

## Sociale kaart

Kennis van de sociale kaart in de eigen wijk en van de netwerken binnen en buiten de eigen setting is van belang bij leefstijladvisering. Een van de taken van de praktijkondersteuner is het opzetten en onderhouden van een sociale kaart betreffende de eigen aandachtsgebieden: eerstelijnszorgverleners (diëtisten, fysio- en oefentherapeuten, GZ- en eerstelijnspsychologen).

Bij het opzetten en onderhouden van de sociale kaart is het nuttig om ook samen te werken met mensen en organisaties buiten de zorg die leefstijlactiviteiten ontplooiën, zoals:

- gemeentelijke welzijnsorganisaties die groepsactiviteiten organiseren rond beweging en voeding, vaak specifiek gericht op doelgroepen in achterstandswijken (bijvoorbeeld fietsen voor vrouwen met een andere culturele achtergrond);
- door sommige gemeentes aangestelde buurtsportcoaches;
- sportverenigingen en commerciële sport- en bewegingsaanbieders die zich richten op mensen met gezondheidsrisico's of met weinig ervaring met beweging (bijvoorbeeld personal trainers, fitnessinstructeurs en begeleiders van sport en beweging);
- sociale wijkteams (een belangrijke signalerende en adviserende rol is weggelegd voor de wijkverpleegkundige, die zorgvragen beoordeelt van zowel huisartsenpraktijken als sociale wijkteams en deze aan activiteiten koppelt binnen en buiten de zorg);
- grote bedrijven met leefstijlinterventieprogramma's voor hun werknemers.

Vooraf in stedelijke gebieden kost het opzetten en bijhouden van een sociale kaart veel tijd. Veelal heeft de plaatselijke GGD of Regionale Ondersteuningsstructuur een overzichtskaart van leefstijlprogramma's en zorgverleners. Lokale en provinciale sportorganisaties hebben soms een sociale kaart van sport- en bewegingsactiviteiten.

Vaak circuleren verschillende versies van een sociale kaart en ontbreekt dus een volledig overzicht van de activiteiten in de wijk en van het zorgverlenersaanbod. Daarom is het belangrijk dat praktijkondersteuners samenwerken met gemeentes en GGD's bij het opzetten en bijhouden van een sociale kaart.

### *Handige websites*

- De website van RIVM Centrum Gezond Leven bevat een [overzicht van effectieve leefstijlinterventies](#) voor bijvoorbeeld scholen, gemeentes, wijk en werk. Deze is te gebruiken bij het opzetten van een praktijkverbeteringsproject.
- Zorgverleners kunnen voor advies, ondersteuning en inspiratie ook terecht bij <https://www.loketgezondleven.nl/advies-en-ondersteuning>.
- Handig bij praktijkverbeteringsprojecten is de [buurtzorgscan](#): een database met instrumenten om feiten en cijfers over sport en beweging helder in kaart te brengen.