

Handleiding toolbox Positieve Gezondheid

Hallo!

Wat leuk dat je de tijd hebt genomen om te starten met de toolbox Positieve Gezondheid.

In september 2021 heeft Burgerkracht Limburg een groepje jongeren de opdracht gegeven om het begrip Positieve Gezondheid meer bekendheid te geven onder Limburgse jongeren. Zij hebben zichzelf #teamPG genoemd en is enthousiast aan de slag gegaan met deze opdracht. Hieruit is onder andere deze (digitale) toolbox voortgekomen.

Deze toolbox is speciaal ontwikkeld om jongeren op laagdrempelige wijze kennis te laten maken met het begrip Positieve Gezondheid. In eerste instantie is de toolbox geschreven voor partijen die jongeren begeleiden. Hierbij kun je denken aan leraren, jongerenwerkers/coaches, de trainer van de scouting of de voetbalclub, enzovoorts. Maar de toolbox kan uiteraard ook door jongeren zelf gebruikt worden. De toolbox bestaat uit een mix van materialen, zoals de quiz en het stellingenspel ontworpen door jongerenambassadeur Elise Bloemen. Daarnaast hebben wij deze zelf ontworpen materialen aangevuld met bestaande materialen vanuit IPH, zoals het spinnenweb voor jongeren. Met deze verschillende tools, die allemaal los te downloaden en bekijken zijn, willen wij jongeren bekend maken met de basis van Positieve Gezondheid.

Deze toolbox bestaat uit **drie onderdelen**. Het eerste onderdeel: **'Wat is Positieve Gezondheid?'** bestaat uit informatie die je kunt doornemen om jezelf te onderwijzen in het begrip Positieve Gezondheid. In het tweede onderdeel: **'Het spinnenweb'** leggen we uit hoe deze tool werkt. Dit spinnenweb, wederom speciaal gericht op jongeren, is een belangrijk meetinstrument en onderdeel van het gedachtegoed van Positieve Gezondheid. Hiermee kun je kijken hoe het met jezelf gaat, maar je kan het ook inzetten als instrument om het gesprek met de ander aan te gaan. Het derde onderdeel: **'Tools'** bestaat uit leuke leermiddelen en spellen die je kunt gebruiken om jongeren te onderwijzen over Positieve Gezondheid.

Door gebruik te maken van de roze knoppen, ga je op een logische wijze de onderdelen af.

Wil je meer weten over #teamPG?

Kijk dan op <https://www.burgerkrachtlimburg.nl/werk/jongerenambassadeurs/>

Wil je contact met ons opnemen?

Stel je vraag aan Stephanie Schols

06 58 07 30 81 of stephanieschols@burgerkrachtlimburg.nl



Scan mij om te
starten met
de toolbox!