

WEL

# WAT KAN ER WEL?

WEL IN FLEVOLAND



PROVINCIE FLEVOLAND



# PROGRAMMADOEL

Eind 2023 heeft WEL in Flevoland bijgedragen aan een bredere kijk op de gezondheid van de Flevolandse professionals en beleidsmakers, zodat meer professionals en beleidsmakers een bijdrage leveren aan preventie en gezondheidsbevordering en meer randvoorwaarden zijn gerealiseerd om dat mogelijk te maken. Hiermee bevorderen wij de veerkracht en regie op de eigen gezondheid van de Flevolandse professionals.



# MIJN POSITIEVE GEZONDHEID

- Zorgen voor jezelf
- Je grenzen kennen
- Kennis van gezondheid
- Omgaan met tijd
- Omgaan met geld
- Kunnen werken
- Hulp kunnen vragen



DAGELIJKS  
FUNCTIONEREN



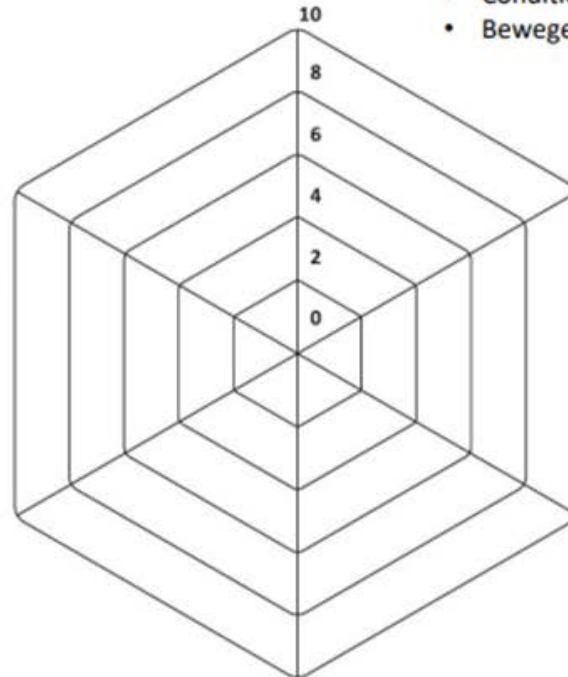
MEEDOEN

- Sociale contacten
- Serieus genomen worden
- Samen leuke dingen doen
- Steun van anderen
- Erbij horen
- Zinnvolle dingen doen
- Interesse in de maatschappij



LICHAAMSFUNCTIES

- Je gezond voelen
- Fitheid
- Klachten en pijn
- Slapen
- Eten
- Conditie
- Bewegen



MENTAAL  
WELBEVINDEN

- Onthouden
- Concentreren
- Communiceren
- Vrolijk zijn
- Jezelf accepteren
- Omgaan met verandering
- Gevoel van controle



ZINGEVING

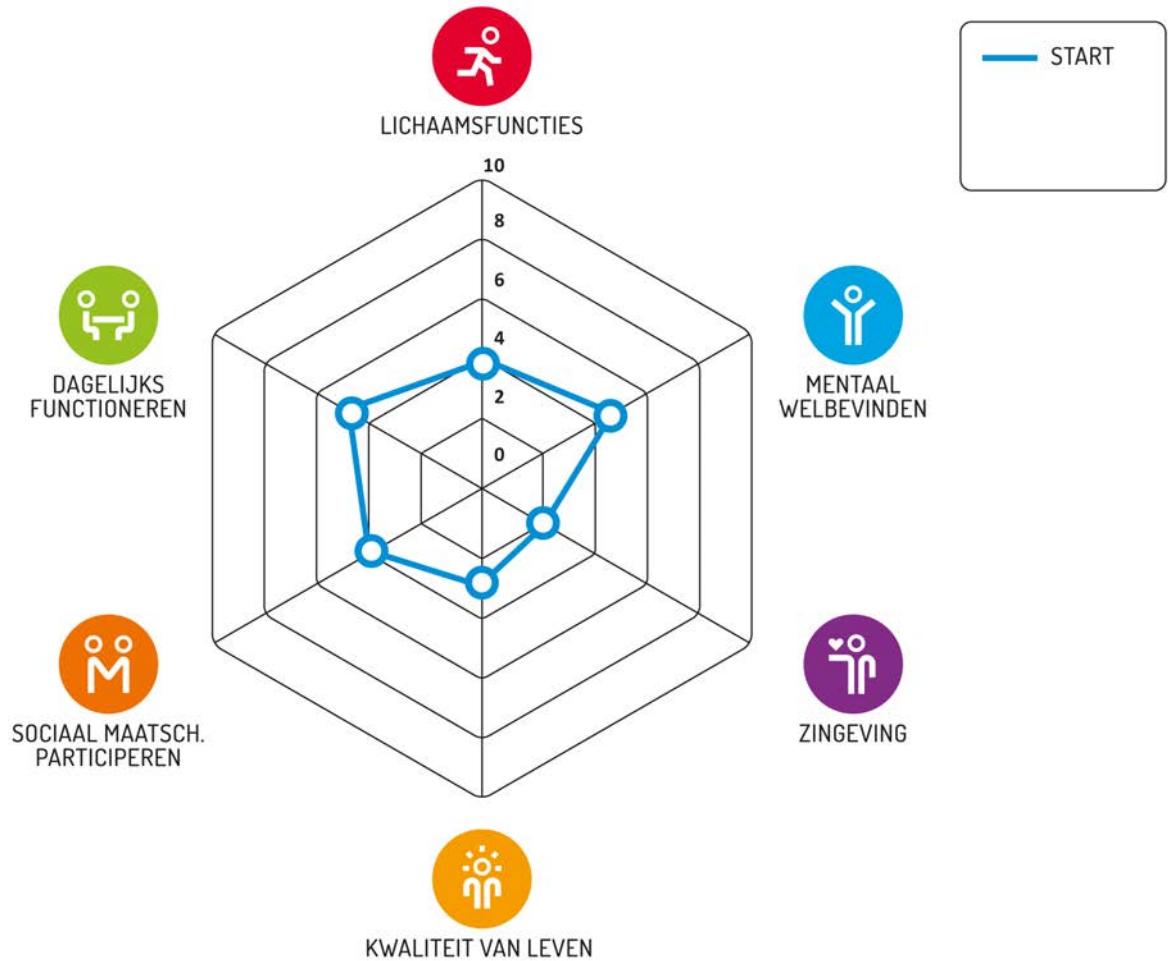
- Zinvol leven
- Levenslust
- Idealen willen bereiken
- Vertrouwen hebben
- Accepteren
- Dankbaarheid
- Blijven leren



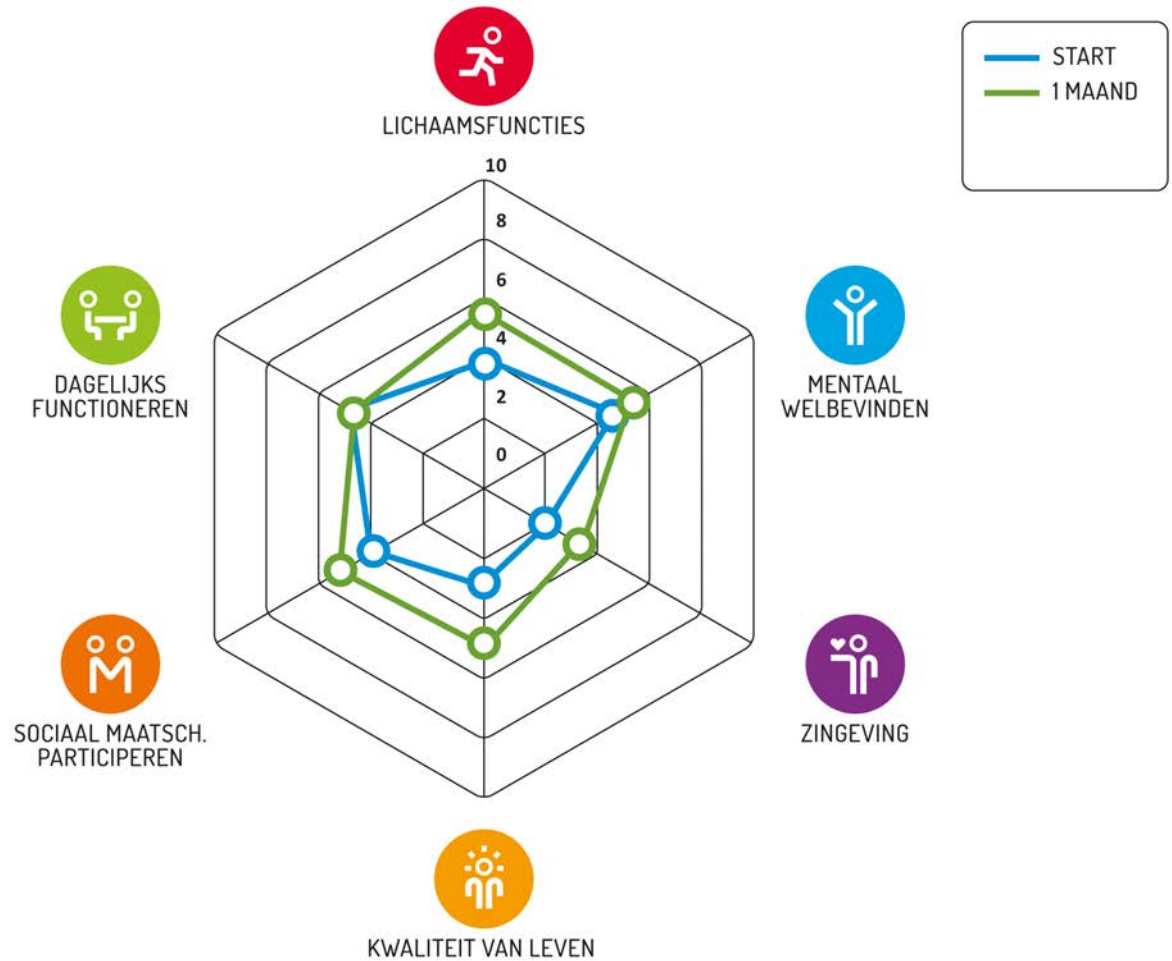
KWALITEIT VAN LEVEN

- Genieten
- Gelukkig zijn
- Lekker in je vel zitten
- Balans
- Je veilig voelen
- Hoe je woont
- Rondkomen met je geld

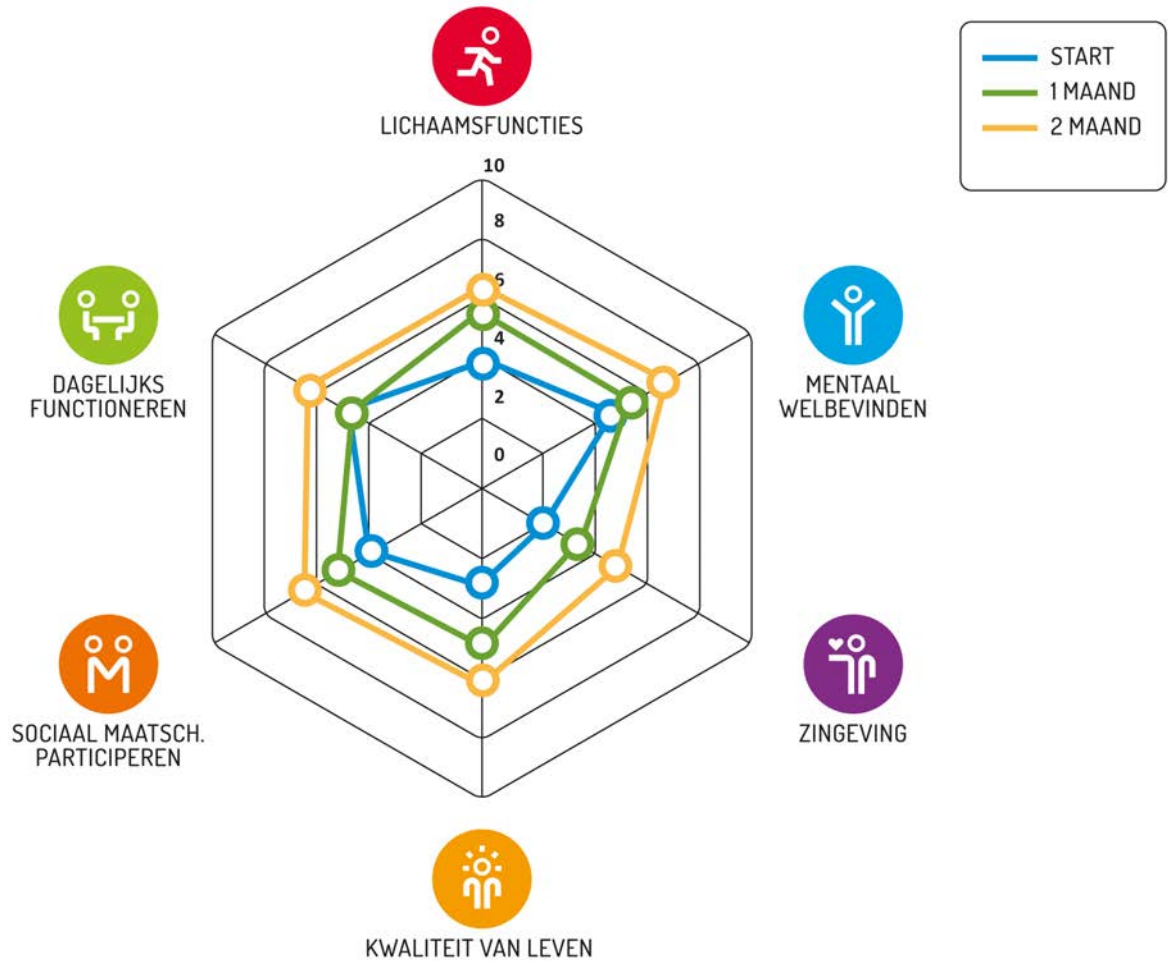
# PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID



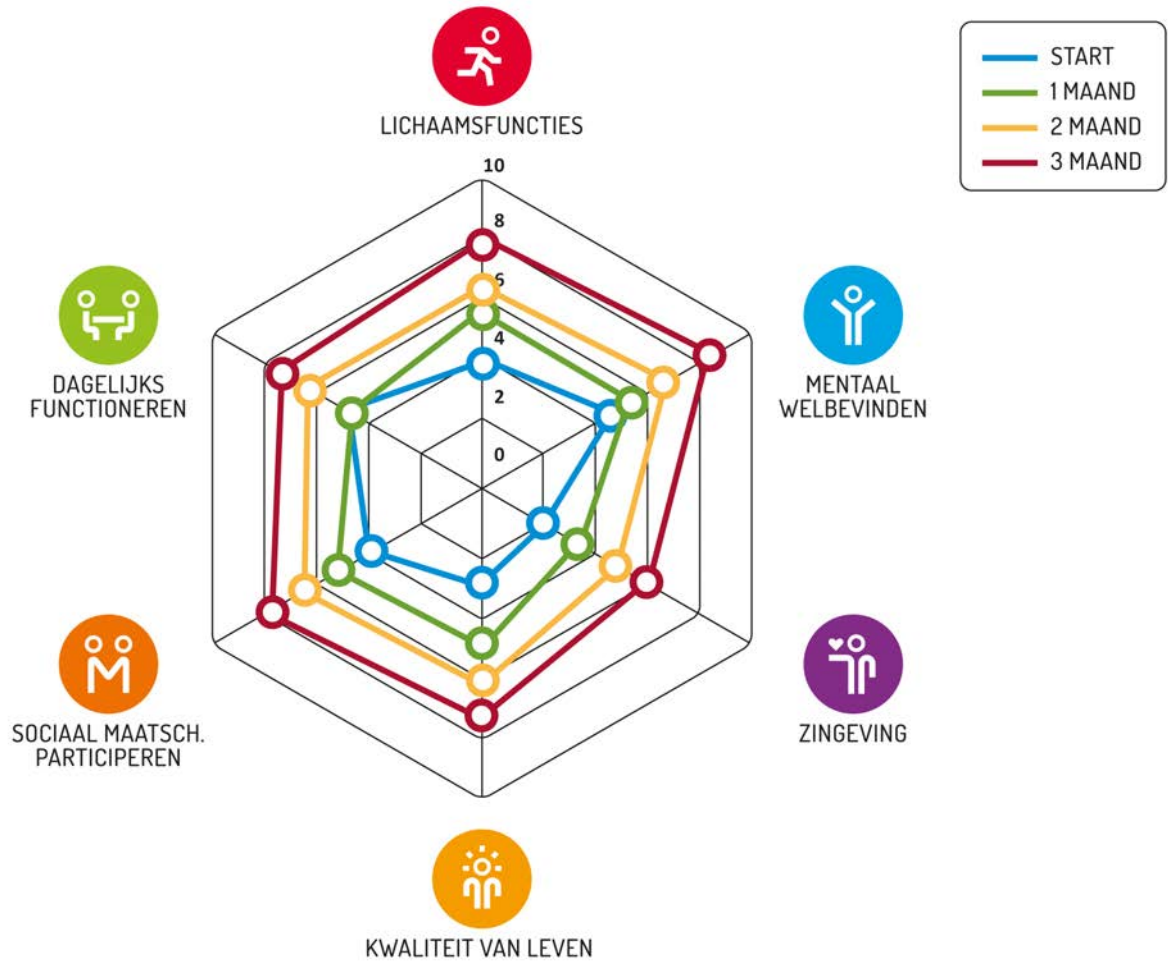
# PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID



# PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID



# PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID





# Werken met Positieve Gezondheid

## ***Gaat om drie elementen:***

1. *De brede blik naar binnen - ‘Mijn Spinnenweb’*
2. *Het ‘andere gesprek’ - **Wat is voor u echt belangrijk?**  
**Wat zou u willen veranderen?***
3. *Beschikbaarheid & vindbaarheid van ‘Handelingsperspectieven’  
en iemand daarbij dan begeleiden/coachen.*

# Positieve gezondheid en kunst & cultuur (1)

## MOVISIE

Vele mensen ervaren een drempel tot kunst- en cultuur en nemen niet deel aan activiteiten uit de sector.

## WIE

- Minima ervaren een financiële drempel,
- Laaggeletterden ervaren een informatieve en digitale drempel
- Mensen met een beperking ervaren vaak met een fysieke drempel
- Jongeren ervaren drempels in relatie tot de fases die zij doorlopen in de adolescentie

# Positieve gezondheid en kunst & cultuur (2)

De kracht van Kunst en cultuur draagt bij aan Positieve Gezondheid en speelt een belangrijke rol spelen bij het voorkomen van maatschappelijke problemen.

- Insteek op talenten en mogelijkheden
- Ontdekken en verwonderen
- Verhalen verbeelden
- MEE-maken en MEE-doen
- Doorbreken van taboes

# ROL WEL

- **BEGELEIDEN:**  
Initiëren en begeleiden lokale netwerken
- **OPLEIDEN:**  
Kennis bevordering en samen leren middels de Academie
- **INSPIREREN:**  
Flevolandse initiatieven in beeld brengen, inzicht geven in randvoorwaarden voor succes

# ROL WEL

## VERBINDEN:

- Verkennen samenwerking met partijen uit bijvoorbeeld natuur, sport en kunst & cultuur
- Met het ontsluiten van sport en culturele activiteiten zorg je voor ontmoeting en verbinding
- [info@welinflevoland.nl](mailto:info@welinflevoland.nl)

## VERANDEREN:

Binnen de huidige infrastructuur van de zorg veranderingen teweeg brengen gericht op preventie en gezondheidsbevordering. Dit vanuit de gedachte van positieve gezondheid.



**WEL IN FLEVOLAND.  
HÉT PLATFORM RONDOM  
POSITIEVE GEZONDHEID VOOR  
HEEL FLEVOLAND.**

**[WWW.WELINFLEVOLAND.NL](http://WWW.WELINFLEVOLAND.NL)**

DANKJEWEL