

STICHTING

De Friesland

STEUNT INNOVATIES IN DE ZORG

Projecten Stichting

Goedgekeurde
bestedingsdoelen 2021



Projecten Vitaliteit



Inhoudsopgave – projecten gericht op Vitaliteit

Nummer	Project	Wie	Focus
DS 98	GLI op maat	Caparis	Gezonde leefstijl en gedragsverandering voor mensen met afstand tot de arbeidsmarkt
DS 99	Samen Fitter	De Friesland	Platform om (samen) te werken aan vitaliteit
DS 100	Vitale vereniging	Sport Fryslân	Leden sportvereniging werken aan hun vitaliteit en een gezamenlijk doel voor de vereniging/mienskip.
DS 102	Spelenderwijs in beweging	Sportbedrijf De Fryske Marren	Preventieve aanpak beweegachterstand bij jonge school kinderen.
DS 103	The Daily Mile kinderopvang	Stichting JOGG	Bewegen kinderen 0-12 jaar.
DS 104	Praktijkleren in leerwerkbedrijven	Alliade	Ontwikkelen praktijkleren voor mensen met arbeidsvermogen
DS 108	Bewegen werkt in Friesland	De Friesland	Bevorderen van gezondheid en participatie van uitkeringsgerechtigden

DS 98: Gecombineerde leefstijl interventie (GLI) op maat

Gezonde leefstijl & gedragsverandering voor mensen met afstand tot de arbeidsmarkt



Doel

- De GLI op maat in combinatie met passende ondersteuning op andere leefgebieden is geschikt gemaakt voor de doelgroep beschermd werk van Caparis en daarmee ook voor andere doelgroepen met vergelijkbare kenmerken (lage SES). Hierdoor wordt de gezondheid en ervaren kwaliteit van leven vergroot;
- De doelgroep Beschermd Werk in Leeuwarden is gezonder en zij ervaren een hogere kwaliteit van leven dan voor de pilot;
- Deelnemers zijn zelf beter in staat de regie te voeren over hun eigen gezondheid/leven;
- De GLI in combinatie met passende begeleiding is geschikt gemaakt voor vergelijkbare doelgroepen met multiproblematiek.



Resultaten

De uitkomsten geven na de pilot inzicht in hoe bestaande (al goedgekeurde) programma's/structuren aangepast/aangevuld kunnen worden voor deze doelgroep. Bijv. als het gaat om het inkopen met resultaatsafspraken.
Voor structurele inbedding voor het Zvw deel zou een opslag op het GLI tarief een mogelijkheid zijn?



Werkwijze

- De GLI op maat pilot wordt uitgevoerd door gespecialiseerde partijen Tigra en Pim Mulier. Er is gekozen voor 2 partijen om de resultaten en aanpak met elkaar te vergelijken. De successen van beide partijen/aanpakken worden uiteindelijk samengevoegd tot één interventie. Tigra past het bestaande Cool programma aan en Pim Mulier maakt een heel nieuw programma dat voldoet aan de GLI eisen.
- Daarnaast worden de deelnemers door Amaryllis ondersteund op overige leefgebieden. Om drempels voor deelnemers te verlagen wordt alles aangeboden op de werkvloer bij Caparis Leeuwarden.



Klant

Beter in staat eigen regie te nemen en te voeren.
Meer ervaren kwaliteit van leven.



Borging

- Op basis van de uitkomsten gaat Caparis structureel tijd en ruimte bieden om ondersteuning op externe leefgebieden te organiseren.
- Men beoogt dat 'de GLI op maat' door De Friesland opgenomen wordt in het preventie aanbod
- De inzet van Caparis en Amaryllis wordt geborgd door een intentieverklaring waarin de inzet van de partijen voor langere termijn wordt geborgd.

Looptijd: 2021-2024

DS 99: Samen Fitter

Platform om
(samen) te
werken aan
vitaliteit



Doel

- Op het platform Samen Fitter worden mensen geholpen om zelf en samen aan hun vitaliteit te werken. Men kan samen werken aan gezond bewegen, eten en ontspannen. Iedere Fries kan gratis meedoen. Deelnemers stellen hun eigen doelen en kiezen zelf hoe zij hieraan werken.
- De Friesland stelt dit platform, de tooling, de inkoopkracht, ondersteuning, kennis en expertise ter beschikking aan de Friese inwoners (mienskip).
- Experts in de regio kunnen via dit platform hun doelgroep bereiken om hen te inspireren en waar nodig bij de hand te nemen. Door samen te werken wordt een grote impact op de vitaliteit van deelnemers en de regio gemaakt. Door inbreng van meerdere partijen worden de kosten laag gehouden.



Resultaten

- Samen Fitter biedt aan alle deelnemers: Tips en informatie over vitaliteit; mogelijkheid om vragen te stellen aan experts;
 - Inzicht in eigen vitaliteit met een vitaliteitstest en vervolgens doelen stellen en bijhouden;
 - Mee kunnen doen aan uitdagingen en acties om samen fitter te worden. met tussentijdse beloningen, gericht op structurele gedragsverandering;
 - Deelname wordt beloond met badges en punten; inwisselbaar in de webshop of inwisselbaar voor een bijdrage aan een goed doel;
- Na de projectperiode:
- Heeft Samen Fitter 50.000 accounts.
 - Zijn er 23.000 actieve maandelijkse gebruikers.
 - Draagt Samen Fitter aantoonbaar bij aan een verhoging van de gepercipieerde vitaliteit van de deelnemers.



Werkwijze

- Er wordt een platform met een app ontwikkeld en een webshop om burgers, werkgevers, verenigingen en wijken en dorpen de mogelijkheid te bieden om Samen Fitter te volgen en mee te doen;
- Op basis van de behoefte van deelnemers en de inbreng van deskundigen worden tips, inspiratie, ondersteuning, acties en uitdagingen ontwikkeld om bewustwording en activatie te stimuleren;
- De juiste communicatie wordt ontwikkeld om burgers en deelnemers te informeren en activeren om mee te doen.
- Er wordt gewerkt volgens de Lean Start-up methode. Stap voor stap worden componenten toegevoegd, bij elke introductie wordt geleerd en aangepast.



Burger

Beter in staat eigen regie te nemen en te voeren.
Meer ervaren kwaliteit van leven.



Borging

De Friesland borgt de beschikbaarheid van het platform, de tooling en stelt ondersteuning, kennis, expertise en inkoopkracht ter beschikking aan de mienskip.

Looptijd: 2021-2024

DS 100: Vitale vereniging



Doel

- Deelnemers van 6 verenigingen uit Friese steden/dorpen worden in 2 rondes (Q3-2021 en Q1-2022) 12 weken intensief begeleid richting een gezondere leefstijl. Er wordt zowel aan persoonlijke doelen van de deelnemers gewerkt als aan een gemeenschappelijk doel t.b.v. de vereniging of dorp.
- Bij verenigingen staat het mienschiksgevoel en samen activiteiten ondernemen centraal. Deze kracht wordt binnen dit project ingezet. Bovendien kunnen lokale verenigingen via deelname aan De Vitale Vereniging laten zien dat zij een bijdrage leveren aan een gezondere omgeving. Voor de deelnemers is de vereniging een veilige omgeving. Tussen de deelnemers ontstaat een “competitie” waardoor de deelnemers elkaar inspireren en motiveren, maar ook durven aan te spreken op elkaars gedrag.
- De deelnemers delen de clubliefde, de liefde voor de sport en dezelfde problematiek. De pilot zet in op de intrinsieke motivatie van de deelnemers.
- Het programma bestaat uit wekelijkse theorie & praktijklessen en challenges - gegeven opgeleide coach uit de vereniging - die uitdagen om hun leefstijl te verbeteren.



Resultaten

- 90 deelnemers voelen zich na afloop fitter – vorderingen in persoonlijke doelen.
- Deelnemers zijn ondersteund op een gezondere leefstijl: een ander voedingspatroon, minder zitten en meer bewegen.
- Alle deelnemers maken na afloop meer stappen.
- Binnen de vereniging is een trainer opgeleid tot docent/coach.
- 6 verenigingen hebben structureel aanbod voor deze doelgroep. En een gezondere sportkantine.
- Na de 1e ronde wordt o.b.v. de lessons learned de pilot geoptimaliseerd. Er wordt dan gebruik gemaakt van het platform Samen Fitter.
- Handboek om clubcoaches op te leiden.



Werkwijze

- Sport Fryslân selecteert de vereniging. In de ideeënfase is al met verenigingen gesproken – er is veel enthousiasme
- Maakt samen met de vereniging een plan en ondersteunt in de wekelijkse sessie
- Organiseert challenges gekoppeld aan het platform samen Fitter
- Na het project blijft de lokale Clubkadercoach de vereniging begeleiden



Burger

- Deelnemers voelen zich fitter en hebben persoonlijke doelen gehaald en zich een gezondere leefstijl ‘eigen gemaakt’.
- Passen nieuwe technieken toe en ontwikkelen zelfvertrouwen om meer te bewegen, minder te zitten en gezonder te eten. Kennen strategieën om de nieuwe leefstijl vol te houden en te doen wat bij ze past.



Borging

- Lokale Clubkadercoach blijft de vereniging begeleiden. De opgeleide coach binnen de vereniging start met een nieuwe groep.
- Team:Fit coach onderhoudt gratis de contacten met de vereniging over de gezondere omgeving. Begeleidt het bestuur, kantinecommissie of projectcommissie om de sportlocatie gezonder te maken.

Preventieve aanpak bewegachterstand bij jonge schoolkinderen

DS 102: Spelenderwijs in beweging



Doel

- Preventieve aanpak op bewegachterstanden bij jonge schoolkinderen in verschillende settings in gemeente De Fryske Marren. Relevant onderwerp vanwege het effect van inactiviteit op de ontwikkeling van kinderen en hun gezondheid.
- Kinderen tussen 2 en 7 jaar worden uitgenodigd om meer te bewegen. Er wordt samengewerkt met bestaande partijen en er wordt gebruik gemaakt van bestaande structuren. Door spel en beweging worden de kinderen fit, vaardig en het brein wordt juist gevormd voor een optimale ontwikkeling, waardoor kinderen minder leer- en gedragsuitdagingen op hun pad krijgen. Motorische vaardigheid op jonge leeftijd is gerelateerd aan een lager BMI later. Er is aandacht voor vroeg signalering.
- Het project richt zich naast de kinderen ook op de ouders, pedagogisch medewerkers, leerkrachten basisscholen, trainers bij sportverenigingen.



Resultaten

- Er ligt een kant-en-klare aanpak in gemeente De Fryske Marren om jonge kinderen op een eenduidige manier te helpen bij hun motorische en sociaal-emotionele ontwikkeling waardoor zij zich beter voelen en minder problemen van fysieke en / of sociaal-emotionele aard ervaren op lange termijn.
- De samenwerking tussen alle bij de opvoeding van het jonge kind betrokken partijen leidt tot samenhang in de aanpak. Deze aanpak is een blauwdruk voor andere Friese gemeenten.



Werkwijze

- Kinderen van 2 jaar en de ouders krijgen veel kansen om zich motorisch optimaal te ontwikkelen doordat ze door hun omgeving worden uitgenodigd om veel en veelzijdig te bewegen.
- Kinderen die achter lopen in hun motorische ontwikkeling/nog primaire reflexen hebben worden vroegtijdig gesignaleerd op school en krijgen hulp om de achterstand waar mogelijk in te halen. Professionele hulp in de vorm MRT op de basisschool en indien nodig kinderfysiotherapie en advies voor de ouders hoe zij het kind zelf goed kunnen helpen.
- Ouders krijgen vroegtijdig informatie over het belang van veelzijdig bewegen op het consultatiebureau, Kinderdag verblijf, peuterspeelzaal, verenigingen en op school.
- Alle indirecte opvoeders krijgen kennis en kunde aangereikt om een leerrijke motorische omgeving voor de kinderen te creëren.



Burger

- Kinderen hebben een grotere beweeg- en sportparticipatie en motivatie.
- Kinderen krijgen meer zelfvertrouwen en worden mentaal sterker.
- Ouders stimuleren hun kinderen meer om te gaan spelen / bewegen en doen dat zelf ook meer met hun kinderen.



Borging

- Activiteiten worden binnen bestaande structuren geborgd in de gemeente, binnen basisscholen buurtsportcoaches en verenigingen

Looptijd: 2021-2024

DS 103: The Daily Mile (TDM) Kinderopvang



Doel

- In deze pilot worden kinderen al op jonge leeftijd op speelse wijze gestimuleerd om dagelijks samen meer te bewegen.
- Kinderopvang is een nieuwe jonge doelgroep (0-12 jaar) en is gebaseerd op het bewezen succesvolle beweeginitiatief TDM op basisscholen.
- Het is een eenvoudig maar effectief bewegconcept waarbij alle kinderen samen, met hun pedagogisch medewerker, 3 keer per week een kwartier naar buiten gaan om (hard) te lopen. Met minimale (tijds)inspanning, kosten en organisatie is het mogelijk om kinderen dagelijks in beweging te krijgen op een niet-competitieve, sociale en vooral leuke wijze. Ieder kind kan meedoen, ongeacht hun persoonlijke situatie en leeftijd.



Resultaten

- Pilot in 2021 met 50 kinderopvanglocaties in JOGG-gemeenten in Friesland en Limburg, in 2022-2023 opschalen naar 250 locaties in heel Nederland.
- Pilot in Friesland met 25 kinderopvanglocaties. Zij lopen 4 weken lang TDM waarbij wordt onderzocht en geëvalueerd hoe dit is verlopen. De learnings uit de pilot en het onderzoek worden meegenomen in het ontwikkelen van ondersteunend materiaal welke specifiek bedoeld is voor kinderopvanglocaties. Met het materiaal kunnen kinderopvanglocaties structureel aan de slag met TDM en kan de beweegactiviteit op een duurzame manier worden geborgd.
- De geleerde lessen worden gedeeld binnen de Friese JOGG-regio en de Friese Preventieaanpak (www.friesepreventieaanpak.nl). De verwachting is dat bij succesvolle pilot TDM en de ontwikkelde materialen ook in andere Friese JOGG-gemeenten zullen worden geïmplementeerd.



Werkwijze

- Om TDM structureel te introduceren, start men in 2021-2023 met een pilotproject. Binnen de pilotfase in 2021 wordt de deelname van 50 opvanglocaties in JOGG-gemeenten binnen de regio's Friesland (25) en Limburg (25) verkend, waarna er in 2022-2023 een opschaling plaatsvindt naar 250 locaties in heel Nederland.
- Gedurende 4 weken wordt TDM gelopen en onderzocht om zo ondersteuning op maat te realiseren.



Burger

- De impact van bewegen is enorm. Niet alleen de conditie van de kinderen, maar ook hun motorische- en sociale ontwikkeling, concentratieniveau, stemming, gedrag en algehele welzijn gaan vooruit. TDM draagt bovendien bij aan het behalen van de Nederlandse Norm Gezond Bewegen voor kinderen.



Borging

- Eenmaal gestart met TDM blijven de aangesloten kinderopvanglocaties deze structureel lopen. Om te zorgen dat TDM in het DNA van de kinderopvang gaat zitten, ontvangen alle aangesloten kinderopvanglocaties ondersteunend materiaal dat jaarlijks ge-update en geëvalueerd wordt.

DS 104: Praktijkleren in leerwerkbedrijven

Pilots om te komen tot toekomstbestendige leerwerkbedrijven



Doel

- Alliade onderzoekt in dit project in pilots op 6 locaties (Stiens, Dokkum, Grou, Heerenveen, Drachten, Damwoude) hoe de invulling van Praktijkleren in leerwerkbedrijven ontwikkeld kan worden zodat dit voor de lange termijn toekomstbestendig is.
- Voor mensen die arbeidsvermogen hebben of potentie hebben om dat te ontwikkelen, start men met Praktijkleren in speciale leerwerk-bedrijven en werkt men toe naar een praktijkverklaring; een branche-erkend getuigschrift vanuit het MBO. Hiermee wordt het perspectief op duurzaam werk vergroot.
- Alliade wil cliënten optimaal ondersteunen in hun ontwikkeling en bij het maken van stappen op de Participatieladder. Medewerkers worden getraind om in te zetten op uitstroom naar (on)betaald werk in de samenleving.



Resultaten

- 18 personen hebben deelgenomen aan de pilots (mix interne en externe werving), waarvan 15 deelnemers eind 2022 met een Praktijkverklaring uitgestroomd zijn of bezig zijn met uitstromen naar werk (begeleid of (on)betaald werk).
- Alliade heeft de juiste invulling bepaald van het werken met Werkstap.
- 25% van de begeleiders in de dagbesteding heeft de e-learning gevolgd. Alliade weet hoe Praktijkleren in de praktijk voor cliënten het beste werkt en hoe het doel kan worden bereikt.
- Alliade heeft zicht hoe de leerwerkbedrijven financieel duurzaam ingericht kunnen worden.



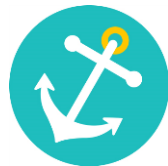
Werkwijze

- Begeleiders van Alliade werven deelnemers onder bestaande cliënten. Voor de werving via gemeenten en scholen wordt overleg gevoerd met deze partijen en UWV (Alliade heeft de gunning van Werkfit trajecten).
- Medewerkers opleiden voor het werken volgens Werkstap. In de pilotperiode zullen ze hier ervaring in opdoen, ondersteund door de opleider. De coaching is gericht op het organiseren van leerwerk-plekken, toepassen van de methodiek voor arbeidsontwikkeling en het werken met het digitale platform.
- In jaar 1 volgt 25% van de begeleiders de e-learning 'ontwikkeling van cliënten'. De pilotlocaties op inhoud begeleiden en volgen tijdens de pilotperiode.
- Een werkgroep deelt ervaringen, kennis en kunde met elkaar. Er wordt proactief samenwerking gezocht met gemeenten én het bedrijfsleven t.b.v. (door)ontwikkeling van het aanbod.



Burger

Praktijkleren is voor mensen die (nog) niet in staat zijn een MBO-diploma op niveau 1 te halen maar wel mogelijkheden hebben om een praktijkdeel (een werkproces) van het diploma te halen. Zo wordt de kans op werk vergroot.



Borging

- In de projectperiode wordt Praktijkleren concreet vormgegeven. Een financieel duurzame borging in de bedrijfsvoering van Alliade is een belangrijke volgende stap. In het voorjaar van 2022 wordt een eerste evaluatie gedaan op inhoud en financieel. Ook wordt beoordeeld hoe de pilots (bij succes) opgeschaald kunnen worden en een plek krijgen in de bedrijfsvoering.

DS 108: Bewegen Werkt in Friesland

Bevorderen van
gezondheid en
participatie



Doel

- Mensen met een uitkering uit 10 Friese gemeenten fysiek en mentaal in beweging zetten, om de terugkeer naar werk te vergroten. Uit onderzoek blijkt dat deelnemers aan Bewegen Werkt (BW) vaker, meer uren aan het werk komen dan de groep die een regulier traject via de gemeente doorloopt.
- Deelnemers volgen het BW-programma; een bewezen, effectieve interventie van 12 weken (2 dagdelen per week).
- Het doel van onze steun is om gemeenten ervaring op te laten doen en te enthousiasmeren om te starten met BW, om daarna het programma zelfstandig te continueren.



Resultaten

- Een stijging op de participatieladder.
- Van de deelnemers werkt 30% binnen een jaar, doet 30% vrijwilligerswerk en gaat 15% (weer) naar school.
- 80% blijft actief bewegen na BW.
- Deelnemers zijn fitter. Ze voelen zich gezonder, hebben minder overgewicht en een beter zelfbeeld.
- De zorgconsumptie neemt af (gem. € 1.000,00 p.p./ jaar).



Werkwijze

- Vanuit 10 Friese gemeenten nemen (per gemeente) 16 uitkeringsgerechtigden deel aan BW.
- In dit project wordt integraal en domeinoverstijgend gewerkt (domeinen werk en inkomen, gezondheid en zorg en sport).
- Caparis heeft de intentie om - samen met de werkgevers die betrokken zijn bij Caparis- per groep 10 à 15 werkgevers uit te nodigen die op zoek zijn naar werknemers, passend binnen de doelgroep aan BW. Deelnemers zullen zichzelf tijdens een BW-ochtend pitchten richting de werkgever.



Burger

- Uitkeringsgerechtigden zijn fysiek & mentaal in beweging gezet, om de terugkeer naar werk te vergroten.



Borging

- BW wordt ingebed in de gemeentelijke structuur, met intensieve samenwerking met de afdelingen werk en inkomen én met de afdeling sport.
- Er is een samenwerking met ketenpartners richting werk en blijvende sportbeoefening.

Looptijd: 2021-2023

Projecten Zelf- en samenred- zaamheid



Inhoudsopgave – projecten gericht op zelf- en samenredzaamheid

Nummer	Project	Wie	Focus
DS 101	MCL PGO ontwikkelset	MCL	Betere zorgondersteuning door eigen regie en optimale gegevens uitwisseling
DS 105	Millennial training studenten	Maarsingh en Van Steijn & NHL Stenden	Training ontwikkelen om psychische klachten te voorkomen bij jongeren
DS 106	Vervolg In je Uppie	Stichting MOAI/UP!	Gesprekken tussen burgers. Verbinding van informele contacten
DS 107	Dag!enDoen! in Fryslân	Stichting Dag!enDoen!	Ouderen ondersteunen bij het gebruik maken van lokale activiteiten.

STICHTING

De Friesland

STEUNT INNOVATIES IN DE ZORG

DS 101: MCL PGO ontwikkelset

Betere zorgondersteuning
door eigen regie en
optimale data uitwisseling



Doel

Ontdekken van voordelen van de toepassing van het PGO-ecosysteem in de behandelprocessen van Bechterew en Mammacare.

- Interactie met de patiënt via het PGO en/of monitoring op afstand;
- View vanuit Epic op, via het PGO door de patiënt gedeelde, informatie;
- Gebruik van gegevens die, via de patiënt, afkomstig zijn van wearables;
- Gebruik van gegevens, via de patiënt, van andere zorgprofessionals.
- De verkregen kennis is voorspellend en richtinggevend voor toekomstige nieuwe (PGO) integraties. De kennis wordt gedeeld met andere ziekenhuizen.



Werkwijze

- E-health en apps worden door patiënten met een chronische ziekte steeds meer gebruikt. De data is niet altijd inzichtelijk in het EPD en (nog) niet uitwisselbaar met PGO systemen. Ook is er vaak geen interactie vanuit het ZH behandelproces met de gebruiker binnen deze app.
- In dit project worden de behandelprocessen in het ZH geoptimaliseerd rondom de mogelijkheden die ontstaan met gebruik van een open PGO-dossier zoals Philips en Quli. Er kan nog steeds gebruik gemaakt worden van de individuele apps. Voor zorgpaden waar geen specifieke apps beschikbaar zijn, wordt zorgpad specifieke content en interactie met de patiënt geprogrammeerd. Zo ontstaat een model waarmee de beschikbare apps d.m.v. eigen zorgpad optimalisatie voor ieder proces door elke zorgprofessional gebruik gemaakt kunnen worden van het PGO-ecosysteem.
- Door deze setting kan op termijn een situatie worden gecreëerd waarin geen losse MIJNziekenhuis, MIJNhuisarts of MIJNapotheek oplossingen meer nodig zijn. Gelijktijdig kunnen de voordelen van de data-uitwisseling met deze verschillende zorgpartijen, incl. de door de patiënt zelf gecreëerde data, worden benut. Zo ontstaat een netwerkzorgondersteunend model dat ziekenhuis overstijgend is en een compleet beeld rondom de patiënt creëert.



Resultaat

- Verbetering van het zorgproces, en de beleving daarvan door de patiënt en zorgprofessional, in de behandeltrajecten MammaCare en Bechterew;
- Documentatie waarmee de wenselijkheid van verdere uitrol in andere behandelpaden in MCL en andere ziekenhuizen, wordt aangetoond;
- Een duurzaam PGO-ecosysteem in Noord Nederland waarvan gebruik wordt gemaakt door de consumenten én de patiënten van MCL.



Burger

Betere zorg-ondersteuning in de genoemde zorgpaden en op lange termijn mogelijk in meer zorgpaden. Meer zorg op de juiste plaats; beter benutten van de mogelijkheden van zorg in de thuissituatie; minder reisbewegingen / korter in het ziekenhuis. Meer regie, inzicht en overzicht over de eigen zorg, het zorgnetwerk en de daarbij betrokken informatie.



Borging

- De uitwisseling van data vindt plaats binnen de Medmij standaard en is daarmee uitwisselbaar met andere partijen.
- De resultaten en ervaringen uit het project worden gedeeld met andere Friese ziekenhuizen en binnen PGO NN.

Looptijd: 2021 - 2023

DS 104: Millennial training studenten



Doel

- Doel is om een training (door) te ontwikkelen die studenten helpt om na het volgen minder psychische klachten te ervaren, veerkracht te vergroten, zelfbeeld te verbeteren en op een gebalanceerde manier met social media om te gaan.
- In 2 jaar wordt de training 4 keer gegeven aan studenten van NHL Stenden.
- De training wordt onderdeel van het 'Atelier Studiesucces en Studentwelzijn' waarin studenten van de opleiding 'Social studies' peer-to-peer support activiteiten organiseren. 12 studenten van het atelier volgen samen met 4 docenten de training om deze vervolgens zelf te kunnen geven.
- De huidige curatieve training ontwikkeld voor GGZ wordt omgebouwd naar een training voor studenten die milde psychische klachten ervaren.
- Een deel van de deelnemers (1 jaar werkzaam bij het Atelier Studiesucces en Studentwelzijn) wordt opgeleid om (onder supervisie van ontwikkelaar en/of docenten) de training zelf te geven. Op deze manier wordt het bereik vergroot.
- Er is effect op de wachtlijsten in de GGZ. Doordat wordt voorkomen dat bestaande klachten verergeren, en het klimaat rondom psychische klachten stapje voor stapje verandert (training volgen i.p.v. GGZ zorg), zorgt er hopelijk voor dat minder mensen psychologische zorg ontvangen.



Werkwijze

- De training wordt ontwikkeld in nauwe samenspraak met studenten.
- Op 3 meetmomenten (voorafgaand aan de training, direct na afloop van het volgen van de training en na een half jaar) wordt in kaart gebracht in welke mate ervaren psychische klachten verminderd zijn en de veerkracht is vergroot.
- D.m.v. interviews met deelnemers na de training wordt onderzocht in hoeverre de ervaren drempel om hulp te zoeken is verlaagd en of studenten zich meer verbonden voelen met medestudenten en belangrijke mensen uit hun omgeving.



Resultaat

- De training is aan 4 groepen studenten van 10-15 deelnemers gegeven.
- 12 studenten en 4 docenten zijn opgeleid tot trainer.
- De training is o.l.v. de studenten en docenten aan tenminste 1 nieuwe groep studenten gegeven.
- De trainingen zijn geëvalueerd, gericht op het effect van de training op psychische klachten en veerkracht, zelfbeeld en gebruik sociale media.
- De ervaringen en inhoud van de training is vastgelegd in een artikel.



Burger

Jongeren ervaren minder psychische klachten, hebben meer veerkracht, een beter zelfbeeld en gaan op een gebalanceerde manier om met social media.



Borging

- Medewerkers van NHL worden getraind waarmee de kennis geborgd is.
- De training blijft onderdeel van het atelier studentwelzijn en studiesucces. NHL Stenden neemt de training op in het aanbod van het StudentSuccesCentrum. Zo is de training voor alle studenten beschikbaar.

DS 107: Dag!enDoen! in Fryslân



Doel

- Het project implementeert de methodiek Dag!enDoen! in 12 Friese gemeenten met lokale welzijnsorganisaties die samenwerken in het 'Divers'.
- Zo wil men een bijdrage leveren aan het voorkomen/verminderen van eenzaamheid van ouderen in Friesland, waardoor zij een prettiger leven hebben.



Werkwijze

- Dag!enDoen! laat via een app deelnemers dagelijks zien wat er aan activiteiten is in de eigen gemeente met de mogelijkheid op het laatste moment nog aan te melden, vervoer te regelen en evt. een maatje dat meegaat.
- Lokaal wordt dagelijks een digitale activiteitenagenda uitgegeven. Door de eenvoudige aanmeldknop wordt vervoer geactiveerd en nemen mensen weer deel aan activiteiten, zoals bewegegroepen en sociale activiteiten en lezingen, etc. Het sociale netwerk wordt vergroot, mensen worden actiever, gezonder, minder eenzaam en gelukkiger.
- Deelnemers die geen eigen device hebben krijgen van de welzijnsinstelling een tablet in bruikleen met uitleg van maatjes. Zij komen zo lang langs tot dat de deelnemer de tablet en app kan gebruiken (digitaal vaardig is).
- Landelijk wordt in gemeenten al gewerkt met Dag!enDoen. Daar zetten hulpverleners (o.a. thuiszorg) de app ook op hun telefoon zodat ze hun cliënten kunnen stimuleren om aan activiteiten deel te nemen. Zo werkt het systeem binnen een gemeente als een grote motor om mensen actiever te laten deelnemen aan het leven van alledag.



Resultaat

- Een lokale, dagelijkse en wekelijkse, digitale activiteitenagenda.
- Er kunnen digitale huiskamers georganiseerd worden voor mensen die de deur niet uit kunnen.
- Mantelzorgers / zorgmedewerkers kunnen meekijken zodat zij deelnemers kunnen activeren zich voor activiteiten aan te melden.
- Er is een lokaal vrijwilligersvervoerssysteem dat snel inzetbaar is.
- Een maatjessysteem dat deelnemers helpt digitaal vaardiger te worden en evt. meegaat naar activiteiten.
- Per lokale welzijnsinstelling is een Dag!enDoen! kantoor voor ondersteuning.
- Er is een samenwerking op gang gebracht tussen lokale organisaties om eenzame ouderen eerder in beeld te hebben.



Burger

De deelnemer is actiever en voelt zich minder eenzaam. Tevens worden mantelzorgers ontlast en activiteiten beter bezocht.



Borging

- De methodiek is ingebed in de werkwijze van de welzijnsorganisatie. De supportkosten voor Dag!enDoen! bedragen 3000 per jaar.

STICHTING

De Friesland

STEUNT INNOVATIES IN DE ZORG