

Hartsvrienden voor één dag

Gezond en Sociaal. U zult niet ontkennen dat 'Sociaal en Gezond' als een heel logisch duo klinkt. Het klinkt net zo lekker als 'Ying en Yang' of 'Jut en Jul'. Het zouden de hartvrienden moeten zijn van een gezonde samenleving. Waarom gaan deze hartsvrienden dan toch nog te vaak hun eigen weg in de praktijk? Tijd voor verandering!

En die verandering vond plaats op het Congrestival Sociaal ♥ Gezond, een festival waarop professionals vanuit de lokale gezondheidszorg en het sociale domein voor één dag hartsvrienden waren. Geen strak omljnd congres, maar een festival waarop aandacht was voor ontmoeting, verassing centraal staat en improvisatie wordt toegejuicht. Een dag waarop er ruimte was om te praten, te luisteren en elkaar te verrassen met gedeelde krachten, maar ook met authenticiteit. Ruimte die elke keer onmisbaar blijkt te zijn om stappen tot verandering te durven nemen. Niet alleen om samenwerking te realiseren tussen professionals, maar ook bij al die prachtige projecten die nu al werken aan een gezonde samenleving. Ruimte blijkt een essentiële randvoorwaarde te zijn om je gezond en sociaal te kunnen voelen.

Dit blijkt ook uit het [Voedselbankproject 'Wat aandacht krijgt, dat groeit'](#), dat mensen leert meer zelfredzaam te zijn, op zoek te gaan naar hun energie en een impuls biedt om hun situatie te verbeteren. Er wordt tijdens de cursus ruimte gecreëerd, waardoor mensen niet alleen bezig zijn met de thema's waarop ze vastlopen, maar vooral aandacht kunnen geven aan wat hen zin, hoop en moed geeft. Deelnemers mogen hun eigen doelen stellen, hier samen over nadenken en stappen inzetten. Dit geeft energie en zelfvertrouwen. Na de cursus vertelden mensen dat zij een andere, positievere houding hadden, meer zicht op hun talenten en dat het zelfstigma 'ik hoor er niet bij' vaak weg was. Een aanpak die daadwerkelijk bijdraagt aan een gezonde en sociale toekomst.

En dan was er op het Congrestival de 'Jazzman' [Rik Spann](#), die met een groovy inspiratiesessie organisaties in beweging zet in het anders denken, aanpakken en opbloeien. Ruimte is bij het maken van goede jazz een essentieel onderdeel voor muzikanten om gezond en sociaal te kunnen functioneren. Jazz vaart op improvisatie, en improvisatie ontstaat wanneer muzikanten samen een veilige, stimulerende omgeving creëren waarin experimenteren wordt toegejuicht. Jazzmuzikanten staan open om te horen wat de improvisator gaat vertellen. Ze zijn het onderling eens dat regels mogen worden losgelaten en de zoektocht naar iets nieuws mogelijk is. Pas dan komen muzikanten écht in beweging. Beweging die we ook zien bij cliënten, burgers en professionals wanneer zij worden toegejuicht om te improviseren en de ruimte krijgen om te experimenteren met het zetten van stappen richting gezondheid en samenwerking.

Op het Congrestival Sociaal ♥ Gezond was ruimte een essentieel element van de dag. Deelnemers waren vrij om te gaan en te staan waar ze wilden, sessieleiders improviseerden, zaten in het gras en waren er in al hun eigenheid. Er werd gevierd dat jij die professional bent die allerlei mogelijkheden biedt om een gezonde samenleving werkelijkheid te maken. Er werd geïmproviseerd om te komen tot een steengoede aanpak en er was aandacht voor elkaars authenticiteit.

Niet alleen vind je dan verbinding met elkaar, maar samen vier je ook de kracht van het gezamenlijke werk. Voor één dag konden professionals daadwerkelijk de hartsvrienden zijn van een gezonde samenleving. Wat mij betreft de start van een vriendschap voor altijd.

Blog geschreven door Maaike Kluft (Adviseur en projectcoördinator, Movisie) en Maryse den Hollander (Adviseur en trainer, Movisie).