

GEZONDE WIJKEN EDE

SAMENWERKEN AAN GEZONDHEID EN WELZIJN IN EDE

Colofon

NIEUWSBRIEF 3

De CHE en de gemeente Ede willen nauwer samenwerken met als doel de kennis en expertise van studenten, docenten en lectoren nog beter in te zetten voor de samenleving. Zij tekenden daarom eind 2018 een samenwerkingsagenda.

In dat kader is in 2019 Gezonde Wijken Ede gestart; een initiatief van Gemeente Ede, Christelijke Hogeschool Ede en diverse zorg- en welzijnsorganisaties. Het doel van Gezonde Wijken Ede is om door samenwerking van professionals en wijkbewoners de gezondheid en het welzijn van Edenaren te bevorderen. We brengen dit in de praktijk in een pilot in Beatrixpark.

Meer informatie over Gezonde Wijken Ede vindt u voorlopig op <https://www.che.nl/lectoraten/zorg-voor-voeding-en-gezondheid>

Auteurs van deze Nieuwsbrief:

Dieuwke van der Linden, Mariska van de Koot, Marian Werkman, Ellen Poolman, Ytje van der Veen

Redactie:

Ytje van der Veen, lectoraat Zorg voor Voeding en Gezondheid, Christelijke Hogeschool Ede

Procesteam Gezonde Wijken:

Nellie Pels (npels@opella.nl)
Ellen Poolman (ellen.poolman@ede.nl)
Ytje van der Veen (yvdveen@che.nl)

Netwerkpartners:



Samenwerken is de sleutel

VAN DE REDACTIE

Ook in deze derde Nieuwsbrief Gezonde Wijken Ede willen we u als zorg- en welzijnsprofessionals en wijkbewoners informeren over nieuwe ontwikkelingen op het thema van gezondheid en welzijn in de wijk.

Studenten van Christelijke Hogeschool Ede zetten zich al een aantal jaar in om kennis hierover op te halen en willen het geleerde graag met u delen in deze nieuwsbrief.

Inmiddels wordt landelijk, maar ook in Ede, steeds duidelijker dat voor het versterken van gezondheid en welzijn een goede samenwerking tussen professionals en wijkbewoners nodig is. En dat daarbij ook de onderlinge samenwerking tussen professionals van groot belang is. Denk bijvoorbeeld aan de afstemming tussen huisarts, praktijkondersteuner, wijkverpleegkundigen, sociaal werkers, kerk, vrijwilligers, fysiotherapeuten, enzovoorts.

In april en juni 2021 waren er twee online ontmoetingen van betrokken wijkbewoners en professionals, waarin ervaren werd dat het goed is elkaar te kennen en elkaars kennis en vaardigheden te benutten.

Verpleegkundestudent Mariska van de Koot deed in opdracht van Opella onderzoek naar het signaleren van eenzaamheid bij thuiswonende ouderen. Student Dieuwke van der Linden onderzocht voor RST zorgverleners hoe deze zorgorganisatie door de samenwerking met anderen in de wijk passende zorg kan blijven bieden bij een groeiende zorgvraag en het bevorderen van gezond ouder worden. Zij sprak over haar de resultaten van haar onderzoek met Herbert Westerink (RST) hetgeen resulteerde in een podcast.

Vanuit het Eerstelijnscentrum Beatrixpark startte in het voorjaar het project Lang Leve(n) Thuis. Meer hierover leest u in deze nieuwsbrief.

STUDENTENONDERZOEK

OOG VOOR EENZAAMHEID

MARISKA VAN DE KOOT (STUDENT VERPLEEGKUNDE)

De laatste jaren is eenzaamheid onder thuiswonende ouderen gestegen. Meer dan 50% van de ouderen van 75 jaar en ouder in Nederland voelt zich eenzaam.

Het kan dan gaan om sociale of emotionele eenzaamheid. Sociale eenzaamheid draait om het gemis aan oppervlakkige relaties en de hoeveelheid hiervan, emotionele eenzaamheid gaat over het gemis van diepgang in relaties, vaak bij het gemis van een levenspartner.

Het is belangrijk om hier als gezondheids- en welzijnsprofessionals iets mee te doen omdat eenzaamheid veel fysieke en mentale schade toe kan richten. Wijkverpleegkundigen geven aan dat zij dit gezondheidsprobleem wel opmerken bij cliënten, maar dat zij eenzaamheid niet eenduidig vast kunnen stellen en dus ook passende zorg hiervoor niet optimaal kunnen verlenen.

Opella gaf daarom opdracht aan CHE verpleegkunde student Mariska van de Koot om onderzoek te doen naar dit probleem. Het doel van het onderzoek was meer inzicht in te verschaffen in methoden waarmee de wijkverpleegkundigen van Opella eenzaamheid het beste kunnen vaststellen.

Allereerst werd in de literatuur gezocht naar bestaande instrumenten om eenzaamheid vast te stellen. Een goed voorbeeld hiervan vonden we bij een [grote campagne in Groot-Brittannië](#) met als doel om eenzaamheid te bestrijden. Gezondheidswerkers stelden de volgende vragen om eenzaamheid vast te stellen: Hoe vaak mist u gezelschap? Hoe vaak voelt u zich er niet bij horen? Hoe vaak voelt u zich alleen staan ten opzichte van anderen?



Een instrument dat voor onderzoek naar [eenzaamheid in Nederland](#) veel wordt gebruikt, poneert 11 stellingen om eenzaamheid vast te stellen. Elke vragenlijst heeft zijn voor- en nadelen zoals het aantal vragen, het taalgebruik en het doel van de vragenlijst.

Daarnaast werden interviews gehouden met wijkverpleegkundigen; op welke manier stellen zij op dit moment eenzaamheid vast en op basis van welke signalen doen zij dit?



Hieruit bleek dat de verpleegkundigen eigenlijk nog geen gebruik maken van een screeningsinstrument, maar dat ze hiervan wel de waarde inzien. De voorwaarden die zij stellen aan een screeningslijst is dat deze kort en krachtig is, en eenzaamheid goed kan onderscheiden. En, het moet niet verplicht zijn bij iedere zorgklant dit instrument te gebruiken, daarvoor is de eigen inschatting van de wijkverpleegkundige belangrijk. Daarnaast geven wijkverpleegkundigen aan geschoold te worden over het herkennen van en de zorg voor mensen die eenzaam zijn. Deze bevindingen zijn gepresenteerd aan opdrachtgever Opella, die aangaf de aanbevelingen bruikbaar te vinden.

Voorbeeldvragen om een gesprek over eenzaamheid op gang te brengen:

- Er is altijd wel iemand in mijn omgeving bij wie ik met mijn dagelijkse probleempjes terecht kan.
- Ik mis een echt goede vriend of vriendin.
- Ik ervaar een leegte om me heen.
- Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van narigheid kan terugvallen.
- Ik mis gezelligheid om me heen.
- Ik vind mijn kring van kennissen te beperkt.
- Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen.
- Er zijn voldoende mensen met wie ik me nauw verbonden voel.
- Ik mis mensen om me heen.
- Vaak voel ik me in de steek gelaten.
- Wanneer ik daar behoefte aan heb, kan ik altijd bij mijn vrienden terecht. (Bron: www.eenzaam.nl)

ZINGEVINGSVRAGEN IN DE WIJK

Op 24 juni organiseerde Gezonde Wijken Ede een online bijeenkomst voor ca. 20 professionals en wijkbewoners van Beatrixpark.

CHE-docent Marian Werkman verzorgde deze avond een presentatie over het samenwerken met geestelijke verzorging in de wijk. Zij belichtte het belang van aandacht voor zingevingsvragen in hulp- en zorgverlening. Onderzoek toont aan dat een goede invulling van zingeving bijdraagt aan gezondheid en welbevinden. Marian legde uit dat zingeving niet gebonden is aan vragen over geloof of kerk, maar dat de centrale vraag is: wat maakt mijn leven de moeite waard?



Door de ontkerkelijking van de samenleving weten mensen niet goed waar ze met hun vragen heen moeten. Ze hebben vaak ook moeite om zingevingsvragen bij zichzelf te ontdekken, al voelen ze dat er iets mist of wringt in hun leven. Vrijwilligers en professionals op het gebied van zingeving kunnen hier een belangrijke rol in spelen. En op die manier een grote bijdrage leveren aan gezondheid en welzijn.



Beatrixkerk, Ede (bron: www.wikipedia.nl)

ONLINE MARKTPLAATS BEATRIXPARK
PARTNERS IN DE WIJK PITCHEN

Zes organisaties voor gezondheid en welzijn presenteerden zichzelf tijdens een online bijeenkomst op 15 april 2021.

Hieronder vindt u een indruk van de pitches en de verwijzingen naar meer informatie op internet.

Buurtcomité Het Beatrixpark



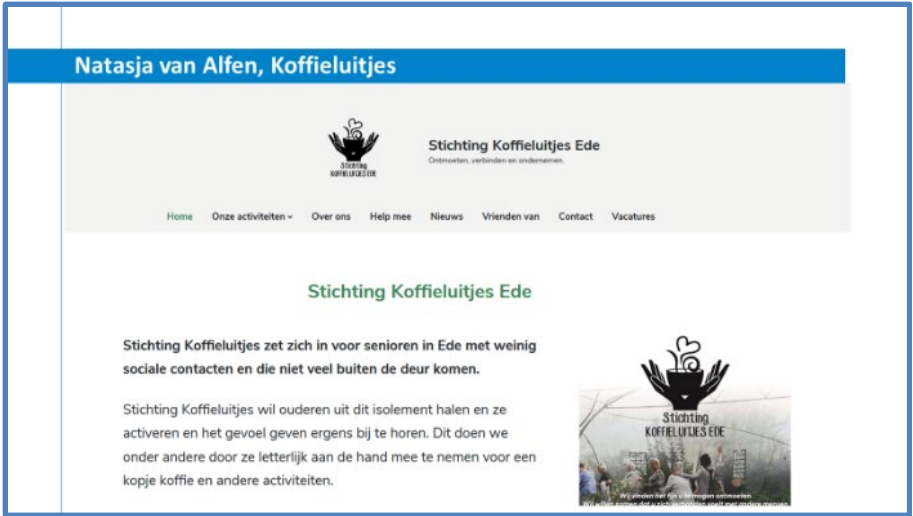
Levensvragen in Vallei



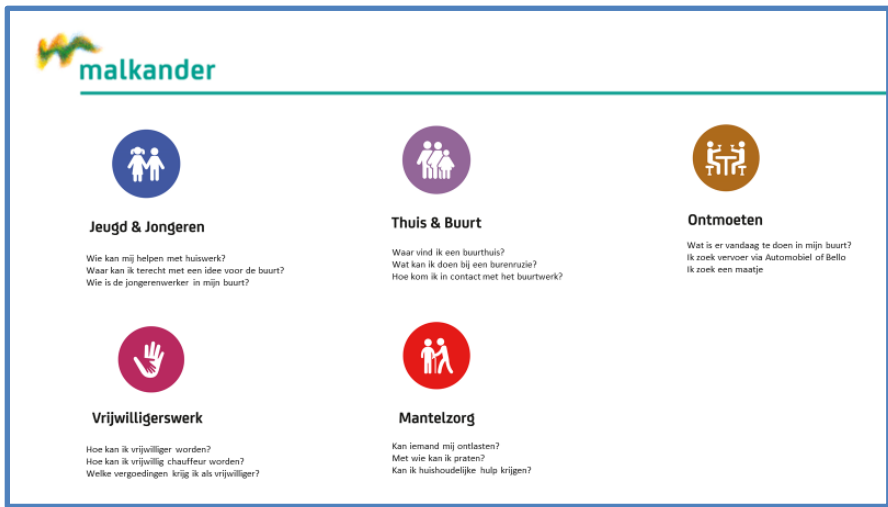
IVN Gelderland – Natuur Educatie



Koffieluitjes Ede



Malkander Ede



Het Maanderzand



In opdracht van RST zorgverleners deed Dieuwke van der Linden onderzoek naar mogelijkheden om samenwerking tussen eerstelijnsprofessionals te versterken.

Herbert Westerink maakte hier voor RST zorgverleners samen met Dieuwke een podcast over. Dieuwke pleit hierin onder andere voor het (her)invoeren van een multidisciplinair overleg in de eerstelijnszorg.

De podcast beluister je via deze link: <https://ap.lc/kCXvO>

NIEUW NETWERK INITIATIEF IN BEATRIXPARK: LANG LEVE(N) THUIS

Lang Leve(n) Thuis in Beatrixpark

Dit voorjaar is er een nieuw initiatief van start gegaan in Beatrixpark, de Bloemenbuurt en de Vogelbuurt in Ede: het [netwerk Lang Leve\(n\) Thuis](#) (LLT). Het doel van LLT is dat ouderen in hun eigen vertrouwde omgeving zelfstandig oud kunnen worden met een goede kwaliteit van leven. In drie bijeenkomsten hebben professionals en wijkbewoners uit Ede gewerkt aan de uitwerking van een visie, ambitie en specifieke doelen waar het netwerk prioriteit aan wil geven. Het project werd begeleid en ondersteund door Fysiotherapiepraktijk Beatrixpark en Mura Zorgadvies en financieel mogelijk gemaakt door ZonMw.

Omdat het pilotproject in Beatrixpark van Gezonde Wijken Ede qua doelstelling en netwerk lijkt op LLT zoeken we naar een goede manier van samenwerken. We waarderen de betrokkenheid van professionals en wijkbewoners bij beide initiatieven, en willen natuurlijk geen dubbel werk doen. We zien dat de kracht voor de uitvoering van wijkgerichte projecten voornamelijk in het werkveld en bij bewoners zelf ligt, en zijn heel blij met dit initiatief vanuit het werkveld.

Nu Gezonde Wijken Ede ongeveer 2 jaar loopt, is dit ook een natuurlijk moment om te evalueren wat er al gedaan is, en hoe dit een vervolg kan krijgen. De Gemeente richt zich hierin op het verbinden en versterken van (burger)initiatieven, de CHE draagt bij met professionele expertise en (student)onderzoek naar het samenwerken aan gezondheid en welzijn in de wijk.



Eerstelijnscentrum Beatrixpark

