

# Programma 2diabeat 2021-2027

*Samen de opmars van diabetes type 2 stoppen!*



## Samen naar een gezondere wijk!

11-12-2023

### Initiatief van:



### In samenwerking met:



# Programma:

- ✓ Kennismaken met de 2diabeat aanpak
- ✓ Inspiratie uit de wijk
- ✓ Op naar een vliegende start!

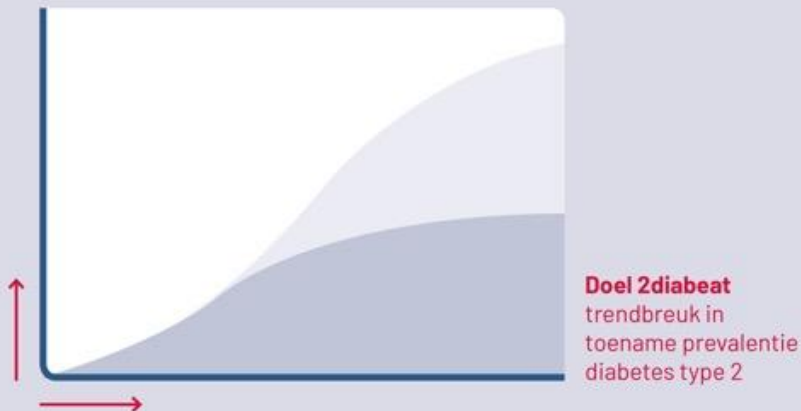


# Programma:

- ✓ *Kennismaken met de 2diabeat aanpak*
- ✓ Inspiratie uit de wijk
- ✓ Op naar een vliegende start!



## Samen de opmars van diabetes type 2 stoppen



**De verwachting is dat het aantal mensen met diabetes type 2 van 1,1 miljoen in 2020 zal toenemen tot 1,5 miljoen in 2040**

2019

**Handen ineenslaan** - met steun van VWS van start en onderdeel van Nationale Preventie Akkoord

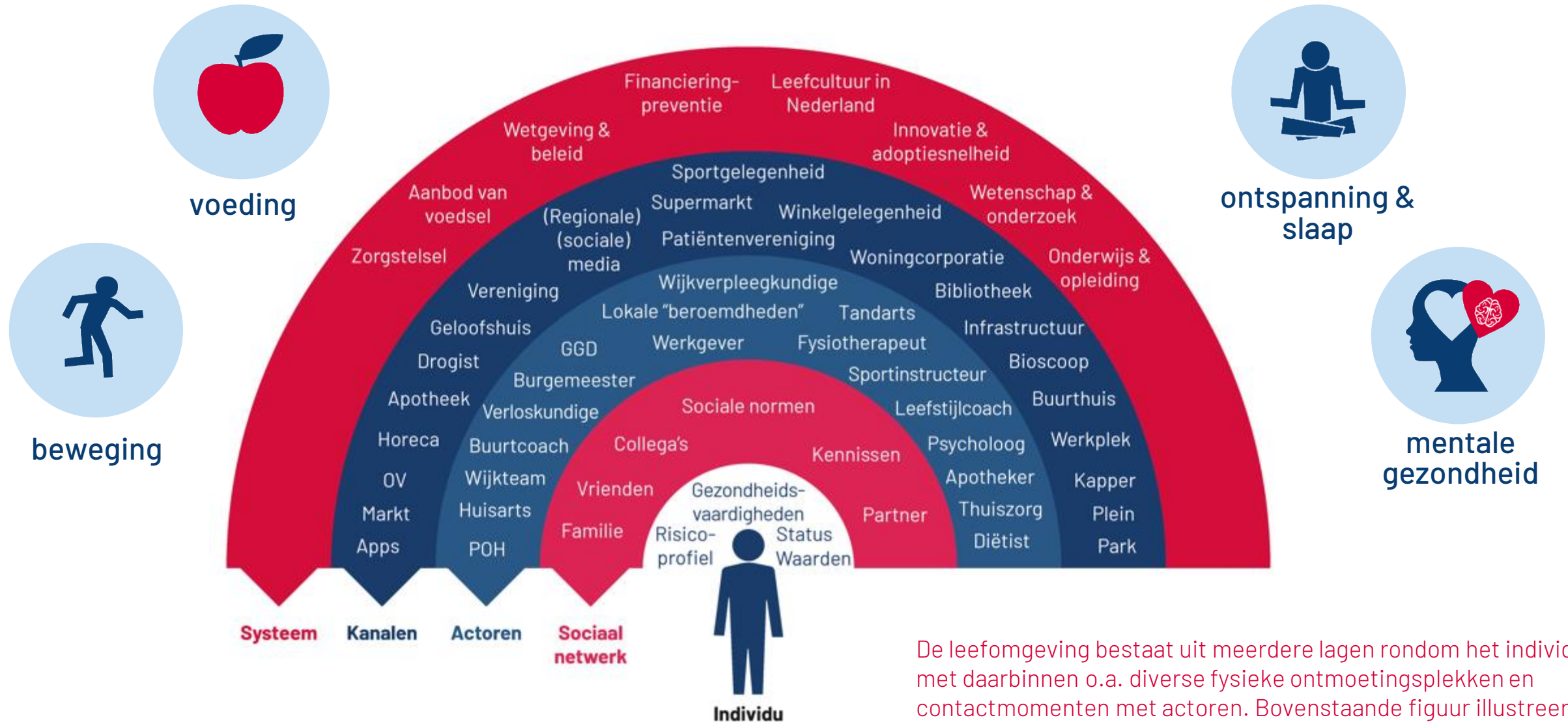
2020

**Aanpak ontwikkelen met het veld** - met experts, diverse organisaties, professionals en ervaringsdeskundigen. Ondersteund door onderzoek.

2021 - heden

**Aan de slag in de praktijk** - verkennen, uitvoeren en snel bijleren in wijken in Nederland

# De leefomgeving van het individu, in zijn of haar wijk, speelt een essentiële rol bij het aanmeten van een gezonde leefstijl



De leefomgeving bestaat uit meerdere lagen rondom het individu met daarin o.a. diverse fysieke ontmoetingsplekken en contactmomenten met actoren. Bovenstaande figuur illustreert hoe zo'n leefomgeving eruit zou kunnen zien

# De 2diabeat aanpak richt zich op het verbinden van actoren in de wijk om een steunend netwerk voor een gezonde leefstijl te creëren voor bewoners

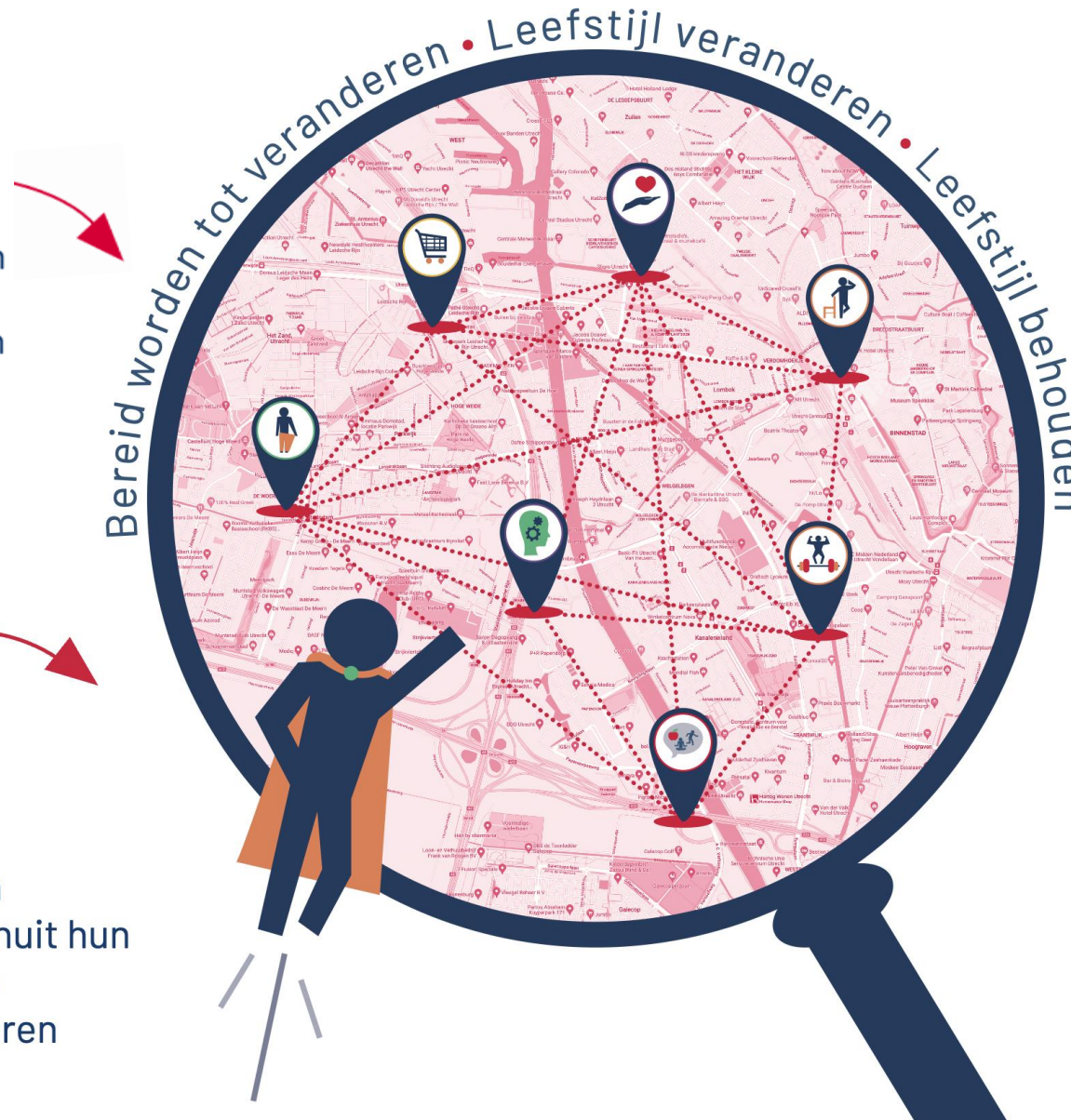


## 2diabeat aanpak

De 2diabeat aanpak richt zich op het verbinden van actoren in de wijk die vanuit hun bestaande rol in de wijk worden gestimuleerd een gezonde leefstijl te bevorderen voor wijkbewoners

## Lokale aanjager

De lokale aanjager is het aanspreekpunt in de wijk en ondersteunt actoren om vanuit hun bestaande rol in de wijk een gezonde leefstijl te bevorderen



Het steunend netwerk, ook wel de **Lokale preventie-infrastructuur**

- Een wijknetwerk waarin **actoren elkaar kennen, samenwerken en naar elkaar verwijzen**
- Zij maken het mogelijk dat **wijkbewoners zelfstandig aan de slag kunnen en passende ondersteuning vinden als zij dat nodig hebben**
- Doordat er een sterk wijknetwerk is, kunnen **passende interventies duurzaam landen** en worden wijkbewoners **gestimuleerd tot een gezonde leefstijl**

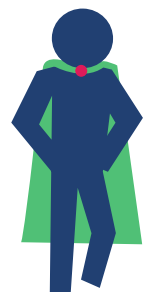
# Lokale implementaties (wijk/dorp) worden ondersteund door landelijke support, onder andere door middel van een leefstijlkaart, communityplatform en tools & inspiratie



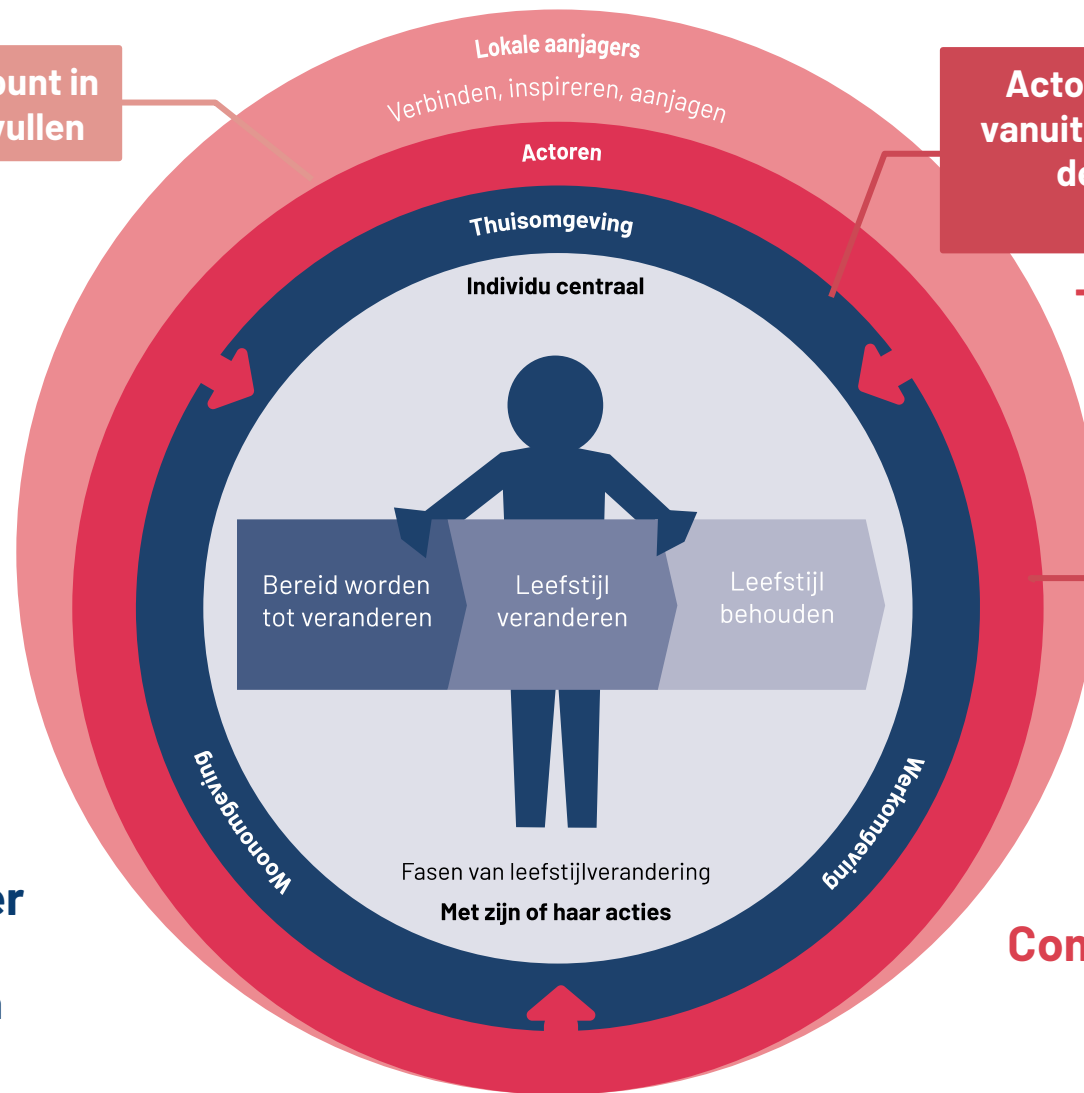
Lokale aanjager(s) zijn het aanspreekpunt in de wijk en helpen actoren hun rol vervullen



**Lokale aanjager**  
Verbindt en inspireert actoren



**Buddy aanjager**  
Wijkadviseur programmteam



Actoren krijgen hulp om vanuit hun bestaande rol in de wijk leefstijl te bevorderen

**Tools & inspiratie**

Actoren worden verbonden en uitwisseling van kennis en ervaring gestimuleerd

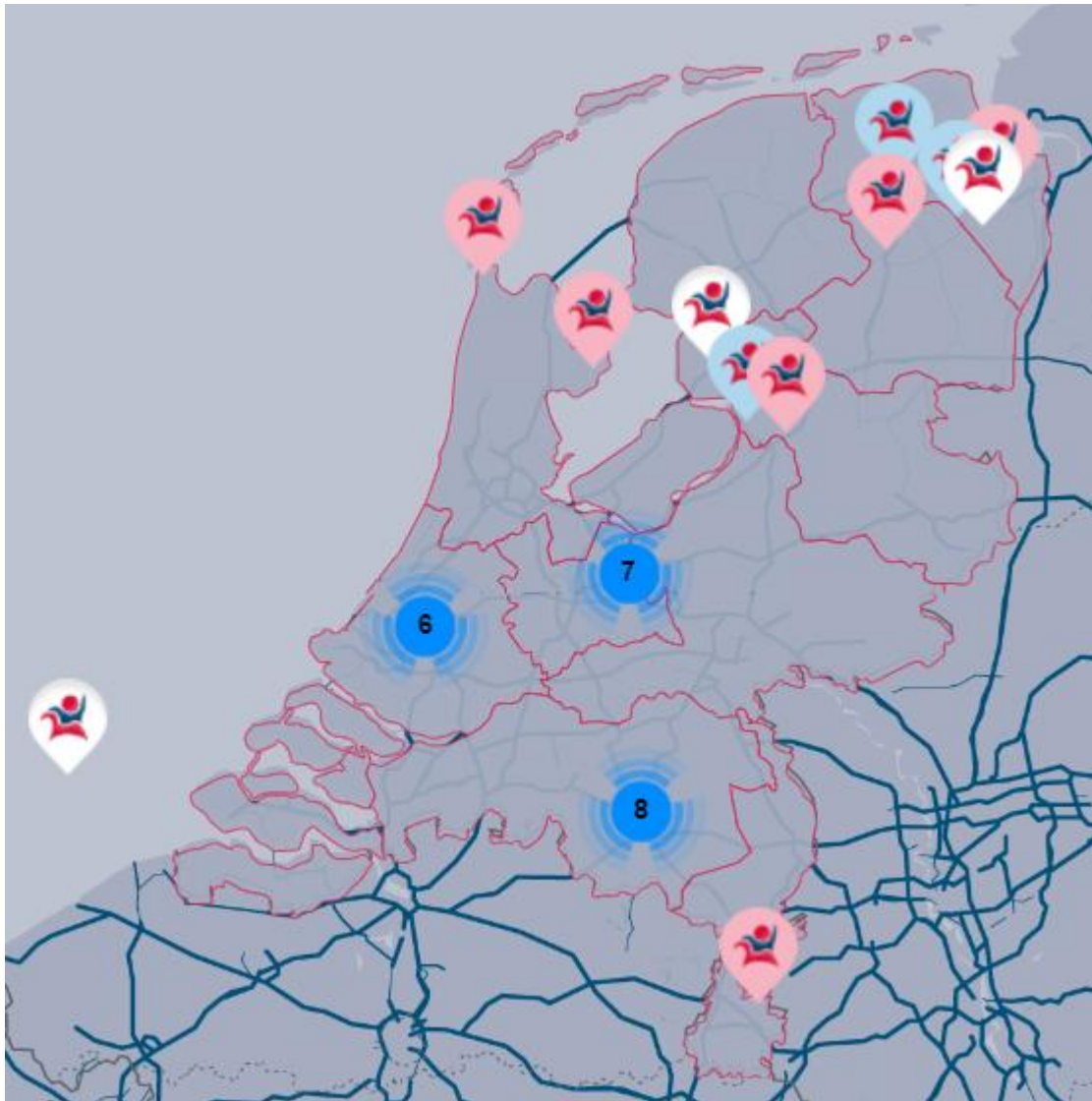
**Leer- en innovatienetwerk**

**Communityplatform**



**Leefstijlkaart**





### WIJKEN IN DE UITVOERINGSFASE:

Achtse Barrier, Eindhoven	Kamperpoort, Zwolle
Berkel, Lansingerland	Kortenhoef/Nederhorst, Wijdemeren
Berlicum Sint-Michiëlgestel	Loosdrecht, Wijdemeren
Best	Nieuw-Den Helder, Den Helder
Beverwaard, Rotterdam	Nieuw Pekela, Pekela
Binnenstad, Helmond	Nijmegen-Noord, Nijmegen
Bouwlust & Vrederust, Den Haag	Pittelo, Assen
Boxtel	Princenhof, Bovenkarspel
Centrum & Zuid, Brunssum	Schilderswijk, Den Haag
De Eng/Soest Midden, Soest	Sint Maarten
De Weijert, Groningen	Someren
Eckart-Vaartbroek, Eindhoven	Sorghvliet, Veendam
Emmeloord, Emmeloord	Strijp, Eindhoven
Feijenoord, Rotterdam	Winschoten, Oldambt
Flevowijk/de Maten, Kampen	Woerden
Geitenkamp, Arnhem	Zuid, Amersfoort



# Programma:

- ✓ Kennismaken met de 2diabeat aanpak
- ✓ *Inspiratie uit de wijk*
- ✓ Op naar een vliegende start!





# Positief Gezond in Nieuw Den Helder

Marijke de Wijs - Aanjager



Waarom wil je dit doen?

Hoe ga je dit doen?

Wat ga je doen om het doel te behalen?

# Op zoek naar actoren





Rondje door de wijk  
met de wethouder

# Startbijeenkomst organiseren



# Plan van aanpak schrijven




# Behoeftepeiling uitzetten

- Welke vragen?
- Open vragen en meerkeuze vragen?
- Houd het simpel
- Houd het kort
- Verschillende talen
- Uitleg
- Verspreiden



Wie/wat nog meer inlichten/benaderen



A misty, teal-toned landscape with mountains and a lake. The scene is hazy and atmospheric, with the mountains and trees reflected in the calm water. The overall color palette is dominated by various shades of blue and green, creating a serene and ethereal mood.

Buurthuizen  
Volkstuinen  
Moskee/kerken  
Media  
Radio lokaal

# Spreekuur in de wijk



En dan ..... behoefte wijkbewoners realiseren samen  
met de wijkbewoners



# Tips

- Plan met regelmaat een overleg/teams in met de actoren
- Zorg dat er wijkbewoners bij het overleg aanwezig zijn
- Vraag de actoren wat zij kunnen betekenen voor de wijk
- Zet een gezondheidsmarkt op
- Maak een website voor de wijk
- Start een facebookpagina
- Maak een wijk-app
- Zorg dat je bereikbaar bent voor de wijkbewoners
- Maak een mooi logo met eigen naam



**Positief gezond in**  
**Nieuw Den Helder**

BEDANKT



# Programma:

- ✓ Kennismaken met de 2diabeat aanpak
- ✓ Inspiratie uit de wijk
- ✓ *Op naar een vliegende start!*





**1. Wat is jouw ambitie?** – dat is waar het allemaal begint.

**2. Hoe betrek ik anderen?** – samen kun je nóg meer betekenen voor de inwoners in jouw wijk.

**3. Aan de slag\*** – verbinden, verkennen en verschil maken.

**\*Hulp vragen mag!** Vanuit **2diabeat** ondersteunen we wijken bij het **bottom-up versterken van het lokale netwerk** en te werken vanuit de **behoeften van de inwoners**.

**Deze 4 basisvragen bieden handvatten voor een goed gesprek:**

1. Wat vind je van de **huidige situatie** in de wijk?  
Welke **aandachtspunten** zie je?
2. Wat is voor jou de **gewenste situatie**?  
Welke **kansen** zie je?
3. Heb je **eerder iets geprobeerd of bijgedragen** om de huidige situatie te veranderen?
4. Wat **is er in de wijk al aanwezig** waar we direct gebruik van kunnen maken?

### Opdracht:

1. Stel jezelf de 4 basisvragen en schrijf de antwoorden op jouw eigen ambitiekaart.
2. Noteer welke soorten actoren\* uit jouw wijk ook betrokken zouden moeten worden.
3. Met welke 3 personen uit jouw eigen netwerk kun je al gemakkelijk contact opnemen?

\*Met actoren wordt bedoeld: iedereen die vanuit zijn/haar bestaande rol kan bijdragen aan een gezondere wijk.

### Deze 4 basisvragen bieden handvatten voor een goed gesprek:

1. Wat vind je van de **huidige situatie** in de wijk?  
Welke **aandachtspunten** zie je?
2. Wat is voor jou de **gewenste situatie**?  
Welke **kansen** zie je?
3. Heb je **eerder iets geprobeerd of bijgedragen** om de huidige situatie te veranderen?
4. Wat **is er in de wijk al aanwezig** waar we direct gebruik van kunnen maken?

# Programma 2diabeat 2021-2027

*Samen de opmars van diabetes type 2 stoppen!*



## Samen naar een gezondere wijk!

11-12-2023

**Vind meer informatie over 2diabeat op:**

**[www.2diabeat.nl](http://www.2diabeat.nl)**

**Geïnteresseerd in de aanpak?**

**Neem dan contact op met:**

**Lhendriks@2diabeat.nl**