



Community-up naar een gezonde wijk in Moerwijk en Laak

Plan van Aanpak

Datum: 10 oktober 2021

Versie: 1.0



Inleiding

Onze opdrachtgever – de Preventiecoalitie – zag dat om preventie en een gezonde leefstijl succesvol te maken in Moerwijk en Laak een nieuwe aanpak nodig is. Een aanpak waarbij naast evidence based werken ook “ruimte wordt gemaakt voor ervaringskennis en de community-up benadering”.

Om zicht te krijgen op de mogelijkheden van community-up vormgeven aan een gezonde wijk in Moerwijk en Laak hebben we Participatief Actieonderzoek (PAO) ingezet. PAO heeft als primair resultaat dat er community-up beweging op gang komt in een gemeenschap, bedacht en aangejaagd door die gemeenschap zelf. Daarnaast levert PAO altijd “bijvangst” op in de vorm van kennis van het (eco)systeem waarin de beweging op gang komt. Dit is belangrijk om inzicht te krijgen in wat er nodig is om dit succesvol te maken en wat dit vraagt van organisaties.

Uitgangspunt bij de opdracht waren de vragen:

- Hoe zorgen we dat preventie en gezonde leefstijl ook in lage SES-wijken succesvol wordt?
- Hoe wordt de ervaren positieve gezondheid van inwoners in Moerwijk en Laak verhoogd?

Het PAO heeft diverse kansrijke en mogelijke initiatieven opgeleverd in Moerwijk en Laak. Deze worden kort beschreven in dit document. Daarnaast heeft het PAO veel inzichten opgeleverd in kansen en belemmeringen voor de community-up beweging in de breedte in Moerwijk en Laak. In dit document vertalen we onze bevindingen naar conclusies. Deze vormen de basis voor een plan van aanpak voor de preventiecoalitie voor de komende paar jaar om de ervaring en initiatieven van bewoners te verbinden met de evidence-based benadering en expertise van professionals om zo community-up te werken aan een gezonde wijk in Moerwijk en Laak.

Het domein van preventie en gezonde leefstijl in heel Moerwijk en Laak is omvangrijk. De gezondheidsachterstanden in deze wijken zijn groot. Daarbij komt dat het vormgeven aan community-up werken een ontdekkingsstocht is door alle betrokkenen. In die zin kan dit PAO beschouwd worden als een eerste expeditie, waarbij we gaandeweg ontdekten wat er nodig is. Als we alle betrokkenen beluisteren, smaakt deze expeditie bij hen naar meer. Het hier gepresenteerde plan van aanpak bevat handvatten om die ontdekkingsstocht door alle betrokken partijen met hen samen verder vorm te geven.

Wilma van der Vlegel
Evert Jan van Hasselt
Madelon Eelderink
Sandra Niezink

Inhoud

1	Resultaten Participatief Actieonderzoek	4
1.1	Beschrijving van de thema's	5
1.2	Focusgroepen en Initiatieven	8
1.2.1	Focusgroepen in Moerwijk.....	8
1.2.2	Focusgroepen in Laak.....	9
2	Observaties en conclusies	10
2.1	Observaties van de bruggenbouwers.....	10
2.2	Conclusies	11
3.	Wat laat deze (eerste) PAO-cyclus zien?.....	13
4	Plan van aanpak	14
4.1	Monitoren welke support nodig is bij gestarte initiatieven	14
4.2	Leidende principes om kansrijke nieuwe initiatieven op gang te brengen.....	15
4.3	Ontwikkelen competenties	15
4.4	Doorlopend co-creatieproces inrichten	16
4.5	Meerlaags samenwerken	17
4.6	Tot slot.....	19

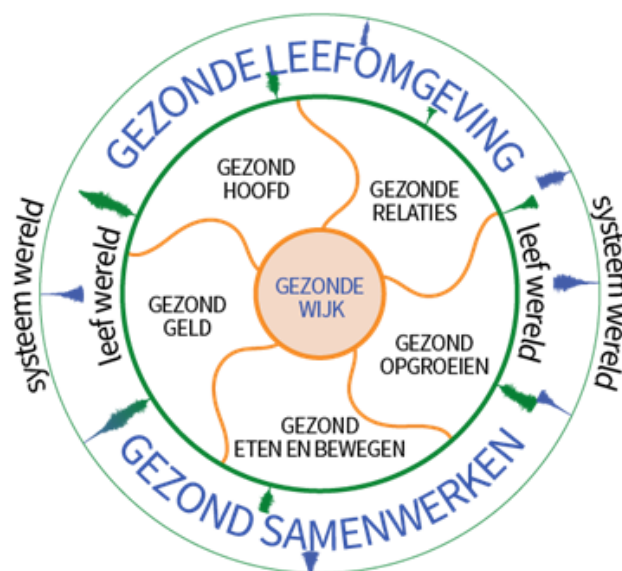
1 Resultaten Participatief Actieonderzoek

Met Participatief Actieonderzoek (PAO) hebben we de afgelopen maanden in Moerwijk en Laak meer dan 120 gesprekken gevoerd met professionals en bewoners. We zijn zichtbaar geweest in de wijken en hebben gesprekken gevoerd in buurthuizen, bij de voedselbank, op (school)pleinen en sportvelden. Met diverse groepen zijn inspiratiesessies gehouden rondom anders werken met elkaar om de leef- en systeemwereld met elkaar te verbinden, onder andere met JMO-teams in Escamp en Laak, Preventiecoalitie, Bondgenotenoverleg Moerwijk, Aterlier Laak en Eerstelijns met Lijn 1 in Laak.¹

Op basis van de analyse van alle gesprekken kwamen we tot zeven thema's die in beide wijken spelen rondom preventie.

- Gezond Hoofd
- Gezonde Relaties
- Gezond Geld
- Gezond Opgroeien
- Gezond Eten & Bewegen
- Gezonde Leefomgeving
- Gezond Samenwerken

Deze thema's zijn als geheel gevisualiseerd en besproken met alle betrokkenen. In deze visualisatie wordt de samenhang tussen de thema's duidelijk en blijkt een gezonde leefomgeving en gezond samenwerken voorwaardelijk te zijn voor de andere thema's. De leef- en systeemwereld in deze visualisatie weet elkaar soms, maar lang niet altijd te bereiken.



Op (combinaties van) diverse thema's zijn in zowel Moerwijk als Laak ruim 10 focusgroepen (dialoog- en co-creatiesessies) gehouden om professionals en bewoners samen te laten reflecteren op de visualisaties van de resultaten en met elkaar in dialoog te gaan over de ingebrachte oplossingsrichtingen en beschikbare bronnen en kansen.

¹ In Moerwijk vooral het gebied rondom het Heeswijkplein en de Jan Luykenlaan, in Laak lag de focus op het Schipperskwartier.

1.1 Beschrijving van de thema's

Hieronder beschrijven we de thema's op basis van de analyse van onze gesprekken in Moerwijk en Laak. Naast een korte beschrijving van ieder thema hebben we ook enkele quotes van bewoners en professionals opgenomen van beide wijken om "inkleuring" van de beschrijving te geven in de woorden van betrokkenen.

Gezond Eten & Bewegen

Gezond Eten & Bewegen gaat over voedsel(zekerheid), kennis van gezond eten en koken (met een klein budget) en bewegen. Bewoners willen, met name in Moerwijk, graag iets doen met hun leefstijl. De beschikbare informatie over gezond eten of de voorgestelde leefstijlverandering sluit vaak, door andere (eet)patronen, weinig beschikbaar budget of andere zaken die de aandacht vragen, niet goed aan. Bewegen is voor bepaalde doelgroepen niet beschikbaar in de wijk, moeilijk te combineren met de privésituatie of wordt niet gevonden.

"Preventie, bewegen, obesitas – hierin zouden we moeten optrekken omdat we zien dat het een druppel op een gloeiende plaat is." – professional

"Gezondheid en leefstijl is voor mij een soort luxe versie van leven en ik ben eigenlijk vaker aan het overleven. Dus dat level heb ik nog niet bij elkaar gespeeld als je het niet erg vindt". – bewoner

Gezond Geld

Geldproblemen of een beperkt budget spelen vaak mee en zijn vaak ter sprake gekomen in de gesprekken, maar spelen zeker niet de boventoon. Wat aangegeven wordt is de behoefte aan perspectief, ook economisch, en kansen om je talent te ontwikkelen en hierbij meer en langdurige begeleiding te krijgen.

"We hebben 80 euro per week voor ons gezin (3 kinderen) dat is best aardig. Alleen je kan echt niks anders doen. Ik kom in de problemen als er extra uitgaven zijn. Zoals nu; als mijn dochter medicijnen moet hebben voor haar buik, dan moet ik gaan kiezen. Medicatie of eten." – bewoner

"Mensen moeten nu overleven – stress helpt niet om na te denken hoe je uit de bijstand moet komen." – verbinder

Gezond Hoofd

Een Gezond Hoofd is nodig om goed voor jezelf te zorgen. Door stress of geestelijke gezondheidsproblemen, andere problemen en piekeren kun je soms niet goed voor jezelf zorgen of gezonde keuzes maken. Veel bewoners, waaronder veel jongeren, ervaren mentale problemen en zien die ook bij anderen. Het lijkt vooral belangrijk om even uit je situatie te zijn door iets leuks te kunnen doen en anderen te ontmoeten. Er heerst een groot taboe rondom mentale problemen en bewoners ervaren dat veel professionals onvoldoende kennis hebben op dit vlak, waardoor de hulp niet altijd aansluit en er regelmatig onbegrip wordt ervaren van

professionals. Bewoners die na een begeleidingstraject in de GGZ in de wijk terecht komen ervaren grote problemen in het zelf weer vormgeven aan het leven.

“Er zit een enorm stigma op mentale problemen. Vaak goed bedoelde adviezen, ook van professionals, hebben mij niet geholpen – Ik zou iemand willen zijn die ik zelf heb gemist”.
– bewoner

“Veel meiden voelen de druk om te presteren. Dit heeft invloed op de mentale gezondheid van de meiden. Met name in Schipperskwartier is het ouder-kind gesprek hierover een probleem.” – professional

“Moeders moeten voor hun kids zorgen, voor het huis, eten klaarmaken, maar ze zijn machteloos, want ze mogen bijvoorbeeld geen vrijwilligerswerk doen. Het gevolg is dat je uitgeput raakt, het vreet energie! Familie is belangrijk maar daar krijg je geen steun als je voor jezelf op wilt komen. Zij willen juist dat je bij je man blijft dus zullen altijd ontkennen dat je een probleem hebt en je dus ook niet steunen. Dit alles geeft enorm veel stress, en stress is de grootste ziekte!” – bewoner

Gezonde Relaties

Gezonde Relaties gaat over sociale cohesie in de wijk, over het netwerk dat je hebt, maar ook over (de kwaliteit van) ouder – kind relaties. In de wijk blijkt bij veel bewoners het netwerk beperkt en verplaatst het probleem van ouder – kind relaties zich naar de straat. Er is veel eenzaamheid in de wijk, ook onder jongeren en ouderen. Jongeren hebben niet een echte plek en activiteiten in de wijk. Door het beperkte aantal relaties staan moeders er vaak alleen voor en kunnen niet gemakkelijk, bijvoorbeeld voor oppas, een beroep doen op iemand anders. Het (nog) onvoldoende beheersen van de Nederlandse taal is een grote belemmerende factor bij het aangaan van relaties. Er zijn veel verschillende culturele achtergronden in de wijk. Het is een uitdaging om deze samen te brengen. Een aantal professionals is veel in de wijk, maar er zijn ook veel professionals die aangeven de wijk niet goed te kennen en op afstand te staan.

“Hulp vragen is moeilijk. Vaak als mensen al zéér ver in de problemen zitten gebeurt dit – dat is dweilen met de kraan open. Dan opeens komt er allerlei hulp, ggz, schuldhulpverlening, nog een paar instanties – dat is voor ouders too much.” – bewoner

“Die parallelle samenleving waarover met hen heeft...die zie ik al lang. We leven langs elkaar heen. Segregatie is het probleem. Je kan er miljoenen tegenaan gooien, als ze alleen met hun eigen clubjes blijven heeft het geen zin. Ze houden zich bij hun eigen normen en waarden. Ik organiseer voetbaltoernooitjes voor kinderen.. die zitten gemengd in teams en dan staan de ouders in hun 'eigen groepje' langs de kant!!” – professional

“Een droomplek zou zijn: iets leuks doen met meerdere culturen – is een moeilijke opgave – iets leuks doen voor de buurt.” – bewoner

Gezond Opgroeien

Het opgroeien van de huidige generatie is een van de meest genoemde thema's. Er zijn grote zorgen in de wijk over het laten opgroeien van jongeren in een onveilige omgeving en veel ouders willen weg uit de wijk. Verveling of gebrek aan activiteiten voor jongeren of het niet

aansluiten van activiteiten en behoefte lijken andere problemen in de wijk te versterken. Veel jongeren komen in aanraking met verdovende middelen of criminele activiteiten.

“De moeders zijn de belangrijkste doelgroep voor preventie – zij voeden de nieuwe generatie op.” – bewoner

“Er is in het Schipperskwartier ook weinig te doen. Voor kinderen en jongeren is dat een groot probleem. We hebben alleen het buurthuis. Kinderen krijgen niet altijd een goede opvoeding en jongeren hangen vaak op straat. Dit zorgt voor een onveilig gevoel bij (oudere) bewoners.” – professional

Gezonde Leefomgeving

Gezonde Leefomgeving gaat over de inrichting van de wijk, wonen of dakloosheid, groen, afval en veiligheid. Bij dit thema komt naar voren dat problemen bij het wonen of de veiligheid in de wijk veel stress opleveren en grote impact hebben op het geestelijk welzijn. Er is sprake van veel overlast van bewoners die onder invloed zijn van alcohol of drug, er is parkeer overlast en overlast van (zwerf)vuil en ratten. Naast de leefomgeving buiten is de leefomgeving binnen in de huizen een grote bron van zorg en frustratie door achterstallig onderhoud en schimmel.

“Als je in de wijk hier opgroeit, en je hebt je bagage.... Je hebt niks. Als je als alleenstaande ouder moet knokken tegen financiële uitdagingen, slechte behuizing, opleidingsniveau laag, criminaliteit stijging... Het blijft een vicieuze cirkel. En de jongeren... het zit allemaal in elkaar verweven.” – bewoner

“Er zijn zeer veel verslaafden in de wijk – hoe voorkomen we dit in de volgende generatie – wat krijgen de kinderen nu als voorbeeld?” – bewoner

Gezond Samenwerken

Gezond samenwerken gaat over hoe de systeem- en leefwereld met elkaar samenwerken en hoe partijen in de systeemwereld met elkaar samenwerken. Hierbij gaat het over professionele organisaties die elkaar niet (goed) kennen of weten te vinden, afstemmingsproblemen, vastlopen binnen kaders van organisaties, concurrentie en gebrek aan vertrouwen. Het bestaande aanbod sluit niet aan of is vaak onbekend bij bewoners. Bewonersinitiatieven zijn vaak niet bekend bij professionals en/of samenwerking ontbreekt.

“Wat je krijgt is dat iedereen [betrokken partijen] zijn eigen trucje gaat doen, dat die jongeren van allerlei kanten hulp krijgen die kortstondig is en waar wij ook niet het overzicht van hebben.” – verbinder

“Wie zijn WE eigenlijk [Als organisaties]? Moeten we als professionals niet ook een soort deelcommunity worden? Wat delen wij eigenlijk met elkaar?” – professional

“We hebben misschien een leeromgeving nodig, om elkaar te leren vinden rondom een bepaalde thematiek.” – professional

Alle verhalen samenbrengend zien we dat heel veel thema's invloed op elkaar hebben. Zo kunnen we pas aan een gezonde leefstijl (Gezond Eten & Bewegen) denken als we niet zo enorm veel stress hebben (Gezond Hoofd) die vaak veroorzaakt wordt door bijvoorbeeld financiële uitdagingen (Gezond Geld) of ongezonde leefomstandigheden (Gezonde Leefomgeving) zoals intimiderende jongeren op straat. Dat laatste ontstaat vooral door verveling en/of slechte opvoeding (Gezond Opgroeien). Maar je kunt ook pas gezond opgroeien als je leefomgeving gezond is.

1.2 Focusgroepen en Initiatieven

Uit het PAO kwam naar voren dat Gezond Opgroeien, Gezonde Leefomgeving en Gezond Samenwerken de belangrijkste thema's zijn. Tijdens het proces zagen we dat veel van de thema's overlap hebben. Op elk van deze thema's zijn focusgroepen georganiseerd, waarin deelnemers samen reflecteerden op de resultaten, brainstormden over mogelijkheden en passende actieplannen co-creëerden op de geprioriteerde ideeën en initiatieven.

1.2.1 Focusgroepen in Moerwijk

In Moerwijk vonden op twee plekken drie opeenvolgende focusgroepen op de thema's Gezond Eten & Bewegen en Gezond Opgroeien, twee focusgroepen vonden plaats op het thema Gezond Hoofd en Gezonde Relaties en twee op Gezond Samenwerken en een focusgroep vond plaats op Gezonde Leefomgeving. Soms bleek dat er gestart werd met een thema's zoals Gezond Eten & Bewegen, maar ging de focusgroep verder over Gezonde Relaties en Gezond Hoofd, of zich ontwikkelde verder rondom Gezonde Leefomgeving. Naast een initiatief rondom het ontwikkelen van een 'healthy on a budget' kookboek met de wijk en beweeginitiatieven ontstond er een initiatief om een "deelcommunity" met elkaar te maken in Moerwijk. Hierbij ligt de focus op het ontwikkelen van een community met elkaar, waarin eten, spullen, ideeën en activiteiten gedeeld worden. Daarbij is een stap gezet om alle bewonersinitiatieven in de wijk bij elkaar te brengen om het onderlinge delen te versterken en makkelijk te kunnen verwijzen naar elkaars activiteiten. Daarmee werd ook het thema Gezond Leefomgeving en Samenwerken aangeraakt.

Het thema Gezonde Leefomgeving blijkt in alle gesprekken zeer belangrijk. Er is een groot verlangen om met elkaar te werken naar een situatie waarbij kinderen weer veilig buiten kunnen spelen. Behoeftte is om meer bewustwording te creëren met betrekking tot hoe er omgegaan wordt met de buitenruimte en hoe rondom het voedselproces een duurzaam ecosysteem ontwikkeld kan worden. Ten aanzien van Gezond Samenwerken is zowel tussen bewoners organisaties als tussen professionele organisaties een beweging op gang aan het komen waarbij rondom vertrouwen, eigenaarschap, kaders, vindbaarheid en duurzaamheid gezocht wordt hoe dit samen vormgegeven kan worden en vertrouwen hierbij hersteld kan worden.

2 Observaties en conclusies

Naast dat het PAO diverse lokale initiatieven op gang heeft gebracht, heeft het PAO ons ook veel inzicht gegeven in wat er goed gaat rondom community-up werken met betrekking tot preventieve gezondheid en in wat er op dat punt beter kan. In dit hoofdstuk delen we onze bevindingen, trekken daar conclusies uit en vertalen dat vervolgens naar aanbevelingen.

2.1 Observaties van de bruggenbouwers

We zien een gebrek aan vertrouwen tussen organisaties en tussen organisaties en de wijkbewoners. Bewoners ervaren een grote drempel naar professionele hulp. Hierbij speelt naast schaamte ook mee dat bewoners zich voelen weggezet als fraudeur of alsof zij dingen niet kunnen of snappen.

Dit gebrek aan vertrouwen belemmert dat bewoners willen meedenken en meedoen in hun eigen wijk. Ze zijn bang om (opnieuw) teleurgesteld te raken. Op systeemniveau tussen organisaties blijkt veel tijd op te gaan aan overleg tussen organisaties, administratie en verantwoording, waarbij – als het er op aan komt – professionals zich terugtrekken binnen eigen kaders. Er is nog zeer weinig beweging op gang gekomen om samen als organisaties op te trekken om de wijk te ondersteunen naar een gezonde wijk. Wat hierbij meespeelt is dat veel organisaties elkaars concurrenten zijn als het op financiering aankomt. Los daarvan ervaren veel professionals een afstand tot de wijk en weten niet goed hoe ze de verbinding met de wijk moeten maken.

Tijdens de uitvoering van onze opdracht bleek keer op keer dat bij het inzoomen op complexe problemen gemakkelijk naar organisaties wordt verwezen “die daar van zijn”. Vaak werd de oplossing daarbij in een deel van het probleem gezocht en bleef er gekeken worden vanuit bestaand aanbod. Er is – met name tijdens de sessies over Gezond Samenwerken – veel in beweging gezet qua anders denken, maar professionals weten nog niet goed wat ze hiermee kunnen en mogen doen binnen hun functies en kaders.

Groot manco bij veel oplossingen is dat deze vaak gericht zijn op één individu, maar dat het – kijkend naar de zeven thema's die bij dit onderzoek naar boven komen – vooral gaat over zaken die het collectief aangaan, zoals leefomgeving, relaties, opgroeien en samenwerken. In bijna alle focusgroepen, ook al gingen deze over eten en bewegen of een gezond hoofd, stond het vormen van een gemeenschap of community voorop. Vanuit de wijken zelf wordt juist zéér sterk gedacht vanuit het collectief en vanuit samen het leven vormgeven.

Ten aanzien van plannen, projecten of aanbod van organisaties ervaren bewoners dat zij onvoldoende betrokken worden tijdens de ontwikkeling. Zij kunnen soms nog wel meedenken in een bepaalde vorm, maar niet meedoen. Groot probleem hierbij is dat zowel bewoners als professionals door de bomen het bos niet meer zien ten aanzien van wat er allemaal is. Dit gebrek aan overzicht wordt versterkt doordat veel projecten maar kort lopen. Zowel professionals als bewoners in de wijk hebben daardoor het gevoel dat zij andere bewoners niet goed kunnen verwijzen naar goede hulp en ervaren allebei dat ‘hun gereedschapskist leeg is’.

Aan de andere kant zien we ook dat iedereen voelt dat dit hét moment is om het anders te doen en dat er een groot verlangen is om een gezonde wijk met professionals en bewoners samen vorm te geven. De term 'community up' wordt op veel plaatsen genoemd en omarmd en – zeker in Moerwijk – doen meer bewoners mee, spreken zich meer uit en komen met ideeën die zij ook zelf met professionals uitwerken. Tijdens het PAO-proces en het tijdelijk invullen van de functie van Bruggenbouwer preventie zagen we veel nieuwe verbindingen ontstaan of hernieuwd worden tussen professionals, bewoners en professionals en bewoners onderling. Zo zijn in Moerwijk een aantal professionals structureel gaan werken vanuit de buurthuizen en zijn in Laak hier intenties toe.

Naast de concrete actieplannen die vanuit het PAO zijn ontstaan, zagen we ook een toename van het innovatief vermogen van bewoners en professionals samen. Deels omdat bewoners en professionals elkaar leerden vinden en anderzijds doordat ze ontdekten dat zij zelf – met elkaar – kansrijke plannen konden ontwikkelen, ook buiten de focusgroepsessies om en voortbouwend op de in focusgroepen ontstane initiatieven en actieplannen. Wel zien we dat deze nog broos van aard zijn. Vooroordelen en aannames belemmeren de samenwerking. De motivatie neemt al snel af bij de geringste misverstanden. Dit neemt overigens weer toe als betrokkenen hun ongenoegen kunnen uiten en zich gehoord voelen, en in dit (individuele) gesprek zelf nieuwe kansen ontdekken.

Geïnspireerd door deze bevindingen schetsen we in dit document een aanpak waarin verschillende partijen op organische wijze ontdekken hoe ze afzonderlijk en samen kunnen bijdragen aan een gezondere wijk. Een aanpak waarbij alle partijen op hun eigen manier bijdragen aan gezondheidsontwikkeling. Uitgaande van eigen kracht en verbonden daar waar dat toegevoegde waarde heeft.

2.2 Conclusies

Naar aanleiding van het PAO trekken we de volgende conclusies die gelden voor zowel Moerwijk als Laak:

- Er zijn met name zorgen over het opgroeien van de huidige generatie jongeren. Dit ligt aan de basis van veel gezondheid-gerelateerde problemen en volgens veel betrokkenen zou daar met voorrang aandacht voor moeten komen.
- Veel aanbod van organisaties is gericht op het individu, niet op het collectief. Dit wordt vaak niet gevonden. Daarbij is dat aanbod met name gericht op situaties waar al gezondheidsschade is.
- Bij preventie gaan organisaties vooral uit van gezondheidsbevordering, zoals inzetten op leefstijl. Tijdens het traject blijkt echter dat gezondheidsbescherming, zoals inzetten op de leefomgeving, door wijkbewoners als prioriteit wordt gezien.
- Community up werken – zowel met bewoners als professionals – wordt op meer plekken genoemd als benadering bij het verkleinen van gezondheidsverschillen
- Het is in deze fase van belang om aandacht te blijven geven aan gestarte nieuwe initiatieven. Betrokkenen hebben de neiging bij kleine tegenslagen de motivatie te verliezen.
- De opbrengst van de op gang gebrachte beweging blijft niet beperkt tot de afzonderlijke initiatieven die zijn gestart. Juist de verbinding die ermee is ontstaan

versterkt het innovatief vermogen en de eerste (kleine) successen initiëren mogelijk al het herstel van vertrouwen in elkaar waar dat verminderd was. Bewoners en professionals weten elkaar steeds gemakkelijker te vinden, wat de totstandkoming van weer nieuwe initiatieven versnelt en vergemakkelijkt.

- Vooral meedóén lijkt belangrijk. Veel professionals en bewoners die bij het PAO-traject betrokken raakten, werden enthousiast².

² Zie: [Preventiecoalitie op stoom: 'Er is heel veel gedrevenheid om er iets moois van te maken'](#).

3. Wat laat deze (eerste) PAO-cyclus zien?

In de vorige twee hoofdstukken hebben we vooral gekeken naar de inzichten die we hebben opgedaan gedurende het afgelopen half jaar. Dat betreft wat we geleerd hebben over de wijken Moerwijk en Laak en de dynamiek in en om die wijken met betrekking tot community-up werken rondom (preventieve) gezondheid. Maar er is meer. Bij elk PAO wordt pas aan het eind van een PAO-cyclus zichtbaar wat op gang is gekomen. Zo ook hier. En dat vertelt een eigen verhaal. Dat verhaal geeft vertrouwen in het vervolg en helpt tegelijkertijd om op een nieuwe manier te kijken naar het vervolgproces.

In hoofdstuk 1 hebben we geschetst welke initiatieven zijn ontstaan en nu in de opstartfase zijn beland. Deze initiatieven zijn op gang gekomen doordat mensen met uiteenlopende perspectieven zicht hebben gekregen op hun verschillende visies, daar verbinding zijn gaan zien en zo – met elkaar – tot nieuwe inzichten zijn gekomen. Voor velen is dit een ontdekkingsstocht gebleken, die ze zich vooraf niet hadden kunnen voorstellen en waar vrijwel iedereen enthousiast over is.

Dit proces van co-creatie vereist ruimte geven aan anderen. Dat staat vaak haaks op de manier waarop met name professionals gewend zijn te werken. Verschillende keren is dat mooi zichtbaar geworden tijdens het ontstaan van initiatieven. Professionals die de regie pakten om er vervolgens achter te komen dat dat contraproductief werkte. Door vervolgens los te laten en in dialoog te gaan met de andere partijen, ontdekten zij wat ze anders konden doen. Daardoor kwam de samenwerking vervolgens wel op gang.

Voorbeeld: GLI (Geïntegreerde Leefstijl Interventie)

Waar eerder de focus lag op meer verwijzingen van huisartsen naar de GLI (coach), ontstond gaandeweg in dialoog met bewoners inzicht in het niet aansluiten van deze interventie bij de leefwereld van de bewoners. Hierop is een co-creatieproces opgestart met bewoners en professionals om samen een nieuw initiatief te ontwikkelen rondom leefstijl.

Wat er in dit proces feitelijk gebeurt is dat verschillende partijen met elkaar ontdekken hoe ze samen optimaal resultaten kunnen bereiken. Normaal had iedereen vanuit eigen referentiekader geopereerd, wat vaak weerstand oproept bij andere partijen. Dat blokkeert optimale samenwerking op voorhand. Doordat partijen nu in dialoog met elkaar aan de slag gaan, ontdekken ze waar samenwerkingspartners problemen mee hebben en ontwikkelen ze samen een manier van werken die voor alle partijen acceptabel is. Als er in dat proces onverhoopt toch iets mis gaat, dan zorgt de dialoog ervoor dat dit bespreekbaar wordt gemaakt en partijen begrip voor elkaars perspectieven ontwikkelen.

Dit proces staat maat voor het vervolgproces. Door dit op grotere schaal te laten plaatsvinden, gaat community-up werken floreren. Dit kan het beste aan de hand van concrete cases waar verschillende partijen een rol bij spelen. Door daar een co-creatieproces omheen te organiseren, ontdekken deze partijen (inwoners en professionals) hoe ze rondom die concrete case hun samenwerking met elkaar vorm kunnen geven. Dat is wat we in het volgende hoofdstuk het doorlopend co-creatieproces noemen.

4 Plan van aanpak

Onze opdracht was om een plan van aanpak op te stellen voor de preventiecoalitie voor de komende paar jaar om de ervaring en initiatieven van bewoners te verbinden met de evidence-based benadering en expertise van professionals om zo community-up te werken aan een gezonde wijk in Moerwijk en Laak. Dit plan van aanpak bevat richtingwijzers om voort te bouwen op het door ons gestarte PAO-traject.

Het plan van aanpak omvat 4 sporen:

- monitoren welke support nodig is bij gestarte initiatieven;
- kansrijke nieuwe initiatieven op gang brengen;
- ontwikkelen van competenties;
- een doorlopend co-creatieproces inrichten.

Hieronder worden deze sporen nader beschreven.

4.1 Monitoren welke support nodig is bij gestarte initiatieven

Als resultante van het PAO in Moerwijk en Laak zijn initiatieven op gang gekomen (zie ook Afbeelding 1 in paragraaf 1.2). Dit zijn autonome initiatieven die worden uitgevoerd door bewoners en/of professionals. Deze initiatieven zijn – zoals aangegeven – nog vrij broos, maar vormen de basis voor iets wat kan uitgroeien tot een bredere beweging. Het is van belang om deze initiatieven te monitoren. Hiermee bedoelen wij het contact houden met deze initiatieven om na te gaan aan welke support er nog behoefte is. Dit houdt in dat zowel op persoonlijk als op groepsniveau met betrokkenen gereflecteerd wordt op wat goed en minder goed gaat in de uitvoering van het initiatief, en waar nodig met betrokkenen samen onderzoeken hoe het initiatief verder versterkt kan worden en waar eventuele aanscherping van hun plan nodig is. Daarbij is het van groot belang om het initiatief niet “over te nemen”. De initiatiefnemers voelen eigenaarschap over het initiatief en het is van belang dat dat zo blijft. Door “vanaf de zijlijn” aan te geven hoe zij hun initiatief anders kunnen uitvoeren, is het risico heel groot dat zij dat gevoel van eigenaarschap verliezen. Het is dus zaak dat zij in control blijven. Eventuele ondersteuning dient met hen vormgegeven te worden, waarbij zij in de lead blijven.

In sommige gevallen kan blijken dat een initiatief uiteindelijk om wat voor reden dan ook niet (meer) levensvatbaar is. Dat is oké. In dat geval zal zo'n initiatief tot stilstand komen. Het is dan beter om een initiatief te laten stoppen (op initiatief van de deelnemers) dan te proberen met interventies van buitenaf het initiatief levend te houden.

Mogelijke aanpak kan zijn om in de loop van het najaar in Moerwijk en Laak, of in combinatie, een of meerdere doorstartconferenties te organiseren samen met professionals en bewoners als vervolg op de monitoring. Door deze doorstartconferenties met betrokken initiatiefnemers te organiseren, dragen deze conferenties meteen bij aan het versterken van het gevoel van eigenaarschap bij betrokkenen.

4.2 Leidende principes om kansrijke nieuwe initiatieven op gang te brengen

Naast initiatieven die op gang zijn gekomen in het PAO, heeft het PAO zicht gegeven op nog andere onderwerpen waar goede mogelijkheden zijn om autonome initiatieven op gang te brengen. Binnen de beperkte omvang van het PAO hebben we keuzes moeten maken. Onderwerpen die buiten die keuze zijn gevallen, zijn de moeite waard om nader te verkennen. Hierbij valt onder andere te denken aan *dakloosheid, verveling en depressies onder jongeren en een leefstijlprogramma van de wijk*.

Nieuwe initiatieven zouden hierbij via co-creatiemethoden, zoals bijvoorbeeld een nieuwe PAO-cyclus, op gang gebracht kunnen worden.

Leidende principes hierbij zijn

- Iedereen mag meedoen
- Vertel elkaar verhalen
- Leren van en respect voor elkaars perspectief
- Elk perspectief weegt even zwaar
- Kijk positief: wat er al wél is en kan wél
- Het gaat om de nieuwsgierigheid in de dialoog, niet om het winnen van het debat
- Gebruik de kracht van verbeelding om zo dicht mogelijk bij de gewenste situatie te komen

Bij bijvoorbeeld het thema depressies onder jongeren zou dit betekenen dat er aanvullend onderzoek wordt gedaan in en met de doelgroep en dat met professionals en jongeren samen in focusgroepen – eerst gericht op oplossing-identificatie en vervolgens op actieplan co-creatie – nieuwe initiatieven op gang worden gebracht. Ook voor nieuwe initiatieven geldt dat hierbij in de startfase nagegaan wordt welke support betrokken professionals en bewoners nodig hebben. Op deze manier raken betrokken bewoners en professionals gewend aan het idee dat ze zelf hun initiatief kunnen uitvoeren. Op die manier worden kwaliteiten ontwikkeld – bij zowel bewoners als professionals – waarmee de wijk meer en meer zelfstandig problemen aanpakt en oplost. We zien bij vergelijkbare projecten wereldwijd steevast dat het innovatief vermogen van mensen in de wijk een enorme boost krijgt doordat zij ontdekken dat ze zelf problemen kunnen aanpakken en oplossen.

4.3 Ontwikkelen competenties

Bovenstaande betekent dat zowel bij professionals als bewoners onderstaande competenties worden ontwikkeld door met elkaar samen te werken en te leren tijdens co-creatiemethoden:

- Gesprekstechnieken
- Oordeelvrij luisteren
- Participatief leiderschap
- Perspectieven inzichtelijk maken

- Creatief denken, omdenken.
- Groepsdynamische processen faciliteren
- Wendbaar organiseren
- Snel kunnen inspelen op veranderingen binnen een systeem/community.
- Cyclisch werken.
- Leren van experimenteren
- Netwerken

Tijdens het PAO hebben we gezien dat het ontwikkelen van competenties hierbij op gang is gekomen. Een aantal bewoners en professionals zijn getraind in gespreksvoering met de wijk. Deelnemers ontdekten dat zij door met oprechte interesse gesprekken te voeren en daarbij niet meteen in oplossingen te gaan denken, nieuwe verbindingen tot stand brachten waardoor compleet andere inzichten naar boven kwamen.

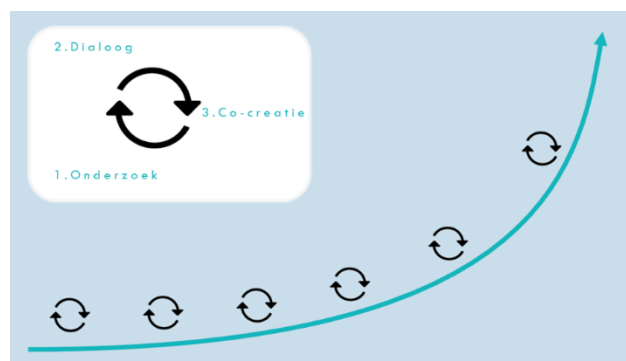
Daarbij is het ook waardevol gebleken om bewoners en professionals samen te trainen. Enerzijds krijgen zij daardoor meer begrip voor elkaars perspectieven. Anderzijds leggen zij daarmee een basis om de opgedane competenties daarna samen toe te passen en elkaar daarbij te helpen en te stimuleren.

Voorafgaand aan onze opdracht was al gestart met het opzetten van een PAO-training in Moerwijk rondom het Heeswijkplein. Deze is in september van dit jaar daadwerkelijk van start gegaan. De training wordt door de deelnemers bijzonder goed ontvangen. Waar iedereen naar zoekt gebeurt in Moerwijk al in het klein. Binnen de training PAO van de wijk doen naast bewoners ook professionals mee van de Gemeente, Vestia, GGD, Welzijn, WMO en CJG. Er worden op dit moment binnen deze groep plannen gemaakt voor het uitvoeren van actieonderzoek naar leefbaarheid in de wijk en gezond en veilig opgroeien. Er is al aangegeven dat ook in andere delen van Moerwijk behoefte is aan zo'n training.

Daarnaast is ook binnen verschillende afdelingen van de gemeente en haar netwerkpartijen behoefte aan competentieontwikkeling op dit gebied. JMO Escamp kijkt op dit moment heel concreet naar een opleidingsprogramma op dit gebied en ook van andere kanten wordt interesse getoond.

4.4 Doorlopend co-creatieproces inrichten

Het laatste spoor heeft betrekking op doorontwikkeling van werkwijzen in het kader van community-up werken bij alle betrokken partijen: bewoners, de gemeente en haar netwerkpartners. Dit is gewenst om te voorkomen dat de nu op gang gebrachte initiatieven eenmalige voorbeelden blijven. Naarmate er meer nieuwe community-up initiatieven bijkomen, gaan die elkaar stimuleren en dragen daarmee bij aan de versterking van de beweging als geheel.



Wat we gezien hebben in het PAO-proces van de afgelopen maanden is dat verschillende betrokken partijen hebben ontdekt hoe zij samen bepaalde zaken anders kunnen aanpakken. Op onderdelen zijn werkwijzen aangepast om ruimte te geven aan community-up werken. Dit is gebeurd in een proces dat zich kenschetst als een gezamenlijke ontdekkingstocht, waarin partijen hebben ontdekt hoe zij hun afzonderlijke doelstellingen samen beter kunnen realiseren. Voor succesvolle uitbouw van community-up werken is voortzetting van die ontdekkingstocht een vereiste.

Zo'n traject – wat we een co-creatietraject noemen – raakt alle partijen die actief zijn in de wijk en met de wijk. Het vraagt wat van deze partijen, maar biedt tegelijkertijd ook kansen voor alle betrokken partijen. Voor succes is het van belang dat alle betrokken partijen met elkaar vormgeven aan dit co-creatietraject.

Het écht maken van verbinding met bewoners is een thema dat speelt bij alle partijen die we gesproken hebben in het kader van ons traject. De beelden bij de manier waarop dit het beste kan gebeuren lopen nog erg uiteen. Het is van belang om die beelden samen te brengen en te komen tot een proces van co-creatie waar alle betrokken partijen zich eigenaar van voelen. Daarnaast hebben we gezien dat verschillende partijen plannen voor de toekomst maken die elkaar kunnen versterken. Op dit moment is daar nog geen sprake van verbinding, iedere partij werkt haar eigen plan uit en regelt hierbij eigen financiering. Ook op dat punt biedt zo'n co-creatie proces kansen voor alle betrokken partijen. Beide observaties maken ons hoopvol dat zo'n co-creatieproces kans van slagen heeft.

In dit co-creatie proces ontdekken partijen doorlopend hoe zij onderdelen van hun manier van werken kunnen aanpassen. Bewoners ontdekken onderling hoe zij zaken anders kunnen aanpakken. Bewoners en professionals ontdekken hoe zij elkaar kunnen versterken. Ook professionals onderling ontdekken hoe nieuwe verbindingen kunnen bijdragen aan hun afzonderlijke doelstellingen en daarmee aan een gezondere wijk. En tenslotte ontdekken professionals, beleid en bestuur hoe zij deze ontwikkelingen kunnen borgen en verder kunnen stimuleren.

4.5 Meerlaags samenwerken

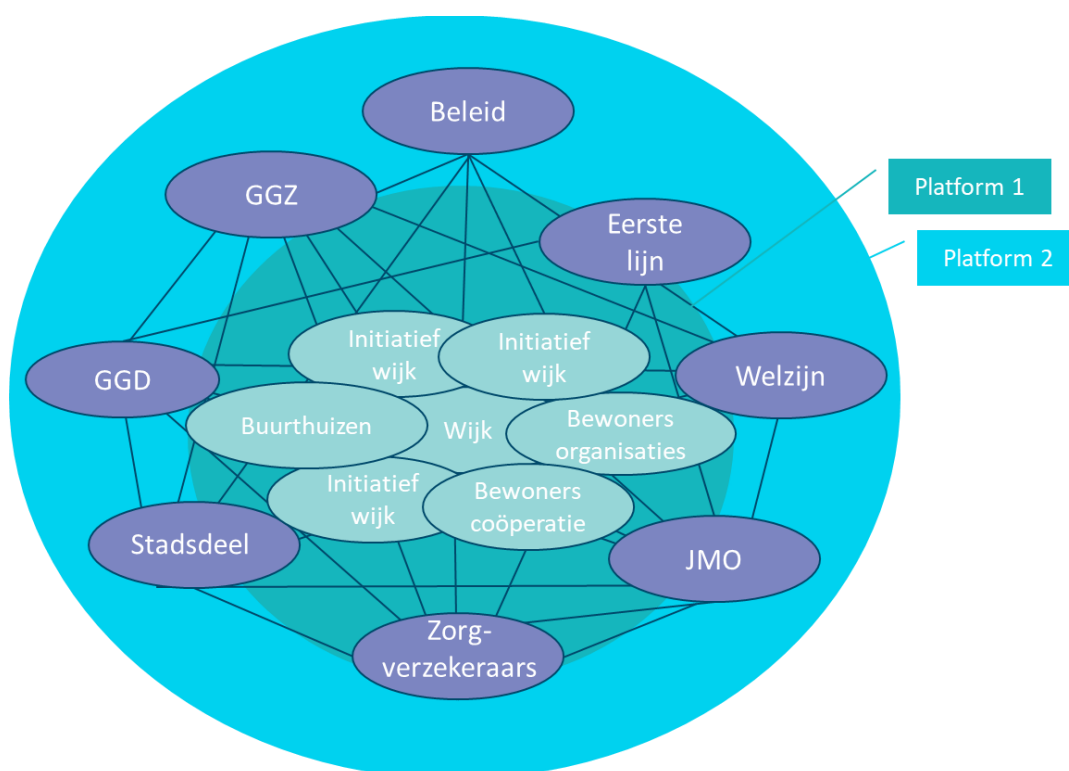
Zo'n co-creatieproces kan op verschillende manieren vormgegeven worden. In deze paragraaf schetsen we hoe dit er voor Moerwijk of Laak uit zou *kunnen* zien.

Veel van de vraagstukken en thema's die we zijn tegengekomen in Moerwijk en Laak laten zich niet regelen binnen de randen en kaders van één laag, zoals wijk-, managementlaag, of bestuurslaag. Deze niveaus werken onderling op elkaar in. Wanneer hier geen rekening mee wordt gehouden knippen we zaken op in afgebakende taken, die los van elkaar worden uitgevoerd en geen rekening houden met onderlinge verbanden. Dit zagen we in diverse focusgroepen terugkomen.

Uit onze gesprekken kwam verder naar voren dat veel van de partijen met vergelijkbare ontwikkelingen bezig te zijn, zonder dat van elkaar te weten. Daar liggen enorme kansen voor co-creatie: het gezamenlijk en met bewoners ontwikkelen van nieuwe werkwijzen en faciliteiten.

Neem concrete thema's of verbeterpunten als startpunt. Dat geeft energie bij alle betrokkenen en het voorkomt dat theoretische oplossingen worden bedacht die in de praktijk later niet blijken te werken. Vanuit de wijken, maar ook binnen de Alliantie Zuid-West is 'jeugd' als belangrijk(st) thema naar voren gekomen

Per thema of vraagstuk kan dan bekeken worden welke (combinatie van) (wijk)partijen en bestuurs- / beleidslagen nodig is. In een co-creatieproces wordt samengewerkt aan de opgave, waarbij iedereen aanspreekbaar is als mede-eigenaar. Hierbij ontmoeten bewoners en professionals van verschillende niveaus elkaar met regelmaat, bijvoorbeeld in gezamenlijke reflectiesessies. Door elkaars perspectieven te ontdekken ontstaat een beter beeld van het systeem waarin we werken en leven en wordt een gezamenlijke werkelijkheid gevormd.



In bovenstaande figuur wordt aangegeven hoe dit er mogelijk uit zou kunnen zien, waarbij een platform wordt gevormd op wijkniveau, waarbinnen professionals en bewoners (initiatieven) samenwerken, maar waarbij indien nodig binnen een groter platform wordt samengewerkt als dit nodig is om ook zaken te regelen die wijk overstijgend zijn. Te denken valt aan de strikte subsidiekaders die voor veel organisaties nu te weinig ruimte bieden om samen met de wijk andere initiatieven te bedenken. Hierbij kan samen gezocht worden naar manieren om anders met elkaar te gaan werken. De ontwikkelingen rondom het Sociaal Contract voor Zuid-West kan hier bijvoorbeeld een goed handvat voor vormen.

Er zijn al veel structuren aanwezig waar gebruik van gemaakt kan worden. Binnen ons PAO hebben we zicht gekregen op de volgende structuren:

Op wijkniveau

- In Moerwijk bestaat al een bondgenotenoverleg waar naast bewoners ook maatschappelijke partijen en ondernemers zijn aangesloten. Daarnaast komt daar een beweging op gang om alle bewonersinitiatieven aan elkaar te verbinden. Er is een wijknetwerkoverleg. Daarnaast is er lokaal een preventieloket wat bezig is door te ontwikkelen naar een netwerk van professionals en bewoners samen.
- In het Schipperskwartier lijkt het Buurthuis een belangrijke fysieke ontmoetingsplek waar verdere verbinding georganiseerd kan worden.

Op bestuurlijk-/ beleidsniveau

- GGDH
- Alliantie ZuidWest

Gebruik bestaande ontmoetingsruimten waar alle betrokken partijen elkaar natuurlijk kunnen treffen – zoals buurthuizen – en kijk waar extra ontmoetingsruimten gecreëerd kunnen worden. Deze ontmoetingsruimten zijn van vitaal belang om het co-creatieproces ruimte te geven en levend te houden. We hebben in ons PAO-traject al diverse voorbeelden gezien hoe dit in positieve zin bijdraagt aan onderling begrip en de ontwikkeling van nieuwe ideeën. Veel partijen hebben aangegeven een gebrek aan voldoende ontmoetingsruimten te ervaren.

4.6 Tot slot

Neem steeds de leefwereld van mensen als uitgangspunt en ga na wat hier nog nodig is om de omslag te maken van werken vóór de wijk naar werken mét de wijk. Kijk vervolgens wat de systeemwereld op dat punt te bieden heeft en verken met bewoners en professionals hoe dat kan worden aangesloten. Zorg tenslotte dat alle relevante betrokkenen bij het ontwikkelen van oplossingen betrokken worden (“get the whole system in the room”).

Gebruik opgedane inzichten niet alleen voor nieuwe oplossingen, maar ook om het co-creatieproces zelf doorlopend bij te stellen. Het is van belang deze doorontwikkeling van het co-creatieproces te borgen. Daar is regie op nodig. Het co-creatieproces zal vaak in de wijk plaatsvinden. De uiteindelijke oplossingen die ontstaan hebben vaak een hyper-lokaal karakter. Om die reden lijkt het ons verstandig om de Stadsdelen daar een rol in te geven, zij staan – min of meer onafhankelijk van de inhoud – dicht bij de wijk. De community builder is daarbij een belangrijke schakel tussen wijk en gemeente, maar er zijn ook andere verbinders nodig tussen de diverse platforms in de meerlaagse samenwerking. Overkoepelend is er een regiegroep nodig om de doorontwikkeling van het co-creatieproces op gang te houden.

De opdracht aan ons is tot stand gekomen vanuit de Preventiecoalitie. Van daaruit ligt het voor de hand dat in eerste instantie daar de lead wordt genomen bij het vervolg. Concreet kan dit vanuit de rollen Bruggenbouwer Preventie en Bruggenbouwer Wijk worden ingevuld.