

Samenvatting

De tweede bijeenkomst van proeftuin Nieuwland stond in het teken van concreet aan de slag gaan.

Focus lag op het traceren van laaghangend fruit:

- ➔ Op welke thema's kan met beperkte extra inspanning een relatief grote gezondheidswinst en kostenreductie worden behaald?
- ➔ Hoe kan een *goed pakket* van acties/maatregelen worden samengesteld voor een duurzame business case, waarbij wij kunnen aantonen dat preventie en samenwerking leiden tot kostenbesparing en kwaliteitsverbetering in zorg en welzijn?
- ➔ Concreet project als basis: Rode Kruis aan Huis


Eerste inventarisatie van thema's waarop wij willen samenwerken

Thema's	Met oog op (nog aanvullen)
Veiligheid in en om huis	Valpreventie; inbraakpreventie; brandpreventie
Beweging	Valpreventie; diabetes; algehele gezondheid
Voeding & vit. D.	Valpreventie; diabetes; ondervoeding ouderen
Medicatie	Valpreventie
Zicht	Valpreventie
Mondzorg	Voorkomen hart en vaatziekten

Volgende stap:


- ➔ het maken van een wegwijzer – totaalplan rondom deze thema's – voor Nieuwland

Volgende bijeenkomst: 9 juli 14.30 – 16.30 De Herberg.

PROEFTUIN NIEUWLAND OVERKOEPELEND DOEL
samenwerken aan positieve gezondheid 


GEZONDE WIJK

- Vitaliteitsthema's in wijkplan
- Wegnemen van gezondheidsachterstanden
- Subsidie voor bewoners
- Wijkgezondheidsprofiel als basis



SAMENBETER

- Ontwikkelen van een prototype van een vitale wijk
- Wegnemen van digitale, organisatorische en financiële drempels
- Anders bekostigen
- Integraal digitaal gezondheidsdossier als basis



Aanwezig: Heleen Zuiderduin (buurtsportcoach), Bennita Ijtsma (GGDrU), Afke van der Zwaard (buurtnetwerker, indebuurt033), Jan Huurdeman (rode kruis aan huis), Carolien van Middelaar (de Herberg), Wim de Haan (Samen maken we Nieuwland), Arieneke Deinum (dietist), Ton Schulte (ziekenhuis Meander), Erick Oostermeijer (STA), Mark Schepp (buurtsportcoach), Erica Blokhuis (buurtzorg Nederland), Onno van de Weteringh (bewoner), Anja Boersma (SamenBeter), Marinda (ABC-scholen)

Speeddates

Vitaliteit in Wijkplan – Afke van der Zwaard

Doelen wijkplan zijn aangevuld met vitaliteitsdoelen Gezonde Wijk
Tot nu toe 5 projecten gehonoreerd:

- **Inspiratie wonen 2 huizen?**
- Fitcoin: munten verdienen met bewegen en inwisselen voor gezondheidsproducten
- Bakje Kroost: mama/papa cafe in de Herberg
- Kinderrestaurant: kinderen koken voor hun ouders
- Ontmoetingscentrum Beytna: voor allochtone ouderen (ook mentaal vitaliseren)

Er waren al een aantal vitaliteits rojecten:

- Rode kruis aan huis
- Rondje bewegen met calistennics park
- Mama care

Presentatie Positieve Gezondheid – Bennita Ijtsma

- WHO definitie gezondheid: toestand van volledig fysiek en mentaal welbevinden
- Definitie Positieve gezondheid (Machteld Huber):
- Anno 2019: Hoe werken we aan positieve gezondheid? Hoe geven we dit concreet vorm?

PROEFTUIN NIEUWLAND

POSITIEVE GEZONDHEID

Het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale levensuitdagingen om te gaan en zoveel mogelijk eigen regie te voeren.

The diagram illustrates the components of Positive Health. On the left, a central hexagonal radar chart is surrounded by six categories: Lichaamsfuncties (Physical Functioning), Mentaal welbevinden (Mental Well-being), Zingeving (Purpose in Life), Kwaliteit van Leven (Quality of Life), Sociaal maatschappelijk participeren (Social Participation), and Dagelijks functioneren (Daily Functioning). On the right, six circular icons represent these categories: Lichaamsfuncties (red), Mentaal welbevinden (blue), Zingeving (purple), Kwaliteit van Leven (orange), Sociaal participeren (orange), and Dagelijks functioneren (green).

Gesprek naar aanleiding van presentatie positieve gezondheid.

- Meander ziekenhuis (Ton Schulte) heeft onderzoek gedaan met positieve gezondheidsgesprekstool bij mensen die uit het ziekenhuis komen. Gekeken is naar wat geleerd kan worden uit de periode voordat iemand in het ziekenhuis opgenomen wordt. Gebruik van gesprekstool positieve gezondheid.
- Buurtzorg Nederland (Erica Blokhuis) is in Cuba geweest om te kijken hoe daar de gezondheidszorg georganiseerd is (hoge gezondheidsgraad tegen lage kosten). Sociaal aspect speelt een belangrijke rol. Altijd breder kijken dan waarvoor je komt (bv wond behandeling)
- Ijslandmodel jongeren
- Bluezones – Boek Bob Crebas: Het land van goed naar beter

Presentatie Jan Huurdeman – Rode kruis aan huis

- voormalig retail directeur NS Spoorwegen, o.a. verantwoordelijk voor de inrichting van huiskamers op NS-stations

Jan startte met het vertellen van zijn passie.

- Ouderen langer zelfstandig
- Blij en veilig: eenzaamheid ligt op de loer

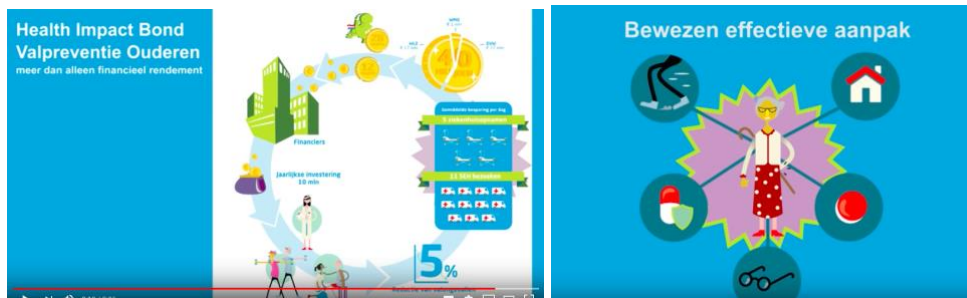
Initiatieven

- Huiskamer concept NS -> voor de wijk: WIJ-atelier : levert bijdrage aan gezellig verblijven.
- Met donaties van spullen, de hulp van veel vrijwilligers en een kleine subsidie van indebuurt033 is het WIJ-atelier ingericht.
- Rodekruis aan huis: veiligheid in en om het huis (valpreventie, inbraakpreventie en brandpreventie). Vragenlijst met 53 elementen. Rondgang door huis.
- Rode kruis NL versterkt samenredzaamheid.
- Rode kruis aan huis is pilot die in Nederland wordt uitgerold – alleen advies
- Burenklusteam helpt mensen die het advies vanwege de kosten niet kunnen vanwege betalen. (€ 1,= per kwartier + kosten materialen)
- Ondernomen stappen: toets ontwikkelt; klusteam ontwikkelt
- Bijvangst: door scannen en klussen geniet je vertrouwen en kom je achter de deur met een luisterend oor. waar professionele hulp nodig is, kun je mensen doorverwijzen.
- Preventief: kosten besparen; bewustwording; acties nemen op geconstateerde risico's; helpt mensen in sociaal isolement (signaleren andere zaken)
- Tot nu toe in 2 jaar tijd 250 scans gedaan en 2000 mensen meegedaan aan workshops (Amersfoort, Leusden, Woudenberg); bewustwording risico's verkleinen
- Volgende stap: adressen ouderen en partners zoeken ANBO, SRO, ouderenbond, vereniging van huiseigenaren, Buurzorg

Business Case Valpreventie - Bennita

Is deze dienst verder uit te bouwen? Met zicht, medicatie, beweging.

- Health impact bond: filmpje bennita. <https://youtu.be/3rAuftLL60g>



Inventarisatie van pakket van maatregelen/acties met valpreventie als basis en verrijkt met thema's die daar nauw op aansluiten (dit schema kan nog uitgebreid worden)

A= aanbod; I= informatie; B= behoeften; E= bewezen effectieve aanpak; P=Praktijk; V=voorstel		ORGANISATIE/project
	PREVENTIEVE MAATREGELEN	
	Veiligheid in en om huis	
A	Toets veiligheid in huis; valpreventie; inbraakpreventie; brandpreventie	Rode kruis aan huis
A	Verbeteringen in huis	Burenklusteam
A	Reparatie van gebruiksvoorwerpen	Repair cafe
	Bewegen	
I	Veiligheid.nl - oefeningen en tips	SRO
A	2 Beweggroepen (Boogkerk en Herberg)	SRO
A	Zit beweggroep	Dansschool
A	Yoga lessen Wijkboerderij	GGZ-centraal
A	?	Hollandse maatjes
A	?	Chi gong
A	Val in balans: cursus 4 mnd	Fysiotherapeut
A	Bewegen in het ziekenhuis	Meander ziekenhuis
	Warme overdracht SRO	Meander ziekenhuis
	Kliniek Jesse?	
	Medicijnen	
I	Slaapmedicatie snel afbouwen	
I	Voorlichting	Apotheek, Huisarts
	Zicht	
		Opticien
	Voeding en Vitamine D	
E	Vitamine D en voeding (eiwitten) alvorens spierkracht oefening	

B	Veel behoefte aan maaltijden	? tafeltje dekje in de Herberg?
	Kinderen en voeding	
	Dietist eerste 3 uur gratis	
	Overig	
	Ijstraining	
	Mondzorg	
	Voorlichting(sbijeenkomsten) organiseren	
	Beweging en voeding	
	Ouderavond op scholen	
	SRO	
	Diëtist	
	Rode kruis aan huis	
	Sshap in supermarkt	
	Diabetes challenge	
	Vragenlijsten/checks/zelfzorg	
	Sociaal vitaal - vragenlijst	SRO
	ORGANISATIE/MOTIVATIE	
	De juiste voorwaarde scheppen wegnemen van drempels; werken aan vertrouwen	
	Vertrouwenspersoon die eerste keer meegaat	
	Maatje	
	Maaltijden helpen voor scheppen vertrouwen band	
	Vervoer nodig - automaatje	automaatje
	Het leuk maken: preventie is bijvangst	
	Symboliek introduceren; bewonersportretten maken	Afke
	Gratis koffie en gebak bij voorlichtingsbijeenkomst	
	Inspelen op trends	
	AED hype – koppelen aan voorlichting veiligheid in huis	
	Stroomschema - doorverwijzingen	
V	Alle ouderen moeten eigenlijk vragenlijst ingevuld hebben (Woudenberg >70jr rode kruis aan huis)	
V	Doorverwijzing mensen die gevallen zijn (met/zonder botbreuk) → naar Rode Kruis aan huis	Meander
P	Doorverwijzing mensen met ondervoeding naar dietist	Meander
	Combi's maken	

	Fit-test in combinatie met Rode Kruis aan Huis	
	Voeding en Rode kruis aan Huis	
	Rabobank vitaal : mantelzorgers	