



Met Taal Gezonder!

Aandacht voor laaggeletterdheid en gezondheidsvaardigheden
in Zuid-Limburg

Aanleiding

Laaggeletterdheid steeds groter probleem

Mensen die niet goed kunnen lezen en schrijven hebben ook vaak moeite met het begrijpen van gezondheidsinformatie zoals het lezen van een bijsluiter, advies van een arts of etiketten op voedingsproducten. Het gevolg hiervan is meer ongezondheid, hogere ziektecijfers en sterfte. Om dit patroon te doorbreken is aandacht, herkenning en een aanpak nodig. De laaggeletterdheid in Zuid-Limburg is hoog en vormt een steeds groter probleem. Deze factsheet gaat over laaggeletterdheid in relatie tot gezondheid en gezondheidsvaardigheden. Ook wordt het voorkomen van laaggeletterdheid in en het herkennen en aanpakken in de praktijk beschreven.

Gezondheidsvaardigheden zijn de vaardigheden die je als mens nodig hebt om goed met gezondheid en ziekte om te kunnen gaan. Daarvoor is het nodig dat mensen aandacht hebben voor hun gezondheid en informatie daarover kunnen verzamelen, begrijpen en toepassen.

Hoe is het gesteld met de laaggeletterdheid in Zuid-Limburg?

Tabel 1 op de volgende pagina geeft per Zuid-Limburgse gemeente de mate van laaggeletterdheid weer. De genoemde aantallen zijn schattingen voor de Zuid-Limburgse gemeenten. Binnen de gemeenten kunnen deze aantallen per wijk verschillen.

Laaggeletterden maken meer gebruik van zorg

Mensen met een laag niveau van geletterdheid zijn minder gezond dan mensen met een hoog niveau van geletterdheid (1). Ook maken laaggeletterden meer gebruik van zorg. Laaggeletterdheid en beperkte gezondheidsvaardigheden zijn in dit kader onlosmakelijk met elkaar verbonden (2). Laaggeletterdheid is zowel een belemmering voor de mensen zelf als voor hun omgeving. Het zorgt voor moeilijkheden in het gezin, op het werk en voor een slechtere gezondheid. Laaggeletterdheid kan gepaard gaan met een laag inkomen, weinig participatie en daarmee meer risico op sociale uitsluiting.

Overheid en zorg kunnen taalgebruik begrijpelijk en bereikbaar maken

Geschreven teksten

De huidige aanpak van laaggeletterdheid richt zich vooral op bevordering van taalvaardigheid en nauwelijks op begrijpelijk taalgebruik voor laaggeletterden. Daarom is het belangrijk om taalgebruik aan te passen en bereikbaar te zijn voor laaggeletterden. Ongeveer 75% van de teksten in de publieke sector is geschreven op C1-niveau, terwijl slechts 15% van de Nederlanders dit niveau beheerst. Als alle teksten op B1-niveau worden aangeboden, dan kan 80% van de Nederlanders dit begrijpen (3).

Verbale communicatie en zintuiglijke ondersteuning

Bij verbale communicatie moeten laaggeletterden het van hun geheugen hebben en haken ze af als er te veel informatie wordt gegeven. De leerstijl van goedgeletterden is: van uitleg naar begrijpen en vervolgens uitvoeren. De leerstijl van laaggeletterden is: van voordoen naar nadoen en vervolgens automatiseren. Voor laaggeletterden is het daarom belangrijk dat informatie zintuiglijk wordt ondersteund: laat het zien, laat het voelen of laat het ervaren. Geef het in handen. Doe het voor, laat het nadoen en herhalen. Maak gebruik van tekeningen, platen, pictogrammen. En maak gebruik van de terugvertelmethode: 'Wilt u me vertellen wat ik zojuist verteld heb?' 'Heb ik het duidelijk uitgelegd?'

De aanpak van laaggeletterden is meer dan het aanleren van lezen en schrijven. Het is belangrijk dat informatie met voorbeelden of pictogrammen ondersteund en herhaald wordt.



Tabel 1. Mate van geletterdheid naar gemeente

Gemeente	Laaggeletterdheid (16-65 jaar)	Absolute aantallen laaggeletterden		
		Aantal Laaggeletterden ondergrens	Aantal Laaggeletterden bovengrens	Inwoner- aantal 15-65 jaar
Kerkrade	16+%	6900	7800	31000
Heerlen	16+%	9100	11000	59000
Maastricht	13-16%	11600	13900	84000
Brunssum/Landgraaf/Onderbanken	8-11%	4100	5700	50000
Eijsden-Margraten/Gulpen-Witter/Simpelveld/ Vaals	8-11%	3500	4600	39000
Sittard-Geleen	5-8%	4100	5700	63000
Beek/Schinnen/Stein	5-8%	2300	3300	36000
Meerssen/Nuth/Valkenburg aan de Geul/ Voerendaal	0-5%	1100	2300	41000

Bron: Regionale spreiding van geletterdheid. ROA (Research Centrum voor Onderwijs + Arbeidsmarkt). Stichting lezen en schrijven, 2016

Herkennen van laaggeletterdheid

Mensen die laaggeletterd zijn kunnen dit heel goed verbergen en gebruiken regelmatig excuses om onder het lezen en schrijven uit te komen. De volgende stappen geven meer zicht op het herkennen van laaggeletterdheid.

➤ Signalen die wijzen op mogelijke moeite met taal:

- Iemand zegt de leesbril vergeten te zijn;
- Moeite met het formuleren van vragen, het duiden van klachten en het stellen van prioriteiten;
- Vragen over informatie die al eerder is uitgereikt;
- Een uitgereikte folder wordt niet bekeken en de ogen bewegen niet over de tekst;
- Afspraken niet noteren;
- Regelmatig te laat komen of niet komen opdagen voor een afspraak.

➤ Controleren van de signalen:

Bij het vermoeden dat iemand moeite heeft met lezen en schrijven, is het belangrijk dat eerst te checken. De volgende vragen kunnen helpen bij het nagaan in hoeverre lezen en schrijven voor iemand lastig is :

- Heeft u wel eens moeite met lezen of schrijven?
- Veel mensen hebben moeite met het lezen van dit soort folders en het invullen van formulieren, hoe is dat voor u?
- Helpt iemand u wel eens met het invullen van formulieren of het lezen van brieven?

➤ Bespreekbaar maken

Veel laaggeletterden schamen zich dat ze moeite hebben met lezen en schrijven. Het is dus heel belangrijk om laaggeletterdheid bespreekbaar te maken en het te normaliseren.

- Normaliseer het probleem: 1 op de 9 Nederlanders heeft moeite met lezen en schrijven;
- Sluit aan bij de beleving van de ander: 'Wat moet het lastig zijn om...'. Geef informatie over de oplossingen: geef informatie over het gratis telefoonnummer: 0800 023 44 44 voor advies en coaching;
- Moedig de ander aan om een cursus lezen en schrijven te volgen. In speciale cursussen voor volwassenen kan iemand één-op-één of in een groepje les krijgen. Dit onder begeleiding van professionals en/of vrijwilligers (4). Meer informatie over cursussen in Nederland zijn te vinden via de Taalzoeker: www.taalzoeker.nl.



Goede voorbeelden

- **Stichting Lezen & Schrijven en Cubiss** bieden gerichte trainingen voor laaggeletterden en professionals aan: zie www.lezenenschrijven.nl, www.cubiss.nl
- **Scholing voor personeel:** 'workshop Herken uw doelgroep: laaggeletterden'. Voor baliemedewerkers, jeugdartsen, beleidsmedewerkers, opbouwwerkers enz. om bewustwording te vergroten bij het personeel. Waar moet je op letten en hoe ga je het gesprek aan? www.cubiss.nl
- **Opleiding schrijven op B1 niveau** voor medewerkers www.lezenenschrijven.nl
- **Beoordeling van (folder)materiaal door laaggeletterden zelf:** via ROC laaggeletterden zelf foldermateriaal laten beoordelen op begrijpelijkheid
- **Taalhuizen/taalsprekuren** in de bibliotheken in Brunssum, Landgraaf en Kerkrade. Een taalhuis is een plek in de bibliotheek waar mensen terecht kunnen met al hun vragen over scholing en cursussen voor mensen die minder taal- en digivaardig zijn.
- **ROC's** geven taal en rekencursussen aan laaggeletterden ook op locatie en vaak gratis.
- **Taal voor het leven.** Het ondersteuningsprogramma Taal voor het Leven helpt gemeenten en organisaties met het organiseren van taalscholing voor mensen die laaggeletterd zijn en beter willen leren lezen, schrijven, spreken, rekenen of omgaan met een computer.
- **Project laaggeletterdheid is van gewicht – de huisarts helpt.** Gezondheidscentrum Terwinselen Kerkrade www.vilans.nl
- **Nationale Bellijn Lezen & Schrijven** <http://www.lezenenschrijven.nl/hulp-bij-scholing/nationale-bellijn-lezen-schrijven>. Ben jij of ken jij iemand die moeite heeft met lezen en schrijven? Bel gratis naar de Nationale Bellijn Lezen & Schrijven. Stichting Lezen & Schrijven helpt je graag.
- **Toolkit laaggeletterdheid** Landelijke Huisartsen Vereniging www.lhv.nl/service/toolkit-laaggeletterdheid
- **Begrijp je lichaam:** map www.pharos.nl/nl/kenniscentrum/projectenoverzicht/11/begrijp-je-lichaam

Literatuur

1. Groot W, Maassen van den Brink H. Stil vermogen, een onderzoek naar de maatschappelijke kosten van laaggeletterdheid. Amsterdam: Stichting lezen en schrijven 2006.
2. Twickler TB, Hoogstraten E, Reuwer AQ, et al. *Laaggeletterdheid en beperkte gezondheidsvaardigheden vragen om een antwoord in de zorg*. Ned Tijdschr Geneesk. 2009;153:A250:1-6.
3. Van Klei, C en Smit, R. Laaggeletterdheid steeds groter probleem. Medisch Contact 06/11-02-2016
4. Stichting Lezen en Schrijven. Laaggeletterdheid herkennen <http://www.lezenenschrijven.nl/feiten/laaggeletterdheid-herkennen>

Meer info?

Voor vragen kunt u contact opnemen met Truusje Diepenmaat, Evelyne Linssen of het secretariaat afdeling Kennis en Innovatie van de GGD Zuid Limburg, telefoon: 046 - 850 55 05

Geleen, oktober 2016