



Het Mijnstreek Inspiratie Platform en de Academische Werkplaats Publieke Gezondheid Mosa slaan de handen in elkaar: aan de slag met de ketenaanpak valpreventie

In het Novotel in Maastricht volgden op dinsdag 4 juni zo'n veertig aanwezigen een boeiende inspiratiesessie over het thema "ketenaanpak valpreventie". Een thema dat in heel Zuid-Limburg leeft en aandacht heeft. Reden voor het Mijnstreek Inspiratie Platform (MIP) en de Academische Werkplaats Publieke Gezondheid (AWPG) Mosa om de handen in elkaar te slaan en gezamenlijk deze bijeenkomst te organiseren. Zo ontstond er nóg meer gelegenheid om collega's uit het werkveld te ontmoeten en om ervaringen uit te wisselen. Een bijeenkomst met mooie praktijkvoorbeelden, ruimte om ervaringen te delen en om vragen te stellen.

"We zijn heel blij dat we gezamenlijk een bijeenkomst over de ketenaanpak valpreventie kunnen organiseren", vertellen Mandy Leurs, programmacoördinator AWPG Mosa vanuit GGD Zuid-Limburg en Jessie Meis, procesbegeleider MIP vanuit ROS Robuust. "In alle drie de subregio's van Zuid-Limburg leeft het thema. Er zijn mooie voorbeelden, maar zeker ook nog genoeg uitdagingen. Om daar met veel betrokkenen uit heel Zuid-Limburg over te kunnen sparren, ervaringen uit te wisselen en vragen te kunnen stellen, is een groot voordeel."



Samenwerking

Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA) en Integraal Zorg Akkoord (IZA). Termen die in de zorg veelvuldig voorkomen. Maar wat houden deze akkoorden in? En wat is de relatie met de ketenaanpak Valpreventie? Dennis Muris, senior beleidsadviseur en procesregisseur IZA bij GGD Zuid-Limburg, trapt deze bijeenkomst af en geeft als start een verhelderende uitleg over de akkoorden. Hij legt vervolgens het belang uit van samenwerking tussen gemeentelijk en zorgdomein. "Het gemeentelijk domein en het zorgdomein streven hetzelfde na: een goed en gezond Zuid-Limburg. Een ambitie die overeenkomt, maar toch twee verschillende werelden zijn met een eigen taal. De grootste uitdaging voor de ketenaanpak is de verschuiving van patiënten van zorgdomein naar gemeentelijk domein. Het is daarom cruciaal dat gemeenten en zorg samen aan tafel zitten. Domein overstijgend samenwerken, met uitvoerders en inwoners, daar gaat het om."

Verbluffend resultaat

Het woord is daarna aan Youri Poper, bewegingsagoog en William Valkenburg, manager Paramedische Dienst, beide werkzaam bij MeanderGroep Zuid-Limburg. Zij zijn in de gemeente Kerkrade gestart met In Balans, een valpreventieprogramma voor zelfstandig wonende ouderen van 65 jaar en ouder met een verhoogd valrisico. “Het doel van dit programma is het voorkomen van valongevallen door ouderen bewuster te maken van risicofactoren en hun balans, conditie en zelfvertrouwen te verbeteren. Alle oefeningen zijn geënt op de principes van Tai Chi waarbij lichaamsbewustzijn centraal staat.”

“Het was een pittige cursus. Tien weken lang kwamen de deelnemers twee keer per week bij elkaar voor de training. Een investering, maar met een verbluffend resultaat. De testen lieten zien dat de valangst beduidend lager was en dat de balans was toegenomen. En ook belangrijk: de deelnemers vonden het leuk en gezellig om te komen.”

Verankeren

Ook vanuit Ecsplora, onderdeel van MIK&PIW Groep, wordt een mooi praktijkvoorbeeld gedeeld. “Vanuit Ecsplora werken we vooral preventief en proberen we hulpvragen te voorkomen”, legt Dean Wolters, manager bij Ecsplora, uit. “We stimuleren een gezonde leefstijl en bewegen.” De ketenaanpak valpreventie is een belangrijke pijler binnen de gemeenten Beekdaelen, Stein en Sittard-Geleen.



Ook hier wordt verbinding gelegd tussen het gemeentelijk domein en het zorgdomein. “Het begint bij het opsporen van ouderen”, vertelt Anna Beissel, Projectleider Valpreventie. “Dat doen we via verschillende kanalen zoals multidisciplinaire vitaliteitsdagen van Ecsplora, knooppunt informele zorg, Partners in

Welzijn (PIW), huishoudelijke ondersteuning en WMO. Juist de doelgroep die heel kwetsbaar is, willen we bereiken. Deze mensen zijn vaak eenzaam, fysiek beperkt en komen daardoor nergens. Medewerkers in de huishoudelijke ondersteuning hebben een band met (kwetsbare) mensen, die we via deze weg kunnen opsporen en bereiken. Ook hebben we een tool ontwikkeld voor het registreren van mensen, om ze vervolgens goed door te verwijzen en te laten doorstromen naar een structureel aanbod.” Gedachte is om te werken naar duurzame valpreventie. “Dat doen we door de ketenaanpak met verschillende partners op te zetten. Het thema moet verankerd worden. Dan is er blijvend aandacht voor, ook al valt financiering weg. We moeten niet alleen denken aan de korte termijn, maar veel verder vooruit.”

Gewoon starten

Als laatste is het de beurt aan Sandra Beurskens, projectleider Gemeente Eijsden-Margraten, en Sociaal Centrum Eijsden en Miranda Husson, ergotherapeut bij ergotherapiepraktijk Husson om te vertellen over hun good practice in Eijsden-Margraten: “*Vitaal en veilig thuis: vallen voorkomen vanuit netwerken*”. “Onze aanleiding om te starten met valpreventie is anders dan de voorgaande voorbeelden”, beginnen Sandra en Miranda. “Er was een Burgerinitiatief Sociaal Centrum Eijsden. Hier maakten veel burgerinitiatieven deel van uit, maar er was nog geen netwerk. We hebben vervolgens subsidie aangevraagd bij ZonMw voor twee inhoudelijke thema’s: samenwerken en valpreventie.” “Vanuit deze basis zijn we begonnen met valpreventie. We maken hierbij dankbaar gebruik van bestaande tools en handreikingen van Veiligheid.nl. We hebben aandacht geschonken aan PR, flyers gemaakt, delen informatiemappen uit en organiseren de week van de valpreventie. Maar we letten goed op wie we willen bereiken. We willen juist de kwetsbare mensen benaderen, niet de mensen die het zelf al goed doen. Onze belangrijkste tip? Gewoon starten! Begin met een klein groepje als pilot. En krijg daar vertrouwen van. Zo zijn we ook begonnen en zitten nu op 70 deelnemers. Daarnaast: sluit aan bij wat er al is. De basis is een goed netwerk. Het eerste jaar stond in teken van doen, ontwikkelen en ervaren. Het tweede jaar gaan we meer opvolgen, meten en monitoren.”

Uitdaging

Natuurlijk was er ook ruimte om vragen te stellen. Eén van de vragen ging over resultaten meten, kosten en budget. Want hoe zit het daar eigenlijk mee?

Sandra Beurskens legt als voormalig hoogleraar ‘Doelgericht meten in de dagelijkse zorgpraktijk’ uit: “Er is al bewezen dat valpreventie effectief is. Laten we dus vooral geen onnodig werk doen en financieel investeren om nóg meer onderzoek hiernaar te doen. Probleem is dat het niet geïmplementeerd wordt (in de praktijk). Dát is de uitdaging. De volgende stap moet dan ook zijn hoe het in de praktijk landt. Daar zijn andere onderzoeken voor nodig. We moeten monitoren op processen, op effecten zijn er al genoeg onderzoeken gedaan.” Het is een verhelderende afsluiter van deze bijeenkomst.

BELANG VAN VALPREVENTIE

Nederland vergrijst: zo’n 20% van de bevolking is 65-plus. In de meeste Zuid-Limburgse gemeenten is dat zelfs 26% of meer (CBS, 2023) en dit aandeel zal in de komende jaren verder stijgen. Vallen is de meest voorkomende oorzaak van een bezoek aan de spoedeisende hulp (SEH) door 65-plussers (VeiligheidNL, 2022). Naast persoonlijk leed gaat dit gepaard met hoge medische zorgkosten. Met het toenemende aantal ouderen in Nederland wordt valpreventie daarom steeds belangrijker. Gemeenten hebben vanaf 2023 de taak om de ketenaanpak valpreventie in te richten voor 65-plussers met een valrisico.

Presentaties

De presentaties van deze inspiratiesessie kunt u [hier](#) bekijken.

Wilt u meer informatie over beide platformen?

Lees meer over het [Mijnstreek Inspiratie Platform](#) en de [Academische Werkplaats Publieke Gezondheid Mosa](#).

Vragen of opmerkingen naar aanleiding van deze inspiratiesessie?

Neem contact op met [Mandy Leurs](#), programmacoördinator AWPG Mosa, of [Jessie Meis](#), projectleider bij ROS Robuust.