

Opzet en doel van de twee break-out sessies, zondag 29 oktober 2023

Break out 1: Burgerwetenschap voor Individuele Gezondheid en Welzijn

Mensen die te maken hebben met een ziekte, aandoening of een beperking rondom hun gezondheid, en de mensen die hen ondersteunen, zijn vaak heel creatief en nieuwsgierig. Ze proberen actief manieren uit om hun leven beter te maken of om gezond te blijven. Ze doen dit op verschillende manieren. Sommigen houden veel gegevens bij over hun leven, anderen experimenteren met verschillende soorten eten, en weer anderen vinden het fijn om gewoon te observeren of erover te schrijven en uit te wisselen op internet.

Dit vermogen om naar zichzelf te kijken en te leren is heel waardevol. Het leidt er vaak toe dat mensen zich gezonder voelen en minder last te hebben van hun ziekte. Soms komen er ook ontdekkingen uit waar artsen en wetenschappers verder mee kunnen werken. Wij zijn, als burgers en patiënten, in deze zin wegbereiders voor meer kennis over gezondheid. Onze eigen waarnemingen en ervaring zijn belangrijk.

Helaas benut de reguliere zorg en wetenschap dit zelfonderzoekende vermogen niet genoeg. Daarom hebben we deze middag georganiseerd voor alle Nederlandstalige burgers en patiënten die samen of individueel bezig zijn met zelfonderzoek rondom hun gezondheid. Op een interactieve manier leren we elkaars werk kennen en wisselen we dingen uit die ons allemaal kunnen helpen in ons zelfonderzoek. Zo is de bijeenkomst een vorm van burgerwetenschap, netwerken en agendasetting in één.

Opzet

De deelnemers maken een poster (A0 formaat) over het zelfonderzoek van (leden van) hun groep. De vorm en inhoud van de poster is helemaal vrij; wel geven we enkele punten als leidraad mee. Deelnemers verkennen elkaars posters. Daarna is er een plenaire gesprek waar drie vragen centraal staan: a) wat inspireert? b) wat zijn gemeenschappelijke uitdagingen voor alle vormen van zelfonderzoek c) wat is nodig om zelfonderzoek rondom gezondheid verder te brengen? Van de bijeenkomst wordt een verslag gemaakt, en zo mogelijk ook een publicatie, waarin de posters worden opgenomen.

Richtlijnen voor het Insturen van een poster

Gebruik de volgende 3 vragen als kapstok voor je poster:

- Wat is de aanleiding voor het zelfonderzoek in jouw patiëntengroep / community?
- Hoe wordt het zelfonderzoek in jouw community gedaan?
- Wat hebben jullie er van geleerd?

Vergeet uiteraard niet je poster een titel te geven, en je naam, naam van je groep/community, eventueel een logo en ander beeldmateriaal, en je contactgegevens toe te voegen.

NB 1: doe je een vorm van zelfonderzoek los van een groep of community, en wil je toch deelnemen? Dat kan! Neem contact op via info@mdog.nl

NB 2: zie je op tegen het maken van een poster, neem dan contact op via info@mdog.nl

Stuur een concept versie van je poster uiterlijk 16 oktober in, d.w.z. tenminste de platte tekst die makkelijk in een word-document ingevoegd kan worden naar: info@mdog.nl

Wij bundelen de bijdragen, en sturen die aan de deelnemers toe, zodat je van te voren vast een idee kunt krijgen. De definitieve poster hoef je uiteraard pas op 29 oktober mee te nemen. Na de

bijeenkomst heb je nog 1 week de tijd om je poster eventueel fijn te slijpen. Daarna bundelen we definitieve versie, en maken we die publiek.

Organisatie

De organisatie van deze break-out sessie is in handen van ZelfOnderzoek Netwerk Nederland (ZONN), het platform voor burgerwetenschap rondom gezondheid. Gaston Remmers, directeur van Stichting [Mijn Data Onze Gezondheid](#), is coördinator van [ZONN](#).

Break out 2: Burgerwetenschap en Publieke Gezondheid

Publieke gezondheid

Publieke gezondheid, ofwel de gezondheid van iedereen, gaat ons allemaal aan. Gezondheid is een breed begrip, en gaat over onze eigen lichaam maar ook over de invloed van de omgeving op onze gezondheid. Burgers kunnen betrokken zijn bij onderzoek rondom de publieke gezondheid: burgerwetenschap.

Burgerwetenschap

Het doen van burgerwetenschap, kan op verschillende manieren. Een voorbeeld is dat burgers zelf informatie verzamelen over luchtkwaliteit, omdat zij bezorgd zijn over hun gezondheid. Een ander voorbeeld is dat burgers samenwerken met onderzoekers in een onderzoeksproject dat gaat over de inrichting van de buurt waarin zij wonen. Zij interviewen zelf andere bewoners om uit te zoeken wat bewoners belangrijk vinden in de buurt voor hun gezondheid. Daarna analyseren ze samen met de onderzoekers wat er gezegd is en verwerken dit bijvoorbeeld in een verslag of video. In deze voorbeelden doen burgers actief mee in het uitvoeren van onderzoek. Dit levert belangrijke kennis op die gebruikt kan worden om actie te ondernemen. Ook hebben burgers zelf voordeel van het mee doen aan onderzoek: zij leren nieuwe dingen en vergroten hun vaardigheden, en werken samen met andere burgers, professionals en onderzoekers.

Inhoud workshop

In de workshop gaan we samen aan de slag met burgerwetenschap. Mensen met en zonder ervaring met burgerwetenschap zijn welkom. We leren met elkaar en ook van de ervaringen die deelnemers al hebben met burgerwetenschap.

We starten met een introductie over de workshop, over de behoeften en ervaringen die er al zijn, en over de verschillende methoden om burgerwetenschap uit te voeren. In kleinere groepen kiezen deelnemers zelf een manier om burgerwetenschap uit te voeren. Bijvoorbeeld interviewtechnieken om andere burgers te interviewen, het gebruik van foto's, of het maken van een systeemmap. Vervolgens gebruiken we de methode worldcafé om do's en don'ts van burgerwetenschap in kaart te brengen, en wat deelnemers ervan hebben geleerd.

We sluiten af met verdere wensen en leerbehoeften. Eind november ontvangen alle deelnemers een verslag van de bijeenkomst, en we maken dit graag met enkele deelnemers aan de workshop.

Organisatie

De organisatie van deze break-out sessie is in handen van Annemarie Wagemakers en Kris Bevelander. Annemarie Wagemakers is hoogleraar Gezondheidsbevordering en Participatie (WUR), Kris Bevelander is onderzoeker Inclusief onderzoek en Burgerwetenschap voor de gezondheid bij het Radboudumc.