

# Monitorrapportage

Alles is gezondheid... in beeld

# 2017

Joke Kruijer • Janneke Schilder • Marianne van Teunenbroek • Sardes, maart 2018

**Alles is gezondheid... in beeld**

Monitorrapportage 2017

# Inhoud

06

Management-  
samenvatting

10

Inleiding  
Monitorvragen  
Leeswijzer

24

Successen en  
belemmeringen

30

Over het  
programmabureau

12

Aantal en  
type pledges

16

Activiteiten

18

Samenwerking

36

Conclusies en  
blik op de toekomst

20

Doelen,  
bereik en borging

22

Monitoring en  
evaluatie

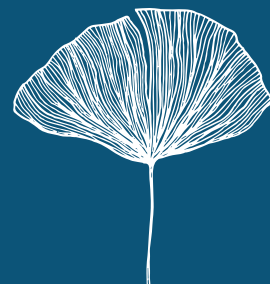
38

Bijlage 1  
Aanpak



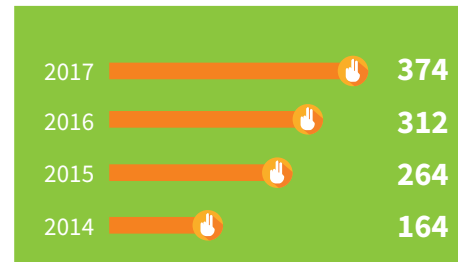
# Managementsamenvatting

Organisaties die willen bijdragen aan gezondheid, kunnen een pledge oftewel 'maatschappelijke belofte' tekenen bij Alles is gezondheid.... Daarin beloven ze concrete activiteiten uit te voeren die bijdragen aan een gezonder en vitaler Nederland. In de monitor Alles is gezondheid... in beeld, meet Sardes de voortgang van de pledges. Hierna volgen de belangrijkste uitkomsten van 2017. De onderzoekers van Sardes presenteren het aantal pledges en partners, beschrijven de voortgang, de samenwerking en het aantal mensen dat bereikt wordt.



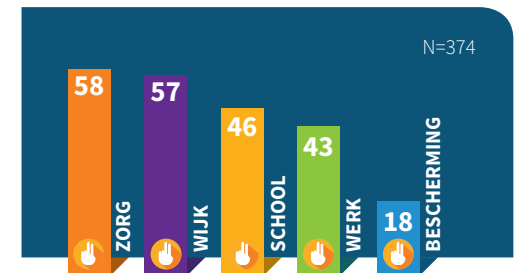
## Pledges

Tot en met 2017 zijn er in totaal 374 pledges getekend, waarvan 65 in 2017 tot stand zijn gekomen. Daarmee zetten zich bijna 3100 organisaties in voor de uitvoering van deze pledges. Zo'n 200 organisaties zijn bij meerdere pledges betrokken. In totaal zijn er 2885 unieke partners betrokken bij Alles is gezondheid.... Dat zijn er ruim 1000 meer dan vorig jaar.



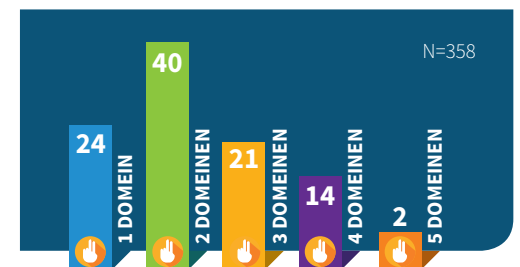
## Domeinen

Alles is gezondheid... richt zich op vijf domeinen; school, wijk, werk, zorg en gezondheidsbescherming. De meeste pledges hebben betrekking op zorg en op wijk. Dat beeld is hetzelfde als in de monitor van 2016.



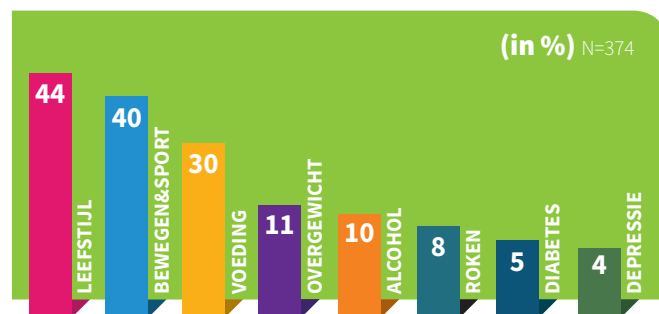
## Domeinenoverstijgende pledges

Het merendeel van de pledges (77%) heeft betrekking op twee of meer domeinen. Dit is iets meer dan vorig jaar (69%). 40% van de pledges heeft betrekking op twee domeinen en 37% op drie of meer. Dat is iets meer dan vorig jaar het geval was. Een integrale dan wel domeinoverstijgende aanpak komt dus in steeds meer pledges van de grond.



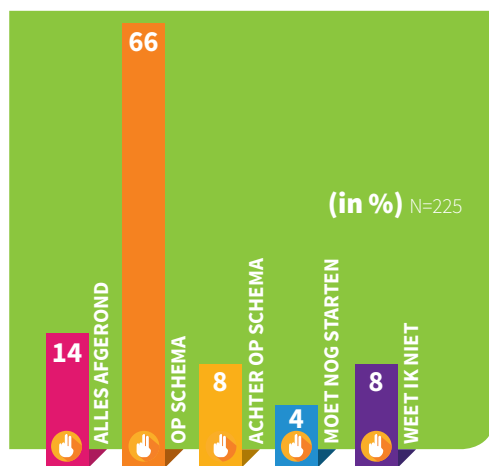
## Speerpunten

Het Nationaal Programma Preventie (NPP), waar Alles is gezondheid... onderdeel van is, kent zes speerpunten: roken, alcoholgebruik, bewegen & sport, overgewicht, depressie en diabetes. Voor Alles is gezondheid... zijn nog twee speerpunten van belang: leefstijl en gezonde voeding. Daarom zijn deze toegevoegd aan de monitor. Een pledge kan op meerdere speerpunten gericht zijn, en dat is voor een groot deel van de pledges ook het geval. Net als de voorgaande jaren komen de speerpunten leefstijl en bewegen & sport het vaakst voor, gevolgd door voeding. De andere speerpunten zien we in beduidend minder pledges terug. Op zich is dat niet verwonderlijk, omdat de scope van deze pledges beperkter is, en omdat het onderwerpen zijn waar vooral andere programma's binnen het NPP zich op richten.



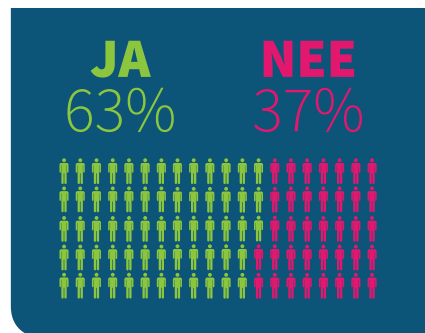
## Voortgang

De voortgang van de pledges verloopt goed, zo geven pledgehouders aan: 66% ligt op schema, 14% heeft alle activiteiten zelfs al afgerond, 12% loopt achter of moet nog beginnen, en bij 8% van de pledgehouders is de huidige voortgang onbekend. Deze percentages zijn vergelijkbaar met die van vorig jaar.



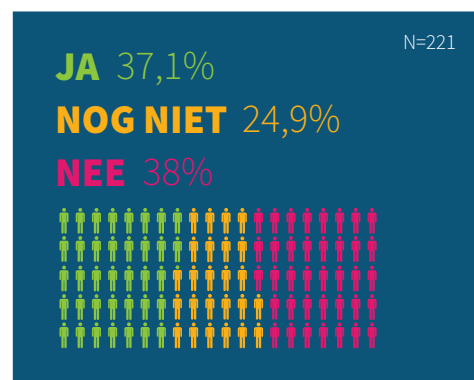
## Samenwerking

Net als vorig jaar werkt 63% van de pledgehouders samen met andere partners. Dat kan zijn met organisaties binnen of buiten het eigen domein. Partners in het domein zorg werken in 2017 het vaakst met elkaar samen (58%), partners in het domein werk het minst vaak (27%). De meeste partners werken vooral samen met partners uit het eigen domein. Het domein werk vormt een uitzondering: daar wordt het meest samengewerkt met het domein school. Overigens wordt ook in de andere domeinen wel in enige mate samengewerkt met partners uit de vier andere domeinen. Ook hieruit blijkt dat er veel integraal, dan wel domeinoverstijgend wordt samengewerkt.



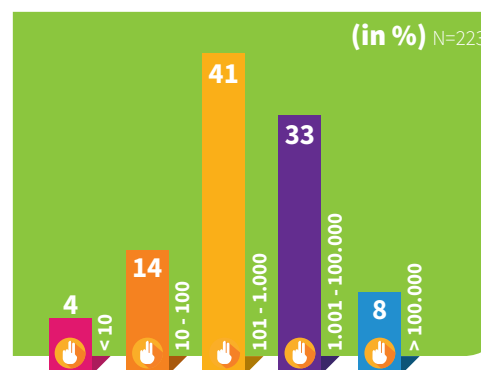
Bij ruim een derde (37%) van de pledgehouders leidde de deelname aan Alles is gezondheid... tot nieuwe samenwerkingen, iets meer dan in voorgaande jaren (33% in 2016, 25% in 2015).

## Nieuwe samenwerking



## Bereik

Het aantal mensen dat bereikt wordt met de pledges varieert. Volgens 41% van de pledgehouders bereiken zij met hun pledge tussen de 101 en de 1000 mensen. Een derde schat het aantal bereikte mensen tussen de 1001 en 100.000. Het aantal pledgehouders dat de bereikte mensen onder de 1000 schat, is hoger dan vorig jaar, namelijk 59% nu tegen 42% in 2016, jaar, namelijk 59% nu tegen 42% in 2016.



## Aandachtspunten

Naast de cijfermatige gegevens, hebben we de pledgehouders ook meer kwalitatieve gegevens gevraagd. Hieruit blijkt dat aandachtspunten onder andere liggen in het borgen van dat wat bereikt is, in het bereiken van meer mensen en het aanboren van nieuwe financiële middelen. Tegelijkertijd zien we ook dat de meerderheid (79%) al aandacht besteed aan borging, met name doordat de incidentele activiteiten zijn opgenomen in het reguliere aanbod. Alles is gezondheid... bracht de pledgehouders vooral samenwerking, focus en bewustwording.

## Conclusies

Concluderend kunnen we vaststellen dat er een gestage groei plaatsvindt in het aantal pledges. De inhoud van de pledges loopt sterk uiteen, net als de activiteiten die in het kader van een pledge worden uitgevoerd. Er wordt steeds meer (domeinoverstijgend) samengewerkt. De domeinen blijven nog wel geschikt als aangrijpingspunt. De speerpunten die het vaakst terugkomen in de pledges zijn leefstijl, bewegen & sport en voeding. Ook zijn er thema's waar nog verdere kansen liggen, zoals geletterdheid, vitaliteit en duurzame inzetbaarheid.

Afgaand op wat de pledgehouders zelf aangeven, wordt een aanzienlijk deel van de Nederlandse bevolking bereikt met de (pledge)activiteiten. Opbrengsten voor pledgehouders zijn met name samenwerking, focus en bewustwording. Uitdagingen worden gezien in borging, meer mensen bereiken en het aanboren van financiële middelen.

# Inleiding

In februari 2014 is het programma Alles is gezondheid... van start gegaan. Het programma is onderdeel van het Nationaal Programma Preventie (NPP). Het doel is om een maatschappelijke beweging voor een gezonder en vitaler Nederland op gang te brengen. Het RIVM bracht tot en met 2017 jaarlijks de voortgang in beeld. Per juli 2017 is Sardes verantwoordelijk voor het uitvoeren van het programma Alles is gezondheid... Sardes volgt de pledgehouders jaarlijks met een monitoronderzoek 'Alles is gezondheid... in beeld'. Deze monitor is gericht op ondersteuning en verbetering van het programma en de activiteiten van de partners. Daarnaast evalueert de Universiteit Maastricht samen met de Radboud Universiteit de processen en uitkomsten van Alles is gezondheid... In dit rapport doen de onderzoekers van Sardes verslag van de uitkomsten van de monitor 'Alles is gezondheid... in beeld' in 2017.



## Monitorvragen

Met de monitor willen we antwoord geven op de volgende vraag: wat is de stand van zaken ten aanzien van het programma Alles is gezondheid...? Op basis van deze vraag hebben we de volgende deelvragen opgesteld:

- Hoeveel pledges zijn er, op welke domeinen en met welke speerpunten? Hoe zijn de speerpunten verdeeld over de domeinen?
- In hoeverre en in welke mate wordt er binnen de pledges samengewerkt met andere partijen en hoe verloopt die samenwerking?
- Op welke doelgroepen richten de pledges zich?
- Uit welke aanpakken/activiteiten bestaan de pledges concreet? Welke doelen liggen aan die aanpakken ten grondslag? Lukt het om die doelen te bereiken?
- Wat zijn de opbrengsten tot nu toe? Hoe worden die in beeld gebracht? Wat zijn succesfactoren en belemmeringen?
- Hoe waarderen de pledgehouders de functies van het programmabureau Alles is gezondheid...?
- Welke behoeften leven er bij de pledgehouders bij de uitvoering van hun pledge? Waar zouden ze ondersteuning bij willen krijgen, en in welke vorm?
- Welke behoeftes hebben de accounthouders van het programmabureau?
- Hoe waarderen de partners van Alles is gezondheid... de communicatie door het programmabureau (website, sociale media, evenementen, bijeenkomsten, publicaties)?

## Leeswijzer

In deze rapportage beschrijven we per thema de uitkomsten van de monitor. In ieder hoofdstuk beschrijven we steeds de uitkomsten van de vragenlijst (stap twee). In hoofdstuk 2 beschrijven we het aantal pledges en de domeinen en speerpunten waar ze betrekking op hebben. In hoofdstuk 3 geven we aan welke activiteiten in het kader van de pledges worden georganiseerd en hoofdstuk 4 gaat in op de samenwerking tussen verschillende organisaties. Hoofdstuk 5 beschrijft de doelen uit de pledges, het bereik en de borging van dat wat er bereikt is, hoofdstuk 6 gaat in op de manier waarop de pledgehouders de voortgang van de pledge monitoren en evalueren en in hoofdstuk 7 komen de successen en belemmeringen aan bod en hoofdstuk 8 gaat in op het programmabureau en de uitkomsten van de interviews met de accounthouders van Alles is Gezondheid.... In hoofdstuk 9, ten slotte, geven we een aantal conclusies en een blik op de toekomst.

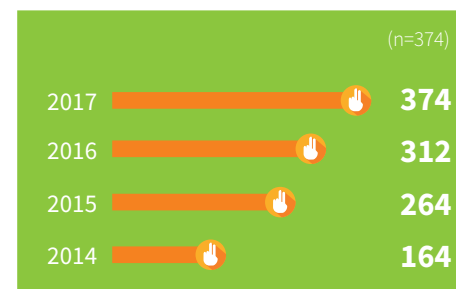
Aan het einde van dit document is de onderzoeksaanpak als bijlage opgenomen.

# Aantal en type pledges

In dit hoofdstuk presenteren we het aantal pledges in 2017 en de domeinen en speerpunten waar ze betrekking op hebben.

## Aantal pledges in 2017

Organisaties die willen bijdragen aan gezondheid, kunnen een pledge oftewel 'maatschappelijke belofte' tekenen bij Alles is gezondheid.... In deze pledge beloven ze te werken aan de doelen van Alles is gezondheid... Ook beloven ze dat ze daar concrete activiteiten voor in zullen zetten die bijdragen aan een gezonder en vitaler Nederland. In 2017 zijn 62 pledges getekend. Dit brengt het totaal op 374 pledges<sup>1</sup>.



<sup>1</sup> In het jaarverslag Alles is gezondheid... van 2016 is opgenomen dat er in 2016 309 pledges waren. Na herberekeningen voor de monitorrapportage van 2017 hebben we dit aantal gecorrigeerd naar 312. Vandaar dat de aantallen in deze rapportage enigszins afwijken van die in de jaarverslagen.

Bijna 3000 unieke partnerorganisaties zetten zich in voor de uitvoering van deze pledges. Deze organisaties kunnen we onderverdelen in drie groepen:

- **pledgehouders:** de hoofdverantwoordelijke voor een pledge. Dit zijn er in totaal 374, één per pledge;
- **ondertekenaars:** alle organisaties die een pledge hebben ondertekend. Dit zijn er in totaal 684, soms wordt een pledge door meerdere organisaties ondertekend;
- **achterliggende organisaties:** dit zijn organisaties die wel meedoen met een pledge, maar deze niet zelf hebben ondertekend. Dit is bijvoorbeeld het geval bij allianties, waar één organisatie namens een grotere groep andere organisaties een pledge tekent. Dit zijn er in totaal 2201.

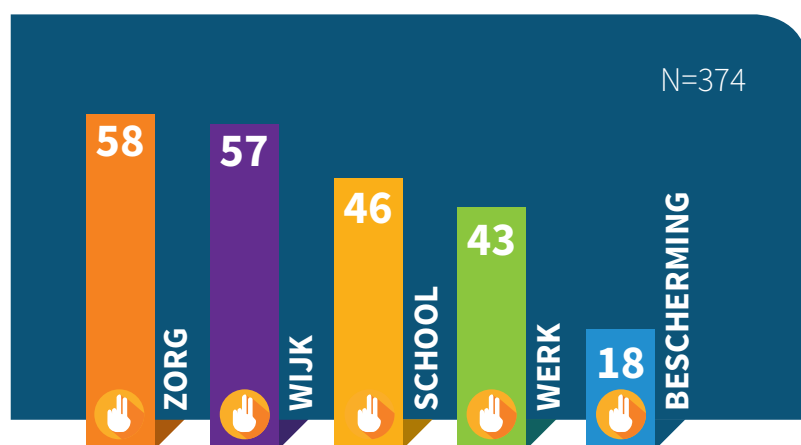
Zo'n 200 organisaties zijn bij meer dan één pledge betrokken. In totaal zijn er 2885 unieke organisaties. Tellen we alle bij de afzonderlijke pledges betrokken organisaties bij elkaar op - dus inclusief de 'dubbelingen' - dan zijn er zo'n 3100 organisaties betrokken bij Alles is gezondheid.... Dat zijn er ruim 1000 meer dan vorig jaar.



## Domeinen

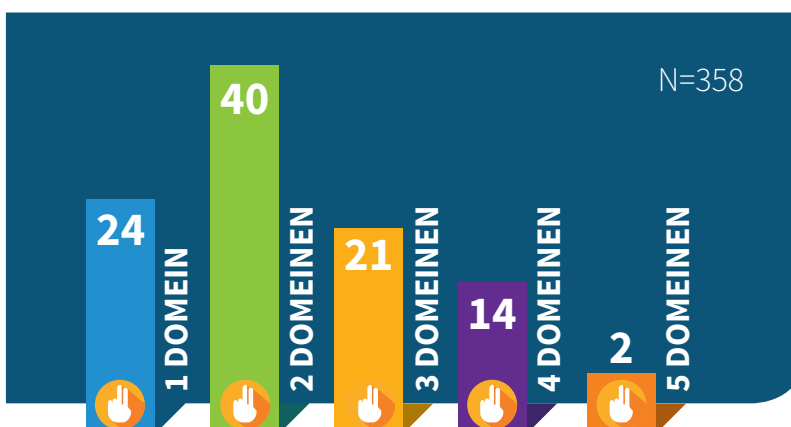
Alles is gezondheid... richt zich op vijf domeinen; school, wijk, werk, zorg en gezondheidsbescherming. De meeste pledges hebben, net als vorig jaar, betrekking op zorg en op wijk. Ook de nieuwe pledges in 2017 richten zich met name op deze domeinen. Gezondheidsbescherming wordt net als in voorgaande jaren het minst vaak gekozen.

### Domeinen waarop de pledges betrekking hebben



Het merendeel van de pledges (77%) heeft betrekking op twee of meer domeinen. Dit is iets meer dan vorig jaar (69%). Vier tiende van de pledges heeft betrekking op twee domeinen, ruim een derde (37%) op drie of meer. Dat is iets meer dan vorig jaar het geval was.

### Percentage domeinoverstijgende pledges



## Speerpunten

In het Nationaal Programma Preventie komen zes speerpunten voor: roken, alcoholgebruik, bewegen & sport, overgewicht, depressie en diabetes. Voor Alles is gezondheid... zijn daar in eerdere metingen van de monitor twee speerpunten aan toegevoegd: leefstijl en gezonde voeding. Net als bij de domeinen kan een pledge op meerdere speerpunten gericht zijn. Dat is voor een groot deel van de pledges ook het geval. Net als de voorgaande jaren komen de speerpunten leefstijl en bewegen & sport het vaakst voor, gevolgd door voeding. De andere speerpunten zien we in beduidend minder pledges terug. Op zich is dat niet verwonderlijk, omdat de scope van deze pledges beperkter is, en omdat het onderwerpen zijn waar vooral andere programma's binnen het NPP zich op richten.

### Speerpunten waar de pledges betrekking op hebben

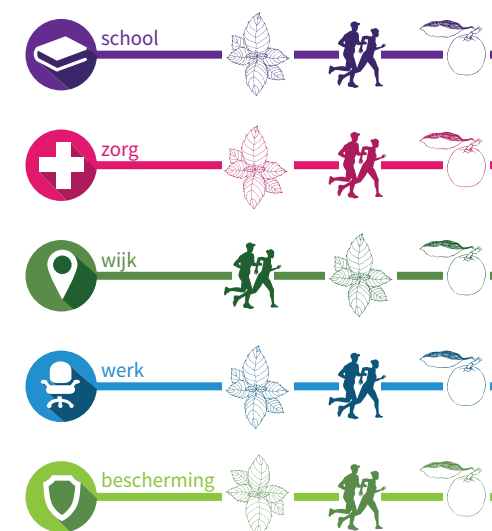


Ook hebben we gekeken naar de combinatie tussen domeinen en speerpunten: is het zo dat in bepaalde domeinen bepaalde speerpunten vaker voorkomen dan in andere? Bijvoorbeeld: staan in het domein zorg de speerpunten diabetes of depressie hoger in de rangorde van speerpunten dan in andere domeinen? Dat blijkt niet het geval te zijn. In alle domeinen is de top drie van meest gekozen speerpunten hetzelfde:

1. leefstijl;
2. bewegen & sport;
3. voeding.

Een uitzondering hierop is het domein wijk: daar wordt het speerpunt bewegen & sport het meest genoemd, gevolgd door leefstijl. Het gaat hier dus echter wel om dezelfde drie speerpunten.

### Combinatie van domein en speerpunt (n=374)



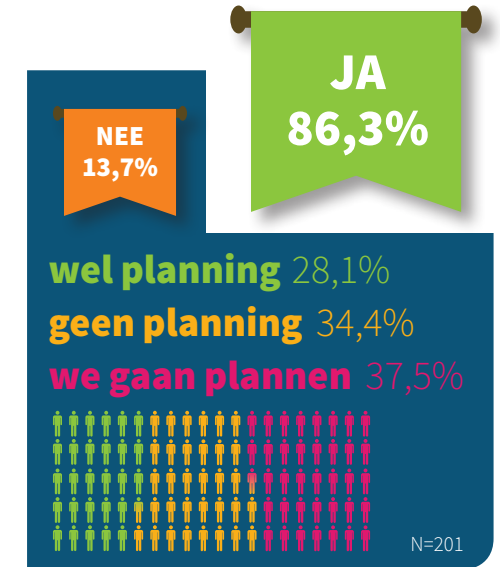


# Activiteiten

In dit hoofdstuk beschrijven we de concrete acties en activiteiten die pledgehouders uitvoeren om de doelen in de pledge te bereiken.

Uit de monitorvragen blijkt dat het overgrote deel van de pledgehouders concrete acties heeft uitgevoerd (86%). Van de overige 14% heeft een derde daar ook geen plannen voor, ruim een kwart heeft wel al concrete acties gepland. Ruim een derde gaat op afzienbare termijn concrete acties plannen. De pledgehouders die geen concrete acties plannen, hebben daar verschillende redenen voor. Ze zijn er nog niet aan toegekomen, ze richten zich niet op concrete activiteiten (of doen dat niet specifiek voor de pledge: ze zetten bestaande activiteiten gewoon voort), of de concrete activiteiten zijn al afgerond.

Percentage pledgehouders dat concrete activiteiten uitvoerde



In totaal noemden de pledgehouders 697 concrete activiteiten. Hierin zijn de volgende categorieën te onderscheiden:

Categorieën activiteiten	
1	<b>Samenwerking deelnemen/stimuleren:</b> Platform/alliantiebijeenkomsten
2	<b>Aanbod leren over gezondheid:</b> Workshop/training/voorlichting/lesmateriaal
3	<b>Bekendheid:</b> Campagnes voeren/communicatie/website
4	<b>Steun:</b> Politieke/financiële steun zoeken
5	<b>Directe projecten en acties uitvoeren:</b> Organiseren activiteiten, vrijwilligers ondersteunen
6	<b>Nieuwe directe projecten en acties opzetten:</b> Maatjesproject opstarten, app ontwikkelen, een tuin beschikbaar stellen.
7	<b>Onderzoek/pilot</b>
8	<b>Overig/onbekend</b>

De activiteiten bevinden zich in verschillende fases. Meer dan de helft (59,7%) loopt op dit moment. Ruim een kwart is afgerond en ruim een tiende staat gepland.

Fase waarin de activiteiten verkeren (n=201)

Fase	%
Loopt	59,7
Afgerond	27,5
Gepland	12,8
Totaal	100

Tot slot hebben we gevraagd of de activiteiten op landelijk of lokaal niveau plaatsvinden. Het grootste deel van de activiteiten heeft betrekking op de lokale situatie (60,7%). De overige activiteiten (39,3%) hebben een landelijke reikwijdte.



# Samenwerking

In dit hoofdstuk beschrijven we hoe de samenwerking tussen verschillende pledgepartners vorm krijgt.



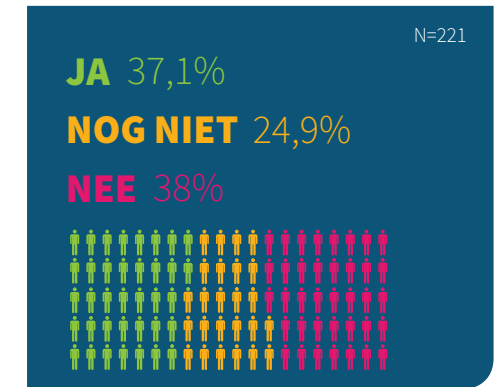
Veel pledges worden met of namens meer organisaties ondertekend (zie hoofdstuk 2). Er wordt dan ook veel samengewerkt binnen de pledges. Net als vorig jaar werkt bijna twee derde van de pledgehouders naar eigen zeggen samen met andere organisaties. Het meest wordt samengewerkt met partners uit het domein zorg (58%), het minst met partners uit het domein werk (27%). De meeste partners werken vooral samen met partners uit het eigen domein. Het domein werk vormt een uitzondering: daar wordt het meest samengewerkt met het domein school. Overigens wordt ook in de andere domeinen wel in enige mate samengewerkt met partners uit de vier andere domeinen.

## Percentage pledgehouders dat samenwerkt met bestaande partners

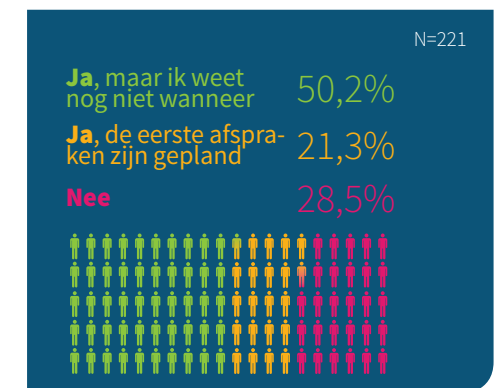


Bij ruim een derde van de pledgehouders leidde de deelname aan Alles is gezondheid... tot nieuwe samenwerking, iets meer dan in voorgaande jaren (33% in 2016, 25% in 2015). We hebben daarnaast ook gevraagd of er nog andere partijen zijn met wie de pledgehouders contact zouden willen leggen. De helft van hen geeft aan dat ze dat graag zouden willen, maar dat ze nog niet weten wanneer ze dit willen doen. Een vijfde heeft de eerste afspraken al gepland, en ruim een kwart heeft hieraan geen behoefte.

## Heeft Alles is gezondheid... geleid tot nieuwe samenwerkingen?



## Wens om met andere pledgehouders samen te werken



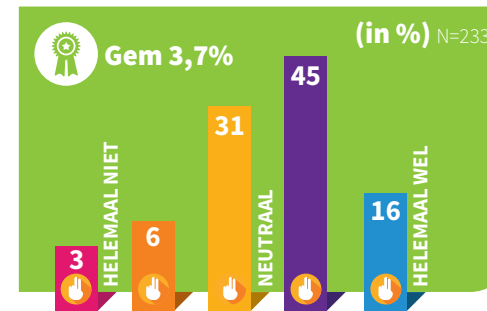
# Doelen, bereik en borging

In dit hoofdstuk gaan we in op het bereiken van de doelen, het aantal mensen dat bereikt wordt met activiteiten en de borging van die activiteiten.



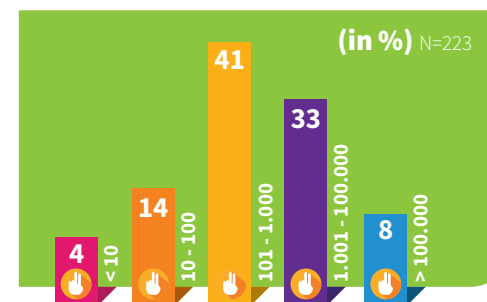
## Percentage behaalde doelen

We vroegen de pledgehouders om het belangrijkste doel dat zij nastreven met hun pledge te noteren. Vervolgens werd hen gevraagd in hoeverre zij vonden dat dit doel behaald was. Het grootste deel van de pledgehouders geeft aan dat zij hun doel (helemaal) hebben behaald (61%). Een klein deel (9%) heeft het doel niet of helemaal niet behaald. Gemiddeld gezien geven pledgehouders dus aan dat zij hun doel behaald hebben (3,7 op een schaal van 1-5, n=233).



## Aantal bereikte mensen

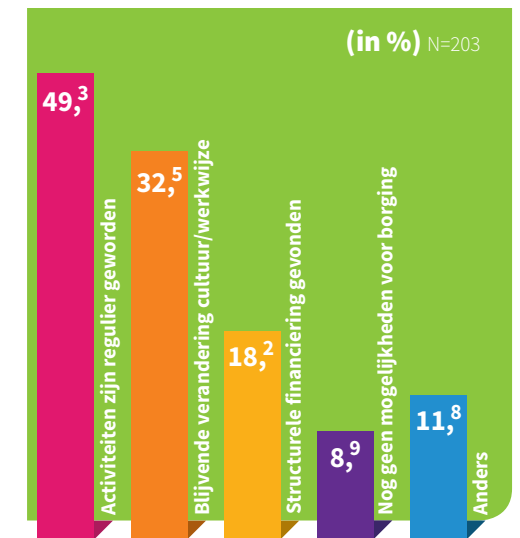
Hoeveel mensen zijn bereikt met de pledges? In onderstaande grafiek staat de inschatting van de pledgehouders. Bijna de helft van hen (41%) schat tussen de 100 en 1.000 mensen bereikt te hebben. Een derde schat dat zij tussen de 1.000 en 100.000 mensen bereikt hebben.



## Borging

We hebben gevraagd in hoeverre de activiteiten die worden uitgevoerd in het kader van de pledge worden geborgd. Bijna alle pledgehouders (91%, n=203) geven aan dat zij aandacht hebben voor de borging van hun activiteiten. Hoe ze dat doen, staat in onderstaand figuur. Veruit het grootste deel van de respondenten zegt dat borging heeft plaatsgevonden doordat activiteiten deel uit zijn gaan maken van een reguliere werkwijze en/of structuren.

## Manieren van borging



Bij 'anders' hebben 18 pledgehouders een reden genoemd. Namelijk: het is nog te vroeg voor borging (4), tekort aan tijd (4), tekort aan budget (4), hiervoor bestaan nog te veel knelpunten (3) en 'dat is niet aan ons, maar aan onze partners' (3).

# Monitoring en evaluatie

Dit hoofdstuk gaat in op de manier waarop de pledgehouders de voortgang van de pledge monitoren en evalueren.

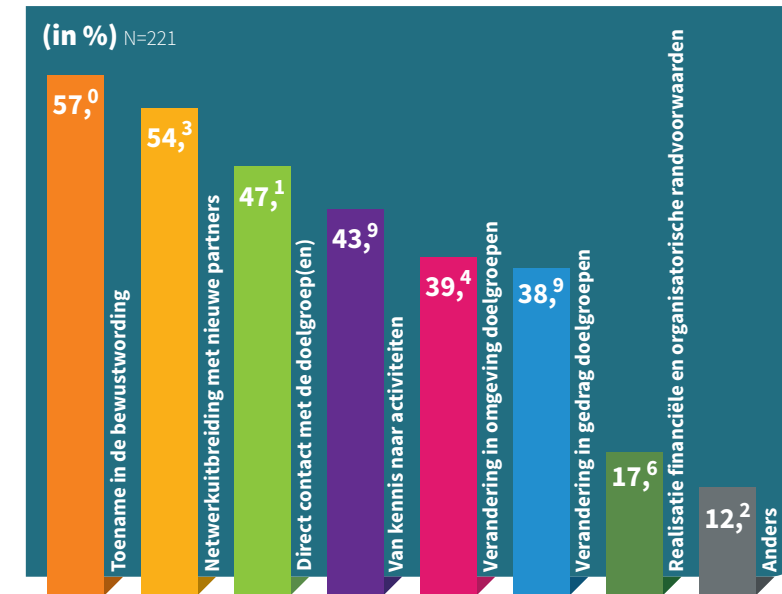


## Impact

Pledgehouders ervaren verschillende manieren waarop hun pledge impact heeft. Voor meer dan de helft had de pledge invloed op een toename in de bewustwording, en op een uitbreiding van het netwerk met nieuwe partners.

punten. Of het aansluiten bij Alles is gezondheid... daaraan bijgedragen heeft, durf ik niet te zeggen." En: "De pledge is in ons geval meer symbolisch en een gevolg van wat wij al doen en niet iets wat aanzet tot bovenstaande impactgebieden."

## De impact die pledgehouders hebben ervaren van hun pledge



Onder 'anders' wordt genoemd: activiteiten waren ook uitgevoerd zonder pledge/ de invloed van de pledge is niet goed te benoemen omdat werkzaamheden al werden uitgevoerd (10), geen mening (6), dat is nog te vroeg om uitspraken over te doen (5) en geen effect (4). Daarnaast werd genoemd dat de pledge invloed had als een extra stok achter de deur en dat de pledge zorgde voor professionalisering. Opvallend is dat de meeste pledgehouders in de categorie 'anders' benoemen dat ze het moeilijk vinden om opbrengsten toe te schrijven aan de pledge. Voorbeelduitspraken hiervan zijn: "De activiteiten en studies die we in gang hebben gezet, hebben absoluut bijgedragen aan bovenstaande

## Overige monitoring

We vroegen de pledgehouders of zij naast de algemene monitor ook zelf effecten van hun pledge evalueren of monitoren. Iets meer dan de helft van de pledgehouders, namelijk 54,3%, geeft aan dat zij dit doen (n=120, n totaal=221). Driekwart (75,2%) zegt de monitor/evaluatie zelf uit te voeren en een kwart (24,8%) laat dit doen, of doet dit samen met een externe partij (n totaal=133).

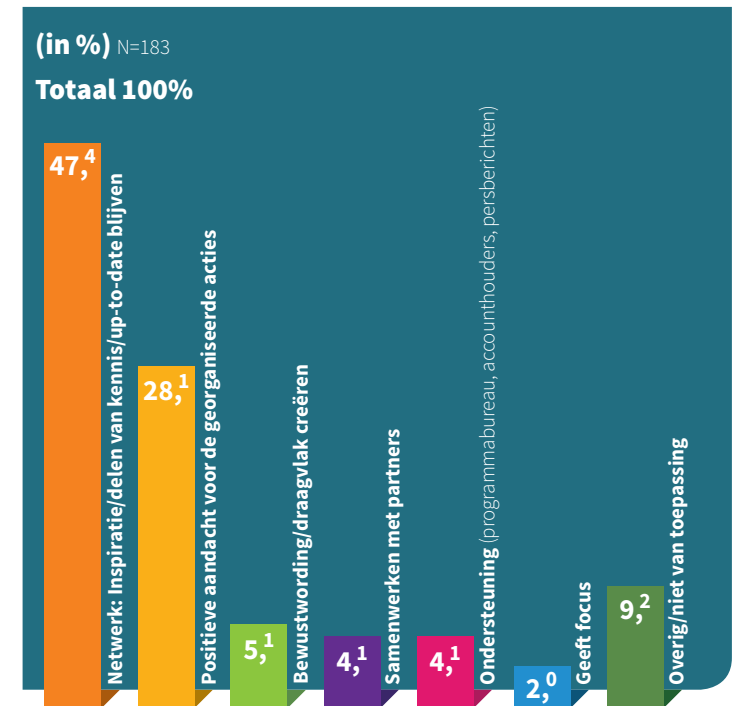
# Successen en belemmeringen

De positieve ervaringen en belemmeringen bij het uitvoeren van een pledge worden in dit hoofdstuk beschreven.



## Positieve ervaringen

De pledgehouders hebben hun positieve ervaringen met Alles is gezondheid... beschreven. In de antwoorden (n=183) zijn zeven categorieën te onderscheiden. De veruit vaakst genoemde positieve ervaringen met Alles is gezondheid... zijn het netwerk (inspiratie, delen van kennis, up-to-date blijven) en positieve aandacht voor de georganiseerde acties.



## Een greep uit de positieve ervaringen:

- Het contact met onze accounthouder is heel positief.
- Het netwerk en de waardevolle conferenties zorgen voor kennisvergroting en nieuwe inspiratie.
- De bijeenkomst van onderteken was heel positief, je komt alle partijen tegen en we konden ideeën en ervaringen uitwisselen.
- Erkenning draagt bij aan onze geloofwaardigheid.
- Meerdere partijen staan nu open voor positieve veranderingen.
- Fijn dat de Alles is gezondheid...-medewerkers meedenken en helpen om onze persberichten te verspreiden.
- Samen zijn we sterker, soms hebben we dezelfde vraagstukken maar meer mogelijkheden om ze op te lossen door onze samenwerking.
- Het programma zorgt voor veel energie en heeft nieuwe initiatieven geïnitieerd.
- Het zorgt voor gezamenlijke focus en verbinding.
- Kennisdeling zorgt ervoor dat je niet opnieuw het wiel hoeft uit te vinden.
- Het is leuk om een duidelijk statement te maken met de pledge. Pledges zorgen ook voor een positieve stok achter de deur.
- Met Alles is gezondheid... kun je een ambassadeur zijn en deel uitmaken van een beweging.

Onder 'overig' en 'niet van toepassing' vallen achttien antwoorden waarvan er acht niet in een van de categorieën in te delen waren (bijvoorbeeld "We zijn goed bezig"). Daarnaast zijn er tien antwoorden gegeven die van negatieve aard zijn. Hierbij gaat het om twee typen antwoorden die neerkomen op: Ten eerste "We ervaren geen positieve invloed" (n=6) en ten tweede "We ervaren geen directe invloed van de pledge, we zijn sowieso al actief op dit gebied" (n=4). Een voorbeeld van een opmerking is: "De vraag is

niet zo van toepassing, aangezien de activiteiten die plaatsvinden niet direct veroorzaakt zijn door de pledge en er ook niet door beïnvloed worden."

### Uitdagingen

De pledgehouders hebben ook hun uitdagingen bij Alles is gezondheid... beschreven. Hieronder is een greep uit de beschreven uitdagingen weergegeven.

In de antwoorden zijn terugkerende reacties te

#### Een greep uit de uitdagingen:

- Aandacht blijven vragen voor ons initiatief.
- Meer nieuwe initiatieven ontwikkelen na het ondertekenen van een pledge in plaats van doen wat we al deden.
- Meer mensen bereiken.
- Doorgaan met het behalen van successen.
- Het lokale project een landelijk karakter geven.
- Zorgen dat de kwaliteit van de projecten gecontinueerd wordt op de lange termijn in de samenwerking met al onze lokale partners.
- Structurele financiële middelen voor de aanjaag/regiofunctie.
- Vergroten commitment van deelnemers of door actieve bijdragen of financiële steun. Concrete doelen stellen en die sneller behalen.
- Samenwerking en verbinding met elkaar en met de doelgroep blijven zoeken.
- Aandacht voor gezondheid een vanzelfsprekendheid laten worden.
- Onze uitdaging ligt in de valse waarheden over gezondheid (online).
- Met andere organisaties werken geeft wel uitdagingen op het gebied van communicatie, afspraken over inzet in tijd en middelen.

onderscheiden, deze zijn weergegeven in onderstaand figuur. De meest genoemde uitdagingen gaan over het maken van verbinding, samenwerking en partners, meer bekendheid en resultaat en ten derde het vinden van (meer) financiering, budget en middelen.

Uitdagingen in percentages onderverdeeld in acht categorieën (n=188)



Antwoorden die buiten de terugkerende uitdagingen vielen, zijn met name zeer specifieke antwoorden zoals: "Eerder nee kunnen zeggen dan ja. Helpen zit in ons DNA, we moeten alleen ook goed voor onszelf zorgen. Dit betekent dat we volgend jaar aandacht gaan besteden aan vitaliteit van ons kleine bedrijf."

### Knelpunten

Pledgehouders zijn ook gevraagd naar de knelpunten die zij ervaren bij Alles is gezondheid.... In deze belemmering zijn duidelijk drie terugkerende reacties te onderscheiden. Namelijk gebrek aan voldoende middelen, gebrek aan tijd en tegenvallende besluitvorming/wet- en regelgeving en bureaucratie.

Knelpunten, onderverdeeld in vier categorieën (n=150)

Knelpunten	N	%
Onvoldoende middelen	62	41,3
Gebrek aan tijd	32	21,3
Tegenvallende besluitvorming/ wet- en regelgeving, bureaucratie	19	12,7
Totaal in terugkerende reacties	113	75,3

Reacties die buiten de terugkerende reacties vielen, zijn met name zeer specifieke antwoorden over het eigen project en pledgehouders die aangeven dat er geen concrete knelpunten zijn maar dat ze doorgaan op dezelfde weg. Hieronder is een greep uit de genoemde knelpunten weergegeven.

### Een greep uit de knelpunten:

- Beleidswijzigingen binnen gemeenten zouden een belemmering kunnen vormen. Verder is er altijd een financieel aspect dat een rol speelt. We moeten ons project kunnen blijven financieren.
- Bureaucratisch gedoe, je komt weinig echte beslissers tegen penny wise – poundfoolish.
- De factor tijd en het algemene besef ten aanzien van gehoorschade in de maatschappij.
- De Belastingdienst werpt drempels op voor bedrijven die willen investeren in gezondheid.
- Een gebrek aan innovatiekracht binnen de overheid en kennisinstellingen.
- Er zijn geen concrete belemmeringen; zaak van de lange adem.
- Zoals aangegeven zijn er in mijn beleving geen acties aan de pledge verbonden, is het alleen maar het aangeven dat je organisatie al het juiste doel voor ogen heeft en dat meer onder de aandacht brengt.
- Borging van de lopende projecten in bestaande financiële structuren.
- Afhankelijk zijn van de medewerking van andere partners.
- Het thema Gezonde Leefstijl heeft binnen het onderwijs geen grote prioriteit.
- Beperkte middelen en soms beperkte mogelijkheden tot doorzetting van successen.

### Goede voorbeelden

Hebben pledgehouders leerzame, concrete voorbeelden die een meerwaarde kunnen hebben voor anderen? Bijna de helft (49,3%, n=107) antwoordde bevestigend op deze vraag. Aan deze 107 pledgehouders is gevraagd of zij het voorbeeld wilde noteren en 40 pledgehouders gaven hier gehoor aan. Een groot deel van de gegeven antwoorden is niet geanonimiseerd weer te geven. In de reacties worden vooral de namen van succesvolle projecten genoemd zonder algemene voorwaarden. Er zijn enkele goede voorbeelden gedeeld die voor een breder publiek (kunnen) gelden. Deze zijn hieronder weergegeven in citaten. Een enkeling hiervan is aangepast vanwege het waarborgen van de anonimiteit.

“Altijd uitgaan van gebruikers en deze erbij betrekken. Zorg dat de prijspropositie klopt, anders is het behalen van een volumemarkt lastig. Nakomen wat je belooft.”

“Brochures en open dagen verzorgen.”

“De activiteiten die uitgevoerd zijn, zijn uitgevoerd bij bestaande groepen mensen. Wij sluiten bij hun aan, in hun omgeving en bij hun beginsituatie. Dit is de kracht van ons project gezondheidsvaardigheden en informativaardigheden.”

“Een belangrijke succesfactor is om mensen met een zelfde visie bij elkaar aan tafel te halen. Gemeente, welzijn, GGD, provincie, bedrijven, onderwijs, zorg, iedereen die invloed heeft op een gezondere omgeving en/of indirect of direct mensen begeleidt, adviseert, behandelt of coaches, zal preventieve gezondheid hoger op de persoonlijke agenda moeten zetten. Samen dus koppen bij elkaar en bewustwordingsprojecten ondersteunen en initiëren. Samen ervoor zorgen dat de gezonde keuze de meest gemakkelijke keuze gaat worden.”

“Een goede tijdsplanning maken. Ambassadeurs inschakelen. Een mediaplan maken.”

“Het gebruik van data waarmee we continu kunnen sturen op het bereiken van doelstellingen. Er wordt teveel gepraat over mensen en niet met mensen. Pledges zijn onvoldoende accountable.”

“Het is erg belangrijk om te ontdekken wat de juiste invalshoek en juiste wijze van communiceren is om een propositie van integrale gezondheid in de omgeving van het individu en bij het individu zelf te laten landen. Het is essentieel om er op een ondernemende manier mee bezig te zijn. Het heeft veelal het karakter van (social) startup.”

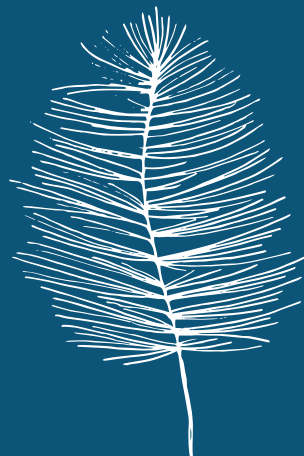
“Je verhaal/geloof enthousiast blijven overbrengen.”

“Sterke regionale samenwerkingen met alle partners die met gezondheid bezig zijn.”

“We hebben onze interventies door universiteiten laten onderzoeken zodat ze echt getoetst zijn op hun waarde.”

# Over het programmabureau

Alles is gezondheid... is een breed programma voor iedereen die zich inzet voor het verbeteren van de gezondheid. Het programmabureau wordt bemand door een klein team dat de beweging mede mogelijk maakt en ondersteunt. Dit team bestaat uit een programmahoofd, zeven accounthouders, een regio-begeleider en vier medewerkers die zich onder meer richten op communicatie, registratie, het contactpunt en de coördinatie van het programma.

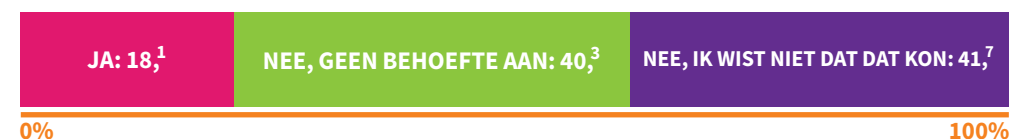


In dit hoofdstuk beschrijven we hoe de pledgehouders tegen de samenwerking met het programmabureau aan kijken en hoe de accounthouders het bureau, de samenwerking met de pledgepartners en de toekomst van het programma Alles is gezondheid... zien.

## Ondersteuning door programmabureau

Een minderheid van de pledgehouders zegt gebruik te hebben gemaakt van de ondersteuning van het programmabureau. De grootste categorie pledgehouders (41,7%) zegt niet te weten dat zij ondersteuning konden ontvangen van het programmabureau.

Percentage pledgehouders dat gebruik maakte van het programmabureau (n=216)



## Tevredenheid

De pledgehouders die gebruik hebben gemaakt van de ondersteuning van het programmabureau geven voor tevredenheid gemiddeld een 4,10 (op een schaal van 1-5, n=40). Slechts één persoon heeft aangegeven niet tevreden te zijn, acht personen zijn neutraal en 31 pledgehouders zijn tevreden (n=17) of heel erg tevreden (n=14).

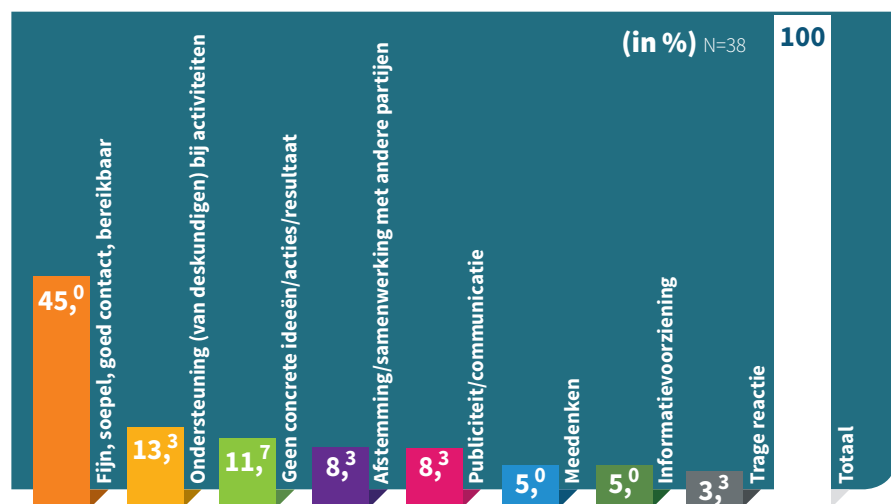
Wanneer gevraagd wordt naar een toelichting op deze tevredenheid, zijn de antwoorden in te delen in negen categorieën en 38 pledgehouders gaven een toelichting. Hieronder is te zien in welke categorie of categorieën hun antwoord in te delen was/waren.

De categorie die veruit het vaakst is genoemd, is een fijn, soepel en goed contact en bereikbaarheid. Een voorbeeld van een uitspraak van één van de pledgehouders over de ondersteuning

van het programmabureau is: "We hebben goede contacten met de organisatie, fijne samenwerking, elkaar op de hoogte houden van relevante ontwikkelingen en, indien mogelijk, gezamenlijk activiteiten organiseren."

Naast het voornamelijk positieve geluid over het programmabureau is er ook een negatieve categorie die in de top drie van meest genoemde argumentatie staat. Zeven pledgehouders geven aan dat ze concrete ideeën, acties of resultaat missen in de ondersteuning van het programmabureau. Zo zegt één van de pledgehouders: "Het programmabureau is toegankelijk en ze zijn erg gericht op de bewegingsgerichtheid van mensen, dat is prettig. Het risico is wel dat het wel erg veel praten en minder concreet resultaat is (maar dit ligt niet per definitie aan het programmabureau als wel aan de context)."



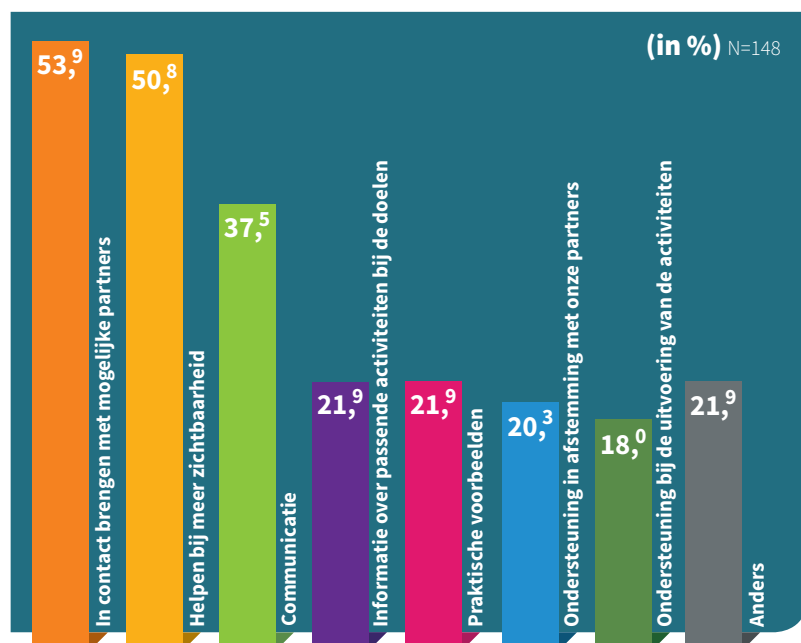


### Behoeften

We hebben de pledgehouders gevraagd of ze behoefte hebben aan verschillende soorten ondersteuning vanuit het programmabureau. De top drie van vormen waar behoefte aan is, is het in contact brengen met mogelijke partners, helpen bij meer zichtbaarheid en ondersteuning

bij communicatie. In de categorie ‘anders’ zien we verschillende antwoorden terug, namelijk geen behoefte aan ondersteuning, nog niet duidelijk wat de wensen zijn voor ondersteuning bij het krijgen van bestuurlijke aandacht en het krijgen van informatie en hulp bij het krijgen van financiële middelen.

### Behoeft van pledgehouders aan verschillende soorten ondersteuning



### Bevindingen accounthouders programmabureau Alles is gezondheid...

De accounthouders van Alles is gezondheid... zijn aanjagers en verbinders die zich vanuit het programma richten op lokale, regionale en landelijke initiatieven en daarbij specifieke expertise hebben rondom één of meerdere domeinen. Als onderdeel van deze monitor zijn deze accounthouders geïnterviewd (zie de bijlage).

### Pledges

De accounthouders zijn voornamelijk betrokken bij de totstandkoming van de verbinding tussen organisaties en Alles is gezondheid... in een aanjagende rol; voordat de pledge wordt getekend. Ze ondersteunen de pledgehouders bij het opstellen van hun pledgetekst, en vooral ook in het nadenken over het waarom van de pledge: ‘Wat wil je nu extra gaan doen door het tekenen van de pledge?’. Belangrijk aan de pledges is volgens accounthouders vooral wat de organisaties ‘vandaag anders gaan doen’.

De accounthouders geven aan dat de pledges een middel zijn en geen doel op zich. “Niemand wordt beter van alleen het tekenen van een pledge, het gaat om de beweging die het op gang brengt en het signaal dat je ermee afgeeft”. De pledges worden door hen gezien als een middel om organisaties aan te haken, om de organisatie van daaruit verder te brengen, om samenwerking tot stand te brengen en om bewustwording binnen een organisatie te vergroten. In die zin is het ook niet erg als een pledge na verloop van tijd een einde kent, geven een paar accounthouders aan. Als de ingezette verandering maar geborgd wordt. Het aantal pledges is volgens de meeste accounthouders minder belangrijk dan de inhoud daarvan. Die inhoud en de kwaliteit van de pledges lopen sterk uiteen.

Door het aantal van bijna 400 pledgehouders, onderhouden de accounthouders niet actief contact met alle pledgehouders. Zij richten zich

met name op de voorkant van het proces en faciliteren de verbinding en samenwerking tussen verschillende pledgehouders. Als pledgehouders zelf bellen met vragen, nemen de accounthouders contact op. De lijnen met de regionetwerken en een aantal grote pledges en allianties zijn kort.

### Regionaal en domeinoverstijgend bereik

De accounthouders zetten sterk in op domeinoverstijgende samenwerking. Ze helpen (toekomstige) pledgehouders bij het vinden van samenwerkingspartners, leggen verbindingen en stimuleren de samenwerking. Ook zijn de accounthouders veel betrokken bij de regionetwerken, waarin samenwerking op regioniveau wordt vormgegeven.

Voor pledgehouders die verbonden zijn aan regionetwerken rondom gezondheid fungeert het regionetwerk vaak als eerste aanspreekpunt. Pledgepartners lopen tegen vraagstukken aan, die ze in de regionetwerken kunnen bespreken, zoals financiën, verschillende samenwerkingsmodellen, subsidieaanvragen et cetera. Dit is volgens accounthouders een positieve ontwikkeling; het zorgt voor meer eigenaarschap van de organisaties in de regio.

### Domeinen

Bij de start van Alles is gezondheid... is gekozen voor de domeinen wijk, werk, school, zorg en gezondheidsbescherming. In de praktijk lopen de verschillende domeinen door elkaar heen, signaleren de accounthouders. Dit komt onder andere doordat er steeds meer regionaal wordt samengewerkt binnen pledges, waarbij de domeinen worden overstegen. Ook de verschillende transitie waar de gemeenten de afgelopen jaren mee te maken hebben, zorgen ervoor dat er steeds meer ‘thema-overstijgend’ wordt gewerkt. Domeinoverstijgende thema’s als geleetterheid, vitaliteit en duurzame inzetbaar-

heid worden door accounthouders dan ook gemist in de domeinen en speerpunten van Alles is gezondheid...

Tegelijkertijd bieden de domeinen, volgens de accounthouders, wel een goed aangrijpingspunt. Bijvoorbeeld omdat de structuren in de Nederlandse samenleving nog steeds sterk via de domeinen georganiseerd zijn. "In de domeinen ligt de invloedssfeer, maar de inhoud ligt in het midden". De accounthouders signaleren de uiteenlopende behoeften en belangen vanuit de verschillende domeinen. "Vanuit het werkgeversdomein lijkt het nog minder belangrijk om te laten zien dat je bezig bent met gezondheid als in bijvoorbeeld het onderwijs. In de zorg hoort gezondheid bij het primaire proces, voor werkgevers niet." Ook kennen de domeinen een verschillende taal. De domeinen en pledges daarbinnen vereisen daarom vaak een andere aanpak. Dat is terug te zien in de diverse taken, kennis en werkwijze van de accounthouders. Bijeenkomsten voor kennisdeling Naast de jaarlijkse conferentie van Alles is gezondheid... worden door de accounthouders geregeld kleinere congressen en bijeenkomsten georganiseerd. Denk hierbij aan bijeenkomsten voor regionetwerken of thematische evenementen. Hiermee wordt kennis delen en onderlinge samenwerking binnen het Alles is gezondheid...-netwerk gestimuleerd. Pledgehouders kunnen contact met elkaar leggen en van elkaar leren.

Verschillende accounthouders benoemen expliciet dat zij het als één van de taken van Alles is gezondheid... zien om voor kennisdeling te zorgen tussen de pledgehouders. Juist op dit vlak zien zij de toekomstige toegevoegde waarde van Alles is gezondheid... Stel dat bijvoorbeeld pledgehouders in Groningen een initiatief voor een beweegproject op een school willen ontwikkelen, wat kunnen zij dan leren van initiatieven uit andere regio's? Dat is mede de reden dat er sinds eind 2017 interregionale

overleggen worden georganiseerd. Ook een door de respondenten genoemd knelpunt, de beperking door wet- en regelgeving, wordt door enkele accounthouders genoemd. Zij kunnen met de juiste contacten en de bekendheid van Alles is gezondheid... hierover helderheid verschaffen en dergelijke knelpunten soms uit de weg helpen.

### Adviezen accounthouders

Om de komende periode meer kennisdeling, samenwerking en impact van de pledges en netwerken te bewerkstelligen, dragen de accounthouders vanuit het programmabureau de volgende punten aan:

- Informatie over de rol van de accounthouders en het programmabureau kan beter gedeeld worden. Organisaties waarmee wordt samengewerkt geven aan het erg waardevol te vinden dat de accounthouders hun diensten, kennis en netwerk kosteloos kunnen aanbieden. Alle partners kunnen hiervan gebruik maken.
- Een goed doorzoekbare database beschikbaar hebben, waarin gegevens van samenwerkingspartners en best practices eenvoudig gevonden kunnen worden.
- Verschillende materialen ontwikkelen en/of beschikbaar stellen die recht doen aan de verschillende behoeften van pledgehouders en de verschillende fases waarin hun processen verkeren.
- Het versterken van de communicatie en bijvoorbeeld het (mede) organiseren van congressen en bijeenkomsten.
- Er kan nog meer worden gewerkt aan duurzaamheid van de initiatieven. De pledge als middel kan worden gemoderniseerd naar een volgende fase.

# Conclusies en blik op de toekomst

## Conclusies

Op basis van de uitkomsten uit de vragenlijst en de interviews trekken we de volgende conclusies:

- **Het aantal pledges blijft toenemen**

In 2017 steeg het aantal pledges tot 374. Tegelijkertijd constateren we dat de inhoud van de pledges sterk uiteen loopt, net als de activiteiten die in het kader van een pledge worden uitgevoerd. Daarbij benadrukken accounthouders dat de pledges vooral een middel zijn om aandacht te genereren voor gezondheidsbevorderende activiteiten, en geen doel op zich.

- **Er wordt steeds meer samengewerkt**

Er zijn steeds meer domeinoverstijgende pledges, allianties en regionetwerken. Hieruit blijkt dat er steeds vaker sprake is van een integrale aanpak. Dat betekent niet direct dat de domeinen niet langer voldoen. Omdat veel organisaties of projecten geordend zijn langs deze domeinen, zijn ze nog een geschikt aangrijpingspunt.

- **Leefstijl, bewegen en voeding het vaakst gekozen**

De speerpunten leefstijl, bewegen en voeding worden aanmerkelijk vaker bij een pledge gekozen dan de andere speerpunten. Hierbij moet wel worden opgemerkt dat de registratie van de speerpunten en domeinen doorgaans niet door de pledgehouders zelf wordt gedaan maar door de medewerkers van het programmabureau. Wellicht ontstaat een andere nuancering als de pledgehouders zelf aangeven binnen welke domeinen en speerpunten een pledge valt. De accounthouders merken op dat gezondheid steeds breder

wordt getrokken, waardoor de gedefinieerde speerpunten niet meer volledig zijn. Zo kunnen bijvoorbeeld activiteiten op het gebied van geletterdheid, vitaliteit en duurzame inzetbaarheid gezien hun domeinoverstijgende karakter niet onder één van de speerpunten worden ondergebracht.

- **Samenwerking zowel succes als uitdaging**

Het tot stand brengen van samenwerking is zowel voor de pledgehouders als de accounthouders een belangrijk onderwerp in 2017. Accounthouders benoemen dat ze hier een groot deel van hun werkzaamheden mee bezig zijn: verbindingen tot stand brengen tussen verschillende partners. Een behoorlijk deel van de pledgehouders benoemt de samenwerking als één van de successen van hun deelname aan Alles is gezondheid... Dat samenwerking niet altijd makkelijk tot stand te brengen en te handhaven is, blijkt uit het feit dat samenwerking ook het vaakst als uitdaging wordt genoemd.

- **Het programmabureau naar een volgende fase**

De afgelopen jaren, waarin Alles is gezondheid... werd opgestart, stonden vooral in het teken van het vinden van nieuwe partners en het tekenen van nieuwe pledges. Nu ontstaat er behoefte aan borging van wat er is bereikt en het bevorderen van de impact van de pledges. Bijvoorbeeld het ontwikkelen van een goed doorzoekbare database waarin gemakkelijk vergelijkbare projecten en goede voorbeelden kunnen worden gevonden en materialen die pledgehouders kunnen ondersteunen bij het verder brengen en borgen van hun activiteiten. Ook is er behoefte aan het herijken van de doelen en werkwijze. Wat is de rol die het programmabureau en de bijbehorende accounthouders gaan vervullen in de tweede fase om de impact van Alles is gezondheid... verder te borgen en te vergroten? Welke doelen en werkwijzen horen hierbij?

## Blik op de toekomst

Een tweede fase van Alles is gezondheid... is ingegaan. Een fase van verdiepen, borgen en verduurzamen wat er sinds 2014 is bereikt. De groep 'voorlopers' die de beweging interessant vindt, is bereikt. Er zal aan de slag worden gegaan met de volgende fase. Daarbij spelen diverse vragen. Hoe kunnen de organisaties die nu nog niet uit zichzelf meedoen bereikt worden? Zij zijn nodig om de beweging verder te laten uitgroeien tot een betekenisvolle en duurzame beweging. Hoe kunnen organisaties met minder innovatieve kracht en draagvlak geholpen worden? Is een pledge het juiste middel om ook deze organisaties over de streep te trekken? En hoe kan er met pledgehouders zowel lokaal als regionaal gewerkt worden aan borging en kennisoverdracht?

Deze vragen zullen de komende periode door het programmabureau met de partners en de programmaraad worden onderzocht. De accounthouders benoemen vanuit het programmabureau verschillende zaken die daarbij kunnen helpen. Van hele praktische zaken als het maken van een goed doorzoekbare database en materialen, tot het ontwikkelen van een gemeenschappelijk taal, waardoor organisaties uit verschillende domeinen elkaar beter kunnen begrijpen. Om de samenwerking verder vorm te geven, is het ook steeds belangrijker interregionaal en domeinoverstijgend te werken. Transparantie en doelgericht werken zijn van belang om helder te maken wat er wel en wat er niet gedaan wordt, zodat er geen verkeerde verwachtingen ontstaan en de focus helder is.



# Bijlage 1 Aanpak

De monitoraanpak bestaat uit de volgende stappen.



## 1. Verder aanscherpen en uitbreiden vragenlijst

De monitor bestaat uit twee delen: het kerndeel en het flexibele deel. Jaarlijks worden in elk geval cijfermatige gegevens over aantallen pledges, domeinen en speerpunten in de monitor opgenomen. Dit is het kerndeel. Daarnaast is er een flexibel deel met onder andere concrete activiteiten die worden ingezet binnen de pledges, de samenwerking die daarin plaatsvindt, de opbrengsten en de behoeften van pledgehouders. Dit jaar is het flexibele deel grotendeels gelijk gehouden aan dat in de vorige monitor.

## 2. Uitzetten digitale vragenlijst

De vragenlijst is digitaal uitgezet onder alle 374 pledgehouders. Na twee weken hebben de pledgehouders die nog niet hebben gereageerd een digitale herinnering gekregen. In totaal is de vragenlijst door 257 pledgehouders ingevuld. Dat is een respons van 68,7%.

## 3. Interviews met de accounthouders

Niet alleen de pledgehouders kunnen inzicht geven in de voortgang, ook de accounthouders hebben hier vanuit hun functie zicht op. Onderdeel van de monitor is daarom een interview met de accounthouders, met als doel het inkleuren en verdiepen van de cijfermatige monitorgegevens. De gesprekken zijn gevoerd aan de hand van een interviewleidendraad.

## 4. Analyse monitorgegevens

We hebben de monitorgegevens geanalyseerd in percentages en gemiddelden en hebben ze waar relevant met elkaar in verband gebracht. Bijvoorbeeld: hoe zijn de speerpunten verdeeld over de domeinen? We vergelijken de resultaten met voorgaande jaren, zodat trends en ontwikkelingen zichtbaar worden.





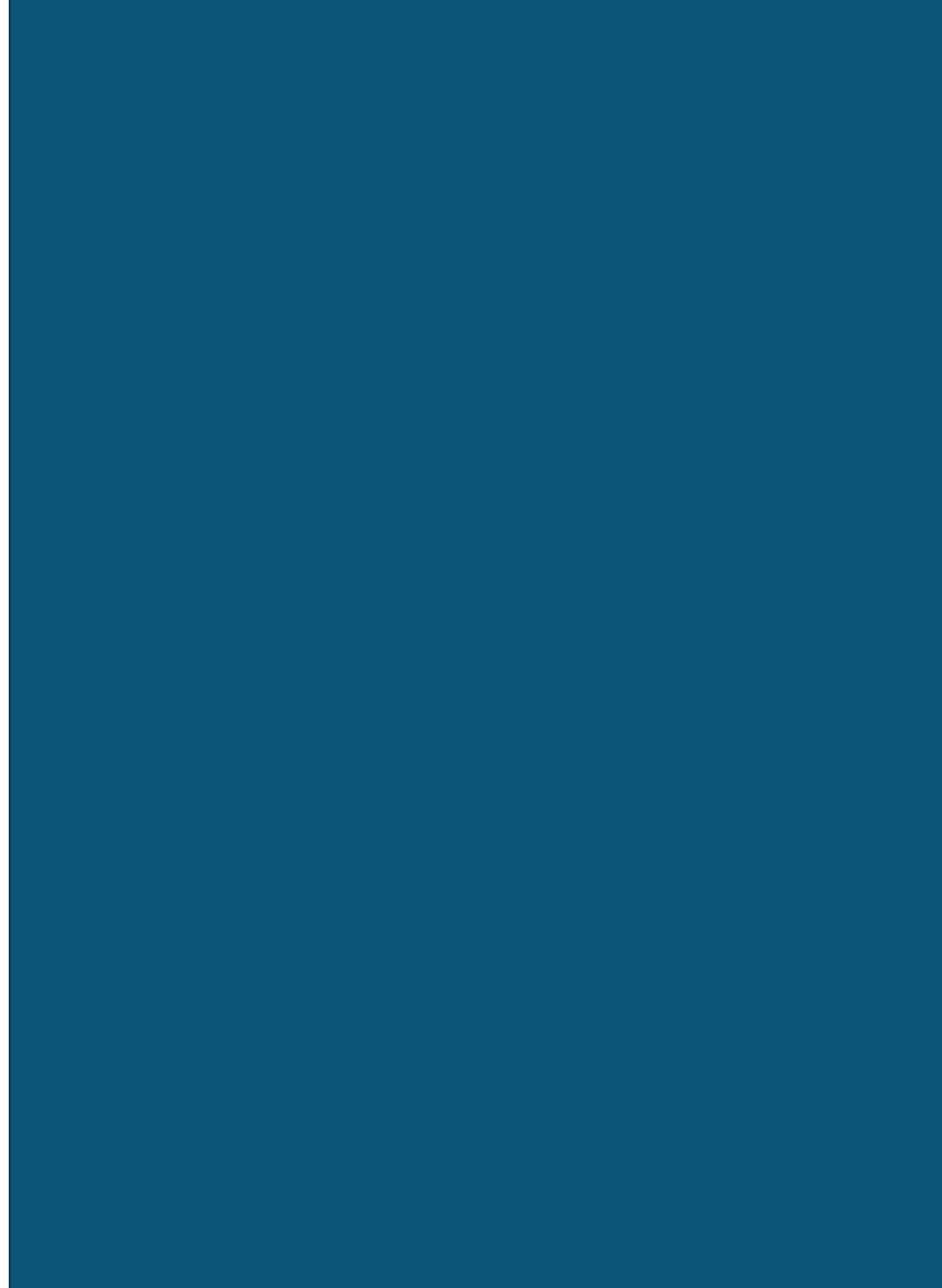
**Colofon**  
 Deze monitor is uitgevoerd door Sardes in het kader van het programma Alles is gezondheid...

Alles is gezondheid... in beeld  
*Auteur*  
 Joke Kruiter, Janneke Schilder, Marianne van Teunenbroek  
*Vormgeving*  
 Grafisch Geluk, Rotterdam



**Sardes**  
**Postbus 2357**  
**3500 GJ Utrecht (NL)**  
**T+31(0)30 23 26 200**  
**www.sardes.nl**

© Sardes 2018  
 Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, op welke andere wijze dan ook, zonder vooraf schriftelijke toestemming van de uitgever.





**Alles is gezondheid...**

(085) 485 32 16

[info@allesisgezondheid.nl](mailto:info@allesisgezondheid.nl)

[www.allesisgezondheid.nl](http://www.allesisgezondheid.nl)