



Blauwe Zorg  
in de wijk



*Burgerwetenschappers krijgen certificaat uitgereikt door wethouder Mara de Graaf - Van Haasen van de gemeente Maastricht (foto: Blauwe Zorg in de wijk, 2019)*

# Gezondheidsambassadeurs Positieve Gezondheid in de wijk

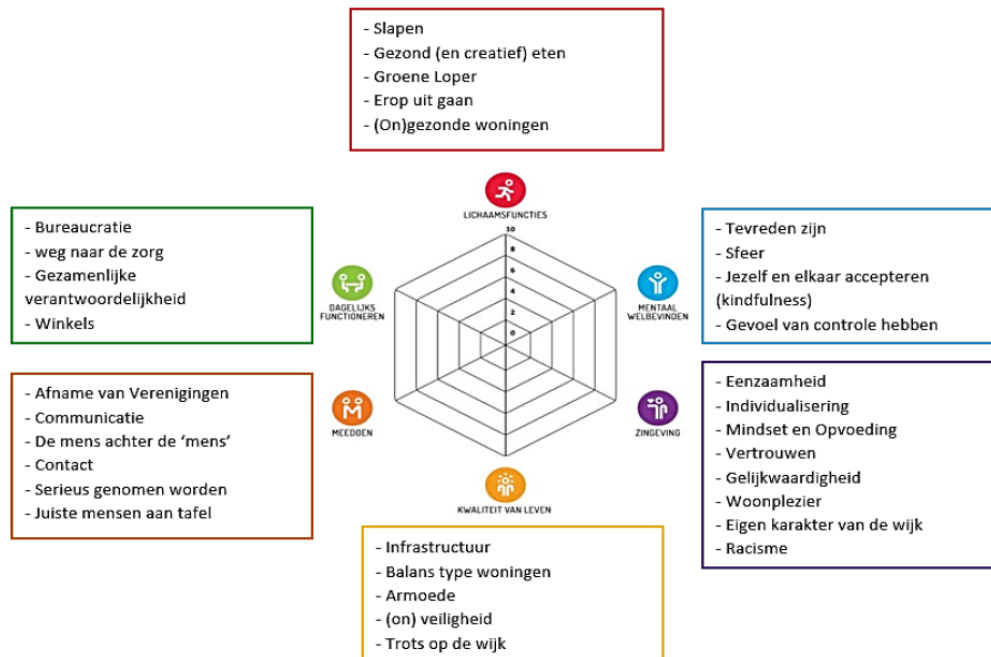
Beschrijving van een vernieuwende aanpak waarbij burgers zelf onderzoek doen naar gezondheid in hun wijk







Blauwe Zorg  
in de wijk



## Resultaten

### Lichaamsfuncties

- Fit blijven, voldoende bewegen, gezond eten, lekker fietsen, is belangrijk. Dit is ook een uitdaging, bijv. door beperkte financiële middelen.
- Goed slapen is nodig om weer op te laden voor een nieuwe dag. Geluidsoverlast van bijvoorbeeld de burens kan de nachtrust verstoren.
- Slechte kwaliteit woning (bijv. schimmelvorming) is schadelijk voor gezondheid (o.a. luchtwegklachten).

### Mentaal welbevinden

- Kindfulness: zorgen voor jezelf en elkaar, maar ook voor de wijk (o.a. afval opruimen).
- Gevoel van controle over eigen levensbehoeften (eten, kleding, dak boven hoofd) en over wat er gebeurt in de wijk, is belangrijk.

### Zingeving

- Vroegere arbeiderswijken kenden hoge sociale cohesie; door nieuwkomers verandert het karakter van de wijk en voor sommigen neemt het woonplezier daardoor af.
- Racisme, vervreemding, individualisering; er moet weer vertrouwen komen in elkaar.

### Kwaliteit van leven

- Aanwezigheid van voorzieningen, goede balans in koop/huur woningen en veilig voelen, zijn bepalend.

### Meedoen

- Afname verenigingen en onbekendheid met initiatieven in de wijk benadelen de sociale cohesie.
- Behoeftte om door (zorg)professionals en autoriteiten serieus genomen te worden.

### Dagelijks functioneren

- Voorzieningen in de wijk, zoals winkels, zijn belangrijk.
- Weg vinden in de zorg is vaak ingewikkeld.
- Gezond zijn is een gedeelde verantwoordelijkheid tussen zorgverlener en -vrager:

*'Je kan de beste zorg van de wereld hebben, maar als je zelf niet wil of blijft zitten, gebeurt er niets.'*

### Effect op de gezondheidsambassadeurs

De veerkracht en ervaren gezondheid van de gezondheidsambassadeurs namen toe door het project.

## Conclusie

Het gebruik van 'burgerwetenschap' leverde waardevolle informatie op over de kijk op gezondheid in de Blauwe wijken en lijkt ook de gezondheid van de gezondheidsambassadeurs zelf positief te beïnvloeden.

De bevindingen zijn tijdens een feestelijke afsluiting gepresenteerd aan wethouder Mara de Graaf - Van Haasen van de gemeente Maastricht en het projectteam van Blauwe Zorg in de wijk. Samen met enkele gezondheidsambassadeurs worden concrete vervolgstappen bepaald.

## Opbrengst en aanbevelingen

### Wat heeft het opgeleverd?

- Er is een netwerk ontstaan van **actieve burgers** die bekend zijn met Positieve Gezondheid en aandacht hebben voor Positieve Gezondheid in de wijk. Zij zijn ook bereid om een vervolg te geven aan de bevindingen uit het project.
- Een aantal gezondheidsambassadeurs wil **anderen inspireren van** door het delen van hun ervaringen, bijvoorbeeld als coach, via een magazine of door erover te vloggen.
- In gesprek met de wethouder is besproken **wat ervoor nodig is om burgers zelf meer zeggenschap te geven over hun eigen gezondheid en zorg**. Dit vraagt om meer verantwoordelijkheid en eigen regie van de burgers, én om een **cultuurverandering van overheid en professionals**. Goede samenwerking en wederzijds vertrouwen zijn de basis.

### Wat zijn aandachtspunten in de aanpak?

- **Werk samen met sleutelpersonen in de wijk en wijkmaatschappelijk werk**. Dit is nodig voor het effectief werven van gezondheidsambassadeurs en vergroot de draagkracht en slaagkans van het project.
- **Laat burgers meedenken**: omdat het belangrijk is dat de burgers zich kunnen vinden in de titel, heeft een aantal wijkbewoners hierover meegedacht. Uiteindelijk werd dat de titel 'Gezondheidsambassadeurs'.
- Besteed aandacht aan de **opzet van de training**: succesfactoren waren de afwisselende lesvormen, persoonlijke aandacht en groepsbinding (samen eten, veiligheid en gelijkwaardigheid).
- Geef **ruimte voor eigen ideeën en inbreng** bij het verzamelen van gegevens in de wijken. De gezondheidsambassadeurs werden niet verplicht een bepaalde methode zoals interviews of observaties te gebruiken, ook foto's, tekeningen of filmpjes waren welkom.

### Colofon

Dit project is uitgevoerd door de Universiteit Maastricht (Sanne Grootjans, Ine Hesdahl-de Jong) en GGD Zuid Limburg (Laura Willems) in opdracht van Blauwe Zorg in de wijk.

<sup>1</sup> Pilot Blauwe Zorg in de wijk - Samen op weg naar een positief gezond Maastricht. Te raadplegen via: <https://www.blauwezorg.nl/blauwe-zorg-in-de-wijk>

<sup>2</sup> Den Broeder, L. et. al. Public health Citizen Science. Perceived impacts on citizen scientists. A case study in a low income neighbourhood in the Netherlands. 2017.

Heerlen, november 2019

### Meer info?

Deze factsheet is gebaseerd op het inhoudelijk projectverslag en een procesbeschrijving:

- Grootjans, S. (2019). Verslag Resultaten Gezondheidsambassadeurs (Positieve) Gezondheid in de Wijk. Maastricht: UM.

- Willems, L. (2019). Procesbeschrijving Gezondheidsambassadeurs Positieve Gezondheid in de wijk – Citizen science in de publieke gezondheid. Heerlen: GGD Zuid Limburg.

Voor vragen kunt u contact opnemen met de afdeling Kennis en Innovatie van de GGD Zuid Limburg (088 - 8805000).