

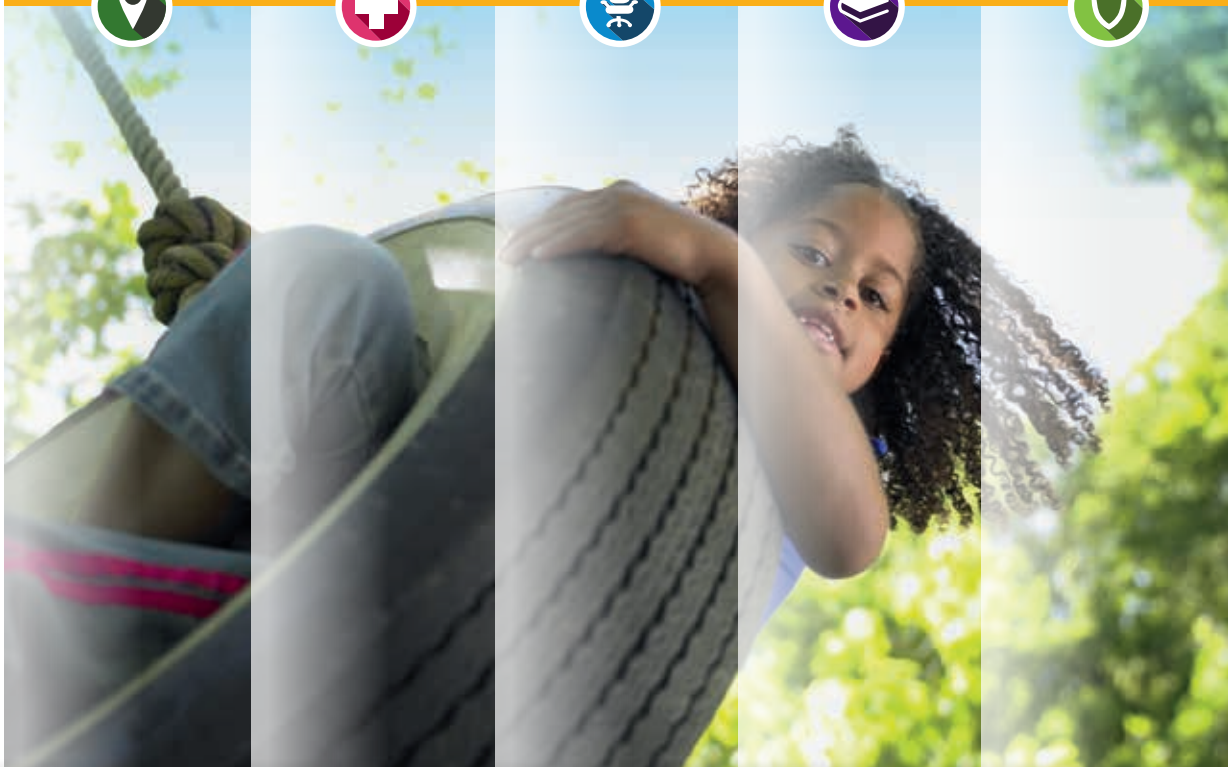
# 1 JAAR

maart 2015

Verslag van een jaar Alles is gezondheid...

pag 14  
Monitoring  
resultaten

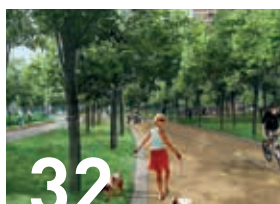
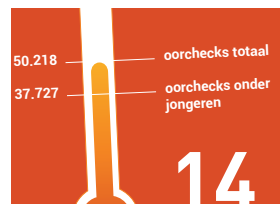
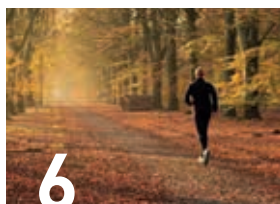
pag 36  
Voortgangskonferentie



Alles is gezondheid...



# Inhoud



- 1 Voorwoord
- 2 Over Alles is gezondheid...
- 4 Beter eten voor een betere gezondheid
- 6 Versterken synergie gezondheid en natuur
- 8 Column: Om wie gaat het eigenlijk?
- 10 Serious gaming: ongekende mogelijkheden
- 12 Met de kracht van sport Nederland gezonder maken
- 14 **VOORTGANGSMONITORING** Alles is gezondheid...
- 22 Een goede zet: schakers naar de hockeyclub
- 26 Column: Doorlopende koffie
- 28 Gezondheid door taal: een uitgelezen kans
- 30 Focus op positieve gezondheid
- 32 Gezonde verstedelijking met verantwoordelijke bewoners
- 34 Pon Fit: geen kosten maar investering
- 36 **FOTOVERSLAG** Voortgangskonferentie 4 februari 2015
- 56 ZonMw en Alles is gezondheid...
- 60 Over de programma-organisatie
- 64 Colofon

## Betekenis symbolen:



Pledge



In de wijk



In de zorg



Op het werk



Op school



Gezondheids-  
bescherming

## Voorwoord



Gezondheid begint bij mensen zelf. Het raakt aan alle aspecten van het leven. Het gaat veel verder dan de professionals in de zorg, of het ministerie van VWS. Alles is gezondheid.

Daarom hebben we – ook op verzoek van de Tweede Kamer - het Nationaal Programma Preventie Alles is gezondheid... breed opgezet. Met succes. Want ondertussen zijn er 165 pledges getekend en 600 partners actief. Dat zijn niet alleen zorgprofessionals, maar juist ook partijen uit bijvoorbeeld het onderwijs, het bedrijfsleven, de sport, de buurt, bij gemeenten en maatschappelijke organisaties.

Samen brengen zij een beweging op gang. Alle activiteiten moeten er uiteindelijk aan bijdragen om de toename van het aantal chronisch zieken af te remmen en de verschillen in gezondheid te verkleinen. Daarbij is afgesproken dat de activiteiten zich de komende jaren nog scherper richten op zes speerpunten: roken, alcohol, overgewicht, depressie, diabetes en bewegen. Eén keer per jaar komen alle partners bij

elkaar. Deze keer was dat op 4 februari 2015 in Corpus, Oegstgeest, om elkaar te leren kennen, van elkaar te leren en initiatieven te kunnen verbeteren. Dit verslag geeft daarvan een impressie. Net als een paar bijzondere initiatieven. Ook de resultaten van de initiatieven, te lezen in de RIVM monitor, komen aan bod. Want afspraken en beloftes maken we niet voor niets.

We hopen bestaande en nieuwe partners te inspireren om bij te dragen aan een gezonder en vitaler Nederland. Om de beweging op gang te houden. Samen komen we verder!

**Edith Schippers**  
minister  
Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport

**Martin van Rijn**  
staatssecretaris  
Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport

## Over Alles is gezondheid...

Gezondheid is een groot goed. Iets wat de kwaliteit van leven bepaalt. Maar gezondheid vergroot ook de vitaliteit van de maatschappij. Gezondheid van mens en maatschappij kan nog beter. Sterker nog, het móét nog beter.

Het Nationaal Programma Preventie Alles is gezondheid... werkt aan die verbetering. Door partijen en professionals bij elkaar te brengen en samen te laten werken aan een gezonder Nederland. Door een landelijke beweging op gang te brengen, waar iedereen wordt geïnspireerd om mee te doen en hieraan bij te dragen. Want Alles is gezondheid... is van en voor iedereen.

### Gezondheid en gedrag

De gezondheidsverschillen tussen sociale groepen blijven onverminderd groot en het aantal mensen met chronische ziekten wordt steeds groter. Om dat tijt te keren, wordt ingezet op de omslag van 'ziekte en zorg' naar 'gezondheid en gedrag'. Gezondheidsbescherming en preventie worden minder vrijblijvend;

ze zijn onmisbaar voor mens, maatschappij én de toekomst van zorg en ondersteuning.

### Focus en verbindingen

Alles is gezondheid... speelt in op deze tendens, met meer samenhang, minder vrijblijvendheid, meer focus en meer verbinding tussen gezondheid en andere maatschappelijke doelen, zoals duurzame inzetbaarheid, zelfredzaamheid en een gezonde omgeving. Iedereen kan een steentje bijdragen, door:

- samen te werken aan gezondheid in de omgeving waarin mensen wonen, leren en werken;
- preventie een prominente plek te geven in de gezondheidszorg;
- gezondheidsbescherming op peil te houden en nieuwe bedreigingen het hoofd te bieden.





---

Speciale aandacht is er voor het terugdringen van sociaaleconomische gezondheidsverschillen.

Met het programma Alles is gezondheid... wil de overheid samen met maatschappelijke organisaties en bedrijven een duurzame, maatschappelijke beweging op gang brengen waarin gezondheid en gezonder gedrag vanzelfsprekend zijn. Verbindingen en samenwerking moeten leiden tot een maatschappelijke beweging die tot aantoonbare en blijvende gezondheidswinst leidt. Vanuit de zorg, de school, de wijk en het werk. Waarbij er nadrukkelijk naar verbanden binnen en tussen die domeinen wordt gezocht.

#### **Acties en goede voorbeelden**

Alles is gezondheid... begon niet vanuit het niets. De keuze voor de speerpunten roken, alcohol, overgewicht, depressie, diabetes en lichamelijke inactiviteit sluit aan bij de Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2014.

Daarbij wordt aangehaakt bij vele bestaande acties en goede voorbeelden. Maar daarnaast is er ruimte voor een grote diversiteit aan nieuwe acties. Iedereen kan zich daarmee melden bij Alles is gezondheid... voor samenwerking en verbinding. Deelnemers kunnen ook een pledge ondertekenen, waarin ze aangeven wat zij concreet willen bijdragen aan een gezondere bevolking.

#### **Resultaten van een jaar Alles is gezondheid...**

Alles is gezondheid... is breed en veel omvattend. Het programmabureau in Amersfoort ondersteunt vele acties en bijeenkomsten. Daarbij is het ontsluiten van netwerken en het stimuleren van samenwerking leidend. Gedurende de looptijd van het programma volgt het RIVM de voortgang. Een voorlopige inzicht daarin staat op bladzijde 14 van dit verslag. Daarnaast brengt ZonMw de effectiviteit en de kosten en baten in kaart van enkele interventies die in het kader van Alles is gezondheid... worden uitgevoerd.





## Beter eten voor een betere gezondheid

Alles is gezondheid... zet in op een integrale aanpak van de omgeving waarin mensen wonen, werken en leren. In Amsterdam doen ANMEC en haar partners hetzelfde vanuit de Amsterdamse Voedselvisie.

Brigit Kuypers van ANMEC: "Menselijk gedrag duurzamer of gezonder maken is niet eenvoudig. Daarom werken in Amsterdam partijen samen aan een duurzame én gezonde voedselomgeving. Met 'Voedselwijs' richten wij ons in het bijzonder op jonge Amsterdammers. We willen kinderen op een actieve manier bewust maken van de impact van voedsel op henzelf en hun leefomgeving."

### Activiteiten

Onder de noemer Voedselwijs verzorgen ANMEC en partners voedseleducatie voor Amsterdamse basisscholen. Deze actieve lessen geven kinderen en ouders een positieve ervaring met voedsel. Brigit noemt drie voorbeelden: "Op schoolwerktuinen van de gemeente Amsterdam verbouwen en verwerken basisschoolleerlingen het hele jaar

rond groenten en kruiden. Trots nemen de leerlingen de oogst mee naar huis. Tijdens 'Waar groeit mijn eten' werken leerlingen een dagdeel mee op een boerderij van Boerderij-educatie Amsterdam. Ze ervaren met al hun zintuigen de relatie tussen het boerenwerk en hun eten. 'De Smaak te Pakken' vertelt al kokend met kinderen een verhaal dat alle aspecten van voedsel verbindt."

### Meten is weten

"Wij denken dat deze lessen ervoor zorgen dat kinderen gezonder gaan eten. Wij zijn erg benieuwd wat andere partners van onze aanpak vinden", besluit Brigit. "De Vrije Universiteit onderzoekt de impact van onze interventies. Kijken wat wel en niet werkt, vinden wij belangrijk. Dan kun je je aanpak verbeteren."



“  
We willen kinderen op een actieve manier bewust maken van de impact van voedsel op henzelf en hun leefomgeving.



## Versterken synergie gezondheid en natuur

Een groene leefomgeving draagt bij aan gezondheidswinst en minder arbeidskosten. Groen vermindert stress, leidt tot sociale contacten en nodigt uit tot bewegen. Staatsbosbeheer, De Friesland Zorgverzekeraar en It Fryske Gea willen stimuleren dat deze effecten goed worden benut.

Elze Hemke van het ministerie van Economische Zaken: "Het thema leeft; er komen steeds meer initiatieven waarbij natuur als behandelkamer, fitnessruimte of werkplaats wordt gebruikt. Bestuurders en directeurs uit de zorg, overheden en natuur kondigden aan de 'Groene Tafel Gezonder door Groen' aan samen te werken om natuur terug te brengen op de zorgagenda; om via regionale initiatieven patiënten, zorgverleners en natuurorganisaties met elkaar te verbinden en de informatievoorziening voor artsen en patiënten te verbeteren. Net als Alles is gezondheid... richten wij ons op verbinding en verbetering."

### Green Deal

Zo werken 13 partijen uit de zorg- en natuurwereld samen in de Green Deal [beterinhetgroen.nl](http://beterinhetgroen.nl) om informatie over

gezonde groene initiatieven beter te ontsluiten. Door ze op een centraal punt aan te bieden, zijn ze online beter vindbaar voor burgers, patiënten, artsen en andere gezondheidsprofessionals. "Want", stelt Elze "aanbod van groen is niet genoeg; mensen moeten groen ook gebruiken en beleven. Anders is er geen gezondheidseffect. Deze Green Deal toont wat er waar te doen is."

### Helende kracht

"In het kader van Alles is gezondheid... organiseerden we een 'buiten-beweeg-dag' voor ouderen en minder valide mensen in de natuur rondom het Friese Bakkeveen. Natuur heeft een helende kracht en zorgt voor balans. Gezamenlijk bewegen in de natuur is een mooie combinatie en biedt een leuke kans op nieuwe contacten."





Aanbod van groen is niet genoeg; mensen moeten groen ook gebruiken en beleven.

“

Eigenaarschap  
gezondheid meer  
bij burger zelf.





## COLUMN

### Om wie gaat het eigenlijk?



**Carl Verheijen** is oud topschaatser, directeur van twee gezondheidscentra en een van de ambassadeurs van het programma Alles is gezondheid... Hij brengt de discussie over gezondheid en preventie op gang, onder meer door een blog op [www.allesisgezondheid.nl](http://www.allesisgezondheid.nl).

**Z**innige en zuinige zorg: dat is het idee achter de drie grote decentralisaties die de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo), de Jeugdwet en de Participatiewet met zich meebrengen. De gemeenten, die al die zorgtaken uit gaan voeren, willen de zorg dichterbij huis organiseren, zodat het 'eigenaarschap' voor ziekte en gezondheid meer bij de burger zélf komt te liggen.

Zorg moet daarbij waar mogelijk van de tweede naar de eerste lijn verhuizen (goedkoper), en vervolgens ook van de eerste lijn naar de 'nulde lijn' (nog goedkoper). Een huisarts in Nijkerk kan binnenkort bijvoorbeeld 'Welzijn-op-recept' als doorverwijzing kiezen. Wie eenzaam is, kan bijvoorbeeld vrijwilligerswerk gaan doen. Of samen met anderen gaan wandelen in het programma WandelFit!

De zorg en ondersteuning zal hierdoor meer gericht zijn op voorzorg, zelfmanagement en participatie. Maar om dat te organiseren moet je eerst wel weten hoe je populatie

eruitziet. In Nijkerk zijn we begonnen met longzorg: wie hoort thuis in het ziekenhuis en welke zorg is dichterbij huis te halen? Hopelijk kunnen we zodoende de patiënttevredenheid verhogen en de kwaliteit van zorg op orde houden en daarmee op termijn de zorgkosten verlagen.

Als gezondheidscentra kunnen we heel goed de verbindingen maken tussen de tweede, de eerste en de nulde lijn. En als we de kennis van de populatie op orde hebben, kunnen we vervolgens de wijk ingaan om dáár zorg en gezondheid te organiseren. We zullen dan ook een verschuiving zien van "what's the matter?" naar "what matters to you?" Logisch, want om wie gaat het nu eigenlijk?



**De wijk in gaan en dáár zorg en gezondheid organiseren.**



## Serious gaming: ongekende mogelijkheden

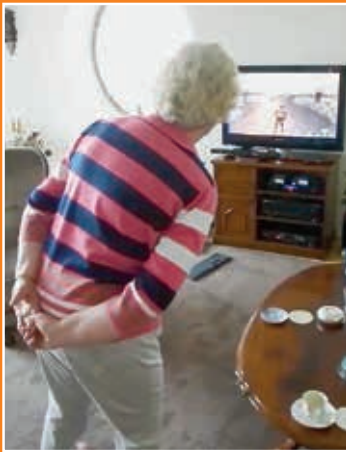


Het leven van mensen beter maken. Dat is het doel van 8D Games, dat serious games ontwikkelt voor diverse doelgroepen.

Serious gaming biedt veel mogelijkheden volgens conceptontwikkelaar Maarten Stevens. Het maakt jongeren op eigentijdse en toegankelijke manier bewust van de risico's van seksualiteit, drugs en cyberpesten. "Het

opgeheven vingertje werkt niet; jongeren moeten zelf ontdekken wat de consequenties zijn. Dat kan in een game-omgeving, zonder de risico's uit het echte leven."

Serious gaming geeft ook inzicht in hoe mensen bewegen en denken. "Het is relatief nieuw. Door mee te doen aan Alles is gezondheid... tonen we aan partners wat er allemaal kan. En wat is mooier dan samenwerken met partijen waarvoor gezondheid even belangrijk is als voor ons?"



“

Serious gaming geeft ook inzicht in hoe mensen bewegen en denken.

### **Bewust maken en bewegen**

Met het Universitair Medisch Centrum Groningen (UMCG) ontwikkelde 8D Games een game waarin ouderen voor een bewegingssensor hun balans trainen. “Al schaatsend moeten zij wakken ontwijken en voor bruggen bukken. Leuk, maar hun geregistreerde bewegingen worden ook doorgestuurd naar artsen en fysiotherapeuten. Die weten dan welke bewegingen moeilijk gaan en hoe de conditie is. Dit nemen zij mee in het behandelplan.”

‘Help Vera’ maakt jongeren bewust van de gevolgen van cyberpesten. “Jongeren moeten de dader vinden, maar ook biedt het spel handvatten voor leerlingen, ouders en school om met cyberpesten om te gaan.”

### **Toekomst**

Digitale emotieherkenning, een serious game voor kinderen, is een van de grote plannen van 8D Games voor 2015. “Onze scope is breder dan zorg en onderwijs; denk bijvoorbeeld aan serious games voor werknemers. Gezondheid is voor iedereen belangrijk.”



## Met de kracht van sport Nederland gezonder maken

Stichting FC Groningen in de Maatschappij wil met mooie maatschappelijke projecten Nederland gezonder maken. Met de kracht van sport en vanuit een voorbeeldfunctie.

“Wij zetten onze spelers, ons imago, onze kennis en expertise en ons stadion in voor maatschappelijke projecten”, stelt Mick Duzink van FC Groningen in de Maatschappij. “Als betaald voetbalorganisatie hebben we een voorbeeldfunctie. Daarom doen we graag mee met Alles is gezondheid... Wij willen



met de kracht van sport Nederland gezonder maken. In samenwerking met GGD'en, gemeenten, het HANNN (Healthy Ageing Network Northern Netherlands) en andere partners.”

### Projecten

De stichting verbindt zich met drie projecten aan Alles is gezondheid... Voor basisschoolleerlingen leggen eerste selectiespelers in filmpjes uit waarom het belangrijk is gezond te eten en te bewegen. Mooi lesmateriaal met een quiz. Senioren kunnen 20 weken een aangepast trainingsprogramma volgen, met als afsluiting een groot toernooi. Jongeren uit een achterstandswijk trainen acht weken

**“Wij zetten onze spelers, ons imago, onze kennis en expertise en ons stadion in voor maatschappelijke projecten.”**

“

De stichting verbindt  
zich met drie projecten  
aan Alles is gezondheid...



Foto: Sportphoto Agency / Erwin Otten

met hun wijkteam en voeren individuele opdrachten uit om de wijk beter te maken. Centraal staan waarden en normen, het positief beïnvloeden van de leefstijl en het betrekken van ouders.

#### **Mooie samenwerking**

Ook initieerde FC Groningen in de Maatschappij samen met partner Stichting Lezen

& Schrijven een kinderboekenreeks. Met ambassadeur Arjen Robben in de hoofdrol én geschreven door 1.000 basisschoolleerlingen van 14 scholen. “Eén op de vier kinderen heeft een leesachterstand. Wij wilden kinderen stimuleren te lezen en te schrijven. Er zijn al meer dan 60.000 exemplaren verkocht. Hopelijk leidt Alles is gezondheid... tot meer mooie samenwerkingsprojecten.”

## VOORTGANGSMONITORING

### Alles is gezondheid...

ZonMw draagt vanuit het vijfde preventieprogramma zorg voor het monitoren en evalueren van Alles is gezondheid... Om de voortgang en output van het programma te monitoren is het RIVM ingeschakeld. De afgelopen maanden is gewerkt aan het ontwerp en de opzet van de monitor.

Op basis van een overzicht van alle activiteiten onder de vlag van Alles is gezondheid... wordt een set van circa 25 indicatoren ontwikkeld, met een evenwichtige verdeling over de verschillende settings (school, werk, wijk, zorg, gezondheidsbescherming). De indicatoren worden met infographics weergegeven op [www.allesisgezondheid.nl/monitoring](http://www.allesisgezondheid.nl/monitoring). Gedurende de looptijd van Alles is gezondheid... komen er regelmatig updates van de indicatoren waarvoor nieuwe gegevens beschikbaar zijn.

#### In ontwikkeling

Op dit moment is er een set van 20 indicatoren gereed. Een selectie hieruit werd als sneak preview gepresenteerd tijdens de voortgangskonferentie op 4 februari 2015. Het RIVM werkt in 2015 verder aan de set indicatoren. Feedback op de monitor en suggesties voor verbetering ontvangen wij graag. U kunt deze mailen naar: [nppmonitor@rivm.nl](mailto:nppmonitor@rivm.nl).

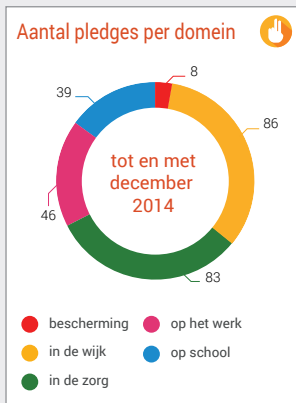


Een organisatie die een pledge heeft getekend mag zich 'partner' van het programma noemen. Veel pledges zijn door meerdere partners getekend. Eind 2014 zijn in totaal 165 pledges ondertekend en zijn 590 partners aan het programma verbonden.

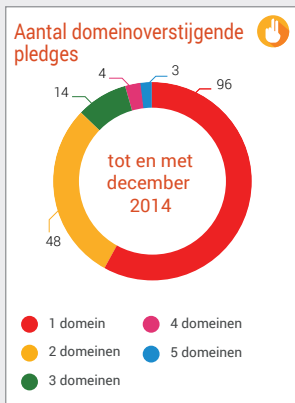


Regelmatige updates van de indicatoren.

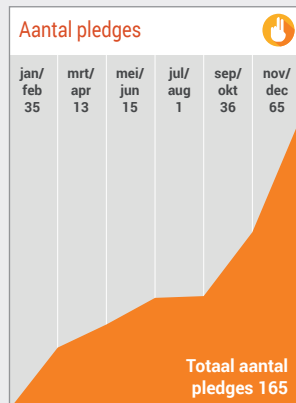




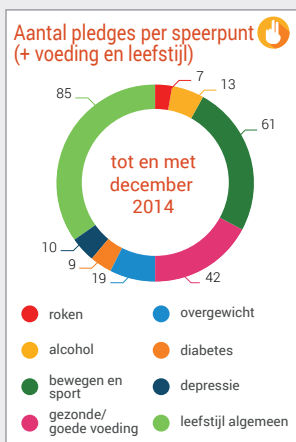
Alles is gezondheid... richt zich op vijf domeinen: school, wijk, werk, zorg en gezondheidsbescherming. Een pledge kan meerdere domeinen bestrijken. Het merendeel van de in 2014 ondertekende pledges valt binnen de domeinen zorg en wijk.



Voor de integrale aanpak van preventie is verbinding tussen de verschillende domeinen nodig. In hoeverre is deze verbinding in de pledges terug te zien? Ruim 40 procent van de pledges is door partijen uit meerdere domeinen ondertekend.



Alles is gezondheid... brengt een beweging op gang die Nederland aantoonbaar gezonder wil maken. Meedoen aan Alles is gezondheid... kan door een pledge ('plechtige belofte') te tekenen en daarmee partner van het programma te worden.



Roken, alcoholgebruik, bewegen, overgewicht, depressie en diabetes zijn de zes speerpunten binnen het preventiebeleid. Deze indicator laat zien in hoeverre deze speerpunten worden meegenomen in de pledges. Ook de pledges op het gebied van voeding en leefstijl algemeen worden weergegeven. (Een pledge kan op meerdere speerpunten gericht zijn, waardoor de totalen van alle speerpunten hoger uitkomen dan het totaal aantal pledges in 2014).



### Vignet en deelcertificaat Gezonde School



#### VIGNETSCHOLEN

PO scholen



totaal 6.700 scholen

VO scholen



totaal 645 scholen

MBO scholen



totaal 69 scholen

#### DEELCERTIFICATEN

PO scholen



VO scholen



MBO scholen



Scholen die structureel aan gezondheid werken, kunnen het vignet Gezonde School aanvragen en zich profileren als Gezonde School. Het bestaat uit 8 thema's waar deelcertificaten voor behaald kunnen worden: voeding, sport en bewegen, roken en alcohol, hygiëne-huid-gebit-gehoor, sociaal emotionele ontwikkeling, relaties en seksualiteit, fysieke veiligheid en milieu. Sport en bewegen is het thema waarvoor de meeste certificaten werden uitgereikt.

### Vignet Gezonde School



850 ..... doel eind 2016

214 ..... vignetscholen eind 2014

AANTAL SCHOLEN **214**

Scholen die structureel aan gezondheid werken, kunnen het vignet Gezonde School aanvragen en zich profileren als Gezonde School.

In Nederland zijn 1,3 miljoen mensen tussen 16 en 65 jaar laaggeletterd. Dat betekent 1 op de 9 volwassenen. Het programma Taal voor het Leven traint vrijwilligers om mensen te begeleiden bij het beter leren lezen en schrijven. Taalvrijwilligers kunnen één-op-één met cursisten aan de slag, een groepje in de bibliotheek begeleiden of een docent ondersteunen in een klas.

### Aantal cursisten en taalvrijwilligers Taal voor het Leven



10.321 eind 2014

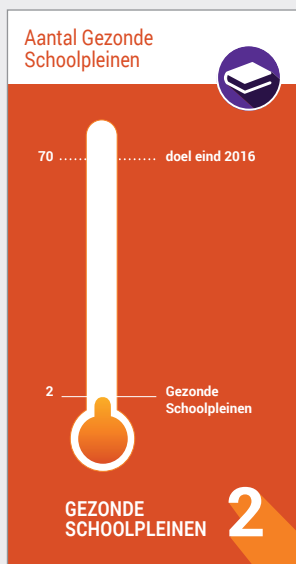
5.200 eind 2013

Cursisten

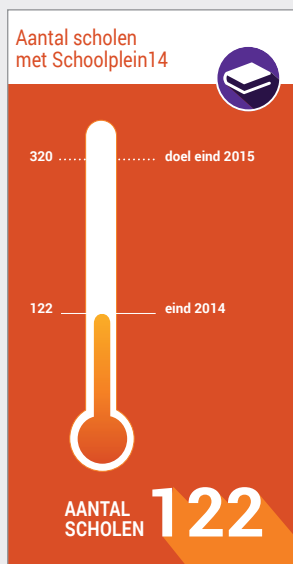
3.140 eind 2014

1.600 eind 2013

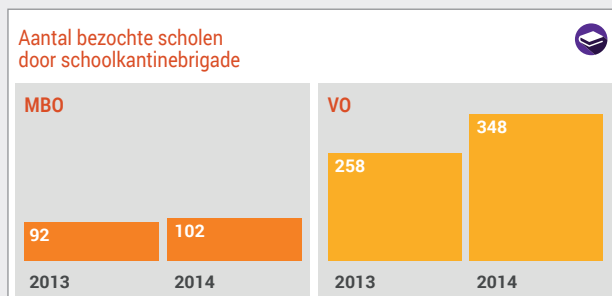
Taalvrijwilligers



Op een Gezond Schoolplein krijgen jongeren de ruimte om te bewegen en te spelen in een uitdagende, groene en rookvrije omgeving. Een Gezond Schoolplein wordt daarnaast gebruikt als buitenlokaal en is na schooltijd geopend als speelplek.



Schoolplein14 is een initiatief van de Johan Cruyff Foundation en heeft als doel leerlingen uit te dagen en te stimuleren om met elkaar te spelen en te sporten. Met kleine aanpassingen wordt een Schoolplein14 gecreëerd waar leerlingen structureel meer worden uitgedaagd om tijdens en na schooltijd samen te spelen en te sporten.



Een gezonde schoolkantine bestaat voor minimaal 75% uit lekkere en gezonde producten uit de Schijf van Vijf (zoals fruit, broodjes, salades) en maximaal 25% niet-basisvoedingsmiddelen (snoep, snacks). Scholen, kantinebeheerders, GGD'en en marktpartijen kunnen een beroep doen op de Schoolkantine Brigade voor ondersteuning. Zij komen langs met persoonlijk advies over het aanbod in de kantine en/of de automaten. De Gezonde Sportkantine is erkend als goed onderhouden door de Erkenningscommissie van het RIVM Centrum Gezond Leven.



### Subsidieaanvragen Duurzame Inzetbaarheid



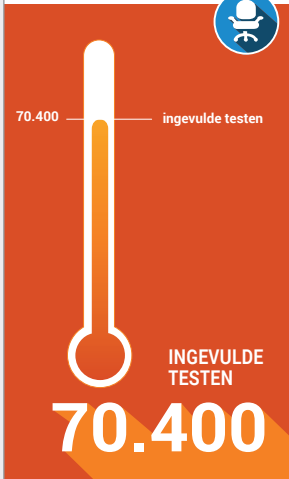
In 2014 is budget beschikbaar gesteld vanuit het ESF (Europees Sociaal Fonds) voor bedrijven die aan de slag willen met duurzame inzetbaarheid. Bedrijven en (overheids)instellingen konden subsidie aanvragen van maximaal 10.000 euro om mensen langer en productief aan het werk te houden en om in te zetten op leeftijdsbewust personeelsbeleid. In totaal zijn 2.383 aanvragen ingediend.

### Sectorplannen Duurzame Inzetbaarheid



Duurzame inzetbaarheid, in het bijzonder bevorderen van gezondheid op het werk, is één van de thema's waarop sociale partners in sectoren en regio's extra maatregelen hebben getroffen in het kader van de zogenoemde sectorplannen. In 2014 zijn 61 sectorplannen toegekend, waarin voor ruim 50.000 werknemers is voorzien in gezondheidsbevorderende maatregelen.

### Check-je-werkstress-test



Een groot deel van het werkgerelateerde verzuim wordt veroorzaakt door werkstress. Begin november 2014 organiseerde het ministerie van SZW de Check Je Werkstress Week. De campagne had tot doel werkstress bespreekbaar te maken en daarmee verzuim op de werkvloer te voorkomen.

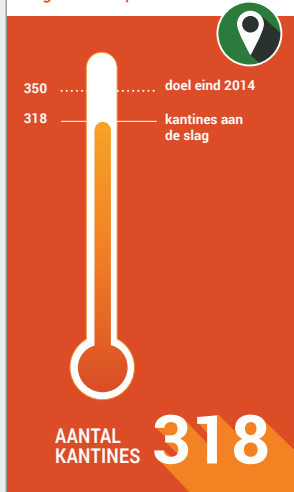
### Actieve bedrijven Werkstress Week



Begin november 2014 organiseerde het ministerie van SZW de Check Je Werkstress Week. Tijdens die week organiseerden 50 bedrijven en organisaties op de werkvloer een activiteit om werkdruk te beperken.

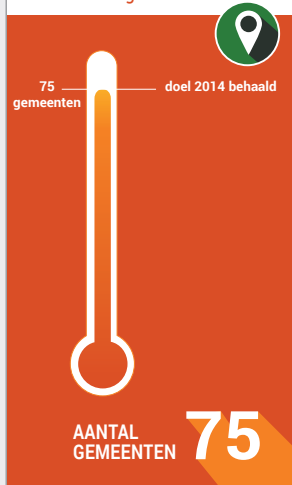


### De gezonde sportkantine



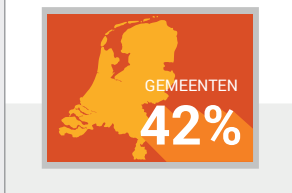
Het doel van de Gezonde Sportkantine is om bij sportkantines de gezonde keuze de makkelijke keuze te laten zijn en sportclubs te stimuleren gezonder eten en drinken aan te bieden. Sportverenigingen kunnen bezoek krijgen van een van de Sportkantine-adviseurs, die de verenigingen begeleiden en voorzien van materialen. Inmiddels doen in 119 gemeenten sportverenigingen uit meer dan 40 takken van sport mee.

### Aantal JOGG gemeenten



JOGG staat voor Jongeren Op Gezond Gewicht. Het is een intersectorale aanpak met als doel de stijging van overgewicht bij jongeren om te zetten in een daling. Om mee te doen met de JOGG-aanpak sluit een gemeente een contract af met JOGG. Het landelijke JOGG-bureau biedt ondersteuning en de gemeente stelt een JOGG-regisseur aan.

### Gemeenten die samenwerken met zorgverzekeraars



Toenemende samenwerking tussen gemeenten en zorgverzekeraars op het gebied van preventie is een van de doelen van Alles is gezondheid... In 2013 werkte 42% van de gemeenten samen met zorgverzekeraars op het thema preventie en gezondheidsbevordering. Dit cijfer is gebaseerd op een enquête van Panteia onder 177 Nederlandse gemeenten.

### GIDS-gemeenten



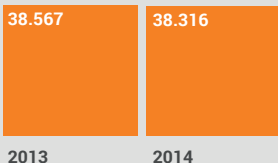
'Gezond in...' is het stimuleringsprogramma om lokale aanpakken van gezondheidsachterstanden te versterken. Het programma heeft tot doel deze achterstanden te verminderen. Er zijn 164 GIDS-gemeenten, waar veel mensen wonen met een lage sociaaleconomische status. Gezond in... biedt die gemeenten advies op maat en ondersteuning.



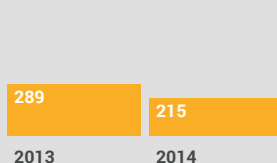
#### Bezoekers en cursisten gripopjedip.nl



##### UNIEKE BEZOEKERS WEBSITE



##### AANMELDINGEN CURSUS

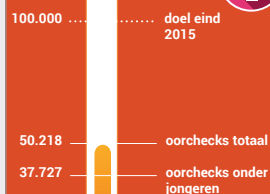


'Grip op je dip online' is een preventieve online groepscursus door middel van een chatbox voor jongeren met depressieve klachten. Deze cursus is onderdeel van de website [www.gripopjedip.nl](http://www.gripopjedip.nl). Naast de website en de online groepscursus is er ook een e-mailservice voor kortdurende ondersteuning per e-mail. De online groepscursus is erkend als theoretisch goed onderbouwd door de Erkeningscommissie van het RIVM Centrum Gezond Leven.



**Voortgang en concrete output van het programma monitoren.**

#### Aantal jongeren dat een oorcheck doet

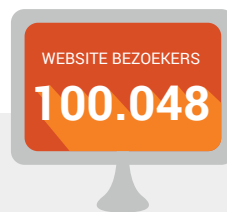


AANTAL OORCHECKS

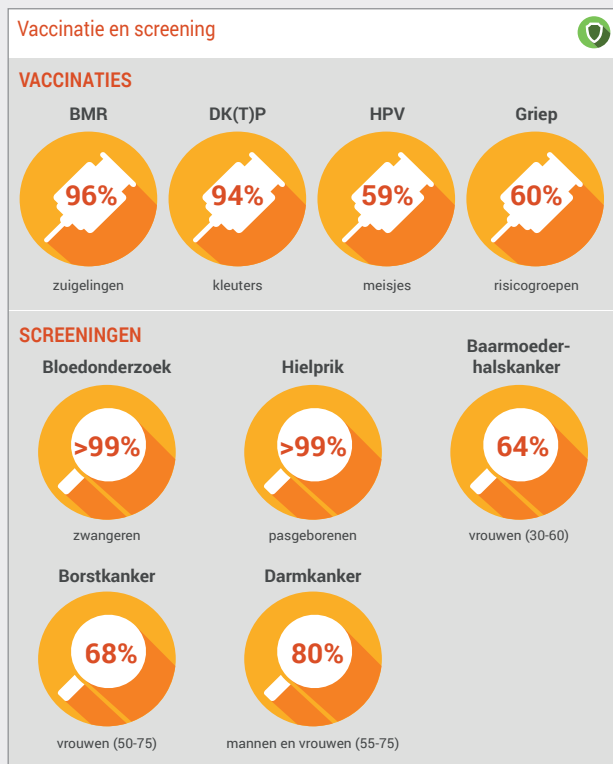
**50.218**

Veel jonge mensen hebben al een verslechterd gehoor. De Nationale Hoorstichting heeft online hoortesten voor kinderen, jongeren en volwassenen en werknemers ontwikkeld. De oorcheck is een online hoortest voor jongeren tussen de 12 en 25 jaar.

#### Aantal bezoekers [www.oorcheck.nl](http://www.oorcheck.nl)







Vaccinatie en screening zijn vormen van ziektepreventie. Het aanbod is gebundeld in verschillende programma's, zoals het Rijksvaccinatieprogramma, het Nationaal Programma Grieppreventie en het Nationaal Programma Bevolkingsonderzoek. Deze cijfers zijn uit verschillende monitoringsrapporten afkomstig en gaan over verschillende jaartallen. Meer informatie over de bronnen is op te vragen bij [NPPmonitor@rivm.nl](mailto:NPPmonitor@rivm.nl).

### Het Akkoord Verbetering Productsamenstelling

	Zout	Verzadigd vet	Suiker
groenteconserven			
brood			
vleeswaren			
kaas			
soepen			
sauzen		vleeswaren	

Het Akkoord Verbetering Productsamenstelling heeft tot doel het verminderen van de gehalten zout, verzadigd vet en calorieën (suiker en vet) in producten. Dit leidt tot een gezonder productaanbod. De partijen hebben hiervoor ambities opgesteld. Om die te verwezenlijken maakt het bedrijfsleven voor verschillende productcategorieën ketenafspraken.



Stoptober is een actie in de maand oktober, waarin mensen gestimuleerd worden om 28 dagen lang niet te roken.



## Een goede zet: schakers naar de hockeyclub

Een hockeyclub en een achterstandswijk, wat hebben die met elkaar te maken? Niet zo veel, lijkt het. Maar als zowel de club als de wijk hard werken aan hun maatschappelijke functie, blijken ze toch meer overeenkomsten te hebben dan verwacht. Betrokkenheid, gezondheid en participatie, daar draait het steeds om. “Als mensen zich thuis voelen zijn ze minder kwetsbaar.”

Het Amsterdamse AthenA is een bijzondere hockeyclub. Want hoeveel sportverenigingen hebben een boomgaard? Of een gezonde kantine die meer op een restaurant lijkt, met barcoördinatoren en een professionele kok? En waar wordt zo intensief nagedacht over de maatschappelijke functie van een vereniging?

### Gratis fruit

Voor Erlijn Suurmeijer, verantwoordelijk voor de exploitatie van de KantineA, is het niet meer dan logisch: “Gezondheid zit in het DNA van onze club. De filosofie is: ‘We zijn hier, we zetten mensen op de wereld en we moeten gezond leven.’ Daarom brengen we nu de gezonde KantineA in de praktijk.”





En dat begint aardig te lukken: gezonde borrelhappen, licht verteerbare maaltijden (150 per week), gratis fruit en door de week geen alcohol voor 18:00 uur. Bij hockeyclub

AthenA draait het dus zeker niet alleen meer om hockey. Sterker nog: "Dat is ook nooit zo geweest. Het uitgangspunt is en blijft: Sporten is gezond en goed eten ook."



**Bij hockeyclub AthenA draait het zeker niet alleen meer om hockey. Sterker nog, dat is ook nooit zo geweest.**

Anderhalve kilometer verderop in de Indische Buurt begon Mustapha Eljarmouni zeven jaar geleden te schaken met zijn zoon en wat kinderen uit de omliggende straten. En nu? "300 kinderen krijgen van maandag tot en met vrijdag les op onze schaakschool in buurtcentrum De Meervaart. Ongelofelijk." En dat is dan nog afgezien van alle andere initiatieven waar hij mee bezig is: "Maaltijden van drie euro koken, boekenavonden, een cineclub en gezond eten organiseren voor schoolkampen in de vakanties." *Vervolg op de volgende pagina >*





## Ik vind de participatiemaatschappij echt belangrijk; als je je thuis voelt, ben je minder kwetsbaar.

### Pure winst

Schaken is volgens Mustapha veel meer dan een spelletje. "Het prikkelt de nieuwsgierigheid, verbetert de concentratie, en leidt tot meer samenwerking en sportiviteit. Daardoor doen de kinderen het beter op school, krijgen ze meer zelfvertrouwen en gaan ze nadenken over hun toekomst." In een achterstandsbuurt, waar gezinnen klein wonen en weinig geld hebben, is dat pure winst. Niet alleen voor de kinderen: Mustapha en zijn docenten werken altijd samen met ouders, scholen en andere organisaties. Zo is er ook een groot vrijwilligersnetwerk ontstaan. "Mooi hoor, al die betrokken mensen. Ik vind de participatiemaatschappij echt belangrijk; als je je thuis voelt ben je minder kwetsbaar."

Zo gezien is het misschien minder vreemd dat Mustapha met AthenA te maken kreeg. "Duco Wildeboer, voorheen voorzitter van hockeyclub AthenA, zei tegen me: 'Mustapha, ik wil graag een groep kinderen uit jouw buurt hier op bezoek krijgen.' Ik zei: 'Geen probleem.' Zo zijn we met een groep van 34 Turkse, Surinaamse en Marokkaanse kinderen en hun ouders naar de hockeyclub gegaan. Duco vond dat uniek, die verbinding tussen twee buurten. Maar het was ook gewoon gezellig."

En ondertussen kijkt Mustapha al weer verder: hockey in de Indische Buurt.







## COLUMN

### Doorlopende koffie

**Pi de Bruijn** is architect en een van de ambassadeurs van het programma Alles is gezondheid... Hij brengt de discussie over gezondheid en preventie op gang, onder meer door een blog op [www.allesisgezondheid.nl](http://www.allesisgezondheid.nl).



Ik zie als architect  
steeds vaker  
kantoren met  
een café.





**H**et behoort eigenlijk al weer tot het verleden: de Juffrouw Jannies die met een karretje koffie en koekjes op de werkvloer langs kwamen brengen. De laatste tijd vinden we dit ongezond. Niet door de koekjes, maar omdat we niet meer van onze plek komen. Mede daarom is onze oer-Hollandse koffiecultuur in beweging gekomen. Ook letterlijk: er kwamen steeds meer kantoren met een koffiecorner of pantry; ik heb ze zelf ook zo ontworpen. Dat betekende zo'n vijftien meter lopen voor je kopje koffie.

Maar ondertussen zijn we – alweer ook letterlijk – nog een stapje verder. Ik zie als architect steeds vaker kantoren met een café. Dat betekent dat je van de werkvloer af moet voor je kopje koffie. En dat is goed voor jezelf en voor je bedrijf: lang zitten is ongezond en acht uur aaneengesloten geconcentreerd werken kan gewoon niet. Daar komt bij dat er in zo'n café een netwerkcultuur kan ontstaan van collega's en andere werknemers in het pand. Al met al kun je na zo'n onderbreking weer met dubbele energie aan de slag.

Het is misschien nog niet wetenschappelijk aangetoond, maar in mijn eigen kantoor aan de Keizersgracht heb ik de weergaloze werking van de koffiecorner zelf meegemaakt. Het stimuleert de geest enorm. Daarom meteen maar de volgende suggestie: ga gewoon het pand uit om koffie te drinken in een klein café. Even lopen en dan staand je koffie opdrinken. Dát is volgens mij de goede manier om onze koffiecultuur in beweging te brengen. Laat dus niet alleen de koffie doorlopen.



---

**Al met al kun je na zo'n onderbreking weer met dubbele energie aan de slag.**



## Gezondheid door taal: een uitgelezen kans

“Door beter te leren lezen en schrijven vergroot je je kans op een gezond en gelukkig leven. Wie verdient dat niet?” Stichting Lezen & Schrijven biedt mensen die dat nodig hebben een tweede kans.

Merel Heimens Visser, algemeen directeur van Stichting Lezen & Schrijven, is blij met de toegenomen aandacht voor taalvaardigheid en alle verbindingen die er op dit gebied tot stand komen. Zo is er met bedrijven een taalakkoord getekend om tot meer taalvaardigheid op de werkvloer, meer productiviteit en minder ziekteverzuim te komen. Er zijn ‘taalpunten’ in ziekenhuizen en taalvaardig-

heidsprogramma’s voor ouders op scholen. En gemeenten maken ondertussen mooie plannen om laaggeletterdheid aan te pakken.

Stichting Lezen & Schrijven doet zelf natuurlijk volop mee aan dit soort ontwikkelingen om mensen taalvaardiger te maken: “In 2014 zijn we op allerlei plekken in de samenleving actief geweest: in de wijk, op school, op het

“

Geletterdheid is een basisvoorwaarde voor een gezonde en duurzame samenleving.



werk, maar ook in de zorg, want je kunt overal met laaggeletterdheid te maken krijgen. En we willen iedereen bereiken, ook de mensen die bij de huisarts langsgaan maar de uitleg die ze krijgen niet begrijpen. Of die niet goed kunnen lezen wat er op hun medicijnen staat.”

“Mensen bereiken en activeren om aan hun taalvaardigheid te werken is stap één”, zegt Heimens Visser. “Stap twee is de taalscholing die we bieden. Zo hebben we samen met honderden partners al 10.000 mensen geschoold. Het is mooi om daar, ook binnen Alles is gezondheid... aan verder te werken.” Dat wordt nog eens onderstreept door een pledge die Stichting Lezen & Schrijven met

16 partijen als ‘Alliantie gezondheid en geletterdheid’ heeft ondertekend. Een uitgelezen kans: “Zo kunnen we er met een samenhangende aanpak voor zorgen dat gezonde taalvaardigheid in de toekomst voor iedere Nederlander weggelegd is.”



**Taalbeheersing maakt mensen zelfredzamer en gelukkiger.**



“

Positieve gezondheid  
focust op gezondheid  
en niet op ziekte.





## Focus op positieve gezondheid

De werkgroep Positieve gezondheid Noordelijke Maasvallei wil positieve gezondheid een centrale plek in de regio geven. Wat is dat eigenlijk, positieve gezondheid? En hoe geef je deze vorm?



“Positieve gezondheid focust op gezondheid en niet op ziekte”, aldus Chantal Walg van de werkgroep. “Wat kan iemand nog wel en hoe kan iemand een zo goed mogelijk leven leiden met zoveel mogelijk eigen regie? Voor zowel burgers als professionals is dit een denkomslag. Samen met onze partners (gemeenten, GGD'en en andere betrokken partijen) geven we dit vorm zonder de balans uit het oog te verliezen.”

### Positieve gezondheid in de praktijk

“We werken nauw samen om de uitgangspunten van positieve gezondheid naar de praktijk te vertalen. In een pilot kijken huisartsen wat de focus op positieve gezondheid voor hun werk inhoudt. Niet alleen door naar klachten te kijken, maar ook naar iemands situatie en actief samen te werken met andere partijen. Bijvoorbeeld: een vluchteling komt bij de dokter met lichamelijke klachten. De huisarts vraagt door en de man blijkt depressief en in een uitzichtloze situatie. In overleg met het wijkcentrum

onderneemt de man activiteiten. Hij voelt zich weer nuttig en zijn klachten nemen af.”

### Verbinden en samenwerken

Ook organiseert de werkgroep allerlei activiteiten, zoals beweegprogramma's voor ouderen en schoolprojecten. “Wij willen als netwerk goede voorbeelden van werken vanuit positieve gezondheid in de regio zichtbaar maken, verbinden en stimuleren”, besluit Chantal. “Met aandacht voor nieuwe samenwerkingsvormen en financiering. Alles is gezondheid... houdt ons scherp en helpt ons te verbinden.”



**Alles is gezondheid...  
houdt ons scherp en  
helpt ons te verbinden.**



## Gezonde verstedelijking met verantwoordelijke bewoners

Wat is een gezonde wijk? De optelsom van gezonde mensen in een gezonde omgeving. Simpel, maar er gaat een heel diverse wereld achter schuil. Met de bewoners zelf steeds meer als middelpunt.

De aandacht voor de gezonde wijkbewoner is aan een opmars bezig. Diverse partners van Alles is gezondheid..., zoals gemeente Nieuwegein en Zwolle Gezonde Stad, laten daar mooie voorbeelden van zien. De nieuwe gemeentelijke zorgtaken, de grotere nadruk op de nulde lijn en de noodklok die geluid wordt over de sociaaleconomische gezondheidsverschillen: allemaal ontwikkelingen om de stad gezonder te krijgen, waarbij de verantwoordelijkheid ook bij de bewoners zelf te komt te liggen.

### Groene Loper

Hoe kan een gezonde omgeving daarbij aanhaken? Door verbindingen te leggen. Functionele verbindingen zoals bij de Groene Loper, de landtunnel met groen dak die verkeer en verontreiniging tegengaat en uitnodigt tot bewegen. Of verbindingen tussen bevolkingsgroepen, die mogelijk

wordt als woningcorporaties gemengd gaan bouwen. Of door verbindingswegen zelf beter te maken, zodat je makkelijker van auto op openbaar vervoer of de fietst overstapt. Dat kost allemaal veel tijd en geld, maar het is zeker de moeite waard.

### Nabijheid

Het is goed daarbij te beseffen dat de ideeën over de gezonde wijkstructuur aan verandering onderhevig zijn. De Bijlmer is weliswaar met de beste bedoelingen, maar niet met de mensen zélf gebouwd. Tegenwoordig gaan er meer stemmen op om bewoners ook bij de ontwikkeling van een gezonde omgeving meer verantwoordelijkheid te geven. Volgens hoogleraar Zef Hemel is het toverwoord 'nabijheid': "Laat bewoners een fietscursus voor allochtone vrouwen opzetten, een marathon organiseren of een speeltuin





opknappen. Ideeën ontstaan op straat, niet op kantoor.” Dat zo iets mooie resultaten op kan leveren, heeft Alles is gezondheid-ambassadeur Pi de Bruijn al eens laten zien, toen hij op de plek van de vuurwerkcramp samen met de buurtbewoners het nieuwe Roombeek ontwierp.

Zo is het de burger zélf die uiteindelijk voor een belangrijk deel bepaalt hoe gezond zijn wijk is. Door gezond te leven én door mee te werken aan een gezonde omgeving.

“  
**Zo is het de burger zélf die uiteindelijk voor een belangrijk deel bepaalt hoe gezond zijn wijk is.**





Onze monitor werkt vergelijkbaar met een brandstofdampje. Als dat knippert ga je toch ook tanken?



## Pon Fit: geen kosten maar investering



13.000 werknemers, 450 vestigingen, 32 landen. Dat klinkt als een gezond bedrijf. Maar hoe houdt de handels- en serviceorganisatie Pon dat in stand, met een krimpende en vergrijzende arbeidsbevolking? Het Pon Fit-programma gaat op zoek naar het antwoord. “We willen een fundamentele verandering teweeg brengen.”

Hoogspringer Dick Fosbury won in 1968 goud door voor het eerst ruggelings te springen. Zo’n soort revolutie beoogt het programma Pon Fit ook. Pon Fit-manager Rik-Jan Modderkolk: “We willen dat Pon in alle opzichten een heel gezond bedrijf wordt.”

### **Investing**

Daar is dan meer voor nodig dan wat er al is, zoals de sportevenementen, health checks en aandacht voor gezonde voeding. “Ten eerste moeten we uitgaven aan het programma Pon Fit niet zien als kosten, maar als een investering. Het gaat ook niet meer om voorkomen van ziekte, maar om het bevorderen van gezondheid. Ten tweede moeten zorgspecialisten, werkgevers, verzekeraars en andere betrokkenen gezamenlijk aan collectieve gezondheid werken. We stellen hoge eisen aan de professionali-

teit en de werkwijze van de partijen die meewerken aan het Pon Fit-programma. Kunnen ze daar niet aan voldoen, dan nemen we afscheid van elkaar.”

### **Hart van de organisatie**

Van het grootste belang is verder dat gezondheid en inzetbaarheid ook echt in het hart van het bedrijf zitten. Dat het management ook stuurt op de informatie over inzetbaarheid die gemonitord wordt. En vooral: dat de medewerker zelf het heft in handen neemt. “We willen werknemers tot actie aanzetten en confronteren met hun inzetbaarheid: ‘Wat ga jij doen om inzetbaar te blijven?’ Onze monitor werkt vergelijkbaar met een brandstoflampje. Als dat knippert ga je toch ook tanken? Elke medewerker heeft een verantwoordelijkheid voor de eigen gezondheid én die van collega’s.”



## Voortgangskonferentie 4 februari 2015

Eén heel jaar extra veel aandacht voor gezondheid. Bijna 600 partners en 165 maatschappelijke beloftes. Maar wat leveren die mooie cijfers op? En wat moet er nog gebeuren? Op de tweede conferentie van Alles is gezondheid... in Corpus in Oegstgeest waren dat de centrale vragen.

Natuurlijk was er op de conferentie veel nieuws te ontdekken. Dat hoe je eruitziet (het 'esthetisch kapitaal') bij het solliciteren minstens zo belangrijk is als je fysieke en mentale kapitaal. Dat ambassadeur Carl Verheijen bijna niet meer hoeft uit te leggen hoe belangrijk preventie is. En dat minister Asscher de noodzaak onderstreepte van gezamenlijke inzet van overheid en private organisaties.

De opbrengst van de dag was dat we aan de slag moeten met het verder vergroten van het netwerk met nieuwe partners om de maatschappelijke beweging op gang te brengen. En dat de partners de onderlinge samenwerking met elkaar verkennen, over de grenzen van de verschillende maatschappelijke domeinen heen, en de handen ineen slaan bij het uitvoeren van hun activiteiten. Die oproep leidde al tijdens de conferentie tot samenwerking en concrete afspraken.

“  
Verbinden over de grenzen van de verschillende maatschappelijke domeinen heen.

 590 partners

 165 pledges



# Alles is gezondheid...

Conferentie woensdag 4 februari 2015

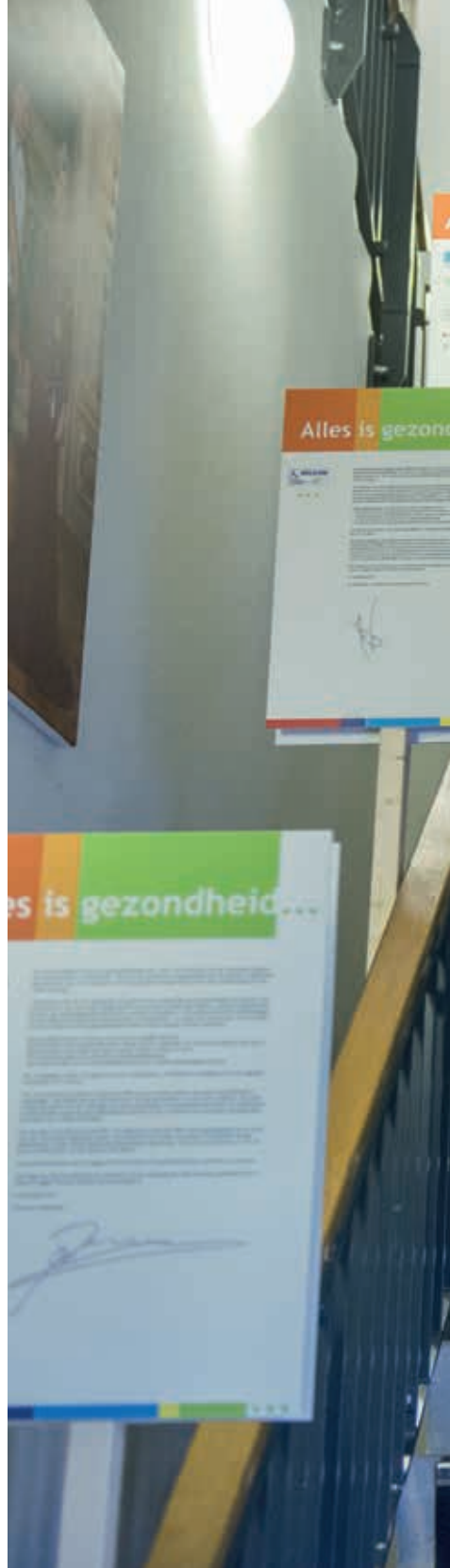
## OCHTEND

- 08.45 **Inloop**  
Inschrijving en keuze deelsessies.
- 09.30 **Hartelijk welkom**  
Afttrap door dagvoorzitter **Marianne van den Anker**. Swingende warming up met **Juvat Westendorp**.
- 10.00 **Alles is gezondheid...**  
Welkom met **Angelique Berg**, DG Volksgezondheid bij VWS. Toespraak door vicepremier **Lodewijk Asscher**. Aandacht voor enkele mooie en leerzame pledges, met onder andere **Carl Verheijen** en wethouder **Fleur Imming** uit Amersfoort. Blik op de voortgang van het programma door **Matthijs van den Berg** van het RIVM. Lezing door **Creten van Campen** van het Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP).
- 11.10 **Pauze**  
Koffie en thee.
- 11.40 **Pledges in de spotlight**  
Keuze uit tien deelsessies over vernieuwende activiteiten binnen en buiten de pledges door onder meer: gemeente Deventer, GGD IJsselland, VGZ, GGD Twente, NVvA, NOLOC, Landelijke Ouderraad, Lidl Nederland, Roorda Reclamebureau, Stichting Leger des Heils en stichting Life Goals. Of bezoek pitches van Centrum Media & Gezondheid, DPH Cauberg-Huygen, Databyte en anderen.

## MIDDAG

- 12.35 **Netwerklunch**  
Eet en ontmoet!
- 13.35 **Het perspectief van...**  
Interviews met inspirerende Nederlanders die een impuls hebben gegeven aan hun gezondheid of die van anderen.
- 14.20 **Kansrijke verbindingen**  
Keuze uit tien deelsessies met zicht op bijzondere allianties door onder andere: gemeente Amersfoort, GGD regio Utrecht, Longfonds, Vrumona, Hockeyclub AthenA, Pon, Grand Depart Utrecht en AWWN. Of bezoek pitches van FC Groningen, gezondheidscentra, De Angst Dwang en Fobie stichting en anderen.
- 15.15 **Pauze**  
Fris en fruit.
- 15.40 **Nieuwe allianties**  
Blik op initiatieven voor nieuwe allianties. Met onder meer Stichting Lezen & Schrijven over taal en gezondheid.
- 16.05 **Vooruitblik 2015**  
Vooruit kijken naar het nieuwe jaar en afsluiting conferentie. Cooling down met Juvat Westendorp en zijn dansers.
- 16.30 **Borrel**







“

Delen, leren en samenwerken;  
ieder op zijn manier met  
gezondheid bezig.



30



Make the move!

30

Breng gezondheid in beweging:

## Make the move!

Bewegen is gezond. Maak daarom als partner van Alles is gezondheid... een paar extra stappen en zet samen met andere partners een activiteit uit de pledge in een hogere versnelling. Loop voorop, kom in het nieuws en maak van 2015 het Jaar van de Gezondheid. Make the move in februari!



Loop voorop, kom in het nieuws en maak van 2015 het Jaar van de Gezondheid.

[allesisgezondheid.nl/make-the-move](http://allesisgezondheid.nl/make-the-move)







“

Een sportevenement  
is dé kans om zoveel  
mogelijk mensen in  
beweging te krijgen.



Zie artikel Voortgangsmontoring op bladzijde 14.



“

Als we substantiële effecten op de gezondheid willen realiseren, moet er een tandje bij.







Mensen stimuleren om  
gezonder te leven en  
langer vitaal te blijven.  
Met duizend-en-één  
duwtjes in de rug.



**Ga samen  
voor gezond**



Ontmoet partners:

### **Ga samen voor gezond**

Een schatkamer voor gezondheid. Waar de mooiste activiteiten, interventies en initiatieven voor het oprapen liggen, om ze gezamenlijk verder te brengen. Dat is het netwerk van Alles is gezondheid..., te vinden op de social marktplaats. Ontmoet daar uw partners; inspireer en help elkaar. Ga samen voor gezond en vitaal!



**Waar de mooiste  
activiteiten, interventies  
en initiatieven voor het  
oprapen liggen.**

[allesisgezondheid.nl/socialmarktplaats](http://allesisgezondheid.nl/socialmarktplaats)







“

In gesprek gaan en meteen concrete plannen maken met direct betrokkenen levert meer op dan een mooie nota met intenties.







“

Gezonde mensen, met meer fysiek, mentaal en esthetisch kapitaal, zijn succesvoller op de arbeidsmarkt.









“

Sluit aan bij bestaande initiatieven en vertaal naar actie op maat.







“

Het nut voor gezondheid van groen en natuur is evident, maar onbekend.





“

Zoek bruggenbouwers om verbinding te maken tussen niet meedoen en wel meedoen.







Burgerinitiatieven verbinden, dat is de uitdaging voor komend jaar.



Maak het verschil:

### Teken een pledge

Stap in het grote netwerk van Alles is gezondheid... waar partners zich met veel energie inzetten voor een maatschappelijke beweging. Een beweging die gezondheid definitief op de kaart zet. Teken ook een pledge, zoek partners en ontwikkel activiteiten. Maak het verschil voor een gezonder en vitaler Nederland!



Een beweging die gezondheid definitief op de kaart zet.









“

Reclame maken  
voor bloemkool,  
gewoon doen.





## ZonMw en Alles is gezondheid...

Het Nationaal Programma Preventie 'Alles is gezondheid...' draait een jaar. Zo'n 165 pledges werden ondertekend en 590 organisaties sloten aan en ontplooiden allerlei activiteiten. Mooi natuurlijk, maar hoe wordt nu gemeten of deze activiteiten leiden tot de juiste beweging en bijdragen aan het beoogde doel: een aantoonbare en blijvende gezondheidswinst?

De monitoring van Alles is gezondheid... is op verzoek van het ministerie van VWS onderdeel van de programmaopdracht van het vijfde Programma Preventie. ZonMw heeft de monitoring uitgezet in drie deeltrajecten:

- (1) een voortgangsmonitor;
- (2) een evaluatie van de aanpak;
- (3) effect- en implementatieonderzoeken naar de uitvoering van de pledges.

De tussentijdse resultaten worden hier beknopt beschreven en zijn uitgebreider opgenomen in de brief Voortgang Nationaal Programma Preventie 'Alles is gezondheid...' die op 20 januari 2015 naar de Tweede Kamer is verzonden.

### **Voortgangsmonitor**

Het RIVM ontwikkelde een voortgangsmonitor om de beweging van het programma





zichtbaar te maken. Deze monitort 25 indicatoren met een evenwichtige verdeling over de verschillende programmadomeinen: school, wijk, werk, zorg en gezondheidsbescherming. De website geeft deze indicatoren als infographics weer. Deze informatie wordt regelmatig geactualiseerd. Een greep uit het aanbod: het aantal JOGG-gemeenten, het aantal deelnemers aan Stoptober en Check je werkstress. Zie ook bladzijde 14 van dit verslag.

### Voorstudie en evaluatie aanpak van het programma

Het organisatieadviesbureau Bosman & Vos voerde in opdracht van ZonMw een voorstudie uit. Het programma staat stevig in de steigers en de basis is gelegd voor het bereiken van de beoogde resultaten,

concluderen de onderzoekers. In de volgende fase moet de nadruk liggen op de onderlinge verbinding en de netwerkfunctie van Alles is gezondheid...

Een multidisciplinair consortium van de universiteiten van Maastricht, Nijmegen, Rotterdam, Amsterdam, het RIVM en Common Eye evalueert gedurende de looptijd de aanpak van het programma. Centrale vragen zijn: Hoe functioneert Alles is gezondheid... in het creëren van samenhang in maatschappelijke activiteiten op het gebied van gezondheidsbevordering en preventie? Hoe functioneert het programma om deze activiteiten uit te breiden naar een sociale beweging? Hoe draagt Alles is gezondheid... bij aan een betere borging van *Vervolg op de volgende pagina >*

gezondheidsbevorderende en preventieve activiteiten? Op basis van bevindingen wordt ook tussentijds gezien of de programma-aanpak beter en effectiever kan.

#### **Negen onderzoekstrajecten**

In negen onderzoeksprojecten worden de effectiviteit, kosten en baten en/of randvoorwaarden voor implementatie van de in het kader van Alles is gezondheid... uitgevoerde interventies onderzocht. Organisaties met een pledge werken in deze projecten samen



**De projecten richten zich vanuit de verschillende domeinen op het bevorderen van gezond gedrag.**

met onderzoeks- en kennisinstellingen. De projecten richten zich vanuit de verschillende domeinen (wijk, school, werk en zorg) op het bevorderen van gezond gedrag, het voorkomen van chronische aandoeningen en/of het verkleinen van sociaaleconomische gezondheidsverschillen. Zo kijkt Erasmus MC met Artsen Jeugdgezondheidszorg Nederland (AJN) welke rol de jeugdarts kan spelen bij de aanpak van het ziekteverzuim op het MBO en gaan het Academisch Medisch Centrum, de MOgroep en Movisie evalueren hoe sociaal werk bijdraagt aan de gezondheid.

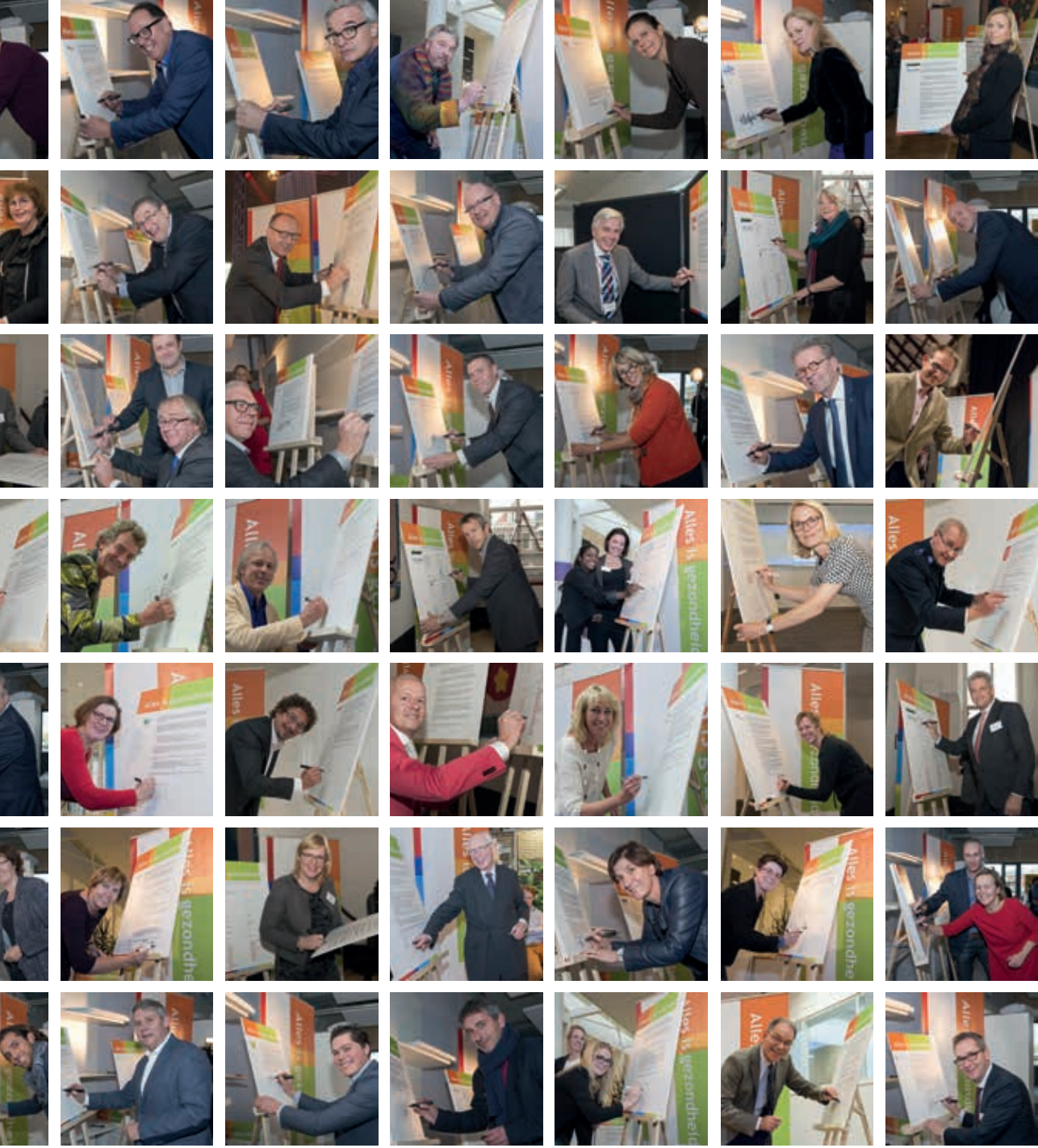
#### **Totaalbeeld**

De drie deeltrajecten van de monitor staan natuurlijk niet los van elkaar. Een begeleidingscommissie kijkt op overstijgende manier naar het totaalbeeld. Zij reflecteert op geleerde lessen en vertaalt deze naar aanbevelingen voor beleid en praktijk.

*Meer informatie: [www.zonmw.nl/aig](http://www.zonmw.nl/aig)*









## Over de programma-organisatie

Alles is gezondheid... wil een maatschappelijke beweging tot stand brengen waarin partners activiteiten onder eigen verantwoordelijkheid uitvoeren. Een beweging die leidt tot een gezonder en vitaler Nederland. Dat is terug te zien in de programma-organisatie, een netwerkorganisatie. Wie daarbij welke rol vervult, wordt in dit artikel in vogelvlucht beschreven.

### Partners van Alles is gezondheid...

De partners zijn alle organisaties die bestaande of nieuwe activiteiten onder de vlag van Alles is gezondheid... uitvoeren. Dat zijn onder andere zorgpartijen, werkgevers en werknemers, natuur- en milieuorganisa-

ties en een groot aantal andere maatschappelijke organisaties. Zij verbinden zich bijvoorbeeld aan het programma door een pledge te ondertekenen: een plechtige belofte om concreet met activiteiten bij te [Vervolg op de volgende pagina >](#)



dragen aan de doelen van het programma én om de voortgang en ervaringen met elkaar te delen.

#### **Platform van Alles is gezondheid...**

Het platform bestaat uit ongeveer 30 mensen afkomstig van de partnerorganisaties. Zij delen en bundelen de goede voorbeelden, hun netwerk, ervaringen en kennis om de impact van het programma te vergoten.

“Het platform vormt samen met de partners de ruggengraat van het programma Alles is gezondheid...” aldus hoofd programmabureau Sonja Bleuland van Oordt. ‘De platform-

leden zijn onze ogen en oren en de schakel tussen de praktijk, onze partners en het programmabureau. Ze hebben een groot eigen netwerk, een brede blik en het vermogen om verbindingen te leggen.’

#### **Inspiratoren van Alles is gezondheid...**

De inspiratoren vormen een kleine groep van invloedrijke personen van partijen die een sleutelfunctie in Alles is gezondheid... vervullen. Zij inspireren organisaties om activiteiten te ontwikkelen en zetten aan tot verbindingen met elkaar. Zij bespreken ook de voortgang van het programma en leveren input voor het werk van het programmabureau.



“

Verbindingen leggen  
tussen organisaties in  
het onderwijs, de wijk,  
het werk en de zorg.

### Ambassadeurs van Alles is gezondheid...

Marjolijn Kamphuis, Carl Verheijen, Pi de Bruijn, Marlou van Rhijn en Juvat Westendorp waren in 2014 de ambassadeurs van Alles is gezondheid... Zij geven het programma meer bekendheid en zichtbaarheid. In de toekomst komen er mogelijk nog andere aansprekende ambassadeurs.

### Programmabureau van Alles is gezondheid...

De medewerkers van het programmabureau ondersteunen de netwerkorganisatie en helpen verbindingen te leggen tussen organisaties in het onderwijs, de wijk, het werk en in de zorg. Zodat goede praktijken breed verspreid worden en de aandacht voor de

gezondheid en welzijn van mensen in hun omgeving systematisch vorm krijgt.

Sonja Bleuland van Oordt blikt vooruit: "Onze inzet zal in 2015 gericht zijn op het stimuleren van samenwerking tussen onze partners: wat kunt u samen nog beter en met meer impact bereiken? Wij helpen waar mogelijk deze kansen te creëren. Heeft u behoefte aan inhoudelijke verdieping of een netwerkmogelijkheid met onze partners? We organiseren het graag. Houd in ieder geval onze website in de gaten; hier vindt u geplande bijeenkomsten en nieuws over programma-activiteiten."





Dit is een uitgave van het Programmabureau Alles is gezondheid...

Vormgeving Enof creatieve communicatie, Utrecht  
Drukwerk drukkerij Libertas, Utrecht

maart 2015





Alles is gezondheid...

Stationsplein 139, 3818 LE Amersfoort

T 085 485 32 16

E [info@allesisgezondheid.nl](mailto:info@allesisgezondheid.nl)

W [www.allesisgezondheid.nl](http://www.allesisgezondheid.nl)

TWITTER @AiGezondheid