

Positieve gezondheid

Ledenvereniging Thebe Extra omarmt het concept van Positieve Gezondheid. Onze activiteiten zijn daar dan ook op gericht. Wat houdt Positieve Gezondheid nu eigenlijk in?

Steeds meer beseffen mensen dat 'gezondheid' eigenlijk veel meer is dan het ontbreken van lichamelijke of psychische aandoeningen. Want als je het goed bekijkt, zouden dan in feite maar heel weinig mensen helemaal gezond zijn. Mensen zijn niet hun aandoening en iedereen mankeert (tijdelijk of permanent) wel iets. Voormalig huisarts en onderzoeker Machteld Huber vond dat onze kijk op gezondheid moest veranderen en was de grondlegger van het gedachtegoed van Positieve Gezondheid. Dit concept

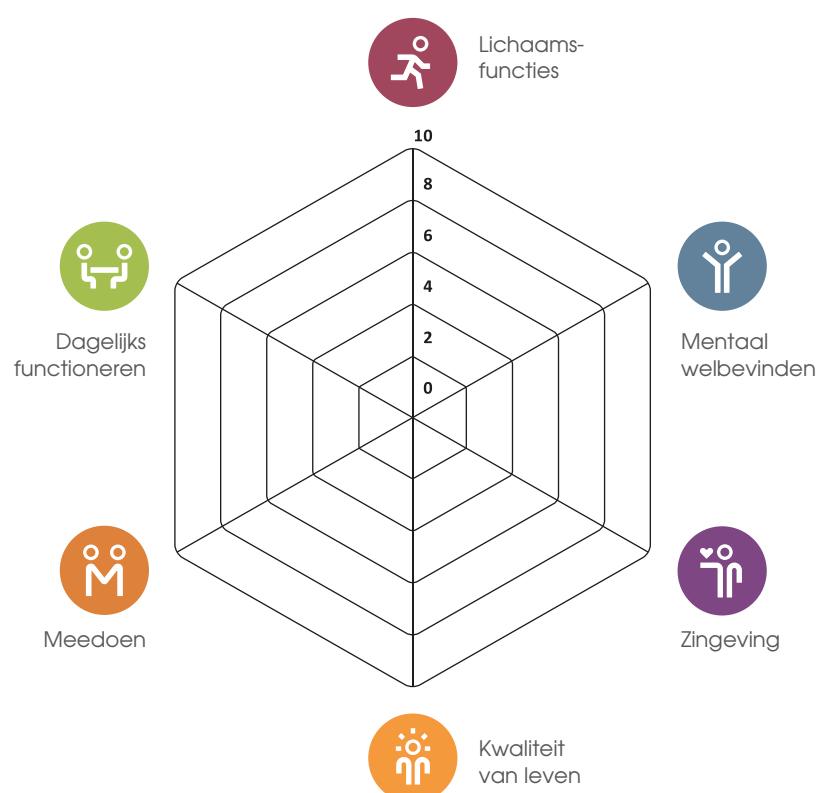
richt zich op alle dingen die maken hoe gezond je je voelt. En dat zijn er eigenlijk best veel. Het hebben van sociale contacten bijvoorbeeld, of goed slapen en eten. Het gevoel hebben dat je leven zinvol is, gebeurtenissen kunnen accepteren en fijn en veilig wonen. Positieve Gezondheid biedt dus een bredere kijk op gezondheid. Met die benadering draag je bij aan het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven om te gaan en meer zélf de touwtjes in handen te hebben.

Ons motto is 'Beter zorgen voor jezelf en voor elkaar'. Dat is waar wij voor staan en wat onze drijfveer is. Als u dit ondersteunt, bent u al heel goed bezig met uw eigen 'positieve gezondheid'.

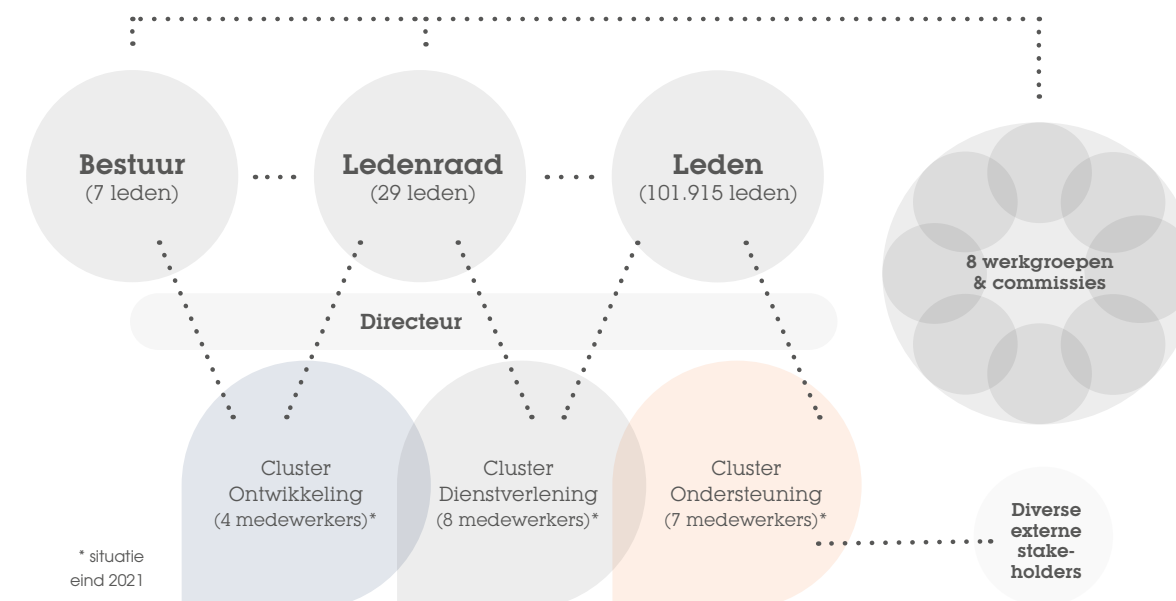
Spinnenweb

Hiernaast staat het 'spinnenweb'. Iedereen kan dit invullen en zo in kaart brengen hoe zij hun gezondheid ervaren.

Ook kunnen zorgverleners en patiënten met de uitkomsten een heel ander gesprek voeren: wat is voor u echt belangrijk? Wat zou u willen veranderen? En vervolgens kunt u (samen) bedenken wie of wat kan helpen om de situatie te verbeteren. Zelf invullen? Kijk op www.iph.nl



Organogram



Ledenvereniging Thebe Extra is een coöperatieve ledenvereniging met 101.915 (eind 2021) leden.

Verloop personeel en Ledenraad

Er zijn 5 medewerkers weggegaan, 4 medewerkers aangenomen. Er zijn 6 ledenraadsleden weggegaan. Helaas hebben we door een sterfgeval ook afscheid moeten nemen van een gewaardeerd ledenraadslid. Er zijn 9 nieuwe ledenraadsleden bijgekomen.

Ledenraad en Bestuur

De Ledenraad telde eind 2021 29 leden, waarvan 7 bestuursleden. Het Bestuur bestond eind 2021 uit de heren J. de Goeij (Tilburg), F. Monchen (Oisterwijk), C. Vermolen (Tilburg), M. Leers (Riel) en de dames P. Brunklaus (Raamsdonk), M. Boltong (Breda) en P. Gerris (Oisterwijk).

Werkgroepen

Bij Ledenvereniging Thebe Extra zijn de volgende werkgroepen en commissies actief, die zijn samengesteld uit ledenraadsleden, bestuursleden en medewerkers:

Ledenpakket	Stimuleringsfonds
Communicatie	Personele commissie
Zelf zorgen	Financiële commissie
Lokale initiatieven	Redactieraad ledenmagazine Leefstijl

JAAR VERSLAG 2021



**BETER ZORGEN
VOOR JEZELF
EN VOOR ELKAAR**

www.thebe-extra.nl

Overzicht 2021

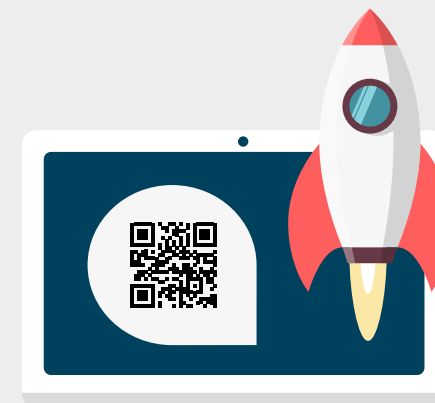
In dit jaarverslag blikken we terug op wat 2021 ons bracht en wat we samen voor elkaar kregen. De belangrijkste feiten, cijfers en activiteiten van Ledenvereniging Thebe Extra hebben we voor u op een rij gezet. Het was een jaar waarin corona en de maatregelen nog veel invloed hadden op ieders leven en ook de mogelijkheden. Toch zijn we er trots op wat we hebben bereikt.

1

Website

In september 2021 werd onze nieuwe website gelanceerd.

	2021
Unieke website bezoekers	48.008
Totale website bezoekers	72.222
Totale paginaweergaven	377.647



2

Ledencontact

Ledencontact in cijfers

Social media	We stopten met het Twitter-account. Volgers op Facebook, Instagram en LinkedIn 4.228
Telefoon	16.646 gesprekken
Nieuws	Leefstijl 4x per jaar, gemiddelde drukoplage 105.000 Nieuwsbrief: 22 uitgaven, 22.525 abonnees

Voorlichting

Webinar brandveiligheid

Datum	2 december
Tevredenheidcijfer	8,1 gemiddeld.
Aantal kijkers totaal	479 (live+ Youtube)

Voorlichtingsfilmpjes

Brandveiligheid, inbraakveiligheid en wooncomfort.



3

Ledendagen



Op 26 en 28 oktober werden in Dongen en Oisterwijk twee bijeenkomsten over Positieve Gezondheid georganiseerd met Maria Grijpma.

2 bijeenkomsten over positieve gezondheid

Aantal bezoekers	200
Tevredenheidcijfer	8-3 gemiddeld

4

Vrijwilligers

Namens Ledenvereniging Thebe Extra zijn vrijwilligers aanwezig bij diverse activiteiten.

Vrijwilligers aanwezig bij activiteiten

Juli	bij 3 mobiliteitsdagen in de Medipointwinkels
Oktober	bij de 60+ beurs
Oktober	bij de ledendagen



5

Ledenpanel

Het ledenpanel denkt actief mee over uiteenlopende situaties.

Ledenpanel

Aantal leden	147
Aantal enquêtes	2



Onderwerpen

Praat vandaag over morgen

Een enquête uitgevoerd samen met andere ledenvereniging om inzicht te krijgen in de wensen als het gaat om (mantel)zorg.

Beter zorgen voor jezelf en voor elkaar

Een enquête over mantelzorg en ondersteuning.

6

Stimuleringsfonds

In 2021 zijn diverse projecten financieel gesteund door het Stimuleringsfonds en Stichting Thebe Extra Midden-Brabant (STEM). Ook hadden de ledenconsulenten budget om kleine initiatieven mogelijk te maken.



	Verdeeld over	Totaal bedrag
STEM	6 projecten	€ 70.403,-
Stimuleringsfonds	7 initiatieven	€ 16.619,-
Handgeld Ledenconsulenten	8 initiatieven	€ 875,-

7

Sponsoring

Warandeloop gesponsord met € 5.000,-.

Leden konden zich inschrijven met korting. Ook is er een promotiefilmpje opgenomen over onze organisatie en het belang van meedoen aan sportieve activiteiten als de Warandeloop.



Communicatiestrategie

In 2021 is de nieuwe communicatiestrategie bepaald en ingevoerd. Hierbij nemen we situaties als uitgangspunt van het lidmaatschap en het ledenpakket. Het gaat om de vraag: Waarom bent u lid van Thebe Extra? Zo ontstonden diverse situaties waarin mensen zich kunnen bevinden. Er is een nieuwe huisstijl ontwikkeld en een nieuw logo. Dit is op diverse plekken terug te zien: o.a. op de website, in het ledenblad Leefstijl en op promotiematerialen.

