



Weteringschans 137

# Jaarbericht 2021

**ProScoop**

Voor goede zorg en gezondheid dichtbij

# Inhoud

Voorwoord

Kansrijke Start

Welzijn op Recept

Positieve Gezondheid

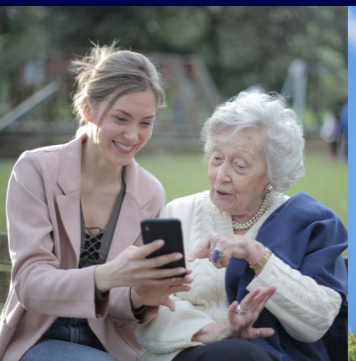
Eibergen Gezond

Coachtraject  
Vitaal Vechtdal

Bijeenkomsten

Samenwerking  
Leefstijl Arnhem

Alliantie Drentse Zorg



## Colofon

Ontwerp: Keijzer  
Fotografie/beeld: Proscop  
Redactie: Keijzer | Proscop  
Publicatiedatum: juni 2022



# Transformeren kun je leren?

**De zorg staat onder druk. Er is een toenemende zorgvraag, zorgkosten stijgen en personeel is schaars. Om de zorg gezond, betaalbaar en toekomstbestendig te houden móet het anders. De afgelopen jaren is de verschuiving van 'ziekte en zorg' naar 'gezondheid en gedrag' al volop ingezet in de regio. Hierin zien we dat het alleen samen kan. Domeinoverstijgende samenwerking tussen lokale en regionale partijen is daarom essentieel.**

De missie van Proscop is de organisaties van zorg- en welzijnsaanbod beter in te richten, zodat het aansluit bij de behoeften van inwoners en patiënten. Dat doen we door Triple Aim toe te passen, met populatiegerichte zorg als werkwijze en met gezondheid als vertrekpunt. Daarover hebben we in het jaarbericht van 2020 verschillende voorbeelden beschreven. In dit jaarbericht gaan we in op een aantal thema's en projecten die Proscop uitvoert, samen met én door zorgaanbieders en zorg-inkopende netwerkpartners. Al deze thema's en projecten hebben gezondheid als vertrekpunt.

## **Gezondheid als vertrekpunt**

De definitie en betekenis van gezondheid heeft zich de afgelopen jaren ontwikkeld. Zo kijken we niet langer naar alleen fysiek functioneren en naar ziekte, maar kijken we ook naar een betekenisvol leven, naar mentaal welbevinden en naar eigen regie van de inwoner.

## **Hoe dan?**

Afgelopen jaar hebben we gezien dat deze transformatie steeds meer zijn vertaling vindt op regionaal en lokaal niveau. Ook het concept van Positieve Gezondheid wordt steeds meer herkend. Maar de vraag 'Hoe dan?' komt steeds terug. In 2021 hebben we vanuit Proscop weer een bijdrage mogen leveren aan deze transformatie. We zien dat er steeds meer samengewerkt wordt. Ondanks, of soms dankzij, de noodzakelijke maatregelen en extra inzet van de zorgverleners vanwege het coronavirus.

Binnen de programma's en projecten die Proscop in 2021 heeft uitgevoerd, worden ook (steeds vaker) burgers actief betrokken. De bijdrage die zij leveren door mee te denken is van grote waarde voor het kiezen en laten slagen van het project. Want als we kijken vanuit preventie is de burger (nog) geen patiënt. Dus wat hebben burgers nodig om gezondheid te ervaren?

Ook in 2021 zijn de geplande fysieke bijeenkomsten veelal omgezet in online bijeenkomsten. Er zijn ruim veertig webinars georganiseerd. Een succesvolle webinarserie rondom Leefstijl en Medicatie en een webinar voor professionals rondom SOLK zijn daar slechts een greep uit.

Als we vooruitkijken zie ik de transformatie in de zorg steeds duidelijker zijn uitwerking krijgen. Een andere kijk op gezondheid, inwoners en het voorkomen van zorg spelen een grote rol. Integraal samenwerken blijft daarbij een belangrijke sleutel. Daarbij is onze insteek: lokaal waar het kan, regionaal waar het moet en rekening houdend met landelijke kaders. Kortom, uitdagende ontwikkelingen in een dynamische tijd. Wij werken, samen met partners in zorg- en welzijn, onverminderd door aan de veranderingen die daarbij horen. In dit jaarbericht vindt u slechts een fractie van wat Proscop in 2021 heeft gedaan. Wilt u weten wat wij nog meer doen? Dan nodig ik u graag uit een kijkje te nemen op de website van Proscop of contact op te nemen met één van onze adviseurs.

Veel leesplezier!

**Arie Jongejan**  
*Directeur / bestuurder*

# Kansrijke Start

## Kansrijke Start

De eerste 1000 dagen van een kind zijn cruciaal voor een goede start en voor zijn of haar verdere ontwikkeling, zowel op lichamelijk als mentaal en sociaal-emotioneel vlak. Een gezonde start geeft een kind niet alleen meer kans op goede gezondheid, maar ook op deelname aan onderwijs, participatie op de arbeidsmarkt en in de samenleving.

## Factoren van invloed

Omdat meerdere factoren van invloed zijn op een kansrijke start, is een brede, domeinoverstijgende aanpak nodig. Belangrijke aspecten van deze aanpak zijn vroegsignalering en het bieden van ondersteuning en zorg met aandacht voor achterliggende problemen. Daarvoor is samenwerking nodig tussen geboortezorg (verloskundigen, gynaecologen, kinderartsen en kraamzorg), publieke gezondheid en het sociale domein (o.a. wijkteams, welzijn, jeugdzorg, schuldhulpverlening en huisvesting).

## Afspraken Kansrijke Start

Het landelijke actieprogramma Kansrijke Start stimuleert gemeenten om lokale of regionale coalities te bouwen die gezamenlijk afspraken maken over de ondersteuning aan kwetsbare ouders voor en tijdens de zwangerschap en na de geboorte zodat meer kinderen een kansrijke start krijgen.



## Rol Proscop

Proscop is betrokken bij het opzetten van lokale en soms ook regionale samenwerkingsafspraken rondom Kansrijke Start in Assen, Vechtdal, Apeldoorn en Epe, Brummen, Zutphen en Arnhem.

Meer lezen over  
Kansrijke Start?

Klik hier

## Nu Niet Zwanger

Het programma Nu Niet Zwanger ondersteunt kwetsbare mensen (m/v) een bewuste keuze te maken over het moment van hun kinderwens, zodat zij niet onbedoeld zwanger raken. Nu Niet Zwanger is een concreet actieprogramma van Kansrijke Start.

## Kwetsbare (potentiële) ouders

Dit programma richt zich op kwetsbare (potentiële) ouders in de vruchtbare leeftijd die een opeenstapeling van problemen kennen. Denk hierbij aan ernstige psychiatrische problematiek, verstandelijke beperking, verslaving, dakloosheid, schulden, loverboyproblematiek en illegaliteit. Het programma Nu Niet Zwanger zet in op een open en eerlijk gesprek over een eventuele kinderwens, seksualiteit en anticonceptie.

In het tweede kwartaal van 2021 is het programma in Arnhem geëvalueerd. Uit de evaluatie blijkt dat de gewenste resultaten uit het projectplan zijn behaald en de toegevoegde waarde van het programma bevestigd wordt. Het regionale programma heeft geleid tot concrete resultaten waarbij onnodig leed en zorgkosten zijn voorkomen, doordat cliënten het gesprek over kinderwens aangingen en zij hierdoor bewust stil konden staan bij hun keuze hierin. Over deze evaluatie is ook een [factsheet](#) ontwikkeld.

## Rol Proscop

Adviseur Annelies Diependaal-van Zeeland is in opdracht van de deelnemende gemeenten projectleider van het programma in de regio Arnhem (gemeenten: Arnhem, Doesburg, Duiven, Lingewaard, Overbetuwe, Renkum, Rheden, Rozendaal, Westervoort en Zevenaar).



## De meerwaarde van Nu Niet Zwanger volgens professionals

- Meer bewustzijn over het belang van het voeren van het gesprek over kinderwens
- Cliënt voelt zich gehoord, kan bij iemand terecht en voelt zich volwaardig benaderd
- Meer handvatten en mogelijkheden om het gesprek over kinderwens aan te gaan
- Verrijking van het werk
- Aanspreekpunt binnen en buiten organisatie

Meer lezen over  
Nu Niet Zwanger?

Klik hier

# Welzijn op Recept

## De implementatie van Welzijn op Recept in Flevoland, de Achterhoek en Drenthe

**Welzijn op Recept is een alternatief voor mensen met lichte psychosociale klachten. De belangstelling voor Welzijn op Recept neemt nog steeds toe en dat is een goede ontwikkeling. Welzijn op Recept is een verbinder tussen zorg en sociaal domein en helpt mensen snel op weg naar de juiste plek om aan de slag te gaan met hun gezondheid. Proscop is op verschillende plekken in ons werkgebied betrokken bij het implementeren van Welzijn op Recept.**

### Wat is Welzijn op Recept?

Een voorbeeld: een patiënt komt bij de huisarts met psychosociale klachten zoals vermoeidheid of pijn in de nek. In plaats van het 'traditionele pilletje' voor te schrijven, verwijst de huisarts – via Welzijn op Recept – patiënten door naar een welzijnscoach die beter kan helpen. Want vaak spelen onderliggende, sociaal maatschappelijke problemen een rol. Denk hierbij aan overlijden van een partner, verlies van werk of eenzaamheid. Door het voeren van 'het andere gesprek' vanuit Positieve Gezondheid komt de huisarts of praktijkondersteuner op andere oplossingen, die vaak buiten het medische circuit liggen.

Welzijn op Recept draagt in de huisartsenzorg bij aan demedicaliseren. Voor gemeente en welzijn komt een nieuwe doelgroep in beeld via het welzijnsrecept,

waardoor de banden met de huisartsen verstevigd worden. De huisarts en de praktijkondersteuner krijgen meer zicht op wat het voorliggend veld te bieden heeft. In de Achterhoek worden ervaringen zowel lokaal als regionaal in kaart gebracht om het effect inzichtelijk te maken.

### Landelijk kennisnetwerk

Het Landelijk kennisnetwerk Welzijn op Recept ondersteunt en adviseert huisartsen, andere eerstelijns zorgverleners, welzijnswerkers, sociaal werkers, beleidsambtenaren en gemeenten om Welzijn op Recept goed toe te passen. Het netwerk deelt kennis, draagt bij aan de implementatie van Welzijn op Recept in alle Nederlandse gemeenten en ondersteunt betrokken partijen.

**Flevoland:** “Concrete handvatten voor gezonde inwoners van Noordoostpolder”

Welzijnsorganisatie Carrefour en drie huisartsenpraktijken in Noordoostpolder startten in het voorjaar van 2021 met de pilot Welzijn op Recept. Proscop begeleidde de implementatie. Projectmanager bij Carrefour Angela Weerden geeft aan dat ze blij was met deze begeleiding:

**“Dit brengt net dat stukje professionaliteit en onafhankelijkheid dat we nodig hebben in de opstartfase van Welzijn op Recept.”**

– Angela Weerden, projectmanager Carrefour



**Achterhoek:** “Zelfregie voor volwassenen en ouderen”

Eigen regie voor volwassenen en ouderen is een van de speerpunten van Thematafel Gezondste Regio in de Achterhoek. Welzijn op Recept wordt daarbij gezien als interventie die kan helpen om kwetsbare inwoners van de Achterhoek wat meer kleur in het leven te geven. Daarnaast kan Welzijn op Recept bijdragen aan meer verbinding tussen de zorg en het sociale domein. Dat helpt om niet alleen in termen van ziekte te denken maar steeds meer in termen van (positieve) gezondheid.

Samen met een koplopersgroep van professionals uit gemeenten, welzijn en huisartsenzorg geven we vorm aan Welzijn op Recept in deze regio. Dat doen we in afstemming met het landelijk kennisnetwerk Welzijn op Recept.



**Welmoed Nijboer**  
Projectleider over Welzijn op Recept in de Achterhoek

**Drenthe:** “Een eenvoudig concept met krachtige gevolgen”

In Drenthe zien huisartsen relatief veel mensen met psychosociale problemen op het spreekuur. Klachten als vermoeidheid, pijn in de nek, maar ook stress, angst en somberheid hebben lang niet altijd een medische oorzaak. De huisarts kan deze mensen vaak niet de best passende hulp geven.

Welzijn op Recept is dan een alternatief voor deze groep. De huisarts verwijst deze inwoners door naar een welzijnscoach. Deze bespreekt met elke deelnemer zijn of haar wensen en mogelijkheden. Zo gaan ze samen op zoek naar een passende activiteit.

In vier van de twaalf gemeenten werken al één of meerdere huisartsenpraktijken met Welzijn op Recept. De andere gemeenten staan open voor de introductie en/of wachten op het juiste moment om Welzijn op Recept te introduceren.

# Positieve Gezondheid

## Kijken naar de toekomst

**Kwaliteit van leven. Veerkracht. Eigen regie. Meedoen in de maatschappij. Mentaal welbevinden. Zomaar enkele begrippen die nauw verbonden zijn met Positieve Gezondheid. Gezondheid is tenslotte meer dan 'niet ziek zijn'. Proscop kijkt dit met een brede blik en niet slechts vanaf de medische kant. Deze brede kijk op gezondheid is op gang gekomen en gaat zich de komende jaren verder ontwikkelen. Wat is er in 2021 op dit gebied onder andere teweeg gebracht in Noordoost-Nederland?**

## Inspiratie uit de Achterhoek

*"Hoe kunnen wij gezondheid in de Achterhoek nóg meer vooropstellen?"* Dit was de centrale vraag tijdens de inspiratiesessie "Gezondheid voorop in de Achterhoek". Tijdens deze succesvolle sessie, in het najaar van 2021, lieten ruim 70 professionals zich inspireren op het gebied van Positieve Gezondheid. De interventies 'Welzijn op Recept' en 'Gecombineerde Leefstijl Interventie' speelden ook een rol tijdens de sessie. Eén van onze adviseurs, Kyra Jansing, begeleidde deze online bijeenkomst.

### Een breder perspectief

Het gedachtegoed Positieve Gezondheid is een manier om vanuit een breder perspectief naar gezondheid te kijken en niet alleen de medische kant te belichten. Alle aanwezigen lieten zich door Chantal Walg (adviseur bij Proscop) inspireren om op deze manier naar gezondheid te kijken.

### Treffende casus: Welzijn op Recept

Vervolgens vonden er enkele workshops plaats met praktijkvoorbeelden uit de Achterhoek. Jan Joost Meijs (landelijk netwerk Welzijn op Recept) lichtte met een casus treffend toe hoe Welzijn op Recept succesvol werd toegepast. Welzijn op Recept kent nauwe raakvlakken met Positieve Gezondheid door de holistische benadering.

### Gecombineerde Leefstijl Interventie

Ook de Gecombineerde Leefstijl Interventie, succesvol in de Achterhoek, verdient een plek in dit jaarbericht. Dit onderwerp werd uitgebreid toegelicht tijdens de inspiratiesessie. De focus hierin ligt op de eigen regie van de inwoner en ook de holistische benadering is hierin belangrijk.

## Regionale beweging Positief Gezond IJsselland

Vanaf juli 2021 vormt Proscop samen met de GGD IJsselland en de Provincie Overijssel het coördinatieteam van de beweging Positief Gezond IJsselland. Lokale partijen in de regio IJsselland zien meerwaarde in een regionale beweging die ondersteunend, verbindend en versterkend werkt voor dat wat er al is. De beweging is actief in de gemeenten Dalfsen, Deventer, Hardenberg, Kampen, Olst-Wijhe, Ommen, Raalte, Staphorst, Steenwijkerland, Zwartewaterland en Zwolle. Er wordt meer nadruk gelegd op gezondheid en meer bewustzijn over Positieve Gezondheid bij inwoners en professionals gecreëerd. Door hierin sector- en domeinoverstijgend samen te werken, zal de druk op de zorg in de eerste lijn verminderen. In de beweging wordt gewerkt aan drie pijlers: een regionale publiekscampagne, het delen van inspirerende voorbeelden en regionaal trainingsaanbod.

### Elma van Dongen

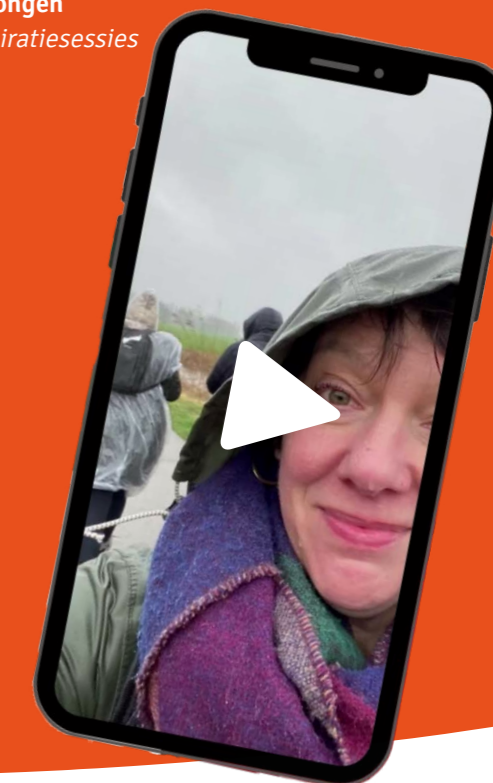
*over de inspiratiesessies*

### Een frisse wind in Zwartewaterland

Een frisse wind en een andere denkrichting. Dat brachten de inspiratiesessies in de gemeente Zwartewaterland teweeg. Deze sessies kregen door de coronapandemie een iets andere vorm. Proscop organiseerde twee inspiratiesessies Positieve Gezondheid. Deze sessies konden niet binnen plaatsvinden. Hieraan gaf Elma van Dongen (adviseur bij Proscop) een creatieve en sportieve draai.

### Positief gezond wandelen

Het sociaal domein nam deel aan de positief gezonde wandeling in kleine groepen. Gewapend met een rugzak en een programmaboekje gingen de groepen op pad. Onderweg kwamen goede en waardevolle gesprekken op gang vanuit de eigen casussen. Het leverde voor de deelnemers nieuwe gezichtspunten op. Hierdoor maakt de gemeente Zwartewaterland ruimte voor andere oplossingen binnen de gezondheid van de inwoners.



### Anders denken én doen

Met deze regionale voorbeelden ziet u dat Proscop zich hard maakt voor Positieve Gezondheid, en met succes. Dit krijgt de komende jaren zéker een vervolg. Want, de brede kijk en andere denkwijze moeten meer op gang komen en blijven.

De zorg transformeren en werken vanuit gezondheid als vertrekpunt, betekent anders denken én doen. Dit is een waardevol proces wat met alle neuzen in dezelfde richting een succes kan worden in iedere regio. Binnen Positieve Gezondheid staat altijd de inwoner centraal. Dit is waar wij het voor doen. Onze missie voor de komende jaren is onverminderd groot: het stimuleren en enthousiasmeren van Positieve Gezondheid binnen de regionale eerstelijnszorg en sociaal domein. Wij delen over dit actuele onderwerp onze kennis door het geven van waardevolle ondersteuning.

# Eibergen Gezond



## We kunnen méér samen!

**Op initiatief van enkele zorgprofessionals is, vanuit het idee ‘we kunnen méér samen’, gekeken naar de samenwerking in Eibergen. Al in 2020 heeft de eerste nieuwjaarsborrel voor alle zorgverleners in Eibergen plaatsgevonden en zijn er stappen gezet voor onze samenwerking. Door COVID-19 is er veel online contact gezocht en dat bleek zeer productief. Wensen bleken overeen te komen en sindsdien zijn er verschillende initiatieven geweest rondom het vormen van samenwerking en werken vanuit Positieve Gezondheid.**

### Stip op de horizon

Vanuit de Nieuwjaarsborrel in 2020, georganiseerd door Fysio Samen Sterk, is er doorgepraat en toegewerkt naar het breed opzetten van een gezondheidsnetwerk Eibergen onder de noemer van ‘Wijkgericht samenwerken – Eibergen Gezond’. Inmiddels is er een zestigtal mensen actief aangehaakt vanuit verschillende organisaties in zorg en welzijn.

De stip op de horizon is als volgt geformuleerd: de burger staat centraal en daaromheen staat een netwerk van zorgverleners, sociaal domein en vrijwilligers. Als de burger, patiënt wordt, dan zijn er korte lijnen. Zorgverleners zijn van elkaar op de hoogte, ook van elkaars expertise. Eigen regie van de burger is belangrijk. Van gericht op zorg naar gericht op preventie of nog ervoor: gericht op een gezond Eibergen. Hierbij wordt de nieuwe definitie van Positieve Gezondheid omarmt: gezondheid is het vermogen van mensen om met fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven om te gaan en zoveel mogelijk eigen regie te voeren.

### Brede kijk op uw gezondheid



Gezondheid is meer dan een gezond lichaam. Gezondheid is ook contact hebben met anderen, jezelf kunnen verzorgen, meedoen, energie hebben, jezelf accepteren, vrolijk zijn etc. Als je zo kijkt, kan iemand met een ziekte, ook heel gezond zijn. Deze folder gaat over deze brede kijk op gezondheid. Hierbij kijk je niet alleen naar problemen, maar vooral ook naar wat voor iemand belangrijk is.

**Hoe gezond bent u?**  
Beantwoord daarvoor de vragen op de voor- en achterkant. Als u wilt kunt u uw antwoorden bespreken met familie, vrienden, uw huisarts of een andere professional.  
**Meer informatie en een uitgebreide test vindt u op [www.mijnpositievegezondheid.nl](http://www.mijnpositievegezondheid.nl)**

## Wat is er tot nu toe gedaan met Eibergen Gezond?

### 1. Enquête

Er is een enquête verstuurd aan ongeveer 90 organisaties en praktijken. De enquête gaf inzicht in de samenwerkingsverbanden en wat de wensen zijn van de zorgprofessionals. De kern van de activiteiten van Eibergen Gezond is niet het initiëren van nieuwe dingen, maar juist het bundelen en stroomlijnen van krachten en het bij elkaar brengen en zichtbaar maken van bestaande initiatieven voor bewust en gezond leven.

### 2. Eibergenprofiel

Daarnaast is het zogenaamd Eibergenprofiel opgesteld. Een gezondheidsprofiel geeft inzicht in de sociale en gezondheidssituatie van de inwoners in een gebied. Het model van Positieve Gezondheid is gebruikt om het profiel van Eibergen breed te benaderen.

### 3. Zes bijeenkomsten en ‘Stip op de horizon’

Vanaf 2020 zijn er zes (online) bijeenkomsten geweest waar wensen en mogelijkheden over de tafel rolden en waar werkgroepen uit ontstonden.

### 4. Gekozen thema's in Eibergen 2021

Rondom alle thema's zijn werkgroepen geformuleerd, met elk een 'trekker', die het thema verder oppakken, uitwerken en vorm gaan geven.

- **Communicatie:** de Berkellandwijzer werd aangepast, en er werd een [Facebookpagina](#), website en e-mailadres aangemaakt.
- **Ondersteuning** voor mensen die corona hebben gehad
- **Kwetsbare Ouderen:** gericht op zelfredzaamheid en eigen regie.
- **Jeugd:** de werkgroep hield zich bezig met thema's als opvoeding, groepsdruk, communicatie onderling. Er is contact met jongerenwerk en [Preventieplatform Jeugd](#).
- **Taal en gezondheidsvaardigheden:** deze werkgroep richtte zich op de samenwerking met de bibliotheek, digitaal vaardiger worden en nieuwkomers.
- **Positieve Gezondheid:** Deze werkgroep betreft en zet de burger centraal, vanuit het gedachtegoed van Positieve Gezondheid.

### Hoe nu verder?

De trekkers van de werkgroepen komen geregeld samen om zo nieuwe ontwikkelingen in te zetten. Dat deze beweging om meer samen te werken niet op zichzelf staat, kun je hier zien:

[Klik hier](#)



### Rudie van den Berg, adviseur Proscop

“De gedrevenheid vanuit de werkgroepen is bewonderenswaardig. Je merkt dat de deelnemers echt enthousiast zijn, ook toen alles door corona online plaats moest vinden. Er is in korte tijd al een hele hoop bereikt. Nu is het tijd om een pas op de plaats te maken, te zien waar we nu staan, en te bepalen hoe we verder gaan met onze ‘beweging’ Eibergen Gezond. In 2021 zijn we vooral de verbinding aangegaan en hebben we de uitwisseling van kennis en ervaring gefaciliteerd. Maar hoe kunnen we de bewoners ook in de toekomst blijven betrekken bij deze beweging, en hen overtuigen van hun eigen kunnen en regie? Dat is niet iets van vandaag op morgen en heeft te maken met duurzame gedragsverandering. Daar werken we samen naartoe.”



### Manon te Vaarwerk, fysiotherapeut bij Fysio Samen Sterk, kartrekker van Eibergen Gezond en werkgroep ouderen.

“In Eibergen hadden wij al langere tijd op informele basis contact met fysiotherapeuten onderling, maar we waren ook benieuwd naar de andere hulpverleners in Eibergen. Daarom hebben we hen uitgenodigd op de nieuwjaarsborrel in 2020. We bespraken de wens dat we intensiever wilden samenwerken. Zelfs in de coronatijd hebben we daarin met behulp van Proscop stappen kunnen zetten. Door onze samenwerking vinden we elkaar, en helpen we de burger ook sneller. Je verbreedt je eigen netwerk. Als fysiotherapeut kon ik nu bijvoorbeeld een dame die meer moest bewegen, doorsturen naar een fietsgroep via de sportfederatie. Als iemand daarmee vervolgens haar sociale netwerk vergroot en daarna ook eens naar een creatieve middag van het buurthuis gaat, heb je een win-win situatie. Door zo'n samenwerking zie je welk verschil je maakt in het leven van iemand. Dat is de grootste kracht van deze manier van werken. Gezondheid gaat veel verder dan lichamelijk functioneren.”



### Walijne Schoenmaker, podotherapeut bij Podotherapie Oost-Nederland en voorzitter werkgroep communicatie.

“Toen wij als nieuwe praktijk in Eibergen kwamen, hadden we behoefte aan inzicht in de organisatie van eerstelijns zorg. Wat is er al, wie doet wat, en hoe vinden we elkaar? Door te weten wie er rond de inwoner staat, kunnen we beter helpen: zo kunnen we mensen met elkaar verbinden en de drempel verlagen. We zoeken ook samenwerkingen die je op het eerste gezicht niet zou verwachten: hulpverleners in de GGZ adviseren bijvoorbeeld je hoofd leeg te maken door te wandelen. Wij kunnen helpen voorwaarden te creëren dat wandelen kán, door een schoenadvies en klachten in voeten en onderste extremiteiten op te lossen. Op deze manier is samenwerken écht zinvol. Dat is voor mij een voorbeeld van zinnige zorg.”

# Coachtraject Vitaal Vechtdal

**We gaan steeds meer op een andere manier naar onze gezondheid kijken. We leggen het accent niet meer op ziekte, maar op mensen zelf, op hun veerkracht en op wat hun leven betekenisvol maakt. Wat is voor jou belangrijk om te kunnen (blijven) doen, om je gezond te voelen en wat heb je daarvoor nodig? Onderzoeker en huisarts Machteld Huber is de maker van het concept Positieve Gezondheid.**

## **Buurtzorg Dedemsvaart**

Een mooi voorbeeld van de aanpak Positieve Gezondheid in de praktijk is Buurtzorg Dedemsvaart. Daar wordt geoefend met het meer betrekken van cliënten bij de zorg. Een echtpaar en twee medewerkers van Buurtzorg vertellen [in deze video](#) over hun ervaringen hiermee. Deze aanpak is mede tot stand gekomen door een coachtraject Positieve Gezondheid van Vitaal Vechtdal samen met het Alfa-college (coach Mieke Vogelzang) en Proscop (kennis en ondersteuning).

## **Coachtraject**

Vitaal Vechtdal wil graag werken vanuit het gedachtegoed: Positieve Gezondheid stimuleren onder professionals in de zorg. Het werken met Positieve Gezondheid vraagt om een andere manier van kijken en doen in de praktijk. Meer oog hebben voor welzijn en zingeving. In Balkbrug en Dedemsvaart startte in 2019 een groep deelnemers - huisarts,

praktijkondersteuner, wijkverpleging en Samen Doen - met een pilot om Positieve Gezondheid toe te passen in het multidisciplinair overleg gericht op ouderen. In dit overleg zijn alle zorgprofessionals aanwezig die bij een behandeling betrokken zijn.

Trainer Chantal Walg gaf onder meer de presentatie 'Een andere kijk op gezondheid(szorg)' over Positieve Gezondheid. Eén van de belangrijkste vaardigheden is coachend werken. Niet direct praktische oplossingen bedenken, maar met open houding op zoek gaan naar de vraag achter de vraag van de cliënt.

De ervaringen van de deelnemers zijn positief. Op dit moment zijn er 4 groepen in het Vechtdal die het coachtraject van Vitaal Vechtdal volgen. Dit gebeurt in Hardenberg, Avereest, Ommen en Kloosterhaar. Dit traject is samen met Proscop ontwikkeld en bestaat uit een startbijeenkomst ter inspiratie en 6 vervolgssessies, verdeeld over 6 maanden.



## Mieke Vogelzang, coach bij Vitaal Vechtdal

“Positieve Gezondheid gaat over gezondheid in de breedste zin van het woord: het gaat over zinvol leven. Want een mens kan zoveel meer dan alleen ziek zijn. Wat maakt een mens gezond? Vanuit dat oogpunt coach ik de deelnemers. Als zorgverleners hebben we de valkuil om in hokjes – vanuit de eigen expertise – te denken. We kijken naar de klacht, en hoe wij hen daarbij kunnen helpen. Maar wat als je naar de mens in totaal kijkt? Wat kan en wil iemand zelf, en wat vindt hij belangrijk? Hoe kun je de mens regie geven, en laten ervaren dat hij of zij die regie mag nemen? Zo kijken we naar de kracht, niet alleen naar de klacht.

Als coach leer ik de deelnemers andere vragen te stellen dan ze gewend zijn. Zorgverleners zijn vaak bedienend zorgend opgeleid: een patiënt komt (soms regelmatig) met een klacht, en die behandel je. In Positieve Gezondheid gebruik je het spinnenweb als uitgangspunt voor de gesprekken, waarbij de wijze van vraagstelling centraal staat. De beginvraag van een gesprek kan zijn: “Wat valt u op, aan uw ingevulde spinnenweb?” De patiënt kiest datgene wat hij of zij op dat moment belangrijk vindt, en de zorgverlener stelt zich “niet-wetend” op, luistert en stelt vragen over datgene wat de ander belangrijk vindt. Mijn rol als coach is om bewustwording te laten groeien bij de deelnemer, dat dit anders denken en doen vraagt in hun dagelijks werk. Het levert verdieping aan het gesprek, je komt vaak meteen tot de kern van datgene wat belangrijk is. Deelnemers zijn soms verbaasd hoe een mooie vraag impact kan hebben op de ander. Dat is zo mooi!

Het mooie is dat de professionals in het veld rondom de burger elkaar na het traject ook beter weten te vinden. Onder andere Buurtzorg Dedemsvaart heeft ruime ervaringen in het werken vanuit Positieve Gezondheid. En dat zien we terug in het verminderde aantal zorgvragen. Het belangrijkste dat ik mee wil geven? Hoor de ander, zie de ander en wees verwonderd over de ander. Sta open en stel een niet-wetende houding op. Daardoor blijf je leren.”



# Bijeenkomsten

## Inspireren, kennis delen en verbinden

Proscop organiseerde in 2021 ruim veertig webinars voor professionals in zorg en welzijn, beleidsmakers en eigen medewerkers om te inspireren, kennis te delen en te netwerken. Deelnemers kwamen vanuit ons brede werkveld: eerstelijnszorgverleners, sociaal domein, ziekenhuis, GGD, thuiszorg, onderwijs, GGZ, revalidatie, samenwerkingsverbanden, zorgverzekeraars en gemeenten. We organiseerden bijeenkomsten om naast kennis ook zorgprofessionals in de regio aan elkaar te verbinden. Maar we hostten ook kennissessies in de vorm van een rondetafelgesprek. Onze adviseurs gingen in gesprek met professionals zoals een huisarts of leefstijlcoaches en met een ervaringsdeskundige. Hierdoor werd het gesprek van meerdere kanten belicht. In verschillende sessies gingen we ook in breakoutrooms uiteen. Om elkaar beter te leren kennen, om te oefenen of om inzichten te delen. Ons doel was om professionals handvatten te geven zodat zij breder naar gezondheid kijken en weten te verbinden.

Lees meer over de webinars



### Webinarserie Leefstijl en medicatie: 'Voor elk probleem een pilletje'

Als we met elkaar langer gezond willen blijven (en de zorg betaalbaar willen houden) moeten we inzetten op Positieve Gezondheid, waar preventie- en leefstijlthema's onderdeel van zijn. Als we vanuit het perspectief van Positieve Gezondheid en preventie/leefstijl kijken naar het thema medicatie liggen er verschillende uitdagingen. In Nederland gebruiken veel mensen medicatie. Praktijkervaring leert dat veel patiënten 'blind' op hun arts vertrouwen en voorgeschreven medicatie slikken zonder de bijsluiter te lezen. Ook wordt er medicatie op eigen initiatief gekocht. Onjuist medicatiegebruik of het slikken van verkeerde medicijnen kan ernstige bijwerkingen tot gevolg hebben en soms zelfs zorgen voor een ziekenhuisopname of overlijden.

Proscop organiseerde een webinarserie Leefstijl en Medicatie onder de titel 'Voor elk probleem een pilletje?'. Het doel hiervan was bij professionals, en indirect bij burgers, meer bewustwording te creëren over het voorschrijven en gebruik van medicatie en mogelijke leefstijlalternatieven. Dit in de verwachting dat meer bewustzijn rondom medicatiegebruik en leefstijl een positief effect heeft op de gezondheid van burgers in Nederland op lange(re) termijn. Wat vervolgens kan leiden tot minder medicijngebruik en kosten.

### Wat hebben we gedaan?

We behandelden dit onderwerp aan de hand van verschillende thema's: de overgangs-pil (146 deelnemers), de ouderen-pil (100 deelnemers), De vitamine-pil, de GGZ-pil, de afval-pil (50 deelnemers), de welvaarts-pil (235 deelnemers) en de onrust-pil (over kinderen/jeugd met 145 deelnemers). Alle webinars zijn hier terug te kijken:

Meer informatie

### Webinarserie SOLK en Zie Mij Nu

In Nederland groeit het aantal mensen met SOLK (somatisch onverklaarbare lichamelijke klachten). Dit legt een zware last op onze gezondheidszorg en brengt hoge zorg- en maatschappelijke kosten met zich mee. Aandacht voor SOLK is noodzakelijk, zodat mensen met SOLK-klachten op het juiste moment de juiste begeleiding en zorg op de juiste plek ontvangen.

Dat SOLK-klachten ook daadwerkelijk kunnen verdwijnen en dat dit veelal op een relatief eenvoudige manier mogelijk is, weten nog (te) weinig mensen. Dat is dan ook precies de reden dat de initiatiefnemers Proscop, Stichting Emovere en Alles is Gezondheid het plan hebben opgevat om een website en verhalenbundel over SOLK en jongeren te realiseren. Op de website en in de verhalenbundel staan een serie verhalen die letterlijk een gezicht geven aan deze problematiek en laten zien dat SOLK ook een oplossing kent.

Meer informatie

### Wat hebben we gedaan?

De webinars ontwikkelden we met professionals zoals huisartsen of revalidatieartsen én met ervaringsdeskundigen. Juist hier is het verhaal van een ervaringsdeskundige heel waardevol en herkenbaar voor de zorgprofessional die de webinar kijkt. Deze combinatie zorgt ervoor dat het praktisch en toepasbaar wordt. In Deventer, Deventer Salland, Hardenberg en Apeldoorn organiseerden we een aantal goed gewaarde sessies. Afgelopen jaar is er ook een succesvolle praktijkmiddag voor zorgprofessionals georganiseerd. Hier namen 191 professionals deel aan dertig workshops met praktische tips, tools en handvatten voor in de praktijk.

### Inspireren met Positieve Gezondheid

Proscop vindt het belangrijk dat de omslag naar een brede kijk op gezondheid op gang komt en blijft. Het onderwerp Positieve Gezondheid is steeds meer verweven in al onze webinars.

### Wat hebben we gedaan?

In de inspiratiesessies over Positieve Gezondheid in het algemeen (68 deelnemers), in Eibergen (39 deelnemers) en Zwolle (81 deelnemers) maakten we gebruik van inspirerende voorbeelden en gingen we letterlijk in gesprek. Want de insteek van een gesprek kan al een hele andere impact hebben. Daarnaast gaven we handvatten die professionals verder helpen om gezondheid écht als uitgangspunt te nemen in het dagelijks werk. Het waren interactieve sessies waarin de toepasbaarheid voor de zorgprofessionals in hun werk centraal stond.

### Interne Summerschools

Kennis delen, op de hoogte blijven van ontwikkelingen en elkaar inspireren is belangrijk bij Proscop. Dat doen we ook intern.

### Wat hebben we gedaan?

In 2021 werden weer een aantal Summerschools door onze adviseurs georganiseerd. Daarbij kwamen thema's als het Kavelmodel, Goed Bestuur, Digitale Patiëntreis, Positieve Gezondheid, adviesvaardigheden en Digitale Zorg. Op deze manier zorgen we ervoor dat onze werkwijze en aanpak sterk in de organisatie is ingebed.



# Samenwerking Leefstijl Arnhem

## Subsidieaanvraag gecombineerde leefstijlinterventies voor Arnhem e.o.

**Hoe kan een financiële impuls helpen om leefstijlverandering op gang te brengen? Hoe wordt leefstijlaanbod beter afgestemd op de behoefte? Waar heeft de burger behoefte aan en wat wil de huisarts graag weten? In Arnhem e.o. willen huisartsen, gecombineerde leefstijlaanbieders en het Sportbedrijf méér en beter met elkaar samenwerken. Het doel van deze samenwerking is burgers in Arnhem en omgeving op duidelijke wijze een passend, kwalitatief aanbod te bieden van gecombineerde leefstijlinterventies. Samen hebben zij een subsidieaanvraag ingediend bij ZonMw.**

### **Samenwerken loont bij gecombineerde leefstijlinterventies (GLI)**

Er zijn in Arnhem verschillende samenwerkingen op het gebied van leefstijl. Zo werken het Sportbedrijf Arnhem, Menzis en Onze Huisartsen incidenteel samen rondom preventie en leefstijl. Daarnaast vinden Menzis en Onze Huisartsen elkaar op verschillende thema's, zoals beweegzorg en dermatologie. Ook is er een prille regionale samenwerking tussen leefstijlcoaches. Er gebeurt dus het één en ander, maar nog te versnipperd. Door al het aanbod samen te brengen ontstaat een helder beeld van waar passend aanbod is en wat er nog nodig is. Dit levert uiteindelijk op dat wanneer er een (zorg-)vraag ligt, er eenvoudig en snel het best passende GLI-aanbod bij te vinden is (Juiste Zorg op de Juiste Plek).

### **Netwerk Leefstijlcoaches Arnhem e.o.**

Dit netwerk in oprichting (NLA i.o.) is sinds enkele jaren actief en mede-initiatiefnemer van deze integrale samenwerkingsimpuls. Samen met het netwerk, Sportbedrijf Arnhem en Onze Huisartsen heeft Proscop een subsidieaanvraag voorbereid om vanuit de integrale samenwerking de GLI's goed te implementeren in de regio. Proscop biedt ondersteuning om de organisatie passend in te richten en ieders rol te versterken. Samen op weg naar het einddoel: 'Optimale samenwerking die aansluit bij de behoefte van inwoners'.

### **Regioanalyse onderdeel van aanvraag**

Een onderdeel van de subsidieaanvraag is een (omgevings-)analyse. Deze analyse geeft de sociale- en gezondheidssituatie weer van de inwoners van de regio. Het biedt inzicht in het bestaande GLI-aanbod in de regio en de (nog te betrekken) relevante partijen. Daarnaast laat de analyse zien welke kansen en knelpunten er in de regio zijn voor het aanbieden van een GLI.



### **Marlène Malfor, ervaringsdeskundige en deelnemer aan het behoefteonderzoek**

"Toen ik na afloop van het programma door de groepsleider werd gevraagd om mee te doen aan het behoefteonderzoek, was ik gelijk enthousiast. Als ervaringsdeskundige had ik het gevoel echt iets bij te kunnen dragen aan de doorontwikkeling van het programma. Want ik weet als geen ander hoe belangrijk de integrale aanpak en begeleiding is. Wanneer je in een GLI-traject komt, heb je vaak een probleem dat al jaren speelt. Als je dan in een groep zit van mensen die met hetzelfde bezig willen zijn, en met dezelfde vragen, teleurstellingen en uitdagingen zitten, dan geeft dat steun. Je krijgt steeds een spiegel voorgehouden: wat kan ik in mijn situatie doen? Je kijkt samen naar voeding, slaappatroon, beweging en naar je manier van koken. Dat omvat zoveel, dat ondersteuning om het vol te houden echt welkom is.

Daar kan je mee voorkomen dat je terugvalt. En door op een duurzame manier aan de slag te gaan met je leefstijl, voorkom je problemen voor jezelf, maar ook voor de maatschappij als je het hebt over zorgkosten. Dat is wat me zo aanspreekt: de focus op duurzame gedragsverandering en preventie. Het blijft een ongoing proces!

Als ervaringsdeskundige kon ik ook het perspectief bieden van iemand die meer dan de Nederlandse cultuur heeft. Ik ben zelf namelijk Curaçaose, ben goed geïntegreerd, ken de taal en weet hoe alles werkt in Nederland. Maar wat nou als je de taal niet machtig bent? Hoe bereiken we die groep? Dat is een belangrijke vraag, want we weten uit onderzoek dat problematiek op het gebied van overgewicht ook bij mensen met een migratieachtergrond speelt. Daarom hebben we gekozen voor een website met minder taal, en meer plaatjes. Het moet voor iedereen zo eenvoudig mogelijk zijn om informatie te krijgen over een GLI-traject, en hoe je mee kunt doen. Daarnaast wilde ik de coaches in het project meegeven dat je toch snel vanuit een Nederlands perspectief redeneert. Het is belangrijk dat we wel zorgen voor diversiteit zodat je ook inclusiever bent. Door vanuit een multiculturele bril naar het project te kijken, zorgden we er samen voor dat de communicatie beter aansluit bij de behoeften van alle Arnhemse burgers. Daar ben ik trots op!"



### **Melissa Davina, adviseur Proscop**

"Uit het behoefteonderzoek onder klanten en stakeholders van de GLI's is gebleken dat er een behoefte is aan informatie over GLI's die op één plek te vinden is: wat is er in Arnhem, en door wie wordt dat aangeboden? Het perspectief van oud-deelnemers zoals Marlène was hierin heel waardevol. Zo zagen we door het onderzoek hiaten in de aanpak: hoe betrekken we doelgroepen in de toekomst die nu buiten de boot vallen? We kwamen samen tot de conclusie dat een heldere en makkelijk toegankelijke website hierbij kon helpen. Deze gaat binnenkort live. Maar we zijn nog niet klaar. We zijn samen met oud-deelnemers bezig met een zoektocht naar hoe zij met elkaar kunnen helpen een gezond leefstijl te behouden en waarbij potentiële deelnemers hen om advies kunnen vragen. We blijven doorontwikkelen!"

# Alliantie Drentse Zorg

## De burger is aan zet

**Burgers willen graag regie voeren over hun eigen gezondheid en beschikken over hun eigen (gezondheids-)gegevens. Ze willen ook direct advies over hun gezondheid, om bijvoorbeeld samen met mantelzorgers of zorgverleners goed geïnformeerd te beslissen over passende ondersteuning of behandeling. Door de focus te hebben én te houden op de eigen gezondheid, verandert de vraag naar ondersteuning. Deze vraag ontwikkelt zich van zorgaanbod naar een meer preventief en gezondheidsbewust - en daarmee domeinoverschrijdend - aanbod.**

**Binnen de programma's en projecten die Proscop in 2021 heeft uitgevoerd, worden ook (steeds vaker) burgers actief betrokken. De bijdrage die zij leveren in het meedenken is van grote waarde voor het kiezen en laten slagen van een interventie.**

### **“Doe mee in de samenleving, dat houdt je gezond”**

De Alliantie Drentse zorg met Ouderen is een netwerk waarin ouderen, aanbieders van wonen, welzijn en zorg, woningbouwcorporaties, twaalf Drentse gemeenten, de Provincie Drenthe, Zilveren Kruis, CMO STAMM en Proscop afstemming zoeken en afspraken maken over integrale, persoonsgerichte ondersteuning en zorg voor en met ouderen. In Denktank 60+ Noord denken ouderen mee over wonen, welzijn én zorg in het noorden van Nederland. Denktank 60+ Noord heeft binnen de Alliantie een belangrijke plek en duidelijke rol: de inbreng van oudere burgers.

“Gezondheid krijgt met het ouder worden een andere dimensie en er ontstaan andere behoeften,” vertellen Anjo Geluk en Mieke Sol. Beide senioren zijn onderdeel van Denktank 60+ Noord en participeren actief in de samenleving. “Ouderen doen gewoon mee in de samenleving en moeten daarom meewerken aan een – óók voor ouderen – waardevol resultaat van besluiten die genomen worden. Besluiten op gebieden als wonen, zorg en welzijn raken ouderen, en daarom moet je als oudere blijven meedenken en meedoen: participeren! Wij doen dat door het ouderenperspectief in te brengen in verschillende organisaties en overleggen.”

*“Ouderen doen gewoon mee in de samenleving en moeten daarom meewerken aan een – óók voor ouderen – waardevol resultaat van besluiten die genomen worden.”*



*“Ik vind het belangrijk om waar het kan ook dat perspectief in te brengen, te duiden. En niet te vergeten om samen te werken met mensen die jonger zijn. Daardoor wordt er op beleidsniveau gepraat met ouderen en niet over ouderen. En dat draagt bij aan kwaliteit van leven. Ik vind dit eigenlijk heel gewoon. Het geeft ook voldoening.”*  
- Anjo Geluk



*“Actief zijn in de samenleving houdt mij gezond en ik vind het belangrijk om aan ouderen van nu en toekomstige ouderen duidelijk te maken dat zij zelf een belangrijke factor zijn als het gaat om hun gezondheid en kwaliteit van leven.”*  
- Mieke Sol

Mede dankzij de inspanning van Anjo en Mieke is er een basistraining over ouderenparticipatie opgezet voor ouderen in Drenthe die mee willen doen. Ook is een serie themabijeenkomsten ontwikkeld, die specifiek gaan over ouderenparticipatie.

Proscop vindt dat er meer aandacht moet komen voor gezondheid. Een sterke basis voor gezondheid creëren we door in te zetten op veerkracht en door te denken in perspectieven. Daarom participeren we in de Alliantie Drentse Zorg met Ouderen samen met andere betrokken instanties op het gebied van ouderenzorg.



### Over Proscoop

Proscoop is de regionale adviesorganisatie in Noordoost-Nederland voor goede zorg en gezondheid dichtbij. Dat doen we door samenwerking tussen partijen te organiseren met de burgers als uitgangspunt. Wij zijn een Regionale Ondersteuningsstructuur (ROS) voor de regio Noordoost-Nederland en maken deel uit van een landelijk dekkend ROS-netwerk.

### Proscoop als netwerkorganisatie

Als onafhankelijk netwerkpartner in Noordoost-Nederland vervult Stichting Proscoop een maatschappelijke opdracht. We verbinden, innovatief en ondernemend, zorg en welzijn in duurzame samenwerkingsverbanden. We bewegen vanuit de eerste lijn naar wijk- en populatiegericht werken en spelen nadrukkelijk in op de samenwerking binnen de eerstelijnsgezondheidszorg. Maar ook tussen de eerste en tweede lijn en het sociaal en gemeentelijk domein.

De ontwikkeling van Proscoop als netwerkorganisatie blijkt daarbij een sterke troef.

Binnen de projecten en programma's vervullen we verschillende rollen: initiator, kennisdrager, makelaar, regisseur. Kennis en ervaring van de circa 50 medewerkers van Proscoop wordt binnen de vier gebiedsteams ingezet bij de circa 100 projecten en programma's in de acht gebieden. Daar waar passend wordt tussen de gebiedsteams samengewerkt; op thema of door inzet van collega's in andere gebieden. Op thema wordt ook samengewerkt met collega's van andere ROS'en.

#### Standplaats Zwolle

Dokter Klinkertweg 16  
8025 BS Zwolle

055 505 86 10  
[info@proscoop.nl](mailto:info@proscoop.nl)  
[www.proscoop.nl](http://www.proscoop.nl)

#### Trefpunt Arnhem

Meester E.N. van Kleffensstraat 6  
6842 CV Arnhem

#### Trefpunt Zutphen

Vijverstaete  
Piet Heinstraat 11 7  
204 JN Zutphen



**ProScoop**

Voor goede zorg en gezondheid dichtbij