens de corona-periode en de huidige heropstart

- Initiatieven tijdens corona-crisis in Deinze
  - # Deinze Helpt
    - Boodschappen - tel - apotheek - andere
  - Mondmaskerbedeling
    - Weekend 1 mei - 44,000 maskers ism 600 vrijwilligers
  - Belronde 75+ / postkaartje
    - Herneming belronde sinds midden augustus
  - Film initiatieven + berichten burgemeester (corona-update)
  - Zorg voor de zorginstellingen



# Initiatieven tijdens de corona-periode en de huidige heropstart

- Hoe ervoor helpen zorgen dat corona-maatregelen nageleefd worden?
  - Signalisatie binnen gebouw - gel
  - Mailing naar cursisten en gebruikers
  - Info in 2-maandelijks magazine
  - Aanspreken indien niet opgevolgd
  - Beschermingsmaterialen medewerkers (masker - handschoenen - scherm- gel) - geef zelf het goede voorbeeld.

# LDC Elfdorpen on Air

ON AIR  
elf!dorpen



**BEWEGEN OP  
VERWIJZING**  
VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN





**Blijf online in contact  
of help jouw burens via**



 **hoplr**



**!Deinze**  
Het Land van Nevele

# Veerkrachtig Elfdorpen (2018-2019)



# Plannen 2020: 10-daagse van Geestelijke Gezondheid

- Unieke tour doorheen de 17 dorpen van Deinze - reden (nog niet voor publicatie)
- In gesprek met buurt - voorstellen dienstverleningen - doorverwijzen voor vragen - voorstellen Hoplr, #DeinzeHelpt - detecteren van eenzaamheid - nood aan contacten





**SAMEN**  
**vleerkrachtig**  
 Boost je veerkracht  
 van 1 tot 10 oktober



# Werken aan zorgzame buurten via de Eerstelijnszone



# Werkgroep Buurthulp

- 5 inzichten na coronacrisis
  - Nood aan ondersteuning en informatie burger
  - Digitale kloof
  - # ... helpt
  - Eenduidige communicatie
  - Sociale kaart (aanpassen maar vooral kenbaar maken zowel bij burgers als bij medewerkers)



# LDC Elfdorpen Deinze: werken aan een zorgzame buurt

**elf!dorpen**

**logo** <sup>G+</sup>  
GEZONDHEID  
TROEF



# WGC De Botermarkt - Kwartiermaken

