

# Nieuwsflits Utrechtse ketenaanpak valpreventie

Met behulp van deze nieuwsbrief willen we betrokken organisaties, professionals en andere geïnteresseerden graag informeren over de recente ontwikkelingen op het gebied van valpreventie in Utrecht.

## Aanleiding

Vanuit het GALA en IZA hebben de gemeente en het medisch domein de opdracht gekregen de Ketenaanpak Valpreventie in te richten voor de thuiswonende inwoners van 65 jaar en ouder met een valrisico. In Utrecht is stedelijk een regiegroep gevormd, zij integreren dat wat er in Utrecht is ontwikkelt op het gebied van valpreventie en daarbij zal opzet van het bestaande project *Vallen Voorkomen* verwerkt worden in de ketenaanpak. De uitgangspunten zijn het volgen van landelijke richtlijnen, het bevorderen van samenwerking tussen het medische en sociale domein, een wijkgerichte aanpak, en het aansluiten bij bestaande initiatieven.

## Landelijke valpreventieweek

Van 2 tot 9 oktober is de landelijke valpreventieweek. In Utrecht worden billboards geplaatst met afbeeldingen over het voorkomen van vallen. In alle wijken verspreiden we posters en flyers over het voorkomen van vallen. Iedere bewoner kan zijn of haar valrisico zelf testen op de website [www.datvaltmee.nl/test](http://www.datvaltmee.nl/test). Bij een verhoogd valrisico streven we ernaar om, indien mogelijk, door te verwijzen naar [beweegaanbod](#) of balansprogramma in de wijk.

## Erkend balansprogramma "In Balans"

In november staat de eerste scholing gepland voor professionals in de wijken voor het erkende balansprogramma "In Balans". Later dit jaar of begin volgend jaar wordt nog een scholing gepland. Als je al beschikt over een certificaat van een van de erkende balansprogramma's zoals "In Balans," "Vallen Verledentijd," of "Otago," neem dan contact op met de [FUS](#).

Het streven is om eind 2023 te beginnen met enkele wijken waar balansprogramma's worden uitgevoerd voor bewoners met een matig valrisico, een samenwerking tussen fysiotherapeuten, oefentherapeuten, ergotherapeuten en Buurtsportcoaches van SportUtrecht. In eerste instantie zal dit worden gefinancierd uit de SPUK-gelden, er zal één balansprogramma per wijk worden gestart.

## Laag, matig en hoog valrisico

65+'ers en professionals die contact hebben met deze doelgroep willen we stimuleren en faciliteren om zelf valrisico inschattingen te maken en indien nodig door te verwijzen. Maak gebruik van de informatie op de website [www.datvaltmee.nl](http://www.datvaltmee.nl). Laag en matig valrisico wordt vormgegeven door SportUtrecht in samenwerking met het medisch domein. Voor hoog valrisico zijn de financiële randvoorwaarde voor het uitvoeren nog niet bekend. We volgen de landelijk ontwikkelingen en zullen per wijk kijken naar de best passende oplossing voor deze groep.

## Buurtsportcoaches voor ouderen spelen een centrale rol:

- Deze buurtsportcoach is geïntegreerd in het wijkkernteam.
- Ze fungeren als organisator en aanspreekpunt voor de wijk.
- Ze organiseren valrisico-inschattingen voor 65-plussers en verwijzen hen vervolgens door naar [passend aanbod](#).
- Ze zorgen voor structureel beweegaanbod in de wijk voor ouderen, inclusief een balansprogramma voor inwoners met een matig valrisico, in samenwerking met fysiotherapeuten, oefentherapeuten en ergotherapeuten. Na afronding zullen ouderen doorstromen naar structureel beweegaanbod.

Voor partners als DOCK en sport en beweeg aanbieders is het dan duidelijk bij wie ze voor vragen terecht kunnen, zeker als wij deze nieuwsflits ook zelf gaan verspreiden onder ons netwerk:

Indien je meer wilt weten over de aanpak van SportUtrecht en de verbinding met sport en bewegen in de wijk voor 65-plussers neem dan contact op Linda Willemsen: [linda.willemsen@sportutrecht.nl](mailto:linda.willemsen@sportutrecht.nl)/ 06 83443223

## Wijkteams Vallen Voorkomen

In de wijken waar een wijkkernteam *Vallen Voorkomen* is, wordt deze versterkt met de wijk buurtsportcoach ouderen van SportUtrecht die de valpreventie aanjaagt. Hiermee gaat het project *Vallen voorkomen* over in de Ketenaanpak Valpreventie.

Project Vallen Voorkomen loopt tot 31 december 2023 (uiterlijk 1 maart 2024):

- De meeste wijken hebben een wijkkernteam of recent opgestart
- De wijknetwerken hebben scholing “bouwstenen/motiveren bewoners” gehad en gaat starten.
- In betrokken wijken is de wijkanalyse gemaakt met daarin wat het aanbod is in de wijk volgens de bouwstenen van vallen voorkomen.

## Financiering

Balansprogramma's aangeboden in het sociaal domein zijn voor deelnemers gratis. Vanuit de SPUK-gelden die de gemeente ontvangt van VWS, heeft SportUtrecht de opdracht gekregen, het aanbod van balansprogramma's in de wijk te coördineren en (te) laten uitvoeren. De financiering voor bewoners met een hoog valrisico is nog niet duidelijk, wij verwachten dat eind dit jaar of in de loop van 2024 meer duidelijk zal worden.

## Vragen:

Heb je naar aanleiding van deze nieuwsbrief vragen. Neem contact op met een van de leden uit de stedelijke regiegroep:

Linda Willemsen [linda.willemsen@sportutrecht.nl](mailto:linda.willemsen@sportutrecht.nl)

Randy Haalboom (FUS): [randy@fysiotherapeutenutrechtstad.nl](mailto:randy@fysiotherapeutenutrechtstad.nl)

Marieke Hellevoort (Gemeente Utrecht): [m.hellevoort@utrecht.nl](mailto:m.hellevoort@utrecht.nl)

Marga Klein Swormink (ZorgindeWijk): [m.kleinswormink@careyn.nl](mailto:m.kleinswormink@careyn.nl)

Wytse Brongers (RegiozorgNU): [w.brongers@regiozorgnu.nl](mailto:w.brongers@regiozorgnu.nl)

Yvonne Pijnacker (Sterkz.org): [pijnacker@huisartsenutrechtstad.nl](mailto:pijnacker@huisartsenutrechtstad.nl)