



JAARVERSLAG GEZONDHEIDSPROMOTIE 2022

 wijkgezondheidscentrum maison médicale
De Brug La Passerelle

GESCHREVEN DOOR

Wendy De Zutter
Sanne Buelens

een jaaroverzicht

INLEIDING

Voor een planmatige werking van gezondheids promotie (GP) wordt er jaarlijks een jaarplanning en jaarverslag gemaakt. De focus ligt op visie, planning en evaluatie. Deze documenten bieden een kader voor de GP werking.

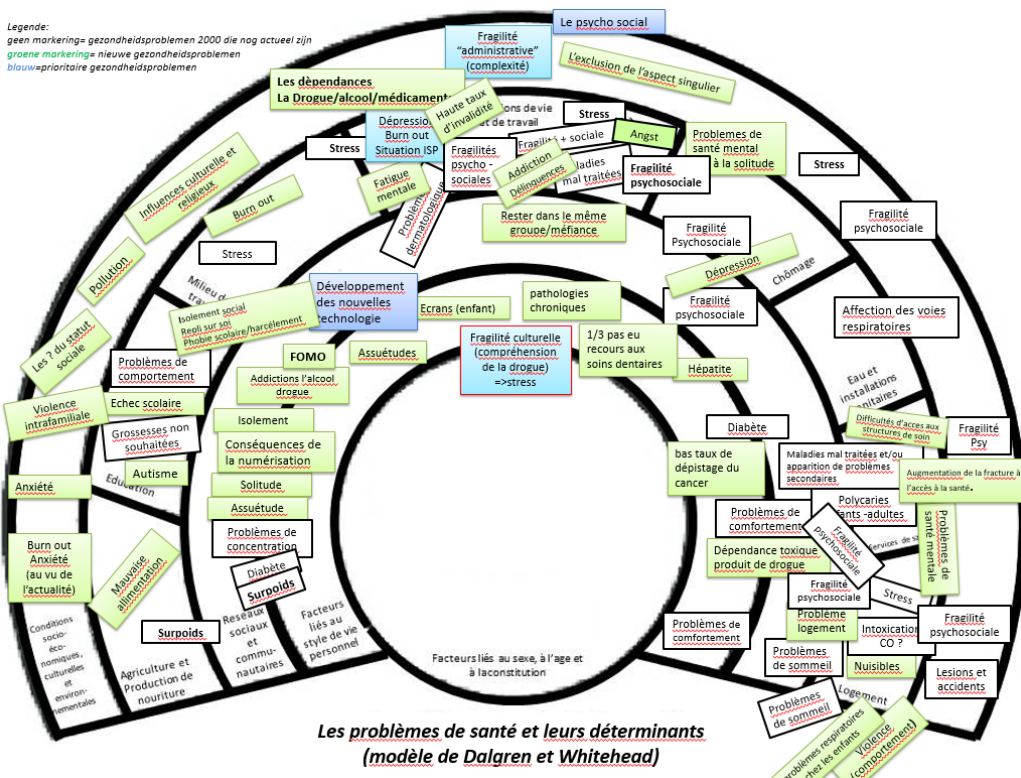
Dit jaarverslag geeft een overzicht van de projecten die GP het voorbije jaar (2022) organiseerde. Het beschrijft de prioriteiten, de wijkwerking en de partnerschappen.

Wij geven graag een inkijk in een zeer boeiend GP jaar.

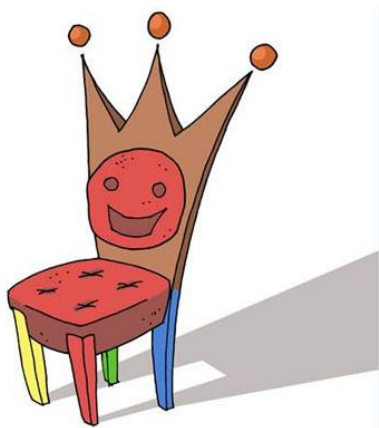
NODEN-ANALYSE



Het vertrekpunt van de activiteiten voor GP zijn de **gezondheidsnoden** bij de patiënten en uit de wijk. In 2022 werd verder gewerkt aan een update van het **gezondheidsportret** (2000), in samenwerking met Logo Brussel en Maison Médicale Norman Béthune.



MENTAAL WELZIJN



19

*deelnemers
goed gevoel stoel*

Goed Gevoel Stoel

De Goed Gevoel Stoel is een atelier om in groep te werken aan mentaal welzijn via verschillende laagdrempelige en visuele methodieken. De thema's die aan bod komen, worden mede bepaald aan de hand van de nodenanalyse.

Thema's:

Gezondheidstips: de expert in jou

Krachthanden

Goed Gevoel boom

Je eigen levenslijn

Les talents de La Passerelle



MENTAAL WELZIJN

Relaxatiesessies

Patiënten kunnen wekelijks deelnemen aan een relaxatiesessie. Onze psychologe begeleidt de oefeningen. Tijdens deze sessies komen **ademhalingstechnieken** en **mindfulness** aan bod.

80

*deelnemers
relaxatie*

23

*complimenten-
kaartjes naar
patiënten
verstuurd*



Complimenten-maart

Naar aanleiding van de Nationale Complimentendag op 1 maart werd een **complimentenkaartje** verstuurd naar de **patiënten** die regelmatig deelnemen aan activiteiten en waarvan we weten dat ze het niet altijd even gemakkelijk hebben (gehad).

Ook elk **teamlid** kreeg een complimentenkaartje om even stil te staan bij ieders inzet en engagement.



SOCIALE COHESIE



101
*deelnemers
uitstappen
en wandelingen*

Uitstappen en wandelingen

Bij de uitstappen en wandelingen staat ontmoeting centraal. Andere doelstellingen zijn informeel leren stimuleren, de drempel tot cultuur verkleinen en de wijk ontdekken.



**Expo 'Before time began' met
creatief atelier**

**Buitenspeeldag in
Maximiliaanpark**

**Uitstap naar Planckendael met
jonge gezinnen**

**Gezondheidswandeling in
Mechelen**

Bezoek SportSwitch

Docu & debat: Paradisiac

**Wandelingen: Wilderbos,
Zavelwijk, Meditatieve
wandeling (Erasmusziekenhuis)**



SOCIALE COHESIE

13

vrijwilligers

Vrijwilligerswerking

Een aantal vrijwilligers helpt jaarlijks in De Brug bij de **administratie van campagnes**, namelijk voor de griepcampagne en het Keep Smiling project.



Voor de **infosessies** 'Vocht in huis' en 'Mijn Gezond Huis' vragen we aan patiënten en wijkbewoners om **ambassadrice** te zijn. Zij nemen een belangrijke rol op als actieve figurant tijdens de animatie.



Patiëntenparticipatie

Een patiënte speelde mee in de video van Gezond Leven over vocht in huis.

Een wijkbewoonster speelde mee in de video van de VGC voor hun jaarverslag.

Een patiënte nam deel aan het symposium patient empowerment.

GEZIN EN OPVOEDING

30

*deelnemers aan
de ateliers*

Atelier voeding van het jonge kind

In samenwerking met vroedkundestudenten van de Erasmushogeschool werd er een interactieve infosessie georganiseerd in De Brug.

Ateliers Ket&Co school

Op vraag van de school Ket&Co organiseerden we 3 ateliers tijdens het koffiecontact voor ouders van leerlingen (3-12 jaar).

Thema's:

- Mentaal welzijn bij kinderen
- Mond- en lichaamshygiëne
- Gezonde voeding



GEZIN EN OPVOEDING

Health4Kids

Het project Health4Kids werd verder uitgewerkt.

In het najaar van 2022 ging het project voor de tweede keer door. Het project bestaat uit een programma van 10 weken (oktober – december) om met kinderen (6-12 jaar) te werken aan **gezonde voeding, beweging, zelfvertrouwen en mondgezondheid.**

10 + 7

*deelnemers Health4kids,
resp. kinderen + mama's*



GEZIN EN OPVOEDING

Keep Smiling

De campagne Keep Smiling heeft in 2022 als doel om ouders te motiveren om voor hun kinderen (3 tot 18 jaar) een jaarlijks **controlebezoek bij de tandarts of mondhygiëniste** in te plannen. Ze worden uitgenodigd per brief en via SMS.



140

*kinderen voor
Keep Smiling*

BBBru

Onze vroedvrouwen begeleiden de zwangerschap en bereiden voor op het ouderschap. Er zijn zowel **individuele contacten** als **groepsmomenten** voorzien.



BEWEGING

Wekelijkse beweeglessen

Onze kinesisten voorzien een wekelijks beweegaanbod met oefeningen om de **spieren te versterken** en het **lichaam te versoepelen**.

26

*verschillende
patiënten naar
yogales*

Yoga

In samenwerking met Yoga In Healthcare vzw en andere wijkgezondheidscentra bieden we wekelijks yogalessen op beginnersniveau aan **voor patiënten**.

Er werd ook een yogales gegeven **voor het team**. Zo kregen de collega's de kans om kennis te maken met het nieuwe programma Yoga et Soins (YeS) dat in 2023 concreet zal worden.



BEWEGING

25

deelnemers

Atelier rugschool

Atelier Groot Eiland stelde vast dat de medewerkers van The Food Hub en de moestuin geregeld rugklachten krijgen. GP en de kine's deden een **omgevingsanalyse** en de kine's gaven verschillende keren een **rugschool** op de werkplaats voor de medewerkers.



Bewegen Op Verwijzing

Patiënten die meer willen bewegen, kunnen voor een individuele opvolging een afspraak maken bij de BOV coach in De Brug. Die bekijkt samen met de patiënt op wel vlakken er **meer beweging** kan ingepland worden (**dagelijks leven, werk, verplaatsingen, sport...**).

24

consultaties

VACCINATIE

Griepvaccinatie

In het najaar organiseerden we de jaarlijkse **griepvaccinatie**. Tijdens deze campagne werd er ook extra aandacht besteed aan het in orde brengen van **tetanusvaccinatie** bij patiënten die langskwamen.

389

*patiënten kregen
griepvaccin*



GEZOND WONEN

Netwerk Laag-Molenbeek Gezond

Het netwerk Laag-Molenbeek Gezond blijft zich inzetten voor het thema gezond wonen in de wijk.

De leden van deze **werkgroep** zijn WGC De Brug, LOGO Brussel, Buurthuis Bonnevie, La Rue asbl, Maison Médicale Norman Béthune, Foyer en Cellule Habitat van de gemeente Molenbeek.



30
*bezoekers
op de stand*

Ontmoetingsfestival de Rencontre

Samen met enkele partners van het netwerk Laag-Molenbeek Gezond zette GP een **interactieve stand** op rond het thema **Vocht in huis** tijdens het Ontmoetingsfestival de Rencontre in Muntpunt:

- een ontmoetingsplaats voor de Brusselse burger, zorg- en welzijnsverleners en beleidsmakers
- meer dan 40 organisaties hielden een stand en/of verzorgden een atelier



GEZOND WONEN

204
deelnemers

Infosessie Vocht in huis

Is een interactief atelier waarin de deelnemers de vochtproblemen ontdekken die zich kunnen voordoen in de verschillende leefruimtes van een woning. Samen met de hen gaan we op zoek naar de oorzaken en oplossingen. De aanpak is visueel en de taal is eenvoudig.



Infosessie Mijn gezond huis

Tijdens deze infosessie willen we wijkbewoners informeren over het basisonderhoud van hun woning (verwarmingsketel, afvoer, dampkap, rookmelders, schoonmaakproducten, radiatoren purgeren...) en wat dat betekent voor de gezondheid.



CHRONISCHE PIJN

7

deelnemers

Sessies chronische pijn

In samenwerking met Le Renfort uit de wijk, werd een reeks van 10 ateliers over chronische pijn gegeven. De inhoud focust op het begrip van waar pijn vandaan komt en hoe pijn een plaats geven in het dagelijks leven.



ORIËNTEREN EN ONDERSTEUNEN VAN PATIËNTEN

Zorgverleners kunnen patiënten die op zoek zijn naar activiteiten in de wijk, doorsturen naar GP (**sport, vakantie-activiteiten, vrije tijd en cursussen/opleidingen**).

Er wordt altijd eerst geluisterd naar de noden van de patiënt. Aan de hand van de kennis van de **sociale kaart**, wordt de patiënt geïnformeerd over het aanbod en eventuele **terugbetalingen/kortingen**. Indien mogelijk neemt de patiënt zelf contact op met de organisaties.

Het contact met de patiënt wordt telkens geregistreerd in **CareConnect**.

Patiënten konden ook nog steeds terecht bij GP voor het aanmaken van hun **CovidSafe Ticket**.



COMMUNICATIE

NAAR PATIËNTEN EN DE WIJK



mailchimp

MET HET TEAM

Maandelijks nieuwsflash GP

De Nieuwsflash GP heeft als doel de teamleden op de hoogte houden van interne en externe activiteiten. We kijken ook vooruit naar de geplande evenementen. De Nieuwsflash wordt per mail verstuurd naar heel het team.

Uitleg GP werking

Regelmatig krijgen we de vraag om aan nieuwe collega's (intern en uit andere WGCa), stagiaires, organisaties in de wijk of studentengroepen de GP werking uit te leggen.

ID-kring - Teamvergadering

Indien opportuun komt GP aan bod tijdens een ID-kring of teamvergadering, om betrokkenheid van het team te garanderen.

Activiteitenkalender in Sanmax

Door het raadplegen van de activiteitenkalender, kunnen collega's op een snelle en makkelijke manier info over geplande activiteiten opzoeken en meegeven aan patiënten. In 2022 werd het mogelijk gemaakt om patiënten in Sanmax in te schrijven voor een specifieke activiteit.

Deelname aan werkgroepen

GP maakt ook graag deel uit van verschillende werkgroepen om samenwerking en inbedding in het team te verbeteren: nl. WG psychosociaal welzijn, WG Keep Smiling, coronacomité, WG Health4Kids, ID kring preventie, feestcomité 40 jaar De Brug, patiëntenbespreking, ...

NETWERKING

Bij het leggen van **nieuwe contacten met organisaties in de wijk** is het steeds de bedoeling om hun werking, projecten en toekomstideeën te leren kennen. We polsen naar welzijnsnoden die we detecteren, we stellen de werking van De Brug voor en we kijken naar eventuele mogelijkheden tot samenwerking in de toekomst.



14
*organisaties
(beter) leren
kennen*

Organisaties die GP in 2022 (beter) leerde kennen:

- School Ket&Co (gezondheidsateliers tijdens koffiemoment, schoolfeest, kleuters op bezoek in De Brug)
- School De Boomhut (stand presentatie De Brug tijdens oudermoment)
- SportSwitch & Gazelles de Bruxelles (bezoek met patiënten)
- Babytheek De Platoon (overleg LGN)
- Jardin public @ Vierwindenstraat (bezoek)
- Toestand asbl (voorstelling plannen Park Ouest)
- Relais d'action de quartier RAQ (overleg)
- Voedselbedeling Snijboontje bis (rondleiding)
- Jeugdhuis van AJM-VMJ (D' Broej) (Brom partneroverleg)
- RibauCare (rondleiding openingsfeest)
- Maison de la création in Laken (docu en debat met patiënten)
- Elmer kinderopvang (ontmoeting Sonja Cassiman in De Brug)
- Cultureghem vzw (bezoek met verschillende patiënten)
- Welzijnsontmoeting Brede School Molenbeek



PARTNERS

De Brug gaat partnerschappen aan en neemt deel aan bestaande overlegplatformen in de wijk. De bedoeling is het **realiseren van een ruime gezondheidsimpact in de wijk, uitwisselen van expertise, bundelen van krachten, opstellen van actieplannen en beïnvloeden van van beleid.**

Lokaal Gezinsondersteunend Netwerk (LGN)

Het Kenniscentrum Gezinswetenschappen (van Odissee Hogeschool) startte een samenwerking met het Huis van het Kind en een aantal partners uit de sector om in te zetten op versteviging en een eventuele uitbreiding van het aanbod preventieve gezinsondersteuning voor gezinnen in Molenbeek. GP engageerde zich om daaraan mee te werken.

VWGC (Themaoverleg Gezondheids promotie)

Om de werking op vlak van ziektepreventie en gezondheids promotie te optimaliseren en de uitwisseling tussen de wijkgezondheidscentra te bevorderen, wordt in het Themaoverleg GP gewerkt aan informatie-uitwisseling, deskundigheidsbevordering, intervisie, opvolgen van de actualiteit (beleid, methodieken, literatuur, ...), (gemeenschappelijke) visieontwikkeling.

Yoga In Healthcare

De missie van YIH is yoga integreren in het Belgische gezondheidssysteem. Aangezien we overtuigd zijn van de voordelen van yoga voor de gezondheid van onze patiënten, gingen we een samenwerking aan.



PARTNERS

Netwerk Laag-Molenbeek Gezond

De Brug is trekker van dit netwerk van partners in de wijk, nl asbl La Rue, Buurthuis Bonnevie, Logo Brussel, MM Norman Bethune, Foyer en Cellule Habitat (Gemeente Molenbeek). Het netwerk zet zich in rond het thema Gezond wonen.

Cellule Logement-Santé

Sinds eind 2016 zetelt De Brug actief in de werkgroep Logement-Santé van de gemeente Molenbeek. Daardoor kunnen we inzetten op het luik (geestelijke) gezondheid en de samenhang met woonomstandigheden en tevens een link maken met het beleid.

BOV (Huis voor Gezondheid)

We engageren ons om deel te nemen aan het BOV overleg met de verschillende lokale partners. Tijdens de vergaderingen van de lokale antenne (Molenbeek - Anderlecht) wordt de werking van BOV voortdurend geëvalueerd en bijgestuurd.

Brede school

Is een samenwerkingsverband tussen verschillende sectoren die samen werken aan een brede leer- en leefomgeving in de vrije tijd én op school, met als doel maximale ontwikkelingskansen voor alle kinderen en jongeren.



VORMING

Webinar Migratie

Webinar Mondzorg

Vorming Netwerk - Lasso

Ontmoetingsmoment 'Vroeg en nabij'

Lunchsessie Seksuele gezondheid - VWGC

Webinar Door de ogen van het kind

Symposium Patient Empowerment (Gent)

Vorming Trauma en migratie - Solentra

Symposium Doelgerichte zorg KBS

Netwerkdag Cultuursensitieve zorg - online

Dag van de VWGC

BOV netwerk event

