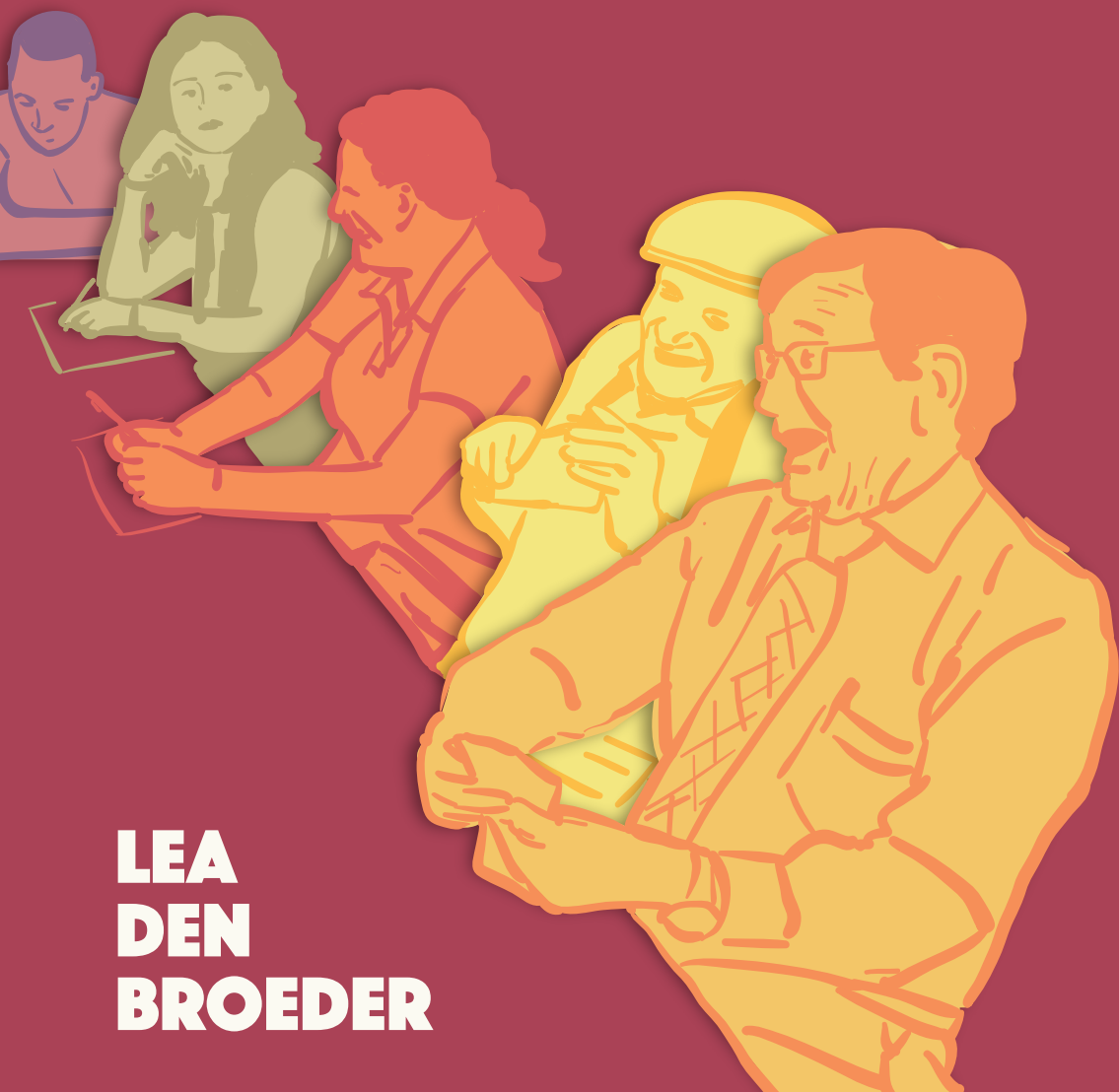


BURGERWETENSCHAP VOOR GEZONDHEID

De buurt doet mee!



**LEA
DEN
BROEDER**

BURGERWETENSCHAP VOOR GEZONDHEID: de buurt doet mee!

Een buurt gezond maken én houden is niet eenvoudig. Je hebt er veel kennis voor nodig over de gezondheid, de behoeften, de gewoontes en de ideeën van bewoners. Ook moet je weten hoe gezond de leefomgeving is én wat daaraan verbeterd kan worden. Hoe staat het met de kwaliteit van de huizen, is er genoeg groen en hoe staat het met de gezelligheid en burenhulp?

Bewoners kunnen een belangrijke bijdrage leveren bij het zoeken naar antwoorden op deze vragen. Een goede manier daarvoor is 'burgerwetenschap'.

Burgerwetenschap, wat is dat?

Een burgerwetenschapper is iemand die actief meehelpt met wetenschappelijk onderzoek. Niet door bijvoorbeeld een vragenlijst in te vullen maar juist door zélf aan de slag te gaan. Er bestaan al veel voorbeelden van burgerwetenschap, ook wel 'Citizen Science' genoemd. Denk maar aan de vogelteldag, waarbij tienduizenden mensen de vogels in hun tuin tellen. Of iSpex, een project waarbij bewoners zelf de kwaliteit van de lucht meten met hun mobiele telefoon. Ook voor de gezonde wijk kan burgerwetenschap een rol spelen. En: iedereen kan meedoen!

Burgerwetenschap heeft natuurlijk als doel om kennis op te leveren. Maar je kunt het ook toepassen als onderwijsmethode, of als manier om actief aan een maatschappelijk probleem te werken. Projecten kunnen klein zijn en met weinig mensen uitgevoerd worden, maar er zijn ook projecten bekend waaraan duizenden mensen meedoen. De inbreng van de burgerwetenschappers verschilt per project. Zo kunnen ze helpen met het bedenken van de onderzoeksvraag, zelf gegevens verzamelen, analyses uitvoeren of bedenken wat er met de conclusies moet gebeuren.



Lastige problemen aanpakken

In Nederland hebben we te maken met lastige vraagstukken op het gebied van gezondheid. Bijvoorbeeld overgewicht, dat leidt tot allerlei andere ziektes zoals diabetes of pijn in de gewrichten. Natuurlijk is gezonde voeding en genoeg beweging nodig. Maar we leven ook in een omgeving die veel 'vette verleidingen' biedt, en die ons niet genoeg helpt om actief te blijven. Allerelei gewoontes van de mensen om ons heen maken het soms moeilijk om gezond te blijven leven. En als mensen het druk hebben, kiezen velen uit gemak voor de snelle, ongezonde hap. Om zo'n lastig probleem aan te pakken is samenwerking van iedereen nodig: de gemeente, maar ook professionals én bewoners. Samen onderzoek doen met burgerwetenschappers is een eerste stap om ook samen aan de oplossingen te gaan werken.

Niet alleen 'handjes voor onderzoek'

Als bewoners meehelpen met onderzoek scheelt dat de wetenschapper veel werk. Als heel veel mensen de luchtkwaliteit gaan meten dan weet je al snel meer dan wanneer dat alleen via de vaste meetpalen gebeurt. Dus dat is winst. Maar nog veel belangrijker is, dat bewoners vaak veel weten over bijzondere omstandigheden in hun eigen buurt. Ze brengen hun eigen ervaringen mee, en daar is de wetenschap ook bij gebaat. Soms leidt dat zelfs tot nieuwe wetenschappelijke methoden, bijvoorbeeld het maken van foto's van gezonde en ongezonde plekken in de buurt.

Maar soms vraagt burgerwetenschap ook extra inspanning van de wetenschapper. Zo willen burgerwetenschappers graag hulp krijgen bij het onderzoek. Vaak is er behoefte aan training of instructie. Of er zijn nieuwe instrumenten nodig zoals apps voor op je telefoon. En omdat bewoners meehelpen met onderzoek is het ook belangrijk dat hun hulp erkend en gewaardeerd wordt. Het belangrijkste is dat beide partijen er iets aan hebben; de wetenschapper maar ook de bewoner. Daarom is het belangrijk dat burgerwetenschappers niet alleen 'handjes voor onderzoek' zijn, maar dat bewoners ook echte zeggenschap hebben in het onderzoek. Of zelfs dat zij eigen onderzoek doen waarover zij ook zelf de baas zijn.

KIJK, er ontstaat een gezondere wijk!

“Bewoners lopen niet warm om mee te doen aan gezondheidsprojecten”. Het was deze uitspraak van een gezondheidsprofessional die mij prikkelde alles uit de kast te halen om het tegendeel te bewijzen. Maar dan moest er wel op een totaal andere manier gewerkt worden dan de meeste gezondheidsprofessionals gewend zijn. Zet de zender uit en de ontvanger aan. En KIJK, er ontstaat een gezondere wijk!

De gezondheidsstatistieken slaan donkerrood uit? Bewoners moeten hun gezondheidsgedrag veranderen? En je wilt onderzoeken hoe bewoners gezondheid in hun wijk ervaren? Dat kan, maar hoe? Duik de buurt in en laat je professionele agenda thuis. Wees oprecht nieuwsgierig naar wat bewoners onder gezondheid verstaan. Geef hen de kans om te leren over gezondheid. Bedenk: What’s in it for them? Geef hen daadwerkelijk invloed op het proces van meten en weten. Wees bereid om van hen te leren! Benut het feit dat bewoners 24/7 aanwezig zijn in hun buurt en dat zij met heel veel zijn. Zij kunnen dus een enorme hoeveelheid data genereren!

Tientallen bewoners in Slotermeer liepen daardoor warm voor het Gezondheidsproject KIJK! een gezonde wijk. Met als resultaat dat zij veel meer te weten zijn gekomen over gezondheid, aan de slag zijn gegaan met gezondheidsactiviteiten, medebuurtbewoners hebben leren kennen, die zij anders nooit zouden hebben ontmoet, een belangrijke bijdrage hebben geleverd aan de ontwikkeling van een mobiele gezondheidsapp en unieke gezondheidsdata hebben gegenereerd.

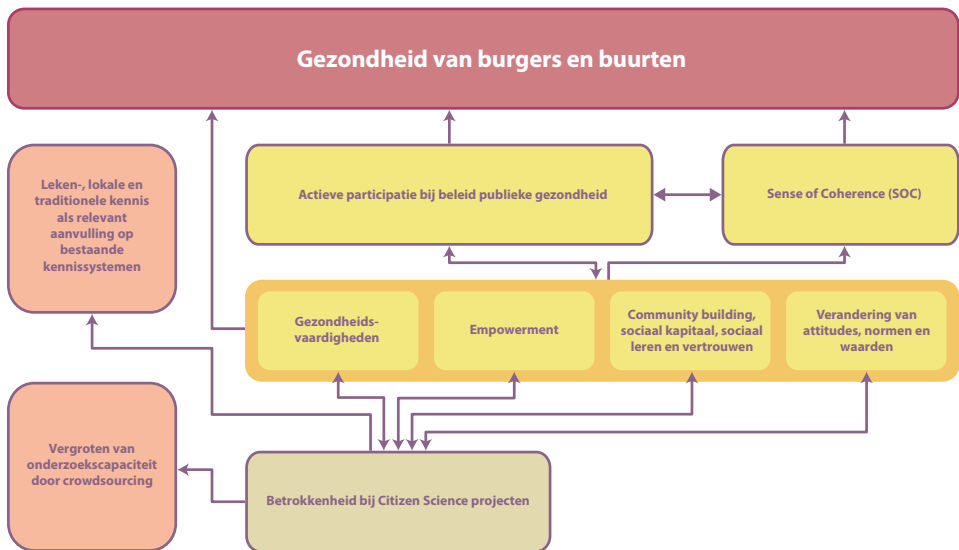
KIJK, zo werk je aan een gezonde wijk!

Dick Glastra van Loon

directeur bewonersorganisatie Eigenwijken

Voordelen voor bewoners

Wat zijn dan de voordelen die burgerwetenschap heeft voor de deelnemers? Allereerst is het gewoon leuk en gezellig om mee te doen. Maar de burgerwetenschappers steken er ook veel van op, ze leren nieuwe dingen over gezondheid. Ze tellen mee, er wordt naar hen geluisterd en ze leren ook om hun zegje te doen. De visie van bewoners en buurten komt daardoor beter uit de verf. Dat zou je 'empowerment' kunnen noemen. Burgerwetenschap projecten helpen vaak ook om de sociale samenhang in een buurt te verbeteren. En er ontstaan nieuwe gezamenlijke visies, ideeën en waarden, die goed richting kunnen geven aan de ontwikkeling van een buurt. Zo krijg je lokaal beleid dat goed aansluit bij wat bewoners belangrijk vinden – en dus gezondere bewoners.



Gezond Slotermeer

In Amsterdam Slotermeer hebben (in 2014 en 2015) 35 bewoners een training gevolgd om burgeronderzoeker te worden: de 'gezondheidsambassadeurs'. De training ging over gezondheid en over een gezonde leefomgeving.

Maar ook over hoe je een gesprek met een groep leidt. Daarna gingen de ambassadeurs aan de slag om mensen in hun netwerk te interviewen. In totaal interviewden zij ruim 360 inwoners van Slotermeer. Ze ontdekten onder meer dat de inwoners blij zijn met het groen in de wijk en ook met het (openbaar) vervoer. Dit vinden de inwoners goed voor hun gezondheid. Maar, zo vonden de gezondheidsambassadeurs, er waren ook belemmeringen. Een heel belangrijke uitkomst van hun onderzoek was dat groepen in de wijk langs elkaar heen leven. De ambassadeurs hebben ontdekt dat het onderwerp 'gezondheid' voor veel inwoners belangrijk is. Het is een onderwerp waar mensen graag met elkaar over praten, dwars door alle culturele verschillen heen. Door dit onderwerp centraal te stellen kunnen mensen elkaar beter leren kennen en kan er meer verbinding in de wijk komen.



Effect op de gezondheidsambassadeurs

Het project Gezond Slotermeer is ook geëvalueerd om te zien wat voor effecten het op de burgeronderzoekers zelf had. Dit werd gedaan door interviews, vragenlijsten en groepsgesprekken. De burgeronderzoekers vonden dat ze veel geleerd hadden over wat

gezondheid eigenlijk is en over wat voor invloed factoren in de leefomgeving daar op hebben. Ook wisten ze na afloop meer over gezonde leefstijlen. Ze gingen daardoor gezondere gewoontes aannemen. Ook waren hun gezondheidsvaardigheden toegenomen. Deze vaardigheden maken dat je gezondheidsinformatie kunt vinden, begrijpen en toepassen. Ze hadden meer zelfvertrouwen gekregen. Hun sociale netwerk was na afloop van het project groter dan daarvóór, maar ook was er meer contact met andere culturen. Tot slot gingen de burgeronderzoekers zelf actie ondernemen om de buurt gezonder te maken. Ze zetten zich onder meer in om eenzaamheid aan te pakken en om schimmel in huizen te bestrijden.

HIA workshops in Vught

Als er grote veranderingen in de leefomgeving gepland worden kan dat in de toekomst effecten hebben op de gezondheid van bewoners. Soms gaat dat om positieve effecten en wordt de omgeving gezonder. Maar er kunnen ook negatieve effecten optreden. Om een plan zo gezond mogelijk te maken kun je van te voren bekijken wat de mogelijke gevolgen voor de gezondheid van bewoners zullen zijn. Dat heet Health Impact Assessment (HIA). Ook bewoners kunnen hieraan meedoen. Zo'n HIA is in Vught

uitgevoerd. Hier was het plan om het spoor te verbreden. Bovendien zou een belangrijke wegverbinding worden gemoderniseerd. De bewoners waren hier erg bezorgd over. De gemeente besloot daarom om met experts en met bewoners bijeen te komen in twee workshops.

Brede blik op gezondheid

Ik sprong een gat in de lucht, toen de gemeente Vught ons benaderde voor advies waarbij gezondheid in brede zin het uitgangspunt zou zijn; precies zoals de principes van health impact assessment vragen. Een nadrukkelijke aanvulling op de toetsing van milieueffecten van de uitbreiding van het Programma Hoogfrequent Spoor (PHS) en van de rijksweg N65. Gemeente Vught maakte zich zorgen over de gevolgen van de twee projecten, want er werd nog helemaal niet gekeken naar de effecten op de gezondheid van de omwonenden.

Daarom organiseerden we twee workshops met betrokken burgers en professionals. Samen beantwoordden we met brede blik op gezondheid drie belangrijke vragen:

Wat verstaan we eigenlijk onder gezondheid? Wat vraagt gezondheid van de omgeving waarin we wonen, werken en leren? Wat betekent het voor de gezondheid van omwonenden. En vooral: op welke manier kunnen de plannen bijdragen aan gezondheid in Vught?

Tijdens de workshops bekeken en bespraken we de projecten en gevolgen tegelijkertijd én samen met alle betrokken partijen. Integraal dus, in plaats van 1-voor-1. We kregen bevestiging van de meer voordehand liggende voorwaarden voor gezondheid, zoals een goede woning in een groene, prettige leefomgeving. Nieuw was de behoefte aan een vanzelfsprekende samenwerking van professionals ruimtelijke ontwikkeling en publieke gezondheid met burgers: openheid over bouwplannen en betrokkenheid bij de besluitvorming geeft vertrouwen. Ook bleek dat een aantrekkelijk vestigingsklimaat voor zorg, onderwijs en MKB van belang is. Het allerbelangrijkste bleek een goede interne bereikbaarheid als voorwaarde voor een gezonde leefomgeving; iets wat in de plannen nauwelijks aandacht krijgt!

Ik kijk terug op een interessante en inspirerende samenwerking. Het werkte heel verfrissend om het niet over risico's te hebben, maar juist naar kansen te kijken. Die verandering in mindset bij de betrokken professionals en burgers is wat mij betreft al gezondheidswinst!

Loes Geelen

Sr. Adviseur gezonde leefomgeving, health impact assessment & geurhinder

HIA workshops in Vught

In de eerste workshop bespraken ze met elkaar wat zij onder een gezonde leefomgeving verstaan en wat daarbij belangrijke waarden zijn. De GGD maakte hiervan een overzicht: de 'waardenvaste leefomgeving' (zie afbeelding). In de tweede workshop bekeken de deelnemers met elkaar hoe het nieuwe plan die waarden zo goed mogelijk werkelijkheid kon laten worden. Zo'n systematische inschatting van gezondheidseffecten, samen met bewoners, is ook een vorm van burgerwetenschap. Het leidt tot verrassende inzichten. Zo bleek in Vught dat de bewoners de toegankelijkheid van hun gemeente het belangrijkste vonden, vooral voor mensen met een beperking. Terwijl eigenlijk de verwachting was dat geluidshinder hun grootste zorg zou zijn. Van deze HIA leerden we dat respect voor elkaars kennis en visie, of je nou bewoner of deskundige bent, essentieel is. Daarom was er de regel: Iedereen is Expert. De deelnemers bleken ook veel van elkaar te kunnen leren. Maar: er moet ook ruimte zijn om van mening te verschillen én dat helder uit te spreken. Zo voorkom je dat in een latere fase deelnemers teleurgesteld raken.



Toekomst van burgerwetenschap voor gezondheid

Met bewoners samen onderzoek doen kan heel veel opleveren, zowel voor de wetenschap als voor bewoners en hun gezondheid. Er zijn nog veel vragen te beantwoorden, want burgerwetenschap voor gezondheid staat nog in de kinderschoenen. Vragen zijn bijvoorbeeld:

- Hoe betrek je de juiste personen?
- Wat zijn de voor- en nadelen van bepaalde aanpakken?
- Hoe objectief is de informatie?
- Hoe kom je van kennis over gezondheid tot gezond beleid?

Om hier achter te komen zal er nog veel met burgerwetenschap geëxperimenteerd moeten worden. Maar dat het een veelbelovende manier van onderzoek doen is, dat staat wel vast.

Deze brochure is gebaseerd op het proefschrift 'Citizen Science for Health in All Policies.
Engaging communities in knowledge development'.

26 september 2017, Vrije Universiteit, Amsterdam

