

BEREIKEN VAN EEN SPECIFIEKE DOELGROEP

Het is belangrijk dat de GLI-programma's aansluiten op de eigenschappen van een groep deelnemers. Een van de belangrijke doelen is het verkleinen van gezondheidsverschillen. En dat zij juist ook groepen mensen bereikt die minder kans maken op gezondheid: mensen met een lage sociaal economische positie (SEP), mensen met lage taalvaardigheid (waar onder laaggeletterdheid en een laag opleidingsniveau).

Andere specifieke doelgroepen die je met de GLI wil bereiken, zijn bijvoorbeeld: mensen met diabetes, mensen die medicijnen gebruiken om af te vallen, migranten. Hoe beter de GLI op de doelgroep is toegesneden, hoe groter de kans op effect. Er is ook een GLI die specifiek goed past bij werkenden.

In de praktijk zien we dat de instroom van juist de doelgroepen met een lage sep, een laag opleidingsniveau en met laaggeletterdheid blokkeert.

Deze factsheet beschrijft welke factoren in het thema 'bereiken van een specifieke doelgroep' volgens het GLI netwerk Regio Nijmegen invloed hebben op de deelname van mensen met overgewicht en obesitas aan een GLI-programma. De factoren omschrijven op verschillende niveau's wat invloed heeft op het bereiken van een doelgroep. De factoren zijn toe te lichten met succesfactoren en kenmerken. De eerste 3 zijn met name voor uitvoerders en de laatste 3 om een gezamenlijk aanpak goed te organiseren.

HET BEREIKEN VAN EEN SPECIFIEKE DOELGROEP WORDT BEÏNVLOED DOOR DE VOLGENDE FACTOREN:



FACTOR 1	FACTOR 2	FACTOR 3	FACTOR 4
ACHTERGROND DEELNEMER Mogelijkheden, ervaring en voorkeuren van een deelnemer hebben invloed op hoe deelnemer kan mee doen in een programma.	BEREIKEN VAN EEN GROEP(SGEVOEL) <ul style="list-style-type: none"> • Er is een inhoudelijke gemene deler tussen deelnemers • De coaching vaardigheden van de begeleider - randvoorwaarden (als tijd en plaats) hebben invloed. 	SOORT GLI EN BIJBEHORENDE KENMERKEN Heeft het programma: ontmoeten, hoe wordt er met taal om gegaan, is bewegen opgenomen in het programma.	BELEID Gemeentelijk niveau (samenwerking rond GLI-programma) en regionaal niveau (leefstijlcoaches netwerk) samenwerking en faciliteren.



KNELPUNTEN EN SUCCESFACTOREN 'BEREIKEN VAN EEN SPECIFIEKE DOELGROEP'

✗ RANDVOORWAARDEN ZIJN BEPALEND OF MENSEN WEL OF NIET DEELNEMEN <ul style="list-style-type: none"> ↳ Tijdstip ↳ Afstand ↳ Vergoed of zelf betalen ↳ Groep of individueel ↳ Klik met begeleider 	✗ LET OP WELKE GLI MEER GESCHIKT IS VOOR WELKE DOELGROEP <ul style="list-style-type: none"> ↳ Digitale GLI meer geschikt voor werkenden of voor mensen met behoefte aan individuele coaching. ↳ SSIB meer geschikt voor lage SEP voor meer tips lees andere factsheets (link website) ↳ Andere opties zijn Xtra Cool of Voel je goed (nog) niet vergoed Tips uit deze ervaringen: <ul style="list-style-type: none"> • Bijeenkomst korte tijd (max 1 uur) • Vaak en regelmatig bij elkaar komen • Sociaal element van ontmoeting toevoegen • samen bewegen ↳ Voor mensen met diabetes is er een specifieke GLI 2diabete die ook online te volgen is ↳ Er zijn allerlei varianten ontwikkeld door leefstijlcoaches in het rijk van Nijmegen om doelgroepen te bereiken zie de verwijzingen 	✗ KENMERKEN UITVOERDER EN GROEP <ul style="list-style-type: none"> ↳ Bekende zorgverlener met ervaring op gebied van voeding, bewegen (oa fysiotherapeut) ↳ Netwerk en vertrouwen bij verwijzers ↳ Kwaliteit van de coachende vaardigheden ↳ Gemene deler van deelnemers waardoor de groep makkelijker een groep vormt
✓ GEZAMENLIJK NETWERK VAN LEEFSTIJLCOACHES EN/ OF PARTNERS OM TE 'DOEN MET' EN TE 'LEREN VAN' ELKAAR <ul style="list-style-type: none"> ↳ Tip doe dat regionaal (meerdere gemeenten) ↳ Lokaal binnen een gemeente ↳ In samenwerkingsgroepje voor effectieve implementatie van GLI programma plaatje 	✓ STEL GEMEENTE BREED DOELEN GERICHT OP SPECIFIEKE DOELGROEPEN. <ul style="list-style-type: none"> ↳ Zorg dat je met meerdere partners een gezamenlijk doel hebt dat iedereen uitdraagt <ul style="list-style-type: none"> • Trekt specifiek aanbod aan als nodig ↳ Baserende de doelen op cijfers wie niet bereikt en welke doegroep veel risico loopt lage SEP is grote risico groep in overgewicht en obesitas doelgroep ↳ Stel een lokale projectleider aan (die onafhankelijk is) om inzet in beweging te houden ↳ Richt de leefomgeving in tot gezonder gedrag uit te nodigen, oftewel zet in met integrale aanpak met een ketenaanpak (GALA/SPUK, voorkomen van overgewicht en obesitas en zet in op individuele en omgevingsfactoren) link adviesdocument ↳ Gebruik hiervoor oa de richting die GALA en IZA geven aan lokale ketenaanpak 	✓ STUUR MET FINANCIËLE MIDDELEN OP BIJVOORBEELD (EXTRA) INZET OP DOELGROEP <ul style="list-style-type: none"> ↳ Doen van uitgebreide intake ↳ Ontwikkelen van laaggeletterde materialen ↳ Opzet van ketenaanpak om onder andere de instroom goed te regelen met een Centrale Zorg Coördinatoren zoals aanbevolen in basis model van het PON (verwijzing) ↳ Biedt ook divers en niet vergoed aanbod aan

INSPIRERENDE VOORBEELDEN

- ↳ SEP doelgroep bereiken met Cool - <https://extracool.nl/>
- ↳ Voel je goed laaggeletterde doelgroep - <https://www.lezenenschrijven.nl/wat-doen-wij/oplossing-voor-je-vraagstuk/voel-je-goed>
- ↳ Een voorbeeld van een leefstijlcoach die bewust samenwerkt om doelgroepen te bereiken: De stap Nijmegen – West.

VERWIJZINGEN

- ↳ [Pharos.nl](https://pharos.nl)
- ↳ Voor meer informatie en de reeks factsheets: 'Verwijzen naar een deelname in een GLI-programma', 'Samenwerking van partners', 'Doorstroom naar bewegen', 'Financiering en contractering', 'Specifieke doelgroep' in de regio Nijmegen, kijk op de [website van de GGD Gelderland Zuid](#)
- ↳ Voor meer informatie over de GLI landelijk, kijk op de [website van Loket Gezond Leven](#)
- ↳ Voorbeeld GLI programma's die zich richten op specifieke doelgroepen zijn van Cool voor laaggeletterden door Frank Verkuylen of door diëtistenpraktijk Noer voor migranten.

Cool: EEN GECOMBINEERDE LEEFSTIJLINTERVENTIE

Een gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI) helpt volwassenen met overgewicht meer te bewegen en gezonder te eten. Mensen die hiervoor in aanmerking komen krijgen dit voor 100% vergoed vanuit de basisverzekering.

Een van de vier erkende leefstijlinterventies die door geaccrediteerde professionals verspreid over Nijmegen wordt aangeboden is Cool. Cool kenmerkt zich ten opzichte van de andere interventies doordat er één aanspreekpunt/leefstijlcoach is.

In Nijmegen-West wordt behalve het reguliere Cool-programma ook een variant aangeboden voor mensen met een lage opleiding die moeite hebben met begrijpend lezen. Deze variant heet **Gezonder Leven**.

