

Healthy Ageing

**Onderwijs, Onderzoek en Ondernemerschap
samen werken aan gezondheid en participatie**



share your talent. **move** the world.

Sport & Bewegen

Bewegen en sporten is gezond, voor jong en oud! Regelmatig bewegen is een oplossing voor het steeds vaker voorkomend probleem: obesitas en overgewicht. Plezier hebben aan bewegen en sporten is heel belangrijk, en dat hoeft niet altijd in de sportschool. Met de trap in plaats van de lift of een dagelijkse wandeling kunnen al veel verschil maken. Ook de leef- en werkomgeving kunnen bijdragen aan lichaamsbeweging. Regelmatig bewegen heeft tevens een positieve invloed op de gezondheid van ouderen, zowel fysiek als mentaal. Uit onderzoek is bijvoorbeeld gebleken dat het dementieproces wordt vertraagd wanneer men beweegt, door letterlijk te bewegen beweeg je ook de hersenen. Structurele aandacht voor bewegen in het dagelijks leven daar draait het om en draagt bij aan een gezonde leefstijl!



Healthy Ageing en kennis

Iedereen die het nieuws en de politiek een beetje volgt, weet wat er speelt in de zorg: toename van het aantal ouderen, een stijgende vraag en beperkte budgetten. Hoe vind je daar oplossingen voor? Wat zijn efficiënte nieuwe methoden? Hoe kunnen we toch een goede ondersteuning bieden? En: over welke kennis en vaardigheden moeten mensen in het werkveld kunnen beschikken?

Er zijn veel rapporten geschreven over de relatie tussen onderwijs en onderzoek aan de ene kant en economie, welvaart en ontwikkelingen in de samenleving aan de andere kant. Al die rapporten komen eigenlijk op hetzelfde neer; onze samenleving vraagt om kennis. Om het ontwikkelen van nieuwe kennis, maar ook het méér en beter toepassen van al bestaande kennis en expertise.

De Hanzehogeschool Groningen doet dat al ruim vier jaar op het terrein van Healthy Ageing, samen met het werkveld, met instellingen en organisaties. Samen met de praktijk dus, want het gaat om praktijkgericht onderzoek en praktijkgericht onderwijs. In de innovatiewerkplaatsen van het Centre of Expertise Healthy Ageing onderzoeken en testen we producten en nieuwe diensten in de praktijk. En vervolgens zoeken we daar met het werkveld innovatieve markttoepassingen voor. Met de nieuwe kennis die we zo vinden, verbeteren we ons onderwijs. En als het nodig is, ontwikkelen we volledig nieuw onderwijs. Zo gaan we met nieuwe kennis bijvoorbeeld twee nieuwe masteropleidingen tot stand brengen. Zodat er in onze regio uitstekend opgeleide professionals aan de slag gaan in de sector zorg en gezondheid.

Tegelijkertijd kijken we naar ondernemerschap in deze sector. We proberen met de partners concrete producten en diensten te ontwikkelen die in de praktijk en in de markt toepassing kunnen vinden. Inmiddels is er een netwerk ontstaan met ruim 100 commerciële en niet-commerciële partners en werken we samen met de



Henk Pijlman

andere hogescholen in Noord-Nederland, de RUG, het UMCG en de verschillende ROC's. Bij meer dan twintig opleidingen speelt Healthy Ageing een rol, meer dan 5000 studenten volgen een opleiding rond zorg en gezondheid, 75 onderzoekers en 27 lectoren doen praktijkgericht onderzoek.

Dit magazine geeft een geweldig overzicht van de breedte van het thema Healthy Ageing bij de Hanzehogeschool Groningen. Het geeft een mooi beeld van wat de Hanzehogeschool Groningen met kennis bijdraagt aan zorg en gezondheid in onze regio. Het geeft ook weer hoe we komende tijd als hogeschool verder gaan met dit thema.

Henk Pijlman

voorzitter College van Bestuur

*Bij meer dan twintig opleidingen speelt Healthy Ageing een rol,
meer dan 5000 studenten volgen een opleiding rond zorg en gezondheid.*

Strategisch zwaartepunt van de Hanzehogeschool Groningen

Indrukwekkende resultaten op het gebied

Healthy Ageing is een thema dat we niet meer weg kunnen denken uit onze maatschappij. We worden met z'n allen steeds ouder en dat vraagt om nieuwe, slimme oplossingen om de kwaliteit van het leven te vergroten en de maatschappelijke lasten voor gezondheid te minimaliseren. Het gaat daarbij niet alleen over ouderen en ziekte, maar vooral ook over gezond opgroeien, maatschappelijke participatie en kwaliteit van leven.

De benadering is integraal en multidisciplinair, gericht op de totale levenscyclus.

Er zijn grote demografische verschuivingen gaande. In 2050 is ruim 30 procent van de bevolking boven de 65 jaar. De veranderingen vinden in het grootste deel van Europa plaats. Geen wonder dat de Europese Unie 'Demographic change and Active and Healthy Ageing' als een van de belangrijke maatschappelijke uitdagingen heeft benoemd, samen met energie en klimaatverandering. En Noord-Nederland is in juli 2013 door de Europese Commissie uitgeroepen tot voorbeeldregio op het gebied van Active & Healthy Ageing.



van Healthy Ageing in de afgelopen 4 jaar



Joost Degenaar

Speerpunt Healthy Ageing Hanzehogeschool Groningen

De Hanzehogeschool Groningen heeft in 2009 Healthy Ageing als strategisch speerpunt gekozen en heeft daarvoor een programma Healthy Ageing ontwikkeld. Het is indrukwekkend om te zien hoeveel mensen intussen actief bijdragen aan dit thema. Niet alleen bij opleidingen en onderzoek in de gezondheidsstudies en verpleegkunde, maar ook bij sportstudies, sociale studies, Life Sciences- en ICT-opleidingen en in het domein van economie en kunst. Het gaat om thema's als leefstijl, voeding en bewegen, langer gezond doorwerken, langer zelfstandig thuis wonen, maatschappelijke participatie, e-Health en technologie.

In steeds meer bachelor- en masteropleidingen is Healthy Ageing deel van het curriculum. Ook het praktijkgericht onderzoek is sterk gegroeid. Bijna de helft van alle lectoren is erbij betrokken, er lopen veel promoties, veel docent-onderzoekers werken aan onderzoeksprojecten, vaak samen met andere partners in de regio.

In de afgelopen vier jaar hebben we het speerpunt Healthy Ageing ontwikkeld tot een strategisch zwaartepunt. De Reviewcommissie Hoger Onderwijs en Onderzoek heeft de prestatieafspraken van de Hanzehogeschool het oordeel 'excellent' gegeven, vooral vanwege de zwaartepuntvorming en profilering op de thema's Energie en Healthy Ageing. Tevens heeft OCW de aanvragen voor een Centre of Expertise op beide thema's gehonoreerd.

Centre of Expertise Healthy Ageing

Het Centre of Expertise Healthy Ageing (CoE HA) heeft in januari 2013 voor een periode van vier jaar vier miljoen euro subsidie toegekend gekregen door het ministerie van

OCW en startte met 35 partners in de noordelijke regio en de Hanzehogeschool Groningen als penvoerder. Het is een publiek-privaat samenwerkingsverband dat zich richt op innovatie in zorg en welzijn. Medio 2014 is het uitgegroeid tot een innovatieplatform waarin meer dan honderd partners actief zijn. Het CoE HA werkt samen met de vier hogescholen en vijf ROC's in Noord-Nederland, met RUG en UMCG, met meer dan veertig zorg- en welzijnsinstellingen en bijna vijftig grote en kleine bedrijven, met gemeenten en met partnerorganisaties als het Healthy Ageing Network Noord-Nederland (HANNN).

De gekozen vorm van innovatiewerkplaatsen werkt goed. Het gaat om concrete resultaten, zowel economische als maatschappelijke valorisatie van kennis en doorwerking in het onderwijs en van de toekomstige professionals en het bijscholen van de huidige professionals.

Het programma Healthy Ageing wordt beëindigd en zal vanaf 1 september opgenomen worden in de bestaande organisatie onder de naam: Hanzehogeschool Centre of Expertise Healthy Ageing. Lees meer over deze nieuwe ontwikkelingen op pagina 48 en 49.

We zijn trots op de bijdrage die we leveren aan de regio door ons praktijkgericht onderzoek en het opleiden van toekomstgerichte professionals. In dit magazine laten we concrete voorbeelden zien, voor collega's binnen de hogeschool en voor de vele partners met wie we samenwerken.

Joost Degenaar

programmadirecteur Healthy Ageing en
projectdirecteur Centre of Expertise Healthy Ageing

Innovatiewerkplaats timmert aan de weg met app

Ook ondervoeding bedreigt

Veel mensen denken bij Healthy Ageing aan een gezonde leefstijl en het voorkomen van overgewicht. Ondervoeding is echter ook een grote bedreiging voor de gezondheid, zeker als iemand al patiënt is. De conditie gaat achteruit en er kan een negatieve spiraal ontstaan met langere opnames, meer medicijnen, complexere zorg, minder kwaliteit van leven en minder relatief gezonde levensjaren tot gevolg. Dr. Harriët Jager-Wittenaar leidt de innovatiewerkplaats (IWP) die zich hiermee bezighoudt.

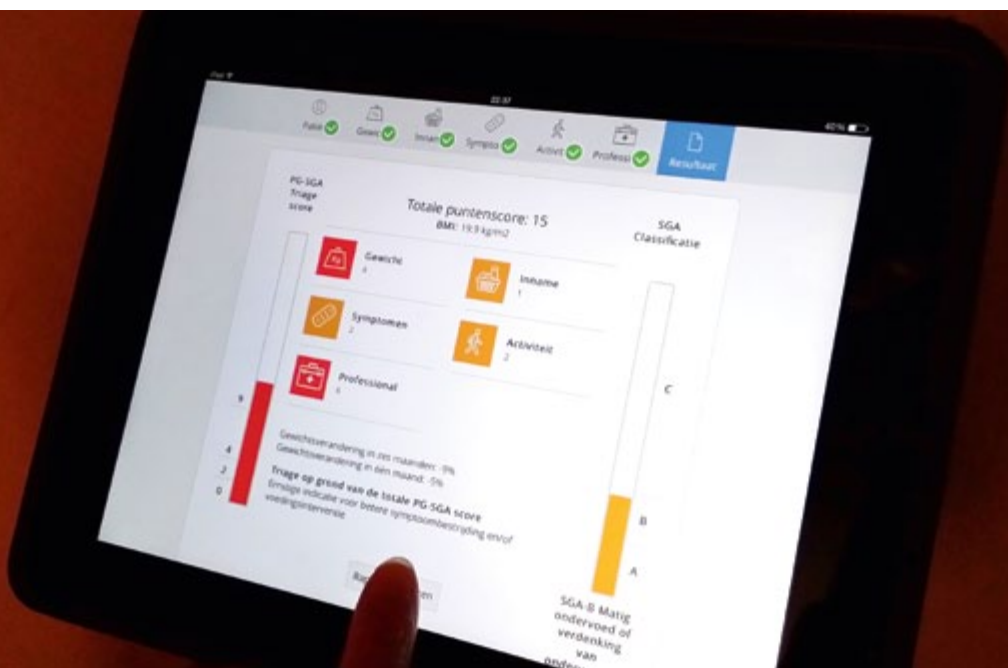
De app Pt-Global dient om ondervoeding bij patiënten in het ziekenhuis te signaleren en vast te stellen.

Harriët doet al jaren onderzoek naar de voedingstoestand van patiënten met hoofd-halskanker bij de afdeling Mondziekten, Kaak- en Aangezichtschirurgie van het UMCG. Ze combineert haar onderzoeksaanstelling bij het UMCG met een baan als senior onderzoeker en docent Voeding en Diëtetiek bij de Hanzehogeschool Groningen. Per 1 september 2014 is Harriët benoemd tot lector Clinical Malnutrition and Healthy Ageing aan de Academie voor Gezondheidsstudies.

De komst van het Centre of Expertise Healthy Ageing (CoE HA) en de innovatiewerkplaatsen was een mooie aanleiding om het onderzoek te verbreden naar klinische ondervoeding bij patiënten in het algemeen. De focus op ziekte is onderscheidend, wil Harriët daarbij uitdrukkelijk aantekenen: “Het gaat niet alleen over zelfstandig wonende ouderen, want daar wordt door anderen ook al heel veel onderzoek naar gedaan. Wij richten ons vooral op mensen die door ziekte en de bijbehorende medische behandeling ondervoed kunnen raken.”

Publiek-privaat

Harriët is enthousiast over de kans die het CoE HA bood om een proeftuin rond dit thema in te richten samen met studenten, docenten, onderzoekers, be-



gezondheid



Harriët Jager-Wittenaar

drijven én het werkveld. Het opzetten van de IWP was spannend en er viel en valt veel van elkaar te leren, vertelt ze. ICT-dienstverlener Ordina hielp mee om de publiek-private samenwerking in de steigers te zetten en het projectmanagement vorm te geven. Ook andere bedrijven haakten aan. Zuivelgigant FrieslandCampina stapte in de samenwerking vanuit zijn missie om via voeding bij te dragen aan preventie en behandeling van ondervoeding en gezond ouder worden. MediqTefa, leverancier van medische voeding, wil op zijn beurt graag weten hoe de door hen geleverde producten efficiënt en effectief kunnen worden ingezet. Harriët: “We werken voortdurend aan een gedeeld belang. De partners bepalen mede de koers van de IWP.”

Lancering internationale app

De innovatiewerkplaats Clinical Malnutrition was nog maar goed en wel begonnen of het eerste resultaat werd al aangekondigd: de internationale app Pt-Global, ontwikkeld in samenwerking met dr. Faith Ottery en het bedrijf Tizin Mobile. De app dient om ondervoeding bij patiënten in het ziekenhuis te signaleren en vast te stellen. Ook kan iemands voedingstoestand worden gemonitord met de app. Een dergelijk instrument bestond nog niet. In tachtig procent van de ziekenhuizen in Nederland is het routine om alleen te screenen op ondervoeding. Dat gebeurt dan voornamelijk op grond van iemands gewicht en BMI: belangrijke gegevens, maar onvoldoende om de diagnose ondervoeding te stellen. Hierdoor worden enerzijds patiënten gemist en kan er anderzijds overbehandeling plaatsvinden.

Meer indicatoren

Pt-Global maakt gebruik van meer indicatoren om ondervoeding vast te stellen dan de huidige screeningsinstrumenten. De app, die is ontwikkeld op basis van een bestaande gevalideerde vragenlijst, neemt naast het gewichtsverloop bijvoorbeeld ook de lichaamssamenstelling, voedingsinname en lichamelijke activiteit van de patiënt mee in de beoordeling. Een zorgprofessional kan hiermee ondervoeding niet alleen signaleren maar ook daadwerkelijk de diagnose stellen én de voedingstoestand van de patiënt over een bepaalde periode monitoren. En de patiënt vult straks zelf een groot deel van de vragen in; tijd die de zorgprofessional er niet aan hoeft te besteden. De app maakt het zorgproces dus niet alleen effectiever maar ook efficiënter.

Gezondheidswinst

De lancering van de app ging gepaard met flinke publiciteit. Harriët Jager kreeg mede daardoor heel veel reacties uit het werkveld en van bedrijven die willen aanhaken. “Dit instrument verdient dat ook, want het levert forse gezondheidswinst op als ziekenhuizen niet alleen screenen op ondervoeding maar ook een diagnose ondervoeding kunnen stellen en kunnen monitoren. Dat komt de behandeling ten goede. Verder zijn we bezig om de app in twintig talen om te zetten en hij wordt op Europees niveau opgeschaald binnen het European Innovation Partnership on Active and Healthy Ageing. Het is dus echt een internationaal inzetbaar hulpmiddel.”

Gezondheid = welbevinden

Healthy Ageing is een breed begrip. Natuurlijk gaat het over fysieke gezondheid. Maar het is óók: optimaal participeren in de samenleving en een zo groot mogelijk welbevinden ondanks een fysieke of psychische beperking. Het lectoraat Rehabilitatie werkt hier sinds jaar en dag aan en doet dat in innige samenwerking met het werkveld.

“Participatie en dan gaat het om werk, woning, studie enzovoort bevordert ook de fysieke gezondheid. En een gezonde leefstijl is weer belangrijk om goed te kunnen participeren”, zegt lector Lies Korevaar. “Alle thema’s die wij vanuit ons lectoraat aanpakken, hebben een duidelijke relatie met gezond opgroeien en actief ouder worden, alleen de invalshoek verschilt. Welbeschouwd is Healthy Ageing de kern van dit lectoraat.”

Promens Care

Het lectoraat Rehabilitatie werkt al lang samen met Promens Care, een organisatie die in de provincies Groningen en Drenthe zorg verleent aan mensen met een verstandelijke of psychische beperking. In overleg kiezen de partners jaarlijks één of twee thema’s waar ze gezamenlijk onderzoek naar doen, onderwijs voor ontwikkelen en innovatief materiaal voor maken. Bijvoorbeeld binnen het Wellness-programma, dat zich richt op meer welbevinden van mensen met een verstandelijke of psychische beperking door een gezondere leefstijl. Zo’n programma is geen overbodige luxe. Lies: “Mensen met een langdurige psychische beperking overlijden ruim twintig jaar jonger dan gemiddeld. Niet door die psychische aandoening, maar door de problemen die er indirect mee verbonden zijn als gevolg van onder meer roken, bewegingsarmoede en overgewicht.”

Annemarie Zijlstra, rehabilitatiespecialist en beleidsmedewerker bij Promens Care:

“Promens Care ervaart de samenwerking met het lectoraat Rehabilitatie als inspirerend en onmisbaar. Praktijkvragen leiden tot praktijkgericht onderzoek, nieuwe kennis ontstaat en vindt haar weg naar de praktijk. We participeren in landelijke en internationale projecten en dragen zowel aan bij als profiteren van nieuw onderzoek. Voor een organisatie als die van ons, zonder grote onderzoeksafdeling en wetenschappelijke staf, is het contact met het lectoraat dan ook van grote waarde.”



Lies Korevaar

= participatie = gezondheid

Werkveld blij met onderzoek en ontwikkeling samen met Hanzehogeschool

Gezonder leven bij Promens Care

Stef van der Linden is drie jaar programmaleider geweest van het leefstijlproject bij Promens Care. Hij ging aan de slag om verbetering te brengen in de conditie van de cliënten. Een van de eerste initiatieven was een cursus om gezonder eten te stimuleren. Dat is inmiddels aangevuld met structurele aandacht voor sport en bewegen in het dagelijks leven.

Ingrijpen in de leefstijl was decennialang geen gewone gedachte in het werkveld van zorg en welzijn. De hulpverlening was erg terughoudend vanuit de overtuiging dat cliënten zelf bepalen hoe ze leven. Dat laatste blijft een belangrijk uitgangspunt maar het betekent niet dat je als hulpverlener niets kunt doen. Samen met onderzoekers van het lectoraat Rehabilitatie en de cliënten inventariseerde Promens Care welke behoeften de cliënten eigenlijk hebben. Op basis daarvan werd een cursus gezonder eten ontwikkeld. Een groep van 25 mensen met een verstandelijke beperking kreeg een gecombineerd bewegings- en voedingsprogramma genaamd 'In Conditie' aangeboden, met klinkend resultaat: "Zij raakten in een half jaar tijd gemiddeld per persoon zo'n vier, vijf kilo kwijt!"



Move Well Feel Better

Inmiddels zijn we alweer een aantal jaren verder en Promens Care richt zich steeds sterker op een gezondere leefstijl van haar cliënten als basis voor een betere gezondheid en meer welbevinden. Stef kiest daarvoor het liefst een positieve, motiverende aanpak. Niet: je moet minder eten of stoppen met roken. Maar: ga eens sporten bij een club, of als dat moeilijk ligt ga een leuk, actief computer-sportgame doen!

Het lectoraat en Promens Care ontwikkelden recent samen een oriënterende cursus voor mensen met een psychische beperking: 'Move Well Feel Better'. Die cursus helpt cliënten bij het verkennen en kiezen van een leefstijl en het bijbehorende gedrag. Ook werd een aangepaste versie van de cursus 'In Conditie' gemaakt, nu voor mensen met een psychische in plaats van een verstandelijke beperking. Op dit moment vinden de pilots van deze cursussen plaats en het lectoraat evalueert die in samenwerking met Promens Care.

Stef van der Linden, programmaleider bij Promens Care, kiest het liefst een positieve, motiverende aanpak: ga eens sporten bij een club, of als dat moeilijk ligt ga een leuk, actief computer-sportgame doen!

Participatie en welbevinden zijn integraal aspect van Healthy Ageing

Gezond en actief ouder worden betekent dat mensen die zorg nodig hebben, ouderen én jongeren, optimaal meedoen aan de samenleving.



Michèle Garnier



Michèle Garnier, dean of the Academy for Social Studies:

“Het is fantastisch dat de Hanzehogeschool zich profileert op Healthy Ageing! Ik merk dat het wordt gezien en gewaardeerd in ons werkveld. Ook de innovatiewerkplaatsen spelen daar een goede rol in, omdat ze een sterke verbinding opleveren met andere partijen in het onderwijs en in het werkveld.

Verder ben ik heel blij dat participatie en welbevinden ook onder de definitie van Healthy Ageing vallen en dat het niet alleen gaat over fysieke gezondheid en over ouder worden. Gezond en actief ouder worden betekent dat mensen die zorg nodig hebben, ouderen én jongeren, optimaal meedoen aan de samenleving. Dat is waar het lectoraat Rehabilitatie zich op richt. Welbevinden hangt daar nauw mee samen als belangrijke voorwaarde voor gezond en veilig opgroeien ziedaar de link met het lectoraat Integraal Jeugdbeleid. Juist die invalshoek van participatie en welbevinden sluit naadloos aan bij het uitgangspunt dat we kijken naar de gezonde kant van mensen. Uitgaan van wat een persoon wél kan, in plaats van wat er aan mankeert; aandacht voor de eigen regie van mensen op hun leven. Dan heb je het natuurlijk ook over werk en over vraagstukken rond human capital. Hoe zal de vraag naar deskundigheid zich in de regio ontwikkelen? Hoe kunnen we daar op inspelen? Dit zijn kwesties waar het lectoraat Arbeidsparticipatie zich mee bezighoudt en waarmee we naadloos aansluiten bij de aandacht voor dat thema in de EU.

De samenwerkende partners hebben met elkaar kunnen bewerkstelligen dat wij hier voorbeeldregio zijn op het gebied van Healthy Ageing. De Academie voor Sociale Studies kan al met al dus heel goed uit de voeten met het thema.”

CoE ondersteunt de innovatiewerkplaatsen

Healthy Ageing: steeds meer ‘business’

Peter Boonstra stelt zich ten doel om onderzoekers en bedrijfsleven bij elkaar te brengen in de innovatiewerkplaatsen (IWP's). ‘Business’ zit nog niet in het DNA van de kennisinstellingen, constateert hij. De bedrijven daarentegen investeren graag in de samenwerking, want ze zien handel, is het niet vandaag of morgen, dan wel overmorgen.

Peter is bij het Centre of Expertise Healthy Ageing (CoE HA) belast met de bedrijfsvoering en met ‘business development’. Dat laatste is essentieel om de doelstellingen van het CoE HA waar te kunnen maken. Het gaat immers om het aan de gang brengen van duurzame samenwerking tussen onderzoekers, bedrijven en zorginstellingen in een continu innovatieproces. De IWP's moeten nieuwe kennis, producten en diensten opleveren die zelfstandig de wereld kunnen veroveren. Als in 2016 de gesubsidieerde fase afloopt, moet dat vliegwiel draaien en moeten het CoE HA en de IWP op eigen benen staan.

Ondersteunen van de innovatiewerkplaatsen

“We zien het geld dat wij vanuit het Centre of Expertise in de IWP's steken als investeringsgeld”, zegt Peter. “Het is bedoeld om ander geld te genereren, anders is alles na vier

jaar weer afgelopen.” Samen met consultant Patrick van Oosten van consultancybedrijf Ordina trekt Peter langs de IWP's om ze te ondersteunen op de fronten waar ze wel wat hulp kunnen gebruiken: e-Health en technologie, business development en financiering en onderwijsvernieuwing. Daarmee bouwt hij tegelijk aan een Centre of Expertise dat men nationaal en liefst ook internationaal erkent als de plek waar je kennis en ondersteuning haalt als je iets wilt aanpakken op het gebied van Healthy Ageing.

Bedrijfsleven meteen aan tafel

Bedrijven die meedoen aan een IWP van het CoE HA, leveren meestal een bijdrage in kind in de vorm van manuren. Deze ‘verkenner’ kijken vanuit een andere invalshoek naar de thema's van de IWP's. Die zijn in eerste instantie praktisch allemaal uit een lectoraat voortgekomen en hebben daardoor een focus op onderzoek. Peter: “Het bedrijfsleven moet meteen aan tafel: zij zien kansen die de onderzoeker misschien ontgaan.” Peter arrangeert daarom contact tussen bedrijven en onderzoekers. Zo ontstond al in een pril stadium van het onderzoek van Harriët Jager (zie pagina 6) de Pt-Global App waarmee ondervoeding kan worden gediagnosticeerd en behandeld. Peter hoopt met zijn actieve ondersteuning vanuit het CoE HA ook de andere innovatiewerkplaatsen tot dit soort resultaten te brengen. Zijn ideale model is dat van een werkplaats waarvoor het bedrijfsleven de projectleider levert en de lector of onderzoeker de inhoudelijke deskundigheid. Lectors beseffen steeds meer dat ze projectleiders nodig hebben om hun doelstellingen te halen, zegt Peter.

Peter Boonstra



‘Business’ zit nog niet in het DNA van de kennisinstellingen.

Jeugd & Leefstijl

Ouders, scholen, sportverenigingen en culturele en welzijnsinstellingen: veel partijen zijn betrokken bij het gezond opgroeien van kinderen. Het gaat hierbij niet alleen om de fysieke gezondheid, maar ook om het stimuleren van talent en het deelnemen aan de samenleving. Huidige ontwikkelingen zoals bezuinigingen in de zorg en veranderingen in het overheidsbeleid zorgen voor onzekerheid bij instellingen gericht op de jeugd. Juist in tijden van verandering is het belangrijk dat voorzieningen in de wijk samenwerken en elkaar versterken.



Investeren in innovatie

ICT en consulting dienstverlener Ordina draagt het streven om bij te dragen aan maatschappelijke vraagstukken hoog in het vaandel. Het bedrijf haakte al vroeg aan bij het Centre of Expertise Healthy Ageing (CoE HA) en steekt er heel wat manuren in. Uiteindelijk moet dit natuurlijk omzet opleveren, maar dat dat wel even kan duren vindt Paul Wiertsema, manager/consultant van Ordina, geen probleem. “Het is duidelijk dat deze vernieuwing jaren investeren betekent.”



Paul Wiertsema

“Wij vinden maatschappelijke betrokkenheid heel belangrijk als organisatie; we willen graag oplossingen bedenken voor belangrijke vraagstukken in de samenleving.” Zorg is een van de sectoren waar Ordina in dat verband op focust. Het accent in de zorg komt meer en meer te liggen op wat mensen nog wel kunnen, stelt Paul. De sector moet zich dus richten op het helpen onderhouden

Healthy Ageing is een thema dat partijen verbindt.

en stimuleren wat er goed gaat. “Wij proberen in onze nieuwe producten en diensten zoveel mogelijk het perspectief van de cliënt in te nemen. Hoe ondersteunen we de cliënt zodat die zelf de gezondheidszorg zo kan organiseren dat hij optimale zorg krijgt?” Innovatieve ICT vormt daarvoor een hoeksteen.

Beter begrijpen

Partijen in de zorg zullen moeten samenwerken om vernieuwing te realiseren, aldus Paul. “Het programma Healthy Ageing en het Centre of Expertise zitten ook op die integrale lijn. Healthy Ageing is een thema dat partijen verbindt. We zien de samenwerking als een mooie manier om wederzijds kennis en ervaring op te bouwen die nodig is om tot innovaties te komen.” Ordina hielp de businesscase van het Centre of Expertise ontwikkelen en denkt op dit moment mee bij het ondersteunen van de innovatiewerkplaatsen. Ook is het bedrijf partner in de innovatiewerkplaatsen Health, Food & Technology en Clinical Malnutrition. “We geloven heel sterk in een andere benaderingswijze en daar investeren we in. Het is prima als dat met kleine stapjes gaat, dan begrijpen wij ook beter hoe het moet.”

Concreet aan de slag met

Christien de Graaff is lid van het college van bestuur van het Alfa-college, christelijk ROC voor Noord- en Oost-Nederland. Ze is enthousiast over Healthy Ageing als strategisch thema en over de samenwerking in het Centre of Expertise Healthy Ageing (CoE HA). “Het is een belangrijke aanjager voor onderwijsinnovaties.”

Het Alfa-college koos als ROC net als veel andere noordelijke instellingen al enkele jaren geleden voor Healthy Ageing als een van zijn strategische speerpunten, naast ondernemerschap en energie. Christien: “Dat zijn de thema’s waar wij onze strategische aandacht op richten en waar we onze opleidingen naartoe buigen. We hadden natuurlijk samen met Stenden Hogeschool al het lectoraat Duurzame Innovatie in de regionale kenniseconomie van Ineke Delies. Dat richt zich ook op Healthy Ageing, maar dan voornamelijk als voertuig voor duurzame verbinding met het bedrijfsleven.”

Rol mbo

Christien vindt het CoE HA ‘een mooi verband met tientallen bedrijven en instellingen’. Samenwerken is noodzaak bij dit thema, stelt ze, en het mbo heeft daarin een eigen rol. “De vragen uit het bedrijfsleven zijn nooit monodisciplinair, daar zitten altijd verschillende kanten en niveaus aan. Tegelijkertijd zijn onze vakgebieden altijd gekoppeld aan een specifieke toepassing.” Samenwerken met hbo-ers is in bedrijven en instellingen vanzelfsprekend, maar in het onderwijs nog niet zo gewoon. In de innovatiewerkplaatsen gebeurt dat wel. Actief participeren in het CoE HA lag dus voor de hand, vindt Christien. Zij zit in de onlangs ingestelde adviesraad van het CoE HA en het Alfa-college participeert op dit moment in zeven verschillende innovatiewerkplaatsen. “Samenwerken in innovatiewerkplaatsen past ons heel goed. Er doen studenten en docenten mee van verschillende opleidingen zorgopleidingen, maar bijvoorbeeld ook op het gebied van techniek, welzijn, leisure en hospitality. Voor onze



studenten is het belangrijk dat ze in de gelegenheid zijn om daadwerkelijk activiteiten rond zo’n thema uit te voeren, zodat ze er ook echt een gevoel bij krijgen.” Dat geldt natuurlijk net zo goed voor de docenten als voor de studenten, merkt ze op.

Inbedden in het onderwijs

Het Alfa-college is druk bezig om Healthy Ageing structureel in te bedden in het onderwijs. Dat gebeurt in verschillende opleidingen op uiteenlopende manieren en zal nog veel verder uitgroeien. Komend jaar zal er volgens Christien veel nadruk liggen op het uitwisselen van ervaringen en delen van resultaten binnen de innovatiewerkplaatsen en tussen docenten van ROC’s en hogescholen. Dat kan de aansluiting tussen mbo en hbo alleen maar ten goede komen. “Ook op die manier levert samenwerken in het CoE HA voor ons dus wat op”, besluit ze.

Healthy Ageing



Christien de Graaff

Samenwerken met hbo-ers is in bedrijven en instellingen vanzelfsprekend, maar in het onderwijs nog niet zo gewoon.

Mbo en hbo doen samen onderzoek in de praktijk

De ZorgVilla

Onderwijs en bedrijfsleven werken samen aan innovaties rond Healthy Ageing. Een voorbeeld hiervan is De ZorgVilla in Veenoord; een woonvorm voor ouderen met een somatisch en/of psychische beperking waarin 'wonen zoals thuis' centraal staat.

Bij verschillende fasen in de ontwikkeling van het concept ZorgVilla doen studenten mee. Zo deden zorgstudenten van het mbo en SPH & HRM studenten van het hbo samen onderzoek naar dagbestedingswensen van de toekomstige bewoners. Het resultaat is een activerend programma dat goed is afgestemd op de wensen en de uiteenlopende mogelijkheden van de bewoners.

September 2013 werd de ZorgVilla geopend. De samenwerking heeft sindsdien een structureel karakter in de vorm van een leer/werkplaats voor niveau 3/4 studenten van de opleidingen Verzorgende-IG en Maatschappelijke Zorg. Docenten geven les op de locatie, dus in de beroepspraktijk, en de studenten zijn o.m. verantwoordelijk voor een deel van de zorgverlening en de dagbesteding aan de woongroep.

Studenten opleiden tot

Mensen die buiten de gebaande paden van hun vakgebied kunnen denken. Die soepel samenwerken met professionals van andere soms totaal andere disciplines. Bruggebouwers: die heeft de samenleving nodig om de vergrijzingsproblematiek te tackelen, roepen werkveld en overheden in Nederland en Europa. In het onderwijs van de Hanzehogeschool komt het thema Healthy Ageing stevig van de grond: in minoren, masters, honours-trajecten, in het reguliere onderwijs en in onderwijsfaciliteiten.

Healthy Ageing in het reguliere onderwijs van de Academie voor Gezondheidsstudies

“De focus op gezond ouder worden is voor onze opleidingen een gegeven”, zegt Karin Liebrand, coördinator van de minor Healthy Ageing en onderwijskundig adviseur bij de Academie voor Gezondheidsstudies. “Al onze opleidingen, Fysiotherapie, Logopedie, Voeding & Diëtetiek, Management in de Zorg, Mondzorgkunde en Medisch Beeldvormende & Radiotherapeutische Technieken, hebben een relatie met gezond ouder worden, gezond gedrag en preventie. Healthy Ageing ligt dus diep verankerd in onze curricula.” Bijvoorbeeld, Fysiotherapie heeft de specialisatie Ouderen, Mondzorgkunde het project Krasse Tandem, Logopedie heeft zowel oog voor de ontwikkeling van het jonge kind als voor het behandelen van spraaktafstoringen als gevolg van (verouderings)ziekten en bij Voeding & Diëtetiek is preventie een belangrijk aspect van de reguliere opleiding. “Je kunt hier niet van school gaan zonder ooit van Healthy Ageing gehoord te hebben.”

Kenniswerkplaats Healthy Ageing bevordert kenniscirculatie

Social Studies, Verpleegkunde, de Academie voor Gezondheidsstudies en het lectoraat Transparante Zorgverlening gaan al het praktijkgericht onderzoek van studenten bundelen in de Kenniswerkplaats Healthy Ageing (KW HA). Hier ontstaat een multidisciplinaire leeromgeving waar studenten samen met docenten en promovendi onderzoek doen naar vragen uit het werkveld. Voorbeelden van kenniswerkplaatsen zijn Kwetsbare Ouderen, Ge-

zonde Leefstijl en Preventie, De nieuwe Zorgprofessional, Actief leven met fysieke en/of verstandelijke beperkingen, Zelfmanagement en empowerment van cliënten. Als vragen uit het werkveld om andere expertise vragen, worden studenten, docent-onderzoekers van andere scholen uitgenodigd. “Met de Kenniswerkplaats Healthy Ageing willen we stimuleren dat studenten multidisciplinair gaan werken. Vijftig procent moet in 2017 een afstudeeropdracht doen in een multidisciplinaire setting, is ons streven”, stelt Sake van der Ploeg, coördinator van de KW HA. “Het werkveld vraagt steeds meer om professionals die verder kijken dan het eigen specialisme.” De aanpak van de KW HA is vergelijkbaar met die van de innovatiewerkplaatsen, met als verschil dat de KW HA echt is opgericht als onderwijsfaciliteit. Met de innovatiewerkplaatsen zal nauw worden samengewerkt. “Het zijn allebei concepten die de samenwerking en de kenniscirculatie bevorderen.”

Excellentietraject Healthy Ageing vernieuwd

Vijf jaar geleden startte de Academie voor Gezondheidsstudies een honoursprogramma Healthy Ageing. Vanaf september 2014 heeft dit traject voor talentvolle studenten een nieuwe opzet en staat het ook open voor studenten Verpleegkunde en Social Studies. “De ontwikkelingen in de gezondheidszorg maken integratie van kennis op deze domeinen noodzakelijk. Welzijn wordt steeds belangrijker als je ziekte wilt voorkomen”, zegt Inge Wijkamp, programmacoördinator. In 2012 startte een pilot waarbij ook enkele studenten van Social Studies instroomden. “Dat beviel heel erg goed”, aldus Inge. Healthy Ageing

samenwerkende professionals



leent zich goed voor interdisciplinair onderwijs.”

Studenten zoeken zelf hun projecten, regelen zelf het contact met de opdrachtgever en schakelen zo nodig zelf andere studenten in. “Een van onze ouderejaars heeft Revalidatie Friesland benaderd om onderzoek te doen naar de vraag of een evidence based mondmotoriekbehandeling voor kinderen ook werkt bij volwassenen. De logopedisten daar wilden dat al heel lang weten maar er was nooit tijd om dit uit te zoeken. Onze honours-studente heeft de handschoenen opgepakt en ook de lijnen gelegd naar aanpalende disciplines neurologie en mondzorgkunde”, vertelt ze. “Wat ik heel mooi vind is dat zij studenten van de reguliere opleiding Logopedie heeft ingeschakeld, waardoor het honours-aspect terugkomt in het reguliere onderwijs. Zij ontwikkelt capaciteiten als leidinggeven en communicatie, en is verantwoordelijk voor het onderzoek.”

Inge: “We hebben in de zorg professionals nodig die gewoon goed zijn in hun werk, maar er zijn ook brugbouwers nodig, mensen die bij zorgvernieuwing een voortrekkersrol op zich nemen, die ook in de breedte kennis van zaken hebben, plus communicatieve, innovatieve en creatieve eigenschappen waardoor ze innovaties van de

grond kunnen trekken. Die niet alleen de gebaande paden volgen maar ook nieuwe lijnen onderzoeken. Al die competenties ontwikkelen we in dit talentprogramma.”

Minor Toekomst in Gezondheid voor excellente hbo-studenten uit heel Noord-Nederland

Gemotiveerde en ambitieuze studenten van alle hogescholen in Noord-Nederland kunnen de multidisciplinaire minor Toekomst in Gezondheid volgen. De minor richt zich op studenten die zich betrokken voelen bij maatschappelijke ontwikkelingen en willen bijdragen aan vernieuwingen op het gebied van gezondheid en welzijn.

“Het huidige zorgstelsel is mede door de vergrijzing onhoudbaar geworden. Het werkveld heeft behoefte aan innovatieve professionals die kritisch denken, innovatief en maatschappelijk betrokken zijn. Die professionals willen we ontwikkelen met deze nieuwe minor”, zegt Bea Dijkman, projectleider Toekomst in Gezondheid. Studenten krijgen vraagstukken zoals: hoe kunnen we langer gezond en actief blijven, wat is nodig om gezond op te groeien, hoe kunnen we de samenleving zo organiseren dat ouderen zo lang mogelijk kunnen participeren en welke technologie kan hierbij helpen, hoe financieren we dit en

welke kansen biedt deze ontwikkeling aan ondernemers? Studenten van alle studies zijn welkom bij Toekomst in Gezondheid, mits ze geen studievertraging hebben opgelopen en een hoge motivatie hebben. Tijdens de minor volgen ze gastcolleges van lectoren van de Hanzehogeschool Groningen, NHL Hogeschool, Stenden Hogeschool en Hogeschool Van Hall Larenstein. "Studenten moeten een visiestuk schrijven over ontwikkelingen in hun eigen vakgebied in relatie tot Healthy Ageing en ze doen een praktijkopdracht in een van de 18 innovatiewerkplaatsen van het Center of Expertise Healthy Ageing. Daarbij is het zaak innovatieve en creatieve oplossingen te vinden voor complexe vraagstukken van het werkveld", stelt Bea. "Zo leren ze vakoverstijgend denken en samenwerken. Steeds staat het eigen vakgebied in de brede maatschappelijke context centraal."

De minor Toekomst in Gezondheid is ontstaan vanuit de samenwerking tussen de hogescholen in het kader van het Sectorplan hbo Noord-Nederland.

**Evelyn Finnema, NHL Hogeschool-lector
'Wonen, welzijn en zorg op hoge leeftijd':**

"Elke hogeschool legt eigen accenten als het gaat om Healthy Ageing. Met deze minor integreren we al die kennis en geven we studenten het beste wat iedere hogeschool op dit terrein te bieden heeft. Zij krijgen zo dat brede palet aan kennis dat nodig is om een samenleving te creëren waarin zorg en welzijn duurzaam zijn."

Minor Healthy Ageing

De minor Healthy Ageing staat open voor alle studenten van de Hanzehogeschool. Deze biedt verbreding en verdieping van kennis, waarbij wordt ingespeeld op maatschappelijke problemen rondom veroudering en levensloop. Op het programma staan thema's als zorg en technologie, e-Health maar ook ethische dilemma's en de betaalbaarheid van de zorg. Studenten verdiepen zich in lichamelijke, sociale en geestelijke aspecten van gezond ouder worden, over de vraag hoe je de zorg beter kunt organiseren en klantgerichter kunt maken.

Jetske de Vries, derdejaars Toegepaste Psychologie:

"Ik doe deze minor omdat ik de gezondheidszorgkant op wil. De minor gaat vooral over ouderen. Interessant, omdat mijn studie tot nu toe nog niet veel aandacht aan deze doelgroep heeft besteed. Met vijf andere studenten doen we een project om ouderen in beweging te krijgen. Het gaat om mensen die thuiszorg krijgen van De Friese Wouden of die in een van de verzorgingshuizen van de Friese Wouden wonen. Drie van ons doen Toegepaste Psychologie, een studeert Fysiotherapie, een Logopedie en een Voeding & Diëtetiek. Daarnaast hebben we contact met studenten van Sportstudies, waar dit project ook loopt. We komen bij alle ouderen thuis om uit te leggen waarom we dit project doen en wat me opvalt is dat ze heel goed snappen wat de bedoeling is. Ze leggen heel helder uit wat ze nog kunnen en waar ze moeite mee hebben, en ze weten ook dat het belangrijk is om in beweging te blijven. Ze nemen deel aan drie bijeenkomsten. Tijdens de eerste meten we de loopsnelheid en beenkracht, en we leren de ouderen een paar oefeningen, die we van de studenten Sportstudies hebben geleerd. Het is de bedoeling dat de ouderen die oefeningen ook thuis doen, twee keer per week. De een kan natuurlijk meer dan de ander maar ze proberen allemaal op hun eigen niveau mee te doen."

Studenten verdiepen zich in lichamelijke, sociale en geestelijke aspecten van gezond ouder worden, over de vraag hoe je de zorg beter kunt organiseren en klantgerichter kunt maken.



Masters

Er zijn twee masters in ontwikkeling: Sensor System Engineering en Healthy Ageing Professionals.

De master **Sensor System Engineering** sluit naadloos aan op de behoeften van het werkveld. Het programma bevat naast de technische inhoud ook een specialisatie over gezondheid (over Products and services in Health en over Sensor applications in Health).

Deze opleiding is het vervolg op de bachelor Advanced Sensor Applications en staat ook open voor studenten Elektrotechniek, Werktuigbouwkunde, ICT en Bio-informatica, mits die een overbruggingsminor volgen. "Sensortechnologie is een belangrijk hulpmiddel bij de zelfredzaamheid van kwetsbare mensen. Het maakt het mogelijk dat zij langer zelfstandig wonen", aldus projectleider Ester Vertelman. Sensortechnologie is in Noord-Nederland een belangrijke bedrijfstak. "De bedrijven hebben behoefte aan medewerkers die data kunnen analyseren, en proofs of concept kunnen doorontwikkelen naar prototypes. Dat leren studenten in deze master." Het bedrijfsleven is sterk betrokken bij de ontwikkeling en de uitvoering van het programma. Een deel van het docententeam werkt in de industrie en er wordt gewerkt in een 'community' met vertegenwoordigers uit

het bedrijfsleven, experts, afgestudeerden en studenten. De master is onlangs geaccrediteerd.

Master Healthy Ageing Professionals is de master die nauwe verbinding heeft met het Center of Expertise, en wordt gezamenlijk ontwikkeld door de Academies voor Sportstudies, Sociale Studies, Verpleegkunde en Gezondheidsstudies. De focus van deze master ligt op preventie, vertelt hogeschooldocent en onderzoeker Steven Bunt. "Het gaat om een systeemgerichte benadering. Studenten leren kijken naar de hele mens en niet puur en alleen vanuit het eigen vakgebied. Daarbij gaat het om het bevorderen van een gezonde en actieve leefstijl, bij gezondheid en ook bij ziekte. We gaan uit van mogelijkheden, niet van onmogelijkheden." Een van de aandachtspunten is de inrichting van de zorg. "Hoe moet die er uit gaan zien? En hoe kan je voorkomen dat mensen er gebruik van maken, door bijvoorbeeld combinaties te maken met sport en welzijn? Wat nu zorg is, gaat verschuiven naar het maatschappelijk voorportaal. Professionals op het gebied van sport en welzijn zullen alerter moeten zijn op leefstijl en de fysieke kant van problemen van mensen en professionals in de zorg zullen meer moeten weten van die andere vakgebieden."

Welzijn & Zorg

De zorgsector verandert. Ouderen willen graag zo lang mogelijk thuis wonen. En gemeenten krijgen door de Wmo (Wet maatschappelijke ondersteuning) meer verantwoordelijkheid voor de ondersteuning van de zelfstandigheid en participatie van burgers. Ook in de geestelijke gezondheidszorg vinden veranderingen plaats: cliënten die langdurig opgenomen zijn, gaan steeds vaker zelfstandig wonen met hulp aan huis. Deze ontwikkelingen vragen een andere aanpak van zorgaanbieders en nieuwe competenties van zorgprofessionals.



‘Op jezelf’ is een grote stap

In de wereld van de geestelijke gezondheidszorg zijn grote veranderingen gaande. Eén ontwikkeling is die van de zogenaamde extramuralisering: cliënten die nu nog ‘binnen de muren’ wonen, gaan zelfstandig(er) wonen. Dat is een hele uitdaging, natuurlijk vooral voor de mensen zelf, maar ook voor de GGZ-instellingen die dit proces begeleiden. GGZ Friesland pakt de handschoen op met hulp van verschillende partners in de Innovatiewerkplaats *Maatschappelijke participatie van mensen met een psychische beperking*.

Loes Winkel, manager van GGZ Friesland, is projectleider van de Innovatiewerkplaats (IWP) die ontstond vanuit het Center of Expertise Healthy Ageing (CoE HA). Ze vertelt dat veel cliënten graag op zichzelf willen wonen, maar er tegelijkertijd tegenop zien. Ze zijn bijvoorbeeld bang om te vereenzamen. “Onze cliënten hebben geen ervaring met zelfstandig wonen en ze hebben een psychische beperking. Het gaat niet vanzelf. Sociaal contact is voor hen moeilijk, dit zijn geen mensen die je zomaar naar een sportclub stuurt.”

Woonschool

De vraag is dus hoe deze kwetsbare groep geholpen kan worden om zo goed mogelijk te participeren in de samenleving. Het lectoraat Rehabilitatie doet daar onderzoek naar in een grote landelijke studie waarin dit proces bij GGZ Friesland en een aantal andere instellingen nauwgezet wordt gevolgd. Welke groepen zetten de stap het makkelijkst? Wat is voor de cliënten ‘kwaliteit van leven’? Hoe gaat het met werk, met school, met wonen? Loes: “Voor ons is de vraag hoe we deze cliënten op een goeie, slimme manier kunnen ondersteunen. Met domotica, met dagelijks contact via de i-pad? Of kunnen we beter weer inlooptochtenden aanbieden in het dorps huis?” GGZ Friesland ontwikkelt als voorbereiding op een zelfstandig bestaan een ‘woonschool’ met tientallen modules. Denk aan een cursus ‘grip op je knip’. “We zijn de Woonschool nog aan het uitwerken”, vertelt Loes. “Leren onze cliënten het best groepsgewijs of individueel? Is e-learning iets waar ze mee uit de voeten kunnen?” Voor medewerkers wordt overigens ook een scholingsprogramma ontwik-

keld om met de vernieuwingen om te leren gaan. Veranderende taken en werkinhoud vraagt om medewerkers die daarop zijn voorbereid. Voor de Hanzehogeschool Groningen is dat aanleiding om ook de opleidingen hierop toe te snijden bijvoorbeeld door nieuwe modules te ontwikkelen.

Out of the GGZ-box

GGZ Friesland hoopt in meerdere opzichten haar voordeel te doen met de IWP, zegt Loes. “Allereerst met het onderzoek; dat legt een basis voor hoe we onze cliënten kunnen ondersteunen. Verder willen we heel graag uitwisseling met bedrijven en instellingen buiten de GGZ. Peter Boonstra, van het CoE HA, zette ons bijvoorbeeld op het spoor van NOVO. Daar werken ze veel met domotica bij de ondersteuning van hun cliënten, in hun geval mensen met een verstandelijke beperking. Daar kunnen wij van leren. En misschien kunnen zij wel wat met onze Woonschool. De IWP is voor ons de kans om met een veel bredere blik te kijken naar de problematiek waar wij mee worstelen.”



Loes Winkel



Innovatiewerkplaats Kind in de Wijk

Gezondheid en participatie: twee kanten van dezelfde medaille

“We willen vanuit het lectoraat Integraal Jeugdbeleid bijdragen aan de kansen voor alle kinderen om talentvol op te groeien en optimaal deel te nemen aan de samenleving. Dat heeft alles met Healthy Ageing te maken: er is een sterk verband tussen gezondheid en participatie, twee kanten op.” Aldus Jeannette Doornenbal, lector Integraal Jeugdbeleid en trekker van de innovatiewerkplaats Kind in de Wijk (KIWI).

KIWI is een innovatiewerkplaats (IWP) met een kristalhelder maatschappelijk doel. De IWP richt zich op de wijken Selwerd, Paddepoel en Tuinwijk in de stad Groningen. De opdracht van de gemeente: zorg voor een sociale verbetering in die wijken door de inspanningen van alle partijen die er actief zijn rond de jeugd te bundelen. Jeannette: “We willen samen met professionals kijken hoe zij hun werk beter en effectiever kunnen doen.”

Projectencarroussel

“We zijn begonnen met een inventarisatie van alles wat er in deze wijken gebeurt rond de jeugd en dan zie je tot je schrik dat elke club z’n eigen wijkplan heeft; er is geen synergie, er worden geen keuzes gemaakt. Die projectencarroussel moet stoppen.” Hier verandering in brengen is nog niet zo makkelijk, weet Jeannette, zeker niet in de huidige context waarin er veel onzekerheid is door de grote veranderingen die er plaatsvinden in het kader van de participatiewet, de wet op passend onderwijs en de transitie van de jeugdzorg naar de gemeenten. “Dat zijn ontwikkelingen die voor de betrokken instellingen heel veel onzekerheid en ruis meebrengen. Ze staan nu dus

niet te springen om heel veel energie in een nieuwe werkwijze te stoppen. Maar we zoeken met elkaar naar een weg om toch resultaat te boeken.”

Verbinden en verbeteren

Hoe breng je nou al die verschillende wijkvoorzieningen met hun eigen plannen en activiteiten op één lijn? Jeannette ziet de opdracht grotendeels als een veranderkundige opgave. Verbinden en verbeteren, dat zijn de sleutelwoorden. Op de inhoud kunnen de partijen elkaar wel vinden. “De vragen die er liggen zijn heel duidelijk. Wat zijn nou de bedreigingen voor kinderen in de wijk? Dan hebben we het over armoede, slechte gezondheid, te weinig bewegen, sociale uitsluiting.” De betrokken partijen in Selwerd, Paddepoel en Tuinwijk werden het zonder al te veel moeite eens over twee thema’s waaraan ze willen werken: actieve leefstijl en ‘vreedzaam’. Rond die thema’s bestaan al diverse goede programma’s en het lectoraat staat klaar om waar nodig nieuw materiaal te ontwikkelen.

De echte innovatie

Het idee is om niet alleen de scholen en de professionele instellingen maar ook de ouders, de sportverenigingen, zeg maar gerust de hele leefomgeving duurzaam op die thema’s te verbinden. De onderzoekers kijken hoe de verschillende spelers in de wijk hun inspanningen kunnen bundelen om zo aan effectiviteit te winnen. Achterliggende gedachte is uiteraard dat deze aanpak na gebleken succes ook in andere wijken en andere steden ingezet kan worden. “Dat is wat mij betreft de echte innovatie die we willen opleveren”, stelt Jeannette. “We zoeken een aanpak die overdraagbaar is naar andere wijken, maar die tegelijk contextgebonden ingevuld wordt, dus toegesneden op een specifieke wijk, onder bepaalde condities en met bepaalde mensen.”

Muziek bevordert welzijn, cognitie, motoriek, biedt zingeving... Wat eigenlijk niet?

Welke rol kan muziek in het leven van ouderen spelen? En hoe kunnen de musici van de toekomst daarop inspelen? Het lectoraat Lifelong Learning in Music van het Kenniscentrum Kunst & Samenleving doet er al jaren onderzoek naar.

Al is het Concertgebouworkest te hoog gegrepen, mensen kunnen op latere leeftijd nog heel goed een muziekinstrument leren bespelen, zo blijkt uit een inmiddels afgesloten RAAK-project van het lectoraat. “Ouderen willen ook niet altijd het podium op”, zegt lector Evert Bisschop Boele, die de onderzoekslijn Healthy Ageing through Music and the Arts van het Kenniscentrum Kunst & Samenleving coördineert. “Het gaat hen om van alles: een droom realiseren, de dagstructuur die je krijgt door te oefenen, met mensen in contact komen door samen te spelen, de motoriek van de handen oefenen, cognitieve functies trainen, of gewoon plezier in muziek.”

Jonge musici, oudere leerlingen

In het onderzoek werden jonge afgestudeerde musici gekoppeld aan oudere leerlingen. De onderzoeksresultaten maken korte metten met vooroordelen zoals ‘ouderen leren langzamer, lezen minder snel, zijn minder flexibel en krijgen last van artritis, reuma en andere kwalen’. “In de lespraktijk blijken die dingen minder belangrijk te zijn. Wat nog wel kan, daar gaat het om”, stelt Evert. Veel belangrijker is de relatie die een docent met een oudere leerling ontwikkelt. “Bij een jong kind denk je eerder in vaste methodes. Met een oudere leerling, die veel meer muzikale levenservaring heeft, ga je in gesprek.”

Muziekworkshops in verzorgingshuizen

Andere onderzoeken van het lectoraat gaan bijvoorbeeld over het geven van creatieve muziekworkshops aan ouderen in verzorgingshuizen. Al improviserend en componerend, gebruik makend van verhalen en ervaringen van de deelnemers, wordt gewerkt aan een gezamenlijk eindproduct dat ook wordt uitgevoerd. Ook zijn er onderzoeken over het geven van creatieve muziekworkshops gericht op ouderen met dementie en hun verzorgenden, waar door middel van muziek ‘de persoon achter de dementie’ weer tevoorschijn komt. Evert: “Wij hebben uitgezocht wat er gebeurt in die workshops en wat een workshopleider daar voor moet kennen en kunnen.”

Muzikaal geheugen

Wat is het effect op de ouderen? “Samen muziek maken haalt deelnemers uit hun isolement, ze bouwen met elkaar een band op. En het doet een beroep op de cognitie en motoriek. Bij dementerenden zagen we dat muziek op een heel diep niveau aanspreekt. Het muzikaal geheugen blijft lang bewaard. Je ziet dat mensen zichzelf als persoon terugvonden en muziek is het gereedschap om die te laten zien. Dat heeft weer effect op de relatie met de verzorgenden, die meededen aan deze workshops voor mensen met dementie”, zegt Evert. “Voor de musici betekenen dit soort workshops een uitbreiding van hun beroepspraktijk.”

Het Kenniscentrum Kunst & Samenleving doet ook onderzoeksprojecten op het gebied van beeldende kunst en Healthy Ageing, bijvoorbeeld het project waarin het lectoraat Image in Context samenwerkt met de innovatiewerkplaats Health Space Design, zie pagina 40.



Breed onderzoek naar

Healthy Ageing is een van de onderzoekslijnen van het lectoraat Transparante Zorgverlening en ook de onderzoekslijn Kind, Taal en Ontwikkeling, Organisatie van Zorg en Paramedisch en Verpleegkundig Onderwijs hebben een belangrijke Healthy Ageing-component.

Dit brede lectoraat gaat over een gezonde leefstijl, over jong en oud en over kwaliteit van zorg en efficiëntie. Al het onderzoek is gebaseerd op vragen van het werkveld en ook de docenten die de onderzoeken trekken, hebben een nauwe relatie met de praktijk. Dat is bewust zo georganiseerd. “Wil je echt iets verbeteren in een vakgebied, dan vind ik dat je onderzoek moet laten doen door mensen die dat vak ook echt begrijpen, van binnenuit”, stelt Cees van der Schans, lector Transparante Zorgverlening. “Zij kennen als geen ander de praktijk, de cultuur van de werkvloer, de knelpunten die professionals ervaren, de ontwikkelingen en de eisen en regelgeving waar een vak mee te maken heeft. Uiteindelijk is al het onderzoek van dit lectoraat direct of indirect terug te voeren op één thema: kwaliteit van zorg. Dat is wat ons bindt en wat ons drijft.”

Active Ageing voor mensen met een verstandelijke beperking

Hoe kan je de gezondheid en participatie van mensen met een verstandelijke beperking verbeteren? Die vraag staat centraal in de innovatiewerkplaats Active Ageing voor mensen met een verstandelijke beperking, geleid door lector Aly Waninge. Aly is tevens als fysiotherapeut verbonden aan Koninklijke Visio De Brink in Vries, een centrum voor wonen en dagbesteding voor volwassenen met een ernstige verstandelijke en visuele beperking. De innovatiewerkplaats richt zich op de gehele doelgroep mensen met een verstandelijke beperking en wil interventies die de leefstijl voor deze doelgroep verbeteren, systematisch in kaart brengen en handvatten bieden voor het implementeren en borgen hiervan in de zorg. Het accent ligt op meer bewegen, gezonde voeding en een goede nachtrust.

Taalexpert

De website Taalexpert (www.taalexpert.nl) is hét interactieve platform voor logopedisten die de meest recente kennis en testen zoeken als het gaat om taal- en spraakproblemen bij kinderen. “Er zijn ontzettend veel tests, geschikt voor verschillende leeftijden en met verschillende invalshoeken”, aldus lector Kind, Taal en Ontwik-



Healthy Ageing



Promovenda Annemiek Bielderman:

De deelnemers voelen zich fitter en hebben een groter sociaal netwerk.

keling Margreet Luinge. Taalexpert biedt een handig overzicht, geeft aan voor wie een test geschikt is en bij welke problematiek. Op basis daarvan kan een logopedist bepalen welke test hij bij een cliënt het beste kan gebruiken. De website is gemaakt voor en met behulp van vele professionals op het gebied van spraak- en taalontwikkeling bij kinderen.

Delfgoud

Delfgoud is het leefstijlprogramma dat de kwaliteit van leven van ouderen met een krappe beurs wil verbeteren. Ouderen met een lage sociaal-economische status in de gemeente Delfzijl krijgen een programma aangeboden waarin bewegen, gezonde voeding en uit het isolement komen, centraal staan. Het project is inmiddels eigendom van de deelnemers zelf en de wijkbewoners. De wijkver-

eniging faciliteert en de gemeente ondersteunt het project financieel om gezond ouder worden en participatie te bevorderen. Promovenda Annemiek Bielderman doet er onderzoek naar. “We zijn in 2012 begonnen met zeven groepen en die zijn nog steeds wekelijks actief. De deelnemers zijn enthousiast en voelen zich er verantwoordelijk voor dat er voldoende mensen meedoen. Ik ben nu de gegevens aan het analyseren. De deelnemers voelen zich fitter en hebben een groter sociaal netwerk.”

e-Health & Technologie

Zorg en technologie hebben steeds meer met elkaar te maken. Technologie kan bijdragen aan informatievoorziening, preventie, gemak, ondersteuning en een gevoel van veiligheid. Zorgaanbieders, bedrijven, onderwijsinstellingen en andere relevante partijen werken met elkaar samen om innovatieve zorgconcepten te ontwikkelen. Zo kunnen ouderen en mensen met een beperking dankzij technologische toepassingen (langer) zelfstandig thuis wonen. En jongeren leren met behulp van computergames over een gezonde leefstijl.



Trial and error in het Hanze Active Ageing Lab

Studenten, docent-onderzoekers en promovendi kunnen hun hart ophalen in het Hanze Active Ageing Lab (HAAL). Dit lab staat vol computergestuurde beweeg- en meetapparatuur om onderzoek te doen naar factoren die te maken hebben met bewegen, gezondheid en veroudering. HAAL heeft een grote ruimte met fitnessachtige apparatuur waarmee bijvoorbeeld inspanningsvermogen en kracht wordt gemeten, een neuropsychologisch lab waar reactievermogen en geheugen worden getest en een metaboollab waar onderzoek gedaan kan worden naar de mogelijkheden om metingen te doen aan spieren via echografie, wat veel goedkoper is en minder belastend voor patiënten dan MRI-onderzoek.

Floortje Meulman en Klaas-Jan Kooiker zijn derdejaarsstudenten Fysiotherapie en doen allebei de specialisatie Ouderen. In het HAAL gebruiken ze isokinetische meetapparatuur om te begrijpen wat spieruithoudingsvermogen is.

Dát is
onderzoek
doen:
van alles
proberen.

“Eerst wilden we kijken of de HUMAC* een goed instrument is om spieruithoudingsvermogen op te testen, om daar vervolgens een protocol voor te ontwikkelen. Maar als je in de literatuur duikt, blijkt spieruithoudingsvermogen een vaag begrip te zijn”, zegt Klaas-Jan. “En dan is het lastig meetbaar”, vult Floortje aan. De studenten brainstormden over mogelijke definities en testten hun theorieën uit op de HUMAC, met zichzelf als proefpersonen. Klaas-Jan: “Eén theorie is dat je na dertig of veertig herhalingen een afbouw van spierkracht hebt en daarna een vlakke lijn. Dan zou 30 procent van de maximale spierkracht bijvoorbeeld je spieruithoudingsvermogen zijn. Dat hebben we getest op verschillende snelheden, maar de uitkomst is voor iedereen anders.” Floortje: “Dát is onderzoek doen: van alles proberen. Dit lab is een heel mooie faciliteit met professionele apparatuur, we krijgen de kans om dingen te onderzoeken die eerst niet onderzocht konden worden.”

**De HUMAC is een van de meetapparaten in het HAAL*





Martijn de Groot

Quantified Self Institute

“Kijk dokter, zó is het met me”

Het Quantified Self Institute werd in september 2012 opgericht binnen de Hanzehogeschool Groningen om datgene wat binnen de Quantified Self-beweging gebeurt, te koppelen aan onderwijs, onderzoek en ondernemerschap. De focus van het instituut ligt op zelf-meting in relatie tot gezond opgroeien en gezond ouder worden. Het is een netwerk waarin studenten, docenten en onderzoekers vanuit verschillende disciplines met elkaar samenwerken en projecten doen in samenwerking met het werkveld.

Al 20.000 mensen houden via sensoren en apps op het lichaam bij hoe het gaat met hun gezondheid. Ze meten hoeveel ze lopen en eten, hoe laat ze naar bed gaan, hun hartslag, bloeddruk en nog veel meer, en zetten die gegevens online. Er is inmiddels een heuse Quantified Self-beweging ontstaan. Het Quantified Self Institute van de Hanzehogeschool Groningen gebruikt die gegevens voor onderzoek.

“Meten op grote schaal leidt tot verschuiving van kennis over groepen naar kennis over het individu. Dit kan bijvoorbeeld een radicale verandering in de gezondheidszorg betekenen”, zegt programmaleider Martijn de Groot. De data vormen een waardevolle bron voor multidisciplinair onderzoek naar preventie en gezondheidsadviezen op maat. Ook onderzoekt het instituut de bruikbaarheid van apps en andere technologie die mensen op het lichaam dragen. Martijn: “Onze focus ligt op de Big Five voor een gezond leven: bewegen, voeding, slaap, stress & ontspanning en sociale contacten.”



Een uitgelezen tijd om te ondernemen in de zorg

Frans Donders is directeur van het Groningen Center of Entrepreneurship Value050 en van Cube050, incubator voor startende ondernemers. Beide zijn een gezamenlijk initiatief van Hanzehogeschool Groningen en RUG.

“Op dit moment is er in de zorg veel aan het veranderen, denk alleen al aan de transitie van zorgtaken naar de gemeenten en hoe zorgverzekeraars heel bewust bezig zijn kwaliteit in te kopen. Dat soort ontwikkelingen biedt kansen. Dit is een goede tijd voor startende ondernemers in de zorg! Er is ook veel innovatie nodig, anders wordt de zorg onbetaalbaar. Daar richten de innovatiewerkplaatsen zich op: het vinden van nieuwe manieren om zorg te bieden aan de mensen die zorg nodig hebben, bijvoorbeeld met inzet van ICT. Hoe kunnen die innovaties gevaloriseerd worden? Value050 scant de projecten van de innovatiewerkplaatsen en doet suggesties: hoe kunnen we dit op een goede manier in de markt zetten, of is de innovatie geschikt voor een start-up?

Wij proberen vanaf jaar 1 alle studenten van de hogeschool bekend te maken met en te motiveren voor ondernemerschap. Healthy Ageing en Energie zijn natuurlijk thema's die daarbij veel aandacht krijgen. Vanaf het derde jaar kunnen studenten kiezen uit verschillende minoren op het gebied van Healthy Ageing en ondernemerschap,

maar er is ook maatwerkbegeleiding mogelijk. Het aantal starters dat zich bezighoudt met Healthy Ageing neemt toe. In elke sector, bij elke school, zijn toepassingen op het vlak van Healthy Ageing mogelijk. Een goed voorbeeld is dat van iemand die net is afgestudeerd in Toegepaste Psychologie en een coachingspraktijk wil beginnen gelieerd aan het Quantified Self Institute. Al die meetgegevens van je eigen lichaam zijn natuurlijk heel mooi, maar als je ze wilt inzetten om je gezondheid te verbeteren is dat vaak een kwestie van je levensstijl veranderen. En daar kunnen de meeste mensen wel wat hulp en coaching bij gebruiken. Ik kan het niet vaak genoeg zeggen: de markt is sterk in beweging en dit is een uitgelezen tijd om te gaan ondernemen in de zorg.”

Wij proberen vanaf jaar 1 alle studenten van de hogeschool bekend te maken met en te motiveren voor ondernemerschap.

Frans Donders





Johannes Wolters

CEO Lode Holding waardeert 'unieke samenwerking'

Johannes Wolters is CEO van Lode Holding. Deze op de Zernike Campus gevestigde onderneming is producent van onder meer ergometrische apparatuur. De Hanzehogeschool Groningen en Lode hebben al jarenlang een band; Wolters was betrokken bij het opzetten van het CoE Healthy Ageing en zit in de Adviesraad van het CoE HA. De dochterbedrijven Lode en ProCare nemen deel aan de innovatiewerkplaats Sport en Healthy Ageing.



de RUG. We hebben een heel programma van introductie en begeleiding om te zorgen dat het een goede stageperiode wordt. Wij vinden het belangrijk om op die manier bij te dragen aan de opleiding van jonge mensen. En voor ons is het een mooie bijdrage dat er elke keer weer studenten met hun frisse blik naar onze organisatie kijken: waarom doen jullie het zus en niet zo?"

"De georganiseerde samenwerking van universiteit, hogeschool, mbo en bedrijven is best uniek! Al die partijen hebben de bereidheid om erin te investeren vanuit de gedachte 'wij vinden dit belangrijk'. Voor ons is heel interessant dat het echt gaat om toegepaste kennis, om projecten die op de korte termijn maatschappelijk relevant zijn. Er kan direct wat mee gebeuren. In de innovatiewerkplaats (IWP) werken we aan het voorkomen van blessures bij bepaalde doelgroepen. Bijvoorbeeld de studenten zelf, maar ook zwangere vrouwen, brandweerlieden – heel specifieke groepen bij wie we metingen uitvoeren en kijken hoe zij op een goede manier kunnen trainen zonder blessures op te lopen. Lode is goed in het meten van prestatievermogen; we hebben allerlei meetmiddelen om mensen te volgen. Het gaat bij de innovaties die we ontwikkelen niet alleen om techniek, maar juist om de combinatie van apparatuur met bijvoorbeeld een app die vragen stelt en feedback geeft in een nieuwe toepassing.

Jaarlijks hebben wij bovendien zo'n twintig stagiaires van de Hanzehogeschool, uit diverse schools, en een aantal van

Innovatiewerkplaats Sport & Healthy Ageing

Ruim de helft van de Nederlanders, van jong tot oud, doet op zijn eigen niveau aan sport. Sporten draagt bij aan welzijn, gezondheid, maatschappelijke participatie en de kwaliteit van leven. Blessures zijn een belangrijke remmende factor en staan op de zevende plek van de meest voorkomende ziekten in Nederland. Een ernstige blessure betekent voor de sporter vaak een minder actieve levensstijl en een grotere kans op een chronische aandoening. Ziekteverzuim en hoge kosten van ziekteverzuim en medische zorg zijn de maatschappelijke gevolgen.

De IWP richt zich op het genereren van kennis en inzicht die nodig zijn om sportblessures te voorkomen. Er wordt specifiek gekeken naar op het individu afgestemde preventie en (na)behandeling. Daarvoor ontwikkelt de IWP multidisciplinaire interventies (fysiek, sociaal, psychologisch) die gebruik maken van nieuwe technologie (vooral e-Health) en toepassing op maat.

Studenten opgeleid tot leefstijl-coach

Sport hoeksteen onder gezondheid en welbevinden

Als we gezonder oud willen worden, moeten we meer sporten, bewegen en gezonder gaan leven. Professionele lifestyle-coaches kunnen daarbij helpen. Omdat dit probleem in heel Europa én daarbuiten speelt, ontwikkelde het Instituut voor Sportstudies van de Hanzehogeschool Groningen samen met zeven Europese hogescholen en universiteiten de internationale bachelor Physical Activity and Lifestyle (PAL). De Groningse opleiding Sport, Gezondheid en Management stond hiervoor model.

“Vroeger was je lichamelijk actief omdat je jaagde, of op het land werkte, moest vechten of vluchten. Vandaag gaan we met de auto naar het fitnesscentrum en stappen daar op de spinning-fiets. Veel mensen vinden dus wel dat sport en bewegen erbij hoort maar het is niet meer ingebed in hun dagelijks gedrag. Onze filosofie is dat sport en bewegen hoort bij je menszijn en een belangrijke en inspirerende rol speelt voor zowel de gezondheid als het welbevinden.” Aan het woord is Kris Tuinier, teamleider Sport, Gezondheid en Management en nauw betrokken bij de internationale bachelor. “Het is de kunst om mensen te motiveren, te verleiden, om voor sport en bewegen en een gezonde leefstijl te kiezen. Daarvoor moet je goede producten en diensten ontwikkelen die inspelen op meer behoeften dan alleen een gezond lichaam, maar bijvoorbeeld ook op het bestrijden van eenzaamheid en anderen ontmoeten. En daar leiden de opleidingen Sport, Gezondheid en Management en nu ook PAL voor op.”

Plezier zorgt voor duurzaam effect

Eenmaal afgestudeerd zijn studenten beweeg- en leefstijladviseur. Ze kunnen met cliënten werken aan een gezondere leefstijl maar ook leef- en werkomgevingen beweegvriendelijker maken of vanuit een beleidsfunctie aan het bevorderen van een gezonde leefstijl werken. “Vanaf jaar 1 doen ze projecten om mensen in beweging te krijgen.” Daarbij gaat het om interventies die bedoeld zijn om duurzaam effect te hebben. Kris: “Veel mensen starten vanuit een gezondheidsmotief aan beweegprogramma’s maar die motivatie verdwijnt vaak snel. Plezier aan bewegen zorgt ervoor dat je blijft bewegen. Gedragsverandering teweegbrengen is waar het om draait en dit is echt een vak op zich. Binnen de opleiding hebben we een positieve kijk op gezondheid en gaan we uit van gezondheid en gedrag in plaats van ziekte en zorg.”

**Internationale bachelor:
intensief samenwerken en uitwisselen**

Bachelor Physical Activity and Lifestyle

PAL is ontwikkeld met subsidie van het Erasmus Life Long Learning Programma van de EU. De partners van de Hanzehogeschool Groningen in deze opleiding zijn Syddansk University Odense (Denemarken), University of Kaunas (Litouwen), Inholland Haarlem, ESDRM of Rio Maior (Portugal), University of Rome Foro Italico (Italië) en de koepelorganisatie ENSSEE (European Network in Sport Science Education and Employment).

Alle deelnemende universiteiten en hogescholen dragen kennis en kunde bij aan de internationale bachelor. Er is veel uitwisseling van docenten. Studenten kunnen in drie landen de volledige opleiding volgen en uitwisselingssemesters in nog meer landen. Ze volgen verplicht een halfjaar van het programma bij een van de partners.



Het perspectief van de oudere burger

Gert Los is een actieve oudere én hij besteedt een groot deel van zijn tijd aan het betrekken van andere ouderen bij de samenleving. Sinds zijn pensionering, zeven jaar geleden, werkt hij met de mede door hem opgerichte stichting Groningen Plus aan het bevorderen van de participatie van ouderen.

“Wij praten liever over ‘active’ dan over ‘healthy’”, zegt Gert. “De meeste ouderen hebben toch vaak al één of meer aandoeningen. Je moet hun leven niet beoordelen op gezondheid, maar op de manier waarop ze in de samenleving staan.” Hij signaleert dat ‘de burger’ nog maar mondjesmaat betrokken is bij de innovatiewerkplaatsen van het Centre of Expertise Healthy Ageing. Daar wil Groningen Plus graag verandering in brengen. Meedenken en fungeren als overlegpartner vanuit de positie van de oudere burger, dat doen ze graag. “We willen een themagroep Active Ageing vormen die dat oppakt”, vertelt Gert. “Als je bijvoorbeeld lokaal iets wilt, dan moet je je ook oriënteren op de ideeën en motivatie van de ouderen ter plekke. Doe je dat goed, dan worden het ook voorzieningen van de mensen zelf. Wij willen ons daar graag sterk voor maken.” De door Groningen Plus uitgegeven digitale Seniorenkrant zou daar volgens Gert eveneens een rol bij kunnen spelen. Inmiddels zijn er voorbereidende gesprekken met verschillende lectoren gaande om de inbreng van Groningen Plus in te zetten bij bepaalde projecten.

Wij praten
liever over
‘active’ dan
over ‘healthy’.



Arbeid & Zorg

Door de vergrijzing en door de verhoging van de pensioenleeftijd moeten werkenden langer inzetbaar blijven op de arbeidsmarkt. Dat vraagt om een nieuwe aanpak en preventief handelen. Binnen het thema Arbeid en Zorg is veel aandacht voor innovaties bij werkgevers, zodat hun werknemers optimaal gefaciliteerd worden en zij ook in de toekomst goede producten en diensten kunnen blijven bieden. Het onderwijs werkt hard mee aan deze ontwikkelingen. Jong en oud krijgen bijvoorbeeld de mogelijkheid zich permanent te blijven ontwikkelen, ofwel: een leven lang leren.



Psychische beperking gaat vaak samen met overgewicht

Studenten ontwikkelden interventies voor psychiatrische patiënten

(Ex-)psychiatrische patiënten hebben vaker het metabool syndroom: een stofwisselingsziekte die ontstaat bij overgewicht. Met als gevolg meer risico op diabetes en hart- en vaatziekten en hoge zorgkosten. Studenten van Sport en Gezondheid zochten de doelgroep op, ontwikkelden interventies en onderzochten of die werkten. Een belangrijke conclusie: interventies moeten óók gericht zijn op de begeleiders.

‘Het hangt erg af van de motivatie van de begeleiders’

Naomi Kruijs, net klaar met Sport en Gezondheid, deed met een medestudent onderzoek bij een aantal cliënten van de GGZ in de wijk Beijum in Groningen. “Toen we begonnen was niemand fit, veel mensen hadden overgewicht en iedereen had medicatie en een slechte gezondheid. Vaak at men maar één keer per dag, meestal ook nog erg ongezond en ze kregen heel weinig beweging”, zegt Naomi. De studenten gingen met de bewoners naar de supermarkt om te zien hoe zij hun inkopen deden en er kwam ook een wandelgroepje. “We gingen twee keer per week de huizen langs om de bewoners mee te krijgen en ’s avonds was er een hardlooptroepje. Ook hebben we een gezonde snack toegevoegd. Elke week maakten we samen met de bewoners een gezonde smoothie of een prikkel met fruit. Dit werd tijdens de gezamenlijke inloop aangeboden.” Als interventie voor begeleiders wezen de studenten een van hen aan als ‘aandachtsfunctionaris’. “Die hebben we zoveel mogelijk handvatten gegeven om een gezonde leefstijl te bevorderen.”

“Een student wilde hier onderzoek naar doen en toen is het balletje gaan rollen”, zegt docent-onderzoeker Silvia Brouwer van het Instituut voor Sportstudies. Ze zocht contact met de afdeling Epidemiologie van het UMCG en met de instellingen voor geestelijke gezondheidszorg in Noord-Nederland, die plannen hadden om interventies te ontwikkelen voor deze doelgroep. Hun inspanningen kwamen samen in het project ELIPS (Effectieve Leefstijl Interventies bij Psychiatrische Stoornissen), met subsidie van ZonMw. De eerste pilot was in Friesland, bij mensen in een beschermde woonvorm die meededen op basis van vrijwilligheid. De studenten deden nulmetingen, keken naar hun leefstijl, naar hun beweeggedrag en naar wat er aan maaltijden en tussendoortjes werd genuttigd.

Geen standaard programma

De bewoners kregen geen standaard programma om hun leefstijl te veranderen. De studenten keken naar wat men al gewend was en leuk vond om te doen en sloten daar met hun interventies bij aan. Een koortje ging staand in plaats van zittend repeteren, cliënten gingen lopend of met de fiets naar de dagbesteding of het werk in plaats van met het busje, er kwamen lunchwandelingen en er werden gezondere boodschappen gedaan. Bij de meting na drie maanden bleken de bewoners gemiddeld actiever, fitter en gezonder. De studenten herhaalden de meting na een jaar. “De meesten waren weer in hun oude gewoonten vervallen. We beseften dat we de interventies ook moesten richten op de begeleiders: hoe is hun leefstijl, hoe kunnen zij cliënten stimuleren tot gezonder gedrag? Die vraagstelling hebben we in de vervolgstudie meegenomen”, aldus Silvia.

Intussen is ELIPS bij de meeste GGZ-instellingen in Friesland en Groningen uitgevoerd onder groepen bewoners die beschermd en zelfstandig wonen.

Toen we begonnen was niemand fit, veel mensen hadden overgewicht en iedereen had medicatie en een slechte gezondheid.



Kenniscentrum Arbeid zet in op duurzame arbeidsparticipatie

Gezond aan het werk blijven

Hoe zorg je ervoor dat medewerkers duurzaam inzetbaar zijn? En wat bepaalt dat sommige mensen tot op hoge leeftijd met plezier aan het werk zijn? Het Kenniscentrum Arbeid werkt samen met het werkveld aan de antwoorden.

In de innovatiewerkplaats (IWP) Arbeid en Healthy Ageing, waar het Kenniscentrum Arbeid trekker van is, staat duurzame inzetbaarheid van medewerkers centraal. Daarbij gaat het om vragen als: wat willen mensen, wat hebben ze nodig om langer door te werken en wat moet een organisatie doen om mensen daartoe in staat te stellen. Twee organisaties voor mensen met een verstandelijke beperking, De Zijlen en Vanboeijen, nemen deze vragen mee bij het vormgeven van hun Shared Services. Studenten en docenten van de opleiding HRM zijn daar bij betrokken.

“Duurzame inzetbaarheid speelt niet alleen op het niveau van het individu en de organisatie, maar ook op het niveau van de regionale arbeidsmarkt, want dan wil je eigenlijk dat mensen ook elders aan het werk kunnen”, aldus lector Duurzaam HRM Leni Beukema. Ze werkt sa-

men met de FNV aan een project dat naar aanleiding van bedrijfssluitingen in Noord-Nederland het human capital van de ex-medewerkers in kaart brengt. “Wat willen ze, wat kunnen ze en waar zitten knelpunten? De FNV geeft praktische hulp, voor ons leveren de gesprekken onderzoeksdata op die belangrijk zijn om beleid te ontwikkelen voor de werkgelegenheid in het Noorden. Je wilt werkgelegenheid scheppen die aansluit bij wat de mensen hier willen en kunnen.” In de IWP gaat het naast deze twee voorbeelden ook om thema’s als sensortechnologie, wederkerig leiderschap en regionale samenwerking, waar deelprojecten op gericht zijn.

Verder is het Kenniscentrum Arbeid nauw betrokken bij de IWP Zorgarbeidsinnovatie. Lector Arbeidsparticipatie Louis Polstra: “Zorg en arbeid betekent ook arbeid in de zorg. Door de decentralisaties verandert er veel. Dat heeft niet alleen consequenties voor het aantal banen, maar ook voor de inhoud ervan. Er worden andere eisen aan de zorgprofessional gesteld. Voeg daar nog eens alle technologische vernieuwingen zoals e-Health bij en je snapt dat er veel vraagstukken zijn op het gebied van beroepsinnovatie. In de IWP Zorgarbeidsinnovatie doen we daar samen met het Zorg Innovatie Forum (ZIF), NL Kenniscorporatie en zorginstellingen onderzoek naar.”

Voeding

Voeding en eetgewoonten spelen een belangrijke rol bij een gezonde leefstijl. Binnen het thema Voeding is aandacht voor de keuze voor gezonde voeding, het effect van voeding en de ontwikkeling van nieuwe ingrediënten en voedingsmiddelen. Hierbij speelt bijvoorbeeld ook het tijdig onderkennen en behandelen van ondervoeding. Zorginstellingen, bedrijven en onderwijs werken met elkaar samen aan innovaties op het gebied van voeding. Denk hierbij ook aan signalering, voorlichting, preventie en scholing van zorgprofessionals. Het gaat binnen dit thema om zorg en behandeling, maar vooral om het voorkomen van gezondheidsproblemen.



Netwerken levert veel op

Food Circle koppelt bedrijfsleven, onderzoek en onderwijs

Steeds meer bedrijven zien kansen in de markt van Food for Healthy Ageing. Dat vergt kennis en kunde die vaak moeilijk toegankelijk is.

Samenwerken met de juiste partners helpt daarbij.

In Noord-Nederland is Food Circle, dat deel uitmaakt van het Healthy Ageing Network Noord-Nederland (HANNN), de plek waar bedrijven, kennisinstellingen en experts de krachten bundelen.

Food Circle helpt technische en andere vraagstukken oplossen voor bedrijven samen met lectoren, docenten en studenten van de Hanzehogeschool Groningen en de hogeschool Van Hall Larenstein in Leeuwarden. Zij kunnen voor de bedrijven praktijkgericht onderzoek doen, wat vanuit de Hanzehogeschool getrokken wordt door Doede Binnema, lector Food & Nutrition.



Food Circle organiseert netwerkbijeenkomsten rond een specifiek thema en dit levert veel spin off, vertelt hij. "Zo ontstaan nieuwe ideeën voor product- en/of procesontwikkeling, die bedrijven zelf of samen met een hogeschool oppakken. Binnen het Food Circle project zijn diverse gesubsidieerde adviestrajecten uitgevoerd, bijvoorbeeld naar eiwit verrijkt brood of gezonde kleurstoffen voor snoep. Ook werkt Food Circle samen met het UMCG en het Carbohydrate Competence Center. Op deze manier wordt gebruik gemaakt van alle kennis die wij hier in de regio hebben.

www.food-circle.nl



Verrassend onderzoek bij Life Sciences

Dat life sciences en gezond en actief ouder worden alles met elkaar te maken hebben, ligt voor de hand. Maar de concrete thema's die dean Victorine de Graaf daarbij aandraagt, verrassen desondanks. De zoektocht naar natuurlijke grondstoffen voor cosmetica bijvoorbeeld, gewonnen uit kruiden van het Dwingelderveld. "Er goed uitzien is je goed voelen en dat is weer goed voor je gezondheid."

Healthy Ageing is, met energie uiteraard, een belangrijk speerpunt voor het Instituut voor Life Science & Technology. Alle hbo-opleidingen op het gebied van de life sciences in Nederland werken samen, vertelt Victorine. De studenten krijgen hun eerste twee jaar een zogeheten technology track, waarin ze dezelfde kennis en vaardigheden opdoen. In het derde en vierde jaar verdiepen ze zich in de speerpunten van hun eigen hogeschool. De biorefinery, het maken van grondstoffen uit organisch materiaal, is vanuit de life sciences gezien een hoeksteen voor zowel energie als Healthy Ageing. In beide gevallen gaat het om de zoektocht naar ingrediënten waarmee anderen nieuwe wegen kunnen inslaan en innovatieve processen of producten kunnen ontwikkelen. Het zijn puzzelstukjes die kunnen helpen om de grote maatschappelijke vragen op gebied van energie en Healthy Ageing te beantwoorden. Victorine ziet tot haar genoegen hoe de studenten



Victorine de Graaf-Peters

van haar school dat gaandeweg oppikken. "Een eerstejaars komt over het algemeen naar de hogeschool met het idee 'ik ben goed in scheikunde en daar wil ik iets mee doen'; de student in de tweede helft van zijn bachelor realiseert zich: ik ga iets betekenen voor de samenleving."

Lupine



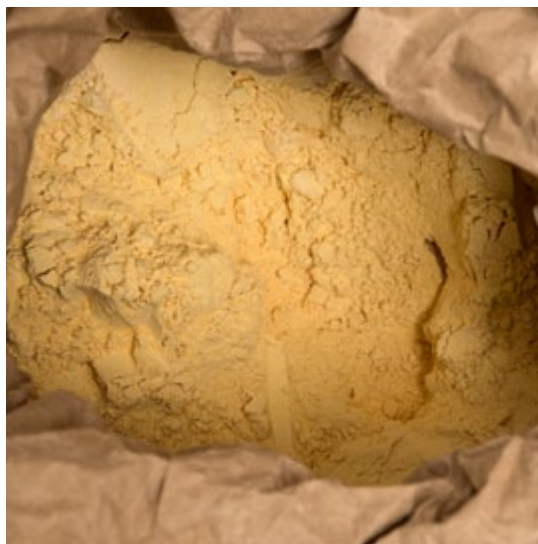


Nieuwe ingrediënten

Wat betreft gezond en actief ouder worden. “Wij zoeken naar nieuwe ingrediënten voor voeding, geneesmiddelen en cosmetica”, zegt Victorine. “We gaan uit van de gezonde mens en ons doel is de mens gezond te houden. Dat kan op allerlei manieren.” Een voorbeeld is lupinezaad. Lupinezaad is bijzonder eiwitrijk, kan daardoor prima als vleesvervanger dienen en het heeft ook nog allerlei andere gunstige eigenschappen. Dat zaad wordt nu geteeld in de omstreken van Veendam. Bij LS&T Leeuwarden, de combinatie van NHL Hogeschool en Hogeschool Van Hall Larenstein, wordt er brood van gebakken. Bewoners van verzorgingshuizen in Stads kanaal krijgen dat brood binnenkort geserveerd als deel van hun dagelijks menu, waarbij natuurlijk wordt onderzocht of ze het lupinebrood smakelijk vinden en of hun gezondheid er baat bij heeft. Een ander voorbeeld: samen met de RUG loopt er een project rond Fluitekruid. De universiteit onderzoekt de plant met behulp van hbo-laboranten uit farmacologisch opzicht en onderzoekers en studenten van de Hanzehogeschool richten zich op ingrediënten die bruikbaar zijn voor cosmetica.

Midden in de wereld

De verbinding met de samenleving en met het bedrijfsleven in de regio zoekt het Instituut voor Life Science & Technology ook door studenten en docenten er letterlijk op uit te sturen. De life-sciences-studenten zitten niet alleen op de Zernike Campus, maar kunnen bijvoorbeeld een ‘minor op locatie’ volgen bij Springboard, het netwerk van medische technologie bedrijven in Roden. Andere ‘buitenplaatsen’ zijn er bij het UMCG, waar hbo-ers werken aan biomarkers, en bij een planten- en kruidenproeftuin in Klazienaveen. De docenten komen eveneens naar de buitenlocaties om les te geven en onderzoek te begeleiden, en komen zo op een vanzelfsprekende manier in contact met mensen uit het werkveld.



Onderzoek op het snijvlak van en gezondheid



Innovatiewerkplaats Health Space Design

In de innovatiewerkplaats (IWP) Health Space Design onderzoeken studenten en docenten hoe ruimte, infrastructuur en dienstverlening kunnen bijdragen aan kwaliteit van zorg, tevredener patiënten/bewoners en personeel en aan meer efficiëntie.

De innovatiewerkplaats doet onderzoek naar aanleiding van concrete vragen van de community of practice, een groep instellingen uit het werkveld die in de innovatiewerkplaats participeren: het UMCG, het Martini Ziekenhuis, ZuidOostZorg, Lentis en 's Heeren Loo. Die samenwerking van werkveld en onderwijs leidt tot win-win: oplossingen voor de zorgaanbieders en onderzoeksprojecten voor kenniscentra zoals NoorderRuimte en Kunst & Samenleving.

De IWP heeft ook een community of experts, onder wie topontwerpers en -adviseurs uit het bedrijfsleven. Deze groep kijkt kritisch naar de vragen, het onderzoeksproces en de oplossingen die studenten en docenten aandragen.

Ruimte en Healthy Ageing? “Ruimte beïnvloedt het gedrag van mensen. Dat is bekend uit de wetenschap en dat is ook ons uitgangspunt. Uit onderzoek weten we bijvoorbeeld dat de omgeving meebepaalt hoe snel iemand geneest: de patiënt in het ziekenhuis die uitkijkt op een tuin voelt zich prettiger en kan sneller naar huis dan de patiënt met uitzicht op een blinde muur.”

Aan het woord is lector Facility Management dr. Mark Mobach. “Dit soort onderzoek is de basis voor de architectuurstroming Healing Environment, waar we in het UMCG en het Martini Ziekenhuis al een paar mooie voorbeelden van hebben.” En zo komen er meer voorbeelden, en ook op andere terreinen, als het aan Mobach ligt. Denk aan het stimuleren van bewegen en het bevorderen van autonomie. “Succesvolle initiatieven zijn er genoeg, maar projecten vinden vaak geen navolging omdat de aanpak niet evidence based is. Er wordt geen onderzoek gedaan naar het effect van de inrichting van de ruimte op gedrag en gezondheid en dat is wat wij in deze innovatiewerkplaats onder meer doen.”

Zelf je weg vinden

Wie zelf de weg in het ziekenhuis kan vinden, maakt minder gebruik van het patiëntenvervoer in golfkarretjes, is zelfredzaam en beweegt meer. Maar zijn de looproutes logisch? Kunnen bezoekers makkelijk de weg vinden? Met die afstudeeropdracht gingen studenten Bouwkunde en Facility Management aan de slag in het Martini Ziekenhuis. Bij de hoofdingang kregen bezoekers de vraag ‘mogen we u volgen’ en moesten ze in een smartphone hun gedachten en ervaringen over het vinden van de weg hardop uitspreken. Dat leverde volgens de student Facility Management drie knelpunten op die overeenkwamen met wat op basis van de plattegrond van het ziekenhuis al kon worden vermoed: veel bochten in de

welbevinden? ruimte

route leidt tot onduidelijkheid. De bouwkundestudent kwam vervolgens met twee voorstellen voor verbetering. Ten eerste de looproute vereenvoudigen: een rechte lijn van knelpunt naar de hoofdingang. Maar hij kwam ook met een groter plan: een overkapping bij de entree waardoor er een duidelijk herkenbaar binnengebied ontstaat voor de hoofdingang. Vervolgens werd de vraag over de logische looproutes opnieuw voorgelegd aan vierdejaars studenten van Academie Minerva, die keken naar de bewegwijzering. Mobach: “Die studenten bedachten een soort ringweg, gemarkeerd met wolken in plaats van strepen op de grond of bordjes.” Alle studenten presenteren hun resultaten op een community-bijeenkomst. “Je ziet dat studenten van verschillende opleidingen knelpunten verschillend benaderen en ook met creatieve oplossingen komen waar het werkveld niet aan had gedacht. Heel boeiend en zeer gewaardeerd door het werkveld.”

Ouderen in de ruimte

“Hoe ervaren ouderen onze ruimten en looproutes, en hoe kunnen we daarmee rekening houden bij renovaties, aanpassingen en nieuwbouw?”, was de vraag van het UMCG aan de IWP Health Space Design. Tachtig studenten Hospitality onderzochten zelf looproutes van de parkeergarage tot en met de poliklinieken, met en zonder verouderingspak. Het verschil in bevindingen tussen ‘ouderen’ en studenten is niet groot. Wel hadden ouderen bijvoorbeeld een hoger hartritme bij aankomst op de poli. “Een signaal dat ze zich meer hebben ingespannen en meer stress ervoeren”, zegt Mobach. Een opvallende uitkomst is dat het vinden van de weg lastiger is wanneer mensen eerst naar buiten moeten als ze uit de parkeergarage komen en dan pas het ziekenhuis ingaan. Als ze binnen kunnen blijven, is het vinden van de weg vaak minder moeilijk. “Daar kan je met de bouw en met het plaatsen van balies rekening mee houden.”

Nieuwe projecten

De IWP gaat nog veel meer projecten doen. Bij Lentis onderzoeken studenten hoe bewoners in de ouderenzorg meer kunnen gaan bewegen en hoe trapgebruik van medewerkers gestimuleerd kan worden. Bij ZuidOost-Zorg wordt onderzoek gedaan naar het gebruik van ‘vitaliteitstuinen’ in de ouderenzorg, tuinen die beweging in de gezonde buitenlucht stimuleren. En er is net een onderzoek gestart naar organisatieverandering en ruimte



Verouderingspak

bij 's Heeren Loo, een organisatie voor mensen met een verstandelijke beperking. Mobach: “Studenten werken mee aan dit onderzoek. Ze kijken bijvoorbeeld naar hoe je de gebouwen en terreinen beter kunt laten aansluiten bij mensen met een verstandelijke beperking en vervolgens: hoe kun je gebouwen en terreinen in de zorg integreren en wat betekent het voor de organisatie van het werk? Die integrale blik, daar gaat het om.”

In een verouderingspak door het UMCG

Eerstejaarsstudent Facility Management Daniëlle de Vries

“Het is heel vreemd om in zo'n verouderingspak rond te lopen. Ik voelde me op een gegeven moment een soort alien, je kunt niet normaal lopen omdat er zoveel gewichten aan je hangen. Je hebt een gehoorbeschermer op, en een bril, en daardoor kun je minder goed horen en zien. Als je de weg zoekt, kijk je als jongere gewoon om je heen. Een oudere moet zich echt om-draaien, dat kost veel meer tijd. Het rondlopen in het verouderingspak was absoluut nuttig. Je kijkt op een andere manier naar de dingen die je onderweg tegenkomt. De bewegwijzering is lastiger om te zien, borden zijn moeilijker om te lezen en als je verkeerd loopt, moet je terug, dat kost gewoon veel meer energie. Het is best pittig om als oudere je weg te vinden.”

e-Health is hoeksteen van

De vraag naar zorg groeit en die moet geleverd worden door steeds minder mensen. De manier waarop we zorg leveren is dus dringend toe aan een herontwerp. Het lectoraat New Business & ICT onderzoekt hoe e-Health, oftewel de inzet van ICT, in de zorg kan bijdragen aan innovaties. Dat gebeurt door het uitvoeren van praktijkgerichte onderzoeks- en ontwikkelprojecten met studenten uit diverse opleidingen. En natuurlijk in nauwe samenwerking met zorgorganisaties en ICT-bedrijven. Een greep uit de projecten.

Zelfstandig wonen met een verstandelijke beperking

Hoe zorg je ervoor dat iemand met een licht verstandelijke beperking toch zo zelfstandig mogelijk kan leven? Die vraag was de aanleiding voor het NOVO-project dat de Hanzehogeschool vier jaar geleden uitvoerde. Dit gebeurde in samenwerking met NOVO, instelling voor de begeleiding van licht verstandelijk gehandicapten, en Avics, een ICT-systeemintegrator, gespecialiseerd in de zorg. Tot dan toe was het in de wereld van de ICT gebruikelijk dat ICT'ers de ontwikkeling voor hun rekening namen. Eindgebruikers kwamen pas in beeld bij de implementatie. Het lectoraat koos voor een andere benadering: vanaf de start zaten ICT'ers en eindgebruikers samen om tafel. Wat was de winst van deze aanpak? Lector Hugo Velthuisen: "De werelden van zorgprofessionals en ICT'ers liggen mijlenver uit elkaar. ICT'ers bedenken de meest fantastische toepassingen maar het is de vraag wie ze echt gebruikt. Door onze aanpak gaat men elkaar beter begrijpen. Er ontstaat een gemeenschappelijke taal."

In de tijdmachine

Het project CAVE (Computer Aided Virtual Environment) levert persoonlijke filmvoorstellingen voor dementerende ouderen. Beeld, geluid en geur vormen samen een virtuele voorstelling bedoeld om het welbevinden van de oudere te vergroten of te behouden. Voor dit langlopende project werkt het lectoraat samen met Coendershof, een woonzorgcentrum van zorgorganisatie ZINN in de Groningse wijk Helpman. Achtereenvolgens hebben vijf minorgroepen een systeem gebouwd waarmee het mogelijk is om deze filmvoorstellingen te maken. Projectleider Aranka Dol: "Eerst verzamelen de studenten met familieleden en eventueel mantelzorgers zoveel mogelijk persoonlijke informatie. Dit doen ze aan de hand van een vaste vragenlijst. Het gaat erom dat ze een indruk krijgen van het leven van de oudere." Op basis van de verzamelde informatie, foto's, filmpjes en muziek stellen de studenten een CAVE-voorstelling samen: een collage van beeld, geluid en geur.



zorginnovatie



Met games hiv of malaria voorkomen

Kun je met behulp van computergames kinderen in Kenia leren hoe ze besmetting met malaria of hiv kunnen ontwijken? Jazeker, is het volmondige antwoord van Rob Willems, docent van de Engelstalige minor GameOn. Samen met een internationale groep studenten heeft hij al de nodige games ontwikkeld en ter plaatse getest. De afgelopen twee jaar zijn er games ontwikkeld voor de organisatie van George Onyango in Kenia. Rob: “Hij wilde een spel om kinderen in de omgeving van het Victoriameer te leren wat ze kunnen doen om te voorkomen dat ze malaria krijgen. Die ziekte komt daar ontzettend veel voor. Hij had een kaartspel laten ontwikkelen door de universiteit van Auckland in Nieuw-Zeeland. Dat werkte goed, maar het nadeel van een fysiek spel is dat kaarten zoek kunnen raken en dan kun je het niet meer goed spelen. Bovendien blijft een interactief spel bij kinderen beter hangen.”

No jojo-app

Hoe kun je mensen met een eetstoornis bij hun behandeling ondersteunen met een e-Health-toepassing? Vijf groepen studenten van de minor Zorg & Technologie hebben zich de afgelopen twee jaar bezig gehouden met applicaties gericht op mensen met bijvoorbeeld obesitas, anorexia of een andere eetstoornis. Daar kwamen erg leuke ideeën uit voort, zegt onderzoekster en docente Aranka Dol. “Bijvoorbeeld het idee voor een ‘no jojo-app’. Het idee was dat als je de neiging voelt om te snaaien, je op je telefoon kijkt en dan een tip krijgt om iets anders te doen dan eten: laat die chips staan en ga naar buiten met de hond.” Hoe effectief is e-Health bij eetstoornissen? Aranka’s voorlopige conclusie: “Ik verwacht het meest van een aanpak waarbij de therapeut en de cliënt naast het persoonlijke contact gebruik maken van een e-Health-toepassing.”

iAge-project: zelfstandig wonen als de voorzieningen verdwijnen

Senioren die in een landelijke omgeving wonen, komen op een bepaald moment voor een dilemma te staan. Hoe red je je als oudere als de voorzieningen verdwijnen en je steeds vaker hulp nodig hebben om je dagelijks leven te leiden? Dat dilemma delen alle vijftigplussers in de krimpgebieden aan de Noordzee. Het Europese programma iAge wil hier iets aan doen. Hieke van der Kloet doet er onderzoek naar. “De achterliggende gedachte is dat je graag wilt dat mensen in hun eigen dorp kunnen blijven, zodat gemeenschappen niet leeglopen als gevolg van de vergrijzing. Ons doel is het bedenken van woonconcepten waarbij ICT een rol speelt. Daarbij kun je aan allerlei toepassingen denken. Bijvoorbeeld een apparaatje waarmee mensen die slecht ter been zijn automatisch hun gordijnen kunnen openen en sluiten. Of een video-installatie rondom het huis, zodat ze zich veiliger voelen. Technisch is er heel veel mogelijk. In Japan wordt de zorg voor vijftigplussers bijvoorbeeld veel vaker dan hier door robots en andere technische hulpmiddelen overgenomen. In Europa zijn we daar veel voorzichtiger mee.”

Haar studenten hebben onderzoek gedaan naar wat vijftigplussers verwachten van ICT in hun woonomgeving. Hieke: “Meer dan negentig procent van de mensen die we hebben geïnterviewd staat positief tegenover ICT in huis en wil daar nu al gebruik van maken. De vraag is wat je kunt doen op technologisch gebied om mensen inderdaad langer thuis te kunnen laten wonen. Daarbij moet je niet alleen denken aan pure ICT-oplossingen, maar ook aan voorzieningen als een traplift. Mensen geven aan dat ze vooral bang zijn dat ze zich niet meer goed kunnen bewegen in huis. Op basis van al deze informatie willen we een aantal woonconcepten voor vijftigplussers ontwikkelen.”



Wonen, Vrije Tijd & Zorg

Een optimale inrichting van de ruimtelijke omgeving draagt bij aan de gezondheid en het welzijn van mensen. Een goede omgeving kan zorgen voor meer bewegen, sociale interactie en het vergroten van autonomie. Iedereen heeft andere wensen en eisen. De een woont juist graag in de stad dichtbij alle faciliteiten, terwijl de ander kiest voor het platteland. Ruimte, infrastructuur en dienstverlening kunnen bijdragen aan de kwaliteit van zorg en tevredener patiënten/bewoners. Om de kwaliteit van de leefomgeving te verbeteren zijn innovaties nodig die zorg en welzijn combineren met wonen en vrije tijd.



Langer doorwerken en langer zelfstandig wonen dankzij ICT

De zes landen rond de Noordzee hebben een vergelijkbare bevolkingsproblematiek: meer mensen die ouder worden en zorg nodig hebben, tegenover minder jongeren die de economie draaiende moeten houden. In het project iAge zoeken ze samen naar oplossingen waarin ICT een belangrijke rol speelt. iAge is voor de Hanzehogeschool het eerste internationale project op het gebied van Healthy Ageing.

iAge richt zich op ouderen als eindgebruiker en wil de economische ontwikkeling stimuleren in regio's die onder druk staan door vergrijzing en krimp. De kenniscentra NoorderRuimte, Ondernemerschap en Arbeid participeren in de workpackages Labour Market en Independent Living. Daar binnen zijn tal van deelprojecten waarin lectoren, docent-onderzoekers, en studenten van verschillende disciplines in het werkveld onderzoek doen en nieuwe producten ontwikkelen. Zo'n brede multidisciplinaire samenwerking is uniek en levert veel op. Bijvoorbeeld een open source-platform waar ouderen

verschillende ICT-producten, die het mogelijk maken om langer zelfstandig thuis te blijven wonen, aan kunnen koppelen. Het platform kan zelfs op de tv worden gebruikt: erg belangrijk omdat dit aansluit bij een systeem waar ouderen nu al gebruik van maken. "De Duitse partner in iAge heeft veel belangstelling", zegt projectleider iAge Margreet Schurer van de Hanzehogeschool. "Studenten van Fysiotherapie en van ICT hebben samen met docent-onderzoekers van de het lectoraat New Business & ICT en het lectoraat Krimp het prototype ontwikkeld. Ze hebben ook de iAge-partneruniversiteiten in Schotland en Noorwegen bezocht om kennis uit te wisselen. Er wordt nu gekeken hoe we het product naar de markt kunnen brengen."

Een ander voorbeeld is de inzet van quantified self-instrumenten, die de drager feedback geven over gezondheidsaspecten zoals stressniveau, slaap, voeding- en beweegpatroon. "We onderzoeken of deze een bijdrage kunnen leveren aan de duurzame inzetbaarheid van oudere werknemers. Bij het re-integratiebedrijf Museum Technische Werken zijn ze dit aan het testen", aldus Margreet. "Hier zijn studenten van de opleiding Toegepaste Psychologie bij betrokken evenals het Quantified Self Institute, het bedrijf Estafette en de lectoraten New Business & ICT en Labour Market Participation."





Specialisatie International Biomedical Engineering

Techniek werkt voor gezondheid

Docent Jan Zijlstra maakt jaar na jaar studenten enthousiast voor biomedische techniek, met name voor projecten op het snijvlak van elektrotechniek, werktuigbouw en gezondheid. “De studenten zijn echte technenuten; ik laat hen zien dat we met die techniek ook heel wat voor mensen kunnen betekenen.”

Elk najaar beginnen vijftien tot twintig studenten van het Instituut voor Engineering aan een Engelstalige specialisatie International Biomedical Engineering. In een summer course van drie weken in Wilhelmsaven maken ze allereerst, samen met studenten van nog negen andere Europese hogescholen, kennis met vakken als fysiologie, anatomie, bio-materialen en medische techniek. “Ze weten veel van techniek, maar hebben weinig medische kennis. Die medische kennis hebben ze nodig om bruikbare biomedische producten te ontwikkelen en een goede gesprekspartner te zijn voor een arts of voor een manager van een bedrijf in biomedische producten”, vertelt Jan.

Biomedische projecten

Terug in Groningen gaan de specialisatiestudenten aan de slag met projecten die Jan via zijn contacten met biomedische bedrijven en ziekenhuizen binnenkrijgt. Bijvoorbeeld? Najaar 2013 werkten groepjes studenten aan vier verschillende projecten: een hartondersteunende pomp; een meet- en trainingsapparaat om verlies van spiermassa tegen te gaan; een fantoom-hartpomp, bedoeld om MRI- of CT-beelden van een echte aorta te kunnen interpreteren en een ijkapparaat voor een ‘bodybox’, een apparaat dat allerlei aspecten van iemands longfunctie meet.

Master

Veel studenten doen na de specialisatie ook een afstudeerproject op het gebied van biomedical engineering. Sommigen stromen na de bachelor door naar een biomedische master bij de RUG of een andere universiteit of hogeschool. Vanaf september 2014 kunnen ze ook de nieuwe master Sensor System Engineering van de Hanzehogeschool volgen, waar ook Healthy-Ageing-componenten inzitten. Een bachelor en zeker een master op het gebied van biomedical engineering levert probleemloos een baan op, zegt Jan maar niet per se in het Noorden. De meeste werkgelegenheid op biomedisch gebied is elders in Nederland te vinden.

Bloed in beeld

Hartproblemen? Het zou heel handig zijn als de cardioloog van buitenaf kon zien hoe goed het hart pompt. Plaatjes maken van een werkend hart is het probleem niet, dat kan bijvoorbeeld in een MRI- of CT-scanner. Goed interpreteren wat er te zien is op die bewegende beelden, daar zit ‘m de kneep.

Joost Witmer besloot na de specialisatie een afstudeeropdracht biomedical engineering te doen. Hij maakt in opdracht van het UMCG onder begeleiding van Jan een pomp die het menselijk hart imiteert. Van deze pomp is op elk moment exact bekend hoeveel vloeistof hij verpompt. Scanbeelden van de nep-aorta (een stuk tuinslang) leren ons hoe een vloeistofstroom van een bepaald volume eruitziet. Zo krijgen we een maatstaf die helpt om de beelden van een echte aorta te beoordelen.

Healthy Ageing Network Northern Netherlands

Het Healthy Ageing Network Northern Netherlands (HANNN) richt zich op de vraag: hoe kunnen we er samen voor zorgen dat mensen zo lang mogelijk gezond en actief kunnen participeren in de samenleving. Het is een netwerk van bedrijven, kennisinstellingen, zorginstellingen, maatschappelijke organisaties en overheden die hier allemaal een bijdrage aan leveren. Dit vraagt een benadering die de hele levensloop bestrijkt, van de wieg (een goede start), via werk (gezonde werkplek) tot en met een waardige laatste levensfase. En alles wat daar tussen zit.

Concreet worden binnen HANNN ideeën met potentie gescout, op basis waarvan de relevante partijen bij elkaar worden gebracht en vervolgens de projectontwikkeling ondersteund wordt. Dit zijn vooral projecten binnen of tussen de domeinen Life Sciences, Food & Nutrition, Medical Technology en Healthy Lifestyle. Daarnaast wordt binnen HANNN een maatschappelijke agenda vormgegeven waarin oplossingen worden geformuleerd met betrekking tot de effecten van vergrijzing en de decentralisatie van zorg en welzijn naar gemeenten.



Healthy Ageing Network

Northern Netherlands
Region of Knowledge and Development

Noord-Nederland heeft een vooraanstaande positie op het terrein van Healthy Ageing, zowel in Nederland als in Europa. HANNN onderhoudt contacten met andere Europese regio's, stemt de lobby af die plaatsvindt in Den Haag en Brussel, en ondersteunt aanvraagtrajecten bij regionale, nationale en Europese fondsen.

De Hanzehogeschool Groningen is een van de partners van het HANNN en draagt onder andere in de vorm van Innovatiewerkplaatsen in het kader van het Center of Expertise Healthy Ageing, bij aan het versterken van het Healthy Ageing profiel van Noord-Nederland.

www.hannn.eu



Onderzoek, onderwijs en

Het thema Healthy Ageing is zo in ontwikkeling dat het een nieuwe aanpak vergt binnen de Hanzehogeschool Groningen. Anno 2014 werkt men eraan in praktisch alle schools, kenniscentra en wordt er nauw samengewerkt met het bedrijfsleven. Nu is het tijd voor de volgende fase. Onder de naam Hanzehogeschool Centre of Expertise Healthy Ageing wordt vanaf 1 september 2014 onderzoek, onderwijs en ondernemerschap rond Healthy Ageing verbonden en gestroomlijnd.

“Het succes is zo groot, er zijn zó veel initiatieven, dat we een volgende stap moeten zetten om dat allemaal goed te verbinden. Het is bij wijze van spreken tijd voor the next level”, zegt Joan Janssens. Hij is de leading dean van het nieuwe Centre of Expertise Healthy Ageing dat op 1 september 2014 van start gaat. “We gaan alle inspanningen op het gebied van onderzoek, onderwijs en ondernemerschap rond Healthy Ageing verbinden en stroomlijnen. Op die manier kunnen we een rol spelen op het Europese toneel, in lijn met het strategische programma Europa 2020, en ons nog sterker verbinden met de regio. Naast een meerjarig strategisch onderzoeksprogramma komen er roadmaps voor onderwijs en ondernemerschap op het gebied van Healthy Ageing, alles natuurlijk in samenspraak met de partners uit het werkveld en het bedrijfsleven. Zo wordt de héle Hanzehogeschool Groningen een Centre of Expertise op het gebied van Healthy Ageing. Even omschakelen, want de naam CoE HA is immers al in gebruik voor het OCW-project dat draait om het tot stand brengen van publiek-private samenwerking. Vanaf nu noemen we dit het project CoE HA, dat deel uit gaat maken van het Centre of Expertise Healthy Ageing ‘nieuwe formule’.”

Hieronder worden de 4 onderdelen van het ‘nieuwe’ Centre of Expertise Healthy Ageing toegelicht.

Onderzoek

Het integrale onderzoeksprogramma Healthy Ageing zal worden gecoördineerd door een team van lectoren uit alle kenniscentra van de Hanzehogeschool Groningen die zich met het thema bezighouden. Inhoudelijke speerpunten gaan richting geven aan het programma. Welke dat precies worden, moet nog nader worden bepaald, maar bekende thema’s als actieve leefstijl, voeding, participatie, gezondheid en werk, gezondheid en wonen/woonomgeving en zorgmarketing liggen op tafel. Belangrijke onderwerpen als zelfmanagement/empowerment en e-Health zullen ook een rol spelen, hetzij als zelfstandig thema of als aandachtspunt voor alle thema’s in het programma. Twee leading lectoren uit Kenniscentrum CaRES voeren de regie samen met vier kernlectoren afkomstig uit Kenniscentrum Arbeid, Kenniscentrum NoorderRuimte, Kenniscentrum Kunst & Samenleving en Kenniscentrum Ondernemerschap.

Joan Janssens



ondernemerschap stroomlijnen

Onderwijs

Ook het onderwijs op het gebied van Healthy Ageing krijgt een flinke impuls. Allereerst met de ontwikkeling van twee beeldbepalende masters rond het thema, de master Healthy Ageing Professional – sport, healthcare & wellbeing, en de master Talent en Diversiteit. Er komt meer verbinding tussen de verschillende bacheloropleidingen rond Healthy Ageing en het thema wordt ook versterkt in de minoren en het keuzeonderwijs. De verschillende varianten van professionele leeromgevingen waarin studenten werken aan Healthy Ageing worden op één lijn gebracht.

Ondernemerschap

Het Kenniscentrum Ondernemerschap en het Consortium voor Valorisatie en Ondernemerschap (CVO) dat de hogeschool samen met de RUG heeft opgezet, krijgen het voortouw bij het opstellen van de roadmap Ondernemerschap en Healthy Ageing. Die zal duidelijk maken op welke innovaties en markten de Hanzehogeschool Groningen zich wil richten en met welke belangrijke partners ze daartoe convenanten wil sluiten. Speciale aandacht is er voor productinnovatie en productontwikkeling op het gebied van e-Health, waarbij vooral het Quantified Self Institute en diverse innovatiewerkplaatsen een rol spelen. Business development is ook een belangrijk element. Er komt een verdienmodel voor het project CoE HA en de afzonderlijke innovatiewerkplaatsen, om te waarborgen dat de publiek-private samenwerking op het gebied van Healthy Ageing ook na de subsidieperiode blijft voortbestaan. Verder gaat de hogeschool de dienstverlening aan professionals op het gebied van Healthy Ageing bij hun professionele ontwikkeling en aan bedrijven bij de (competentie-)ontwikkeling van hun medewerkers nog verder versterken. Hanzehogeschool Groningen Professionals en Bedrijven zal bij dit laatste een prominente rol spelen.

Project CoE HA

Het OCW-project CoE HA is onderdeel van het ‘nieuwe’ Centre of Expertise Healthy Ageing van de Hanze en daarmee wordt onderzoek, onderwijs en ondernemerschap geïnstitutionaliseerd en het waarborgt de continuïteit van het project CoE HA. In de innovatiewerkplaatsen van het project CoE HA werken bedrijfsleven, kennisinstellingen, zorgorganisaties en overheidsinstanties samen



aan vernieuwingen in de zorg en aan de implementatie en vermarkting van de nieuwe diensten en producten. Joan: “Het project CoE HA heeft de publiek-private samenwerking een flinke impuls gegeven. De innovatiewerkplaatsen vormen een verdieping van de band met onze partners in de regio. Dit concept van kennisontwikkeling door nauwe samenwerking van onderzoek, onderwijs en beroepspraktijk willen we nu nog verder uitbouwen.”

Tot slot Joan: “Deze nieuwe ontwikkeling binnen de Hanze geeft ons een duidelijk en herkenbaar profiel voor onze netwerkpartners. Onderzoek, onderwijs en ondernemerschap worden gestroomlijnd en er worden verbindingen gelegd waardoor er meer kennis beschikbaar komt. Niet alleen krijgen onze studenten state-of-the-art kennis, maar die kennis maken we op deze manier nog ruimer en makkelijker toegankelijk voor onze partners: bedrijven, start-ups, zorgorganisaties en overheden in Noord-Nederland. Het verbinden en stroomlijnen van de veelheid aan activiteiten zal de resultaten en onze reputatie op het gebied van Healthy Ageing alleen maar versterken.”

*Het succes is zo groot, er zijn zó veel initiatieven,
dat we een volgende stap moeten zetten om dat allemaal goed te verbinden.*

Hanzehogeschool Groningen en Healthy Ageing

Healthy Ageing in onderwijs	
23 bacheloropleidingen	Het gaat om gezondheidszorgopleidingen zoals Verpleegkunde en Fysiotherapie, maar ook om opleidingen op het gebied van economie, techniek, kunst en sport.
8 minoren	Minor Da Vinci (ondernemerschap) Minor Financieel Management in de Zorg Minor Healthy Ageing Minor Ondernemerschap en Management in Zorg en Welzijn Minor Sportgezondheid en Leefstijl Minor Toekomst in Gezondheid (ontwikkeld door de vier Noordelijke hogescholen) Minor Zorg en Technologie Minor Zorgmarketing
Excellentieprogramma	Honoursprogramma Healthy Ageing
6 masteropleidingen	Master Advanced Nursing Practice Master Healthy Ageing professional (in ontwikkeling) Master Physician Assistant Master Sensor System Engineering (met health component) Master Talent en Diversiteit (in ontwikkeling)

Healthy Ageing in onderzoek	
28 lectoraten; 100 docentonderzoekers	Arbeidsorganisatie en -productiviteit Arbeidsparticipatie Computer Science & Sensor Technology Duurzaam Financieel Management Duurzaam HRM Facility Management Flexicurity Healthy Lifestyle, Sports and Physical Activity Image in Context Integraal Jeugdbeleid (ingebed: Leren en Gedrag) International Business Krimp & Leefomgeving Lifelong Learning in Music Life Sciences Maatschappelijk Vastgoed Marketing/Marktgericht Ondernemen New Audiences New Business & ICT Rehabilitatie (ingebed: Maatschappelijke participatie) Transparante Zorgverlening (ingebed: Functionele Voedingsingrediënten & Gezondheid; Healthy Lifestyle, Ageing and Health Care; Kind, Taal en Ontwikkeling; Paramedische Ouderenzorg; Participatie en gezondheid van mensen met een verstandelijke en visuele beperking; Analysetechnieken voor praktijkgericht onderzoek) Verpleegkunde Innovatie en Positionering
26 promovendi	
9 grote projecten	Delfgoud ELLAN Food Circle Health Literacy Healthy Ageing through Music and Arts iAge Ouderen en muziek Springboard 2.0 Zorgarbeidsinnovatie
Veel kleine projecten	
Veel studenten betrokken	Onder andere bij onderzoek vanuit lectoraten en in de innovatiewerkplaatsen van het Centre of Expertise Healthy Ageing.



Colofon

Healthy Ageing is een uitgave in opdracht van de Hanzehogeschool Groningen.

© augustus 2014

Het doel van het magazine is de collega's en relaties van de Hanzehogeschool Groningen een beeld te geven van wat er zoal op het gebied van Healthy Ageing wordt gedaan in onderwijs en onderzoek.

Redactie

Joost Degenaar (programmadirecteur Healthy Ageing en projectdirecteur CoE HA)

Marloes Heeres (beleidsadviseur Kenniscommunicatie (Healthy Ageing))

Annemiek Maathuis (medewerker Kenniscommunicatie)

Redactieadres

Zernikeplein 7, Groningen

Interviews

Verhalen van het Noorden,
Louwke Meinardi en Helma Erkelens

Fotografie

Deborah Roffel Photography
Shutterstock

Vormgeving en opmaak

Gerben Edens, Hovaneden

Drukwerk

De Marne B.V.
Oplage: 5.000

Wilt u meer weten over Healthy Ageing en de mogelijkheden binnen dit thema op het gebied van onderwijs en onderzoek? Kijk dan op hanze.nl/healthyageing of op de site van het Centre of Expertise Healthy Ageing: healthyageing.net



Healthy Ageing is een thema dat we niet meer weg kunnen denken uit onze maatschappij. We worden met z'n allen steeds ouder en dat vraagt om nieuwe, slimme oplossingen om de kwaliteit van het leven te vergroten. Het gaat daarbij niet alleen over ouderen en ziekte, maar vooral ook over gezond opgroeien, maatschappelijke participatie en kwaliteit van leven. Gezond ouder worden duurt een leven lang en begint al bij de conceptie. Levensstijl, voedingspatroon en omgevingsfactoren beïnvloeden de ontwikkeling van gezondheid.



Healthy Ageing Network

Northern Netherlands
Region of Knowledge and Development

MEDE MOGELIJK GEMAAKT DOOR

