



Sociale Agenda Limburg 2025

Inspiratiesessie Positieve Gezondheid

Programma: 12-08-2018 Leende Gezond Dorp

- Kennis maken
- Deel 1 Positieve Gezondheid volgens Dr. Machteld Huber
- Deel 2 Positieve Gezondheid, het gesprekinstrument
- Afsluitend

Paul Broens

Fysiotherapeut

Register Consultant Duurzame Inzetbaarheid

Ambassadeur Positieve Gezondheid



GezondDorp

Ambitie provincie Limburg:

- Gezondheidsverschillen verkleinen
- Arbeidsparticipatie verhogen

RoI IPH:

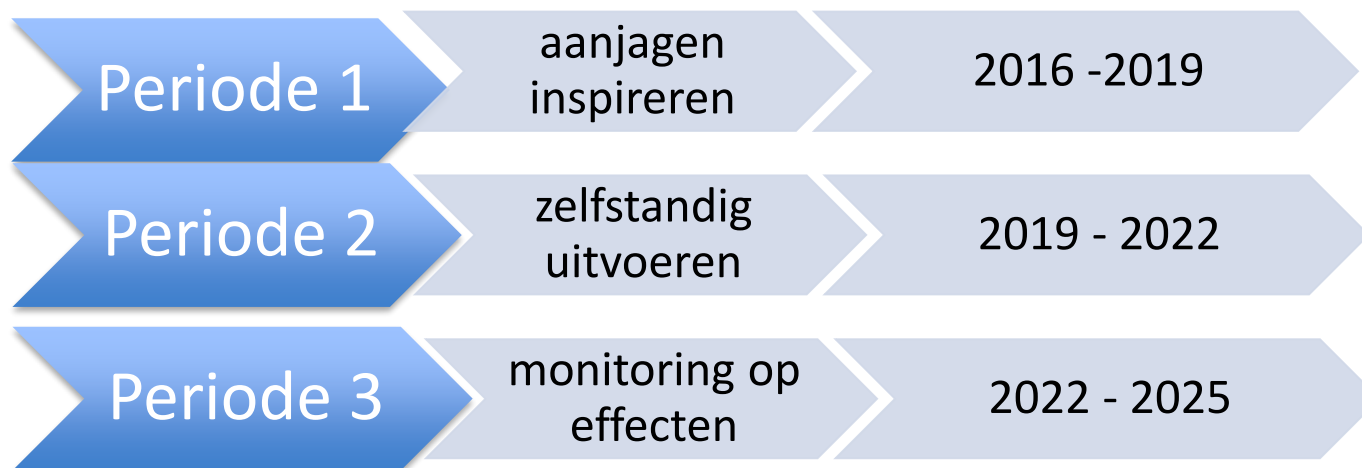
- Proces ondersteunen en begeleiden
- Inspireren en versnellen





Trendbreuk

LIMBURG: HEEFT MOED EN LEF
HET VOORBEELD HOE JE DE TRENDBREUK WAAR MAAKT!!



‘Positieve Gezondheid’

Wat is het en wat kan je er mee?



Filmpje Dr. Machteld Huber

Positieve Gezondheid

ALS 'GENERAL CONCEPT' IS VOORGESTELD:



**‘Health as the ability to adapt and to self manage,
in the face of social, physical and emotional challenges’**

of

**‘Gezondheid als het vermogen om je aan te passen en
je eigen regie te voeren, in het licht van de sociale, fysieke en
emotionele uitdagingen van het leven’**

RESULTATEN KWALITATIEF ONDERZOEK

De 6 Hoofddimensies van gezondheid:



Lichaamsfuncties



Mentale functies en -beleving



Spiritueel-existentiële dimensie



Kwaliteit van leven



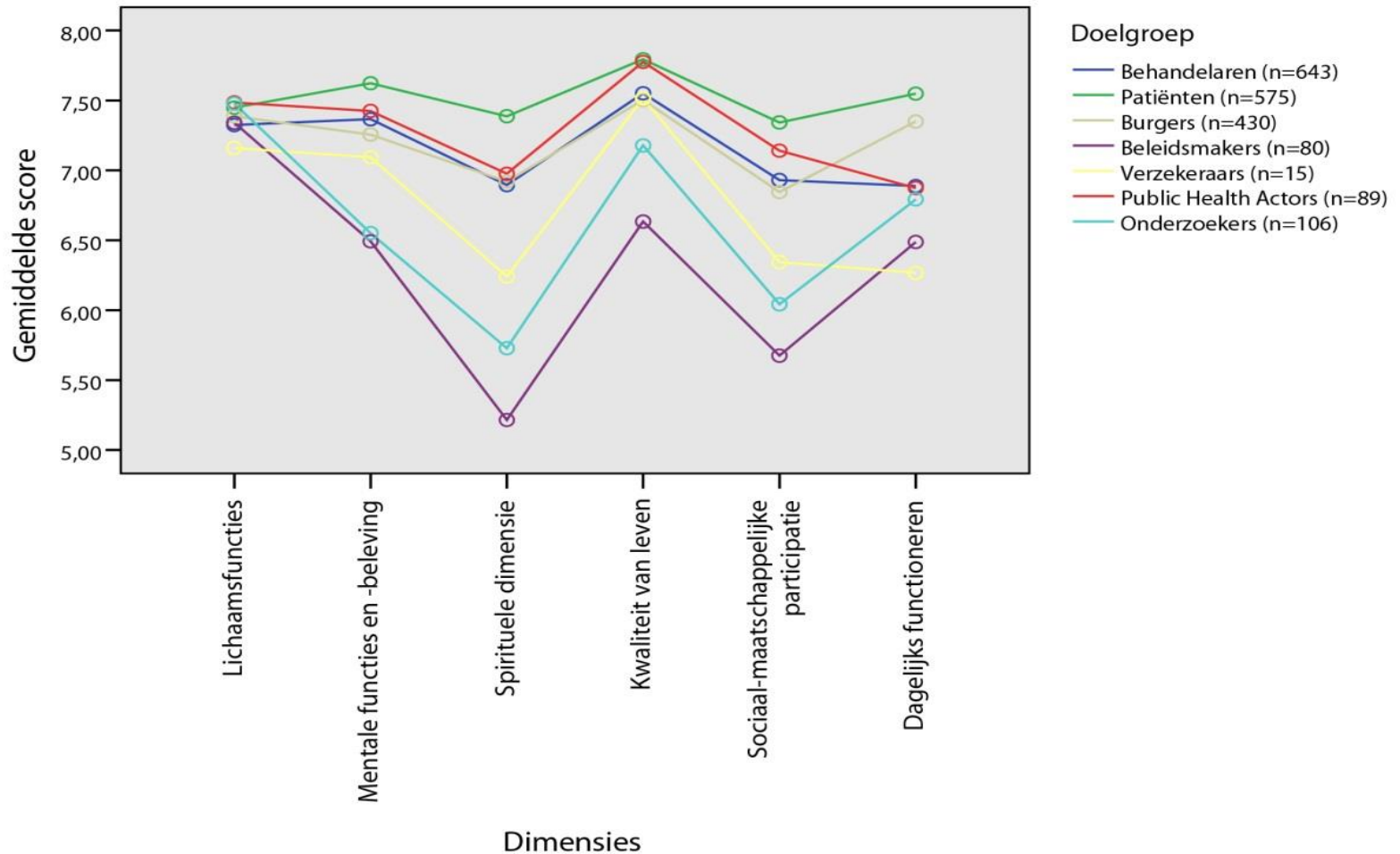
Sociaal-maatschappelijke participatie



Dagelijks functioneren

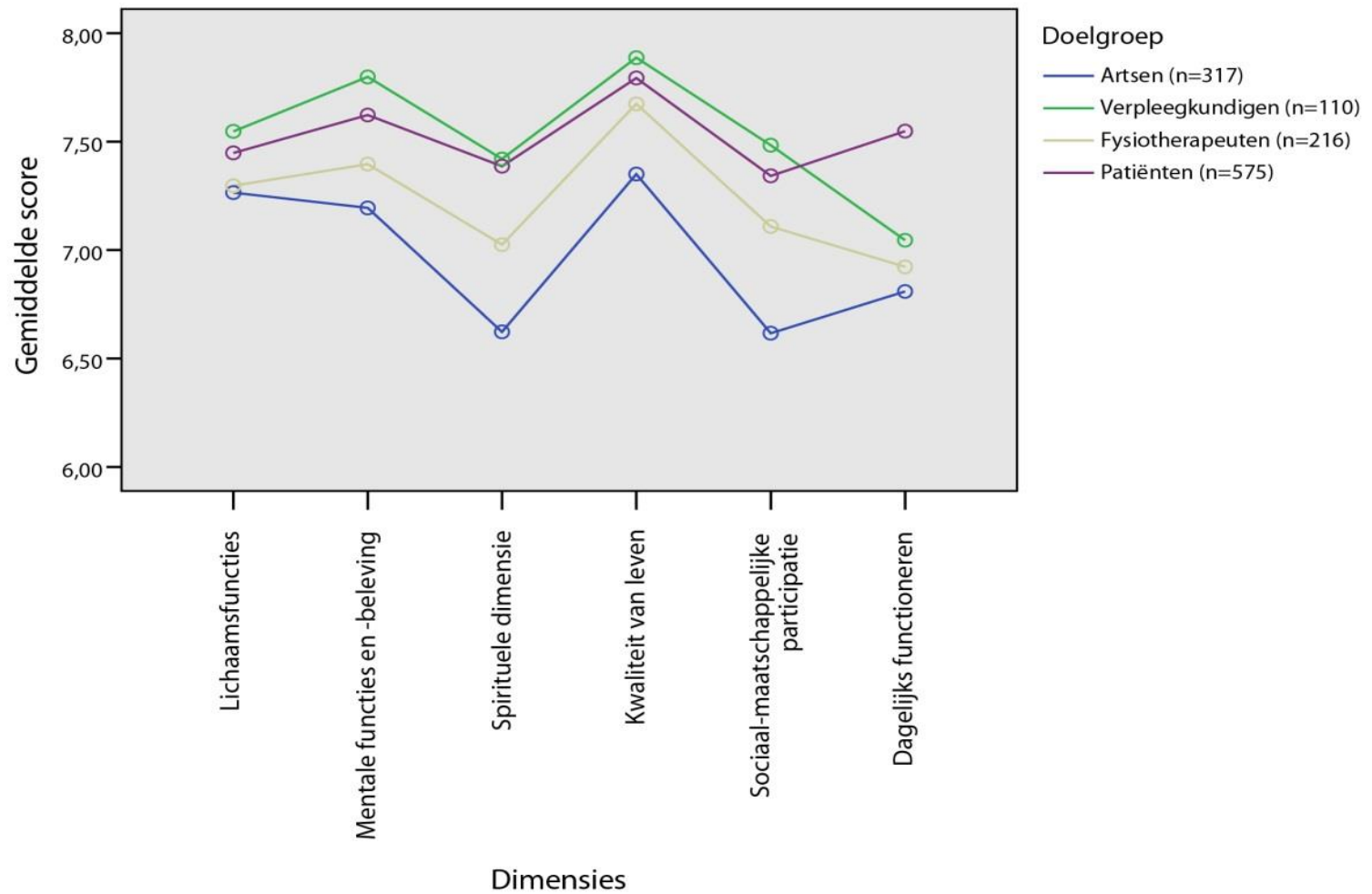
RESULTATEN KWANTITATIEF ONDERZOEK

Gemiddelde score per dimensie voor de verschillende doelgroepen



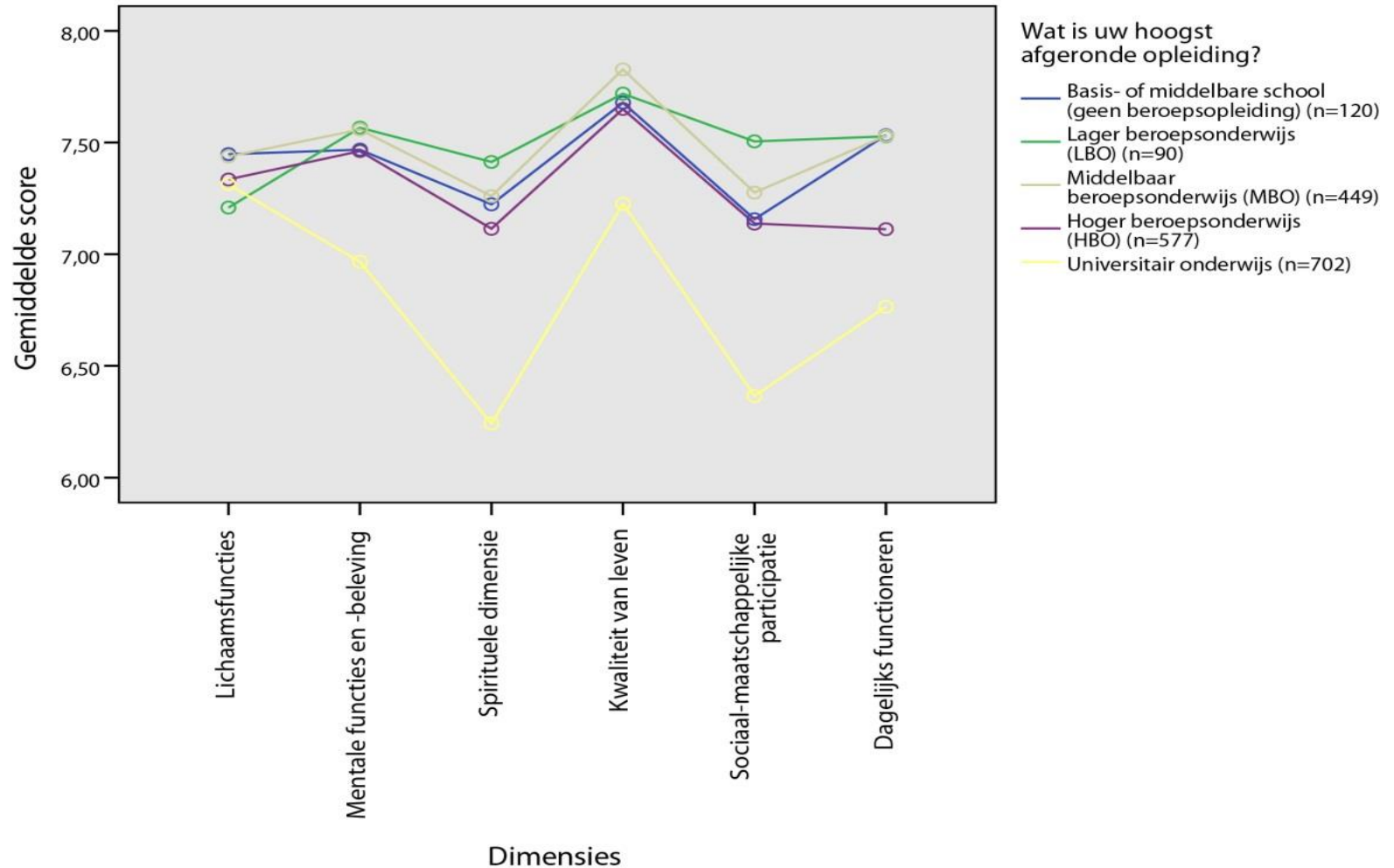
RESULTATEN KWANTITATIEF ONDERZOEK

Gemiddelde score per dimensie voor patiënten en behandelaren



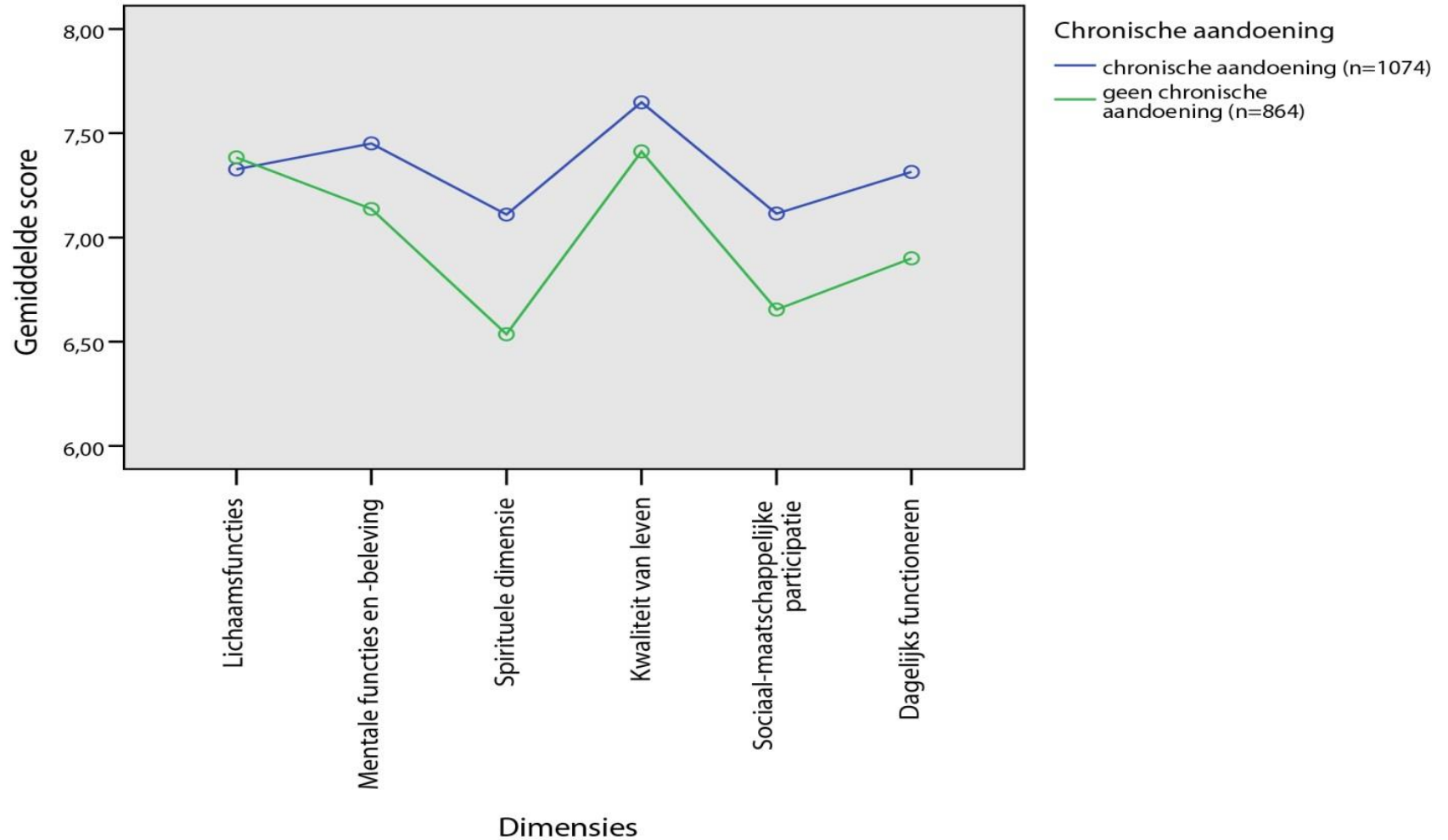
RESULTATEN KWANTITATIEF ONDERZOEK

Gemiddelde score per dimensie voor verschillende opleidingsniveaus bij alle respondenten

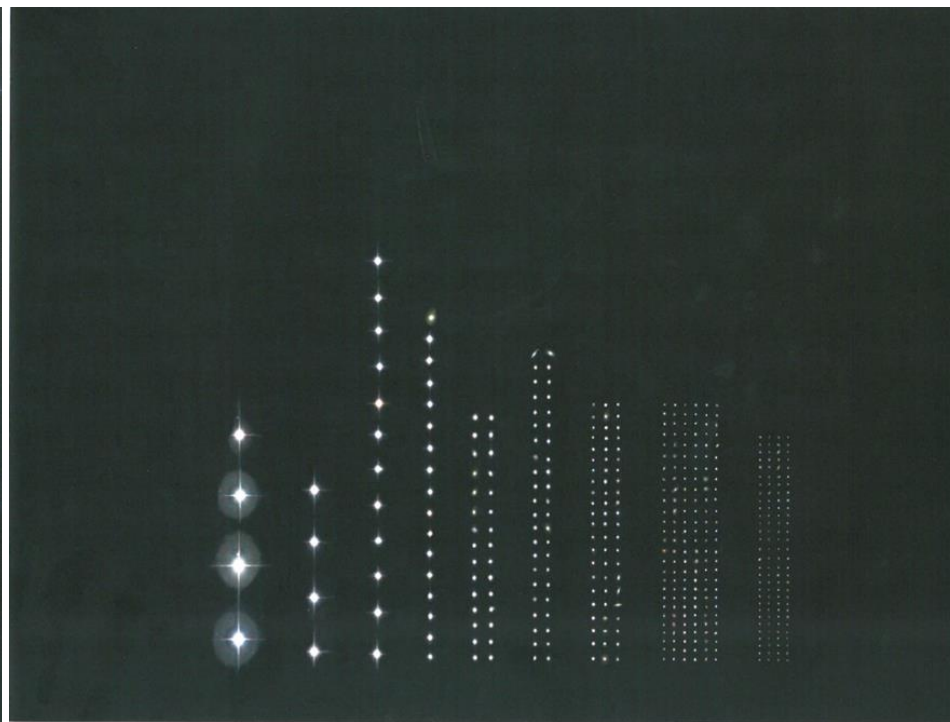


RESULTATEN KWANTITATIEF ONDERZOEK

Gemiddelde score per dimensie voor alle respondenten met en zonder chronische aandoening



De beleefde werkelijkheid versus de geclassificeerde werkelijkheid



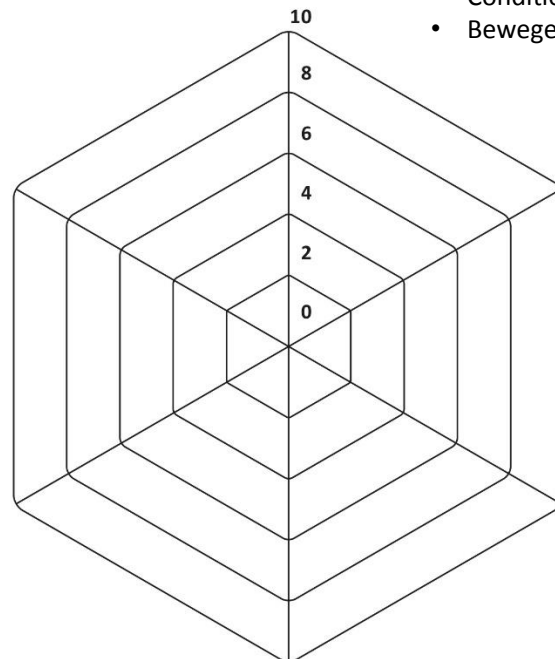
- Zorgen voor jezelf
- Je grenzen kennen
- Kennis van gezondheid
- Omgaan met tijd
- Omgaan met geld
- Kunnen werken
- Hulp kunnen vragen



- Sociale contacten
- Serieus genomen worden
- Samen leuke dingen doen
- Steun van anderen
- Erbij horen
- Zinnvolle dingen doen
- Interesse in de maatschappij



- Je gezond voelen
- Fitheid
- Klachten en pijn
- Slapen
- Eten
- Conditie
- Bewegen



- Onthouden
- Concentreren
- Communiceren
- Vrolijk zijn
- Jezelf accepteren
- Omgaan met verandering
- Gevoel van controle



- Zinvol leven
- Levenslust
- Idealen willen bereiken
- Vertrouwen hebben
- Accepteren
- Dankbaarheid
- Blijven leren



- Genieten
- Gelukkig zijn
- Lekker in je vel zitten
- Balans
- Je veilig voelen
- Hoe je woont
- Rondkomen met je geld

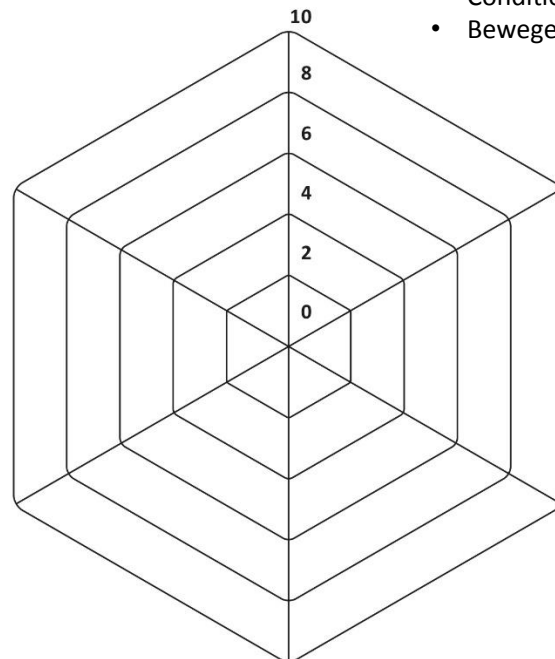
- Zorgen voor jezelf
- Je grenzen kennen
- Kennis van gezondheid
- Omgaan met tijd
- Omgaan met geld
- Kunnen werken
- Hulp kunnen vragen



- Sociale contacten
- Serieus genomen worden
- Samen leuke dingen doen
- Steun van anderen
- Erbij horen
- Zinnvolle dingen doen
- Interesse in de maatschappij



- Je gezond voelen
- Fitheid
- Klachten en pijn
- Slapen
- Eten
- Conditie
- Bewegen



- Onthouden
- Concentreren
- Communiceren
- Vrolijk zijn
- Jezelf accepteren
- Omgaan met verandering
- Gevoel van controle



- Zinvol leven
- Levenslust
- Idealen willen bereiken
- Vertrouwen hebben
- Accepteren
- Dankbaarheid
- Blijven leren

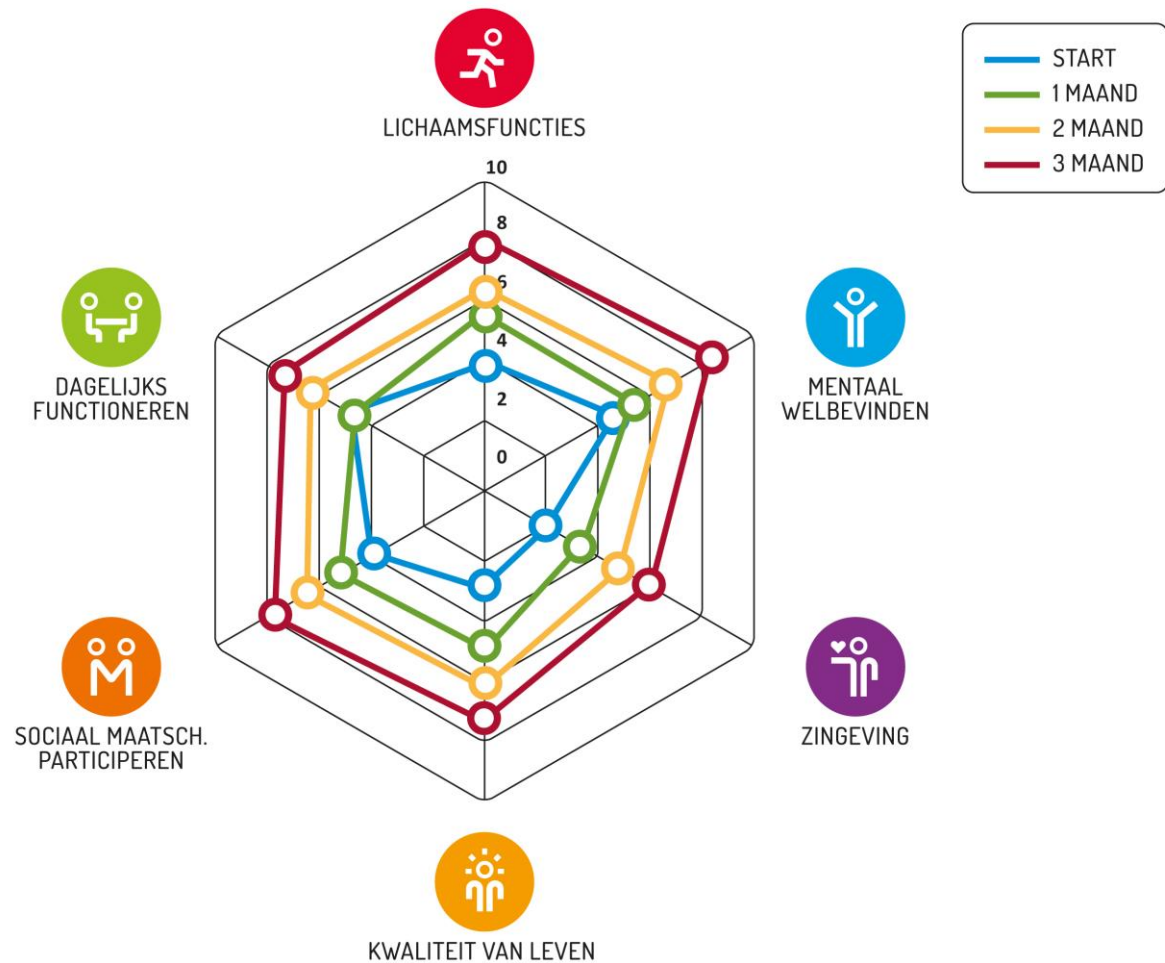


- Genieten
- Gelukkig zijn
- Lekker in je vel zitten
- Balans
- Je veilig voelen
- Hoe je woont
- Rondkomen met je geld

Werken met Positieve Gezondheid

1. *De brede blik naar binnen - ‘Mijn Spinnenweb’*
2. *Het ‘andere gesprek’ - **Wat is voor u echt belangrijk?**
- **Zou u wat willen veranderen?***
3. *Opdracht voor u zelf, houd het licht/luchtig!*

PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID



Filmpje: break free

Positieve Gezondheid:

Het bevorderen van 'veerkrachtig en betekenisvol leven'

.....

in een gezondheid-bevorderende omgeving!

GezondDorp





INSTITUTE
FOR POSITIVE
HEALTH



Dank voor jullie aandacht!

www.LimburgPositiefGezond.nl

www.mijnpositievegezondheid.nl

www.kind.mijnpositievegezondheid.nl