



0

Inhoudsopgave

Aanleiding.....	2
<i>GALA</i>	2
<i>IZA, regiobeeld en regioplan</i>	2
<i>Actieplan preventie en gezondheid</i>	2
Doelstelling.....	3
Visie	3
Werkwijze	4
Aanmeldroute	4
Stroomschema verwijzing	4
Professionals in het leefstijlloket	4
<i>De leefstijlmakelaar</i>	4
Communicatie	4
Meetbaarheid.....	5
Fase 1.....	6
Plan van aanpak	6
Financiën	6
Fase 2.....	7
Plan van aanpak	7
Financiën	7
Bijlagen	8
Bijlage 1. Tijdlijn regio Apeldoorn	8
Bijlage 2. Tijdlijn regio Zutphen/Lochem/Brummen.....	9
Bijlage 3. Routekaart (Stroomschema GLI volwassen als voorbeeld)	10
Bijlage 4. Inzet leefstijlloketapeldoorn.nl.....	11
Bijlage 5. Positieve Gezondheid	12
Bijlage 6. Communicatieplan.....	13

Aanleiding

GALA

Bij het GALA staat een gezonde leefwereld en een beweging naar de voorkant centraal; alle afspraken uit GALA zouden daaraan moeten bijdragen. Met de 'voorkant' wordt bedoeld dat beleid en uitvoering beter moeten aansluiten bij de leefwereld van inwoners én dat de nadruk op preventie moet komen. Inzet van de afspraken is dat activiteiten, ondersteuning en zorg elkaar zoveel mogelijk versterken en ten goede komen aan de inwoners met de grootste gezondheidsachterstand.

Om een gezond en actief leven voor iedereen mogelijk en toegankelijk te maken, moeten alle gemeenten, zorgverzekeraars, rijksoverheden en andere partijen domein overstijgend en samenhangend (gaan) samenwerken.

IZA, regiobeeld en regioplan

IZA sluit veelal aan op GALA en benadrukt daarbij nog dat de zorg toegankelijk moet zijn voor iedereen, waarbij wordt ingezet op gezondheid en welzijn door middel van preventie en ondersteuning. Het is daarbij van belang om in te zetten op de beschikbare capaciteit, domein overstijgend samen te werken en bewezen innovaties snel en effectief te verspreiden.

Uit het Regiobeeld Apeldoorn/Zutphen blijkt dat er ten aanzien van gezonde leefstijl veel dingen goed gaan in de regio, maar dat er ook ruimte is voor verbetering. Het overmatig alcoholgebruik neemt bijvoorbeeld af; tegelijkertijd neemt het aantal mensen met overgewicht gemiddeld toe. Ook stijgt het aantal mensen met een chronische aandoening en met mentale problematiek. Bovendien ontstaan er gezondheidsverschillen tussen wijken en groepen mensen. Niet iedereen heeft gelijke kansen om goed en gericht kennis en advies over leefstijl te krijgen.

In het Regioplan Apeldoorn en Zutphen komt Gezond Leven als één van de vijf thema's terug. Dit thema heeft betrekking op de gezondheid en leefstijl van inwoners in de regio en de (chronische) zorg die mensen in de regio nodig hebben. In de concept werkagenda voor dit thema staat de inzet van leefstijlmakelaars/ oprichten van een leefstijlloket genoemd als één van de onderwerpen om te realiseren, kennis over te delen en bij succes uit te breiden naar andere gemeenten.

Actieplan preventie en gezondheid

Het leefstijlloket sluit aan op de thema's en doelstellingen vanuit IZA en GALA. Ook sluit het aan op het lokale Actieplan preventie en gezondheid Apeldoorn en Samen én Gezond Zutphen.

Lokale actieplan preventie en gezondheid Apeldoorn:

- Actie 2: De inzet vergroten op het herkennen en erkennen van beperkte gezondheidsvaardigheden
- Actie 13: Intensivering van de samenwerkende ketenpartners
- Actie 14: Inzetten op langer zelfstandig zijn
- Actie 17: Maken van de beweging van zorg naar welzijn
- Actie 19: Inzichtelijker maken van het aanbod van ondersteuning bij het aanleren van een gezonde leefstijl.
- Actie 22: Helpen van professionals en vrijwilligers om laagdrempelig leefstijlthema's te bespreken.

- Actie 36: We gaan intern aan de slag om gezondheid van onze inwoners als uitgangspunt te nemen bij elk beleid.

Samen én Gezond Zutphen

- Terugdringen gezondheidsachterstanden
- Inzet sociale makelaars
- Gezonde leefstijl
- Gezonde Leefstijl Interventie (Gli) volwassenen
- Versterking van de mentale weerbaarheid
- Vitaal ouder worden

Doelstelling

Het Leefstijlloket is dé plek waar inwoners advies en ondersteuning krijgen bij leefstijl gerelateerde vragen, volgens het gedachtegoed van Positieve Gezondheid (bijlage 5). Daarnaast dient het leefstijlloket als vraagbaak voor professionals die werken op de scheidslijn van zorg, welzijn en sport.

Door het starten met het Leefstijlloket bundelen we de krachten van verschillende partijen in de regio. We zorgen voor één centraal punt waar alle vragen binnen komen en waarnaar zorg –en hulpverleners kunnen verwijzen. Het leefstijlloket heeft zicht op de talloze goede preventie-initiatieven in de regio, en zorgen we voor een goede doorgeleiding daar naartoe. Door deze manier van werken voorkomen we dat de inwoner van het kastje naar de muur gestuurd wordt met vragen rondom leefstijl en kan de inwoner zo goed mogelijk op maat geholpen worden bij zijn of haar (preventieve) gezondheid.

Het leefstijlloket kent meerdere fases:

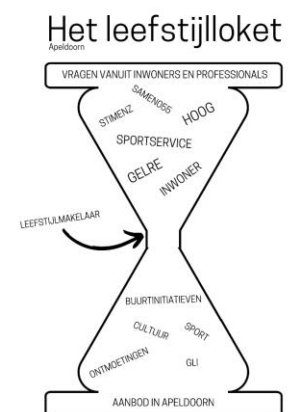
- Fase 1 regio Apeldoorn (opening 7 oktober '24)
- Fase 2 regio Zutphen

Visie

Het leefstijlloket is voor alle inwoners van regio Apeldoorn/Zutphen het centrale loket waar advies en ondersteuning wordt geboden voor een gezonde(re) leefstijl. Deze gesprekken zijn gratis voor de inwoner. Tijdens de gesprekken wordt een brede uitvraag gedaan op diverse leefstijlthema's. Gezondheid is breder dan de afwezigheid van ziekte en klachten. Elementen als veerkracht, zingeving en zelfmanagement staan steeds meer centraal (Positieve Gezondheid, bijlage 5).

Het leefstijlloket is een samenwerkingsverband tussen diverse partijen die zich bevinden in de zorg, het sociaal domein en de sport. De leefstijlmakelaar is dé uitvoerende professional van het leefstijlloket. Deze leefstijlmakelaar behandelt de aanmelding, voert een intakegesprek, brengt de vraag in kaart en zorgt voor de juiste vervolgstappen. De leefstijlmakelaar informeert en adviseert de inwoner en verwijst door waar nodig. Hij/zij is op de hoogte van het actuele leefstijlaanbod en heeft de vaardigheden én het netwerk om de inwoner op de juiste plek onder te brengen.

De kracht van het leefstijlloket is dat er een match is tussen vraag en aanbod, dat samenkomt in één centraal, toegankelijk punt. Hier heeft de leefstijlmakelaar de regie op het traject. Door deze korte lijnen komt de inwoner zo snel mogelijk op de goede plek met zijn/haar leefstijlvraagstuk.



Werkwijze

Aanmeldroute

Voor het leefstijlloket zijn er twee aanmeldroutes:

1. Inwoner heeft leefstijl-gerelateerde vraagstukken en zoekt zelf informatie en ondersteuning bij het leefstijlloket.
2. Een professional uit het zorg- of sociale domein spreekt een inwoner en schat in dat er leefstijl-gerelateerde problematiek is en verwijst de inwoner naar het leefstijlloket.

Het leefstijlloket is zowel telefonisch, online als op doorverwijzing te bereiken. Online wordt gebruik gemaakt van het leefstijlloketapeldoorn.nl (in fase 2 wordt gekeken naar een naamsverandering).

Na aanmelding (via welke route dan ook) voert de leefstijlmakelaar drie gesprekken met de inwoner:

1. De intake (met daarna een doorverwijzing)
2. Follow-up gesprek na zes weken om te vragen of de afgesproken acties zijn gelukt.
3. Na zes maanden neemt de leefstijlmakelaar contact op om te kijken of de inwoner een gezonde leefstijl ervaart. Dit werkt als een stok achter de deur voor de inwoner én er kan gekeken worden of hij/zij wellicht toch wat anders nodig heeft.

De leefstijlmakelaar werkt hybride; op diverse locaties en op afstand. Afspraken kunnen online plaatsvinden, maar ook middels huisbezoeken, in wijkcentra/Samen055 of in het ziekenhuis. Hiermee zorgen we voor de beweging van zorg naar welzijn.

Stroomschema verwijzing

Zie bijlage 3: stroomschema Ketenaanpak GLI volwassenen als voorbeeld verwijzroute.

Professionals in het leefstijlloket

De leefstijlmakelaar

De leefstijlmakelaar is een professional die het brede gesprek volgens Positieve Gezondheid kan voeren. De leefstijlmakelaar is opgeleid als leefstijlcoach en heeft ervaring in dit werkgebied. De leefstijlmakelaar kent de leefstijl thema's en weet hoe dit gesprek gevoerd moet worden. De leefstijlmakelaar zal in de basis zelf geen coaching trajecten starten, maar voornamelijk doorverwijzen naar bestaande aanbieders.

In fase 1 zal er gestart worden met de inzet van één leefstijlmakelaar voor 18 uur per week. Vanuit *good practices* bij andere leefstijlloketten is gebleken dat de leefstijlmakelaar veelal "op afstand" en middels afspraken kan werken. In de pilot zal geëxperimenteerd worden met het op afstand werken versus het houden van inloopmomenten op vaste dagen, tijdstippen en plekken.

Communicatie

Er zal gebruik worden gemaakt van de bestaande communicatiekanalen van de organisaties die betrokken zijn in de werkgroep. Deze communicatiekanalen sluiten aan bij de vindplaatsen van de

inwoners en bij de potentiële verwijzers. Denk hierbij aan (digitale) flyers, sociale media, nieuwsbrieven, intranetpagina's en websites. Het communicatieplan is geschreven door Accres Sportservice en is te vinden in bijlage 5.

Meetbaarheid

De leefstijlmakelaars krijgen de aanmeldingen en schrijven hun registraties in VIP-live. Hiermee kunnen in ieder geval het aantal inwoners worden bijgehouden. Voor de pilotfase willen we de volgende resultaten meten:

1. Aantal aanmeldingen naar het leefstijlloket
2. Aantal verwijzers
3. Op welk gebied de meeste ondersteuning nodig is
4. Aantal doorverwijzingen en waarheen verwezen is
5. Tevredenheid inwoners
6. Tevredenheid verwijzers

Fase 1

Plan van aanpak

In fase 1 starten we met regio Apeldoorn, zie bijlage 1 (Tijdslijn regio Apeldoorn).

Financiën

Beschrijving	Kosten	Opmerking
Ureninzet leefstijlmakelaar (uren per week)	20 uur per week €49.100	Incl. 2 uur projectcoördinatie p.w.
Overige projectkosten:.	€1500	Marketing, website e.d.
Totaal	€50.600	Uitgaande van 52 weken

Deze begroting is gebaseerd op de pilotfase van 1 jaar regio Apeldoorn (01-09-2024 t/m 31-08-2025)

Fase 2

Plan van aanpak

In fase 2 wordt het leefstijlloket voor regio Zutphen/Lochem/Brummen /Bronckhorst opgezet, zie bijlage 2 (Tijdslijn regio Zutphen/Lochem/Brummen/Bronckhorst). Alle betrokken gemeentelijke ambtenaren hebben deelgenomen aan de besluitvorming ten aanzien van het leefstijlloket. Bij deze besluitvorming zijn de volgende twee opties met betrekking tot de uitbreiding mogelijk:

1. Aansluiting leefstijlloket/makelaar regio Apeldoorn. Dit houdt het volgende in
 - a. Er wordt verwezen naar de leefstijlmakelaar van Acres -> afspraken dienen gemaakt te worden. Hierbij kan gedacht worden aan het volgende:
 - i. Lokale betrokken organisaties worden ingelicht/meegenomen
 - ii. Budget beschikbaar stellen voor extra inzet huidige leefstijlmakelaar
 - iii. De huidige locatie leefstijlmakelaar wordt indien nodig uitgebreid
2. Aanstelling leefstijlmakelaar regio Zutphen/Lochem/Brummen/Bronckhorst. Dit houdt het volgende in.
 - a. Budget beschikbaar stellen
 - i. Implementatie leefstijlloket
 - ii. Aanstelling leefstijlmakelaar
 - iii. Start pilot leefstijlloket a 1 jaar
 - b. Opdrachtgeverschap wordt belegd bij een onafhankelijke partij, bijvoorbeeld Actief Zutphen. Een onafhankelijke partij is van belang, omdat er dan niet naar zichzelf verwezen kan worden. (Mocht Actief Zutphen betrokken worden, dan dient wel rekening te worden gehouden met het feit dat actie Zutphen zelf ook een GLI aanbiedt. Een dubbelrol is mogelijk, maar dient wel in het projectplan beschreven te worden.)
 - i. Aanstelling leefstijlmakelaar
 - c. Opzetten projectgroep met betrokken lokale organisaties
 - i. Draagvlak creëren
 - ii. Bepalen locatie leefstijlloket
 - d. Duurzame borging
 - i. Bekostiging in de toekomst (IZA gelden)

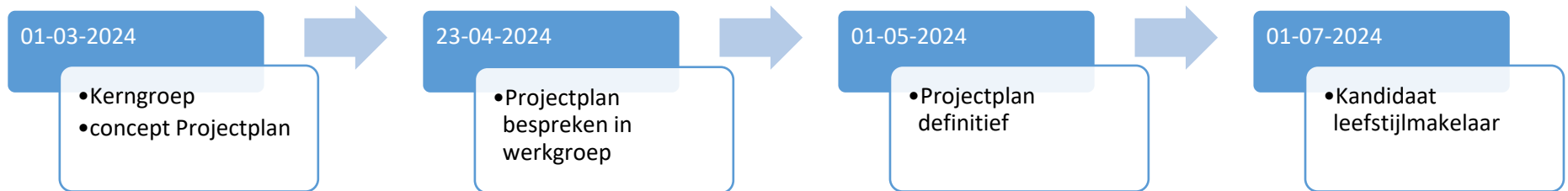
Financiën

Nog nader te bepalen. Op dit moment zijn nog geen middelen beschikbaar. De gemeente Zutphen onderzoekt de mogelijkheden voor bekostiging van een pilot.

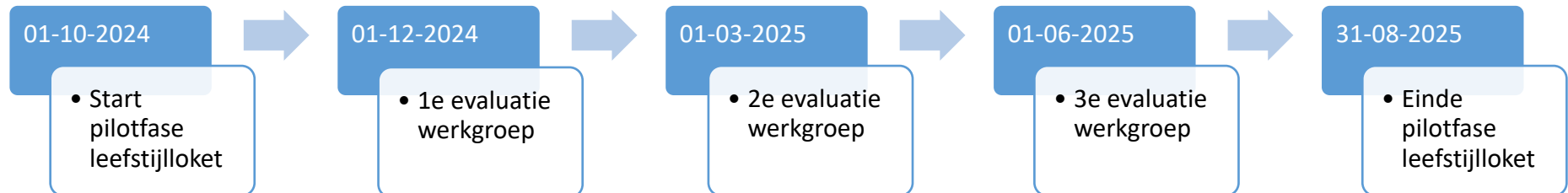
Bijlagen

Bijlage 1. Tijdlijn regio Apeldoorn

Vorbereidingsfase



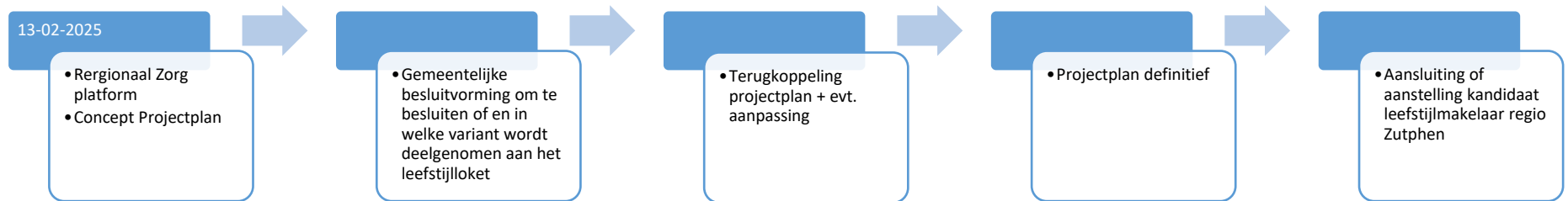
Uitvoeringsfase



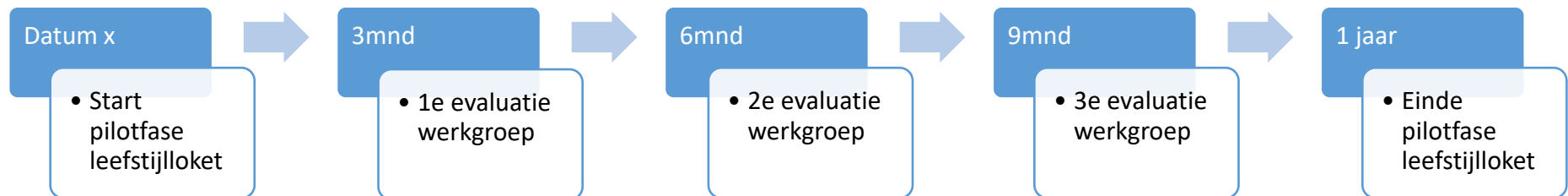
N.B. deze tijdlijn is om een indicatie te geven van de belangrijke momenten in de pilotfase van het leefstijlloket.

Bijlage 2. Tijdlijn regio Zutphen/Lochem/Brummen/Bronckhorst

Vorbereidingsfase



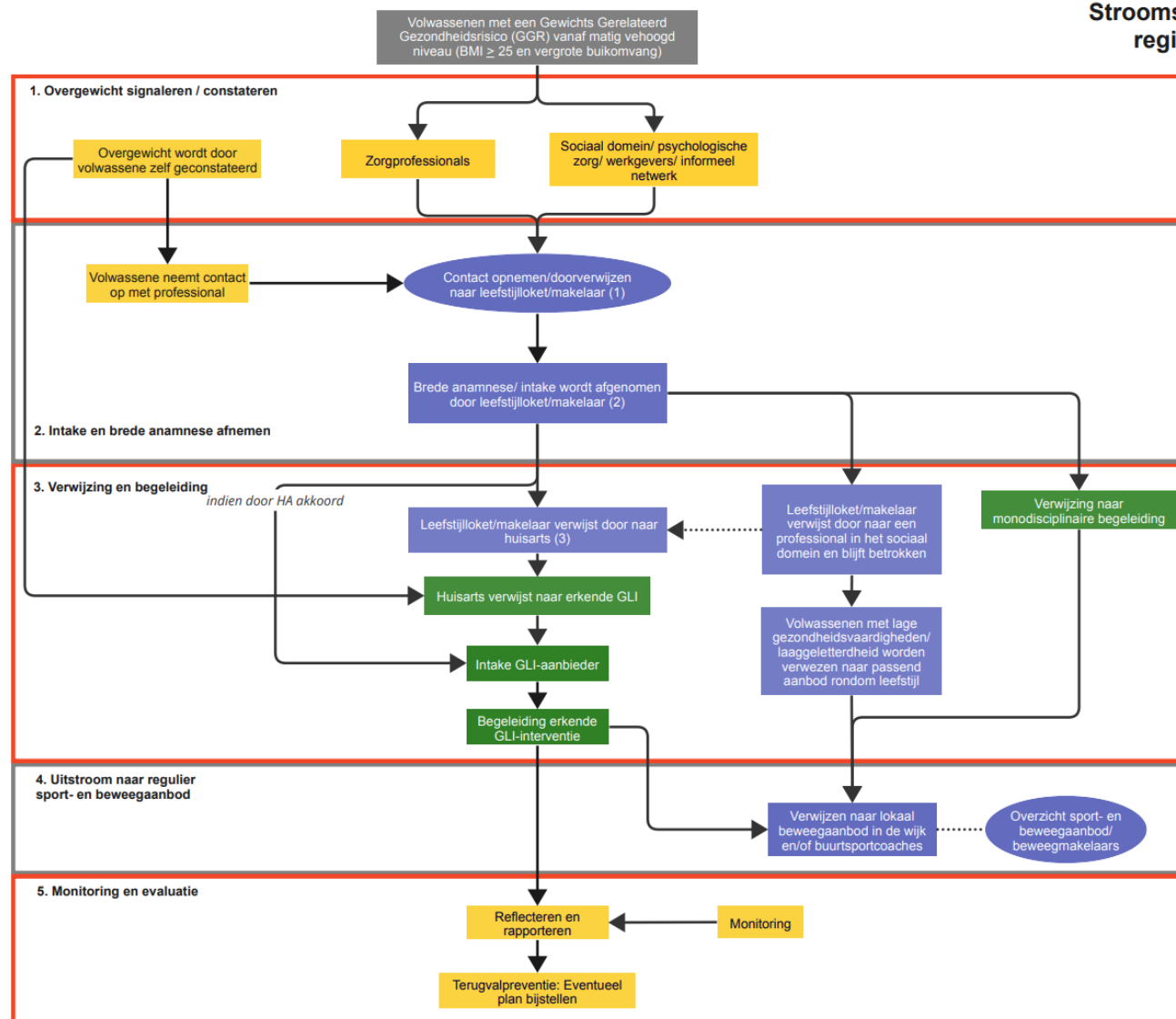
Uitvoeringsfase (precieze datums n.o.t.k.)



N.B. deze tijdlijn is om een indicatie te geven van de belangrijke momenten in de pilotfase van het leefstijlloket.

Bijlage 3. Routekaart (Stroomschema GLI volwassen als voorbeeld van gemeente Apeldoorn)

Stroomschema GLI-volwassenen regio Apeldoorn/Zutphen



Bijlage 4. Inzet leefstijlloketapeldoorn.nl

Leefstijlloketapeldoorn krijgt twee functies:

1. Voor de professional. Verwijzers en andere professionals kunnen dit platform gebruiken om de juiste route te vinden. Startpunt is altijd een leefstijlvraag, gekoppeld aan een van de ketenaanpakken.

Voorbeeld 1: de huisarts spreekt een patiënt met overgewicht (ketenaanpak GLI volwassenen). Bespreekt dit met de patiënt en kan op leefstijlpleinapeldoorn.nl zien welke aanbieders er allemaal zijn. Vervolgens geeft hij de patiënt de opdracht om zelf op het platform te kijken welk GLI programma passend is. De patiënt bekijkt dit thuis, maakt een keuze en vult het aanmeldformulier op de website in. Voor een verwijzing naar een GLI aanbieder moet hij wel contact opnemen met de huisarts.

Voorbeeld 2: (MI de belangrijkste!) Patiënt komt bij de huisarts of praktijkondersteuner en deze professional signaleert dat er leefstijl gerelateerde hulp gewenst is. De professional verwijst de patiënt via het verwijssysteem (in dit geval in Apeldoorn VIPlive) naar de leefstijlmakelaar.

2. Voor de inwoner. Inwoners kunnen zelf het platform ook gebruiken als ze leefstijl gerelateerde vragen hebben. Via een keuzehulp en tegels die met de thema's te maken hebben, kunnen ze informatie vinden. Biedt de keuzehulp niet het gewenste antwoord, dan zal als laatste antwoord het contact met het leefstijlloket naar voren komen. Inwoners kunnen dan hun precieze vraag via een contactformulier achterlaten en worden opgebeld door het leefstijlloket.

Voorbeeld: een inwoner maakt zich wat zorgen om haar kind. Ze heeft zelf overgewicht en nu lijkt haar dochter ook snel kilo's aan te komen. Ze weet zelf echter geen raad om dit anders te doen. Via Leefstijlpleinapeldoorn.nl klikt ze op de tegels: overgewicht → kinderen tot 18 jaar → help mij verder. Deze informatie leidt tot het contactformulier van het leefstijlloket. Hier vult ze haar hulpvraag in en vervolgens neemt het leefstijlloket contact met mevrouw op om te zorgen voor verdere begeleiding bij haar hulpvraag.

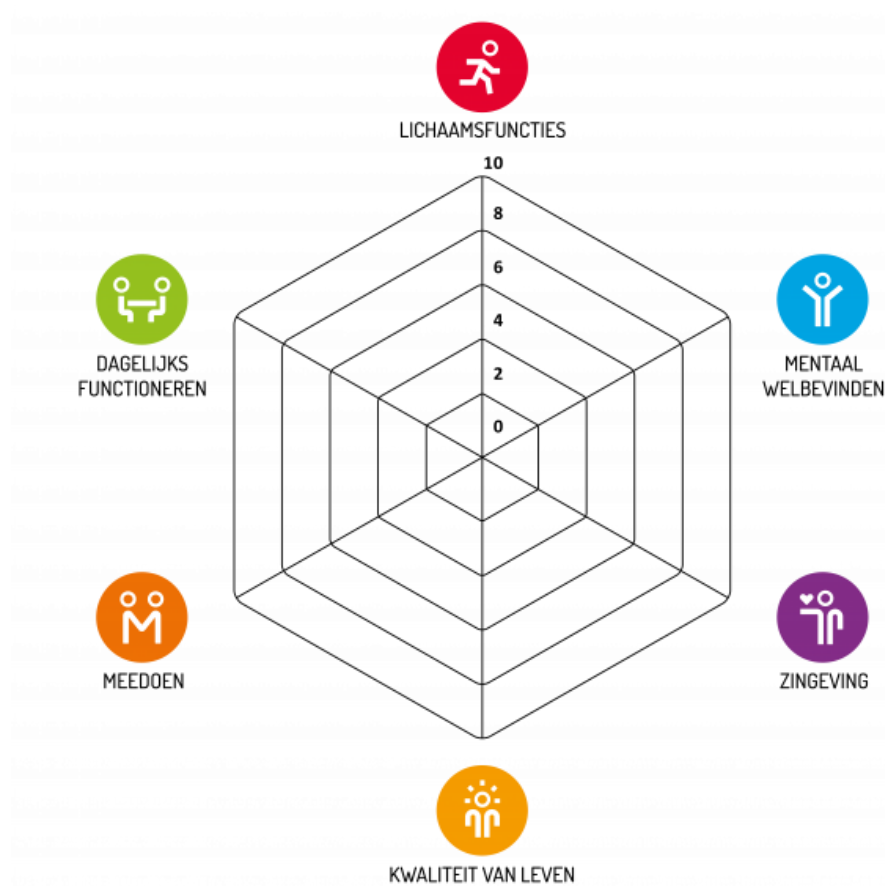
Voorbeeld 2: Patiënt is op zoek naar hulp bij leefstijl en komt terecht op website. Kan daar d.m.v. formulier zelf hulp van leefstijlmakelaar inschakelen.

Bijlage 5. Positieve Gezondheid

Mensen zijn niet hun aandoening. Toch focussen we daar in de zorg doorgaans wel op. Alle aandacht gaat uit naar hun klachten en gezondheidsproblemen, en hoe we die kunnen oplossen. Positieve Gezondheid kiest een andere invalshoek. Het accent ligt niet op ziekte. Maar op mensen zelf, op hun veerkracht en op wat hun leven betekenisvol maakt.

Wat is Positieve Gezondheid?

Positieve Gezondheid is een bredere kijk op gezondheid, uitgewerkt in zes dimensies. Met die bredere benadering draag je bij aan het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven om te gaan. En om zo veel mogelijk eigen regie te voeren (IPH, 2024).



Mensen die de vragenlijst invullen, kunnen met het spinnenweb in kaart brengen hoe zij hun gezondheid ervaren. Met de uitkomsten kan er een gesprek plaatsvinden tussen professional en inwoner/patiënt. Het gaat hierbij om dat wat de patiënt belangrijk vindt en zelf wilt veranderen.

Door Positieve Gezondheid in te zetten als gezondheidsconcept bereik je meer gezondheid en welzijn, worden de zorgkosten beheersbaarder, is er een betere samenwerking, afstemming tussen- en meer werkplezier bij professionals, spreken inwoners en professionals dezelfde taal.

Bijlage 6. Communicatieplan

Het communicatieplan wordt aangevuld door Acres.