POSITIEVE GEZONDHEID IN BEWEGING

Miriam de Kleijn directeur iPH
Cinthya de Vaal iPH opleider en transitieondersteuner

29 oktober 2026



Samen landen



Een naar buiten gerichte geest blijft altijd hunkeren. Een naar binnen gerichte geest vindt rust en stilte.

Deng Ming-Dao

Even voorstellen





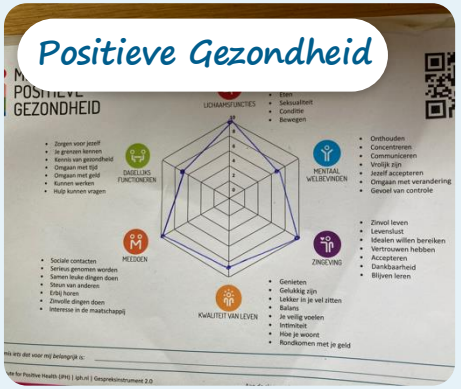




Mijn werk

INSTITUTE FOR POSITIVE HEALTH

STICHTING Emovere



Even voorstellen



Wie zijn jullie?





De volgende stap:
de uitdaging van duurzame verankering van Positieve Gezondheid



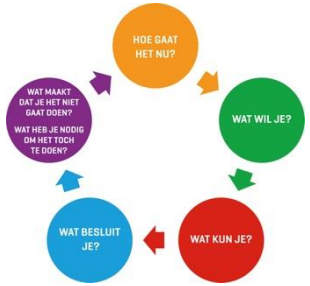
Hoe zorg je ervoor dat het gedachtegoed niet alleen zichtbaar is in gesprekken en instrumenten, maar ook duurzaam wordt verankerd in gedrag, samenwerking en organisatiecultuur?

Wat zou je willen meenemen uit deze workshop?
Verwachtingen, wensen, verlangens…



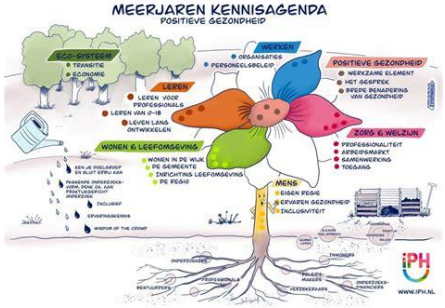
De reis van institute for Positive Health (iPH)



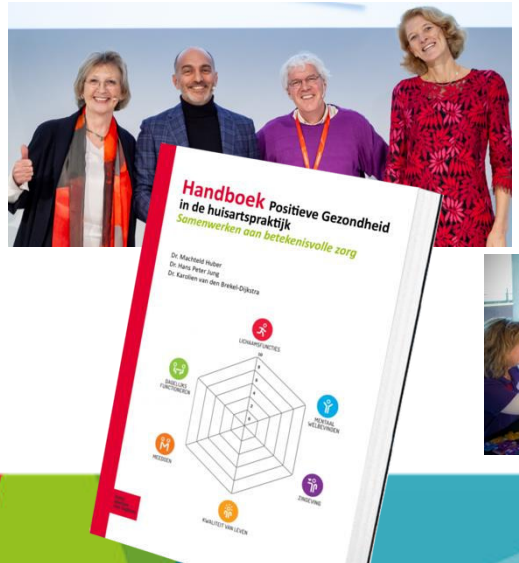
















Institute for Positive Health (iPH) nu

Het expertisecentrum voor **Positieve Gezondheid**

Missie
Bijdragen aan de veerkracht en eigen regie van alle mensen, gemeenschappen en organisaties in Nederland.

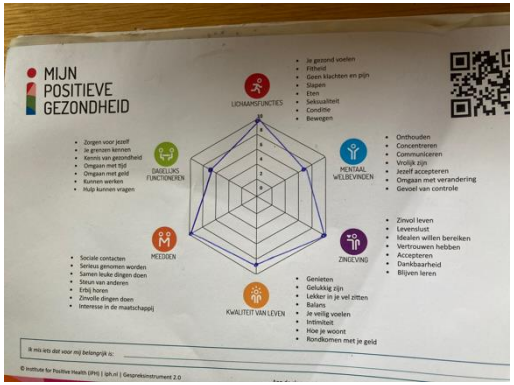
Door **Positieve Gezondheid**:
het geven van overzicht, inzicht en uitzicht in en over gezondheid.

Ondersteunen van de beweging (op micro, macro en meso-niveau)

Samenwerking gebaseerd op drie pijlers:
1. bijdragen aan missie
2. ondersteuning van iPH
3. energie-gevend

Anbi-status en CRKBO geregistreerd | geen subsidies





Team







Daily business









adviseurs



bestuur













opleiders



ambassadeur







Trainers Positieve Gezondheid &
Het kwaliteitsregister iPH













Samenwerkpartners



Wetenschappelijke Advies Raad (WAR) iPH



Prof. dr. Floortje Scheepers (UMCU)



Prof.dr. André Knottnerus (emeritus Maastricht University)



Prof. dr. Willem Jan Bos (Antonius Ziekenhuis, LUMC VBHC)



Prof. dr. Marieke Schuurmans (UMCG)



Dr. John Dierx (Avans Hogeschool)

Hoe ondersteunt iPH de (regionale) transitie?

Nieuwsbrief

Webshop (vernieuwd!)

www.mijnpositievegezondheid.nl

1Sociaal Domein

Partner in onderzoek

Trainingen (ook op maat)

Buurtlabs Positieve Gezondheid

Regionale ondersteuning

Kennisdeling: webinars | congressen





Onderzoeksnetwerk Positieve Gezondheid

Fontys/Zuyd Hogeschool:
Esther Bloemen

Maastricht University:
Tim Huijts, Marieke Spreeuwenberg, Martyna Ozaist

Avans Hogeschool:
John Dierx, Cindy de Bot

Saxion hogeschool:
Sandra Koster

Vilans:
Vera van Druten, Hanneke Noordam

ZonMw:
Renata Klop, Rinske Boersma

LUMC:
Mirthe Boelens

Jeroen Bosch Ziekenhuis:
Lenny Nahar

Syntein:
Syl Liebrand, Janneke vd Berg

GGZ Breburg:
Margot Metz

Landstede (ROC):
Judith Schutte

Alfa college (ROC):
Sylvia Brouwer, Ivo van Hijum

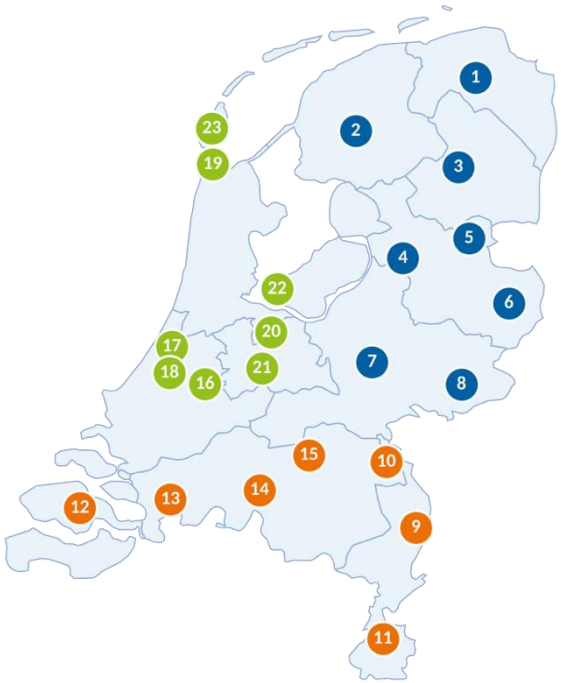
ROC Midden Nederland:
Marlies Kamperman

Louis Bolk Instituut:
Charlotte Sederel

Erasmus MC:
Martijn Oude Voshaar

Radboud Universiteit:
Stacey de Jong-Witjes

Regionale bewegingen in kaart



Noord en Oost

1. Provincie Groningen
2. FrIZA
3. Drenthe (diverse partijen)
4. Positief Gezond IJsselland
5. Gezond Vechtdal
6. Twentse Koers
7. Beweging PG Centraal Gelderland
8. Beweging PG Achterhoek

Zuid

9. Gezondste Regio Netwerk
10. Mooi Maasvallei
11. Beweging Limburg Positief Gezond
12. Positief Gezond Zeeland
13. Roosendaal
14. Tilburg
15. Provincie Noord-Brabant

West en Midden

16. Gedeelde Zorg Midden-Holland
17. Alliantie PG Zuid-Holland Noord
18. Samen Zoetermeer Gezond
19. Noordkop Gezond voor Elkaar
20. Gezond Gooi
21. Utrecht (diverse partijen)
22. Positief Gezond Almere
23. Gezond Texel 2030

Regionale bewegingen: Zuid

REGIO	BEWEGING / INITIATIEF
Noord-Limburg	Gezondste Regio Netwerk
Land van Cuijk, Bergen, Gennep	Mooi Maasvallei
Limburg	Beweging Limburg Positief Gezond
Zeeland	Positief Gezond Zeeland
West-Brabant	Roosendaal (naam initiatief nog benoemen)
Midden-Brabant	Tilburg (naam initiatief nog benoemen)
Noord-Brabant	Provincie Noord-Brabant

Twee regio’s uitgelicht, twee praktijkverhalen

Wat kunnen we leren van regio's waar Positieve Gezondheid zich ontwikkelt naar een beweging die zichtbaar wordt in samenwerking, dagelijks handelen, beleid en cultuur?

- FrIZA: samen leren en lokale verbinding
- Alliantie Positieve Gezondheid ZHN: netwerkontwikkeling en transitieondersteuning

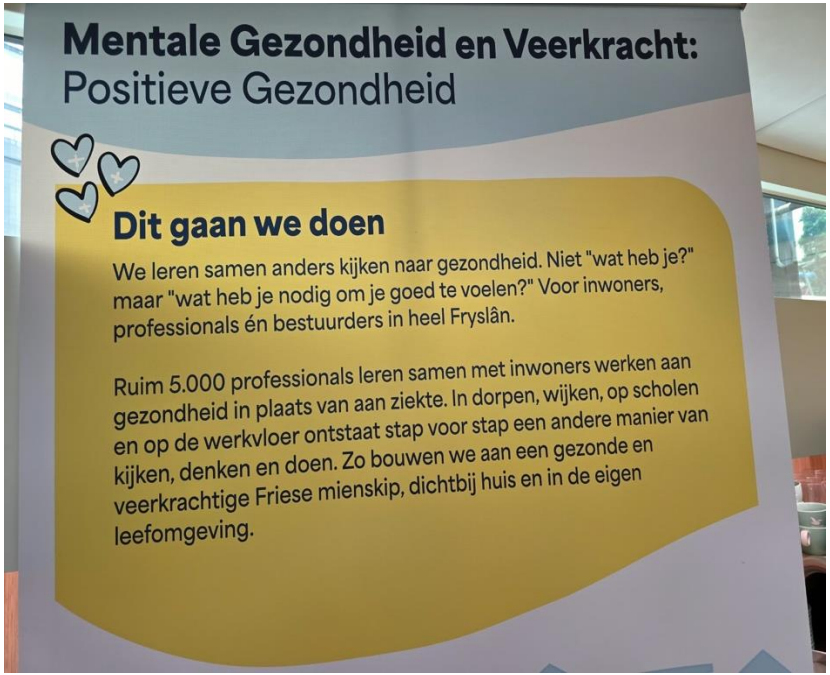


Wat is de bedoeling? Hoe krijgt de beweging vorm? Wat leren we?

FrIZA – leren en bewegen in de Mienskip

Programma FrIZA Mentale Gezondheid en Veerkracht
‘Positief Transformeren’ implementatie van Positieve Gezondheid in de brede Friese context.

De bedoeling
We willen bijdragen aan een samenleving waarin mensen naar elkaar omkijken en bijdragen aan hun eigen gezondheid en welbevinden en dat van anderen en daarvoor de ruimte krijgen.



FrIZA – leren en bewegen in de Mienskip

Hoe krijgt de beweging vorm?

- Actieleren: 6 grote en 100 kleinere leermomenten
- Leerplatform met 6 leerlijnen en 12 iPH trainers:
- Gratis lidmaatschap
- Met een leerplan aan de slag in de eigen wijk, op het werk of op school.
- Aanvragen voor leerprojecten
- Samenwerking onderwijs
- Bestuurdersbijeenkomsten
- Onderzoek



FrIZA – leren en bewegen in de Mienskip

FrIZA pioniers / iPH trainers community

- Aftrap 30 juni
- 12 gecertificeerde iPH trainers
- Pionier van verandering
- Zoveel mogelijk lokaal
- De bedoeling centraal
- Centrale coördinatie
- 6 leerlijnen
- Inzet bij evenementen

30 juni bestuurdersbijeenkomst



FrIZA – leren en bewegen in de Mienskip

Festival ‘Fryslân gaat voor Gezond’
- Kick-off 1 september
- 665 Friezen hebben deelgenomen





Positieve Gezondheid leer je door het voor te leven en toe te passen in de praktijk!

Alliantie Positieve Gezondheid ZHN– Verbinden over grenzen heen

Opgericht in 2020 door 6 ‘Passionate idiots’

De bedoeling in Zuid-Holland Noord:

In 2030 ervaren inwoners in de regio Zuid Holland Noord dat beroepskrachten, beleidsmakers en bestuurders denken en doen vanuit een brede blik op gezondheid zodat de inwoners regie over hun eigen leven en initiatieven in hun wijk kunnen nemen.

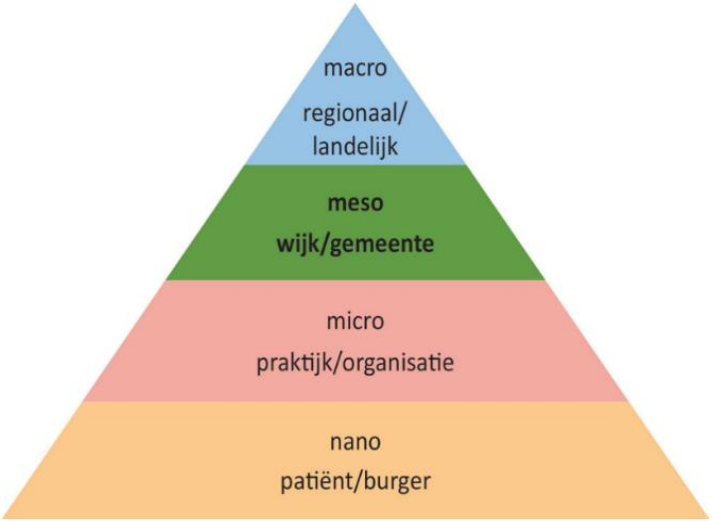


De beweging vraagt mensen die verbinden, en ruimte maken en helpen om de gezamenlijke bedoeling in de praktijk betekenis te geven

Alliantie Positieve Gezondheid ZHN– Verbinden over grenzen heen

Hoe krijgt de beweging vorm?

- Nano, micro, meso, macro werken vanuit Positieve Gezondheid
- Samen leren en doen, elkaar inspireren, best practices uit de regio benutten
- Lokaal en wijkgericht met en door inwoners en partners
- Met lef, initiatief en eigenaarschap voor evenwaardige niet vrijblijvende samenwerking
- Afstemming en verbinding door o.a. reflectiecirkels
- Opbrengst volgen van impact Alliantie via werkgroep meten=weten.
- iPH gecertificeerde trainers in de regio



De beweging vraagt mensen die verbinden, en ruimte maken en helpen om de gezamenlijke bedoeling in de praktijk betekenis te geven

Alliantie Positieve Gezondheid ZHN– Verbinden over grenzen heen

35 verbonden organisaties /pledge

Platforms:

- Gangmakersplatform
- Inwonersplatform
- Bestuurdersplatform
- Platform communicatiemedewerkers
- Leerateliers
- Kerngroep
- Inwonersplatform
- Reflectiecirkels



Programma 'Verder bouwen met de Alliantie'

Drie proeftuinen, in Leiden, Katwijk en Hillegom Lisse Teylingen (HLT).

Inwoners en partners in Learning Communities om innovatieve wonen-zorg-welzijnsarrangementen te creëren die de zorg verlicht of verschuift.

Alliantie Positieve Gezondheid ZHN– Verbinden over grenzen heen

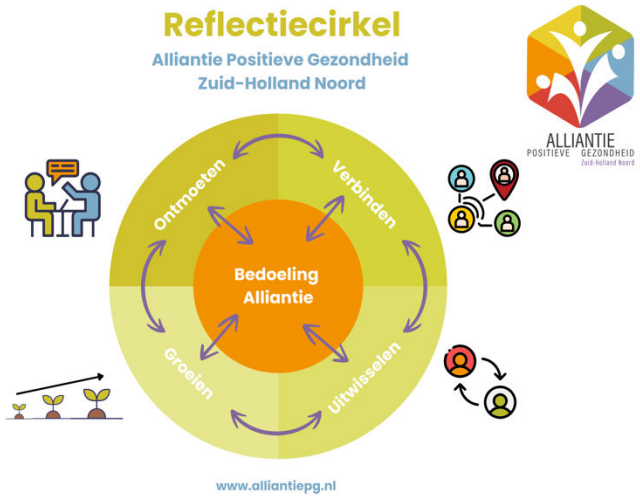
Reflectiecirkels

Terug te kijken en vooruit te kijken op alle niveaus van de piramide nano, micro, meso en macro:

- Hoe gaat het nu? Waar zijn jullie trots op?
- Wat wil je nog meer leren?
- Hoe draagt jullie organisatie bij aan onze gezamenlijke ambitie?

Verbinders

- Maximaal 7 partners
- Belangrijkste uitkomsten gebundeld in één gezamenlijk verslag.
- Beeld van de belangrijkste lessen, uitdagingen en kansen op weg naar de bedoeling in 2030.



Alliantie Positieve Gezondheid ZHN– Verbinden over grenzen heen

Transitieondersteuners

iPH Opleidingstraject ‘De Bestemmingen’

- Sterk in transitie
- Moedig leiderschap
- De kracht van Verbinding
- Groeien in impact

Competentiegids

14 deelnemers van de APG

- Start september 2025, afronding maart 2026
- Terugkomdag 3 oktober
- Doorontwikkeling competentiegids



De volgende fase vraagt om bewuste keuzes

Versterken
Wat willen we versterken, omdat het werkt?

Veranderen
Wat willen we veranderen, omdat het anders kan en moet?

Loslaten
Wat durven we los te laten, omdat het niet meer bijdraagt aan de bedoeling?



Wat helpt een regionale beweging vooruit?

welke patronen zijn herkenbaar zijn in succesvolle regionale samenwerking?

- Een gedeelde bedoeling
- Bestuurlijke betrokkenheid
- Eigenaarschap
- Vertrouwen en betekenisvolle relaties
- Mensen die verbinden
- Ruimte om te experimenteren
- Samen leren en bijstellen (PDLA)



De logica van de lappendeken: geen blauwdruk voor iedere regio.

Wat vraagt dit van iPH en regionale netwerken?

Verbinding van praktijkervaringen met de zes richtinggevende principes

Zichtbaar en overdraagbaar maken hoe kennis, onderzoek, leren, implementatieondersteuning en verbinding elkaar kunnen versterken.

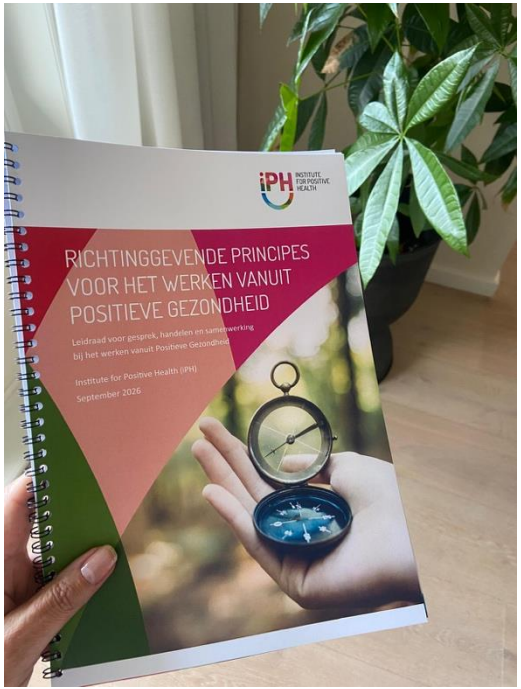
Regionale netwerken blijven eigenaar van hun eigen ontwikkeling.



Positieve Gezondheid als bredere beweging (principe 6).

De richtinggevende principes

- Betekenisgeving in samenhang – de brede blik naar binnen
- Het andere gesprek & eigen regie – van sturen naar onderzoeken
- Veerkracht & aanpassingsvermogen – vertrouwen op wat al aanwezig is
- Context als onderdeel van gezondheid – van individu naar leefwereld
- Leren & ontwikkelen in de praktijk – experimenteren, reflecteren, bijstellen
- Positieve Gezondheid als bredere beweging – van losse interventies naar systeemverandering



Van landelijke inzichten naar Limburg

Waar zien jullie in Limburg dat Positieve Gezondheid echt zichtbaar is geworden in dagelijks handelen, samenwerking of beleid? En waar blijft het nog vooral bij activiteiten en goede intenties?

Wissel uit in tweetallen
5 min

www.iph.nl agenda & nieuwsbrief













1 december congres

Positieve Gezondheid in de woon- en leefomgeving



23 maart verbindingsdag iPH Samen op Pad





INSTITUTE FOR POSITIVE HEALTH

SAMEN BLIJVEN LEREN EN BEWEGEN

Stichting Institute for Positive Health
info@iph.nl | www.iph.nl