

Step Health By Champions Step

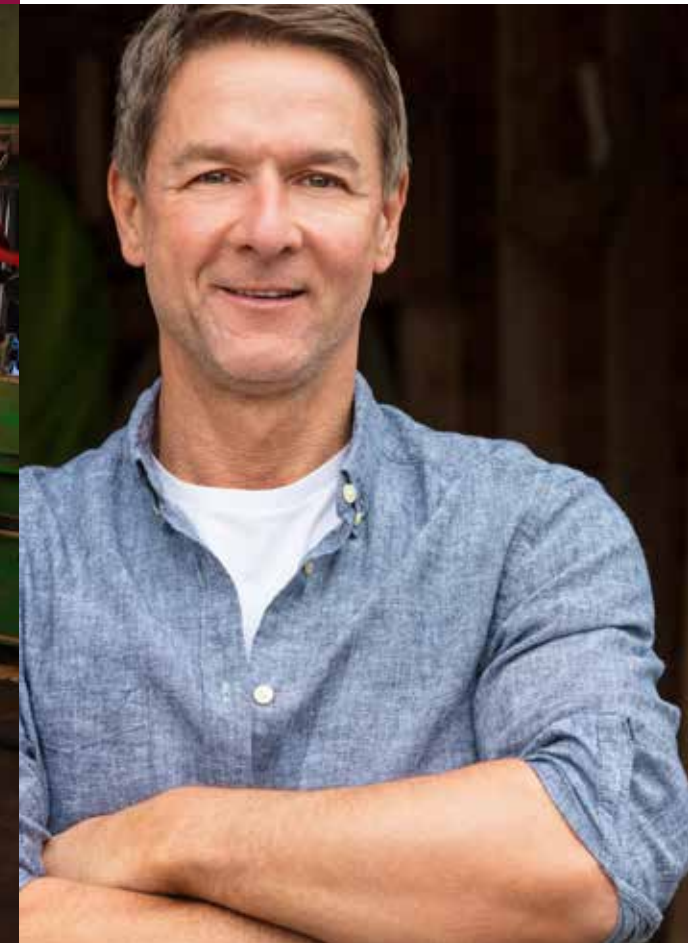
SBS Shed Community

Interreg 
EUROPEAN UNION

2 Seas Mers Zeeën

SBS

European Regional Development Fund



Deel 1 - Overzicht

Overzicht

1.1. Achtergrond

Er bestaan meerdere 'Health Champion' programma's in het Verenigd Koninkrijk. Sommige daarvan focussen zich op algemene gedragsverandering, anderen zijn ambassadeurs voor specifieke gezondheidskwesties of liefdadigheidsinstellingen. Geen enkele is specifiek voor mannen en hoe mannen praten over en handelen met betrekking tot hun gezondheid.

Het SBS Health Champion programma is specifiek ontwikkelt voor mannen en is samen met mannen in de 2SEAS area geproduceerd als onderdeel van het SBS-model om de gezondheid, de geestelijke gezondheid en de inzetbaarheid van mannen te verbeteren.

Step
Health By Champions
Step SBS Shed Community

1.2. Doelstellingen

Het Health Champion programma heeft als doel:

- Goede gesprekken in de SBS Sheds mogelijk te maken
- Een omgeving te creëren die gezonde keuzes stimuleert
- Ondersteuning tot de toegang van bestaande diensten, zoals artsen en gespecialiseerde diensten te bieden alsook ondersteuning bij het stoppen met roken

Health Champions zullen:

- Eén van de Shedders zijn
- Met de andere Shedders praten over gezondheid en welzijn
- Shedders ondersteunen die gezondheidsproblemen ondervinden,
- Wegwijs maken naar gespecialiseerde diensten voor advies
- Samenwerken met de Shedleider om de omgeving gezond en ondersteunend te maken.

1.3. Hoe werkt het

Iedere Shed wijst ten minste één Shedder aan als Health Champion. Ervaring is niet nodig, alleen een interesse in het helpen van hun Shed en collega Shedders om voor hun eigen gezondheid en welzijn te kunnen zorgen. De leiders van de Shed dienen in staat te zijn om de potentiële Health Champion een goedkeuring of referentie te geven.

De potentiële Health Champions wonen een eerste opleidingssessie bij, waarbij zij leren gesprekken te voeren over gezondheid met hun collega Shedders met behulp van bewezen technieken die mensen helpen zichzelf te helpen. De training behandelt eveneens kernbegrippen waaronder vertrouwelijkheid, de rol van een Health Champion en hoe iemand wegwijs te maken naar verdere ondersteuning.

Getrainde Health Champions keren vervolgens terug naar hun Sheds en nemen hun opgedane kennis mee – door iemand te hebben die weet hoe men goede gesprekken voert binnen hun Shed en een omgeving creëert waar mannen in staat zijn om over gezondheidsproblemen te praten op een gevoelige, productieve manier, zullen mannen makkelijker in vertrouwen met iemand praten, in de wetenschap dat dat zij niet



veroordeeld zullen worden en geen dubieus advies zullen krijgen.

Alle Health Champions krijgen toegang tot meer middelen om hen te helpen hun rol te ontwikkelen in overeenstemming met hun persoonlijke interesses en behoeften. Dit kan een intensievere training omvatten over gedragsverandering, specifieke onderwerpen zoals aandacht voor zelfdoding of alcohol of toegang tot publieke gezondheidscampagnes die zij in hun Sheds kunnen gebruiken.

Elk gebied krijgt een Health Champion-coördinator die Health Champions kan verbinden met het lokale aanbod en toegang geeft tot netwerk mogelijkheden voor Health Champions om elkaar te ondersteunen en ideeën te delen.

1.4. Gemeenschappelijke waarde

Het programma is gericht op goede gesprekken die een duurzame gedragsverandering bevorderen– Shedders weten al wat gezond en ongezond is. Zij hoeven alleen in staat te zijn om de volgende stap te zetten om veranderingen door te voeren. Goede gesprekken helpen de Shedders om hun eigen doelen te stellen, hun eigen plannen te maken en Health Champions kunnen hen helpen hun doelen te bereiken door hen te ondersteunen, informatie te verstrekken en een Shedcultuur te creëren die gezondere keuzes ondersteunt.

Mannen steunen elkaar al en de wens om anderen te helpen is vanzelfsprekend. Het programma helpt mannen elkaar op een gezonde manier te ondersteunen en wel op een manier die voor mannen werkt. De training geeft Health Champions het vertrouwen en het bewustzijn dat nodig is om te doen wat zij al willen doen.



Mannen steunen elkaar al en de wens om anderen te helpen is vanzelfsprekend. Het programma helpt mannen elkaar op een gezonde manier te ondersteunen en wel op een manier die voor mannen werkt. De training geeft Health Champions het vertrouwen en het bewustzijn dat nodig is om te doen wat zij al willen doen.

Deel 2 – Uitvoering

2.1. Hoe wordt het programma opgezet

Tijdens het pilotproject biedt elke aanbieder de structuur om training aan te bieden en het programma lokaal te coördineren. Zij bieden tevens het beheer van het programma aan en zorgen ervoor dat de Health Champions toegang hebben tot bescherming en vertrouwelijke ondersteuning van hun organisatie.

De coördinator is verantwoordelijk voor:

- Ervoor zorgen dat training beschikbaar is
- Stimulering van de training binnen lokale SBS Sheds
- Het ondersteunen van de Health Champions na de training
- Ervoor zorgen dat Health Champions toegang hebben tot netwerkmogelijkheden

De leiders van de Shed zijn verantwoordelijk voor:

- Ervoor zorgen dat Sheddors op de hoogte zijn van het programma en de beschikbare training
- Ondersteuning Health Champions om veranderingen binnen de Sheds door te voeren

Health Champions zijn verantwoordelijk voor:

- Ervoor zorgen dat hun collega Sheddors weten dat zij beschikbaar zijn om te helpen
- Het toepassen van wat ze hebben geleerd in de training
- Hun eigen gezondheid en welzijn

Van de Health Champions wordt niet verwacht dat zij advies geven en zij zijn niet verantwoordelijk voor het handelen van collega Sheddors

2.2. Hoe wordt het programma uitgerold

Iedere SBS-projectpartner publiceert het programma binnen zijn SBS Sheds. Voor marketing en communicatie worden bij alle partners dezelfde kernthema's en boodschappen gehanteerd en:

- Wordt de taal gehanteerd die mannen zelf gebruiken
- Focust zich op positieve houding ten opzichte van gezondheid, bijv. kracht, conditie
- Focust zich op wat in beider belang is
- Zorgt ervoor dat het duidelijk is dat het programma op mannen is gericht en dat dit programma voor hen is
- gemakkelijk te lezen is
- Legt de nadruk op praktisch instructies
- Verstrekkt oplossingsgerichte informatie

Iedere partner maakt een training beschikbaar aan Sheddors die Health Champions willen worden en bieden een Health Champion handleiding om hun voortdurende rol te ondersteunen. Deze handleiding omvat:

- Instructies voor het vervullen van hun rol, afgestemd op de behoeften van lokale mannen.
- Overzicht van de belangrijkste gezondheidsthema's die mannen ervaren
- Duidelijke richtlijnen over wat zij moeten doen wanneer zij zich zorgen maken over het welzijn van hun Sheddors
- Voor zichzelf zorgen
- Belangrijkste lokale contacten

Na de training houdt de Health Champion-coördinator toezicht op de uitvoering van het

programma, en houdt regelmatig contact met individuele Health Champions om hen voortdurend te ondersteunen en ervoor te zorgen dat de Health Champions zich zeker voelen in hun rol. Het is voor Health Champions ook belangrijk om zich verbonden te voelen met andere Health Champions. Dit vergroot hun vertrouwen, bevordert een gevoel van wederzijdse ondersteuning en beschermt hun eigen welzijn. Health Champion-coördinatoren zorgen voor lokale netwerkmogelijkheden binnen elk gebied van de Health Champions om elkaar regelmatig in contact te brengen. Daarnaast creëren SBS-projectpartners mogelijkheden voor Health Champions om in contact te komen met Health Champions in andere landen om samenwerking en een grensoverschrijdende verbondenheid te ondersteunen.

2.3. Training

De training voor een Health Champion bestaat uit een 1-daagse (6 uur durende) training die gericht is op goede conversatie- en communicatieve vaardigheden. De training volgt een kernschema in elke SBS-partnerlocatie, maar wordt gegeven op een manier die aansluit bij de lokale behoeften.

De training heeft betrekking op:

- Bewustwording van enkele van de kwesties die mannen ondervinden met hun gezondheid en toegang tot gezondheidszorg
- Goede conversatietraining
- Het wegwijs te maken naar andere diensten
- Het belang van vertrouwelijkheid
- Jouw rol als Health Champion
- Meer kansen

Sommige aanbieders willen het gebruik van de Health kiosk aan het trainingspakket toevoegen.

Na het succesvol afronden van de training krijgen Health Champions erkenning voor hun prestaties bijvoorbeeld door het verstrekken van certificaten.

Een vervolgtraining wordt gefaciliteerd door de lokale Health Champion-coördinatoren en hangt af van de vastgestelde behoeften en van wat er al wordt aangeboden. Voorbeelden van het soort training dat kan worden aangeboden, afhankelijk van de lokale beschikbaarheid, zijn:

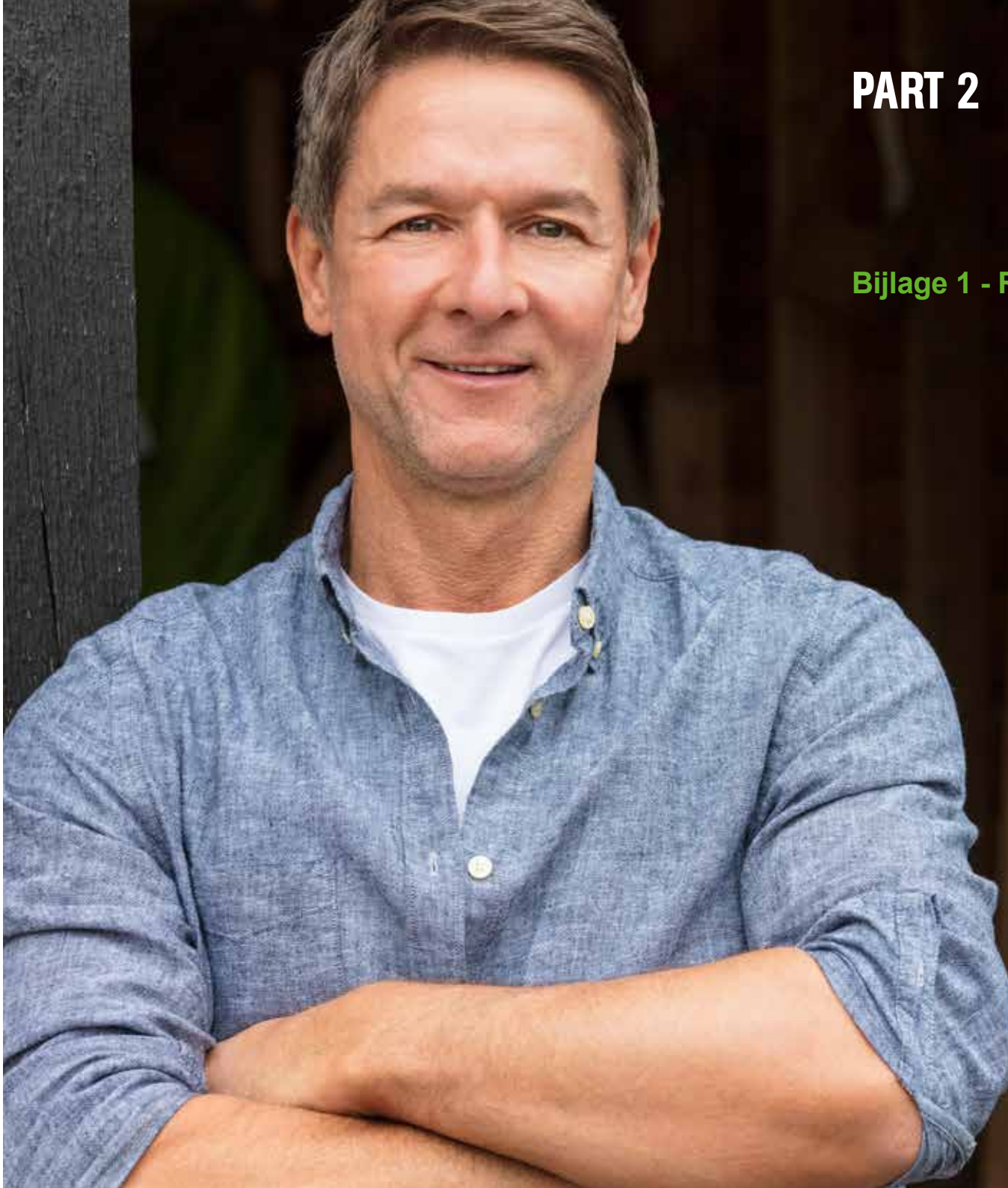
- Geestelijke gezondheid Eerste Hulp (UK)
- Elk Contact Telt (UK)
- Connect 5 for mental health (UK)
- Aandacht voor zelfdoding
- Stoppen met roken
- Alcohol, korte cursus (online module)
- Nationaal erkende kwalificaties

2.4. Verbetering en evaluatie van het programma

Het Health Champion-programma wordt gedurende de gehele pilot voortdurend verbeterd. De terugkoppeling wordt regelmatig door alle projectpartners geëvalueerd om het programma aan te passen. Dit omvat het luisteren naar de getrainde Health Champions en de leiders van de Shed over wat moet worden veranderd en het reageren op deze veranderingen.

Op lokaal niveau ziet elke partner toe op het gebruik van de training om ervoor te zorgen dat zoveel mogelijk Sheddiers toegang hebben tot het programma. Zij zullen ook de kwaliteit van de training en de uitvoering bewaken om te zorgen dat het programma consistent is op alle programmapunten/uitvoerende partner en aan de doelstellingen van het project voldoet.

Het Health Champion-programma wordt geëvalueerd als onderdeel van de SBS-projectevaluatie.



PART 2

Bijlage 1 - Rolprofiel Health Champion

SBS Health Champion

Rolprofiel

Roldoelstellingen:

Getrainde vrijwilligers fungeren als 'Health Champions' binnen hun SBS Shed om goede gesprekken en gezonde omgevingen te ondersteunen binnen een niet-oordelende setting.

De primaire rol van de Health Champion is het vergemakkelijken van goede gesprekken met hun collega's en wegwijs te maken naar andere diensten, indien nodig. Zij fungeren als een schakel tussen hun gemeenschappen en het SBS-project om ervoor te zorgen dat SBS-leden hun fysieke en mentale kracht en conditie kunnen verbeteren.

Health Champions worden getraind en begeleid om hen te helpen het vertrouwen en de competentie te verwerven om de gezondheid en het welzijn in hun Sheds en via andere maatschappelijke schakels te ondersteunen.

Belangrijkste verantwoordelijkheden:

- Goede gesprekken voeren over gezondheid en welzijn
- Informele ondersteuning bieden aan mensen die hun gezondheid willen behouden of verbeteren
- Mensen wegwijs maken die om hulp vragen bij een aantal gezondheids- en welzijnskwesties zoals:
- Geestelijke gezondheid
- Roken
- Alcohol
- Huiselijk geweld
- Drugs
- Voeding
- Gokken, spelverslavingen

- Sexuele gezondheid
- Lichaamsbeweging
- Contact leggen tussen het SBS-project en de lokale gemeenschap op het gebied van gezondheid gerelateerde kwesties door middel van netwerkevenementen
- Helpen om van gezondheid een Holistisch onderdeel van het SBS-project te maken door middel van betrokkenheid met gelijkgestemden op het gebied van gezondheid en het creëren van een sfeer waarin mensen over gezondheid kunnen praten op een verantwoorde manier zonder stigmatisering
- Ondersteuning bieden aan mensen die gebruik maken van de Health Kiosk als er geen personeel beschikbaar is
- Om gesprekken met gelijkgestemde mannen te beginnen, die tekenen van een slechte gezondheid vertonen

Verwachtingen van gedrag:

Health Champions zullen op een verantwoorde manier moeten handelen. Dit houdt in:

- Vertrouwelijkheid
- Respect voor de keuzes van mensen op een vriendelijke, niet-oordelende manier
- Inlevingsvermogen in de situatie van anderen hebben
- Het goede voorbeeld geven
- Nauw samenwerken met de SBS-vrijwilligerscoördinator en het advies en de begeleiding van de SBS-vrijwilligers volgen
- Zich inzetten om de gezondheid te verbeteren en de positieve participatie (betrokkenheid) van anderen te vergroten

Tijdsbesteding:

Health Champions zijn vrijwilligers en de hoeveelheid tijd die zij kunnen besteden, hangt af van de beschikbaarheid van elk persoon. Het wordt echter verwacht dat de vrijwilliger beschikbaar is als Health Champion terwijl zij bij hun SBS-groep zijn. Zij moeten regelmatig aanwezig zijn.

Het registreren van informatie:

Health Champions moeten bijhouden met hoeveel mensen zij hebben gesproken, de algemene thema's/brede thema's die zich in de loop der tijd voordoen en zij kunnen gevraagd worden om deze informatie met het SBS-projectteam te delen door middel van focusgroepen, vraaggesprekken of eenvoudige vragenlijsten. Dit wordt alleen gebruikt om de projectpartners te helpen de behoeften van lokale mannen te begrijpen en om zorg te dragen dat het project aan hun behoeften kan voldoen en om te bepalen of het programma werkt. Er worden geen vertrouwelijke of persoonlijk identificeerbare gegevens gevraagd.

Ondersteuning voor de rol: Alle Health Champions opereren binnen het lokale beleid voor bescherming en vertrouwelijkheid, alsook in het kader van de wetgeving op het gebied van gegevensbescherming. Ondersteuning wordt verleend in de vorm van schriftelijke begeleiding, training en advies van de SBS Health Champion-coördinator ter plaatse.

De SBS Health Champion-coördinator biedt algemene ondersteuning voor de rol en biedt kansen voor netwerken, vervolstraining en programma-ontwikkeling.

Health Champions hebben door SBS-netwerken ook toegang tot ondersteuning van andere Health Champions en coördinatoren, alsook tot de ondersteuning van de SBS Shedleider en SBS-projectteams.

Toekomstige kansen

De voltooiing van de training tot Health Champion vormt de basis voor de training van de gesprekken op het gebied van gezondheid.

Health Champions krijgen toegang tot een vervolstraining op specialistische gebieden die hun rol als Health Champion aanvullen, zoals (maar niet beperkt tot) zelfdoding, geestelijke gezondheid, roken en alcohol. De training is afhankelijk van de lokale beschikbaarheid.



Persoonsspecificatie

Essentiële training	Voltooiing van de training tot SBS Health Champion
Essentiële kwaliteiten	<ul style="list-style-type: none">Lid zijn van een SBS-ShedVermogen om de vertrouwelijkheid te handhavenNiet-oordelendGoede interpersoonlijke en communicatieve vaardighedenVertrouwen om met andere mensen te kunnen pratenStimuleren en ondersteunen van gelijkgestemde mannenEen goede luisteraar zijnHet verlangen om anderen te helpenPositieve instellingHet vermogen om met een gevarieerde groep mensen te werken op een respectvolle en niet-discriminerende manierBetrouwbaarheid
Wenselijke kwaliteiten	<ul style="list-style-type: none">Persoonlijke kennis en begrip van de lokale behoeften en ervaring met de gemeenschapHet vermogen om na te denken over de behoeften van de hele groepPersoonlijke ervaring met het overwinnen van gezondheidsproblemen of het maken van positieve veranderingen in je levenHet vermogen om mensen gemotiveerd te houden om hun gezondheid te verbeterenHet vermogen om te netwerken met andere maatschappelijke organisaties om de gezondheidsbewustwording te helpen vergrotenBewustwording van gezondheidskwesties en de impact daarvan op de levenskwaliteit en geestelijk welzijnBewustwording van bredere determinanten van gezondheid (genetisch, sociaal, omgevingsfactoren die van invloed zijn op de individuele gezondheid van een persoon)Kennis van lokale diensten en de toegang tot deze diensten

Notities

Over Stap door Stap (SBS)

Stap door Stap (SBS) is een samenwerking tussen 10 organisaties om een nieuw model te ontwikkelen en te testen voor een verbetering van de geestelijke en lichamelijke gezondheid van mannen in de samenleving.

Het model is ontworpen om

- Mannen in staat te stellen om van een slechte gezondheid en/of isolement over te stappen naar gezonde sociale participatie of actieve betrokkenheid op de arbeidsmarkt.
- Een cultuur te stimuleren, waarin alle burgers in alle regio's het vertrouwen hebben om duurzame en positieve veranderingen in hun leven teweeg te brengen, die ten goede komen aan zichzelf en de samenleving.
- Bijdragen aan gezondere individuen, families, gemeenschappen & werknemers

Het SBS-model is er in de eerste plaats op gericht om in contact te komen met mannen in hun lokale gemeenschappen, in het bijzonder met mannen die sociaal geïsoleerd zijn en aan een slechte geestelijke gezondheid of een slecht welzijn lijden. Het project staat echter ook open voor vrouwen die zeer welkom zijn om gebruik te maken van de nieuwe SBS-diensten.

Voor meer informatie en om uw lokale partner te vinden, gaat u naar de website www.sbs-wellbeing.eu

Over Interreg

Interreg 2 Seas 2014 -2020 is een EU-programma dat grensoverschrijdende samenwerking tussen Engeland, Frankrijk, Nederland en België vergemakkelijkt.

SBS wordt gefinancierd als onderdeel van de technologische en sociale innovatieprioriteit van het programma. De specifieke doelstelling van de SBS is het vergroten van de ontwikkeling van toepassingen voor sociale innovatie om efficiëntere en effectievere lokale diensten te ontwikkelen.

Step
Health By Champions
Step SBS Shed Community