



Sessie Sport en preventie
Regioplan Gezond Leven en Preventie

Regioplan

De Gezondste Regio Achterhoek

- Het IZA en GALA: de zorg en gezondheid in Nederland staan onder druk
- In de Achterhoek: Regiovisie de Gezondste Regio van de Thematafel, regionaal samenwerkingsverband met o.a. zorgorganisaties, gemeenten, Menzis, GGD en Achterhoek in Beweging
- Eerst het Regiobeeld: hoe staat het er voor in de Achterhoek?
- In het Regioplan: centrale thema's en prioritering van de opgaven
- Stand van zaken nu: uitwerken van de werkagenda en opzetten van de eerste acties, inrichten van de samenwerking

Regioplan als gezamenlijk uitvoeringsprogramma van de Regiovisie de Gezondste Regio

Het Regioplan geeft als gezamenlijk programma een impuls aan de bestaande regionale samenwerking en de ambities en doelstellingen verwoord in de Regiovisie 'Samen langer gelukkig en gezond leven in de Achterhoek' van de Thematafel de Gezondste Regio.

De centrale ambitie van de Regiovisie:

'Wij willen dat Achterhoekers gezond zijn en daarover zelf de regie hebben. Gezondheid, preventie en leefstijl zijn leidend, niet ziekte en behandeling. We spannen ons er samen maximaal voor in dat onze inwoners zich gezond en gelukkig voelen en minder zorg nodig hebben. Bij al onze inspanningen betrekken we vanaf het begin inwoners en patiënten.'

Doelstellingen verbonden aan de Regiovisie:

- De Achterhoek is de gezondste regio van Nederland door preventie en zorginnovatie.
- Inwoners van de Achterhoek zijn zelf (samen) verantwoordelijk voor hun gezondheid en behouden hier regie over.
- Er is een stimulerend, bereikbaar en betaalbaar netwerk van gezondheids- en ondersteuningsdiensten beschikbaar voor inwoners.

Regioplan als gezamenlijk uitvoeringsprogramma van de Regiovisie de Gezondste Regio Achterhoek



Overkoepelende ambitie verwoord in de Regiovisie de Gezondste Regio:

"Wij willen dat Achterhoekers gezond zijn en daarover zelf de regie hebben. Gezondheid, preventie en leefstijl zijn leidend, niet ziekte en behandeling. We spannen ons er samen maximaal voor in dat onze inwoners zich gezond en gelukkig voelen en minder zorg nodig hebben. Bij al onze inspanningen betrekken we van af het begin inwoners en patiënten."

De volgende doelstellingen zijn verbonden aan de regiovisie:

1. De Achterhoek is de gezondste regio van Nederland door preventie en zorginnovatie.
2. Inwoners van de Achterhoek zijn zelf (samen) verantwoordelijk voor hun gezondheid en behouden hier regie over.
3. Er is een stimulerend, bereikbaar en betaalbaar netwerk van gezondheids- en ondersteuningsdiensten beschikbaar voor de inwoner.

The Why



Uitgangspunten in de regiovisie:

- Positieve Gezondheid; we benaderen gezondheid vanuit een breed perspectief
- Quadruple Aim doelen; 1. verbeteren ervaren kwaliteit van zorg, 2. verbeteren gezondheid populatie, 3. verlagen zorgkosten, 4. verbeteren werkplezier professional
- Ontschotting: combineren en delen van data; gebruiker is eigenaar van dossier, eenheid en duiding financiering, inzetten van capaciteit

The How

The What

Thema 1 > Gezond Leven en preventie

Er is sprake van toenemende gezondheidsverschillen, toenemend overgewicht en obesitas onder volwassenen en overmatig alcoholgebruik, grotere kans op hart- en vaatziekten en met name ouderen zijn onvoldoende digitaal vaardig.

Opgaven

- Terugdringen gezondheidsachterstanden
- Stimuleren eigen regie en gezondheidsvaardigheden
- Informele zorg
- Stimuleren leefstijl in de zorg
- Regionale inrichting ketenaanpakken

Verbinding met GALA

Thema 2 > Veerkrachtig ouder worden

Er is sprake van dubbele vergrijzing, een toename kwetsbare ouderen en groei aandoeningen als dementie. Ook groeit het aantal inwoners met een chronische aandoening.

Opgaven

- Stimuleren van eigen kracht en samenkracht inclusief passende woonzorgvariaties
- Integrale netwerksamenwerking in de wijk inclusief passende zorg ouderdom gerelateerde chronische aandoeningen
- Advanced Care Planning (pro-actieve zorgplanning) en zorgcoördinatie complexe zorg

Verbinding met WOZO en GALA

Thema 3 > Mentaal gezond

Er is sprake van een toename van mentale problemen en psychische kwetsbaarheid, met name onder jongeren en jongvolwassenen, relatief meer patiënten in specialistische GGZ en langere wachttijden voor behandelingen.

Opgaven

- Normaliseren en vergroten van de veerkracht
- Preventie van verslaving en mentale problematiek
- Herstel
- Naoberschap in netwerkzorg

Verbinding met GALA

Thema 4 > Prettig werken in Zorg en Welzijn

Er is sprake van een hogere demografische druk, in totaal een positief mobiliteitsaldo (meer instroom dan uitstroom), onder GGZ en huisartsen wel een negatief saldo. Wegens vergrijzing is er een verwachte afname in het aantal zorgmedewerkers en daarmee tekort in arbeidsvraag versus aanbod van personeel. In de sectoren VVT en Ziekenhuizen wordt het grootste tekort verwacht

Opgaven

- Krachtige Achterhoekse Arbeidsmarkt:**
 - Stimuleren instroom
 - Behoud en beperking uitstroom
- Aantrekkelijk werkgeverschap**
- Transformeren Achterhoekse Arbeidsmarkt:**
 - Aantrekkelijk werkgeverschap
 - Vernieuwde invulling werk
 - Optimaliseren aansluiting opleiding/arbeidsmarkt

Verbinding met TAZ

Dwarsverbanden

1. Digitalisering en technologie: elektronische gegevensuitwisseling, persoonlijke gezondheidsomgeving, hybride vormen en inzet van technologie in zorg & ondersteuning, gebruik van data
2. Toekomstbestendig zorglandschap: concentratie en spreiding, versterken eerstelijnszorg, domeinoverstijgende samenwerking in de wijk, organiseren wijkverpleging, verduurzaming en zorgvastgoed
3. Samenwerking: uitvoering en governance Regioplan, perspectief inwoners en professionals, cultuurverandering, lerende aanpak en scholing en deskundigheidsbevordering professionals

Ketenaanpak Valpreventie - Cijfers

Geschat wordt dat één op de drie inwoners van 65 jaar en ouder in regio Achterhoek een verhoogd valrisico heeft. Eén op de vijf 65-plussers uit deze regio is gevallen in de afgelopen 3 maanden. De toenemende prevalentie van valincidenten benadrukt de noodzaak van een gecoördineerde aanpak binnen de zorg. Van de groep ouderen die valt, beoefent gemiddeld slechts 7% tenminste 1 keer per week activiteiten waarmee de balans getraind wordt.

	Aalten	Berkelland	Bronckhorst	Doetinchem	Montferland	Oost- Gelre	Oude IJsselstreek	Winterswijk
Ziekenhuisopname na valongevallen per 10.000 inwoners (65+)	134	134	131	122	126	148	103	181
Geschat percentage 65-plussers met een verhoogd valrisico	35%	28%	35%	30%	36%	36%	30%	35%
Is gevallen in de afgelopen 3 maanden (65+)	20%	22%	21%	19%	22%	21%	17%	21%
Beoefent tenminste 1 keer per week activiteiten waarmee de balans getraind wordt (65+)	9%	6%	8%	9%	9%	8%	8%	9%

Doelstellingen

Het uiteindelijke doel dat wordt nagestreefd is het verminderen van valrisico, het voorkomen van letsels, het bevorderen van de gezondheid en de kwaliteit van leven van de inwoners in de regio en het verminderen van kosten. De mogelijkheden voor ouderen worden vergroot om zo lang mogelijk, met ondersteuning van de eigen omgeving, zelfredzaam te blijven, ook als de gebreken van het ouder worden zich voordoen.

Voor de Regionale ketenaanpak Valpreventie in de regio Achterhoek zijn de volgende doelstellingen geformuleerd om valrisico's te verkleinen:

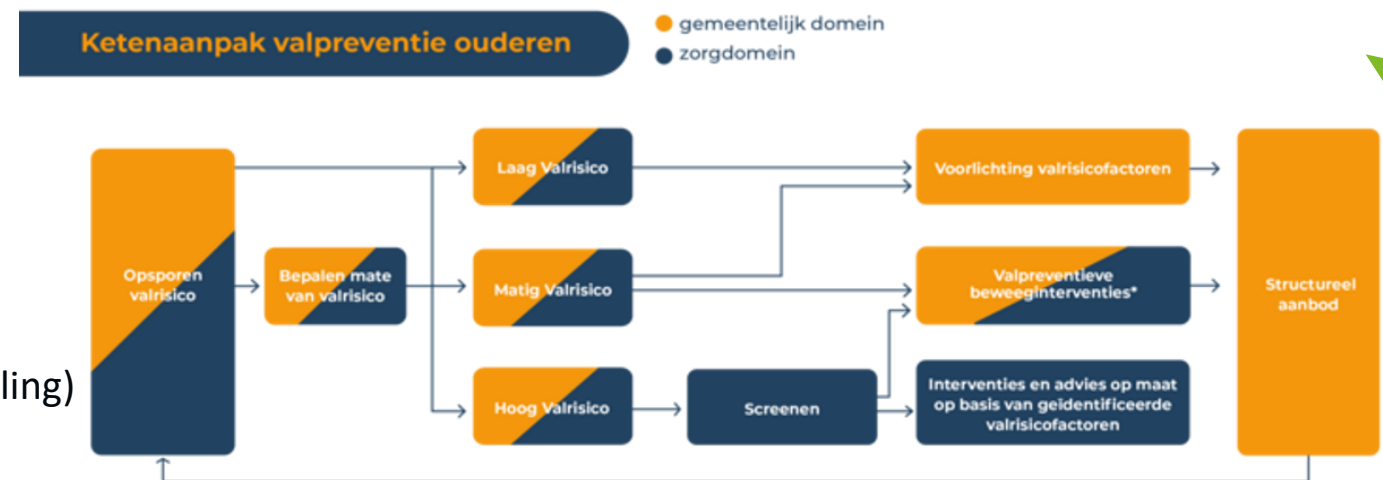
- Jaarlijks krijgt 14% van alle thuiswonende ouderen (65+) een risico-inschatting.
- Jaarlijks volgt 3% van alle thuiswonende ouderen (65+), waarbij verhoogd valrisico is vastgesteld, een erkende valpreventieve beweeginterventie.

De vertaling van deze doelstellingen naar specifieke getallen voor iedere gemeente wordt weergegeven in sheet 26

Hoe ziet de ketenaanpak valpreventie eruit?

In de ketenaanpak valpreventie zijn globaal de volgende stappen te onderscheiden:


1. Opsporen
2. Vaststellen valrisico en verwijzen
3. Afname valanalyse bij hoog risico (valrisicobeoordeling)
4. Valpreventieve beweginginterventies
5. Zorgen dat het blijft werken






*Ouderen met een indicatie komen vanaf 2024 in aanmerking voor een vergoeding vanuit de Zvw

Bron: VeiligheidNL

Interventies

Erkende valpreventieve beweginginterventies 

Vallen Verleden Tijd	In Balans	Otago
		
Training mbv een hindernisbaan, spelvormen en leren van valtechnieken	Voorlichting en beweegoefeningen gebaseerd op Tai Chi	Oefenprogramma ter verbetering van spierkracht en balans

11

Financiën interventies

In de keten kunnen onderdelen vanuit de zorgverzekeringswet vergoed worden en onderdelen vanuit gemeentelijke middelen (GALA).

Zorgverzekering

- Otago als individuele interventie volledig voldoet aan de gestelde criteria;
- In Balans voldoet aan de criteria, mits de intensiteit en groepsgrootte worden aangepast;
- Otago als groepsinterventie voldoet aan de criteria, mits de intensiteit en groepsgrootte worden aangepast;
- Valrisicobeoordeling middels de valanalyse

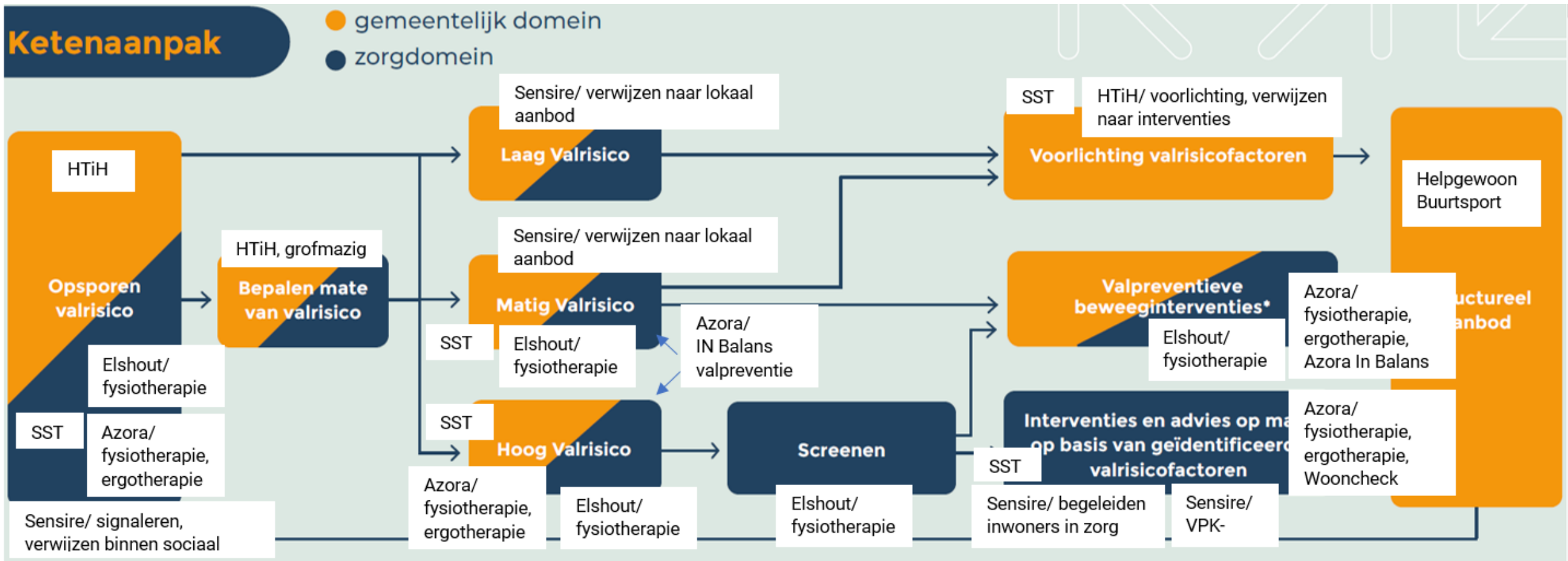
Gemeente

- Otago groep
- In Balans
- Vallen verleden tijd
- Voorlichting
- Opsporen
- Vervolgaanbod

Overzicht rollen en taken

Professie / organisatie	Lokale coördinatie ketenaanpak	Opsporen / Werving	afnemen val risiotest	risicobeoordeling middels valanalyse	Aanbieden erkende interventie	Aanbieden andere zorg na valanalyse	Doorverwijzen binnen de keten	Preventief en aansluitend beweegaanbod	Nazorg	Financiering	Opmerkingen
Senioren		X						X		X	ambassadeurs in werving + trainers. Eigen bijdrage
Buurtsportcoach	X	X	X		X		X	X	X		
MBVO docent		X	X		X		X	X	X		
Sport en beweegaanbieder		X	X				X	X	X		
Fysiotherapeut		X	X	X	X		X	X	X		
Cesar/mensendieck/oefentherapeut		X	X		X		X		X		
Beweegagoog		X	X		X		X	X	X		
VP/POH		X	X	X			X		X		
Huisarts		X	X	X		X	X		X		Medicatie
Preventie- / Wijkverpleegkundige		X	X	X		X	X		X		
Ergotherapeut		X	X	X		X	X		X		Aanpassingen huis en omgeving
Dietist		X	X	X		X	X		X		Bij (risico op) ondervoeding
Podotherapeut en Pedicure		X	X			X	X		X		Voetproblemen
Apotheek		X	X			X	X		X		Medicatie
Mantelzorgers		X	X			X	X		X		Aanpassingen huis en omgeving
Leverancier hulpmiddelen		X	X				X		X		
Social work / wijkteams		X	X				X		X		o.a. via Welzijn op Recept
WMO consulenten		X	X			X	X		X		Aanpassingen huis en omgeving
Opticiens - Optometrist						X			X		Visus
Ziekenhuis+3e lijn (incl. SEH&Valpoli)		X	X				X		X		Medicatie

Lokale Ketenaanpak Valpreventie Oude IJsselstreek



Lokale Ketenaanpak Valpreventie Oude IJsselstreek

- werkgroep sinds november 2023
- 1x per maand
- deelnemers: paramedici, buurtsportcoaches, Samen Sterker Thuis, Heerlijk Thuis in Huis, WMO-consulenten, (in gesprek met huisartsen en woningbouwvereniging)
- realisatie 2023: voorlichting aan professionals, QR-fit route, 3 smartfloors, Heerlijk Thuis in Huis
- doelen en onderlinge samenwerkingsafspraken per fase GGD structuur
- 2024 op basis van offertes: voorlichting aan professionals, valrisicotests, valpreventievebeweeginterventies, regulier beweegaanbod 65+
- scholing Valanalyse (augustus) en Otago (juni en oktober)
- communicatiecampagne rondom week van de valpreventie in oktober