

BeweegKuurGLI en Stichting Lezen en Schrijven werken samen op het gebied van laaggeletterdheid

Waar hebben we het over, als we het over laaggeletterdheid hebben?

In Nederland hebben 2,5 miljoen mensen van 16 jaar en ouder moeite met taal en/of rekenen (Algemene Rekenkamer, 2016). Dat is 18% van de mensen van deze leeftijd in Nederland (oftewel 1 op de 6). Vaak beschikken zij ook over weinig digitale vaardigheden. Dat heeft grote impact op hun persoonlijke leven. Als je moeite hebt met deze basisvaardigheden:

- vind je minder snel een baan
- heb je minder grip op je geldzaken
- kun je minder gezond leven.

Waarom zijn laaggeletterden slechter af wat betreft hun gezondheid?

We weten uit onderzoek van het Nivel (2015) dat als je laaggeletterd bent, je:

- een minder gezonde leefstijl hebt
- meer moeite hebt met zelfmanagement
- vaker medicijnen niet op de juiste manier gebruikt
- minder gezond voelt
- minder gezond bent
- een grotere kans hebt om eerder te sterven
- meer gebruik maakt van de huisarts en het ziekenhuis
- minder van voor- en nazorg.

Waarom samenwerken?

Vanuit de BeweegKuurGLI hechten we veel waarde aan dat iedereen kan deelnemen. Maar dat is niet altijd zo vanzelfsprekend als we soms denken. We bereiken lang niet iedereen als we daar geen speciale aandacht voor hebben. Bijvoorbeeld mensen die niet goed kunnen lezen en schrijven.



Stichting
Lezen en
Schrijven

De onderzoekers concluderen dan ook dat we moeten nadenken over betere manieren om mensen te informeren over hun gezondheid en bij hun gezondheid te betrekken.

Wat kunnen jullie als zorgprofessionals hieraan doen?

Het is van belang dat jullie 4 dingen doen (zie ook onze [factsheet Taal maakt gezonder](#)):

1. Duidelijk communiceren

Dus spreken en schrijven in eenvoudige taal. Jullie moeten zeker weten dat cliënten jullie begrijpen (informed consent).

2. Laaggeletterdheid herkennen

Signalen zijn bijvoorbeeld: formulieren niet invullen of er hulp bij krijgen, moeite hebben met het lezen van folders, moeite hebben om in eigen woorden terug te vertellen wat er net besproken is.

3. Laaggeletterdheid bespreekbaar maken

Durf te vragen of iemand moeite heeft met lezen of schrijven. Laat weten dat veel mensen hier moeite mee hebben. En dat er iets aan te doen is.

4. Over scholing informeren

Wil iemand er iets aan doen? Kijk samen op ikwilleren.nl, of bel 0800-023 44 44 om iemand op te geven voor een cursus. Of zoek een Taalhuis in de buurt.

Na een taal cursus van 5 maanden, blijken deelnemers niet alleen beter in taal, maar zich ook gezonder te voelen (De Greef et al., 2015)!

Een voorbeeld van een scholing is **Voel je goed!**

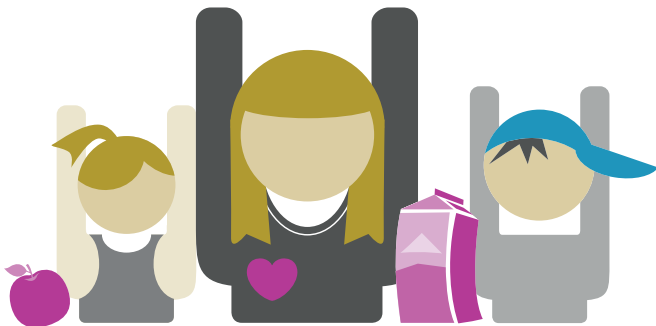
Via deze interventie kun je laaggeletterden helpen aan een gezonder gevoel en gewicht, door een verbetering van hun gezondheidsvaardigheden, incl. hun taalvaardigheden! Deze leefstijlinterventie is bewezen werkzaam (Martens & Daalder, 2019; Daalder et al., 2021) en in 2020 door het RIVM erkend als succesvol.

Kijk en luister naar de film Voel je goed! (2 minuten):

<https://youtu.be/x2xWGjLhgII>

En/of bekijk de webpagina

www.lezenenschrijven.nl/projectvoeljegoed



Hoe kun je Voel je goed! inzetten?

Dat kan als opmaat voor de BeweegKuurGLI. Zo verklein je de kans op uitval, wat vervelend is voor de deelnemer en voor jou, en kun je laaggeletterden toch iets bieden. Na afloop van Voel je goed! kun je alsnog de BeweegKuurGLI inzetten.

In Assen loopt een experiment: daar screenen de leefstijlcoaches van Gezond in Drenthe hun cliënten die worden doorverwezen naar hen voor een GLI op laaggeletterdheid. Zij doen dat met de **Taalverkenner gezondheid**. Stichting Lezen en Schrijven heeft hen daarin **getraind**.

En als zij moeite met lezen en schrijven hebben, motiveren zij hen voor deelname aan Voel je goed! i.p.v. voor een verzekerde GLI. Na een half jaar, na afloop van Voel je goed!, bespreken de leefstijlcoaches met de deelnemer wat een goede vervolgstap is.

Past Voel je goed! in jouw werkgebied?

Wat is er voor nodig om te kunnen starten?

- Je hebt een **gemeente** nodig, die er positief tegenover staat gezien hun beleid en er bij voorkeur ook geld in wil steken (bijv. via gelden van het Lokaal Preventie Akkoord, Gezond In De Stad-gelden, Wet Educatie Beroepsonderwijs-gelden of gelden via de gemeentepolis voor minima).
- Daarnaast heb je een **lokale projectleider Voel je goed!** nodig, die deelnemers werft en anderen daarbij ondersteunt (diëtisten, fysiotherapeuten, leefstijlcoaches, welzijnswerkers, praktijkondersteuners, taaldocenten, klantmanagers, etc.).
- Een **vrijwilligersorganisatie**, die de coördinatie van het vrijwilligerswerk verzorgt (werving, scholing, koppeling en begeleiding van vrijwilligers).
- En een **diëtistenpraktijk** die adviezen geeft en de supermarktrondleiding organiseert.
- **Stichting Lezen en Schrijven** ondersteunt qua advies, training en materiaal, mits de gemeente erachter staat.

Diëtisten (naast het geven van adviezen), fysiotherapeuten en/of leefstijlcoaches kunnen de rol van verwijzer vervullen, maar ook de lokale projectleider Voel je goed! zijn.

Als Voel je goed! past, wat is dan een volgende stap?

- Peilen interesse van alle benodigde partijen
- Organiseren van een lokale bijeenkomst voor betrokkenen, met op de agenda: inhoud, organisatie, evaluatie, planning en financiën van Voel je goed!
- Nemen van een gezamenlijke beslissing en vastlegging in plan en afspraken.

Waar kan je meer informatie vinden?

En met vragen terecht?

Mocht je interesse hebben, mail dan naar:

mariekewiebing@lezenenschrijven.nl. Zij kan kijken of Voel je goed! al loopt in de plaats waar jij werkt of dat het nog opgezet moet worden.

Zij of een van de regionale adviseurs Voel je goed! kunnen je helpen met het peilen van de lokale situatie. In geval van vragen of ideeën kun je uiteraard ook mailen.