

Ketenaanpak Valpreventie Eindhoven - De Kempen

Doelgericht communiceren om vallen te voorkomen

Het IZA, de visie op eerstelijnszorg 2030 en andere landelijke afspraken benadrukken dat zorg toegankelijk en begrijpelijk moet zijn voor iedereen — ook voor mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden. Dit vraagt om eenvoudige communicatie en ondersteuning bij het vinden en begrijpen van zorginformatie.

Voor effectieve valpreventie bij thuiswonende ouderen (65+), is het cruciaal dat we hen bereiken met begrijpelijke, motiverende en toegankelijke boodschappen via passende kanalen. Onderzoeken van VeiligheidNL en Vilans bieden waardevolle inzichten in motivatie en gezondheidsvaardigheden. Deze zijn toegepast in communicatiematerialen zoals flyers en persberichten. Ook regionale zorgprofessionals en beleidsmakers onderstrepen het belang van persoonsgerichte zorg en bewustwording van beperkte gezondheidsvaardigheden bij kwetsbare doelgroepen.

Check jouw communicatiematerialen:

- > Sluiten ze aan op het taalniveau van je doelgroep?
- > Houden ze rekening met beperkte gezondheidsvaardigheden?
- > Zijn ze motiverend en activerend?

1. Motivatie als uitgangspunt

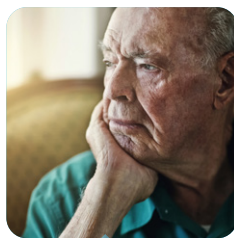
VeiligheidNL ontwikkelde [een infographic](#) waarin motivatie centraal staat. Zij onderscheiden drie profielen onder ouderen:

Kwetsbaar en gemotiveerd



“Ik ben bang om te vallen. Ik wil wel aan valpreventie doen, maar ik weet niet hoe.”

Sceptisch en passief



“Ik bepaal zelf wat ik doe. Vallen hoort bij ouder worden, daar kan ik toch niks tegen doen.”

Zelfstandig en actief



“Valpreventie lijkt me goed, maar ik ben nog heel vitaal, het is niet relevant voor mij.”

Fontys studenten Fysiotherapie pasten deze profielen toe in een [flyer en persbericht](#). De boodschap bleef gelijk, maar de toon en stijl verschilden per profiel. Dit leidt uiteindelijk tot gerichte communicatie die beter aansluit bij de doelgroep.

TIP

Pas jouw communicatie aan op basis van deze profielen.

Zo vergroot je de kans dat ouderen daadwerkelijk deelnemen aan valpreventie

2. Gezondheidsvaardigheden als sleutel

Vilans maakte een overzicht (2019) over [zelfmanagement in relatie tot gezondheidsvaardigheden](#).

Mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden hebben vaak moeite om regie te nemen over hun gezondheid.



2,5 miljoen

Nederlanders zijn laaggeletterd



1 op de 3

Nederlanders heeft beperkte gezondheidsvaardigheden



18%

van de Nederlanders is digitaal onvoldoende vaardig

Tijdens de Meedenksessie Gezondheidsverschillen (maart 2025), georganiseerd door GGD Brabant-Zuidoost, presenteerde Pharos het [4x Toegangsmodel](#). Dit model helpt om inzicht te krijgen in de barrières die kwetsbare doelgroepen ervaren bij het vinden van passende zorg.

TIP

Check jouw communicatie op:

- > Leesbaarheid en taalgebruik
- > Begrijpelijkheid voor mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden
- > Digitale toegankelijkheid

Aan de slag!

Door je communicatie af te stemmen op motivatieprofielen én gezondheidsvaardigheden, vergroot je de kans dat ouderen zich aangesproken voelen en in actie komen. Dat maakt jouw interventie effectiever én draagt bij aan toegankelijke zorg voor iedereen.

- > Gebruik de genoemde voorbeelden als inspiratie en ga vandaag nog aan de slag

Contact



Amy Dieker

a.dieker@GGDBZO.nl

Regionaal
Projectleider



Anja Mertens

a.mertens@rosrobuust.nl

Regionaal
Projectleider



Mirjam Tuinhout

m.tuinhout@GGDBZO.nl

Projectleider gemeente Eindhoven
/ regionale aanpak Valpreventie
thema leren & ontwikkelen