



Brochure MTVP-interventies

Aanvulling op MTVP-regioplan

Versie 1.0

Datum 13 juli 2023

Inleiding

In het [MTVP-regioplan](#) van Sterkzorg lees je welke afspraken we in Utrecht Stad hebben gemaakt over Meer Tijd voor de Patiënt. Daarin staan welke interventies jullie kunnen kiezen op het gebied van ‘anders werken’, ‘het goede gesprek’, in het tweede jaar ‘samenwerken met het netwerk’ en dat jullie op facultatieve basis kunnen kiezen voor uitbreiding van personele capaciteit. Deze interventies implementeer je vanuit een groeimodel in twee jaar tijd binnen je praktijk. Door de combinatie van deze interventies, is het idee dat er een beweging wordt gerealiseerd waarmee je daadwerkelijk meer tijd voor de patiënt creëert.

Meer tijd voor de Patiënt is het doel van dit programma, evenals meer werkplezier voor de professional. In de Chronische zorg ligt de opdracht om de beweging naar meer **persoonsgerichte zorg** te maken. De transitie naar meer persoonsgericht werken wordt dus vanuit MTVP gestimuleerd, evenals vanuit de chronische zorg. We willen samen een beweging realiseren. Samen betekent dat we de verbinding met elkaar zoeken, ook in het ondersteuningsaanbod. Daarom hebben we met het thema Chronische zorg en de HUS academie gekeken hoe we jullie het best kunnen ondersteunen.

Bekijk de interventies waarbij we je ondersteunen in onze regio

Kijk in de tabel voor de interventies en klik door voor het ondersteuningsaanbod. Er is aanbod voor alle disciplines in de huisartsenpraktijk. Het aanbod is nog in ontwikkeling, dus het zal verder worden aangepast en aangevuld op basis van nieuwe inzichten. Als het aanbod niet aansluit bij jullie praktijkwensen, dan [horen](#) we dit graag.

Anders werken in de praktijk	Samenwerken met het netwerk	Uitbreiding personele capaciteit	Het voeren van het goede gesprek
<i>Kies minimaal één interventie. In jaar 2 komt er in elk geval één interventie bij.</i>	<i>Met deze interventies ga je aan de slag in jaar 2.</i>	<i>Facultatief</i>	<i>Kies minimaal één interventie. In jaar 2 ontwikkel je deze interventie door.</i>
<ol style="list-style-type: none"> Flexibele consultduur via anders inroosteren <ul style="list-style-type: none"> Scholing Triage voor praktijkassistenten Taakherschikking <ul style="list-style-type: none"> Scholing De kracht van het Huisartsteam Stressvrij werken met Tijdsurfen Scholing voor praktijkmanagers Regie op veelgebruikers Beeldbellen / e-mailen / Chatten 3-gesprekken (patiënt, huisarts en andere zorgverlener) Lean werken Extra: Meekijken bij een praktijk voor Anders werken 	SOLK/ ALK Dag 1: Efficiënt werken met kernteams		<ol style="list-style-type: none"> Positieve gezondheid 4D-model SOLK/ ALK <ol style="list-style-type: none"> Dag 1: Efficiënt werken met kernteams Dag 2: Werken met gespreksmodellen Motiverende gespreksvoering Oplossingsgericht werken

De kosten voor deelname aan MTVP-scholingen zijn, zoals al gecommuniceerd, voor de praktijk. Mocht een scholing in het kader van chronische zorg of GGZ gratis worden aangeboden, dan blijven de kosten voor het inschakelen van een vervanger op de praktijk voor eigen rekening.

Elke scholing wordt als training in de [HUS Academie kalender](#) aangeboden (of komen nog online). Deelnemers kunnen zich hier individueel op aanmelden. De prijs op de site is leidend, mocht dit niet overeenkomen met dit document.

Het is daarnaast mogelijk om dezelfde scholingen in te kopen bij de betreffende aanbieders. Zo weten jullie dat dit een scholing is die al op maat voor Utrecht stad is ontwikkeld én die overeenkomt met de scholingen die stedelijk verzorgd worden.

Anders werken in de praktijk

1. Flexibele consultduur via anders inroosteren

Consultduur en vorm wordt afgestemd op de zorgvraag. Dit betreft een aanpassing van de inrichting van de spreekuurtijden. Waar nodig fysiek (kort/lang), waar mogelijk een telefonisch advies en/of verwijzen naar andere zorgaanbieder. Door verandering in soort consulten heb je andere vaardigheden nodig om het spreekuur beter te kunnen plannen. Een triagetraining voor praktijkassistenten wordt daarom aanbevolen.

Wat deze interventie oplevert

- Minder druk op de agenda door passend advies en consultduur
- Meer rust bij patiënten die een grotere zorgvraag hebben
- Meer zorg op maat
- Minder telefoontjes

Hoe voer je de interventie uit?

- De praktijk experimenteert met flexibele spreekuurtijden. Denk bijvoorbeeld aan:
 - Standaard 15 min consult, afgewisseld met kortere consulten voor kleine zorgvragen en langere blokken. Denk hierbij bijvoorbeeld aan aanvulling 15 min met blokken van 3x 20 min GGZ spreekuur, 5 min spreekuur voor kleine (dermatologische) beoordeling icm de doktersassistent, en een ingrepen spreekuur (evt op niet ingevulde visiteplekken);
 - Flitsconsulten (DA heeft hier een coördinerende rol in);
- Daarnaast richt je je op implementatie van één of meerdere van de volgende onderdelen:
 - Triage door assistenten (certificaat van scholing in de afgelopen 2 jaar: triage scholing of aanvullende opleiding) (zie hieronder);
 - Er wordt gewerkt met een spoed-/regiearts;
 - Er worden digitale consulten gedaan.

Tip: Experimenteer in korte cyclische rondes (minimaal eens per 3 maanden). Evalueer deze rondes en pas de bevindingen in de volgende ronde(s) toe. Het opschrijven van ervaringen en hoe de flexibele consultduur wordt vormgegeven wordt geadviseerd. Geef het vorm met een weekrooster en een beslisboom/flowchart waaruit blijkt hoe wordt besloten tot een gewoon lang, een lang consult en een e-consult.

We [ontvangen](#) heel graag tips en valkuilen van jullie. Als we deze ontvangen, dan mag deze (door Sterkz.org, anoniem) gedeeld worden als 'lessons learned'. Ervaringen kunnen worden uitgewisseld in de MTVP-HA-web groep.

Basisscholing "Triage voor praktijkassistenten op de dagpraktijk"

Voor: praktijkassistenten op de dagpraktijk

Triage speelt een steeds grotere rol in het werk van een praktijkassistent. Door middel van triage bepaal je de urgentie van de zorgvraag en kan je op basis daarvan het vervolgtraject indiceren. Zo zorg je ervoor dat de zorgvragen die zo snel mogelijk aandacht van de arts vereisen ook echt als eerste worden behandeld. En daarmee verhoog jij de kwaliteit van de geleverde zorg. Tegelijkertijd is het een middel om met de beperkte beschikbare uren toch de agenda's goed te kunnen beheren. Het maakt jouw werk als praktijkassistent nog leuker en geeft je een grote verantwoordelijkheid. Belangrijk dus om te weten hoe je triage juist aanpakt! De HUS organiseert een stedelijke scholing.

Soort scholing	Data	Investing
Stedelijke scholing HUS Academie (op basis van individuele inschrijving) Meer informatie en aanmelden	Donderdag 26 oktober 2023, 18.00 – 21.00 uur <i>Maximaal 15 deelnemers per scholingsgroep.</i>	€ 115,- per deelnemer
Stedelijke scholing HUS Academie (op basis van individuele inschrijving)	Datum in 2024 volgt z.s.m. <i>Maximaal 15 deelnemers per scholingsgroep.</i>	€ 115,- per deelnemer

Het is ook mogelijk om te kiezen voor één van de volgende scholingen:

- [NVDA Triage en communicatie in de dagpraktijk](#), € 460,- voor leden, drie dagdelen, start in september
- [NVDA Terugkombijeenkomst triage en communicatie](#), €185,- voor leden, één dagdeel, start in november (alleen voor degene die de eerste training onlangs hebben voltooid)
- [NVDA Triage vanuit positieve gezondheid](#), prijs volgt, drie dagdelen, start najaar 2023
- [WDA Triage training](#), € 260,-, drie dagdelen, start in september/ oktober/ november
- [Zorgdidact triage in de huisartspraktijk](#), € 205,-, twee dagdelen, start in juni
- [NHA Effectief communiceren](#), € 319,-, 4 uur per week verdeeld over 5 maanden, thuisstudie

Tips bij 'anders triëren':

Zorg ervoor dat anderen die niet aan de training deel konden nemen ook meegenomen worden in de inhoud. Bijvoorbeeld door:

- een Lunch & learn-bijeenkomst te organiseren: de deelnemers van de training vertellen over wat ze hebben geleerd en hoe ze dat binnen de praktijk willen toepassen;
- ambassadeurs 'Anders werken' te worden. Ambassadeurs zorgen ervoor dat het onderwerp een agendapunt wordt bij overleggen en regelen een terugkoment. Voer bijvoorbeeld een groepsdiscussie tijdens een teamoverleg: Hoe kunnen we anders werken/triëren toepassen in de praktijk?
- lesmaterialen te delen binnen de praktijk;
- 'Anders triëren' en de toepassing ervan mee te nemen in het inwerkschema van nieuwe collega's;
- na te lopen in hoeverre de ICT-systemen anders triëren ondersteunen. Initieer verbeteracties als dat nodig is.

2. Taakherschikking in de praktijk

Bij taakherschikking gaat om het structureel herverdelen van taken, inclusief verantwoordelijkheden en bevoegdheden tussen verschillende beroepen. Taakherschikking gaat ook over de juiste professional op de juiste plek.

Door taken over te dragen aan bijvoorbeeld verpleegkundig specialisten en physician assistants, hebben huisartsen meer tijd voor complexere zorgvragen en wordt een goede samenwerking gestimuleerd. Daarnaast kun je ook denken aan een praktijkverpleegkundige, waarnemend huisarts of een Spreekuur Ondersteuner Huisarts (SOH). De SOH is een goed opgeleide assistent die zelfstandig klein letsel of veelvoorkomende klachten behandelt. Vaak is snel duidelijk of er een spoedbehandeling nodig is en hoeft de huisarts er niet noodzakelijk bij te komen. Het is ook mogelijk een regie-arts in te zetten. De regiearts, of backoffice arts, coacht assistentes, handelt vragen van assistente, apotheker en anderen af, doet spoedconsulten, beoordeelt urineonderzoeken etc.. Dat maakt het mogelijk voor andere artsen zich volledig te richten op het spreekuur zonder storingen tussendoor.

Wat deze interventie oplevert

- Betere organisatie van de huisartsenzorg
- Doelmatige zorg
- Goede kwaliteit van zorg

Ongeacht welke vorm van taakherschikking gekozen wordt, de interventie moet leiden tot meer tijd voor de patiënt.

Hoe voer je de interventie uit?

- Volg een scholing 'de kracht van het huisartsteam' om inzicht te vergaren in de kwaliteiten van jouw team (zie hieronder);
- Stel een SOH spreekuur in; en/of
- Zet een regie-arts in.

Maak daarnaast gebruik van de extra scholingen 'Stressvrij werken met Tijdsurfen' en 'Verandering in de praktijk: scholing voor praktijkmanagers' om jezelf en collega's nóg meer in hun kracht te zetten.

Scholing "De kracht van het huisartsteam"

Voor: Praktijkhouders en praktijkmanagers (het liefst als duo de scholing volgen)

Zit jij als praktijkhouder of praktijkmanager ook regelmatig met je handen in het haar over de arbeidsmarktproblematiek en hoe je vorm geeft aan goed werkgeverschap? Taakherschikking is een krachtig middel hiervoor. Door de kwaliteiten van jouw team beter in te zetten, zorg je voor meer werkplezier en (daarmee) behoud van medewerkers. Hiervoor is allereerst inzicht nodig in deze talenten én waar de mogelijkheden liggen om daarop aan te sluiten. Daar ga je mee aan de slag in deze actieve bijeenkomst.

Op de volgende pagina staat het scholingschema.

Soort scholing	Data	Investering
Stedelijke scholing HUS Academie (op basis van individuele inschrijving) Meer informatie en aanmelden	Maandag 23 oktober 2023, 18.00 – 20.00 uur <i>Maximaal 15 deelnemers per scholingsgroep.</i>	Gratis <i>Betaald vanuit Chronische Zorg gelden SterkZ.org</i>
Praktijkscholing (een scholing voor alle medewerkers van de hele praktijk)	Vanaf 2024 te volgen <i>Maximaal 15 deelnemers per scholingsgroep.</i>	Investeringsbedrag wordt nader bepaald.
Stedelijke scholing HUS Academie (op basis van individuele inschrijving) Meer informatie en aanmelden	Datum 2024 volgt. <i>Maximaal 15 deelnemers per scholingsgroep.</i>	Gratis <i>Betaald vanuit Chronische Zorg gelden SterkZ.org</i>

Extra Scholing “Stressvrij werken met Tijdsurfen”

Voor: alle zorgprofessionals werkzaam in de eerstelijns in Utrecht stad

Tijdsurfen is een goede manier om tot (meer) werkgeluk en werkplezier te komen. Aan de hand van zeven principes leer je te werken vanuit rust. Zodra werkdruk en stress ontstaan, helpt één van deze principes (afhankelijk van de situatie) jou om de rust en focus terug te krijgen. Hierdoor word je niet alleen productiever, maar kom je vooral ook meer toe aan wat voor jou écht belangrijk is.

De zeven principes van Tijdsurfen zijn: aandacht, voldoening, balans, ruis verminderen, anticiperen, piekeren verminderen en organiseren. Door deze principes toe te passen ga je tijd ervaren als iets waarvan je kunt genieten in plaats van iets waarvan er steeds te weinig is. Je anticipeert, wisselt af en schept overzicht. Te midden van alle uitdagingen en hectiek blijf je een bakken van rust. Je lost uitstelgedrag op en het ‘alsmaar moeten’ transformeer je in bewuste keuzes.

Soort scholing	Data	Investering
Stedelijke introductieworkshop HUS Academie (op basis van individuele inschrijving) Meer informatie en aanmelden	Donderdag 14 september, 15.00 – 17.00 uur	Gratis <i>Betaald vanuit Chronische Zorg gelden SterkZ.org</i>
Stedelijke scholing HUS Academie (op basis van individuele inschrijving) Meer informatie en aanmelden	Datum 2024 volgt. <i>Maximaal 15 deelnemers per scholingsgroep.</i>	Gratis <i>Betaald vanuit Chronische Zorg gelden SterkZ.org</i>

NB: dit is extra interventie, die niet in plaats van andere verplichte interventie is te doen, maar in combinatie met een andere interventie.

Extra: Verandering in de praktijk; scholing voor praktijkmanagers*Voor: praktijkmanagers in Utrecht stad*

Als praktijkmanager heb je te maken met een hectische werkomgeving en constante veranderingen. Het kan soms lastig zijn om je collega's mee te krijgen in die veranderingen: ze hebben immers al veel andere zaken aan hun hoofd. In deze training gaan we aan de slag met motiverende technieken om je collega's te activeren voor deze veranderlijke omgeving. Je gaat aan de slag met een eigen casus en we zullen samen onderzoeken waar mogelijkheden liggen voor verbetering. Je verlaat de training met praktische ideeën voor jouw dagelijks werk, en kennis van de theorie die je kunt blijven inzetten.

Soort scholing	Data	Investering
Stedelijke workshop HUS Academie (op basis van individuele inschrijving)	Dinsdag 12 september, 13.00 – 16.00 uur	Gratis
Meer informatie en aanmelden		

NB: dit is extra interventie, die niet in plaats van andere verplichte interventie is te doen, maar in combinatie met een andere interventie.

3. Regie op veelgebruikers

Deze interventie richt zich op het in beeld brengen van veelgebruikers en proactief kijken hoe deze groep op een andere manier kan worden geholpen.

Wat deze interventie oplevert

- Minder telefoontjes
- Meer zorg op maat
- Meer werkplezier

Hoe voer je deze interventie uit

Praktijk kan hiermee op aan de slag op twee niveaus:

1. Binnen eigen praktijk, met zelf in kaart brengen veelgebruikers, bespreken in huisartsteam hoe bijvoorbeeld communicatie en continuïteit te verbeteren (bijv. door notities in HIS)
2. Vanuit de HAP, door spiegelinformatie per half jaar, om zo ook inzichtelijk te maken welke patiënt er niet vaak in de praktijk komt maar bijvoorbeeld wel vaak de spoedpost belt. Sterkzorg kan op verzoek ondersteunen bij het verkrijgen van deze informatie.

4. Anders werken met digitale toepassingen (Beeldbellen / e-mailen / Chatten)

Het gebruik van digitale zorgtoepassingen kan eraan bijdragen dat de juiste zorg op de juiste plek terecht komt. Denk daarbij aan e- en videoconsulten die korte consulten mogelijk maken en meer patiënttevredenheid opleveren.

Hoe voer je deze interventie uit

Kies bijvoorbeeld uit:

- Inzet en/of uitbreiding van e-consulten
- Inzet en/of uitbreiding van videoconsulten (waarbij [dit stappenplan wordt gevolgd voor implementatie](#))
- Aanvullende opleiding voor DA met concrete afspraken waar deze consulten geschikt voor zijn.

Sterkzorg denkt graag met je mee. Wil je aan de slag met je implementatie, dan kan er op verzoek een startgesprek ingepland worden om te helpen met het plan van aanpak.

5. 3-gesprekken (patiënt, huisarts en andere zorgverlener zoals bijv. buurtteam/wijkvp/lister)

De interventie 3 gesprekken richt zich op het vergroten van de bewustwording van samen beslissen (shared decision making) onder zowel patiënten als zorgverleners. Doorvragen en het gezamenlijk stellen van goede vragen trekken het gesprek breder dan waar de patiënt in eerste instantie voor op consult komt en helpen om oplossingsgericht te werken. Dit is een onderdeel van Krachtige basiszorg.

Intervisie wat betreft 3-gesprekken zal afhankelijk van de behoefte in de stad door Sterkzorg worden georganiseerd.

6. LEAN werken in de huisartsenpraktijk gericht op verlagen administratielast

Werk slimmer, niet harder en houd tijd over voor werk dat er echt toe doet. Lean is een methode om processen in kaart te brengen en verspillingen in processen te herkennen. Dat helpt je om verbetermogelijkheden te zien voor de huisartsenpraktijk.

De Lean-methodiek helpt praktijken continu te werken aan snellere en betere processen. Denk aan:

- Hoe creëer ik meer tijd voor de patiënt?
- Hoeveel tijd zijn wij kwijt aan het zoeken? (naar middelen, instrumenten etc.)
- Hoe verminderen we de drukte aan de telefoon?
- Hoe voorkomen we dat we middelen over de datum weggooien?
- Hoe richten we onze spreekuren slimmer in zodat we effectiever kunnen werken?

Lean is een werkwijze waarmee organisaties van klein tot groot met behulp van continu verbeteren steeds slimmer gaan werken. Bij de huisartsenpraktijk kunnen er ongetwijfeld ook processen verbeterd worden om de werkdruk te verminderen en om tijd over te houden voor wat het werk in de praktijk juist zo leuk maakt; namelijk zorg en aandacht voor de patiënt.

Tip: lean werken is een manier van denken en werken waar de hele praktijk van doordrongen moet zijn, anders werkt het niet. Als slechts een deel van de praktijk lean denkt en werkt, dan roept dit frustraties op en zal . Het is daarom raadzaam om met de hele praktijk gezamenlijk te starten. Daarna kunnen er lean-kartrekkers worden aangesteld die

Wat deze interventie oplevert

- Efficiëntere werkprocessen, minder verspilling
- Hogere patiënttevredenheid
- Hogere kwaliteit van zorg
- Zorgkosten besparen

Hoe voer je deze interventie uit?

- **Volg de basisscholing over lean werken. Hierbij kun je denken aan:**
 1. Incompany - Basiscursus Lean werken op de praktijk met het hele team.
Via bijvoorbeeld:
 - a. [Lean in de 1^e lijn](#): Workshop van 4 uur, kan overdag, 's avonds of in het weekend worden georganiseerd. Accreditatie: 4 punten. Investering: €900 per 14 deelnemers (excl. accreditatie van €10 excl. btw per deelnemer en excl. reiskosten)
 - b. [ZorgSteedsBeter](#)
 2. Nieuw personeel basiscursus laten volgen en/of personeel opfriscursus geven. Bijvoorbeeld [via LHV Academie Lean werken](#) of neem contact op met bovengenoemde partijen.
 - a. Interesse in een stedelijke open basistraining? Geef dit dan aan in het praktijkplan en ook voor hoeveel medewerkers ongeveer. Bij voldoende animo kunnen we dit faciliteren.
- **Zoek de verdieping op in lean:**
 1. **Tip: Benoem minimaal twee medewerkers als Lean Team die een verbetervoorstel doen en dit implementeren in de praktijk.**
 2. Laat het Lean Team de opleiding **Lean Coach** volgen.
 - a. Cursus van 3 dagdelen. Accreditatie: 9 punten.
Tijdens deze opleiding leer je praktische basisvaardigheden die direct toepasbaar zijn in de praktijk. Er wordt gestart met het fundament van LEAN werken: 5S. Je leert om een-punts-lessen te maken. De (huiswerk)opdrachten worden uitgevoerd in en met de eigen praktijksituatie. Zo zie je direct resultaat op de werkvloer.

- i. Via [LHV](#): €599 voor leden.
 - ii. Via Sterkzorg: +/- €375 per persoon als maximale aantal van 10 deelnemers wordt behaald. Graag aangeven als er interesse is om stedelijke cursus te volgen door twee praktijkmedewerkers. Bij voldoende animo wordt dit gefaciliteerd.
3. Start een verdiepend traject, bijvoorbeeld specifiek gericht op voorraadbeheer, waardestromanalyses of overlegstructuur binnen de praktijk, danwel uitgebreider: gericht op de praktijkorganisatie of samenwerking met wijkpartners.
4. Het Lean Team doet onderzoek naar de werkprocessen en maken op basis daarvan een verbetervoorstel. Zij presenteren dit aan de overige praktijkmedewerkers en gaan er gezamenlijk mee aan de slag.

De verdieping wordt nog verder ontwikkeld. Heb je wensen of vragen hierover, dan horen we het graag.

Extra: Meekijken bij een andere praktijk hoe zij Anders werken

Wil jij wel eens in een andere praktijk meekijken hoe zij Anders werken? Je kan je vraag natuurlijk altijd op de MTVP-HA web groep stellen. We kunnen ons ook voorstellen dat je eens even wil 'gluren bij de burens'. Geef bij ons aan waar je behoefte aan hebt, dan gaan wij op zoek naar de juiste match!

NB: deze optie is als extra optie te selecteren en vervangt niet één van de andere Anders werken interventies.

Het goede gesprek

Om 'het andere gesprek' te voeren, biedt Sterkzorg een overzicht van verschillende scholingen die te volgen zijn. Er is een breed aanbod, wat je de mogelijkheid geeft om te kiezen wat past en nodig is in jouw praktijk. Met het diverse aanbod sluit MTVP aan bij de beweging van de chronische zorg naar meer persoonsgerichte zorg.

Er komen scholingen over Positieve Gezondheid en over het 4Domeinen-model. Daarnaast is er aanbod specifiek voor ALK patiënten (vanuit de GGZ), motiverende gespreksvoering (vanuit de chronische zorg) en komt er nog aanbod voor oplossingsgericht werken.

1. Basisscholing Positieve Gezondheid in de eerstelijnszorg in Utrecht stad

Voor: iedereen binnen de huisartsenpraktijk

De afgelopen decennia / 10 jaar is in Nederland een transitie gaande in visie op ziekte en gezondheid. De basis van het oude werken is te smal voor de uitdagingen waar de zorg mee te maken gaat krijgen in de toekomst. Als antwoord hierop verschuift het denken in ziekte en zorg naar denken in termen van gezondheid en gedrag. Vanuit de benadering Positieve Gezondheid ligt de focus op de mens in plaats van op de klacht. Waar zit de veerkracht en wat maakt zijn/haar leven betekenisvol?

Deze aanpak betekent meer betrokkenheid van de patiënt bij het eigen functioneren, makkelijkere onderlinge samenwerking en toename van werkplezier van professionals.

In deze scholing leer je over het gedachtegoed van Positieve Gezondheid en maken we de vertaalslag naar de praktijk. Je leert het gespreksmodel van Positieve gezondheid kennen (iPH spinnenweb) en toepassen. Hiervoor krijg je praktische handvatten en tools aangereikt. Daarnaast gaan we in op de randvoorwaarden om Positieve Gezondheid succesvol in de praktijk én wijk te implementeren: wat vraagt dit van jou en je collega's en wat is hierin nodig vanuit een netwerkaanpak?

Werkelijk gaan werken vanuit Positieve Gezondheid vraagt van de professional ook een verandering van mindset en gedrag. Het gaat om een verandering die je zowel individueel realiseert, als met de hele praktijk én wijk. Een ontwikkeling van die we de komende jaren duurzaam willen inbedden in Utrecht. De scholing en werkvormen zijn daarop ingericht. Je krijgt tijdens scholingsmomenten de benodigde achtergrond en tools aangeleerd en oefent hiermee met behulp van praktijkopdrachten. Door middel van reflectie en intervisie binnen de scholingsmomenten verstevig je eigen leerpunten én leer je van de ervaringen van collega's (uit de stad).

Aan bod komt:

Dag 1 (3 uur)

- Introductie Positieve Gezondheid in de eerstelijnszorg: wat is het en wat levert het op?
- Kennismaking met werkvormen en tools
- Praktijkopdracht: ervaring opdoen met Positieve Gezondheid in de praktijk

Dag 2 (3 uur)

- Modellen van gedragsverandering
- Reflectie en feedback praktijkopdracht
- Gespreksvoering vanuit Positieve Gezondheid: verschillen en waarom?
- Hoe bereid je een gesprek vanuit Positieve Gezondheid voor?
- Praktijkopdracht: Voer een gesprek met een patiënt vanuit Positieve Gezondheid

Dag 3 (3 uur)

- Reflectie en feedback praktijkopdracht

- Randvoorwaarden voor implementatie in praktijk en wijk
- Persoonlijk actieplan: welke acties ga ik ondernemen en wat is daarvoor nodig?

(online) Intervisiemomenten (stedelijk): ten behoeve van het borgen en verdiepen van het veranderde gedrag én het uitwisselen van kennis en ervaring in de stad

- 4 intervisiemomenten van 1 uur in het eerste jaar na de scholing (eens per kwartaal)
- 2 intervisiemomenten van 1 uur in het tweede jaar na de scholing (eens per half jaar)

Soort scholing	Data	Investering
Stedelijke scholing HUS Academie, inclusief intervisiemomenten (op basis van individuele inschrijving)	Dag 1: maandag 30 oktober 2023, 18.00 – 21.00 uur Dag 2: maandag 27 november 2023, 18.00 – 21.00 uur Dag 3: maandag 15 januari 2024, 18.00 – 21.00 uur Online intervisiemomenten: data worden nader bepaald <i>Maximaal 12 deelnemers per scholingsgroep.</i>	€ 595,- per persoon (als er genoeg aanmeldingen zijn)
Praktijkscholing, inclusief stedelijke intervisiemomenten (een scholing voor alle medewerkers van de hele praktijk)	Per praktijk in te kopen vanaf 2024. <i>Max. 12 deelnemers</i>	€ 6.200,- per praktijk (zonder locatie en zonder eten) <i>Dit is de kostprijs voor het uitvoeren van de scholing. SterkZ.org heeft de doorontwikkelkosten voor haar rekening genomen</i>
Stedelijke scholing HUS Academie, inclusief intervisiemomenten (op basis van individuele inschrijving)	Data 2024 volgen z.s.m. 6x 1 uur intervisie (online) verspreid over 2 jaar: data worden nader bepaald <i>Maximaal 12 deelnemers per scholingsgroep. Max. 2 deelnemers per praktijk.</i>	€ 595,- per persoon (als er genoeg aanmeldingen zijn)

Verschillen en overeenkomsten van de benadering van Positieve Gezondheid en het 4D-model komen aan de orde in de ALK-scholing (dag 2).

- **Scholing “Wijknetwerk Positieve Gezondheid in de huisartsenpraktijk” (Jaar 2)**

Om Positieve gezondheid echt een succes te maken, is het belangrijk dat dit niet alleen in jouw huisartsenpraktijk, maar ook in jouw wijk doorleefd wordt. Het is daarom belangrijk om met elkaar een wijknetwerk op te starten. Tijdens deze scholing leer je de benodigde handvatten om dit wijknetwerk op te zetten en optimaal in te zetten voor het borgen van positieve gezondheid.

Deze verdiepende scholing staat op de planning voor najaar 2024. Meer informatie volgt.

2. Basisscholing 4D-model in Utrecht Stad

Geschikt voor: huisartsen, POH en assistentes

Gespreksvoering volgens het 4D-model ondersteunt de interactie tussen zorgverleners onderling en tussen de zorgverlener en de patiënt door de toepassing van vier domeinen (lichaam, geest, maatschappelijk en sociaal). Het uitgangspunt is de integrale benadering, waarbij de betrokken professional vanuit zijn eigen domein meedenkt. In het midden staat de patiënt of klant, aangeduid met het *zelf*.

Krachtige basiszorg-praktijken maken al gebruik van het 4D-model. Andere praktijken kunnen dit model ook toepassen in hun praktijk, ook samen met het sociale domein. Om met 4D aan de slag te gaan, wordt er een interventie ontwikkeld. Landelijk is er een 4D-simulatie in ontwikkeling waar vervolgens in Utrecht nog een regionaal programma bij uitgewerkt wordt door trainers uit Utrecht.

Onderdelen van het 4D-traject zullen waarschijnlijk zijn: een startbijeenkomst, de 4D-simulatie en een of meerdere trainingsdagen met speciaal voor Utrecht getrainde trainers. De eerste simulatie zal geschikt zijn voor huisartsen, POH en assistentes en is vanaf oktober voor Utrecht beschikbaar.

Het traject is mogelijk om losstaand te volgen. Daarnaast wordt t.z.t. bekeken of en hoe er een koppeling met de Leergang Werken in een Achterstandswijk gemaakt kan worden. We moedigen hoe dan ook aan om je buurtteam-medewerker(s) te betrekken bij de implementatie van 4D in de praktijk.

Investering (tijd en geld)

Over de tijdsinvestering en kosten wordt de komende maanden meer bekend. De tijdsinvestering voor scholing en implementatie van het 4D model omvat globaal evenveel tijd en capaciteit als bij Positieve gezondheid.

De verwachte kosten zijn in ieder geval de kosten voor de 4D simulatie: tussen de €39-79 per deelnemer. Verder vindt er een startbijeenkomst plaats en zijn er een of meerdere dagen met een trainer uit Utrecht waar kosten aan verbonden zijn.

Verschillen en overeenkomsten van het 4D-model en de benadering van Positieve Gezondheid komen aan de orde in de [ALK-scholing \(dag 2\)](#). Het 4D-model kan eventueel worden toegepast naast Positieve Gezondheid. Afhankelijk van de patiënt of problematiek kan het best passende gespreksmodel worden ingezet. Het advies is wel om met één interventie te starten.

Meer informatie over het 4D-model is te vinden op de [landelijke website van Krachtige Basiszorg](#).

We inventariseren de behoefte voor deelname aan de deelnemen en zo ja, met hoeveel medewerkers uit de praktijk dit ongeveer zal zijn. Op basis van deze inventarisatie wordt het vervoltraject uitgewerkt.

Soort scholing	Data	Investering
Per praktijk: <ul style="list-style-type: none"> - Startbijeenkomst - Simulaties door deelnemers (online) - Trainings/Praktijkdag(en) Interventie nog in ontwikkeling, dus dit staat nog niet vast	Startmoment per praktijk: in overleg	Nog niet bekend

3. Scholing Slim samenwerken rondom ALK-patiënten

Voor: huisartsen, fysiotherapeuten en POH-GGZ

Aanhoudende Lichamelijke Klachten (ALK, voorheen SOLK) vormen al jaren structureel een hardnekkige uitdaging in de zorg. Uit landelijk onderzoek blijkt dat het gaat over 50% van de patiënten die bij de huisarts komt. Niet alleen is dit een vervelende situatie voor de patiënt, ook de zorgprofessional zit regelmatig met de handen in het haar. De patiënt komt steeds terug en blijft bezorgd om zijn gezondheid. Dit levert extra werk op en laat de zorgprofessional soms gefrustreerd achter omdat er geen eenduidige oplossing lijkt te zijn. Deze scholing is nadrukkelijk gericht op de netwerkaanpak bij de 40-60% lichte en matige ALK in de 1^e lijn.

In de praktijk is gebleken dat een gestructureerde, multidisciplinaire aanpak veel oplevert. In Overvecht en in de Binnenstad wordt al jaren gewerkt met zogenaamde kernteams rondom ALK-patiënten. Die kernteams bestaan meestal uit een huisarts, POH-GGZ en fysiotherapeut. Dit kernteam maakt afspraken over benadering, taalgebruik en wijze van communiceren onderling. Vijf ervaringsdeskundigen bieden jou in deze scholing de mogelijkheid om de voordelen van deze aanpak te ervaren, hen voor te leggen waar je tegen aan loopt en te onderzoeken waar jouw praktijk mee verder kan. Ook ervaar en oefen je met gespreksmodellen (4D-model en iPH Spinnenweb) om de (klacht)situatie van de patiënt in een eerder stadium breder inzichtelijk te krijgen, te bekrachtigen wat wel goed gaat en zo stapsgewijs toe te werken naar meer kwaliteit van leven.

Dag 1: Efficiënt werken met kernteams bij ALK-patiënten

Inleiding

- Welke uitdagingen spelen rondom Aanhoudende Lichamelijke Klachten (ALK) in je praktijk en wijk?
- Wat gebeurt er op dit moment in de stad Utrecht om de werkwijze te stroomlijnen?
- Hoe verhoogt deze andere werkwijze het werkplezier?

Jouw rol in de werkwijze met kernteams

- Hoe stem je af met je kernteam (huisarts, POH-GGZ en fysiotherapeut)?
- Welke modellen kan je inzetten?
- Wat is het nut van deze modellen en hoe zet je ze effectief in?
- Waar let je op in de communicatie met de patiënt?

Kernteam-overleg ervaren aan de hand van casuïstiek

Dag 2: Werken met gespreksmodellen bij ALK-patiënten (4D-model & Spinnenweb)

Gespreksmodellen 4D-model en Spinnenweb (multidisciplinair)

- Nut en noodzaak van de gespreksmodellen
- Overeenkomsten en verschillen tussen de gespreksmodellen
- Het 4D-model en Spinnenweb ervaren vanuit het perspectief van de zorgprofessional én vanuit het perspectief van de patiënt.

Oefenen met gespreksmodellen (monodisciplinair verdiepen)

- Gesprek met patiënt voorbereiden aan de hand van het 4D-model en Spinnenweb
- Gesprekken oefenen in mini-kernteams
- Plenaire reflectie

Aan de slag in de praktijk

Aan het einde van de scholing heb je een eigen persoonlijk actieplan in beeld. Je kunt hiermee je inzichten toepassen in de praktijk. Een reflectie op wat je bij oefenen met de modellen tegenkomt kan meegenomen worden naar een vervolg scholing. Ook zou je daarover in gesprek kunnen met je

vakgenoten, praktijkgenoten en DUO GGZ of collega's in de wijk. Op deze manier bouwen we zowel aan een doorgaande leerlijn als aan de versteviging van het integrale wijknetwerk.

Soort scholing	Data	Investing
Stedelijke scholing HUS Academie (op basis van individuele inschrijving) <u>Alleen dag 2</u> (is momenteel nog los te volgen) Meer informatie en aanmelden	12 september 2023 <i>Maximaal 30 deelnemers per scholingsgroep.</i>	Gratis <i>Betaald vanuit GGZ gelden SterkZ.org</i>
Stedelijke scholing HUS Academie (op basis van individuele inschrijving)	Data in 2024 volgen z.s.m. <i>Maximaal 30 deelnemers per scholingsgroep.</i>	Gratis <i>Betaald vanuit GGZ gelden SterkZ.org</i>

4. Motiverende gespreksvoering:

a. Basisscholing Motiverende gespreksvoering

Voor: alle zorgprofessionals die motiverende gespreksvoering willen leren toepassen

Als zorgprofessional ben je dit vak ingegaan omdat je anderen wil helpen. Het is dan ook niet vreemd dat de reparatiereflex, oftewel het sterke verlangen om iets te herstellen wat “fout” is, diep in ons zit ingebakken. Toch werkt deze reparatiereflex averechts als het gaat om wat we willen bereiken, namelijk: gedragsverandering. Met behulp van motiverende gespreksvoering kan je dit doel wel bereiken. Motiverende gespreksvoering is een op samenwerking gerichte gespreksstijl die iemands eigen motivatie en bereidheid tot verandering versterkt. Tijdens deze scholing leer je de theoretische basis van motiverende gespreksvoering én leren je gesprekken vanuit dit gedachtengoed te voeren.

Soort scholing	Data	Investering
Stedelijke scholing HUS Academie (op basis van individuele inschrijving) Meer informatie en aanmelden	Data 2024 volgen z.s.m. <i>Max. 15 deelnemers per scholingsgroep</i>	Gratis voor praktijkondersteuners, praktijkverpleegkundigen, huisartsen, diëtisten, apothekers en fysiotherapeuten. <i>(Betaald vanuit Chronische Zorg gelden SterkZ.org)</i> € 175,- per persoon voor andere beroepsgroepen binnen de huisartsenpraktijk.

b. Verdiepingsscholing Motiverende gespreksvoering: Samen beslissen met behulp van motiverende gespreksvoering

Voor: zorgprofessionals die de basisscholing motiverende gespreksvoering hebben gevolgd en hun kennis en vaardigheden willen oprissen en verdiepen in het kader van Samen Beslissen.

Samen Beslissen is het proces waarbij zorgverlener de patiënt goed informeert en betreft bij besluitvorming. Doel is samen tot een behandeloptie (of juist uitblijven van behandeling) te komen die het best past bij elke specifieke patiënt. In de praktijk is dit niet altijd makkelijk. Met alle expertise die jij als zorgverlener hebt, kan het lastig zijn om de beslissing vanuit patiëntperspectief te bekijken. Motiverende gespreksvoering helpt je om de “reparatiereflex” los te laten en de beslissing echt bij de patiënt neer te leggen. Zo kun je echt samen beslissen.

In deze nascholing leer je, volgens de methode van motiverende gespreksvoering, informatie te geven die aankomt en doelen te ontlocken bij de patiënt, zodat “samen beslissen” realiteit wordt.

Soort scholing	Data	Investering
Stedelijke scholing HUS Academie (op basis van individuele inschrijving) Meer informatie en aanmelden	Datum 2024 volgt binnenkort <i>Max. 15 deelnemers per scholingsgroep</i>	Gratis voor praktijkondersteuners, praktijkverpleegkundigen, huisartsen, diëtisten, apothekers en fysiotherapeuten. <i>(Betaald vanuit Chronische Zorg gelden SterkZ.org)</i>

		€ 95,- per persoon voor andere beroepsgroepen binnen de huisartsenpraktijk.
--	--	---

c. Verdiepingsscholing Motiverende gespreksvoering: Omgaan met de “lastige” patiënt

Voor: zorgprofessionals die de basisscholing motiverende gespreksvoering hebben gevolgd en hun kennis en vaardigheden willen opfrissen en verdiepen op eigen casuïstiek

Iedere zorgverlener maakt het weleens mee: een lastige patiënt. Bijvoorbeeld een patiënt die echt zijn gedrag niet lijkt te willen veranderen. Of die liever medicatie wil, dan zijn leefstijl aan te passen. Het lukt je als zorgverlener niet om bij deze patiënten door te dringen. Vaak interpreteren we dit gedrag als “niet willen” of als weerstand. Maar wat zit er echt achter dit lastige gedrag? En wat kan jij doen om toch vooruitgang te boeken met deze patiënten?

Vanuit het gedachtegoed van motiverende gespreksvoering ga je eerst na waar het gedrag bij de patiënt vandaan komt. Vervolgens creëer je door middel van reflecties meer ruimte voor beweging bij de ander, waardoor ruimte voor verandering kan ontstaan.

In deze verdiepingsscholing leer je motiverende gespreksvoering in te zetten in lastige situaties met patiënten die niet lijken te willen veranderen. Je levert eigen casuïstiek aan, waarmee we gaan oefenen tijdens de scholing. Voorwaarde voor het volgen van de scholing is dat je basiskennis hebt van Motiverende gespreksvoering.

Soort scholing	Data	Investering
Stedelijke scholing HUS Academie (op basis van individuele inschrijving) Meer informatie en aanmelden	28 november 2023, 18.00 – 21.00 uur <i>Max. 15 deelnemers per scholingsgroep</i>	Gratis voor praktijkondersteuners, praktijkverpleegkundigen, huisartsen, diëtisten, apothekers en fysiotherapeuten. (Betaald vanuit Chronische Zorg gelden SterkZ.org) € 95,- per persoon voor andere beroepsgroepen binnen de huisartsenpraktijk.
Stedelijke scholing HUS Academie (op basis van individuele inschrijving) Meer informatie en aanmelden	Datum 2024 volgt z.s.m. <i>Max. 15 deelnemers per scholingsgroep</i>	Gratis voor praktijkondersteuners, praktijkverpleegkundigen, huisartsen, diëtisten, apothekers en fysiotherapeuten. (Betaald vanuit Chronische Zorg gelden SterkZ.org) € 95,- per persoon voor andere beroepsgroepen binnen de huisartsenpraktijk.

5. Oplossingsgericht werken

Het belang van verstevigen van de regie van de patiënt komt aan de orde in dag 2 van de scholing Positieve Gezondheid. Hier worden ook tools voor aangereikt.

Verder is het aanbod voor Oplossingsgericht werken nog in ontwikkeling. Hier wordt z.s.m. meer over gecommuniceerd. Verwachte investering ongeveer gelijk aan scholing Positieve gezondheid.