

Toelichting op de pilot omgaan met financiële stress in de GLI

Je hebt je aangemeld voor de pilot of je wilt meer informatie. In deze toelichting is de opzet van de pilot beschreven. Ben je een leefstijlcoach, diëtist, fysiotherapeut of oefentherapeut die in de komende maanden een nieuwe GLI-groep start (februari, maart, april)? Dan kun je meedoen.

Heb je vragen? Bel of mail met Annemarieke van der Veer, projectleider GLI en Geldzorgen: 06-14215645 – annemarieke.vanderveer@hu.nl. [Hier](#) staat informatie over het onderzoek.

Waarom jouw hulp nodig is

Voor GLI-deelnemers met geldzorgen kan leefstijlverandering extra moeilijk zijn. Voor jou kan het lastiger zijn om hen te coachen. Door jouw hulp kunnen we oplossingen ontwikkelen voor deze deelnemers. Het doel is minder uitval en meer effect.

Een op de vijf Nederlanders ervaart geldzorgen en veel mensen hebben moeite met een gezonde leefstijl. Wij willen een GLI die toegankelijker is voor mensen met geldzorgen. Het onderzoek wordt uitgevoerd door Hogeschool Utrecht samen met leefstijlcoaches, ervaringsdeskundigen, BLCN, PON, NVD, VvOCM, Expertisecentrum Leefstijlinterventies (CoolL) en LeefstijlHUB.

Zo help je mee

1. Meld je aan bij Annemarieke.

2. Data verzamelen: start met een 0-meting.

- Je vertelt alle nieuwe deelnemers tijdens de intake over de 0-meting. Kijk op pagina 2 voor tips over het informeren van deelnemers. Heb je het intakegesprek al gehad? Dan kun je de flyer mailen of appen naar je deelnemer. Als jouw deelnemer interesse heeft om mee te doen, vraag dan of je diens contactgegevens mag delen met Annemarieke. Vervolgens mail je de naam en het e-mailadres van de deelnemer naar Annemarieke. Annemarieke mailt de uitnodiging naar de deelnemer. De deelnemer logt in met een unieke code.
- Wanneer een deelnemer in de vragenlijst expliciet toestemming heeft gegeven voor het delen van zijn of haar gegevens over geldzaken met jou als coach, dan ontvang jij van Annemarieke via een beveiligde link twee bestanden:
 - o De gegevens van de deelnemers zonder hun namen, maar met de unieke codes.
 - o Een lijst met namen van de deelnemers uit jouw groep met daarin alléén de unieke codes van deze deelnemers.
- In de bestanden staan dus alleen de gegevens van de deelnemers die de vragenlijst hebben ingevuld én toestemming hebben gegeven voor het delen van de gegevens met jou. De deelnemers zijn op deze manier alleen voor jou herkenbaar via de unieke code.

3. Testen van tools: samen met je deelnemers met geldzorgen.

- Wij sturen je begin maart de tools met een toelichting. De tools helpen geldzorgen bespreekbaar te maken en warm te verwijzen naar hulp bij geldzorgen. Het testen kost je niet veel tijd. Jij kiest zelf welke je wil gebruiken. Kijk op pagina 2 naar de lijst van tools.
- Check bij alle deelnemers of er geldzorgen zijn door ernaar te vragen in een gesprek.
- Als de deelnemer ervoor open staat dan kun je samen met de deelnemer de tools testen. Geef informatie of bied hulp bij het in contact komen met schuldhulpverleners wanneer dat

gewenst is. De tools helpen je daarbij op weg. Je kunt altijd Annemarieke mailen of bellen als je een vraag hebt. Schroom niet om contact op te nemen!

- Noteer voor jezelf een paar aandachtspunten die je opvallen bij het testen van de tools; wat werkt goed en wat werkt minder goed?
- We bellen je één keer tijdens en één keer aan het eind van de pilot over je ervaringen.

4. Na 8 maanden vullen de deelnemers een vervolgmeting in.

- De deelnemers die dat willen, vragen we in een telefoongesprek naar hun ervaringen. Jij hoeft daar niet bij aanwezig te zijn.

Voorbeelden voor het informeren van deelnemers over het onderzoek

Met deze toelichting kun je je GLI-deelnemers uitnodigen:

Ik doe mee aan een onderzoek naar geldzorgen bij mensen die starten met de GLI. De onderzoekers willen beter begrijpen hoe vaak geldzorgen voorkomen en hoe ik als leefstijlcoach hier goed bij kan helpen. Geldzorgen kunnen veel stress geven. Dat maakt het vaak lastiger om aan een gezonde leefstijl te werken.

Ik vraag alle deelnemers van deze nieuwe groep of zij mee willen doen aan dit onderzoek. Meedoen is vrijwillig. Jij beslist zelf.

Als je meedoet:

- Dan stuur ik je naam en e-mailadres naar de onderzoeker. Dat doe ik alleen als je toestemming geeft.
- Je krijgt een uitnodiging van de onderzoeker per e-mail.
- Je vult thuis een vragenlijst in.
- De vragen gaan over geldzaken en leefstijl.
- Het invullen duurt ongeveer 15 minuten.
- Nu vul je de eerste vragenlijst in. Over 8 maanden krijg je nog een korte vervolgvragenlijst.

Jouw antwoorden zijn altijd waardevol, ook als je geen of weinig geldzorgen hebt.

In de vragenlijst wordt aan jou gevraagd of je gegevens over geldzaken met mij – als jouw coach – mogen worden gedeeld. Je mag zelf beslissen of je daar toestemming voor geeft. Als uit de vragen blijkt dat je geldzorgen hebt, dan kunnen we daar samen naar kijken binnen het leefstijltraject. Ik kan je dan ondersteunen of met je meedenken.

Wil je niet meedoen? Dat is helemaal prima. Je kunt het GLI-programma gewoon blijven volgen zoals gepland.

Met deze voorbeeldtekst kun je GLI-deelnemers antwoord geven op de vraag of ze wel mee kunnen doen aan het onderzoek als ze geen geldzorgen hebben:

We willen meten hoeveel procent van alle deelnemers aan de GLI geldzorgen ervaren en of deelnemers met geldzorgen andere problemen ervaren dan deelnemers zonder geldzorgen. Daarom stellen we de vragen aan alle deelnemers, ook deelnemers zonder geldzorgen.

De tools:

- Gesprekstips bij het bespreekbaar maken van geldzorgen met voorbeeldvragen
- Praatplaat voor het gesprek met je deelnemer over de rol van financiële stress in leefstijl
- Budgetplan om je deelnemers met financiële stress te helpen om leefstijldoelen te bereiken.
- Stappenplan voor het leggen van contact met schuldhulpverleners voor verwijzing.
- Heb jij iets anders nodig? Wij denken graag mee en indien mogelijk maken we extra tools.

Wat levert het jou op? Jij krijgt:

- Zicht op welke van jouw deelnemers geldzorgen hebben door de 0-meting.
- Kennis over welke belemmeringen deelnemers met geldzorgen ervaren.
- Kennis en ervaring in het omgaan met deelnemers met geldzorgen.
- Kennis over het sociaal domein in jouw omgeving.
- Tools voor het begeleiden van deelnemers met geldzorgen die aansluiten op jouw praktijk.
- Een goed bereikbare vraagbaak tijdens het testen van de tools.

Planning

	Tijd	Jan	Feb	Ma	Ap	Me	Jun	Jul	Au	Se	Ok	No	De	Jan
Deelnemers informeren over 1^e meting + aanmelden bij Annemarieke	10 minuten per deelnemer													
Testen van tools														
Monitoringgesprek	1x 30 minuten													
Deelnemers informeren over 2^e meting + aanmelden bij Annemarieke	3 minuten: hele groep in 1x													
Evaluatiegesprek pilot	1x 1 uur													

Opties

- Je kunt ook alleen meedoen aan de 0-meting en vervolgmeting. Het testen van de tools sla je dan over.
- Start je de komende maanden meer groepen? Je mag met alle groepen meedoen.
- Je kunt meedoen aan een online training (30 minuten) in februari. Dit is niet verplicht. We lichten dan toe waarom we financiële stress onderzoeken, welke tools we in de pilot testen en hoe je ze kunt gebruiken en geven je algemene tips over omgaan met financiële stress. Data: 10 februari 9.00 en 23 februari 12.30. Meld je aan bij Annemarieke.
- Heb je deelnemers die moeite hebben met digitale vragenlijsten? Dan nemen we de vragenlijst telefonisch af of we sturen een papieren vragenlijst met een retourenvelop. Geef dit gerust aan ons door.
- Collega leefstijlcoaches die willen meedoen en gebruik maken van Monter kunnen ook meedoen. Voor hen hebben we een aparte instructie ontwikkeld.