

Inspiratiekaart Positieve Gezondheid

Wat is voor mij van waarde in de zorg?
Als professional en binnen mijn organisatie.

Welke andere kennis en vaardigheden heb ik nodig?
Scholingen, cursussen en enkele interessante publicaties

Hoe kan ik dit verantwoorden?
Effecten inzichtelijk maken

Hoe kan ik dit financieren?
Tijdelijke en duurzame financiering

Denken

Hoe reflecteer ik op het anders denken en anders doen?
Beschouwen en overdenken.
Samen leren en reflecteren.

Doen

Hoe ga ik anders samenwerken?
Elkaar vinden en verbinden op het gebied van gezondheid

Waar wil ik naar toe?
Waar hoop ik op?
Welk verschil zou dat maken?
Wat werkt al in de goede richting?
Wat zou de volgende stap of het volgende signaal zijn?

Waar sta ik voor?
Wat kan ik betekenen voor de medemens?
Wie wil ik zijn als professional?

Hoe ga ik anders werken?
Een aantal tools ter inspiratie

Wat kan ik morgen anders doen?
Voorbeelden uit de praktijk

Start

Datum: november 2024

proscop

Vooraf

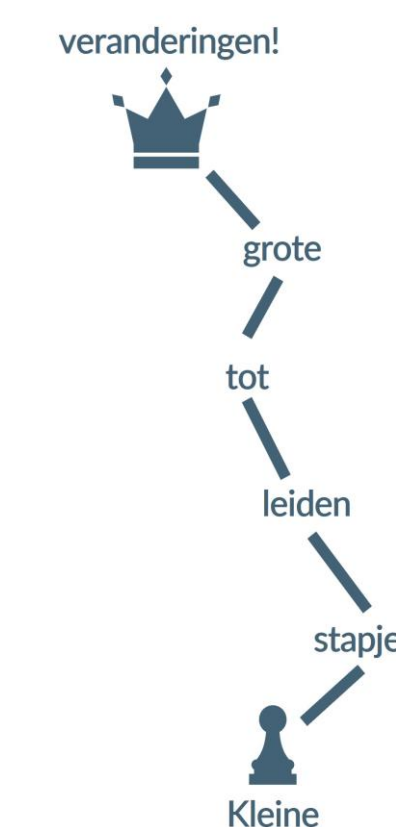
Positieve Gezondheid is belangrijk vertrekpunt om de gezondheidszorg te transformeren tot een meer persoonsgerichte gezondheidszorg. Daarom willen steeds meer organisaties aan de slag met Positieve Gezondheid. Maar hoe begin je? Allereerst is het goed om aan te geven dat er vele manieren zijn om het werken vanuit Positieve Gezondheid je eigen te maken. Vanuit verschillende projecten die Proscop de afgelopen jaren heeft begeleid, zijn een aantal gemene delers te halen die verwerkt zijn in deze inspiratiekaart. De kaart is dan ook gemaakt om je te inspireren en om handvatten te geven om zelf te starten met werken vanuit en aan Positieve Gezondheid.

Wij starten met het waarom. Waarom doen we ook al weer wat we doen binnen de gezondheidszorg? Onze huidige gezondheidszorg gaat echter helemaal niet over gezondheidszorg, maar vooral over ziektezorg. De ziektezorg in Nederland is heel goed en daar mogen we zeker trots op zijn. Ook als het gaat om leefstijl en preventie zetten we stappen in de goede richting. Preventie is echter nog steeds het voorkomen van ziekte en problemen. Hoewel dit binnen de ziektezorg een hele goede beweging is, vraagt gezondheid creëren en gezondheid bevorderen, om hele andere zaken. Zaken die we vaak niet zien als gezondheidszorg. Idealiter wordt gezondheid niet pas in de spreekkamer bij de professional besproken wanneer mensen ziek of bijna ziek zijn, maar voert de burger veel eerder zijn/haar eigen regie in het licht van de sociale, fysieke en emotionele uitdagingen van het leven. En speelt de professional daarbij een coachende rol door een ander gesprek te voeren op basis van Positieve Gezondheid en daaropvolgend mogelijk anders te handelen.

Om te werken vanuit Positieve Gezondheid is een transformatie nodig. Het gaat om anders denken en doen: werken, samenwerken en organiseren. Dat is een proces dat tijd, geduld, creativiteit en doorzettingsvermogen vraagt, maar het helpt om klein te beginnen met een eerste stap.

Om je te helpen daartoe te komen, hebben we een aantal bouwstenen/stappen verzameld, die in dit document zijn uitgewerkt. Deze bouwstenen zijn gebaseerd op het Bateson-model. Door langzaam maar steeds met enkele bouwstenen aan de slag te gaan als individu, professional, praktijk, organisatie en/of netwerk, zal Positieve Gezondheid steeds beter ingebed worden in het werkproces. Je kan op ieder moment vanuit iedere bouwsteen starten! Pak het stap voor stap samen met je collega's en andere samenwerkingspartners op. Het is niet alleen een implementatieproces, transformeren is een doorlopend proces dat je gaandeweg samen vormgeeft. We hopen je te inspireren en informeren over Positieve Gezondheid en wat daarbij komt kijken.

Veel succes!



Voor wie is deze inspiratiekaart bedoeld?

Deze inspiratiekaart is gemaakt voor professionals, praktijkhouders en -managers, projectleiders, adviseurs en andere kartrekkers werkzaam in zorg en welzijn die aan de slag willen met 'het implementeren' van Positieve Gezondheid op onderdelen binnen hun eigen praktijk of organisatie.

De kaart helpt je om stil te staan bij je eigen professionele motivatie en handelen op het gebied van Positieve Gezondheid.

Ter **inspiratie** geeft de kaart verschillende praktijkvoorbeelden en verhalen van de individuele zorg- en welzijnsprofessionals, organisaties en samenwerkingsverbanden. Deze informatie is gebaseerd op onze eigen ervaringen en er zijn uiteraard ook andere voorbeelden te vinden.

Daarnaast biedt de kaart **praktische handvatten** om het werken vanuit het gedachtengoed van Positieve Gezondheid vorm te kunnen geven. En staan er **suggesties** in waar je, vanuit jouw eigen persoonlijke en professionele situatie zou kunnen beginnen en wat jouw volgende stap zou kunnen zijn. Wat je gaat doen bepaal je natuurlijk zelf!

Hoe is de inspiratiekaart te gebruiken?

De inspiratiekaart is uitgewerkt in een 8-vorm. De linkerkant hiervan gaat over anders **denken**, de rechterkant over anders **doen**.

Dit zijn onderdelen die in het transformatieproces vanuit Positieve Gezondheid beiden belangrijk zijn om te doorlopen. Dit proces is continu en zo is de inspiratiekaart ook opgebouwd. Vanuit anders denken, naar anders doen en weer terug. Want ook wanneer je weer wat stappen verder bent, is het relevant om weer even terug te gaan naar het anders denken. 'Waarom doe ik wat ik doe' is bijvoorbeeld één van de vragen die daar terug komt.

De beschreven stappen zijn niet als lineair stappenplan bedoeld, maar als richting en kunnen ook in een andere volgorde worden doorlopen.

Je kunt door het document **navigeren** door op de voorpagina in de route te klikken. Op de vervolgpagina's kun je klikken op '**Start**' of op één van de andere stappen. Bij iedere stap staat ook een knop om naar de **vorige** of **volgende** gaan, of terug naar het **begin**.

Waar sta ik voor?

'Waar ik naartoe wil, daar ga ik vanuit!' (Bart Eigeman)

Waar willen we naar toe? En waar gaan we vanuit? We willen toe naar gezondheid, maar zijn vooral nog bezig met ziekte. En we worden gestuurd vanuit het systeem in plaats van dat we echt kijken naar wat heeft de mens nodig en hoe houden we die gezond.

Waarom doen we wat we doen binnen de gezondheidszorg en waarom doe jij wat je doet?

Positieve Gezondheid is durven persoonlijke vragen stellen en oprecht luisterend oor bieden.

- Wat maakt dat onderwerp van Positieve Gezondheid jouw aandacht trekt?
- Wat wil jij betekenen in de maatschappij?
- Wat wil je betekenen voor de medemens?

Schrijf het voor jezelf op papier, zodat je er af en toe naar kunt teruggrijpen.

In de waan van de dag vergeten wij wel eens stil te staan bij wat ons motiveert en gelukkig maakt. Werk speelt een belangrijke rol in het leven van mensen en bepaalt mede hoe gelukkig en gezond iemand zich voelt: werk zorgt er vaak voor dat ons leven betekenis krijgt, het vormt onze identiteit, het motiveert ons om door te gaan.

Begin bij jezelf door deze vragen te beantwoorden:

- Waarom doe ik wat ik doe in de zorg?
- Ben ik tevreden of wil ik het liever anders doen?
- Waarom heb ik voor dit beroep gekozen?
- Hoe wil ik bijdragen?

Dit soort vragen helpen je om een diep liggende motivatie als zorgprofessional te verwoorden en dus concreet te maken. Neem je tijd en ga na "Waarom doe ik wat ik doe in de zorg?"

Schrijf het voor jezelf op papier, zodat je er af en toe naar kunt teruggrijpen.

Leestip: het boek 'Verdraaide organisaties' van Wouter Hart gaat over de zoektocht naar hoe het systeem en mensen zich tot elkaar verhouden.

- Deze link geeft toegang tot een samenvatting van het boek in een vorm van een kort filmpje en tekst: [Verdraaide organisaties](#)
- Bekijk ook het nieuwe boek [Anders Vasthouden](#).

Waar wil ik naar toe? Waar hoop je op? (deel I)

Waarom zouden we juist nu bezig gaan met Positieve Gezondheid?

Dat het anders moet heeft verschillende redenen:

- De huidige ziektezorg sluit lang niet altijd aan bij wat nodig is. We worden gestuurd door het systeem van wetten, regels en protocollen, hetgeen leidt tot fragmentatie.
- Veranderende demografische ontwikkelingen waaronder een sterke toename van levensverwachting.
- Een toename van steeds meer mensen met complexe en chronische problematieken.
- Qua personele bezetting komen we voor grote uitdagingen te staan.
- De zorg wordt financieel onbetaalbaar en daarmee onhoudbaar.

1. Omdat we de mens centraal willen stellen binnen de gezondheidszorg. En dat pas kan wanneer je niet alleen vanuit het systeem naar ziekte kijkt.
2. Omdat we met echte **gezondheidszorg** bezig willen zijn.
3. Omdat we vooral perspectieven willen benadrukken en niet alleen naar problemen willen kijken.
4. Omdat we graag samen werken aan een gezonde regio.
5. Omdat we voelen dat het om een beweging gaat.
6. Omdat we zelf graag meesturen aan verandering en niet veranderd willen worden.
7. Omdat we onszelf en anderen gewoon meer werk- en leef-plezier gunnen.

(bron: artikel uit Beweegreden interview Chantal Walg, Anders Gezond)

En zoals Einstein al zei: 'Je kunt een probleem niet oplossen met de denkwijze die het probleem heeft veroorzaakt.' Wij lossen een probleem dus niet op met alleen optimalisatie vanuit het "oude denken"... Het vraagt een transformatie, anders denken & anders doen. En misschien dus dan ook niet de vraag wat willen we niet meer, waar willen we vanaf? Maar juist waar willen we naar toe? En waarom zouden we überhaupt gezond centraal stellen?

Waar wil ik naar toe? Waar hoop ik op? (deel II)

“I have a dream...” deze beroemde woorden van Martin Luther King hebben een inspirerende kracht. Durf te dromen! Wat wens je als (zorg)professional?

- Wie ben je als persoon?
- Waar droom je van in je werk?
- Wat is je diepe wens als professional?
- Wat heb je nodig om die droom/wens uit te laten komen?

Inspirerende verhalen van professionals die zich deze vragen stelden zijn hier te vinden:

[Dokter Marieke](#)

[Mia Wessels](#)

[Dokter BLOEM Leefstijlkliniek](#)

[Spectrum Medisch Centrum Meppel](#)

- Waarom wil jij juist nu met Positieve Gezondheid aan de slag?
- Welk verschil zou dat maken?
- Wat werkt al in de goede richting?
- Wat zou de volgende stap of het volgende signaal zijn?

Schrijf het voor jezelf op papier.



Wat is voor jou van waarde in de zorg? (deel I)

Als **professional**, **als persoon** en binnen jouw organisatie.

Het huidige (medische) systeem richt zich helaas te veel op ziekte in plaats van (Positieve)Gezondheid. Het richt zich te veel op klachten in plaats van op de krachten van mensen. Professionals in de zorg geven aan het contact te verliezen met wat uiteindelijk de bedoeling is.

- Stel jezelf regelmatig de 'waarom'-vraag. Waarom doe ik wat ik doe in de zorg?
- Wat is voor mij van waarde in mijn werk?

Schrijf het voor jezelf op papier.

Voor mensen die hun onderliggende overtuigingen en morele waarden dieper willen onderzoeken, is het gebruik van deze [waardenmatrix](#) aan te raden. En wie de morele waarden verder wil ontwikkelen [Inner Development Goals – Inner Growth for Outer Change](#)



bron: De waardenkaart van de Nederlandse gezondheidszorg

Wat is voor jou van waarde in de zorg? (deel II)

Als professional, als persoon en binnen jouw **organisatie**.

Dat waar organisaties waarde aan hechten komt vaak in hun missie en visie terug. Hoogstwaarschijnlijk heeft jouw organisatie al een missie en visie. Dit is een goed moment om die eens onder de loep te nemen. In hoeverre sluit deze missie en visie aan op Positieve Gezondheid?

De **missie** zegt iets over de identiteit van jouw organisatie. De missie kun je formuleren door antwoord te geven op de vragen:

- Waartoe ben ik op aarde?
- In welke behoefte wordt door onze organisatie voorzien?

Om je **visie** te bepalen beantwoord je gezamenlijk de volgende vragen:

- Waar willen wij *samen* naartoe?
- Wat willen wij *samen* bereiken?

Voorbeeld van missie en visie van een organisatie waarin Positieve Gezondheid verweven is:

- [Missie en visie – Huisartsenpraktijk Afferden – Afferden \(lb\) \(uwartsonline.nl\)](#)

De site van Spectrum Medisch Centrum te Meppel, dat volgens de visie van Positieve Gezondheid werkt.

- [Spectrum Medisch Centrum Meppel](#)

Mogelijk merk je dat er in jouw organisatie nog weinig kennis is over Positieve Gezondheid om visie gezamenlijk te kunnen formuleren. Volgend kort filmpje biedt een beknopte informatie over Positieve Gezondheid in de praktijk:

[Positieve Gezondheid in de huisartsenpraktijk - UNICUM Huisartsenzorg – YouTube](#)

Een werkvorm om eens op een andere wijze naar een missie en visie toe te werken is door samen een beeld te schetsen van jullie 'droompraktijk/-organisatie'. Probeer daarbij buiten de lijntjes te denken en in dit geval Positieve Gezondheid daarin mee te nemen. Combineer ieders ideeën en maak een schets van hoe die droom eruit ziet. Van daaruit zou je dit om kunnen zetten naar een missie en visie, maar kun je ook nadenken over je eerste vervolgstap om daar te komen.

- Als je, los van wat er nu op dit moment kan, zou moeten omschrijven hoe jij zou wensen jouw werk in deze organisatie vorm te geven over 5 jaar, hoe zou je dat dan doen?

Schrijf het voor jezelf op papier.

Welke andere kennis en vaardigheden heb ik nodig? (deel I)

Er zijn diverse partijen die scholing aanbieden met betrekking tot (Positieve)Gezondheid. Soms wordt een ander model of andere insteek gebruikt, maar vaak is er overeenkomst in de achterliggende gedachte. Indien wenselijk, is het goed om je te oriënteren op de diverse scholingen en er een te kiezen die het best past bij je eigen situatie, bij jouw team of organisatie(het is bijvoorbeeld als huisarts, ook goed om daarin scholing voor de POH en/of assistentes in mee te nemen).

Bekijk deze selectie en kies het aanbod dat het beste bij jou past:

- [IPH - Academie](#)
- [Hart voor de zaak - Challenge Positieve Gezondheid](#)
- [NHG - Leergang persoonsgerichte zorg \(drie goede vragen\)](#)
- [LHV - Academie](#)
- [Vision - Werken met Positieve Gezondheid – Visiom](#)
- [Mura - Oplossingsgericht werken](#)
- [Positieve gezondheid \(basisscholing\) – NVDA](#)
- [Opleiders Positieve Gezondheid](#)

Welke andere kennis en vaardigheden heb ik nodig? (deel II)

Naast scholingen en cursussen hebben we hieronder een aantal interessante artikelen, websites en publicaties verzameld die je op weg kunnen helpen.

Wat is Positieve Gezondheid? Wat betekent het in je dagelijks werk? Wat levert het op voor patiënten? Wat levert het op voor jou als zorgprofessional?

Deze vragen worden beantwoord aan de hand van de onderstaande inspirerende voorbeelden van de professionals die visie van Positieve Gezondheid hebben omarmd:

- [Positieve Gezondheid: denk in mogelijkheden](#)
- [Meer tijd voor patiënten, minder verwijzen \(Afferden - Limburg\)](#)
- [Netwerk Positieve Gezondheid | Noordelijke Maasvallei](#)
- [Webinar iPH](#)
- [Positieve gezondheid - Institute for Positive Health \(iPH\)](#)
- [Limburg Positief Gezond](#)
- [Positieve gezondheidszorg](#)

Aan de slag met Positieve Gezondheid:

- [Handreiking werken met Positieve Gezondheid](#)
- [WEL-Toolbox - WEL in Flevoland](#)
- [Aan de slag met Positieve Gezondheid \(vilans\)](#)

Boeken:

- [Handboek Positieve Gezondheid in de huisartspraktijk Samenwerken aan betekenisvolle zorg](#) inspireert huisartsen, praktijkondersteuners en praktijkassistenten om aan de slag te gaan met de oplossingsgerichte aanpak van Positieve Gezondheid. Presentatie van het boek waarin collega-huisartsen en patiënten aan het woord zijn is hier te vinden: [Lancering Handboek Positieve Gezondheid in de Huisartspraktijk – YouTube](#)
- [Gezond Centraal](#) van Chantal Walg gaat over de twee grote transformaties die nodig zijn, te weten:
 - 1 Het expliciet centraal stellen van gezondheid in plaats van ziekte;
 - 2 Het veranderen van de denkrichting vanuit die gezondheid in plaats van vanuit het systeem, het zorgstelsel.
- [Positieve gezondheidszorg](#) van Fredrike Bannink is het eerste boek over de vraag hoe positieve gezondheidszorg op een oplossingsgerichte manier wordt vormgegeven, uiteraard in combinatie met het reguliere medische model. De auteurs laten zien dat werken in de huisartsenpraktijk – en daarbuiten – niet alleen vaak beter en sneller kan, maar ook lichter en leuker.
- Dit [interventieboek](#) bevat 20 interventies die ingezet kunnen worden om Positieve Gezondheid / Meer Tijd voor de Patiënt te implementeren in de huisartsenpraktijk. De omschrijving van deze interventies is tot stand gekomen na twee jaar pilots in huisartsenpraktijken in de Noordelijke Maasvallei.



Reflecteren

Anders denken en doen aan de hand van Positieve Gezondheid vraagt een intensief verander-/transformatieproces. En dat vraagt om regelmatig terugkerende reflectie, wat letterlijk *beschouwen en overdenken* betekent.

Bij je innerlijke proces van het komen tot een andere zienswijze (denken) en het toepassing van Positieve Gezondheid in praktijk (doen), sta even stil bij je ervaring of bij het gehele proces in jouw organisatie of jouw beweging.

Een aantal tools die je in dat proces kunnen helpen:

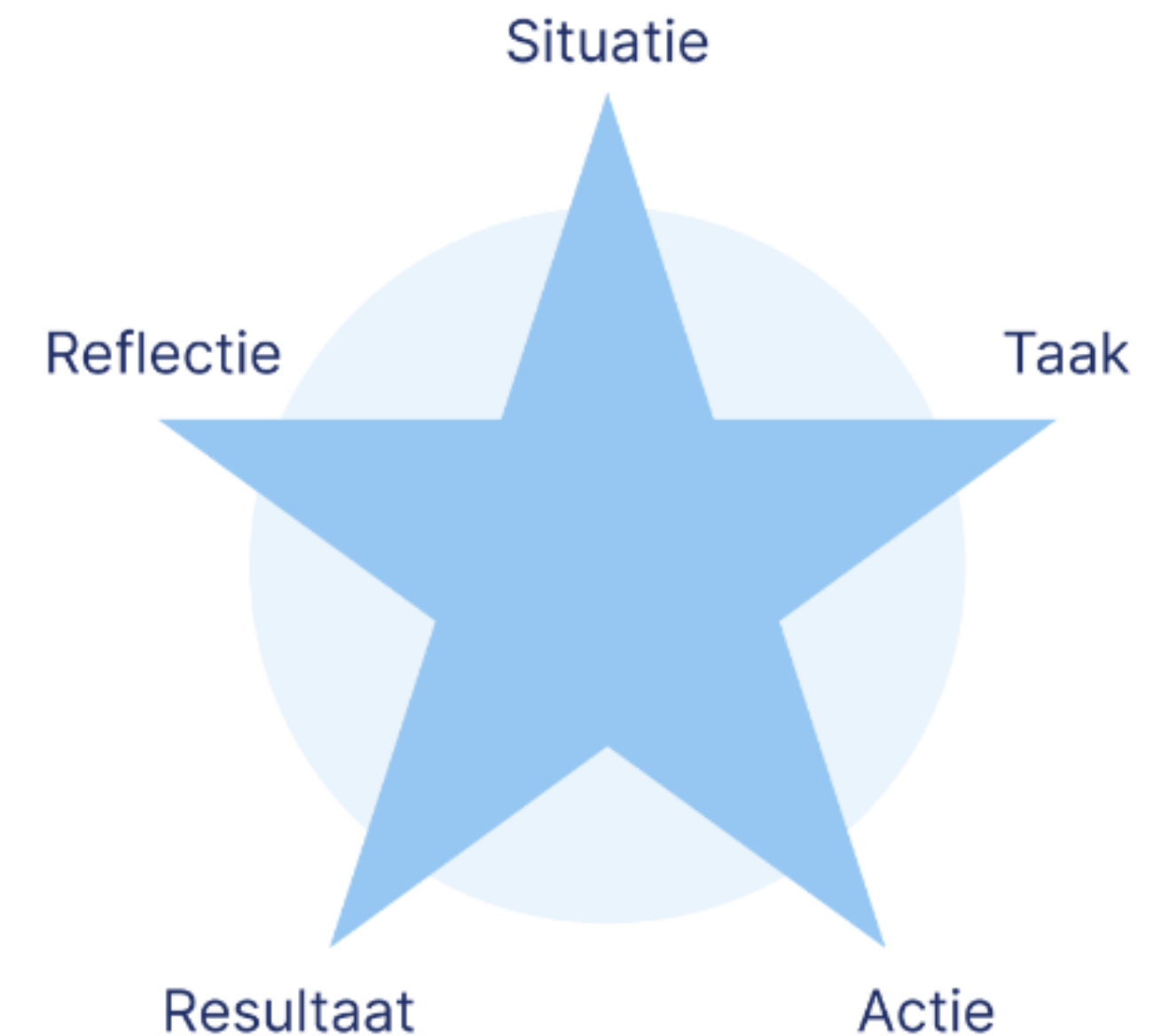
- [Het actiewiel inzetten | IPH](#)
- [Reflectiesite](#)

Verder helpt ook om ervaringen uitwisselen met anderen die Positieve Gezondheid omarmen. Samen leren en reflecteren is een onmisbare bron van inspiratie.

Stel jezelf volgende vragen:

- Hoe was het voor je?
- Wat voel je?
- Wat heeft het jou gebracht?
- Wat kun jij met deze ervaring betekenen voor je organisatie en de maatschappij?

Schrijf het voor jezelf op papier.



STARR-reflectie, waarbij je op 5 pijlers reflecteert (bron: Scribbr).

Hoe ga ik anders werken?

Ander gesprek

Voor scholingen verwijzen we je naar [deze](#) pagina. Hier gaan we kort in op een paar tips en tools.

Tools en materialen:

Er zijn diverse digitale en papieren tools beschikbaar die je kunnen helpen een ander gesprek te voeren met de patiënt of client, bijvoorbeeld het spinnenweb. Voor meer informatie over het spinnenweb verwijzen we je naar iPH.

Vul het spinnenweb eens ook zelf in:

- [Zelf het spinnenweb invullen - Institute for Positive Health](#)

Een verzameling vragenlijsten voor volwassenen en kinderen te vinden op:

- [Mijn Positieve Gezondheid](#)

Tips voor het voeren van ander gesprek en het stellen van andere vragen:

Welke vragen stel je tijdens het andere gesprek? Het stellen van [oplossingsgerichte vragen](#) kunnen bijdragen aan het ervaren van eigen regie en perspectief.

Vier basisvragen die je helpen betekenisvol gesprek te voeren met je patiënt of client zijn:

- Waar hoopt u op?
- Welk verschil zal dat maken?
- Wat werkt?
- Wat zal een volgend teken van vooruitgang zijn?
Of: Wat zal uw volgende stapje zijn?

Ben je op zoek naar meer gesprekstoetsen en communicatietips voor het goede andere gesprek, dan kan deze verzameling jou wellicht helpen: ["Het andere gesprek": Tips, Taal en Tools](#)

Tip!
**Vul zelf ook eens het
spinnenweb in**

Wat kun je morgen anders doen? (deel I)

Waar ga je starten met Positieve Gezondheid? Hieronder staan twee voorbeelden van werkwijzen om het anders te doen. Deze voorbeelden komen vanuit de praktijk en illustreren terugkerende gemene delers. Deze voorbeelden zijn gericht op de eerste lijn, maar Positieve Gezondheid kan natuurlijk ook in zorg en welzijn worden toegepast.

- **Consultvoering eerste lijn**

Binnen de eerstelijnszorg kan Positieve Gezondheid goed ingebed worden. Er komt een enorme diversiteit aan vraagstellingen binnen. Niet al deze hulpvragen zijn zorgvragen. Het is interessant om erover na te denken hoe je Positieve Gezondheid kunt inbedden in je handelen en in de praktijk. Daarbij is het vooral belangrijk om dit proces met de gehele praktijk vorm te geven. Dit kun je doen door een sessie te organiseren waarbij je in groepjes nadenkt de verschillende vragen.

- Bij wie voer je het andere gesprek?
- Wanneer plan je deze mensen in? Op welk moment van de dag heb je hier de meeste rust en/of energie voor?
- Hoeveel van dit soort gesprekken doe je per dag/week? Begin klein en behapbaar.
- Welke reminders kun je jezelf geven zodat het op jouw netvlies blijft? Denk aan reminders op je werkplek, in het EPD, aan de koffietafel.
- Wanneer vullen mensen het spinnenweb in? Hoe en wie stuurt het naar ze? Wie moet je hiervoor instrueren en wat moet je inrichten?

- **Spreekuurinrichting huisartsenpraktijk**

Specifiek binnen de huisartsenzorg zijn er ook voorbeelden hoe Positieve Gezondheid ingebed kan worden in de praktijkvoering. Om meer tijd te creëren kan het een goede optie zijn om de spreekuurinrichting aan te passen. Onderstaande vragen geven daarbij houvast. Bij de laatste bullet zit een voorbeeld van hoe je het spreekuur zou kunnen inrichten. Ook in de huisartsenpraktijk is het belangrijk om dit proces met de gehele praktijk vorm te geven. Dit kun je doen door een sessie te organiseren waarbij je in groepjes nadenkt over welke patiënt in welk type consult past.

- Voor wie is een langer consult geschikt en voor wie een kort consult?
- Welke instructies hebben de assistentes nodig om mensen in het juiste type consult in te kunnen delen en welke uitleg kunnen zij geven aan de patiënten?
- Hoe creëer je meer tijd voor langere consulten in je dag?
- Wat wordt je dagplanning? Wanneer welk type consult?
- Zie ook dit [voorbeeld](#)



Wat kun je morgen anders doen? (deel II)

Het is algemeen bekend en het wordt breed beaamd dat het voorkomen van een kwaal beter is dan het genezen daarvan. Door proactief en subtiel gezondheid te bevorderen met behulp van Positieve Gezondheid kan de zorgprofessional ziekte helpen voorkomen, net zoals de onderstaande voorbeelden illustreren.

- **Van Reactief naar Proactief bewegen**

Een bepaalde groep patiënten komt veelvuldig op het spreekuur. Dit zijn bij uitstek patiënten waarmee je een ander gesprek zou kunnen voeren. Naast dat het mogelijk is om het reguliere consult te verlengen en zo meer tijd te creëren, zijn er ook diverse praktijken die deze patiënten proactief oproepen voor een uitgebreider gesprek (een uur) en zetten hierbij Positieve Gezondheid in.

In plaats van wachten tot de patiënten weer op het spreekuur komen, roept de huisarts hen proactief op. Met deze insteek zit de patiënt al anders in de spreekkamer. Door een ander gesprek met ze aan te gaan en dieper in te kunnen gaan op wat er bij hen speelt, kan het goed zijn dat de patiënt daarmee beter geholpen is en daarna minder vaak terug komt op het spreekuur. Het is aan te raden om dit structureel te doen, door bijvoorbeeld een assistente een lijst te laten uitdraaien met deze

'draaideurpatiënten' en er 1 of 2 per maand in te plannen voor een uurgesprek. In de regio Centraal Gelderland kan hiervoor een uurgesprek worden gedeclareerd via [AFA](#) door huisartsen werkzaam in een achterstandsgebied. Informeer in je eigen regio naar de mogelijkheden van het achterstandsfonds [Achterstandsfondsen Nederland](#)

- **Wachtkamer en spreekkamer inrichten**

De wachtkamer en spreek- of behandelkamer anders inrichten kan bijdragen aan werken vanuit Positieve Gezondheid. Neem deze ruimtes eens onder de loep en bekijk het door de ogen van Positieve Gezondheid. Welke folders en posters ziet en leest de patiënt? Wat staat er op het tv-scherm en welke sfeer ademt dit? Zie je vooral ziekte en zorg of zijn jullie ook daarmee al goed op weg met Positieve Gezondheid?

Wees kritisch en kijk of je zorg en ziekte gerelateerde objecten kunt vervangen voor iets wat over gezondheid gaat, bijvoorbeeld informatie of beelden over bewegen, natuur, koken. Stel jezelf daarbij de vraag: waar wil je naar toe bewegen?



Hoe ga ik anders samenwerken? (deel I)

Elkaar vinden en verbinden

Positieve Gezondheid is een brede benadering waar veel organisaties of partijen bij betrokken zijn. Als we bijvoorbeeld de 6 dimensies uit het spinnenweb bekijken, wordt direct duidelijk dat het om een grote diversiteit van domeinen gaat en je dus diverse organisaties binnen en buiten de zorg nodig hebt. Bijvoorbeeld het een (sport)vereniging voor het stuk 'meedoen' of een kerk met betrekking tot 'zingeving'. Vinden en verbinden is daarbij een uitdaging en vraagt om het opbouwen van een breed netwerk.

Voorbeelden van hoe werk je 'anders' samen:

- Netwerkbijeenkomst organiseren over Positieve Gezondheid (zie volgende pagina voor voorbeeld opzet)
- [Welzijn op Recept](#)
- [Natuur op Recept](#)
- [Kunst op Recept](#)

Nog een inspirerend voorbeeld is dat van Matthijs van de Poel, huisarts, die de transformatie van ziekte naar gezondheid op zijn eigen manier doorleeft. In zijn interview vertelt hij hoe:

- [Lopen op Recept](#)

Vilans zocht contact met bestuurders en projectleiders die bij het implementeren van Positieve Gezondheid in hun organisaties actief de samenwerking met andere partijen opzochten. Hun ervaringen zijn vevat in de publicatie 'Samen werken aan Positieve Gezondheid. 6 tips en inzichten'. Het pdf-document is te vinden via deze link:

[Samen werken aan Positieve Gezondheid: 6 tips en inzichten](#)

MDO op basis van Positieve Gezondheid

Veel professionals vinden elkaar al via een multidisciplinair overleg (MDO). Ook dit MDO kan ingericht worden vanuit Positieve Gezondheid. Een voorbeeld hiervan vinden we in [Avereest](#) waar vanuit de beweging Vitaal Vechtdal wordt samengewerkt vanuit Positieve Gezondheid, o.a. via het MDO.

Vind elkaar en blijf elkaar inspireren over Positieve Gezondheid bijvoorbeeld tijdens een mooie wandeling in de natuur. Wellicht kun je daarbij [dit voorbeeld](#) gebruiken.

Beweging Positieve Gezondheid Centraal Gelderland

In regio Centraal Gelderland is, net zoals in diverse andere regio's, een beweging ontstaan vanuit Positieve Gezondheid. De [Beweging Positieve Gezondheid Centraal Gelderland](#) wil de transformatie van ziekte naar gezondheid aanjagen. Dit doen ze door; te inspireren, verbinden, bouwen & samen te leren. Kijk of er in jouw regio ook een beweging is waarbij je eventueel kunt aansluiten. Het is een inspirerende manier om gelijkgestemden te ontmoeten en leren kennen.



Hoe ga ik anders samenwerken? (deel II)

Bijeenkomst netwerksamenwerking - voorbeeldopzet

Als zorg- en welzijnprofessional werk je natuurlijk samen met andere partijen om je patiënten en cliënten de best mogelijke ondersteuning of zorg op het juiste moment aan te bieden. Om (gezamenlijk) de best mogelijke zorg te kunnen blijven bieden is het belangrijk om je partners te informeren vanuit welke visie jullie de zorg leveren. Tegelijkertijd biedt dit een kans om deze visie (het Positieve Gezondheidsgedachtegoed) verder te verspreiden en anderen te enthousiasmeren ook vanuit dit gedachtegoed te gaan werken.

Een goed middel om jullie samenwerkingspartners te informeren (en enthousiasmeren) is het beleggen van een digitale dan wel fysieke bijeenkomst. Proscop kan u hier in veel gevallen bij ondersteunen. U kunt hiervoor contact met ons opnemen.

Inhoud bijeenkomst

Hieronder een mogelijke opzet voor de bijeenkomst:

1. Inleiding op de transformatie van ziekte naar Positieve Gezondheid
2. Presentatie vanuit jullie praktijk(en):
 - a) Missie: waarom doen jullie dit?
 - b) Ambitie: wat is jullie doel? Wat willen jullie hiermee bereiken?
 - c) Stand van zaken: welke acties hebben jullie inmiddels al ondernomen?
 - d) Ervaringen: wat zijn jullie ervaringen tot nu toe? (leg link met missie en ambitie)
3. Interesse vanuit samenwerkingspartners: wat vinden ze van 'werken met Positieve Gezondheid'? Is dit wellicht iets dat zij ook zouden willen?
4. Eventueel (of in vervolgsessie): wie kan wat bieden, kijkend naar de dimensies van Positieve Gezondheid?
5. Vervolgafspraken
 - e) Samenwerking: wat gaat er voor jullie partners veranderen in de samenwerking met de praktijk? Wat hebben jullie nodig van jullie partners? Wat hebben jullie je partners te bieden? Biedt het meerwaarde voor jullie partners om ook te gaan werken vanuit positieve gezondheid?

Hoe kan ik dit financieren?

Het financieren van gezondheid en preventie, met name vanuit het perspectief van Positieve Gezondheid, kan een uitdaging zijn vanwege de traditionele financieringsstromen in de gezondheidszorg (Zvw, Wmo, Wlz) die vaak gericht zijn op ziekte en behandeling. Hieronder staan enkele voorbeelden en ontwikkelingen die je mogelijk interessant vindt:

Een mooi voorbeeld van anders financieren en Positieve Gezondheid lees je hier.

[De Eerstelijns | Consult huisarts van vijftien minuten in Afferden](#)

Naast dat er een duurzame oplossing nodig is voor onze huidige financieringsstromen, zijn er ook geregeld subsidies (tijdelijke bronnen) die helpen om de beweging van Positieve Gezondheid op gang te brengen. Voorbeelden uit het verleden zijn, de subsidieregeling [Kennisvoucher Positieve Gezondheid](#) en Implementatie Passende Zorg van ZonMw. Op de website ZonMw staat een [overzicht](#) met actuele subsidies. Andere bekende bronnen waar regelmatig subsidies te vinden zijn, zijn: FNO Zorg voor Kansen, provincies, RVO.

Met "Meer Tijd voor de Patiënt" (MTVP) krijgen huisartspraktijken de gelegenheid om 'andere' gesprekken te voeren met hun patiënten. Bovendien openen de financieringsbronnen van IZA en GALA de deur domeinoverstijgend samenwerkingen en vernieuwende initiatieven, waardoor samenwerking met professionals vanuit de brede blik op gezondheid/ Positieve Gezondheid ook gestimuleerd wordt.

Evaluëren en monitoren

Het kan waardevol zijn om de effecten van een nieuwe manier van werken inzichtelijk te maken door te monitoren wat je doet. Bijvoorbeeld omdat je daarmee zelf kunt reflecteren of dat wat je doet, het effect heeft wat je hoopt dat het heeft. Het kan ook ondersteunend zijn aan gesprekken met andere partijen.

Proscop heeft diverse instrumenten beschikbaar gesteld om u te ondersteunen bij het meten en monitoren: [Zelf aan de slag met monitoring en evaluatie](#).

Een voorbeeld van evalueren en monitoren van Positieve Gezondheid via Quadruple Aim vindt u hier: [Quadruple Aim uitkomsten meten in de huisartsenpraktijk](#). Quadruple Aim wil zeggen dat er op de onderstaande vier doelen geëvalueerd wordt:

- Ervaren gezondheid en patiënttevredenheid
- Kwaliteit van zorg
- Zorgkosten van de praktijkpopulatie
- Werkplezier van de medewerkers

Meer voorbeelden over evalueren van Positieve Gezondheid zijn ook te vinden in de evaluatiewijzer van het IPH: [Evaluatiewijzer en in Handig hulpmiddel: monitoringsplan Positieve Gezondheid](#).

In lijn met Positieve Gezondheid anders meten en evalueren, gebaseerd op vertrouwen: [Blijk van vertrouwen - Anders verantwoord voor goede zorg](#)

In de transformatie heeft men altijd te maken met onzekerheid en onverwachte kansen en knelpunten. Het is vaak lastig om van tevoren te bepalen wat en hoe precies er gemonitord moet worden. Terwijl de meeste benaderingen voor monitoren uit gaan van meten en afrekenen, gaat reflexieve monitoring over leren en bijsturen op structurele verandering.

Deze korte presentatie van PJ Beers (Drift) vertelt je meer over :

[Reflexieve Monitoring](#)

Colofon

Deze inspiratiekaart is een publicatie van Proscop. De inspiratiekaart is gemaakt in samenwerking met en gebaseerd op de ideeën van Kyra Jansing (Proscop) en Chantal Walg ([Anders Gezond](#)). Citeren uit deze kaart is toegestaan met bronvermelding.

Heb je vragen of opmerkingen over deze inspiratiekaart? Neem dan contact op met Kim Boerakker (kim.boerakker@proscop.nl) of Nelli Kossenko (nelly.kossenko@proscop.nl).

Kijk voor meer informatie over positieve gezondheid op www.proscop.nl. Voor vragen over positieve gezondheid in uw regio:

Zwolle/Salland/Vechtdal: Judith Heinrich

Drenthe/Flevoland: Ayşe Baltacı

Apeldoorn/Zutphen/Achterhoek: Kyra Jansing en Rudie van den Berg

Centraal Gelderland: Annelies Diependaal van Zeeland en Chantal Walg

Uitgave, september 2024

Proscop

Dokter Klinkertweg 16

8025 BS Zwolle

info@proscop.nl

www.proscop.nl

