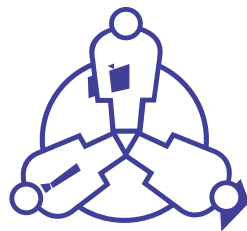


De Praatpaal

Veelgestelde Vragen

Contactpersoon:
Kathalijn Vergeer
k.vergeer@nationale-denktank.nl
06-48410799

De Nationale DenkTank 2013



Overzicht Veelgestelde Vragen

1 Wat is de Praatpaal ook alweer?

2 Wat is de visie achter de Praatpaal?

3 Wat is de link van de Praatpaal met gezondheid?

4 Is er vraag naar de Praatpaal?

5 Waar komt de praatpaal te staan?

6 Hoe kom ik aan een Praatpaal?

7 Met wie heeft de Nationale DenkTank over de Praatpaal gesproken?

8 Welke Bronnen zijn er gebruikt?

Overzicht Veelgestelde Vragen

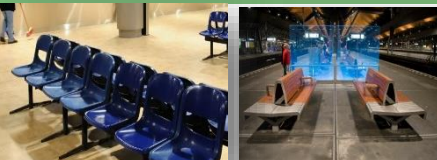
9 Wie zoeken we voor het neerzetten van praatpalen?

1 Wat is de praatpaal ookalweer?

Menselijke natuur



Huidige samenleving



Oplossing



Idee

Mensen zijn van nature sociale wezens, maar onze samenleving is hier niet op ingericht. Wij willen sociale interactie in publieke ruimtes faciliteren. Een herkenbaar logo vormt een punt waar mensen die open staan voor een praatje elkaar kunnen vinden.

Impact

Een klein praatje per dag geeft een mens positieve emoties

Het is wetenschappelijk bewezen dat positieve emoties bijdragen aan de veerkracht van mensen.

Sociale zones maken het normaal dat mensen contact met elkaar zoeken, wat veerkracht bevordert.

Implementatieplan

Tot 9 december

- November: 2 pilots bij NS
- Benaderen andere grote publieke ruimtes
- Benaderen katalysators en verbinders (Kunstenaars, ambassadeurs)

Na 9 december

- Draagvlak creëren via media
- Naast 10 NS stations ook andere publieke ruimtes *social proof*

Call to action

Beschikt u over een publieke ruimte waarin sociaal normaal gemaakt kan worden of deelt u onze visie sociaal is normaal? We nodigen u van harte uit om met ons mee te denken!

2 Wat is de visie achter de Praatpaal?

Gezondheid is méér dan de afwezigheid van ziekte

Een goede gezondheid betekent ook dat men zich mentaal en sociaal gezond voelt. Sociale interacties zorgt voor positieve emoties en draagt bij aan de veerkracht van de mens.

De huidige samenleving is vooral ingericht op individualisme. Vooral in openbare (wacht)ruimtes hebben mensen amper contact met elkaar.

De Nationale Denktank wil sociale zones creëren

De Nationale Denktank 2013 wil **sociale interactie faciliteren**, door het inrichten van **sociale zones** in publieke ruimtes.

Een mogelijke invulling van zo'n sociale zone is door middel van een **praatpaal** op treinstations.

Er moet een mentaliteitsverandering plaatsvinden

Wij kijken verder dan alleen het neerzetten van één praatpaal. Op de lange termijn willen we dat er een mentaliteitsverandering plaatsvindt:

'sociaal wordt weer normaal'

3 Wat is de link van de Praatpaal met gezondheid

Sociaal Contact → Positieve Emoties

- Sociaal contact beïnvloed emoties¹
- Juist een kort praatje kan er voor zorgen dat positieve emoties versterkt worden²

Positieve Emoties → Gezondheid

- Positieve emoties vergroten de veerkrachtig en het vermogen om te gaan met beperkingen
- Geluksgevoelens zorgen voor
 - Hogere resistentie³
 - Kleinere kans op hart- en vaatziekten⁴
 - Hogere pijndrempel⁵

Bronnen:

1 House, J.S. "Structures and processes of social support" Annual Review of Sociology (1988) vol.14 p. 293-318

2 Sandstrom, G. en E. Dunn, "Is efficiency overrated? Minimal social interactions lead to belonging and positive affect" Social Psychological and Personality Science, 12 september 2013

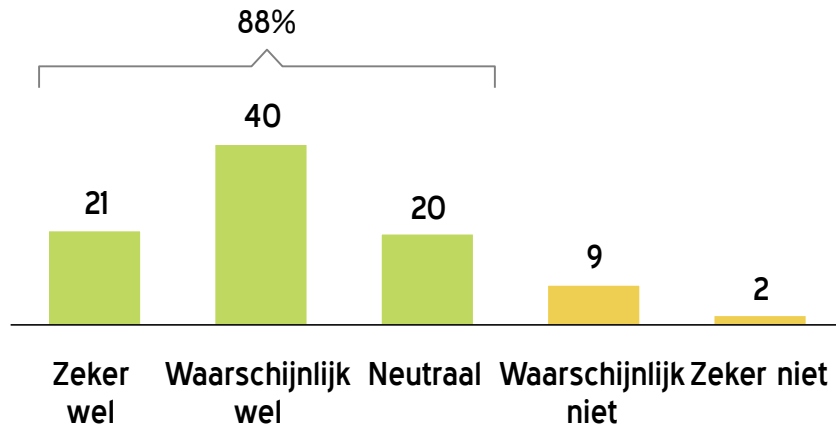
3 Howell, R.T. "Health benefits: meta-analytically determining the impact of well-being on objective health outcomes" Health Psychology Review (2007). Vol. 1 p. 83-136

4 Williams, R. & N. Schneiderman "Resolved: Psychosocial interventions can improve clinical outcomes in organic disease" Psychosomatic Medicine. (2002) vol 64. p. 552-557

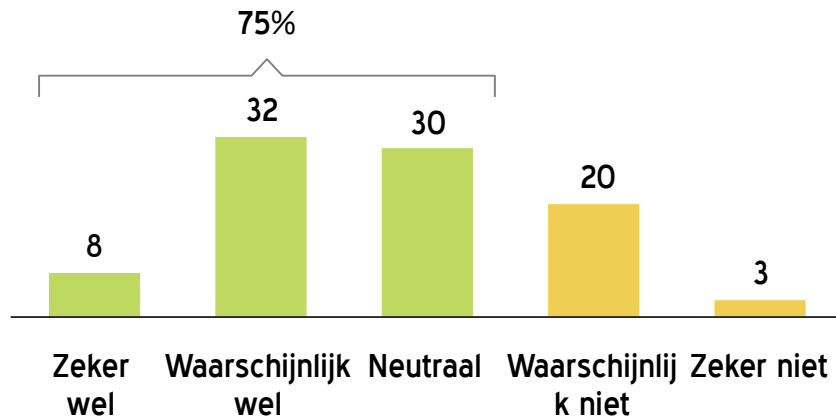
5 Watson C. "Controlled-release oxycodone relieves neuropathic pain: a randomized controlled trial in painful diabetic neuropathy" Pain. vol 105 p 71-78

4 Is er vraag naar de Praatpaal?

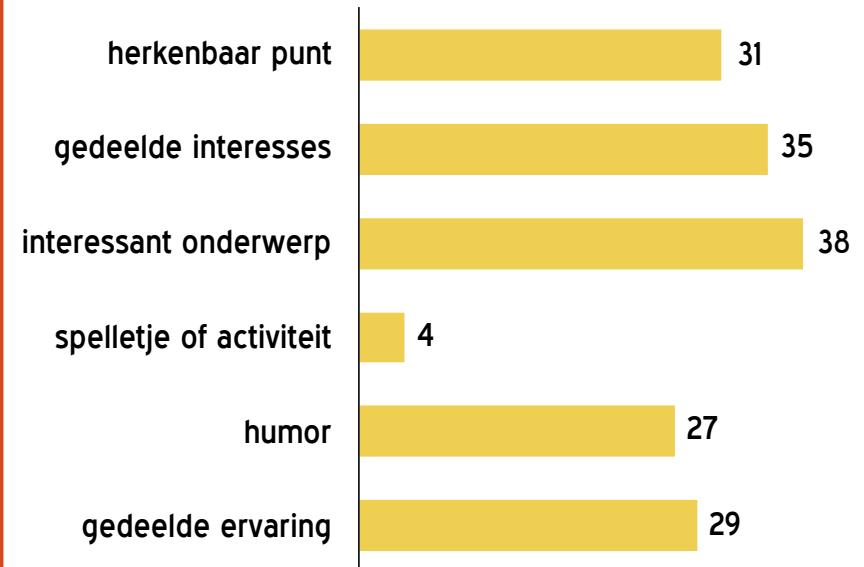
“Heeft u behoefte om (af en toe) een praatje te maken met een onbekende?”



“Zou u gebruik maken van een herkenbaar punt op het station om een praatje te maken met een onbekende?”



Wat is er nodig om u een praatje te laten maken met een onbekende?



5 Waar komt de praatpaal te staan?

De praatpaal kan geplaatst worden op plekken waar mensen wachten



Stations

Leiden Centraal

- 19.562 reizigers per dag¹
- 5869 lust, 13693 must²

Bijlmer Arena

- 75.029 reizigers per dag¹
- 22509 lust, 52520 must²



Gemeentehuis

- Gemiddelde overstaptijd 8,3 minuten

- Gemiddelde overstaptijd 5,6 minuten



Ziekenhuis

- Lagere sociaal-economische status

- Hogere sociaal-economische status



Vliegvelden

6 Hoe kom ik aan een Praatpaal?

Wij kunnen u in contact brengen met ondernemers die bijdragen aan de implementatie van een social zone in uw wachtruimte!

Faciliteiten

Welke fysieke aanpassingen zijn er nodig in de ruimte

- Het praatpaal-logo
- Sociale opstelling van meubilair

Aantrekken

Hoe kunnen we wachtenden motiveren naar de praatzone te komen?

- Kunst
- Gratis koffie (contact met DE)
- Een wartmebron
- Roddels

Verbinden

Hoe kunnen we de gebruikers een sociale beleving meegeven?

- Publieke opinie
- Een gemeenschappelijk probleem bespreken
- Een kort spel

7 Met wie heeft de Nationale DenkTank over de Praatpaal gesproken?

Naam	Functie	Organisatie
Hans Peters	Commercieel directeur	NS
Patricia Temme	Manager	NS
Jasper Sluijs	Consultant	AEF
Rick de Boer	Adviseur	NS Asset development
Thijs Elferink	Consultant	McKinsey&company
Anne Maartje	Manager	NS
Sascha	Manager	NS
Adriaan de Jongh	oprichter	Game oven
Machiel van Dorst	Stedenbouwkundige	TU Delft
Nynke Tromp	Industrieel ontwerpster	TU Delft
Chris Nijkamp	Architect	Fabrique3D
Martijn de Waal	directeur	The public matters
Marjolijn van Bunnik	Directeur	Marjolijn

7 Met wie heeft de Nationale DenkTank over de Praatpaal gesproken?

Naam	Functie	Organisatie
Judi Gor	kunstenaar	ZZP
Wendy von Kriegen	Faciltair medewerker	Schiphol
Simone Groeneweg	Facilitaire dienst	Gemeente Delft
Dennis Boor	Facilitaire dienst	AMC
Arjan de Mooij	PR & marketing	Concert at the sea

8 Welke bronnen zijn gebruikt?

De Nationale Denktank 2013, enquête onder treinreizigers, N=62

House, J.S. 'Structures and processes of social support' Annual Review of Sociology (1988) vol.14 p. 293-318

Howell, R.T. 'Health benefits: meta-analytically determining the impact of well-being on objective health outcomes' Health Psychology Review (2007). vol. 1 p. 83-136

Kramer, J. 'Wachten wordt leuk!' Master thesis Universiteit Twente/NS (2009)

Meer, van der, R., 'Lekker weertje he?' ADweekend, 11 januari 2011

Motivaction, onderzoek sociale interactie. 2011

ProRail. Landelijke Markt- en Capaciteitsanalyse Spoor (2007)

Sandstrom, G. en E. Dunn, "Is efficiency overrated? Minimal social interactions lead to belonging and positive affect" Social Psychological and Personality Science, 12 september 2013

Williams, R. & N. Schneiderman "Resolved: Psychosocial interventions can improve clinical outcomes in organic disease" Psychosomatic Medicine. (2002) vol 64. p. 552-557

Watson C. "Controlled-release oxycodone relieves neuropathic pain: a randomized controlled trial in painful diabetic neuropathy" Pain. vol 105 p 71-78

www.treinreiziger.nl

9 Wie zoeken we voor het neerzetten van praatpalen?

Voor het neerzetten van praatpalen en creëren van sociale zones zijn wij op zoek naar:

- **Organisaties en instanties** die een openbare ruimte hebben die zij willen inrichten om sociale interactie te bevorderen.
- **Sleutelfiguren** die deze visie ondersteunen door als **Ambassadeurs** op te treden
- **Commerciële partijen** die helpen bij het promoten van de visie en helpen om mensen naar de praatpaal te 'verleiden.'
- **Experts** die helpen bij de invulling van de praatpaal of sociale zone
- **Andere enthousiastelingen** die dit initiatief willen helpen ontwikkelen of willen meedenken.

Contactpersoon:

Kathalijn Vergeer

k.vergeer@nationale-denktank.nl

06-48410799