GLI en Geldzorgen

Ben je leefstijlcoach en begeleid je deelnemers met geldzorgen in een GLI? Doe dan mee!

Samen meer betekenen voor deelnemers met geldzorgen

HOGESCHOOL UTRECHT

Wie zijn wij?

Wij zijn een groot consortium van leefstijlcoaches, Expertisecentrum Leefstijlinterventies (CooL), LeefstijlHUB (Samen Sportief in Beweging), gemeenten, welzijnsorganisaties, BLCN, NVD, VvOCM, NVOO, PON, NVVK, expertisecentra, Zilveren Kruis en Hogeschool Utrecht, Hogeschool van Amsterdam en Erasmus MC als onderzoekspartners.

GLI en Geldzorgen is een 2-jarig **onderzoeksproject** dat in september 2025 is gestart. **Leefstijlcoaches en ervaringsdeskundigen** worden nauw betrokken bij het project.

Vragen? Neem contact op met Annemarieke van der Veer: annemarieke.vanderveer@hu.nl of bel: 06-14215645.

Leefstijl

Integrale samenwerking zorg en sociaal domein

Leefstijlcoaches

Sociaal domein

Aanleiding en onderzoeksvragen

Financiële stress kan gedragsverandering belemmeren en maakt het moeilijker om gezond te leven. Rekening houden met financiële stress in een GLI-traject kan mogelijk uitval verminderen en een positieve leefstijlverandering versterken. Aangezien het onderliggende probleem niet in een GLI-traject kan worden opgelost, is ook samenwerking tussen GLI-leefstijlcoaches en professionals uit het sociaal domein, zoals schuldhulpverleners nodig.

1. *Wat betekent het ervaren van financiële stress voor het doorlopen van het GLI-programma?*
2. *Hoe kunnen GLI-coaches inzichten over financiële stress en de impact van financiële stress op gedragsverandering benutten bij het ondersteunen van deelnemers met financiële stress?*
3. *Hoe kunnen GLI-coaches samenwerken met het sociaal domein om financiële stress te verminderen?*

Vind je dit ook belangrijk? *Opties voor je bijdrage*

Je kunt meedoen aan één of meerdere activiteiten. Zie vervolg PPT voor details.

- Zelf meedoen aan een focusgroep.
- Uitnodigen van deelnemers met geldzorgen uit jouw GLI-groep voor een interview of focusgroep.
- Helpen bij de verkenning van geldzorgen in jouw GLI-groep.
- Helpen bij het testen van de oplossingen in jouw GLI-groep, met deelnemers met geldzorgen.

Wist je dat financiële stress ook kan voorkomen bij mensen met midden- en zelfs hoge inkomens? We organiseren een online **nascholingswebinar** over het onderwerp en dit project. Je bent meteen op de hoogte!

Opties: dinsdag 25 november (15.30-17.00) of maandag 1 december (11.30-13.00). Accreditatie is aangevraagd voor BLCN-leden. Certificaat is beschikbaar voor anderen.

Uurtje tijd voor een focusgroep?

Heb jij ideeën over hoe je deelnemers met geldzorgen het beste kan helpen bij de stress over geldzaken? Of heb je misschien al ervaring met samenwerking met het sociaal domein?

Doe dan mee aan een focusgroep. Zo leren we van jouw ideeën en ervaringen en zetten we richtingen uit voor mogelijke oplossingen. Daarmee zorgen we ervoor dat de oplossingen aansluiten op jouw behoeften als professional. Jij krijgt concrete antwoorden op de vraag wat aanknopingspunten zijn om de coaching van mensen met geldzorgen te verbeteren en hoe daarin kan worden samengewerkt met het sociaal domein.

Wat ga je doen:

- Een focusgroep online (1,5 uur) of fysiek (2 uur in Utrecht).
- Wanneer: februari 2026. Je kunt kiezen uit de twee opties.
- We zoeken leefstijlcoaches, fysiotherapeuten, oefentherapeuten en diëtisten die een GLI aanbieden.
- Neem contact op met Elmy Maas voor informatie en/of aanmelding: elmy.maas@hu.nl of bel: 06-39345613.

Jouw deelnemers uitnodigen?

Stel je jezelf wel eens de vraag hoe het toch komt dat jouw deelnemer met geldzorgen zoveel moeite heeft om stappen te zetten? Of misschien ongemotiveerd lijkt te zijn? Wat jouw deelnemer eigenlijk nodig heeft in die situatie?

Doe dan mee en vraag aan jouw deelnemer met geldzorgen of hij of zij mee wil doen aan een interview of focusgroep. Zo begrijpen we beter hoe geldzorgen gedragsverandering in de weg kunnen staan. Jij krijgt antwoord op de vraag hoe je deelnemers met geldzorgen kunt helpen in kleine stappen succes te boeken.

Wat ga je doen:

- Je krijgt van ons een instructie en flyer voor de uitnodiging van GLI-deelnemers. We zoeken 15 deelnemers met geldzorgen, die minimaal een half jaar de GLI volgen of de GLI tot een half jaar geleden hebben afgerond. Periode uitvragen: november en december 2025.
- Jij nodigt deelnemers uit. Je geeft de deelnemer informatie over:
  - De planning en locatie. Interview (1 uur) is face-to-face (thuis bij deelnemer of andere rustige plek) of via beeldbellen en vindt plaats in november of december 2025. Focusgroep (2 uur): locatie nader te bepalen, bijv. in Heerenveen, Utrecht of Breda en vindt plaats in maart 2026.
  - De vergoeding. GLI-deelnemers aan de interviews en focusgroepen krijgen een cadeaubon t.w.v. 25 euro. Deelnemers aan de focusgroepen krijgen daarnaast de reiskosten tot 25 euro vergoed.
  - Als de deelnemer mee wil doen, dan geef jij of de deelnemer zelf haar/zijn contactgegevens door aan Elmy Maas. Wij geven informatie over de toestemmingsprocedure en maken een afspraak.
- Neem contact op met Elmy Maas voor informatie en/of het doorgeven van contactgegevens van deelnemers: elmy.maas@hu.nl of bel: 06-39345613.

Wil je helpen bij de verkenning van geldzorgen?

Stel je jezelf wel eens de vraag of jouw deelnemer misschien geldzorgen heeft? Of waarom de gedragsverandering bij mensen geldzorgen soms lastiger lijkt? Start je in de periode maart-april 2026 een nieuwe groep en voer je in die tijd intakegesprekken?

Doe dan mee aan de verkenning en krijg antwoord op de vraag hoeveel van jouw nieuwe deelnemers geldzorgen hebben en hoe dat doorwerkt op hun GLI-traject.

Wat ga je doen:

- Nodig al jouw deelnemers in de nieuwe groep uit om een korte vragenlijst over geldzorgen in te vullen, óók als ze geen geldzorgen hebben (maart/april 2026). Na 8 maanden herhaal je dit.
- Voorafgaand aan de dataverzameling volg jij een korte online training waarin we ingaan op hoe je de deelnemers kunt informeren over het onderzoek, op de vragenlijst, de informed consent procedure en op hoe je deelnemers met geldzorgen daarna kunt helpen (februari 2026).
- Als je het CooL- of het Samen Sportief in Beweging-programma geeft, is de dataverzameling georganiseerd via Monter. Meedoen is heel makkelijk dus! Monter kan na jouw akkoord een uitnodiging voor het onderzoek sturen naar de deelnemer. Als je geen gebruik maakt van Monter is het ook goed geregeld. Jouw deelnemers krijgen een directe link naar een online vragenlijst.
- Neem contact op met Annemarieke van der Veer voor informatie: annemarieke.vanderveer@hu.nl of bel 06-14215645.

Wil je ook helpen bij het testen van oplossingen?

Doe je mee aan de verkenning (zie vorige pagina) en wil je ook meteen aan de slag met dit thema? Bied jij het CooL- of het Samen Sportief in Beweging-programma aan? Wil jij de vraag beantwoorden of gerichte aandacht voor geldzorgen gaat helpen bij het bereiken van een gezonde leefstijl?

Doe dan mee aan een pilot en ga met jouw deelnemers met geldzorgen aan de slag om hun GLI-traject beter te laten aansluiten op hun persoonlijke uitdagingen. Leer over hoe het sociaal domein is georganiseerd in jouw omgeving.

Wat ga je doen:

- Test de tools en richtlijnen met jouw deelnemer(s) met geldzorgen. Periode pilot is april 2026 tot januari 2027.
- Voorafgaand aan de dataverzameling volg jij een online training waarin we uitleg geven over de ontwikkelde tools, wat we je vragen te doen én op je deelnemers met geldzorgen daarna kunt helpen (april 2026). Tijdens de pilot organiseren we 2x een online sessie voor tussentijdse monitoring en na afloop van de pilot bellen we kort met jou en jouw deelnemer(s) met geldzorgen om jullie ervaringen op te halen (februari 2027).
- Je krijgt een uitgebreide sociale kaart en andere hulpmiddelen en wij staan naast jou om vragen te beantwoorden.
- Neem contact op met Annemarieke van der Veer voor informatie en/of een afspraak: annemarieke.vanderveer@hu.nl of bel: 06-14215645.

Waarom is dit project nodig?

- Dit project is nodig om gericht te kunnen werken aan passende ondersteuning. Geldzorgen komen veel voor, waarschijnlijk ook in jouw GLI-groepen. Er zijn veel mensen met geldzorgen (20% van alle huishoudens) en problematische schulden in Nederland (9% van alle huishoudens). Zij doen ook aan de GLI mee!
- Geldzorgen bij deelnemers hebben ook effect op jouw werk. Geldzorgen leiden tot uitval of kleinere effecten. Coaching en gedragsverandering worden lastiger.
- Je kunt veel doen om dit probleem en het effect ervan op jouw werk te verminderen. Dat betekent goede en passende zorg. Samenwerking met het sociaal domein betekent de juiste zorg op de juiste plek.
- Dit enthousiaste consortium heet je van harte welkom. We waarderen jouw inzet enorm.
- Neem contact op met Annemarieke van der Veer: Annemarieke.vanderveer@hu.nl, 06-14215645 voor al je vragen.

Wat krijg je ervoor terug?

Kennis en **instrumenten** waarmee je – samen met het sociaal domein – deelnemers met financiële stress adequaat kunt helpen in het toewerken naar en bereiken van een gezonde leefstijl.

Instrumenten zijn bijvoorbeeld: een **screening op geldzorgen** en een **praktische handreiking** voor leefstijlcoaches over coaching van deelnemers met geldzorgen en over samenwerking met het sociaal domein (met uitleg en tools, tips voor integratie van de kennis in coachingtechnieken, en tips voor samenwerking).

Een **stappenplan** voor beleidsmakers. We bespreken de uitkomsten met de branche- en beroepsorganisaties en gaan samen met hen kijken welke stappen nodig zijn om jouw werk als leefstijlcoach rondom het vraagstuk van deelnemers met geldzorgen zoveel mogelijk te ontzorgen.

Beoogde opbrengst van het project

- Vermindering van financiële stress onder betrokken GLI-deelnemers en zodoende meer ruimte voor gedragsverandering in de GLI-trajecten.
- Vergrote expertise en handelingsvaardigheden bij GLI-coaches die helpend zijn in de ondersteuning van GLI-deelnemers met financiële stress door het kennismaken met coachingtechnieken en tools die helpen de belemmeringen als gevolg van financiële stress te verminderen.
- Versteviging van integrale samenwerking door concrete afspraken over de samenwerking in de pilotgemeenten en bij de betrokken GLI-coaches en door aansluiting op de behoeften van GLI-deelnemers.
- Een kennisbasis voor doorontwikkeling GLI's gericht op passende ondersteuning van deelnemers met financiële stress.