

ALLIANTIE

GEZONDHEIDS-  
VAARDIGHEDEN

# STOOMCURSUS: INTRODUCTIE IN GEZONDHEIDSVAARDIGHEDEN EN DE ALLIANTIE

ALLIANTIE GEZONDHEIDSVAARDIGHEDEN

SEPTEMBER 2024

# EVEN VOORSTELLEN



Coryke van Vulpen

Gezondheidswetenschapper, MSc

Achtergrond in kwaliteit van zorg (o.a. patiëntervaringen)

Strategisch adviseur gezondheidsvaardigheden bij  
Pharos, expertisecentrum gezondheidsverschillen

Coördinator van de Alliantie Gezondheidsvaardigheden

# EVEN VOORSTELLEN



**Gudule Boland**

Sociaal-geograaf, dr

Achtergrond in ontwikkelingssamenwerking, begrijpelijke taal, en onderzoek

Strategisch adviseur persoonsgericht werken in de zorg bij Pharos, expertisecentrum gezondheidsverschillen

Thema's: palliatieve zorg, medicijngebruik, samen beslissen, inclusief onderzoek

# PROGRAMMA

- Inleiding gezondheidsvaardigheden
- Over Alliantie Gezondheidsvaardigheden
- Vragen

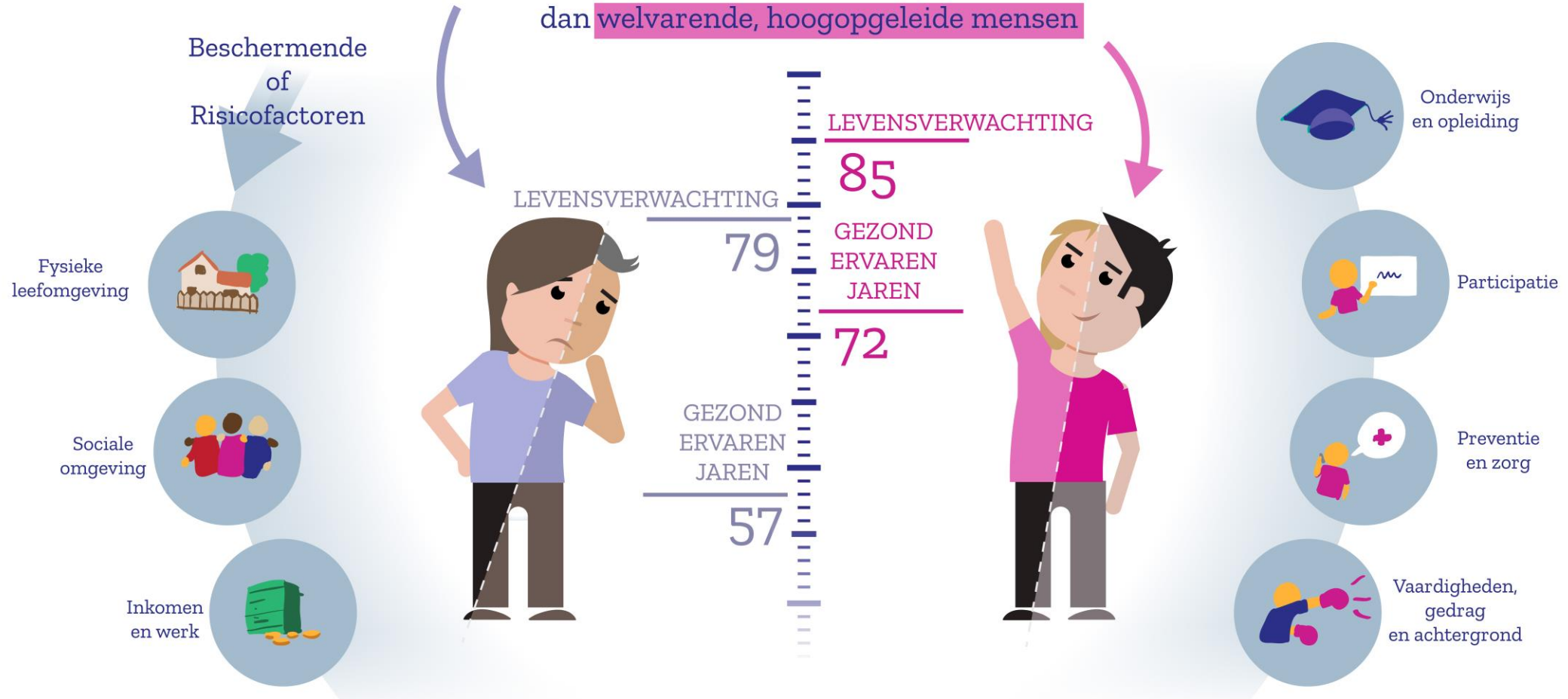
# 1. INLEIDING GEZONDHEIDSVAAARDIGHEDEN



# (Niet) even lang en gelukkig

Armere mensen met (vaak) een praktische opleiding leven gemiddeld zes jaar korter

dan welvarende, hoogopgeleide mensen



# DEFINITIE GEZONDHEIDSVAARDIGHEDEN

De vaardigheden om informatie over gezondheid te **vinden, begrijpen, beoordelen** en **toepassen** bij het nemen van beslissingen over de gezondheid.

*Bron: Sørensen K, Van den Broucke S, Fullam J, Doyle G, Pelikan J. et al.. (HLS-EU). Consortium Health Literacy Project Europe. Health Literacy and public health: a systematic review and integration of definitions and models. BMC Public Health, 2012; 25: 12:80.*

# DRIE TYPEN VAARDIGHEDEN

## ***1. Functioneel***

Bijvoorbeeld lezen en schrijven, rekenen, zoeken op internet

## ***2. Interactief of communicatief***

Bijvoorbeeld begrijpend lezen, abstract denken, hoofd- van bijzaken scheiden, reflecteren

## ***3. Kritisch***

Bijvoorbeeld toepassen van informatie, ordenen, vooruitdenken, prioriteiten stellen



# DRIE TYPEN VAARDIGHEDEN

**1. Functioneel - dit is de groep mensen die laaggeletterd is**  
Bijvoorbeeld lezen en schrijven, rekenen, zoeken op internet

**2. Interactief of communicatief**

Bijvoorbeeld begrijpend lezen, abstract denken, hoofd- van bijzaken scheiden, reflecteren

**3. Kritisch**

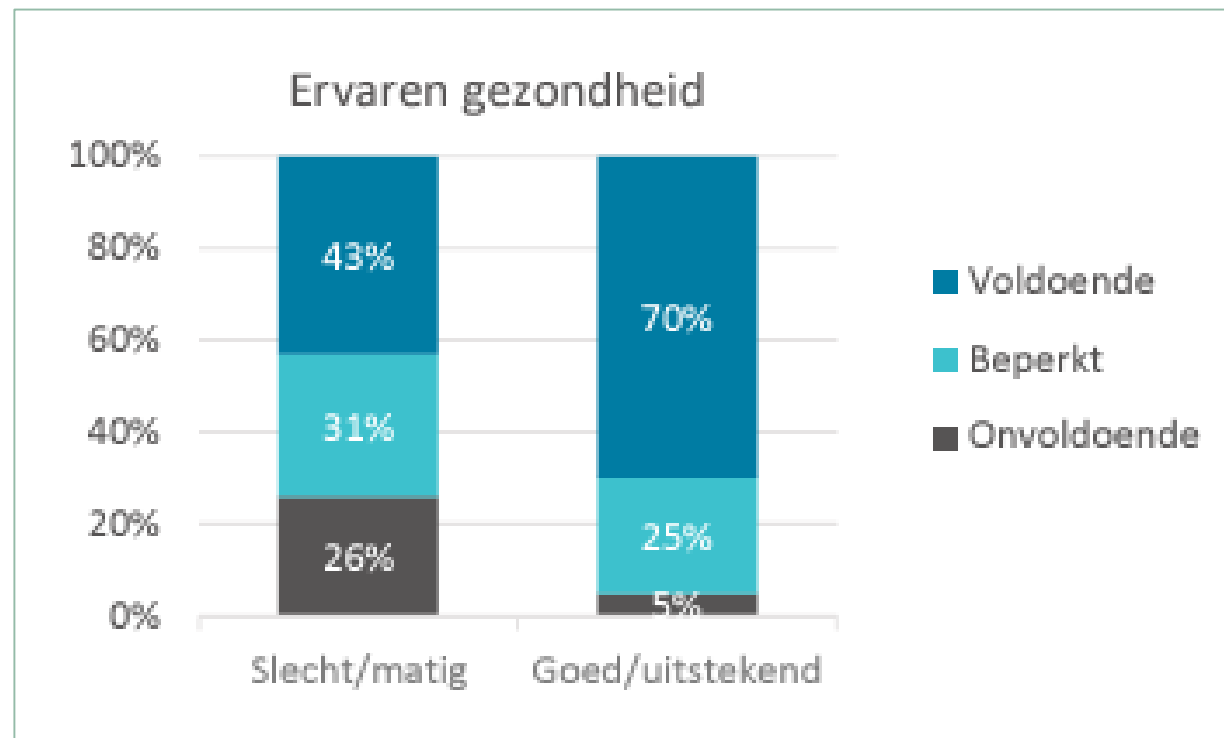
Bijvoorbeeld toepassen van informatie, ordenen, vooruitdenken, prioriteiten stellen



**2,5 miljoen**  
Nederlanders zijn laaggeletterd

# CIJFERS EN ERVAREN GEZONDHEID

Eén op de drie  
volwassenen  
in Nederland heeft  
beperkte  
gezondheidsvaardigheden  
(cijfers 2023).



*Bron: Heijmans, M., Cariot, L., Brabers, A., Rademakers, J. Infographic. Eén op de drie Nederlanders heeft onvoldoende of beperkte gezondheidsvaardigheden - feiten en cijfers 2023. Utrecht: Nivel, 2024. 3 p.*

# GEVOLGEN (VOOR MENSEN)

Mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden hebben bijvoorbeeld moeite met:

- de weg vinden in de zorg
- zoeken op het internet (digitale vaardigheden)
- (uitnodigings)brieven, folders, websites, formulieren en mails begrijpen
- medicijnen op de juiste manier innemen
- gesprekken met zorgverleners voeren
- klachten adequaat en in chronologische volgorde benoemen
- uitleg en adviezen over zorg en preventie begrijpen en in praktijk brengen
- een behandelplan of revalidatieplan begrijpen
- eigen doelen stellen, leven (re)organiseren

## GEVOLGEN (OP POPULATIENIVEAU)

- Meer gebruikmaken van met name huisartsenzorg
- Kwaliteit van zorg is minder goed / minder passend
- Gemiddeld slechtere gezondheidsuitkomsten
- Minder zelfmanagement
- Hoger medicijngebruik en fouten bij gebruik van medicijnen

# GEVOLGEN



[Link naar de video](#)

# DISCUSSIE

Wat ging er mis in dit filmpje?

Hoe (en door wie) had dit voorkomen kunnen worden?

# OPLOSSINGEN

Twee sporen:

- Toegankelijke en begrijpelijke preventie en zorg (en dat vraagt om ‘gezondheidsvaardige organisaties’)
- Verbeteren van (gezondheids)vaardigheden van patiënten

# VOORBEELDEN VAN WERKEN AAN GEZONDHEIDSVAARDIGHEDEN





## De 10 kenmerken van een begrijpelijke organisatie

Dit model is samengesteld door Pharos en is gebaseerd op diverse internationale modellen voor Health Literate Care Organisations (Brach et al. en Vienna-HLO model)



# ALRIJNE ZIEKENHUIS

## de 'belofte om begrijpelijke taal te gebruiken'

- week van lezen en schrijven
- campagne om artsen en verpleegkundigen aan te moedigen begrijpelijk te communiceren



Alrijne Ziekenhuis

10.879 volgers

1 w • 

+ Volgen

Maar liefst 1 op de 6 mensen heeft moeite met lezen en schrijven. Nog meer mensen hebben beperkte gezondheidsvaardigheden. Daarom vragen deze artsen en verpleegkundigen deze week aandacht voor eenvoudige communicatie in ons ziekenhuis. Doe jij ook mee? Welk woord ga jij vervangen?

[#weklezenenschrijven](#)



# Platform Uitkomstgerichte Zorg

- [www.platformuitkomstgerichtezorg.nl](http://www.platformuitkomstgerichtezorg.nl)
- opleidingsmateriaal over samen beslissen, bijvoorbeeld e-learning
- filter ‘mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden’

# mProve-ziekenhuisgroep

## beeldverhaal ‘nuchter blijven’

- wat betekent ‘nuchter’ voor iemand die laaggeletterd is?
- uitleg d.m.v. beeld en tekst op A2-niveau

### NIET ETEN EN DRINKEN VOOR DE OPERATIE



1  
U heeft nog meer dan 6 uur tot u naar het ziekenhuis gaat.  
U mag nog 1 boterham of 1 beschuit eten.  
U mag nog drinken.

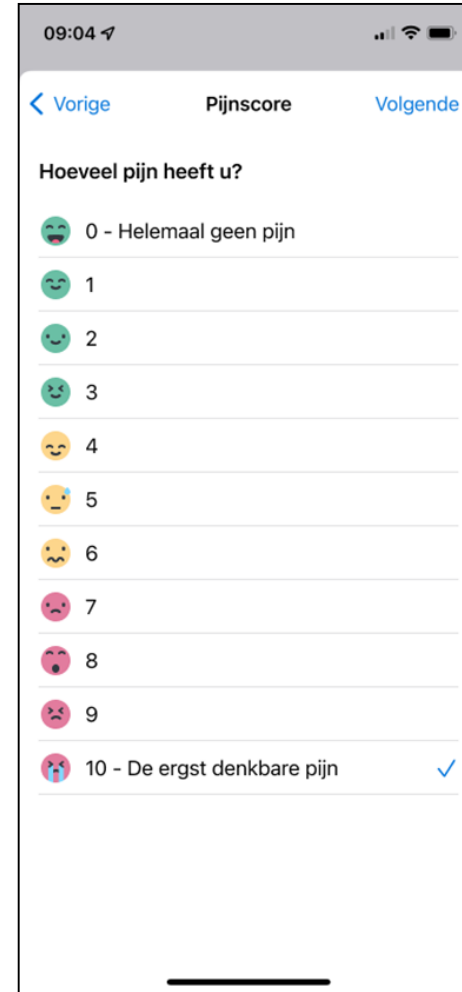


2  
Over 6 uur gaat u naar het ziekenhuis.  
Vanaf nu mag u niets eten.



3  
Over 6 uur gaat u naar het ziekenhuis.  
Vanaf nu mag u **geen** melk, frisdrank of alcohol drinken.

# GEEF JE PIJN EEN CIJFER – VOOR EN NA TESTEN



# ZO SCHAKELT U EEN TOLK IN



Nu nog de  
financiering voor  
iedereen!

*Tolken terug in de zorg, alstublieft*

ALLIANTIE

GEZONDHEIDS-  
VAARDIGHEDEN

## Beste collega zorgverlener,

Ja, het roer is om! De minister van VWS heeft op 1 februari zwart op wit gezet dat wij professionele tolken moeten inschakelen als dit *'noodzakelijk is om goede zorg te kunnen verlenen'*, omdat anders *'de kwaliteit van zorg in het geding kan komen'*. Wij en onze patiënten hebben er dus gewoon recht op. Wat een prachtig resultaat van de campagne die Simone Goosen al een dik jaar aan het voeren is.

Over de financiering van tolken is de minister jammer genoeg niet zo helder, al schrijft ze wel dát financiering geregeld moet worden. Maar gelukkig kunnen wij zorgverleners nu aanspraak maken op een tolk als er sprake is van een taalbarrière. Gewoon doen. Want als je eenmaal een tolk hebt ingeschakeld, en de waarde van een tolk hebt ervaren, dan kun je niet meer zonder.

Toen ik tien jaar geleden voor het eerst een tolk inschakelde moest ik een behoorlijke drempel over. Op dat moment wist ik maar één ding: ik moet en ik wil dit kind helpen, want ieder mens heeft recht op goede zorg. Dus greep ik de tolkentelefoon. Ik had totaal geen ervaring met hoe je zo'n gesprek aanpakt en ik weet ook nog goed hoe knullig ik me voelde. Ik wist niet eens hoe ik me moest voorstellen. Hoe ik de leiding moest nemen. Hoe ik steeds ruimte moest bieden aan de tolk en aan het anderstalige kind en de ouder.

Ja, een gesprek met een tolk duurt langer, en kost extra concentratie en inspanning, elke keer weer. Maar de keren dat ik inschatte dat ik het wel alleen afkon, kreeg ik de rekening gepresenteerd. Tijdens het volgende consult kon ik weer opnieuw beginnen. De waarde van een tolk is zo evident. Want een tolk tolkt niet alleen, die brengt ook ervaring mee. Die begrijpt culturele nuances die mij als Nederlandse makkelijk ontgaan. En die zijn soms cruciaal.

Dit mag iedereen weten!



*...voor het verlenen van goede zorg?*

## Gebruiksaanwijzing

Tolk voor apothekers

Tolk voor geboortezorg

Tolk voor GGD'en en JGZ-organisaties

Tolk voor GGZ-zorg

Tolk voor huisartsenzorg

Tolk voor paramedische zorg

Tolk voor tandartsen

Tolk voor WMO en jeugdzorg


Tolk voor ziekenhuiszorg

Overige

# INFORMATIEKAARTEN OVER PALLIATIEVE EN TERMINALE ZORG

### Wat gebeurt er als iemand doodgaat

**Als je vragen hebt:**  
Maak een afspraak met je huisarts en praat er samen over.




Je bent erg ziek en je gaat dood aan jouw ziekte. Je bent aan het einde van je leven.  
Op deze kaart staat wat er gebeurt als je doodgaat. Dit gaat bij iedereen anders. Maar wat op deze kaart staat, gebeurt bij veel mensen.

1

### Vragen over leven en dood als je niet meer beter wordt

Praten met een geestelijk verzorger

**Als je vragen hebt:**  
Je huisarts kan je het telefoonnummer van een geestelijk verzorger geven.




Ben je erg ziek en ga je dood aan jouw ziekte? Je kunt dan verdrietig zijn of bang. Of onrustig of boos. Maar misschien heb je er vrede mee dat het leven bijna over is. Met een geestelijk verzorger kun je praten over dingen die je denkt of voelt. Dat kan ook met familie of vrienden, maar een geestelijk verzorger luistert anders. En stelt andere vragen. Een geestelijk verzorger hoort niet bij een kerk, moskee of tempel. Sommige geloven zelf wel, anderen niet.

2

### Reanimatie

**Als je vragen hebt:**  
Maak een afspraak met je huisarts en praat er samen over.




Bij een hart-stilstand stopt je hart met kloppen. Je hart pompt geen bloed meer door je lichaam. Er komt geen zuurstof meer bij je hersenen. Je hebt hulp nodig, anders ga je dood. Van een hart-stilstand voelt iemand meestal niet zo veel. Het gaat erg snel. Vaak gebeurt het als iemand slaapt. Reanimatie kan het hart weer laten kloppen. Bij reanimatie drukt iemand hard op je borst. Ook blaast deze persoon zuurstof in je mond.

1

### Doodgaan met hulp van een arts

Dit heet euthanasie

**Als je vragen hebt:**  
Maak een afspraak met je huisarts en praat er samen over.




Een arts kan jou medicijnen geven waar je van doodgaat. Dit heet euthanasie. Denk je wel eens over doodgaan met hulp van een arts? Praat er-over met je partner, familie of vrienden. Maak ook een afspraak bij de huisarts om er-over te praten. Hulp bij het doodgaan kan niet zo-maar. Er zijn strenge regels.

1

### Het geven van een medicijn waardoor een patiënt zijn klachten niet meer voelt

Dat noemen we palliatieve sedatie

**Heeft u hier vragen over? Of heeft u andere vragen? Bel dan uw eigen huisarts.**




Iemand die gaat overlijden kan veel pijn hebben. Of erg moe zijn. Soms is iemand ook onrustig en bang. Het is naar voor de patiënt en voor de familie. Gewone medicijnen helpen niet meer goed. De huisarts kan helpen.

1

### Ademen met hulp van een machine op een IC

**Heeft u hier vragen over? Of heeft u andere vragen? Bel dan uw eigen huisarts.**



Bij ziektes kan er te weinig zuurstof in het bloed komen. Dat is niet goed. Soms voelt de patiënt zich benauwd. Een be-ademings-machine kan het ademen dan overnemen. Dit kan alleen in het ziekenhuis op de IC. IC is de afkorting voor Intensive Care. Dit is een afdeling voor heel zieke patiënten. Het is zwaar om lang be-ademd te worden op de IC. Denk goed na of u dit wilt of niet, want de meeste patiënten worden niet meer zo gezond als vroeger.

1





## [www.huisarts-migrant.nl](http://www.huisarts-migrant.nl)

Dé website voor huisartsen en andere zorgverleners met vragen over zorg en gezondheid voor migranten, vluchtelingen en patiënten met beperkte gezondheidsvaardigheden.

# Persoons- gerichte zorg voor iedereen

M.E.T.C. van den Muijsenbergh  
E. Oosterberg

Met aandacht voor sociale  
omstandigheden en etnische diversiteit  
in de huisartsenpraktijk

Geheel  
herziene  
editie

PRELUM | nhg | PHAROS

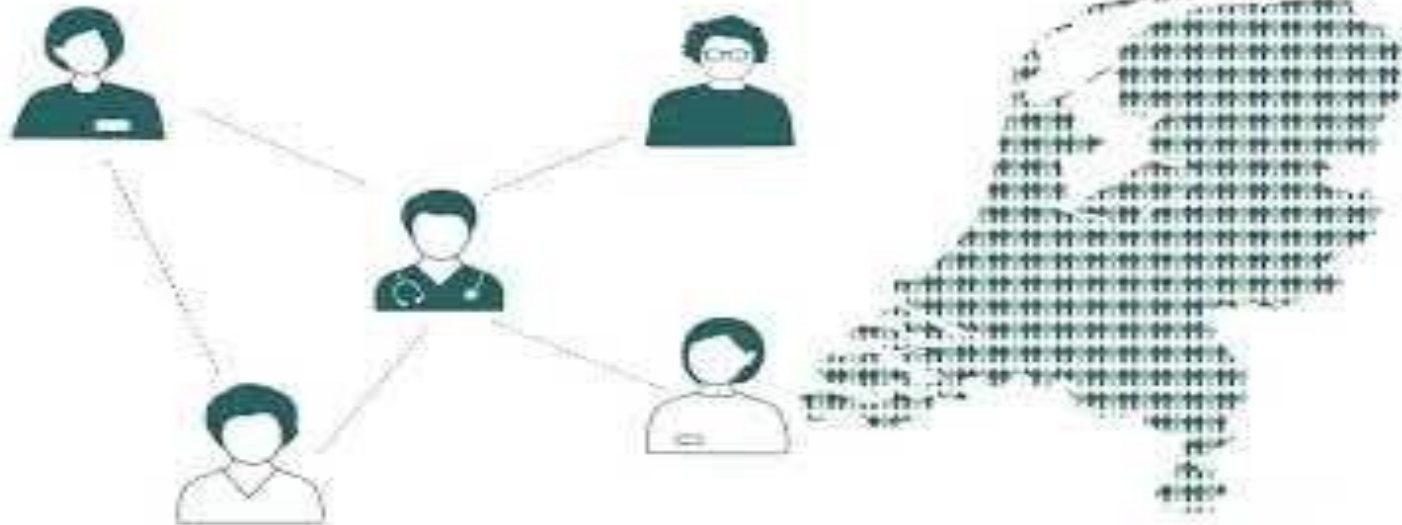
## TEN SLOTTE

**Denk bij alles wat je doet: ‘Gaat dit de gezondheidsverschillen verkleinen?’**

**Laaggeletterdheid en beperkte gezondheidsvaardigheden zijn geen losse onderwerpen, maar onderdeel van alles in de zorg.**

## 2. OVER DE ALLIANTIE GEZONDHEIDSVAAARDIGHEDEN





# DOELEN ALLIANTIE



Agenderen thema  
gezondheidsvaardigheden



Het uitwisselen van kennis, instrumenten  
en direct inzetbare materialen. Inspireren.



Het bevorderen van samenwerken  
(o.a. via de werkgroepen)

# KLOOF IN COMMUNICATIE

TUSSEN AANBIEDER EN ONTVANGER

De alliantiepartners werken aan twee kanten van de oplossing:

- Toegankelijke en begrijpelijke preventie en zorg
- Ondersteunen van (gezondheids)vaardigheden



# MIDDELEN EN ACTIVITEITEN



- [www.gezondheidsvaardigheden.nl](http://www.gezondheidsvaardigheden.nl)
- Sociale media platforms
- Nieuwsbrieven
- Netwerkbijeenkomsten
- Webinars
- Inspiratiegroepen (voorheen werkgroepen)

WEBSITE:  
[WWW.GEZONDHEIDSVAARDIGHEDEN.NL](http://WWW.GEZONDHEIDSVAARDIGHEDEN.NL)





## AAN DE SLAG

### Instrumenten en hulpmiddelen



AGENDEREN



BELEID



GESPREKSVAARDIGHEDEN



INCLUSIEF ONDERZOEK



GEZONDHEIDSVAADIGHEDEN  
METEN



GEZONDHEIDSVAADIGHEDEN  
VERBETEREN



MATERIAAL MAKEN



MATERIAAL TESTEN



PRAKTIJKCHECK



ZORGONDERWIJS

## RAADPLEGEN

Database met  
begrijpelijke materialen



Gezond praten met je dokter



Beeldverhalen opvoedinformatie



Beeldverhalen opvoedproblemen



Animatievideo's over hart- en vaatziekten



Animatievideo's radiologische onderzoeken



Video's: zelfmanagement en gezondheidsvaardigheden



Instructievideo's over medicijnen



Video's over urologische problematiek



Video's uitleg longziektes

# PARTNERS

Ruim 150 partners, zeer divers:

zorginstellingen, patiëntenverenigingen,  
onderwijsinstellingen, beroepsorganisaties, gemeenten en  
GGD'en, kenniscentra, fondsen, onderzoeksinstituten,  
belangenorganisaties en ontwerp- en communicatiebureaus



# EEN GREEP UIT DE PARTNERS

## GEMEENTEN EN GGD'EN

---



GGD Zuid Limburg



GGD Gelderland Zuid



Gemeente Hoogeveen



GGD Haaglanden

## PATIËNTENVERENIGINGEN

---



Nationale Vereniging ReumaZorg  
Nederland



het LSR



Patiëntenfederatie Nederland



Nierpatiënten Vereniging  
Nederland

## ZORGORGANISATIES

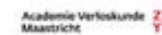
---



Burgerkracht Limburg



UMC Utrecht



Academie Verloskunde Maastricht,  
Zuyd Hogeschool, Faculteit  
Gezondheidszorg



Amsterdam UMC

## ONDERWIJSINSTELLINGEN

---



Hogeschool Utrecht



Fontys Hogeschool HRM en  
Psychologie



afdeling  
Gezondheidswetenschappen Vrije  
Universiteit



Taal voor allemaal

# COÖRDINATIE

Coördinatie en communicatie:



Bereikbaar via: [gezondheidsvaardigheden@pharos.nl](mailto:gezondheidsvaardigheden@pharos.nl)

Coördinator: Coryke van Vulpen (strategisch adviseur gezondheidsvaardige organisaties bij Pharos)

# STUURGROEP:

Anoek Meijer (Samen Gezond Bouwen)

Coryke van Vulpen (Pharos) (voorzitter)

Janneke Veeze (NHG)

Linda Daniels - van Saase (Patiëntenfederatie)

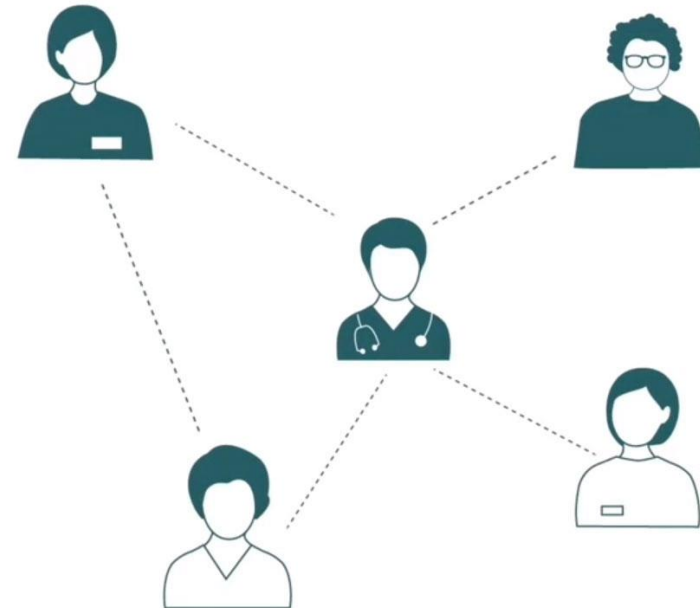
Mirjam Fransen (Amsterdam UMC)

Monique Heijmans (NIVEL)

Wilfred Dijkstra (Alles is Gezondheid)

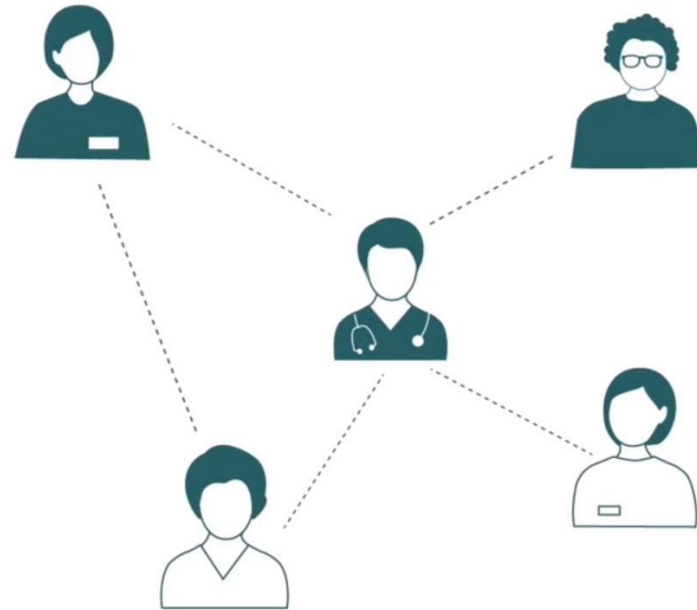
# INSPIRATIEGROEPEN

- Inclusiviteit en participatie
- Opleiding en Onderwijs
- Wetenschappelijk Onderzoek
- Ziekenhuizen en klinieken
- Taal maakt gezonder
- Digitale zorgtoepassingen
- Gezondheidsvaardige GGD'en (in oprichting)



# INSPIRATIEGROEPEN

- Inclusiviteit en participatie
- Opleiding en Onderwijs
- Wetenschappelijk Onderzoek
- **Ziekenhuizen en klinieken**
- Taal maakt gezonder
- Digitale zorgtoepassingen
- Gezondheidsvaardige GGD'en (in oprichting)





# INSPIRATIEGROEP ZIEKENHUIZEN & KLINIEKEN

## 2023: vier online informatie-uren

- Digitale communicatie
- Samenwerking rond patiënteninformatie
- Scholing en training van personeel
- Kritieke momenten: ontslag uit ziekenhuis of kliniek

Verslagen vind je onder nieuws

**2024: MST is er voor iedereen op 19 november (regio oost-Nederland)**



**MST IS ER VOOR IEDEREEN: KENNISDAG  
OVER GEZONDHEIDSVAARDIGHEDEN**

Dinsdag 19 november 2024  
11:00 - 16:30 uur  
Medisch Spectrum Twente, Enschedé

Meld je aan!



ALLIANTIE  
GEZONDHEIDS-  
VAARDIGHEDEN

**Aanmelden via de website van de Alliantie**

# PARTNER WORDEN?



## Intentieverklaring Alliantie Gezondheidsvaardigheden

### Achtergrond

1. Gezondheidsvaardigheden zijn de competenties om informatie over gezondheid te kunnen vinden, begrijpen en toepassen.
2. Eén op de drie volwassenen in Nederland heeft (zeer) beperkte gezondheidsvaardigheden.
3. 2,5 miljoen volwassenen in Nederland zijn laaggeletterd. Zij hebben moeite met lezen, schrijven en rekenen en kunnen daarom niet goed functioneren in onze maatschappij.
4. Geletterdheid is een belangrijke functionele gezondheidsvaardigheid. Dit valt onder de zogenoemde functionele vaardigheden (lezen en schrijven, rekenen, informatie verwerken). Andere gezondheidsvaardigheden zijn, volgens de brede definitie die de Alliantie hanteert: interactieve en psychologische vaardigheden (abstract denken, reflecteren, heldere communicatie, zelfvertrouwen, motivatie) en kritisch vermogen (het vermogen om eigen regie te voeren, zelfmanagement, medicijngebruik, adviezen in eigen bestaan in te passen).
5. Mensen met (zeer) beperkte gezondheidsvaardigheden zijn vaker chronisch ziek, hebben vaker een ongezonde leefstijl, maken meer gebruik van de zorg en minder van preventieve voorzieningen. Zij leven korter en ook de kwaliteit van leven in de laatste jaren is minder.
6. We mogen het als samenleving niet accepteren dat mensen niet voldoende kunnen meedoen en daardoor gezondheidsschade lijden.
7. De gezondheidsvaardigheden van een individu staan altijd in relatie tot wat wij als samenleving van mensen vragen. Het aanbod van zorg en welzijn is niet voor iedereen toegankelijk. Het is belangrijk om te blijven werken aan het verbeteren van vaardigheden. Anderzijds kan de oplossing van dit probleem niet uitsluitend bij het individu worden gezocht. Het is belangrijk dat op het niveau van professionals, organisaties en systeem gewerkt wordt aan verbetering van begrijpelijk- en toegankelijkheid.

# JE ORGANISATIE MEEKRIJGEN

## HEALTH LITERACY CHAMPIONS IN BEELD

Onderzoek naar Health literacy champions bij de transitie  
naar een gezondheidsvaardige organisatie

Beroepsproduct afstuderen 2024



<b>Naam:</b>	Suzelot Houtschild
<b>Studentnummer:</b>	1785390
<b>E-mailadres:</b>	Suzelot.houtschild@student.hu.nl
<b>Organisatie:</b>	Pharos, Hogeschool Utrecht
<b>Team:</b>	Programma begrijpbare informatie & digitale vaardigheden
<b>Praktijkbegeleider:</b>	Coryke van Vulpen, Isabelle Konst
<b>Periode:</b>	05-02-2024 t/m 23-06-2024
<b>Opleiding:</b>	8 Management in de Zorg voltijd
<b>Docentbegeleider:</b>	Boudewijn Visscher
<b>Cursuscode</b>	Afstudeerfase GZO-4-V-AFST-20 VOLTUD

Onderzoek over Health Literacy Champions: aanjagers van het thema gezondheidsvaardigheden.

Link:

[https://www.pharos.nl/wp-content/uploads/2024/08/Scriptie-Health-literacy-champions\\_Suzelot-Houtschild\\_082024.pdf](https://www.pharos.nl/wp-content/uploads/2024/08/Scriptie-Health-literacy-champions_Suzelot-Houtschild_082024.pdf)

# JE ORGANISATIE MEEKRIJGEN



## **Nieuwe e-learning**

Het thema gezondheidsvaardigheden  
op de kaart zetten in je organisatie

Duur : 2 uur

Kosten : geen

Link:

<https://www.pharos.nl/nieuws/nieuwe-e-learning-het-thema-gezondheidsvaardigheden-op-de-kaart-zetten-in-je-organisatie/>

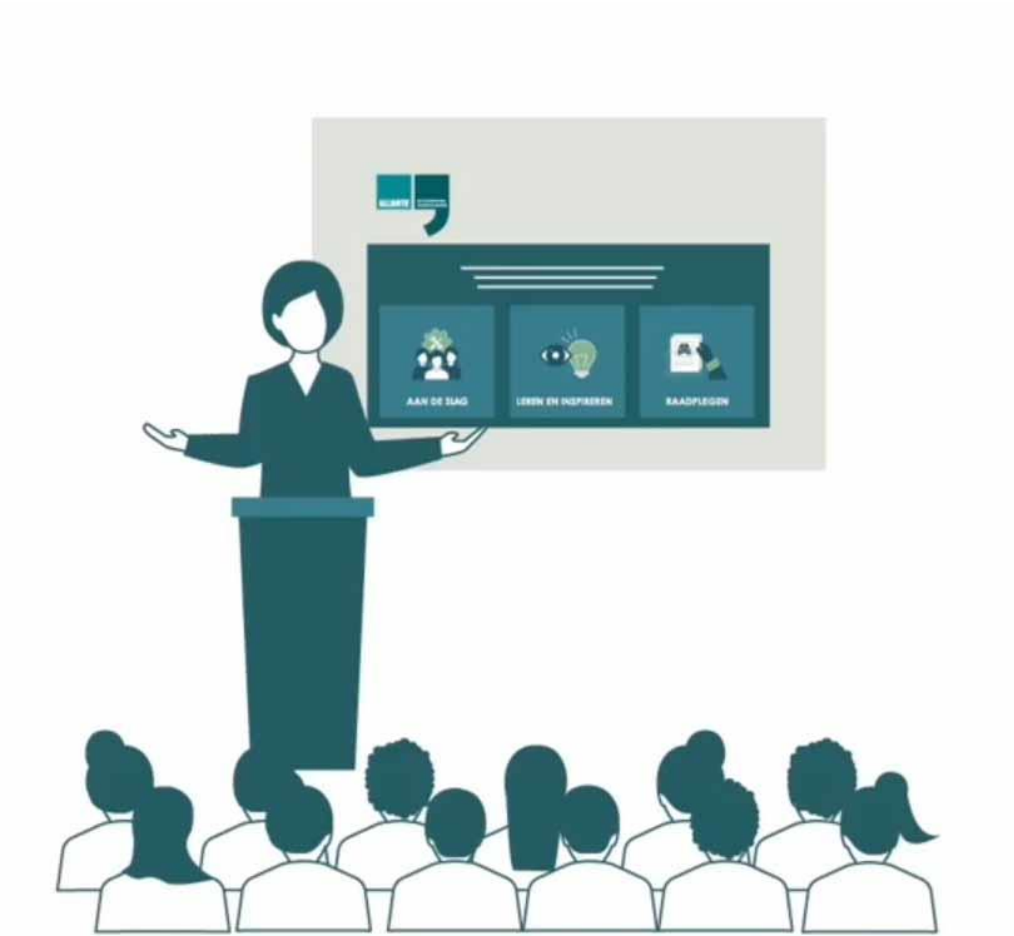
# VERDER PRATEN?

MELD JE AAN BIJ ONZE BESLOTEN LINKEDIN GROEP.

VOLG ONS OP LINKEDIN: [WWW.LINKEDIN.COM/COMPANY/ALLIANTIEGEZONDHEIDSVAARDIGHEDEN](http://WWW.LINKEDIN.COM/COMPANY/ALLIANTIEGEZONDHEIDSVAARDIGHEDEN)

#GEZONDHEIDSVAARDIGHEDEN

# VRAGEN?



Contact: [gezondheidsvaardigheden@pharos.nl](mailto:gezondheidsvaardigheden@pharos.nl)