Routekaart

Positieve Gezondheid
Bibliotheek Nieuwegein

Introductie | Wat is Positieve Gezondheid?

Positieve Gezondheid is een bredere kijk op gezondheid die verder gaat dan alleen de afwezigheid van ziekte. Het concept richt zich op het vermogen van mensen om zich aan te passen en eigen regie te voeren in het licht van fysieke, emotionele en sociale uitdagingen. Het omvat zes dimensies: lichaamsfuncties, mentaal welbevinden, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen en dagelijks functioneren.

Hoewel zij zich er niet altijd van bewust zijn, leveren bibliotheken een grote bijdrage aan een positief gezonde leefomgeving. Door hun functie als kennis- en informatiecentrum, ondersteund door collectie en activiteiten, door hun veelzijdige activiteiten en programma's dat gericht is op het stimuleren van vaardigheden en ontplooiing, door collectie en programmering die leesplezier, ontwikkeling en ontspanning bieden en door de toenemende communityvorming waarop bibliotheken inzetten, dragen zij in hoge mate bij aan het welbevinden, zingeving en kwaliteit van leven van de inwoners van hun regio. Ze gebruiken alleen de term Positieve Gezondheid nog nauwelijks in hun uitingen en zijn daarmee onbewust bekwaam. De Bibliotheek Nieuwegein heeft daar een andere keuze in gemaakt.

Beleid | Wat betekent Positieve Gezondheid voor de Bibliotheek Nieuwegein?

“De Bibliotheek Nieuwegein brengt inwoners samen om zich te blijven ontwikkelen. Zodat iedereen de kans krijgt om mee te doen, zich verbonden te voelen, de wereld te ontdekken en bij te dragen aan een mooiere maatschappij. We stellen een betekenisvol leven centraal: we stimuleren de veerkracht, eigen regie en de talenten van de inwoners van Nieuwegein.”

Binnen de Bibliotheek Nieuwegein is Positieve Gezondheid volledig geïntegreerd in het beleid. Je kunt bijvoorbeeld pas aan het verbeteren van basisvaardigheden werken wanneer je goed in je vel zit. Dat is waar Positieve Gezondheid aan werkt. Voor Bibliotheek Nieuwegein begon de reis in 2016, de toenmalige directie had een sterke persoonlijke betrokkenheid bij het onderwerp. De bibliotheek kreeg al snel vanuit de gemeente de opdracht om

vanuit hun rol als informatiespecialist de website voor zorgaanbieders in Nieuwegein in te richten en te beheren. Daarop staan alle activiteiten op het gebied van positieve gezondheid die in Nieuwegein plaatsvinden.

In het beleidsplan van Bibliotheek Nieuwegein staat Positieve Gezondheid nu genoemd als kompas van de organisatie. Deze visie van Bibliotheek Nieuwegein sluit aan bij de grondslag van positieve gezondheid: een invalshoek waarbij de focus ligt op de mensen zelf, wat is er nodig om je in het dagelijks leven gezond en gelukkig te voelen?

Door het aanbieden van gezondheidsinformatie en activiteiten ondersteunen ze inwoners, zodat deze goed geïnformeerd beslissingen kunnen nemen wanneer het gaat om gezondheid en leefstijl, taal, leesplezier, cultuur en digitale geletterdheid. Ook wordt integraal samenwerken tussen de verschillende programmalijnen actief gestimuleerd. Dit resulteert in activiteiten als Gezonde Taal – gezondheidsvaardigheden voor statushouders en een IDO-spreekuur in het ziekenhuis.

Naast veerkracht, regie en talentontwikkeling geldt ook het vergroten van de basisvaardigheden als bijdrage aan positieve gezondheid. Taal-, digitale en gezondheidsvaardigheden zijn in het dagelijks leven onlosmakelijk met elkaar verbonden. Want

zonder taal, zonder digitale vaardigheden en zonder gezondheidsvaardigheden is het zelfstandig en veerkrachtig functioneren in onze samenleving leven niet (meer) mogelijk. Al spreekt De Bibliotheek Nieuwegein liever van samenredzaamheid. Een stevig netwerk vormt namelijk een solide basis voor een veerkrachtig bestaan. In communities creëren de programmamakers een veilige setting waar mensen zich de opgedane kennis eigen kunnen maken en elkaar kunnen stimuleren deze toe te passen in het dagelijks leven.

Organisatie | "Practise what you preach"

Het gedachtengoed van positieve gezondheid vormt het kompas van de Bibliotheek Nieuwegein in het aangaan van samenwerkingen, het aanbieden van informatie, activiteiten en programma's. Ook in de wijze waarop ze hun organisatie hebben ingericht is positieve gezondheid leidend.

De Bibliotheek Nieuwegein heeft geëxperimenteerd met activiteiten rondom het Blue Zones gedachtengoed. Op basis van vragenlijsten onder medewerkers voerden ze praktische experimenten uit om de Blue zone gedachten als onderdeel van het team en werk te laten landen. Het Blue Zones-gedachtengoed is nauw verwant aan positieve gezondheid. Ze gaan ervan uit dat medewerkers gezonder en gelukkiger leven en werken wanneer zij zingeving, balans, verbinding, voldoening en plezier

ervaren. En deze werkzaamheden verrichten in een gezonde omgeving.

Belangrijk is ruimte (uren) te creëren voor een medewerker die met het onderwerp Positieve gezondheid en Blue Zones aan de slag gaat. Dat hoeft niet meteen een specifieke functie te zijn, maar creëer wel substantiële uren om binnen de beleidskaders met het thema aan de slag te kunnen en bewustwording te scheppen. Denk daarbij aan medewerkers die programmeren, marketing en communicatie. Zij moeten de opdracht krijgen met het thema te gaan werken en de nodige aandacht geven in de programmering en op de website en socials.

Creëer draagvlak en betrek het personeel door bijvoorbeeld persoonlijke stukjes over het thema te laten schrijven voor de nieuwsbrief. Maar laat ook zien wat je als organisatie met het onderwerp doet. Bij De Bibliotheek Nieuwegein vertaalt de keuze voor positieve gezondheid als kompas zich bijvoorbeeld in het creëren van een veilige werksfeer, het doorbreken van vaste structuren, en fruitmanden met gratis fruit in de kantine. Medewerkers houden elkaar, daarin gesteund door het MT, scherp op reflectietijd en het nemen van voldoende rust. Mopperen mag, zolang je knelpunten maar open bespreekt met de betreffende collega's. Het management geeft de ruimte.

Het management moet het thema sowieso uitdragen en gebruiken in hun communicatie. Laat het onderwerp terugkomen in het interne beleid, de interne communicatie en de gesprekscyclus, zodat het concept ingebed wordt in alle lagen van de organisatie.

Medewerkers

Wanneer directie en management mee zijn in de keuze voor positieve gezondheid, zoek dan een medewerker of medewerkers die affiniteit met het onderwerp hebben. Deze persoon moet het leuk vinden om te netwerken en erop uit te gaan. Dit werk doe je niet vanachter je bureau. Je moet kansen kunnen zien en het verhaal van de bibliotheek en positieve gezondheid goed kunnen uitdragen.

Zorg dat de frontoffice goed op de hoogte is van de activiteiten die er in de bibliotheek geprogrammeerd worden, zo creëer je betrokkenheid op het thema.

Daarnaast is het van belang om marketing en/of communicatie bij het onderwerp te betrekken. Het liefst met een vaste medewerker. Deze zou specifiek uren voor het onderwerp moeten krijgen, anders sneeuwt de inzet al snel onder door de vele andere onderwerpen waar bibliotheken zich voor inzetten. Er moet structureel aandacht voor het onderwerp zijn. Binnen Bibliotheek Nieuwegein zijn meteen in het begin communicatieuren vrijgemaakt. Nu is er zelfs een Community Librarian met verpleegkundige achtergrond aangenomen die in de uitvoering van activiteit haar medische kennis inbrengt.

Door de duidelijke keuze voor positieve gezondheid binnen Bibliotheek Nieuwegein, worden er ook specifieke stageplekken voor MBO verpleging en AIO-plekken binnen het programma Taal & Gezondheid binnen de bibliotheek aangeboden. Zij doen bijv. onderzoek hoe senioren langer zelfstandig kunnen blijven wonen. Een groot voordeel van deze samenwerking is dat het helpt bij het ontwikkelen van een zelfde taal en het stellen van uniforme impactdoelen.

Partners:

Bibliotheken delen betrouwbare kennis, dat is de rode draad die Bibliotheek Nieuwegein in gesprekken met potentiële partners aanhoudt. Als partijen kennis over willen dragen over de thema's of subthema's binnen positieve gezondheid biedt de bibliotheek, zowel in de facilitering van een podium als in haar communicatie, een platform. De Bibliotheek Nieuwegein beschouwt zichzelf als de expert als het gaat om (digi)taalkennis en leesplezier. Voorbeelden van partners in Nieuwegein zijn:

- De lokale zorgprofessionals (o.a. gezondheidscentra) en onze gezondheid-, welzijn- en leefstijlpartners
- GGD - samenwerken binnen het Nederlandse gezondheid stelsel en werken aan gezondheidstaal
- Onderwijs Universiteit/HBO/MBO - stages binnen programmalijnen Taal, Digitaal, Jeugd en Gezondheid & Leefstijl, kennisdeling
- St. Antonius Ziekenhuis - Samenwerking binnen o.m. Digitale inclusie door een IDO in het Ziekenhuis

Wees een betrouwbare partner. Partners zien de bibliotheek nog niet altijd als logische partner, dus zorg ervoor dat je doet wat je zegt en doe dat goed.

Veel partners houden zich, net als de bibliotheek al dan niet bewust, bezig met positieve gezondheid. Positieve gezondheid kun je dus ook inzetten als "vertaalinstrument". Door samen te praten over het aandeel dat verschillende organisaties leveren aan een positief gezonde leefomgeving, en de impact die je gezamenlijk wilt maken op het welzijn van inwoners, breng je makkelijk in

kaart door de organisaties te positioneren in het spinnenweb van positieve gezondheid. Je maakt inzichtelijk en bespreekbaar hoe je elkaar aanvult. Deze gemeenschappelijke taal vereenvoudigt samenwerken. Sterker nog, het laat zien hoe essentieel het is om samen te werken. Hoe verschillend organisatieculturen ook zijn.

Programma:

Bibliotheek Nieuwegein is begonnen met kleine initiatieven. Zij probeerden daarbij vooral goed aan te sluiten bij de behoefte van de stad of de wijk door inwoners te betrekken bij de keuzes binnen je programmering. De bibliotheek Nieuwegein is bijvoorbeeld in 2017 begonnen met het organiseren van health checks (deze werden afgenomen door partners) in de wijk Galecop. In 2024 is de Galecop Geweldigweek afgerond. Een week die in het teken staat van fijn en vitaal leven. De bibliotheek heeft er stapje voor stapje naar toegewerkt om het initiatief bij inwoners te laten, en zichzelf steeds meer te profileren als kennispartner, in plaats van als kartrekker. Zo creëert de bibliotheek eigenaarschap bij inwoners en kan zij meer doen.

Ga niet te snel, werken met het thema, maar kijk vooral wat goed loopt, vier die succes en bouw daarop voort. Sluit goed aan bij wat er leeft binnen de regio en vier gezamenlijk de successen!

Programmering heeft een lange adem nodig. Veel praten, netwerken en kopjes koffie drinken met partnerorganisaties en enthousiaste inwoners. De volgende stap die De Bibliotheek Nieuwegein hierin gaat zetten is een traject rond impactgericht programmeren. Zij willen meer zicht krijgen op de impact die zij met hun programmering maken. Daarvoor hebben zij een extern bureau in de arm genomen.

Huisvesting

De bibliotheek werkt met programmering rond positieve gezondheid binnen en buiten hun eigen gebouw. Door een recente verbouwing van de bibliotheek is men uitgeweken naar buurtpleinen in de verschillende wijken van Nieuwegein. Daar vond tijdelijk alle programmering van de bibliotheek plaats bij partners in hun organisatie. Het leverde nieuwe inzichten van mogelijkheden en behoeften op. Hierdoor kunnen er onderbouwde keuzes worden gemaakt welke activiteiten je waar opzet en waarom. Inmiddels is het nieuwe Stadshuis klaar. Ook inzake de renovatie en herinrichting (door Aat Vos/Includi) heeft men koers gehouden door te varen op het kompas van positieve gezondheid. Het gebouw is nu volledig ingericht op samenwerking met de overige partijen die in het pand onderdak vinden; denk aan gemeente, arbeidsbureau, vrijwilligershuis, welzijnsorganisatie en consuiltatiebureau. Het is een integraal huisvestingsconcept waarbij de verschillende afdelingen en organisaties hun dienstverlening waar mogelijk tussen de boekenkasten plaats. De bibliotheek is ondersteunend aan de dienstverlening van partners met programmering en collectie. Daarnaast werken alle partijen actief aan een gezamenlijke, integrale, programmering, ook weer op basis van positieve gezondheid. Een mooi voorbeeld is het gemeenschappelijke Geldplein, waar alle partners gelijktijdig aanwezig te zijn om inwoners te helpen met financiële vragen.

Er is een Gezondheidsplein ingericht voor bijeenkomsten, groepsontvangsten of één op één gesprekken. Bij de inrichting is rekening gehouden met het “spinnenweb” van positieve gezondheid. Het plein straalt warmte, geborgenheid en rust uit. Naast het Gezondheidsplein staat een vaste themacollectie en de displaytafels kunnen thematisch ingericht worden.