



1 februari 2019 was het feestje voor het 5-jarig jubileum van Vechtverband bij de Kookfabriek.

SAMENWERKING, POPULATIE EN INNOVATIE

Vechtverband bestaat in 2019 5 jaar. Tijd om een feestje te organiseren! Op 1 februari 2019 kwamen we samen in de Kookfabriek om ons netwerk te vieren. Voorgitter Arnoud Klein Ikkink deelde drie waarden, als je ze zo wil noemen, met de aanwezigen: Samenwerking, Populatie en Innovatie

Innovatie, of vernieuwing als je wilt, staat voor de andere blik waarmee we naar zorg proberen te kijken. Alles in de maatschappij verandert en we moeten toch een beetje mee. De mensen in de zorg veranderen, het beleid van overheid en verzekeraar veranderen en niet in de laatste plaats cliënten en patiënten zelf veranderen.

We willen vooral het leven van al die mensen een beetje makkelijker of leuker maken.

Innoveren gaat niet vanzelf, dat vraagt een bepaalde mentaliteit. Ter illustratie daarvan de tijdschrift-



Het zou toch leuk zijn als onze innovatie mentaliteit leidt tot een artikel in dit tijdschrift

BLIJF GAAN & STAAN - 250 STILZITTENDE OUDEREN GEZOCHT

Ons lokale mobiliteits- en valpreventieprogramma stond eind 2017 goed in de steigers. In het laatste kwartaal van 2017 zijn de eerste 3 valanalyses uitgevoerd. Tijd om hier een substantieel aantal van te maken. Doelstelling voor 2018 was een minimum van 25 valanalyses.

Jaarlijks bezoeken naar schatting 70-80 van "onze" ouderen een spoedeisende-hulpafdeling van het ziekenhuis als gevolg van een val. Een topje van de ijsberg. We verwachten dat het aantal ouderen met een risico op vallen zeker drie keer zo hoog is. Daarom zijn we in 2018 250 stilzittende ouderen gaan zoeken.

Hoogtepunt van deze campagne was een flashmob op de vrijdagmarkt

We hebben ze tijdens de valpreventieweek via media-aandacht opgeroepen hun mobiliteit te vergro-

ten door zich aan te melden voor het programma. Hoogtepunt van deze campagne was een flashmob op de vrijdagmarkt onder leiding van Hanney Plugge.

De populatie, onze patiënten en cliënten, is het hogere doel van vernieuwing. We willen vooral het leven van al die mensen een beetje makkelijker of leuker maken. Maar gek genoeg doen we dat van oorsprong allemaal vooral vanuit onze eigen motivatie en betrokkenheid zonder ons vooraf heel erg te verdiepen uit wie de populatie nu eigenlijk bestaat en waar de belangrijkste vragen en behoeftes liggen. Dat vraagt dus ook wel een andere manier van denken en de situatie benaderen.

'Ik merk zelf dat ik overleggen leuker en makkelijker vind nu ik veel mensen iets beter ken'

Met een nieuwe blik een populatie bedienen dat doe je niet alleen. Daar heb je anderen bij nodig.



Samen de gemaakte gerechten eten

Onze publiekscampagne is door VeiligheidNL beloofd met de originaliteitsprijs. Een heerlijke taart. Maar de belangrijkste kers op de taart is dat we in 2018 38 ouderen hebben kunnen voorzien in valpreventie advies. Niet alleen de campagne heeft daaraan bijgedragen. De werkgroep heeft ook de aandacht vastgehouden bij zorgprofessionals, o.a. de huisartsen. Voor hen is ook het aanmeldproces vereenvoudigd. De verwijzing kan rechtstreeks via Zorgdomein worden aangemaakt.



Het team Blijf Gaan & Staàn op de markt

Doelstellingen 2019

Voor 2019 hebben we de ambitie om minimaal 50 valanalyses uit te voeren. We zullen de campagne "stilzittende ouderen gezocht" voortzetten in het voorjaar en in het najaar tijdens de valpreventieweek.

Daarnaast zal de werkgroep extra aandacht geven aan de thuiszorgmedewerkers in Breukelen. Zij kunnen een belangrijke signaal en motivatiefunctie uitvoeren richting ouderen.

De ervaring met de valanalyse leert dat ouderen niet altijd de adviezen opvolgen. Zoals het volgen van een trainingsprogramma bij de fysiotherapie. Belangrijk aandachtspunt voor 2019 is te kijken hoe we de doorstroom van de valanalyse naar interventies kunnen verbeteren. Het zijn immers deze interventies die het valrisico uiteindelijk verlagen.

Eerste resultaten 2019

De eerste 15 valanalyses zijn een feit. Ook is de campagne voortgezet met onder andere bordjes langs de weg, waarin we stilzittende ouderen op roepen. Om mensen te prikkelen hebben we de 250 veranderd in 239 ouderen. We hebben vorig jaar

zoals afspraken maken rond medicatiereviews bijvoorbeeld". Dat netwerk en elkaar vinden en kennen proberen we te stimuleren door de bijvoorbeeld de sociale kaart op de website, maar natuurlijk ook door gewoon iets leuk samen te doen. Zoals koken en eten.

Samenwerking versterken

Communicatie is belangrijk in het versterken van samenwerking. Vechtverband had voor 2018 meerdere communicatiedoelstellingen. De belangrijkste was de lancering van de website met sociale kaart. Een officiële lancering is niet gerealiseerd. Daarvoor hadden we eind 2018 nog te veel technische ontwikkelwensen en waren de profielen van zorgverleners in de sociale kaart nog onvoldoende gevuld. Een andere reden was dat we in 2018 graag het Pazio platform hadden geïmplementeerd via de website. Dit platform bundelt de e-health dienstverlening van verschillende professionals op één plek. Veilig en makkelijk bereikbaar via DigiD. Helaas bleek de dienst "herhaalmedicatie opvragen" van de apotheek niet zo eenvoudig te koppelen en hebben we implementatie en lancering van de website opgeschoven. Wel hebben we met de website een duidelijke plek kunnen bieden voor al onze projecten. Zowel voor de projecten die in dit jaarverslag zijn beschreven als ook voor kleinere projecten. De werkgroep Parkinson heeft bijvoorbeeld zijn werkzaamheden kunnen bundelen met een duidelijke pagina met patiëntinformatie. En ook voor het initiatief Diabetes Challenge konden we zo de informatie en aanmelding organiseren.

Alle professionals ontvangen de Vechtverband nieuwsbrief. In 2018 is deze 2 keer verstuurd. Daarnaast zijn alle professionals 6 keer uitgenodigd voor een lunchbijeenkomst. Deze worden gemiddeld door 25 professionals bezocht. Bij elke lunch staat ontmoeten en een Vechtverband thema centraal. Tot slot hebben we in 2018 samen het Vechtverband event georganiseerd, dat op 1 februari 2019 plaatsvond in de Kookfabriek.

Als één team klaarstaan voor onze patiënten en cliënten.

Doelstelling op samenwerking in 2019

Vechtverband staat voor zorg verbinden in de Vechtstreek. Als één team klaarstaan voor onze patiënten en cliënten. We zetten de lunches, nieuwsbrieven en sociale kaart activiteiten voort om te zorgen dat we elkaar kennen. Waardoor we elkaar makkelijker benaderen en eenvoudiger samen kleine waardevolle verbeteringen doorvoeren. Voorbeelden van deze "kleine" verbeteringen in 2018 zijn het elektronisch verwijzen naar de fysiotherapeut en afspraken rondom Baxter en medicatiereview.

Transitiejaren 2018 - 2019 van GEZ naar Regio-organisatie

Vechtverband is een GEZ, dat staat voor geïntegreerde eerstelijnszorg. De GEZ zal naar verwachting in 2020 opgaan in een regio-organisatie. GEZ-en zullen dan niet meer zelf rechtstreeks



immers al stilzittende ouderen gevonden. Daarnaast is een nieuwe wijkverpleegkundige Marcel Wagenaar, van Careyn, aangesloten bij de werkgroep. Samen met hem gaan we kijken hoe de thuiszorg meer betrokken kan worden bij het project.



De campagne is niet onopgemerkt gebleven. Arnoud is op de radio geweest bij RTV Stichtse Vecht.

BESTUUR

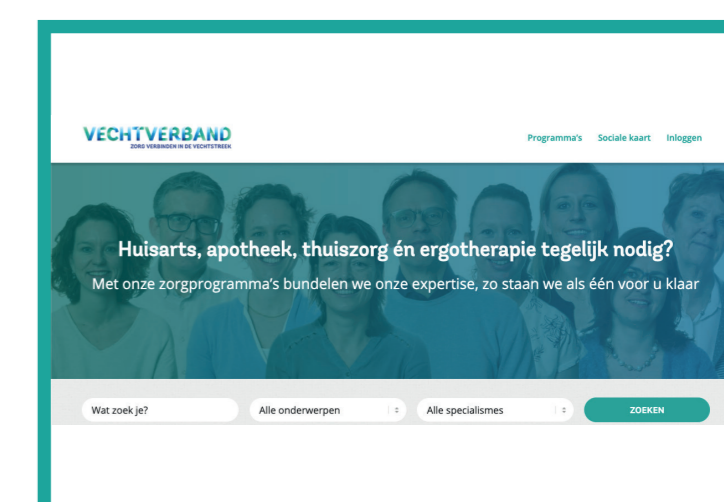
Arnoud Klein Ikkink (huisarts - voorgitter)
Patricia Sauerland (apotheker)
Trudi Swinkels (fysiotherapeut)
Hanneke Andriess (huisarts)

TEAMS ONDER LEIDING VAN...

Blijf Gaan & Staàn: Susanne Bus (oefentherapeut)
Parkinson: Wouter Jordense (fysiotherapeut)
Slapen: Sander Kamermans (huisarts)
Ouderenzorg: Willem Bos (huisarts)
TINYtask : Dominique van Dijk (verloskundige)
Website en communicatie: Carian van der Sman (GEZ coördinator)

GEZ GEBIED

Vechtverband is actief voor circa 11.000 patiënten in Breukelen, Nieuwersluis en Nieuwerter Aa. Postcodes 3621, 3626 en 3631.



Onze website Vechtverband.nl

een contract afsluiten met de verzekeraar (Zilveren Kruis). Dit contact zal op regioniveau worden aangegaan. Voorzitter Arnoud Klein Ikkink en coördinator Carian van der Sman maken deel uit van de zogenaamde Taskforce die is opgezet om deze nieuwe regio-organisatie vorm te geven. De verwachting is dat KetenZorgNU (het bedrijf onder huisartsen coöperatie ZorgNU dat de ketenzorg inkoop en implementatie verzorgt) deze regio-organisatie taak op zich gaat nemen. Welke consequenties dit heeft voor Vechtverband zal in de loop van 2019 duidelijk worden. Wij staan uiteraard voor het belang van een lokaal netwerk en lokaal implementeren van vernieuwingen. We hopen dat we dit kunnen blijven voortzetten met de winst van een regio-organisatie voor verbeteringen die we niet lokaal kunnen of moeten organiseren. Denk aan afspraken met gemeente, ziekenhuis of aan onderwerpen als ELV bedden.



PARKINSON

De werkgroep heeft in 2016 en 2017 inzicht gegeven in de belangrijkste ervaringen van Parkinson patiënten en hun mantelzorgers. De belangrijkste zorgverleners van Parkinson patiënten hebben op basis van de uitkomsten hun eigen werken onder de loep genomen en aangescherpt. Bijvoorbeeld om weer meer aandacht te hebben voor de mantelzorgers. Het project heeft een verbeterde relatie opgeleverd tussen de verschillende Parkinson deskundigen in Breukelen.

In 2018 is het project afgerond met een overzichtspagina op de Vechtverband website waar patiënten en mantelzorgers op relevante onderwerpen, die zij aangaven in het onderzoek, kunnen zien bij wie ze terecht kunnen.

Deze pagina is gepromoot met een flyer (zie foto hieronder).



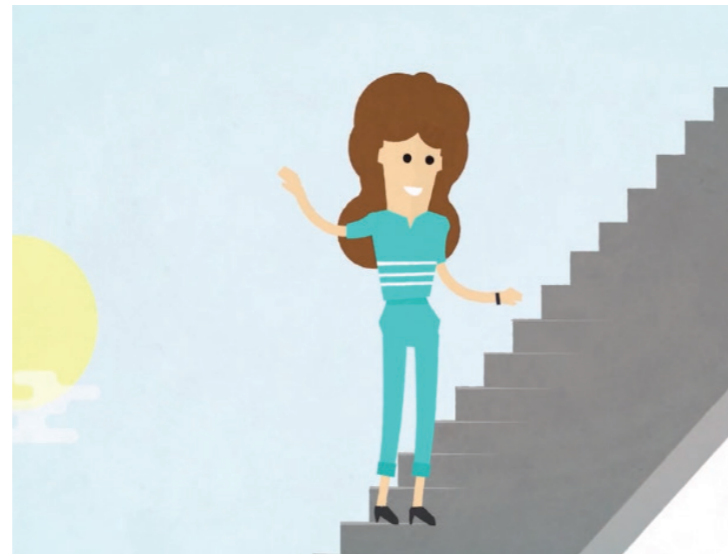
TINYTASK

In 2017 heeft Vechtverband via de innovatiegelden van de regiotafel extra budget ontvangen voor de doorontwikkeling van TINYTASK.

Begin 2018 zijn we met 16 vrouwen gestart met de evaluatie van TINYTASK 1.0. Deze vrouwen hadden TINYTASK in 2017 uitprobeerde en vulde een vragenlijst in en/of namen deel aan een focusgroepgesprek. De vrouwen ervoeren TINYTASK als verrassend, leuk en origineel. De overall ervaring was positief.

De resultaten leerden ons vooral dat we de doelstelling en introductie van TINYTASK duidelijker moeten krijgen richting de doelgroep. Belangrijkste aanpassingen die we hebben gedaan is dat het programma nu voor alle (aanstaande) moeder is, niet alleen voor vrouwen met een risico op diabetes. Het inclusiecriteria hebben we vastgesteld op aanstaande moeders met kinderen tot 12 jaar die een wens hebben om hun gezondheid te verbeteren, maar daar niet zelf aan toekomen. Het programma is ook in twee delen opgeknipt. Een eerste week van taakjes uitproberen en het doen van een positieve gezondheidstest (en vragenlijst voor de evaluatie van het programma). Zodat vrouwen kunnen kijken of TINYTASK iets voor hun is en zo ja op welke type (kleuren) taken ze zich het beste kunnen concentreren in het vervolgprogramma (6 weken lang een envelop met 6 taakjes).

In de zomer van 2018 is TINYTASK 2.0 gelanceerd via de website van Vechtverband. Mooi item is het animatiefilmje dat we hebben laten maken. Hierdoor kan elke zorgverlener het verhaal van TINYTASK op eenzelfde manier vertellen (laten zien) aan potentiële deelnemers. Verder zijn er nieuwe promotiematerialen ontwikkeld zoals een snoepspot met uitprobeer taakjes.



Fragment uit het animatiefilmje

Implementatie doelstelling voor 2018 was om 250 vrouwen in Stichtse Vecht mee te laten doen aan TINYTASK. Onder de deelnemers willen we meten of ze (doelstellingen TINYTASK):

- Samen met hun gezin plezier hebben beleefd, bewuster zijn geworden van wat gezondheid voor hen betekent en op welke vlakken ze hun gezondheid willen verbeteren en aantal taakjes hebben opgenomen in hun dagelijkse gewoonten.
- Zelfvertrouwen hebben gekregen om in de toekomst stappen te blijven nemen voor hun gezondheid.

Om tot 250 deelnemers te komen hebben we na de zomer actief zorgpraktijken benaderd met de vraag of ze mee wilden doen. Uiteindelijk is TINYTASK verkrijgbaar bij 22 praktijken in Stichtse Vecht. Zij hebben allemaal een introductie gekregen en alle materialen om circa 10 vrouwen te includeren. Verdeeld over verschillende zorgverleners per praktijk, zouden alle verwijzers een hand vol moeders moeten includeren.

Dit bleek toch minder makkelijk dan voorzien. Eind 2018 hadden 33 vrouwen de vragenlijst ingevuld. Oftewel de eerste week van uitproberen doorlopen. Een derde van hen besloot om door te gaan met het volledige TINYTASK programma.

Om verwijzers te blijven attenderen zijn we gestart

met een nieuwsbrief en hebben we nagedacht hoe we het programma beter onder de aandacht kunnen brengen bij moeders zelf.

Doelstelling 2019

We hebben de doelstelling om 250 vrouwen te includeren verschoven naar 2019. We willen voor de zomer de evaluatie onder de deelnemers uitvoeren. Daarvoor willen we zo dicht mogelijk bij die 250 komen als mogelijk.

Belangrijke focus in 2019 is om te onderzoeken welke barrières zorgverleners ervaren in het introduceren van TINYTASK en wat zij nodig hebben om TINYTASK te implementeren in hun dagelijkse praktijk. Daarnaast willen we het programma via media onder de aandacht brengen.

Eerste resultaten 2019

In januari hebben we op en rond Blue Monday een actie gedaan met basisschool de Schepershoek. Moeders op deze school konden 's ochtends terecht voor informatie en zich aanmelden om mee te doen. In de pers is aandacht voor deze actie gevraagd. Dit is opgepakt door meerdere media en heeft zelfs tot een radio-interview geleid.

Inmiddels hebben 50 vrouwen de vragenlijst ingevuld na een eerste week uitproberen. 18 daarvan willen meedoen. Een mooie toename sinds eind 2018. Onderzoek naar de wensen en behoeften van zorgverleners om dit programma succesvol te implementeren, wordt voorbereid.

DE SLAAPSTRAAT

In 2017 heeft Vechtverband gereageerd op een oproep van de Hersenstichting om deel te nemen aan de eerste landelijke pilot van de Slaapstraat. Slaapstraat is een aanpak voor de diagnose en behandeling van slaapproblemen in de eerste lijn. Begin 2018 is Vechtverband geselecteerd als één van de vijf pilot regio's voor de Slaapstraat. We hebben extra financiering ontvangen om deze aanpak in de praktijk te implementeren.

Slaapproblemen is een urgent onderwerp, ook in Breukelen. Eén op de vijf mensen krijgt er mee te maken. Vrouwen meer dan mannen. Op basis van cijfers en de ervaring van zorgprofessionals in Breukelen hebben we twee doelgroepen vastgesteld (als focus niet als inclusiecriteria):

- Alleenstaande oudere vrouwen die langdurig medicatie gebruiken (meer dan drie maanden)
- Vrouwen van middelbare leeftijd die (werk)stress ervaren en meer dan drie weken slaapproblemen.

We schatten dat het om respectievelijk 200 en 350 vrouwen gaat. Om te leren hoe zij hun slaapproblemen ervaren hebben we een focusgroep gesprek georganiseerd. De uitkomst is onder andere dat de deelnemers niet goed weten waar ze terecht kunnen voor informatie over slaapproblemen. En dat ze zelf de huisarts niet zo snel zouden benaderen omdat het kinderachtig zou zijn of dat ze denken dat de huisarts dan meer zou moeten weten over hun leven.

Dit onderzoek heeft een goede bevestiging gegeven dat de Slaapstraat in een behoefte kan voorzien. In het eerste half jaar van 2018 zijn alle huisartsen, POH-GGZ en de werkgroepleden getraind. Na de zomerperiode zijn huisartsen aan de slag gegaan met de aanpak. Doelstelling is om medio 2019 30 mensen met slaapproblemen de Slaapstraat methodiek aan te bieden. Eind 2018 waren de eerste 7 patiënten geïncludeerd.

Eind 2018 hebben we vastgesteld dat er tijd nodig is om de kennis en aanpak goed in de vingers te krijgen. We hebben huisartsen voorzien van een stroomschema om de te nemen stappen te verhelderen en onder de aandacht te houden.

Doelstelling 2019

2019 staat in het teken van verdere implementatie. We willen het programma actief gaan promoten, zodat inwoners van Breukelen zichzelf ook gaan aanmelden.

Eind 2019 willen we op basis van de ervaringen besluiten of de methodiek voldoende past en oplossing biedt en dus of we deze werkwijze borgen in de dagelijkse huisartspraktijkvoering.

Eerste resultaten 2019

In januari hebben we een opvolging van de training verzorgd voor alle huisartsen. In deze bijeenkomst hebben de artsen hun knelpunten besproken en is kennis weer opgefrist. Op de website is alle informatie over slapen geactualiseerd. Inwoners kunnen nu zien hoe de Slaapstraat werkt en welke behandelingen er in Breukelen zijn. Ook hebben we de belangrijkste informatie voor de huisartsen gebundeld, zodat zij de materialen en werkwijze makkelijk terug kunnen vinden.

Op WereldSlaapdag zijn we een campagne gestart. Er is een persbericht verzonden en posters opgehangen in Breukelen. Een flyer volgt, deze zal onder andere worden uitgedeeld aan mensen die slaapmedicatie halen bij de apotheek. Medio februari hebben we in totaal 14 patiënten geïncludeerd (dus 7 in 2019). Goed op weg dus om de 30 patiënten te halen.

DE ZES ELEMENTEN VAN GEZONDHEID



Wissel: GROTE VERANDERINGEN KOMEN IN KLEINE STAPPEN

BEN JIJ EEN MOEDER MET EEN GEZOND VOORNEMEN VOOR 2019?

Maar heb je op Blue Monday de mood opgevoerd? Start met TINYTASK!

Van woensdag 23 januari tussen 9:00 - 9:30 krijg je op basis van de Schepershoek voor een kortstrijk voor gezondheidszorg van je naar www.vechtverband.nl. Het is voor meer informatie.

Blue Monday Actie

Slecht geslapen?

Voor bewoners van Breukelen is er nu het programma "Slaapstraat". Praat erover met uw huisarts. Meer info via www.vechtverband.nl/slaapstraat

VECHTVERBAND
ZORG VERBINDEN IN DE VECHTSTREEK

Social media werd ingezet in de oproep tot deelname aan Slaapstraat

OUDERENZORG

De werkgroep ouderenzorg had begin 2018 tot doel om de verschillende mogelijkheden in kaart te brengen.

Dit is gelukt en heeft geresulteerd in een stroomdiagram dat duidelijk weergeeft in welke situatie welke opname mogelijkheid van toepassing is. Op de website van Vechtverband is daarbij aanvullende informatie gegeven over wat er voor elk type opname georganiseerd moet worden.

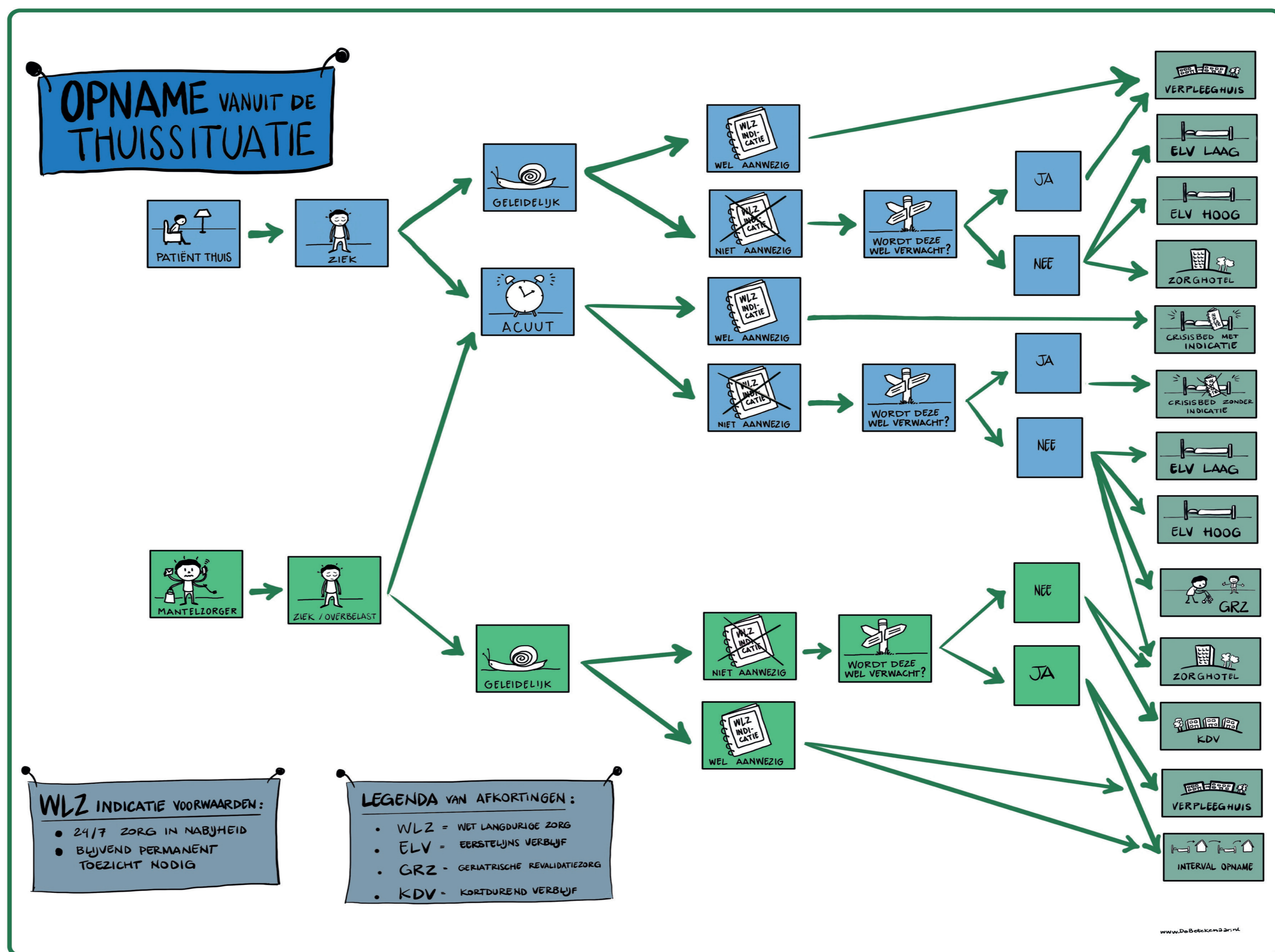
Na afronding van deze opdracht is besloten om met een betrokken zorgverlener naar "het MDO" te kijken. Of eigenlijk breder naar de multidisciplinaire communicatie rondom kwetsbare ouderen. Er zijn twee brainstorm bijeenkomsten georganiseerd.

Uitkomst daarvan is, dat we de (kwaliteit van leven) vraag van de patiënt meer voorop willen zetten in onze samenwerking. En de wens voor een beter werkend "systeem" om met elkaar te kunnen communiceren.

In de huidige samenwerking blijkt dat zorgverleners zich soms onvoldoende gehoord voelen en onvoldoende weten wat dat doet. Ook ervaren ze dat de medische zorg soms te veel aandacht krijgt boven de kwaliteit van leven vraag of behoefte van de patiënt. Er is commitment om met elkaar naar oplossingen te kijken.

Doelstelling 2019

In 2019 willen we concreet zoeken naar bestaande oplossingen die de communicatie en betrokkenheid van de patiënt kunnen verbeteren. Projecten als Victor (Utrecht) en technologie als de VIP-app zijn genoemd als mogelijke voorbeelden. Er zijn twee werkgroepen geformeerd die verbetering van communicatie in het MDO en buiten het MDO verder gaan verkennen. We willen eind 2019 nieuwe "systemen" geïmplementeerd hebben.



Stroomdiagram 'Opname vanuit de thuisituatie'