

# HANDLEIDING LIMBURG POSITIEF VOOR ORGANISATIES

FONTYS PRO

➤ BLENDED CURSUS WERKEN MET POSITIEVE GEZONDHEID



LIMBURG  
POSITIEF  
GEZOND



> Wat is Positieve Gezondheid?

> Waarom kiest Limburg voor Positieve Gezondheid?

> Opdracht Fontys Pro Health

> Criteria voor deelname

> Blended training Limburg Positief Gezond

- Stap 1: De online training
- Stap 2: Reflectiebijeenkomsten

> Certificering

> Trainingslocaties

> Contactgegevens meewerkende organisaties

# Wat is Positieve Gezondheid?

Het begrip Positieve Gezondheid is geïntroduceerd door de arts Machteld Huber (iPH). Positieve Gezondheid gaat over hoe je veerkrachtig en betekenisvol kunt leven. Het begrip gezondheid bestrijkt immers een veel breder gebied dan alleen maar je lichamelijk functioneren. Positieve Gezondheid gaat dus niet uit van ziekte en hetgeen niet goed gaat, maar vertrekt vanuit hetgeen er wél goed gaat.

Positieve Gezondheid gaat hierbij uit van zes dimensies:

- > Lichaamsfuncties
- > Mentaal welbevinden
- > Zingeving
- > Kwaliteit van leven
- > Meedoen
- > Dagelijks functioneren



LIMBURG  
POSITIEF  
GEZOND



> Wat is Positieve Gezondheid?

> **Waarom kiest Limburg voor Positieve Gezondheid?**

> Opdracht Fontys Pro Health

> Criteria voor deelname

> **Blended training Limburg Positief Gezond**

- Stap 1: De online training
- Stap 2: Reflectiebijeenkomsten

> Certificering

> Trainingslocaties

> Contactgegevens meewerkende organisaties

# Waarom kiest Limburg voor Positieve Gezondheid?

Limburg is voorloper en trendsetter door de bestuurlijke moed te tonen om positieve gezondheid te omarmen, er een beweging van te maken met als doel de sociale opgave voor Limburg te realiseren. Voor het realiseren van deze ambities is een route uitgezet. Deze route kenmerkt zich door haar innovatieve en daadkrachtige aanpak van inspireren, aanjagen en verbinden. Samen met andere partners die het gedachtengoed omarmen levert de provincie Limburg een bijdrage aan de trendbreuk in de gezondheid, vitaliteit en participatie van de Limburgers.



LIMBURG  
POSITIEF  
GEZOND



> Wat is Positieve Gezondheid?

> Waarom kiest Limburg voor Positieve Gezondheid?

> **Opdracht Fontys Pro Health**

> Criteria voor deelname

> **Blended training Limburg Positief Gezond**

- **Stap 1: De online training**
- **Stap 2: Reflectiebijeenkomsten**

> Certificering

> Trainingslocaties

> Contactgegevens meewerkende organisaties

# Opdracht Fontys Pro Health

De provincie Limburg gaat de uitdaging aan om geïnspireerde professionals – werkzaam in zorg en welzijn in Limburg – te scholen in het werken met Positieve Gezondheid. Het gaat hier om een grote groep (toekomstige) professionals. Om deze professionals in korte tijd te trainen is een strak ingerichte projectorganisatie een voorwaarde. Fontys Pro Health zal de Provincie Limburg ondersteunen in deze uitdaging.

Fontys Pro Health zal vanuit haar deskundigheid – het organiseren en faciliteren van onderwijs – het project Limburg Positief Gezond ondersteunen middels:

- > Het inzetten van de online training Positieve Gezondheid (e-learning).
- > Inhoudelijke invulling van de reflectiebijeenkomsten behorende bij de online training.
- > Trainen van Limburgse implementatie coaches in het begeleiden van reflectiebijeenkomsten behorende bij de online training.
- > Het faciliteren van deelnemers die willen deelnemen via open inschrijven.
- > Meedenken in het verdere implementatie- en borgingstraject om positieve gezondheid te verankeren in de praktijk.



LIMBURG  
POSITIEF  
GEZOND





> Wat is Positieve Gezondheid?

> Waarom kiest Limburg voor Positieve Gezondheid?

> Opdracht Fontys Pro Health

> **Criteria voor deelname**

> **Blended training Limburg Positief Gezond**

• **Stap 1: De online training**

• **Stap 2: Reflectiebijeenkomsten**

> Certificering

> Trainingslocaties

> Contactgegevens meewerkende organisaties

# Criteria voor deelname

Positieve Gezondheid vraagt van bestuurders en midden-management in hun eigen organisatie dat zij:

- > Betrokkenheid en verantwoordelijkheid tonen in woord en daad.
- > Werken aan Positieve Gezondheid vanuit een eigen visie en beleid.
- > De organisatie leidt hiervoor implementatiecoaches op die dit veranderproces begeleiden.
- > De implementatiecoaches van de eigen organisatie zijn hiervoor verantwoordelijk.
- > Ruimte bieden om het andere gesprek te voeren en te leren van opgedane ervaringen, bijvoorbeeld door middel van reflectie en intervisie.
- > Zorg dragen voor een goede communicatie rond de implementatie van Positieve Gezondheid, met aandacht voor de medewerkers en de context waarin ze zich bevinden, zodat wederzijdse verwachtingen helder zijn en voorkomen wordt dat mensen met tegenzin in training zitten.
- > Professionals de ruimte en veiligheid bieden om te kunnen leren, zowel in training- als in werksituaties.
- > Training en coaching aanbieden die er op is gericht intrinsieke motivatie en eigenaarschap over het gedachtegang bij medewerkers te faciliteren en stimuleren.
- > Patiënten, cliënten en bewoners informeren over het gedachtegoed van Positieve Gezondheid, zodat zij kunnen meegroeien in het anders omgaan met hun gezondheid en leefsituatie.



**LIMBURG**  
**POSITIEF**  
**GEZOND**



> Wat is Positieve Gezondheid?

> Waarom kiest Limburg voor Positieve Gezondheid?

> Opdracht Fontys Pro Health

> Criteria voor deelname

> Blended training Limburg Positief Gezond

- Stap 1: De online training
- Stap 2: Reflectiebijeenkomsten

> Certificering

> Trainingslocaties

> Contactgegevens meewerkende organisaties

# Blended training Limburg Positief Gezond

De training bestaat uit een online training en twee reflectiebijeenkomsten. Wat zijn de voorwaarden om deel te nemen aan de training Limburg Positief Gezond? Hoe kan ik me inschrijven? Zijn er kosten aan verbonden? De antwoorden op deze vragen lees je in de stappen hieronder.

Starten met Limburg Positief Gezond is meer dan het volgen van een training. Je start met een veranderproces waarin je leert op een andere manier te kijken, te handelen en het gesprek te voeren. Een goede communicatie over het hoe en waarom van de training - in relatie tot het organisatiebeleid - is van essentieel belang.

Dit geldt niet alleen voor de individuele deelnemer maar zeker ook voor de organisatie die hiermee aan de slag gaat.

Het is goed om voordat je start in gesprek te gaan over wat dit traject voor je betekent als organisatie en hoe je dit wilt vormgeven. Duurzame verandering is hierbij het uitgangspunt. Uitgangspunt van het scholingsplan is dat organisaties eigen implementatiecoaches Positieve Gezondheid opleiden.

We kiezen er voor om binnen organisaties eigen implementatiecoaches Positieve Gezondheid op te leiden. Zij gaan binnen je organisatie aan de slag om dit veranderingsproces te begeleiden en medewerkers te trainen.

Graag kijken we met je mee en geven we je op maat advies. Inhoudelijk deskundige op het gebied van scholing en implementatie Positieve Gezond is Esther Bloemen- van Gulp. Zij is hiervoor je aanspreekpunt.

Esther is te bereiken via e-mail: [positievegezondheid@fontys.nl](mailto:positievegezondheid@fontys.nl)



LIMBURG  
POSITIEF  
GEZOND



> Wat is Positieve Gezondheid?

> Waarom kiest Limburg voor Positieve Gezondheid?

> Opdracht Fontys Pro Health

> Criteria voor deelname

> **Blended training Limburg Positief Gezond**  
• Stap 1: De online training  
• Stap 2: Reflectiebijeenkomsten

> Certificering

> Trainingslocaties

> Contactgegevens meewerkende organisaties

# Blended training Limburg Positief Gezond

## Waar moet een implementatiecoach aan voldoen:

- > Beheerst de essentie van Positieve Gezondheid en heeft de basis training Werken met Positieve Gezondheid afgerond;
- > Is in staat om een analyse van de bredere context en organisatiecultuur te maken van de organisatie of het netwerk waarbinnen de training plaatsvindt;
- > Is voor zichzelf in gesprek geweest over Positieve Gezondheid, heeft ervaren hoe het gesprek met cliënten is;
- > Is in staat de verbinding aan te gaan met de deelnemers en de verbinding tussen de deelnemers onderling te faciliteren;
- > Is in staat ruimte te geven zodat alles wat mensen bezig houdt aan bod komt;
- > Is in staat de regie over het leerproces te voeren en de regie over de inhoud bij de groep te laten;
- > Is in staat in te spelen op de organisationele context van de deelnemers;
- > Is empathisch en in staat in te spelen op de individuele motivatie van de deelnemers;
- > Is scherp op een veilige omgeving voor deelnemers bij reflectiebijeenkomsten, intervisie, coaching en/of trainingen;
- > Heeft de vaardigheden om de groep en de individuele professional coachend te begeleiden;
- > Heeft de vaardigheden om zó met groepsdynamiek om te gaan dat deze bijdraagt aan het ontwikkelen en leren van de deelnemers;
- > Heeft zelfreflectie, leert en wordt beter door naar zichzelf te kijken;
- > Is in trainingen en intervisies authentiek en in staat zich kwetsbaar op te stellen.



LIMBURG  
POSITIEF  
GEZOND



> Wat is Positieve Gezondheid?

> Waarom kiest Limburg voor Positieve Gezondheid?

> Opdracht Fontys Pro Health

> Criteria voor deelname

> Blended training Limburg Positief Gezond

- Stap 1: De online training
- Stap 2: Reflectiebijeenkomsten

> Certificering

> Trainingslocaties

> Contactgegevens meewerkende organisaties

# Blended training Limburg Positief Gezond

## Aanvragen online training bij Fontys

Organisaties die willen starten met de training Limburg Positief Gezond kunnen de online training aanvragen door te klikken op onderstaande link of door een foto te maken van de QR-code:



## ONLINE TRAINING AANVRAGEN VOOR ORGANISATIES

Het is handig als je bij de aanvraag de volgende gegevens bij de hand hebt:

- > Naam organisatie
- > Naam contactpersoon
- > Mailadres contactpersoon
- > Telefoonnummer contactpersoon
- > Belangrijke gegevens voor het versturen van de factuur zoals het factuuradres
- > Aantal deelnemers

Fontys Pro Health stuurt de organisatie een opdrachtbevestiging voor de aanschaf van de online training à € 50,- per persoon en een inleesbestand (voor de namen en e-mailadressen van de deelnemers). Zodra het inleesbestand en de opdrachtbevestiging retour is ontvangen worden de persoonlijke accounts aangevraagd bij Skillstown. De factuur ontvang je zo snel mogelijk na de aanvraag van Fontys.



LIMBURG  
POSITIEF  
GEZOND





> Wat is Positieve Gezondheid?

> Waarom kiest Limburg voor Positieve Gezondheid?

> Opdracht Fontys Pro Health

> Criteria voor deelname

> **Blended training Limburg Positief Gezond**

- Stap 1: De online training
- **Stap 2: Reflectiebijeenkomsten**

> Certificering

> Trainingslocaties

> Contactgegevens meewerkende organisaties

# Blended training Limburg Positief Gezond

## Duur van de online training

In de online training wordt een advies planning gegeven. Als je deze adviesplanning volgt doorloop je de online training in 6 weken. Sneller mag uiteraard ook. Advies is echter de opdrachten in de online training te verspreiden over minimaal 3 weken. Dit omdat je in de training met een verandervens aan de slag gaat en je ervaring op gaat doen met het andere gesprek. Dit vergt tijd. Na het afronden van de online training kun je starten met de reflectiebijeenkomsten. Zorg dat je deze bijeenkomsten tijdig plant.

## Stap 2: Reflectiebijeenkomsten

Als je de online training hebt afgerond en je wilt echt aan de slag met het werken met Positieve Gezondheid, dan zijn de reflectiebijeenkomsten iets voor jou. Tijdens de bijeenkomsten ga je verder de verdieping opzoeken, ervaringen delen en aan de slag met inbedding in de praktijk.

Na het afronden van de online trainingen is het advies om te deelnemers te laten starten met de de reflectiebijeenkomsten. Tijdens deze bijeenkomsten gaan ze verder de verdieping opzoeken, ervaringen delen en aan de slag met inbedding in de praktijk.



LIMBURG  
POSITIEF  
GEZOND



> Wat is Positieve Gezondheid?

> Waarom kiest Limburg voor Positieve Gezondheid?

> Opdracht Fontys Pro Health

> Criteria voor deelname

> Blended training Limburg Positief Gezond

- Stap 1: De online training
- Stap 2: Reflectiebijeenkomsten

> Certificering

> Trainingslocaties

> Contactgegevens meewerkende organisaties

# Blended training Limburg Positief Gezond

## Starten met de reflectiebijeenkomsten

De organisatie van de reflectiebijeenkomsten ligt in zijn geheel bij de organisatie zelf. Implementatiecoaches spelen in dit proces een centrale rol. Zij helpen je om de reflectiebijeenkomsten te organiseren en te faciliteren. Ook na afronding van de reflectiebijeenkomsten blijven zij in de organisatie actief zodat Positieve Gezondheid echt iets van jullie wordt.

## Checklist voor de organisatie van de reflectiebijeenkomsten:

- ✓ Plan 2 dagdelen van ongeveer 4 uur per groep voor de reflectiebijeenkomsten.
- ✓ De groep is minimaal 6 en maximaal 15 deelnemers groot.
- ✓ De reflectiebijeenkomsten worden begeleid door je eigen implementatiecoach.
- ✓ Regel de catering: koffie, thee, fris en wellicht iets te eten (afhankelijk van het tijdstip van de dag).
- ✓ Reserveer een geschikte trainingsruimte: Belangrijk bij de ruimte is dat deze groot genoeg is voor het aantal personen (met in achtneming van de 1,5 meter regel). Een beamer is niet perse nodig. Belangrijk is wel dat er voldoende stoelen staan, opgesteld in een cirkel. Geen tafels ervoor. Verder moet er ruimte aan de muur zijn om posters op te hangen. Handig als er plakband, post-its, stiften en een flap-over aanwezig zijn.
- ✓ De deelnemers moeten hun huiswerkopdrachten meenemen tijdens het volgen van de online training.
- ✓ De kosten van de huur van de ruimte en de kosten van de implementatie coach worden niet vergoed door de provincie Limburg of Fontys Pro Health.
- ✓ Trainingsmaterialen worden gefaciliteerd vanuit de beweging Limburg Positief Gezond.

Voor deelname aan de reflectiebijeenkomsten gaan we uit van een aanwezigheidsplicht van 100%. Als een deelnemer onverhoopt - door omstandigheden - niet aanwezig kan zijn dan moet de deelnemer zich inschrijven bij een nieuwe groep en beide dagen in de andere groep volgen.



LIMBURG  
POSITIEF  
GEZOND



> Wat is Positieve Gezondheid?

> Waarom kiest Limburg voor Positieve Gezondheid?

> Opdracht Fontys Pro Health

> Criteria voor deelname

> Blended training Limburg Positief Gezond

- Stap 1: De online training
- Stap 2: Reflectiebijeenkomsten

> Certificering

> Trainingslocaties

> Contactgegevens meewerkende organisaties

# Certificering

De cursist ontvangt een bewijs van deelname, uit naam van de Beweging Limburg Positief Gezond, Fontys Pro Health en de provincie Limburg:

- > De online training is volledig afgerond.
- > De 4 opdrachten zijn gemaakt en ingebracht tijdens de reflectiebijeenkomsten.
- > De 2 reflectiebijeenkomsten volledig zijn doorlopen.
- > De deelnemer actief heeft deelgenomen en het evaluatieformulier heeft ingestuurd.

## Accreditatie

Voor deze training is accreditatie verleend door:

- > Accreditatiebureau Kwaliteitsregister V&V en Register Zorgprofessionals
- > Keurmerk Fysiotherapie therapeutenregister
- > Nederlandse Vereniging voor Praktijk Ondersteuners (NVvOP)
- > Accreditatiebureau Kwaliteitsregister V&V en Register Zorgprofessionals
- > ADAP (Accreditatie Deskundigheidsbevorderende Activiteiten Paramedici)
- > KABIZ - Leefstijlcoaches (BLCN)
- > Keurmerk Fysiotherapie therapeutenregister
- > Registerplein

## Wat te doen na de Blended training?

Ook na het volgen van deze training blijft bijscholen relevant. Hiervoor wordt nascholing en intervisie ontwikkelt waarin implementatiecoaches een centrale rol vervullen. Voor de implementatiecoaches is een aparte handleiding beschikbaar. Voor meer informatie over de nascholing kun je contact opnemen met Stichting Burgerkracht Limburg.





> Wat is Positieve Gezondheid?

> Waarom kiest Limburg voor Positieve Gezondheid?

> Opdracht Fontys Pro Health

> Criteria voor deelname

> Blended training Limburg Positief Gezond

- Stap 1: De online training
- Stap 2: Reflectiebijeenkomsten

> Certificering

> Trainingslocaties

> Contactgegevens meewerkende organisaties

# Trainingslocaties

In verband met corona maatregelen kan afgeweken worden van deze locaties. Wel proberen we zoveel mogelijk in deze omgeving de trainingen te organiseren.



## Eindhoven

### Fontys Paramedische Hogeschool

Dominee Theodor Fliednerstraat 2  
5631 BN Eindhoven  
Gebouw TF



## Sittard

### Fontys Lerarenopleiding

Mgr. Claessensstraat 4  
6131 AJ Sittard



## Venlo

### Fontys Hogeschool Educatie

Tegelseweg 255  
5912 BG Venlo  
Gebouw W1



LIMBURG  
POSITIEF  
GEZOND





> Wat is Positieve Gezondheid?

> Waarom kiest Limburg voor Positieve Gezondheid?

> Opdracht Fontys Pro Health

> Criteria voor deelname

> Blended training Limburg Positief Gezond

- Stap 1: De online training
- Stap 2: Reflectiebijeenkomsten

> Certificering

> Trainingslocaties

> Contactgegevens meewerkende organisaties

# Contactgegevens meewerkende organisaties

## Provincie Limburg

Opdrachtgever Provincie Limburg: Nicole Bosman

✉ info@limburgpositiefgezond.nl

☎ +31 6 11 74 89 22

## Beweging Limburg Positief Gezond

✉ info@limburgpositiefgezond.nl

☎ +31 (0)6 11 14 18 93

## Fontys Pro Health

Contactpersoon: Brechtje Poelman

✉ positievegezondheid@fontys.nl

☎ +31 6 22 57 50 27

## Stichting Burgerkracht Limburg

✉ info@burgerkrachtlimburg.nl

☎ +31 (0)46 420 81 59



LIMBURG  
POSITIEF  
GEZOND