

# Plein Zwanenberg zet in op preventie en leefstijl

## OSS

LIEKE MULDER

Waar anderhalf jaar geleden nog een kale troosteloze vlakte was, met in het midden de kapel als eenzame herinnering aan het oude Bernhoven, is een gloednieuw gezondheidscentrum verrezen. Hier huizen sinds een half jaar de polikliniek van Bernhoven, BrabantZorg thuiszorg, de huisartsenpost Oost Brabant en een zestal andere zorgverleners, van fysiotherapie en podotherapie tot een bedrijfje dat haarwerken maakt. Zij vormen samen met het naastgelegen GGZ Oost Brabant en Indigo Plein Zwanenberg. Op de tweede en derde verdieping zit het nieuwe zorgcentrum Corte Foort van BrabantZorg. En dan is er nog tandarts Steenberg, op de begane grond van het nieuwe appartementencomplex van BrabantWonen tegenover Plein Zwanenberg.

Nu het gezondheidscentrum een half jaar draait, is het alsof het hier nooit anders geweest is. Op de parkeerplaats is het zoeken naar een plek. Bouwvakkers leggen de laatste hand aan de metamorfose van de kapel. Binnen in de centrale hal wijzen twee gastvrouwen bezoekers de weg.

Acht jaar van overleg, afstemmen en plannen gingen aan de bouw vooraf. Al direct was er het idee dat samenwonen kansen bood. Samen kun je je méér op preventie en leefstijl richten, kun je naar de mens als geheel kijken. Kun je met programma's voorkomen dat mensen ziek worden, vastlopen of bijvoorbeeld vereenzamen.

Spin in het web

Theo Schoutsen is programmamanager van Plein Zwanenberg. Het is zijn taak de hoge ambitie handen en voeten te geven. En dat betekent vooral als een spin in het web nieuwe lijntjes leggen. Schoutsen: "Ik voel mezelf wel eens een verbindingsofficier. Ik leg contacten, niet alleen binnen het zorgplein, maar ook met huisartsen, met Ons Welzijn, de wijkteams, met de Talentencampus, met de gemeente. We kijken wat we samen op kunnen zetten om Oss gezonder te maken. We gaan daarbij uit van de zogenoemde positieve gezondheid, waarbij de kracht en eigen regie van mensen wordt benadrukt."

Het eerste half jaar was vooral een opstartfase, vertelt Schoutsen. Het was wennen aan elkaar en aan het gebouw, afstemmen, kinderziektes verhelpen. Nu, na de vakantie, gaan de eerste preventieprogramma's van start. Die richten zich op drie terreinen: 1) gezond ouder worden, 2) mentaal fit blijven en 3) gezond aan het werk blijven. Als eerste gaat een reeks bijeenkomsten over valpreventie van start, bekeken vanuit verschillende invalshoeken. Schoutsen: "Maar er komt meer aan. Met de Talentencampus zetten we een vitaliteitsprogramma voor werknemers op. Er komt een training Gezond aan het Werk, voor leerlingen van het ROC. We hebben sinds kort een zorgloket en zetten een programma voor jonge moeders op om te voorkomen dat ze in een depressie terecht komen. Daarbij kijkt Fysioplus naar de lichamelijke kant, GGZ en Indigo naar het mentale deel en Ons Welzijn naar de sociale omgeving."

Het klinkt allemaal veelbelovend. Toch waren er ook tegenvallers. Dat geen huisartsenpraktijk naar Plein Zwanenberg verhuisde, was bijvoorbeeld een domper. En tandarts Steenbergen, pal tegenover Plein Zwanenberg, doet niet mee in het samenwerkingsverband. Schoutsen: "Dat we geen huisartsenpraktijk hebben, is zeker een gemis. Je mist zo een belangrijke speler. Uiteraard werken we wel samen met de huisartsen in Oss. Verder is communicatie heel belangrijk. Mensen moeten ons gaan vinden, nog vóór ze ziek zijn."