



Welzijn op recept in Woerden

een middel naar integrale zorg en ondersteuning

Chellie Heijmans, Saskia Hijzelendoorn, Edith de la Fuente, Karen de Groot,
7 december 2017

Welzijn op recept in Woerden



raedelij n ▶

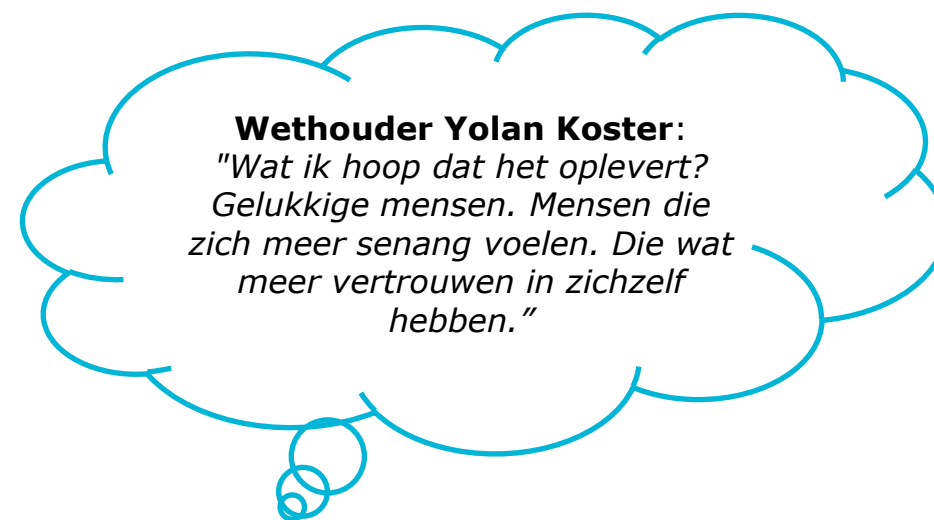
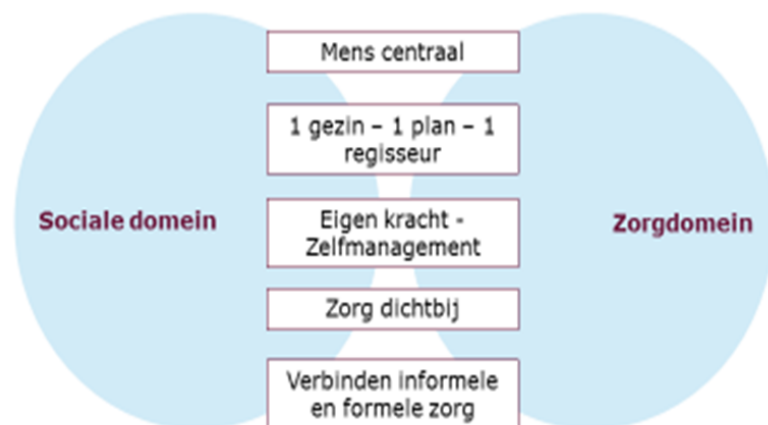


- ▶ Haalbaarheidsonderzoek
- ▶ Inspiratiebijeenkomst november 2015
- ▶ Intentieverklaring Welzijn Woerden, huisartsen en gemeente, augustus 2016
- ▶ Gefaseerde start met 2 praktijken oktober 2016
- ▶ Implementatie lokaal op maat
- ▶ Evaluatie met cliënten en professionals, mei/juni 2017
- ▶ Uitrol > van pilot naar borging samenwerking



‘Met de activiteiten, vooral gericht op preventie, (..) wil de gemeente bijdragen aan een goede gezondheid en kwaliteit van leven van de (kwetsbare) inwoners (daarbinnen de groep die het sociaal en/of economisch zwaar heeft).

- ▶ Eenmalige subsidie investeringsbudget sociaal domein
- ▶ Ondersteuning op inzet POH bij ontwikkeling WoR in Woerden
- ▶ Deelname aan stuurgroep



Kanteling in denken en werken

Positieve gezondheid

Gezondheid is het vermogen van mensen zich aan te passen en een eigen regie te voeren, in het licht van fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven.

(Machteld Huber)

Niet ziekte centraal, maar gezondheid en welbevinden.

Dat vereist veerkracht!

De 6 principes van duurzaam geluk

Ieder mens kan een gelukkig, betrokken en zinvol leven leiden. Volgens hoogleraar Jan Auke Walburg is het minder complex dan je denkt. Hij presenteert 6 principes van duurzaam geluk op basis van wetenschappelijke literatuur over welzijn en veerkracht.

- Denk positief en optimistisch**
Vertrouw op jezelf en blijf sterk bij tegenslagen.
- Geef je leven zin**
Bek een ruide hobby of probeer iets nieuws of help een ander.
- Leef bewust**
Zet al je zintuigen aan en geniet van het moment.
- Maak contact met anderen**
Praat met vrienden, familie en buren.
- Beweeg, eet gezond en ontspan**
Kies een activiteit die bij je past.
- Deel je geluk**
Inspireer anderen. Is vrijwilligerswerk wat voor jou?

Bron: Jan Auke Walburg - Hoogleraar Universiteit Twente en auteur van het boek Mentaal vermogen - Investeren in geluk.

Samenwerkingsafspraken over:

- ▶ Verwijzing en terugkoppeling
- ▶ Evaluatie en monitoring van de afspraken
- ▶ De bekendheid van een helder, aanspreekbaar welzijnsaanbod
- ▶ Verbreding van de aanpak voor alle huisartspraktijken



raedelij n ▶



Welzijnsconsulent:

"Je moet elkaar leren kennen. En heel concreet afspraken maken, welk nummer moet ik bellen. Ik kijk welke oplossing het beste bij de persoonlijke situatie past. Dat kan een activiteit of wandelclubje zijn, maar ook bijvoorbeeld vrijwilligerswerk."

Huisarts:

"Het sociaal domein heeft ons veel te bieden. Vrijwilligers, activiteiten in de maatschappij waardoor mensen zich nuttig kunnen voelen."

Wanneer is WOR een succes?



Voor inwoners & voor (de samenwerking tussen) professionals en vrijwilligers in Woerden

Beoogde resultaten

- ▶ Inwoners met psychosociale problemen ervaren meer mentale gezondheid, welbevinden, veerkracht en meer kwaliteit van leven
- ▶ Participatie wordt groter
- ▶ Zelfredzaamheid neemt toe
- ▶ Eenzaamheid en isolement zijn afgenomen
- ▶ Kwaliteit van professionele samenwerking neemt toe
- ▶ Taakverlichting bij huisarts (minder consulten)

= Minder zorggebruik, o.a. in 1^e lijn, door meer inzet op preventie / welzijn

Doelgroep



- ▶ Lichte psychosociale problematiek
 - ▶ Stabiel psychiatrisch beeld
 - ▶ Chronische ziekte of beperking
 - ▶ Eenzaamheid, sociaal isolement, een beperkt netwerk
 - ▶ Life event (rouw, werkloos, scheiding)

Inclusie

- ▶ 18 jaar en ouder
- ▶ Psychosociale problematiek volgens P & Z codes
- ▶ Enige motivatie bij cliënt

Exclusie

- ▶ Niet stabiel psychiatrisch beeld
- ▶ Life event teveel op de voorgrond

Resultaten



- ▶ Welzijnsarrangementen
- ▶ Werkwijze op maat – afspraken over doelgroep, verwijzing en terugkoppeling
- ▶ Communicatiemateriaal
- ▶ 35 deelnemers WoR Woerden
- ▶ Versterkt netwerk en betere samenwerking o.a. casuïstiekbespreking
- ▶ Inzicht in verwijzingen



Welzijnsarrangementen

- ▶ Bewegen met plezier
- ▶ Genieten van de natuur
- ▶ Beter in balans
- ▶ Leerzame ontmoetingen
- ▶ Smakelijke ontmoetingen
- ▶ Culturele activiteiten
- ▶ Gezellig samen



Rollen



- ▶ Huisarts
- ▶ Praktijkondersteuner Somatiek
- ▶ Praktijkondersteuner GGZ
- ▶ Welzijnsconsulent
- ▶ Inwoner zelf

Het recept in 5 stappen



Bij de huisarts ben je op het idee van Welzijn op Recept gekomen.



Een welzijnsconsulent van Welzijn Woerden neemt binnen een week contact met je op voor het maken van een afspraak.



Je hebt een gesprek met de welzijnsconsulent. In dit gesprek verken je jouw wensen en mogelijkheden om iets te gaan doen of anderen te ontmoeten.

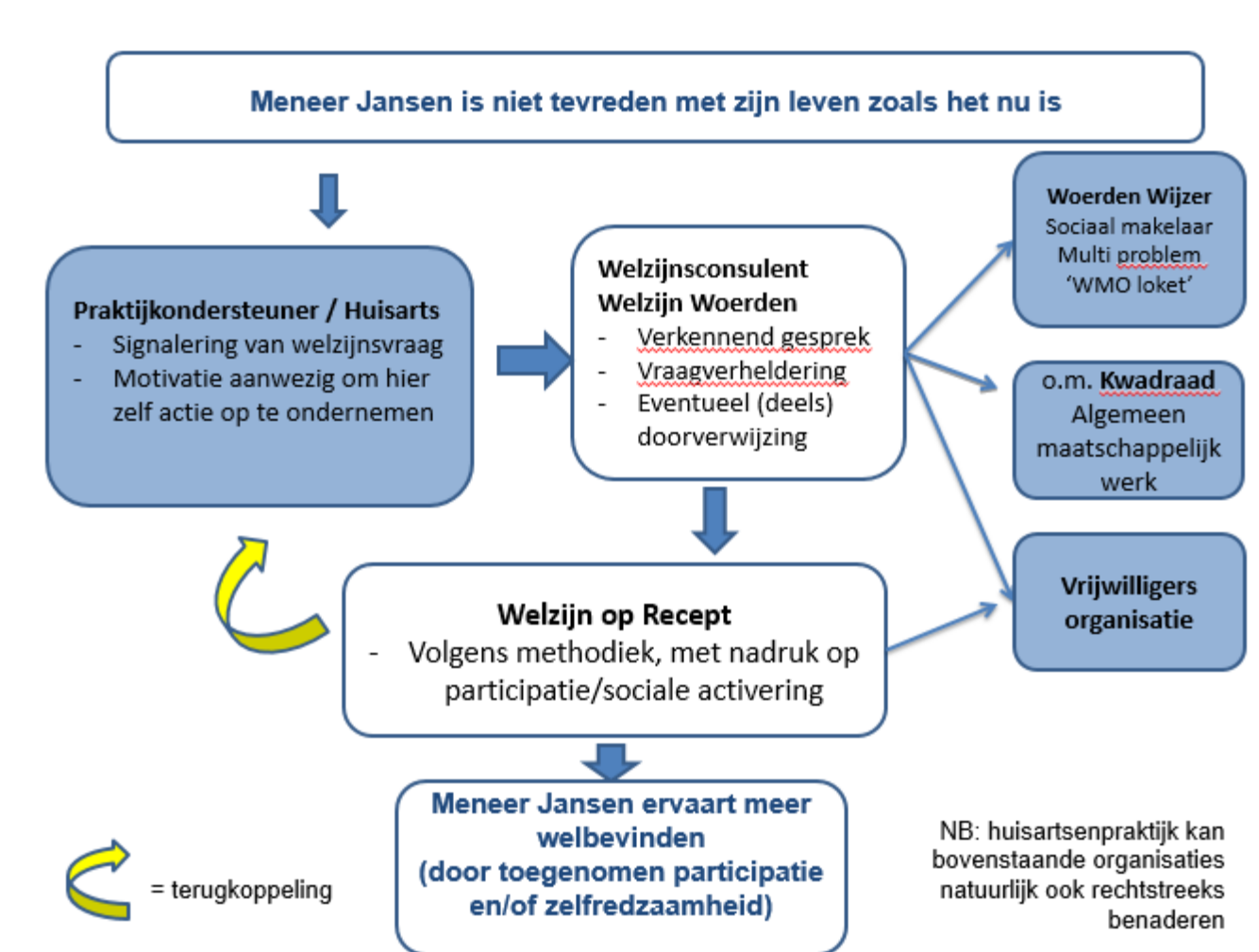


Je neemt zelf de eerste stap, eventueel met hulp van de welzijnsconsulent.



Na ongeveer een maand bespreek je met de welzijnsconsulent hoe het met je gaat.

Werkwijze Woerden



Monitoring en evaluatie

Kwantitatief:

- ▶ Aantal verwijzingen huisarts
- ▶ Aantal aanmeldingen, intakegesprekken consulent
- ▶ Aantal mensen gestart met activiteit of anders actief (langere termijn effect meten)



Kwalitatief

- ▶ Patiënten (ervaren gezondheidswinst) - gesprekken
- ▶ POH-S, POH GGZ & Huisarts (proces)
- ▶ Welzijnsconsulenten (proces)

'Vaak is een beetje ondersteuning al genoeg om mensen zelf stappen te laten maken.'

'Je beter voelen kan op allerlei manieren. Welzijn op Recept vervangt niks. Het is én én!'

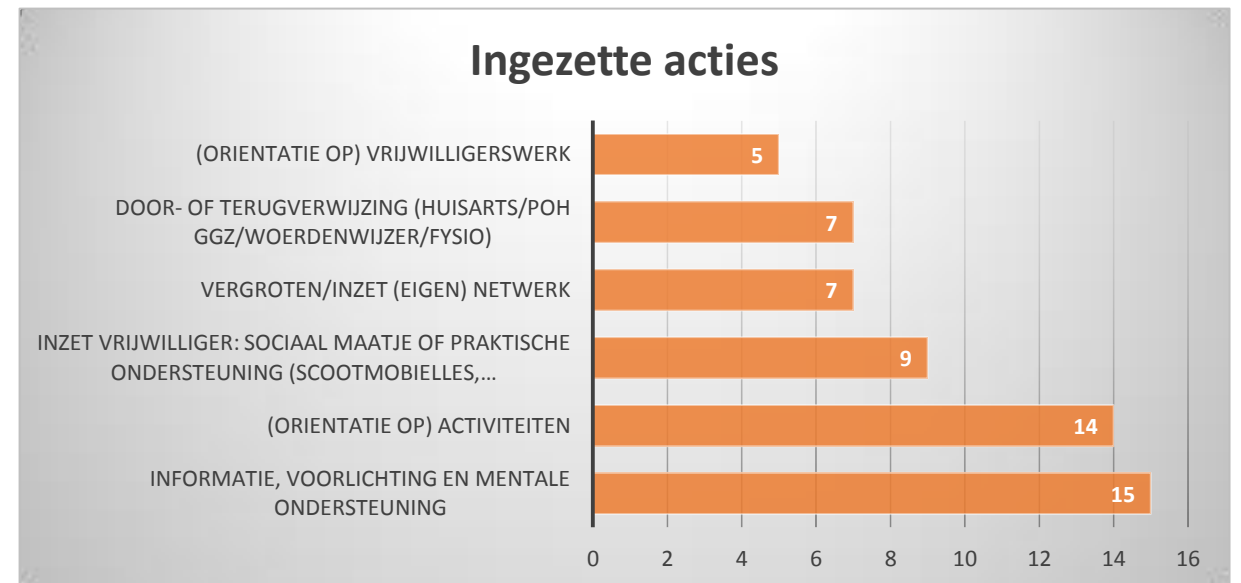
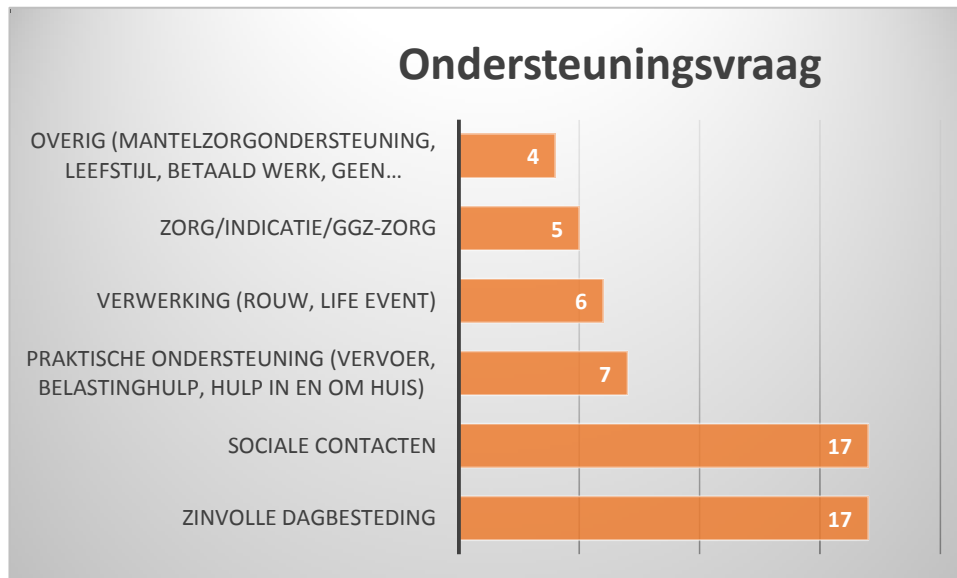
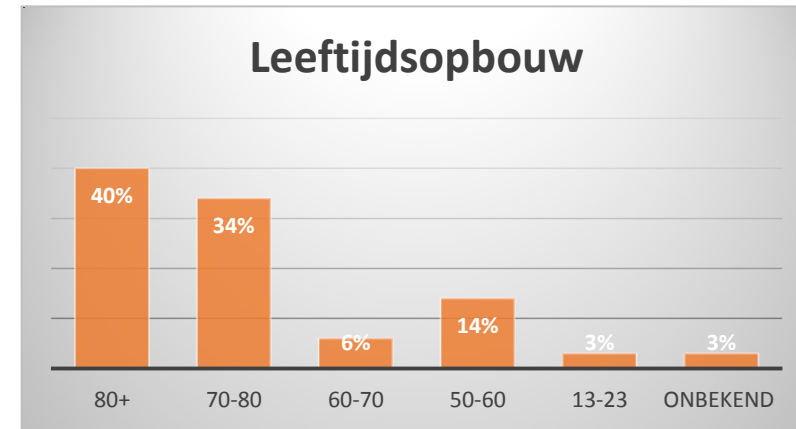
'Wat kan en wil je wel? Dat is steeds het vertrekpunt.'

'Mensen die hun plek weer vinden... Het is mooi om daaraan mee te werken.'

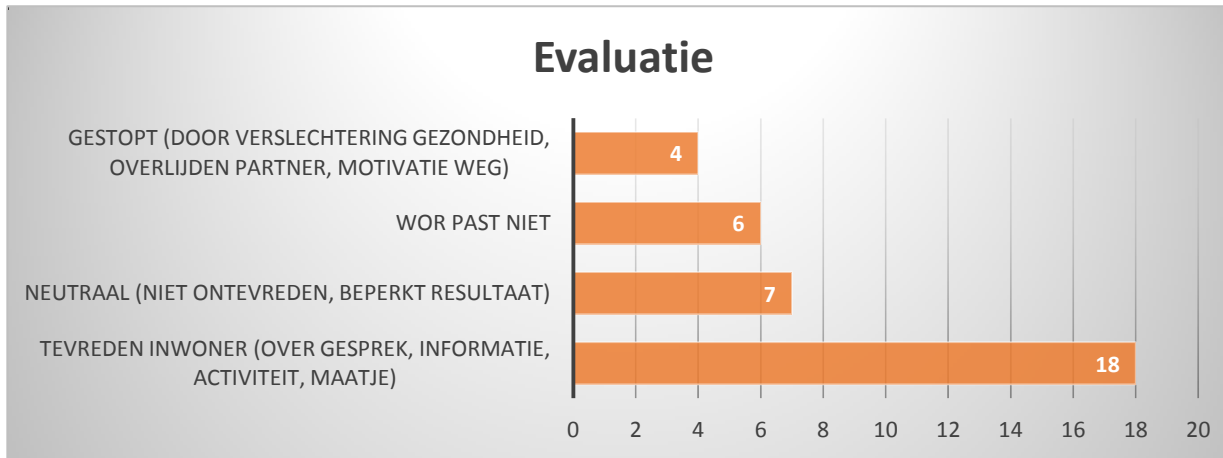
Doorverwijzing welzijn



	verwijzer			Totaal
	huisarts	POH-S	POH-GGZ	
Praktijk				
Iepenhof	1	11	7	19
Woerden-Oost	8	3	4	15
Rubensstraat	0	1	0	1
Totaal	9	15	11	35
in %	26%	43%	31%	100%



Evaluatie deelnemers



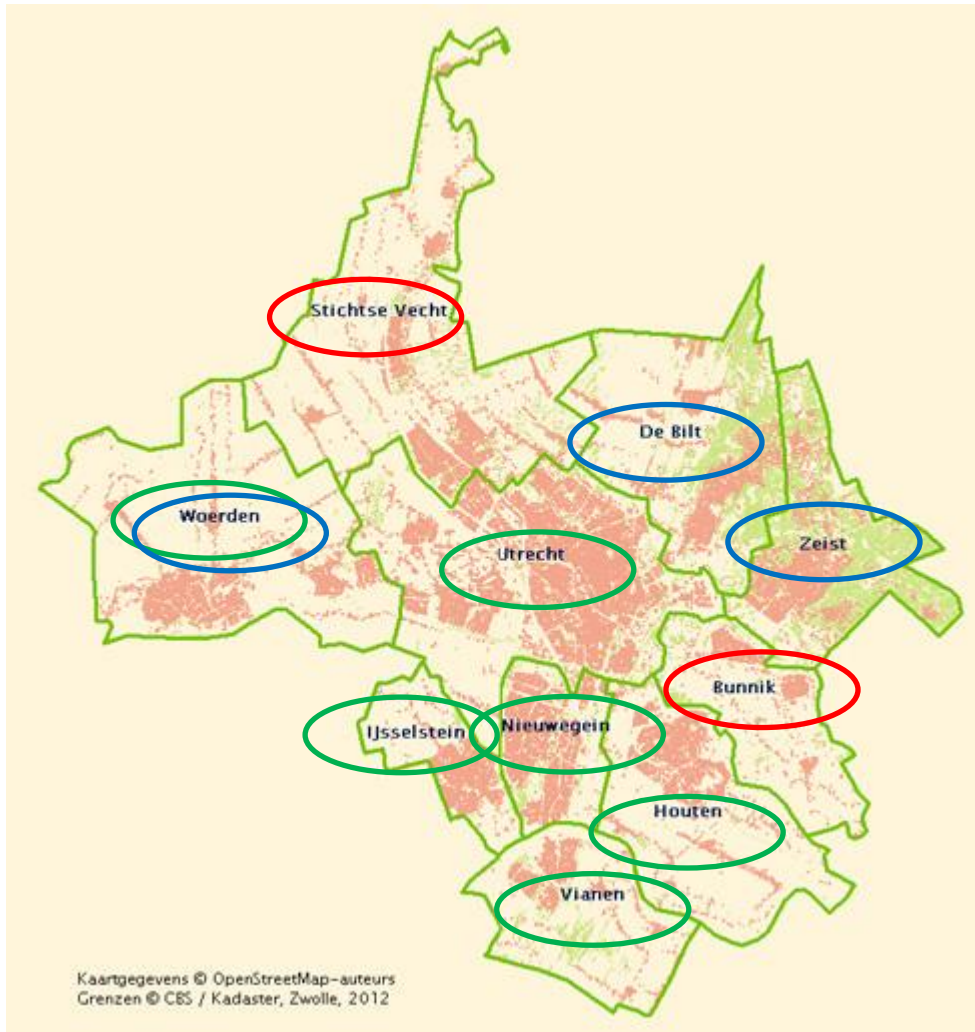
- ▶ Arrangeer activiteiten op maat, (beter) aansluiten op interesses, hobby's, achtergronden en leeftijd
- ▶ M.b.t. vrijwilligerswerk: houd de focus breed of verbreed verder van de meer sociale en/of zorg-activiteiten naar andere (creatieve) terreinen. Hier speelt de Buurtmarktplaats van Hart voor Woerden al (voor een deel) op in.
- ▶ Na start WoR: 'check ups' blijven uitvoeren en eindevaluatie inbouwen in de vorm van een fysiek gesprek 'Heb je de draai weer te pakken gekregen?'
- ▶ Zorg dat de buurtkamers/wijkcentra voor de gasten qua sfeer en inrichting een prettige omgeving zijn.
- ▶ De namen 'Welzijn Woerden', 'Hart voor Woerden' en 'Woerden Wijzer' naast elkaar zijn verwarrend

Samenvattend...



*“Als ik het in één zin moet samenvatten wat [de welzijnsconsulente] voor me heeft betekend is dat ik me in die periode veel minder eenzaam heb gevoeld. Je hebt het gevoel dat er iemand een hand naar je uitsteekt en **dat je gezien wordt**. [...] Dat je het idee hebt: er is een weg uit het isolement”*

Welzijn op recept U10 (november 2017)



Bewegen op Recept
Welzijn op recept of vergelijkbaar
(Nog) geen WoR of BoR