DIGITALE GEZONDHEIDSVAARDIGHEDEN IN FRIESLAND

JOB VAN 'T VEER

LECTOR DIGITALE INNOVATIE IN ZORG EN WELZIJN

NHL STENDEN HOGESCHOOL

NHL STENDEN hogeschool

Hi!Noord

Integraal Zorg Akkoord

Samen werken aan gezonde zorg

September 2022

GALA

Gezond en Actief Leven Akkoord

Gemeenten en GGD'en, zorgverzekeraars en VWS
zetten gezamenlijk in op een gezond en actief leven
met een stevige sociale basis

Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

WOZO

Programma Wonen, Ondersteuning en Zorg
voor Ouderen

4 juli 2022

WAT WETEN JULLIE AL AF VAN DE DIGITALE GELETTERDHEID IN DE REGIO?

WE KOERSEN ER OP AF DAT IN 2040 ONGEVEER 1 OF DE 6 WERKENDEN, EEN PROFESSIONAL IS IN DE ZORG.
WAAR OF NIET WAAR?
NIET WAAR:
DIT IS ONGEVEER 1 OP 4.
IN HET INTEGRAAL ZORGAKKOORD WIL MEN DAT ER VOOR ZORGEN DAT BIJ 1 OP 6 BLIJFT. IS WEL ACTIE VOOR NODIG.
ANP

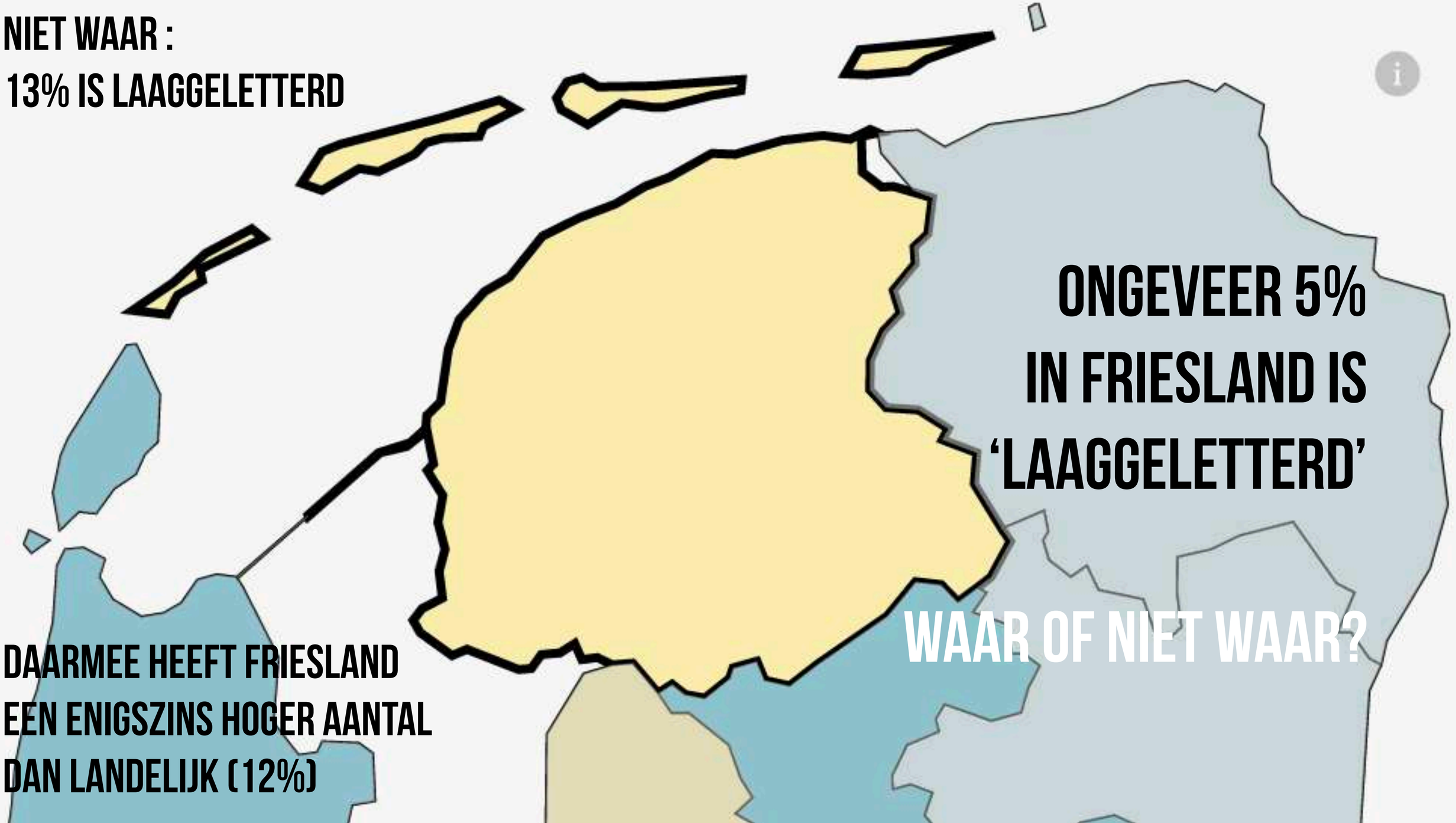
VAN ALLE MENSEN TUSSEN DE 80 EN 90 JAAR VERBLIJFT 20 PROCENT IN EEN VERZORGINGSTEHUIS

WAAR OF NIET WAAR?

NIET WAAR:
DIT IS ONGEVEER 13%

DE HELFT VAN DE MENSEN DIE IN HET VERPLEEGHUIS WOONDEN BIJ OVERLIJDEN, WAS DAAR PAS IN HET LAATSTE LEVENSJAAR KOMEN WONEN

NIET WAAR :
13% IS LAAGGELETTERD



ONGEVEER 5%
IN FRIESLAND IS
‘LAAGGELETTERD’

WAAR OF NIET WAAR?

DAARMEE HEEFT FRIESLAND
EEN ENIGSZINS HOGER AANTAL
DAN LANDELIJK (12%)

ONGEVEER 25% VAN DE NEDERLANDERS HEEFT BEPERKTE GEZONDHEIDSVAARDIGHEDEN

WAAR OF NIET WAAR?

WAAR:
DIT IS INDERDAAD ONGEVEER 1 OP 4.

MENSEN MET BEPERKTE GEZONDHEIDSVAARDIGHEDEN MAKEN MEER GEBRUIK VAN ZORG
ZIJ ERVAREN DE KWALITEIT VAN DE ZORG DIE ZE KRIJGEN ALS MINDER GOED

ONGEVEER 5% VAN DE NEDERLANDERS BOVEN DE 75 HEEFT GEEN INTERNETAANSLUITING

WAAR OF NIET WAAR?

NIET WAAR:
DIT IS ONGEVEER 2%. LAGER DUS

VAN DE 3% IN NEDERLAND ZONDER INTERNET IS 66% 75-PLUSSER.
NIET IEDEREEN DIE INTERNET HEEFT, IS DAAR OOK HANDIG MEE. ONGEVEER 2,5 MILJOEN NEDERLANDERS VINDEN PC'S, SMARTPHONES EN TABLETS MOEILIJK

Camera
Met je smartphone kun je foto's en video's maken. Je kunt de camera openen door op dit icoon te klikken.

Microfoon uitzetten
In je telefoon zit een microfoon. Als je belt, gebruik je de microfoon. De ander hoort je. Je kunt de microfoon ook uitzetten. Dan hoort niemand je.

Contactpersoon
Wil je gegevens van een persoon of een bedrijf opslaan in je telefoon? Voeg iemand toe als contactpersoon.

Locatie
Je smartphone heeft GPS. Met dat systeem weet je altijd waar je bent. Digitaal heet dat je locatie. Dit icoon staat voor je locatie.

Emoji ("ee-mo-djie")
Emoji's of emoticons zijn mini-plaatjes, zoals 😁 of 😠.
Je gebruikt emoji's om je gevoel over te brengen in digitale berichten.

DigiHandig

ONGEVEER 15% VAN DE NEDERLANDERS HEEFT MOEITE OM ONLINE INFORMATIE OVER GEZONDHEID EN ZORG TE VINDEN

WAAR OF NIET WAAR?

NIET WAAR:
DIT IS ONGEVEER 25%.

DIGITAL INFO EN TOOLS ZOU IN VEEL GEVALLEN TE INGEWIKKELD ZIJN.

https://icthealth.nl/nieuws/digitale-tools-inclusiever/

WIE KENT DE TERM ‘CYBERCHONDRIE’?

CYBERCHONDRIE IS EEN KLINISCH FENOMEEN WAARBIJ HERHAALDELIJK ZOEKEN OP INTERNET NAAR MEDISCHE INFORMATIE LEIDT TOT OVERMATIGE ZORGEN OVER DE EIGEN GEZONDHEID.

HOE DIGITAAL IS DE NOORDERLING EIGENLIJK?

ALGEMENE VRAGEN GEBRUIK EN ATTITUDE

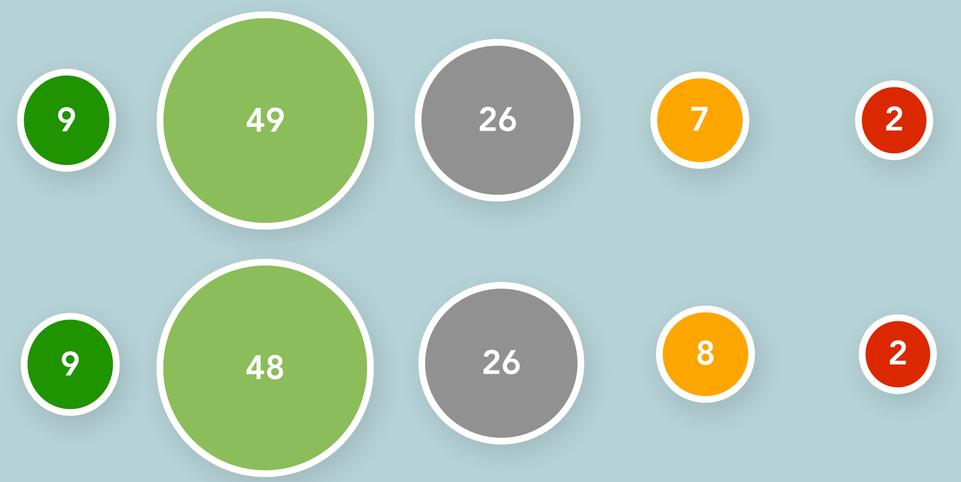
Van welke van deze hulpmiddelen maakt u zelf gebruik? (n=3178)

	2020 (% ‘ja’)
Geen van deze	19
Appen met familie over gedeelde opvoeding of mantelzorg	23
Leefstijl app (zoals een stappenteller op een horloge)	25
Online consults/beeldzorg (met een arts)	5
Gezondheidsinformatie op internet	46
Patiëntportaal (een webpagina met gegevens over uw gezondheid)	31
Website of app voor sociaal contact met anderen (zoals een burenapp)	30
Personenalarmering of valdetectie met sensoren	3
Online afspraak maken met huisarts	23

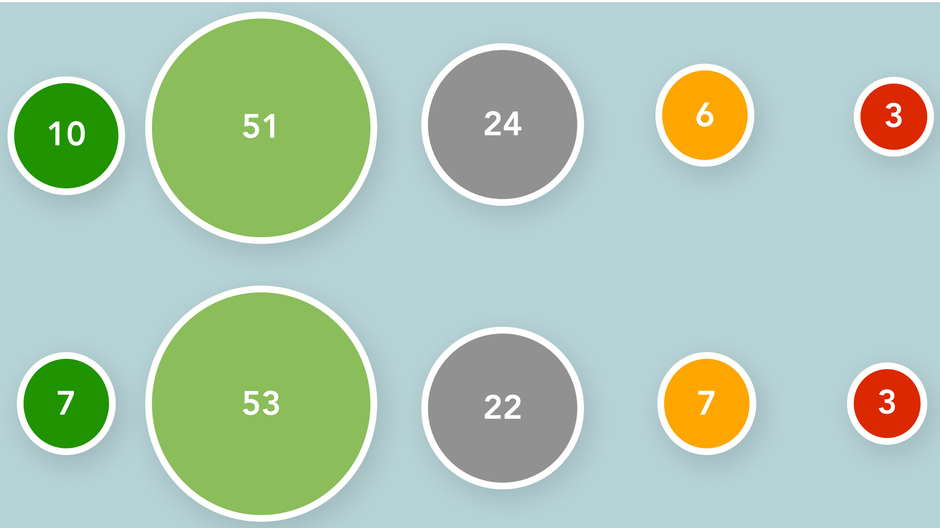
ALGEMENE VRAGEN GEBRUIK EN ATTITUDE

Het gebruik van eHealth-technologie…

…kan bijdragen aan een gezonder leefstijl



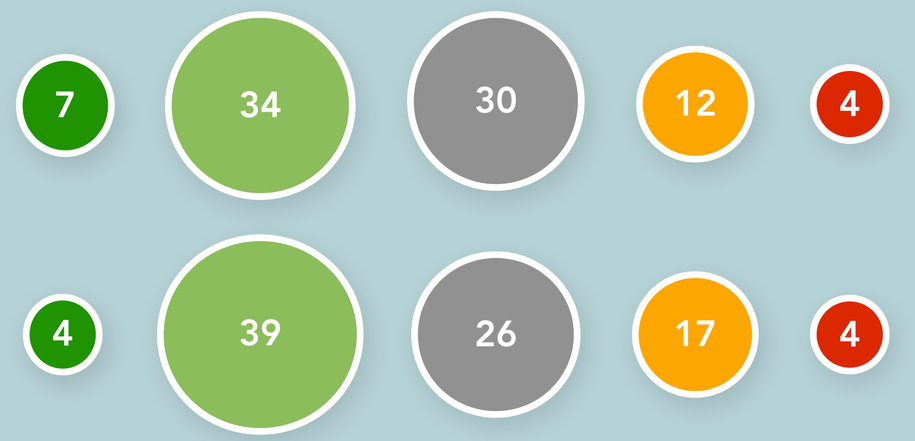
…kan mensen helpen de regie op hun eigen gezondheid en zorg te versterken



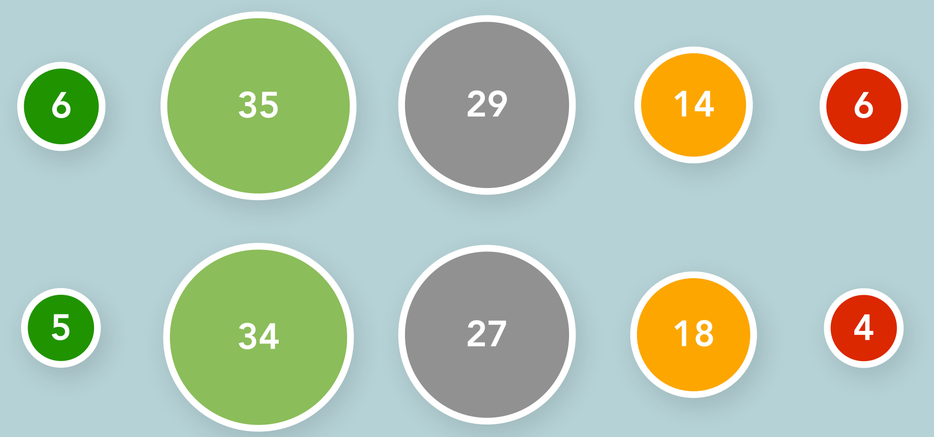
ALGEMENE VRAGEN GEBRUIK EN ATTITUDE

Het gebruik van eHealth-technologie…

…kan de zorg betaalbaar houden



…kan ervoor zorgen dat er meer tijd overblijft voor menselijk contact



VAN OVERHEID EN ZORGPROFESSIONALS VERWACHTEN INWONERS ONDERSTEUNING

De afwachtende houding van inwoners van Fryslân tegenover het gebruik van zorgtechnologie klinkt ook door in hun mening dat er niet verwacht kan worden dat mensen zelfstandig met technologieën leren omgaan. Zij vinden dat de overheid en zorgprofessionals ondersteuning moeten bieden. De rol van zorgprofessionals wordt hierin groter geacht dan de rol van de overheid. Ondersteuning is voornamelijk gewenst voor de sensoren, het online zelfhulpprogramma en de chip.

ALGEMENE VRAGEN GEBRUIK EN ATTITUDE

> Nuttig, maar door het gebruik van deze middelen moet er niet minder contact komen met andere mensen zoals de familie en verzorgenden.

> Hulpmiddelen halen eenzaamheid niet weg.

> Het idee, waar blijft het menselijke contact?

> Versterkt onderlinge contacten en omzien naar elkaar.

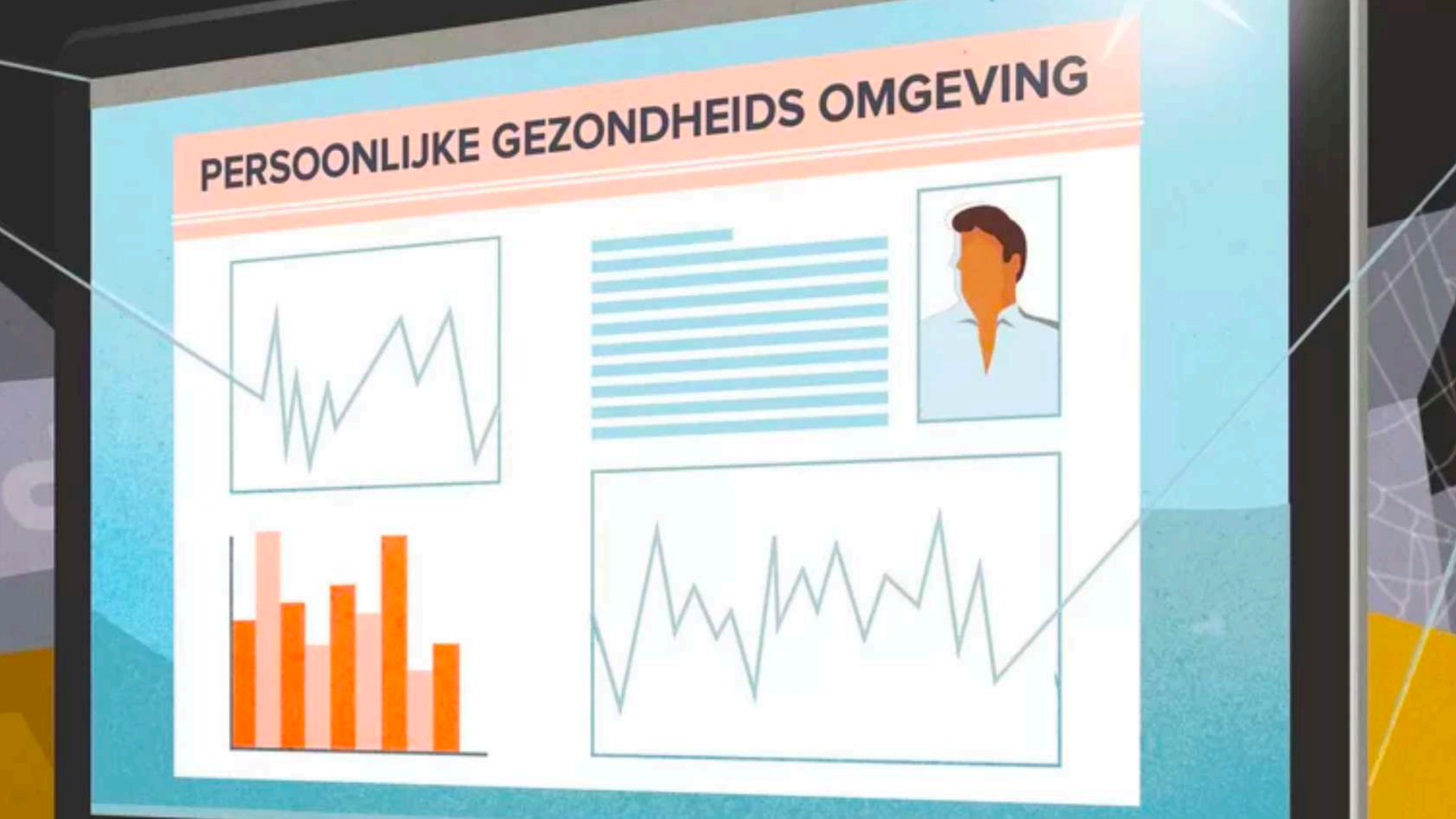
> Wel nuttig, zodat er meer tijd overblijft voor (echt) contact tussen hulpverleners en zorgvragers.

15:09
4 °C

15:43

WOLK

Opa piet
week 19


PERSOONLIJKE GEZONDHEIDS OMGEVING

Dag!*en*Doen!

Tytsjerksteradiel

KERN
Ook een keer
Cyber Beppe
bij u thuis proberen?

Stjoer

Vergroten van digitaal burgerschap

Je kunnen redden in een digitale samenleving, kunnen beoordelen of informatie betrouwbaar is en weten wat je beter wel en niet online kunt zetten: digitale vaardigheden worden alsmaar belangrijker. Daarom stimuleren wij het digitaal burgerschap van de Friese bevolking.

VERNIEUWER - VERGROTEN VAN DIGITAAL BURGERSCHAP

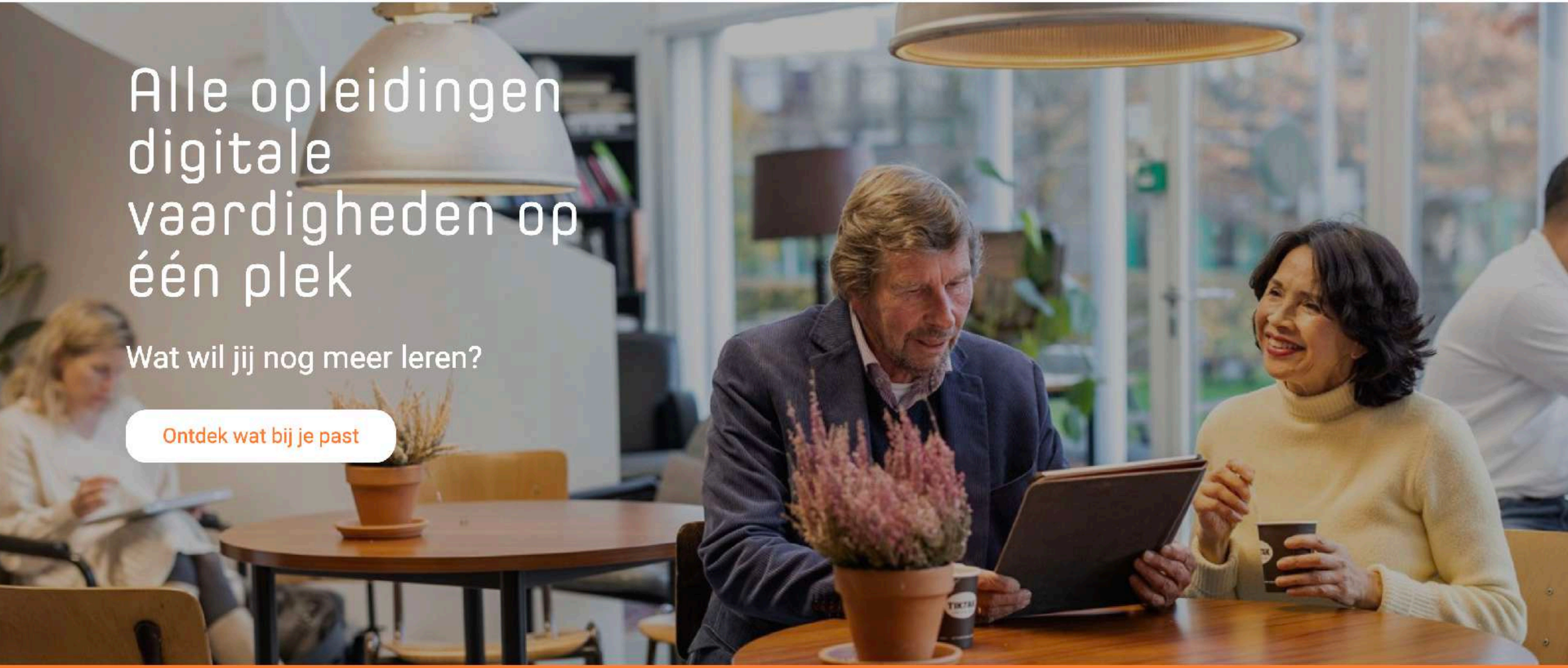
The Glass Room Desinformatie editie

VERNIEUWER - VERGROTEN VAN DIGITAAL BURGERSCHAP

Pilot financiële en digitale weerbaarheid

BLOG - VERGROTEN VAN DIGITAAL BURGERSCHAP

Hoe ik adviseur digitaal burgerschap werd



Alle opleidingen digitale vaardigheden op één plek

Wat wil jij nog meer leren?

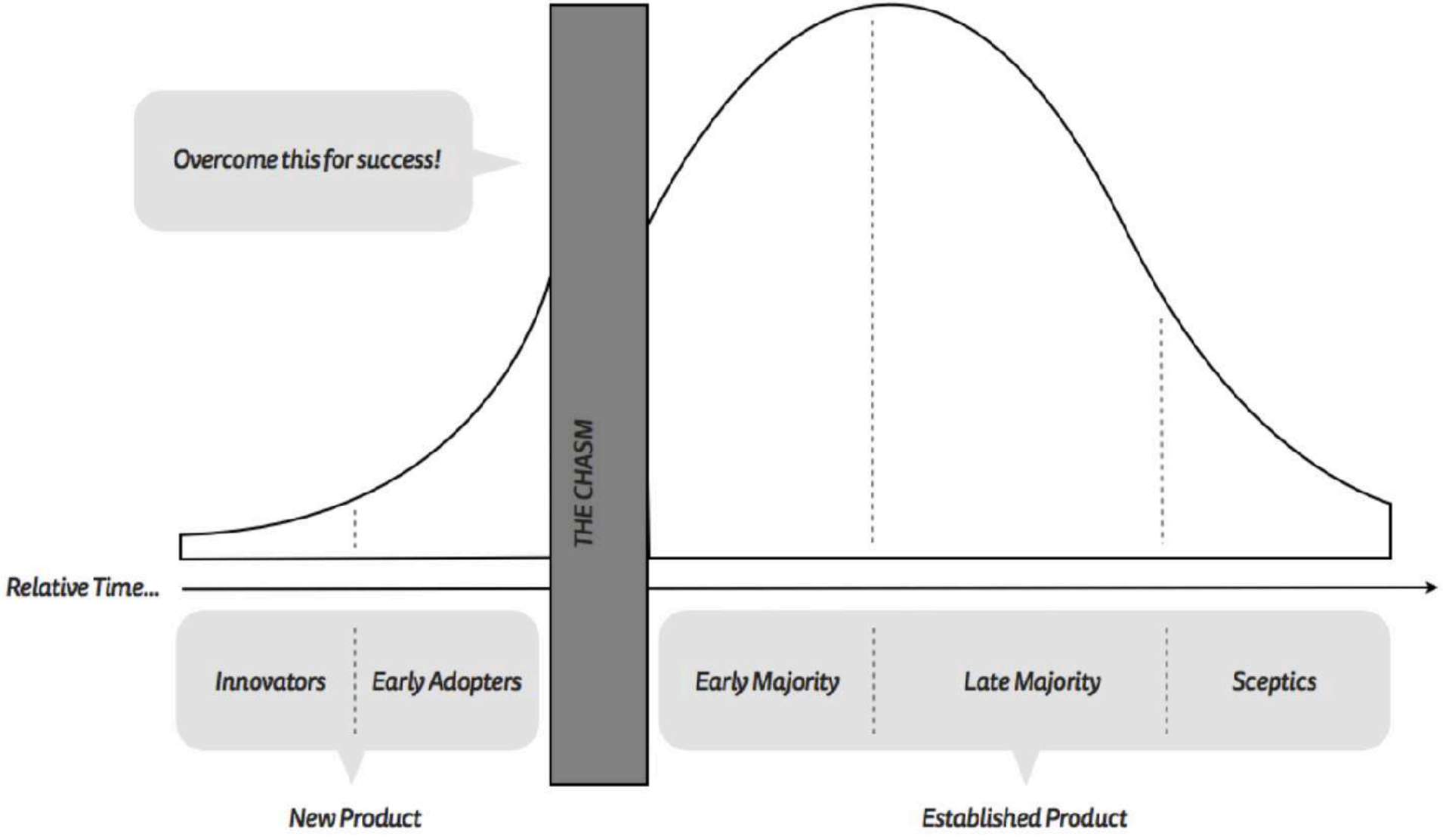
Ontdek wat bij je past

THIS POPULATION SEEMS AWFULLY HARD TO REACH.
WE'RE RIGHT HERE... ALL YOU NEED TO DO IS TRY!

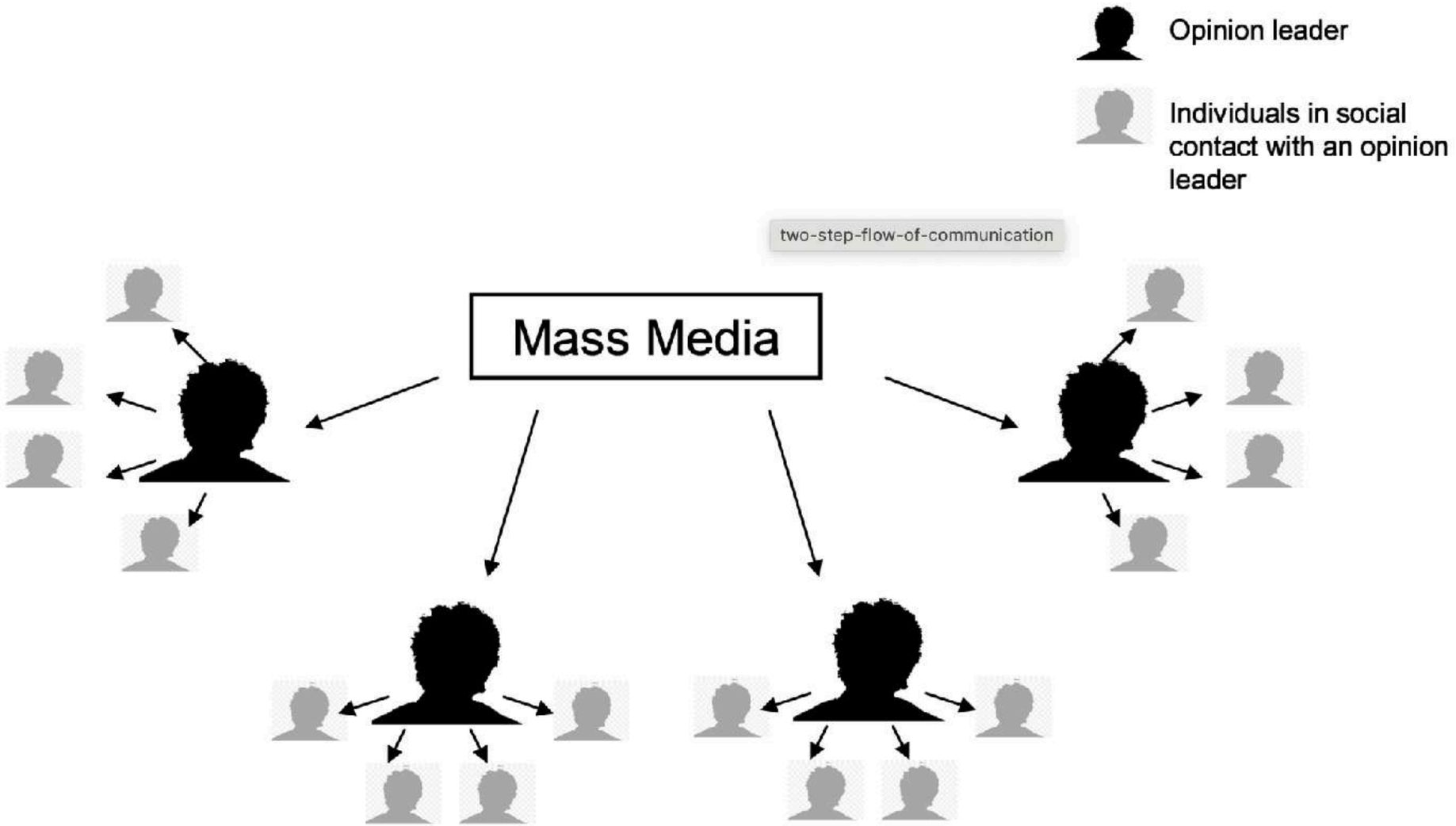
"NOTHING IS AS PRACTICAL AS A GOOD THEORY"

– K. LEWIN

The Chasm / Diffusion Model



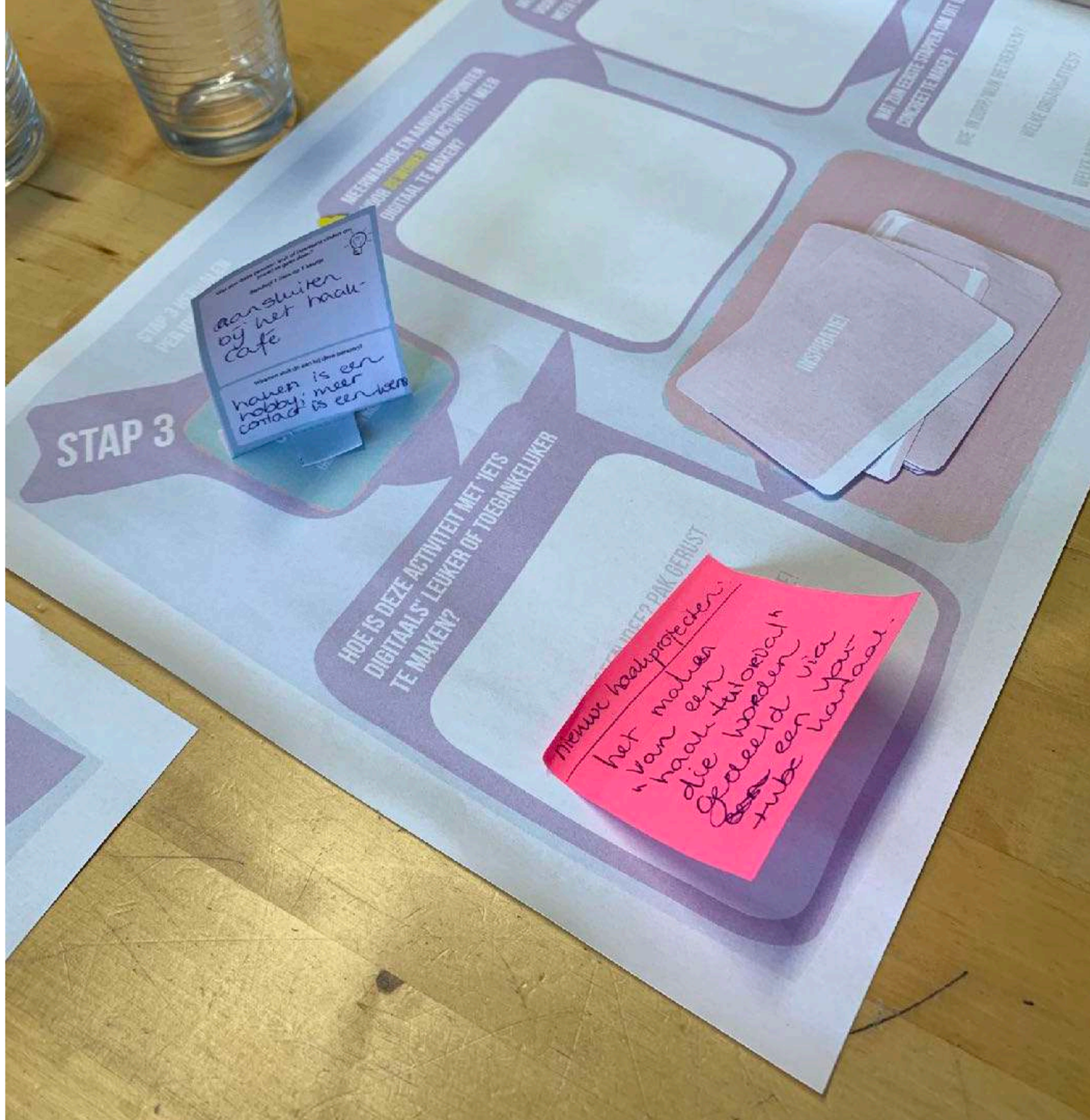
Two-step flow model



HANNN / BLOEIZONES // WERGEA // SEPTEMBER 2022

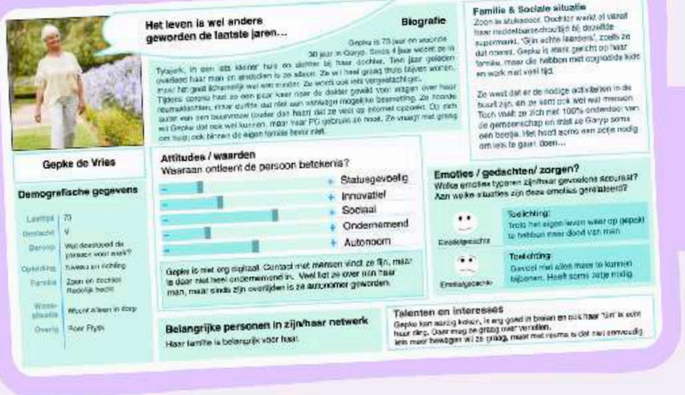
DIVALAB // NHL STENDEN // MAART 2023

DIVALAB // GROU // MAART 2023



COCREATIE SESSIE // APPELSCHA // MEI 2023

STAP 1



Het leven is wel anders geworden de laatste jaren...

Biografie

Gepke is 75 jaar en woonde 30 jaar in Garyp. Sinds 4 jaar woont ze in Tytaerk, in een iets kleiner huis en dichter bij haar dochter. Twee jaar geleden overleed haar man en sindsdien is ze alleen. Ze wil heel graag thuis blijven wonen, maar het gaat lichamelijk wat wat minder. Ze wordt ook iets vergeetachtig.

Tijdens spreuu had ze een paar keer naar de dokter gewild voor vragen over haar reumatische klachten, maar durfde dat niet aan vanwege mogelijke besmetting. Ze noemde zichzelf een zeer buurmouw (oudere dan haarzelf dat ze veel op internet opzoekt. Op zich wil Gepke dat ook wel kunnen, maar haar PC gebruikt ze nooit. Ze vraagt met grote regelmaat om hulp, ook binnen de eigen familie heeft niet.

Gepke de Vries

Demografische gegevens

Leeftijd	75
Geslacht	V
Beroep	Wat deed/oefend de persoon voor werk?
Opleiding	Niveau en richting
Familie	Zoon en dochter Redelijk hecht
Woonsituatie	Woont alleen in dorp
Overig	Roer Flyth

Attitudes / waarden

Waaraan ontleent de persoon betekenis?

- Statusgevoelig
- Innovatief
- Sociaal
- Ondernemend
- Autonoom

Gepke is niet erg digitaal. Contact met mensen vindt ze fijn, maar is daar niet heel ondernemend in. Veel tot ze over kon haar man, maar sinds zijn overlijden is ze autonomer geworden.

Belangrijke personen in zijn/haar netwerk

Haar familie is belangrijk voor haar.

Familie & Sociale situatie

Zoon in Alkmaar. Dochter werkt al vanaf haar middelbareschooltijd bij drogiste supermarkt. "Ik'm echte klantenv", zoetis ze dat nowrd. Gepke is erant gerecht op haar familie, maar die hebben met coronatide kids en work niet veel tijd.

Ze weet dat er de nodige activiteiten in de buurt zijn, en ze kent ook wel wat mensen. Toch vindt ze zich niet 100% onderdeel van de gemeenschap en staat ze Garyp soms een beetje. Het hoort soms een zetje nodig om iets te gaan doen...

Emoties / gedachten/ zorgen?

Welke emoties typeren zijn/haar gevoelens accuraat? Aan welke situaties zijn deze emoties gerelateerd?

Eindelgezichte — Spelchting: Trots het eigen leven weer op (gepak) te hebben meer dood van man

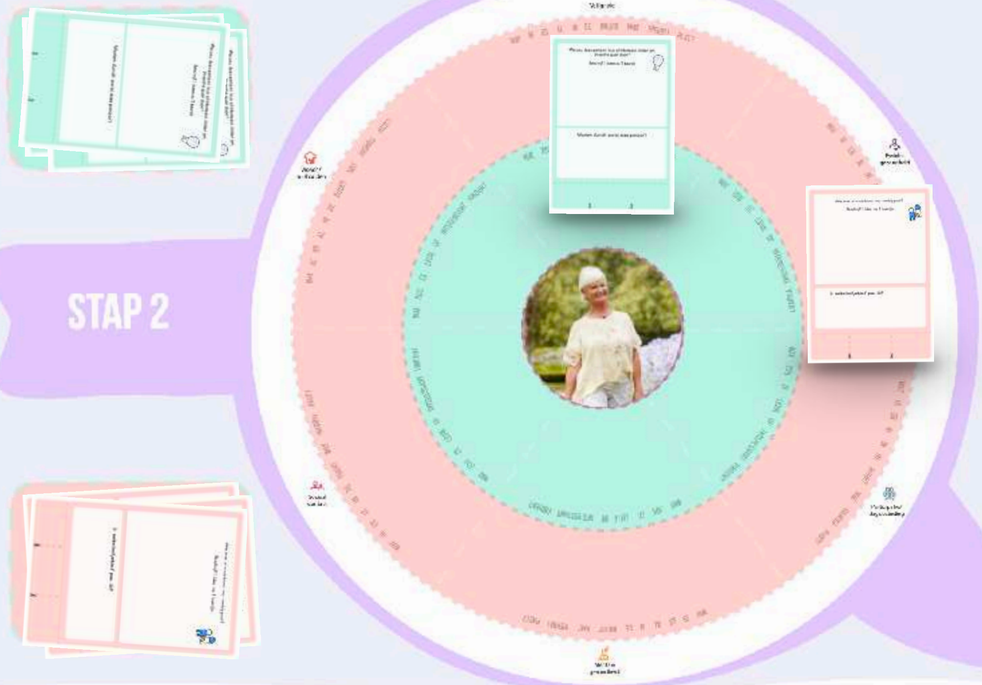
Emeliagezichte — Toekchting: Gevoel niet alles meer te kunnen bijzonen. Heeft soms zotje mokig

Talenten en interesses

Gepke kon aardig koken, is erg goed in breien en ook haar "tuin" is echt haar ding. Gaat mag ze graag meer verzien. Ieis maar bewegen wil ze graag, maar met reuma is dat niet zonnoudig

WELKE VRAGEN ZOU JE NOG AAN GEPKE WILLEN STELLEN?

STAP 2



STAP 3

MEERWAARDE EN AANDACHTSPUNTEN VOOR HEMMER OM ACTIVITEIT MEER DIGITAAL TE MAKEN?

MEERWAARDE EN AANDACHTSPUNTEN VOOR WIJKTEAMS OM ACTIVITEIT MEER DIGITAAL TE MAKEN?

HOE IS DEZE ACTIVITEIT MET 'IETS DIGITAALS' LEUKER OF TOEGANKELIJKER TE MAKEN?

EVEN GEEN IDEE? PAK GERUST EEN INSPIRATIEKAART!

OF STEL EEN VRAAG AAN GEPKE!

WAT ZIJN EERSTE STAPPEN OM DIT IDEE CONCREET TE MAKEN ?

WIE: IN DORP/WIJK BETREKKEN?

WELKE ORGANISATIES?

WELKE ANDERE 'MIENSKIP' TE VRAGEN NAAR ERVARINGEN?

KENNISLAB NO // DOKKUM // MAART 2023

SOZIO

SOCIAAL EN DIGITAAL:
EEN GROEIENDE COMBINATIE

Friese straatwijsheid ter bevordering van digitale gezondheidsvaardigheden

Ongeveer 25% van de Nederlanders komt niet goed mee met de digitalisering van de samenleving. Dit zijn mensen die bijvoorbeeld moeite hebben met internetbankieren, e-mailen of inloggen met hun DigiD. Deze groep met lagere digitale gezondheid heeft vaak ook mindere gezondheidsvaardigheden (Pharos, 2022). Dit maakt het tot een grote, kwetsbare groep. Aangezien zorg en sociale ondersteuning de komende jaren alleen maar digitaler worden. *Joh van 't Veer & Daniël Pi*

Digitale gezondheidsvaardigheden zijn de vaardigheden om gezondheidsinformatie in digitale toepassingen en bronnen te vinden, te begrijpen en toe te passen ten behoeve van de (eigen) gezondheid of sociaal welbevinden. Ze zullen steeds belangrijker worden. Denk maar aan het zoeken van informatie op internet, het gebruik van apps of wearables, de inzet van beeldzorg, sensoren of medicijndispenser thuis - het aantal toepassingen groeit rust de dag.

Al deze technologie biedt kansen, m
tijd een risico voor de kwetsbare gr
toegang tot essentiële zorg, onderst
treffen door deze digitale drempels
holiger. Hoe ganr we die dit classi
voorkomen? Informele wijze- en d
kunnen hierin waarschijnlijk oor
len.

**De situatie in Friesland: ee
van de problematiek**

In Friesland lijken de risico's
digitale geletterdheid en gezon
houden beide verband met hog
leiding en sociaaleconomische
minder algemene geletterdhe
spelen in Friesland in versterk

OVER DE AUTEURS
Dr. Joh van 't Veer is lector Digitale Innovatie in Zorg en Welzijn van NHL Stenden Hogeschool en is oprichter van het DG-Lab.
Daniël Pit is Sociaal ondernemer en projectleider van het DG-Lab

Tijdens een DG-lab werkbijeenkomst over probleemgerelateerde organisaties en vrijwilligers van Jeugdsalaren verenigd samenwerkingsgesprekken in kaar.

Een groot onderzoek onder Friese inwoners (PR, 2019) laat zien dat men voordelen ziet in digitale toepassingen om langer zelfstandig en gezond te blijven, maar dat er ook zorgen zijn om het onpersoonlijker worden van zorg. Bovendien leggen de Friezen nadrukkelijk de verantwoordelijkheid bij overheden en zorg- en welzijnsorganisaties om hen bij deze ontwikkelingen bij te staan. Dit botst met het huidige overheidsbeleid, dat juist inzet op zelfredzaamheid en preventie: zelf, thuis en digitaal als het kan (Ministerie VWS, 2022).

Tijdens een netwerkbijeenkomst legt Meeke Kuut van de Slim-e-Trek uit welke zorgtechnologie toegankelijk is voor thuis

ruikbaarder aards.

Conclusie

De eerste inventarisatie vanuit het DG-Lab laat duidelijk gemaakt dat de Friese dorps- en wijkinitiatieven een omnisbare schakel zijn in de strategie om digitale gezondheidsvaardigheden naar een hoger plan te krijgen. Zij hebben letterlijk de benodigde

- Bottemam, R. W. (2018). The Optimising Health Literacy (Ophelia) process: study protocol for using health literacy profiling and community engagement. BMC Public Health, 14, 694.
- Katz, E., & Lazarsfeld, P. F. (1955). Personal influence. The part played by people in the flow of mass communications. Glencoe, IL: Free Press.
- Ministerie VWS (2022). Programma Nieuwe Ondersteuning en Zorg voor Ouderen. Den Haag: Ministerie VWS.
- Movisie (2023). Digitale inclusie. Wat werkt volgens onderzoek? Utrecht: Movisie/Expertisecentrum Beschermd Wonen.
- Pharos (2022). Factsheet laaggeletterdheid en beperkte gezondheidsvaardigheden. Utrecht: Pharos.
- Plantenga-Fryslân (2020). Hoe staan financiers van Fryslân tegenover het gebruik van technologie in zorg en welzijn? Leeuwarden: Plantenga-Fryslân.

Lokale initiatieven kunnen hun activiteiten sneller doorontwikkelen wanneer er meer van elkaar geleerd wordt.

AFSLUITEND

INVENTARISEER DE PLAATSEN ‘WAAR HET GEBEURT’

WIL JE DIGITAAL….WHAT’S IN IT FOR THEM?!

HET LEVEN IS TE KORT VOOR SAAIE DINGEN. MAAKT HET LEUK!

ONGEDWONGEN EN START MET DE INTERESSE OF TALENT DIE MENSEN HEBBEN