

“ Ik hou mijn patiënten een spiegel voor zonder een persoonlijk oordeel te geven. Omdat ik de werkelijke cijfers ken van hun leeftijdsgenoten in deze regio, merk ik dat mijn woorden daadwerkelijk impact hebben. ”

Project euPrevent Social Norms Approach
De Social Norms Approach (SNA): een bewezen effectieve methode om een gezonde leefstijl te bevorderen

Mensen zijn sociale wezens. We kijken naar wat anderen doen, om voor onszelf te bepalen wat ‘normaal’ is. Maar het beeld dat we van de leefstijl van anderen hebben klopt vaak niet, blijkt uit onderzoek.

Zo denken jongeren dat hun leeftijdsgenoten meer alcohol en cannabis gebruiken en vaker gamen, dan in werkelijkheid zo is. 55-plussers denken dat leeftijdsgenoten meer alcohol drinken en vaker medicijnen gebruiken dan ze feitelijk doen.

Inzicht in het echte gedrag van mensen in onze omgeving kan zorgen dat we ons eigen gedrag veranderen. Dit wordt de Social Norms Approach (SNA) genoemd.

Met dit project laten we het werkelijke beeld zien. We hebben onderzoek gedaan naar feitelijk gedrag in de Euregio Maas-Rijn en de West-Eifel. Voorlichting op basis van deze echte cijfers kan bijdragen aan het bevorderen van een gezonde leefstijl.

Als zorgprofessional kunt u de Social Norms Approach gebruiken om uw patiënten te motiveren om gezonder te leven. Doet u met ons mee?

Over het project

Het project euPrevent Social Norms Approach heeft in de Euregio Maas-Rijn en de West-Eifel onderzoek gedaan naar:

- alcoholgebruik, cannabisgebruik en online gamen bij jongeren (12-26 jaar)
- alcohol- en medicijngebruik bij 55-plussers

De resultaten van dit onderzoek zijn voor iedereen te vinden via de Euregional Health Atlas:

 www.euregionalhealthatlas.eu

De Social Norms Approach in de praktijk

De gegevens die we in dit onderzoek hebben verzameld, kunt u gebruiken als basis voor gesprekken met uw patiënten.

De volgende vragen staan daarbij centraal:

- Wat denkt u dat uw leeftijdsgenoten doen?
- Wat doet u zelf?

Deze aanpak blijkt effectief in het veranderen van gedrag. De Social Norms Approach is een aanvulling op bestaande preventiemethoden.

Word partner en doe mee!

Iedereen die een bijdrage wil leveren aan een gezonde leefstijl in onze regio, kan meedoen aan dit project. Op de projectwebsite vindt u vanaf begin 2021 alle informatie over onze trainingen voor u als zorgprofessional.

In deze trainingen leert u:

- de Social Norms Approach effectief toe te passen in de praktijk;
- de Social Norms Approach te gebruiken als aanvulling op andere preventiemethoden.

Meedoen?

Ga voor meer informatie naar de website www.euprevent.eu/nl/sna/. Vanaf begin 2021 kunt u hier campagnematerialen downloaden. Hiermee kunnen jongeren en ouderen, door professionals en leeftijdsgenoten, gemotiveerd worden om gezonder te leven.

Schrijf u in voor de e-mailnieuwsbrief om nu al op de hoogte te blijven van de ontwikkelingen.

Over euPrevent SNA

Grensoverschrijdend werken we samen aan een goede volksgezondheid in de Euregio Maas-Rijn. We geven mensen informatie die inspireert om gezondere keuzes maken. euPrevent SNA is een samenwerking tussen 11 partners uit de Euregio Maas-Rijn (EMR) en West-Eifel (DE). Het project loopt van 1 september 2018 tot en met 28 februari 2022.

Het project euPrevent Social Norms Approach wordt in het kader van Interreg V-A Euregio Maas-Rijn, uitgevoerd met een ondersteuning van € 1.065.840,- door het Europees Fonds voor Regionale Ontwikkeling van de Europese Unie. Daarnaast ontvangt het project cofinanciering en betalen projectpartners een eigen bijdrage.