# Toolbox
# Welzijn op Recept

## Voor de huisartsenpraktijk



Gezonde marke

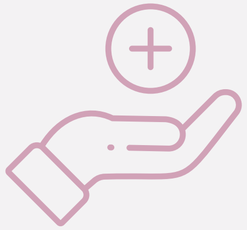
Samenwerken aan een vitaal Drenthe

# Inhoud



## Inleiding


- Wat is het doel van de Toolbox?
- Voor wie is deze Toolbox?
- Wat is Welzijn op Recept?
- Wat zijn de doelen van Welzijn op Recept?
- Welzijn op Recept in 3 stappen

## Meerwaarde


- Wat is de meerwaarde voor de huisartsen-praktijk?
- Wat is de meerwaarde voor de patiënt?
- Quotes van huisartsen




## Verwijzen


- Bij welke klachten verwijzen?
- Wanneer verwijzen naar welke professional?
- Het ‘andere’ gesprek?
- Stappenplan: hoe verwijzen en terugkoppelen




## Welzijnscoach


- Wat doet een welzijns-coach?
- Quote welzijnscoach




## Aan de slag


- Tips om te starten met Welzijn op Recept
- Samenvattingskaart

# Inleiding

De Toolbox Welzijn op Recept voor de huisartsenpraktijk biedt waardevolle informatie, handvatten en praktische tips voor de medewerkers in de huisartsenpraktijk om te kunnen werken met Welzijn op Recept.

In de toolbox wordt de huisarts beschreven als verwijzer, maar onder het begrip 'verwijzer' kunnen ook andere professionals worden verstaan zoals praktijkondersteuners, verpleegkundig specialisten en physician assistants.

De implementatie van Welzijn op Recept komt voort uit de sociale agenda van de Gezonde Marke.

# Welzijn op Recept

Bij Welzijn op Recept verwijst de huisarts de patiënt door naar een welzijnscoach vanuit het sociaal domein. De interventie is bedoeld voor mensen met lichte psychosociale klachten, waar geen medische oorzaak aan ten grondslag ligt, maar vaak een onderliggend sociaal maatschappelijk probleem.

## Doelen Welzijn op Recept

- Verhogen welbevinden van de inwoners
- Bieden van zorg op de juiste plek
- Verlagen zorggebruik in de eerste lijn en bij de GGZ
- Optimale samenwerking tussen het medische en het sociale domein

Overzicht bij welke klachten te verwijzen

## Welzijn op Recept in 3 stappen



**Verwijzing door huisarts** → **Gesprek met welzijnscoach** → **Gekozen interventie**

(Landelijk Kennisnetwerk Welzijn op Recept, 2020)

# Meerwaarde



## Huisartsenpraktijk

- Welzijn op Recept ondersteunt de huisartsenpraktijk bij het doorverwijzen van patiënten met lichte psychosociale klachten naar het sociale domein. Op deze manier ontstaat meer tijd en ruimte voor patiënten met medische vragen.
- Met Welzijn op Recept wordt zorg op de juiste plek geboden en zullen patiënten minder vaak terugkeren naar het huisartsen-spreekuur.
- Welzijn op Recept is de verbinding tussen het medische en sociale domein en versterkt de samenwerking tussen de twee domeinen.

## Patiënten

- Welzijn op Recept kan het welbevinden, de zelfredzaamheid en het zelfvertrouwen van patiënten verhogen, doordat ze actief betrokken worden bij hun eigen welzijnsproces en meer eigen regie ervaren.
- Door Welzijn op Recept kunnen patiënten meer sociale contacten krijgen. Hierdoor zijn ze minder sociaal geïsoleerd en ervaren ze meer een gevoel van verbondenheid.
- Bovendien kunnen patiënten meer zingeving ervaren in hun leven en een groter gevoel van maatschappelijke betrokkenheid. In sommige gevallen leidt Welzijn op Recept zelfs tot vrijwilligerswerk.

## Quotes van huisartsen:

*“Door de zichtbaarheid is er meer kennis van de sociale kaart, wat een toevoeging is op de huisartsenzorg in de praktijk.”*

*“In mijn gespreksvoering ben ik veel meer bezig om ook de sociale problematiek boven tafel te krijgen. Maar ik hoef dit niet alleen op te lossen, we doen dit samen.”*

*“Een vast aanspreekpunt, van zowel de huisartsenpraktijk als vanuit het sociaal domein.”*

*“Korte lijnen tussen het medische en sociale domein”*

**Tip:**
Zie factsheet TNO & RIVM over borgen Welzijn op Recept.

(Landelijk Kennisnetwerk Welzijn op Recept, 2020)

# Bij welke klachten verwijzen?

Welzijn op Recept richt zich op volwassenen (18 jaar en ouder) die regelmatig bij de huisarts komen vanwege een laag welbevinden als gevolg van lichte psychosociale klachten. Bij de volgende klachten (enkelvoudig of in combinatie) kan de huisarts doorverwijzen naar Welzijn op Recept:



Lichte psychische klachten: somber voelen, angstig gevoel, veel piekeren, stress, overspannen, overige lichte psychische klachten



Vastlopen in het leven, problemen op het werk, relatieproblemen, meemaken van een ingrijpende gebeurtenis



Klachten bij chronische lichamelijke ziekte



Chronische psychische klachten (al behandeld en nu stabiel)



Probleem met ziekte van ouders/familie, partner, kind (bij mantelzorgen)



Eenzaamheid, dreiging sociaal isolement, beperkt netwerk



Somatisch Onvoldoende verklaarde Lichamelijke Klachten (SOLK), veel wisselende lichamelijke klachten



Slaapproblemen



Gebrek aan zingeving



Huisvestingsproblemen, niet naar de zin in de wijk, onveilig voelen



Financiële problemen



Niet meekomen in de maatschappij door beperkte digitale vaardigheden, laaggeletterdheid of beperkte gezondheids-vaardigheden

Begeleiding in overleg met huisarts of POH-GGZ.

Heeft je patiënt één of meerdere van deze klachten? Verwijs de patiënt via **een digitaal verwijssysteem** door naar Welzijn op Recept.

(Movisie, 2015)

# Wanneer verwijzen naar welke professional?

Bij Welzijn op Recept verwijst de huisarts de patiënt door naar een welzijnscoach vanuit het sociaal domein. Wat is ook alweer het verschil tussen een welzijnscoach, POH-GGZ en een sociaal (maatschappelijk) werker? Bekijk hiervoor onderstaand overzicht.

## Welzijnscoach

- De welzijnscoach biedt kortdurende ondersteuning gericht op activering aan volwassenen (18 jaar en ouder) met een -al dan niet tijdelijke- kwetsbaarheid op één of meerdere leefdomeinen. Dit is op verwijzing van de huisarts. De ondersteuning bestaat uit gesprekken, begeleiding, het geven van voorlichting en toeleiding naar bestaande collectieve activiteiten of interventies (makelaars-functie). De welzijnscoach is inzetbaar via de interventie Welzijn op Recept.
- De welzijnscoach werkt vanuit diverse methoden en interventies waaronder Positieve Gezondheid: een gedachtegoed met een brede benadering die bijdraagt aan het vermogen van mensen om vanuit eigen regie met fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven om te gaan. De welzijnscoach kijkt naar wat de inwoner wel kan en wil en focust niet op de ziekte/klacht maar op de mens zelf. Het draait om veerkracht.
- De welzijnscoach heeft de mogelijkheid om met de deelnemer mee te gaan naar een activiteit, wanneer de eerste drempel als te hoog wordt ervaren.
- De welzijnscoach kan niet rechtstreeks verwijzen naar GGZ, biedt geen diagnostiek en behandeling en levert kortdurende begeleiding in 5-7 sessies.

## POH-GGZ

- De POH-GGZ biedt vraagverheldering, diagnostiek, kortdurende behandeling en ondersteuning en begeleiding aan personen met psychische klachten of een lichte, stabiele chronische psychische stoornis, waarbij er ook aandacht is voor de sociale context.
- De POH-GGZ is ook betrokken bij crisissituaties (bijv. bij suïcidaliteit) en biedt over-bruggingszorg aan patiënten die op de wachtlijst van GGZ staan (doel: stabiliteit).
- De POH-GGZ werkt vanuit diverse methoden en interventies: o.a. presentiebenadering, GGZ-standaarden, Positieve Gezondheid, oplossingsgerichte benadering, cognitieve gedragstherapie, e-health.
- De POH-GGZ kan rechtstreeks verwijzen naar GGZ/psycholoog en is een zorgverlener.
- Het traject van een POH-GGZ is in de basis kortdurend en blijft maatwerk.

## Sociaal (maatschappelijk) werk

- De sociaal (maatschappelijk) werker biedt psychosociale begeleiding.
- De sociaal (maatschappelijk) werker biedt praktische hulpverlening bij bijvoorbeeld financiële problemen, aanvragen van voorzieningen en vraagstukken rondom huisvesting.
- De sociaal (maatschappelijk) werker ondersteunt bij complexere problematiek, zoals huiselijk geweld.
- De sociaal (maatschappelijk) werker werkt met een ondersteuningsplan. Richt zich op een systeem/gezin en betrekt het sociale netwerk.
- De sociaal (maatschappelijk) werker kan niet rechtstreeks verwijzen naar GGZ.
- De duur van het traject is wisselend, zo kort als kan, zo lang als nodig.

# Het ‘andere’ gesprek

## In 3 stappen

**1**



Patiënt komt bij de huisarts met een hulpvraag.

Dokter Drenthe biedt training op maat aan voor praktijken, onder andere Positieve gezondheid kan daarin aan bod komen.

**2**



De huisarts voert het **‘andere’ gesprek**:

**3**



Blijkt uit het gesprek dat de patiënt in aanmerking komt voor Welzijn op Recept? De huisarts kan via een digitaal verwijssyteem **doorverwijzen naar de welzijnscoach.**

**Tip:**
Zie VIPLive voor online vragenlijsten, bijvoorbeeld over Positieve Gezondheid en 4DKL.

# Stappenplan

De verwijzing van de huisarts naar de welzijnscoach en de terugkoppeling van de welzijnscoach naar de huisarts vindt digitaal plaats via **ZorgDomein**. Tussentijds contact kan plaatsvinden via **VIP Samenwerken**.

## Verwijzen

1. Na het voeren van het ‘andere’ gesprek met de patiënt, kun je ervoor kiezen om de patiënt door te verwijzen naar Welzijn op Recept. Dit gaat via een digitaal verwijssysteem.

2. Selecteer de welzijnsorganisatie uit de gemeente waarin de patiënt woont en communiceer dit duidelijk naar de patiënt. Bij het verwijzen vraag je toestemming aan de patiënt om informatie te delen met de welzijnscoach.

3. Verwijs via een digitaal systeem:
   - Vul de gevraagde gegevens in
   - De hulpvraag/aanleiding verwijzing

   De digitale verwijzing, met de gegevens zoals beschreven bij stap 3, komt binnen in het digitale informatiesysteem van de welzijnsorganisatie. De gegevens uit het verwijsformulier worden overgenomen en er wordt automatisch een mail verstuurd naar de welzijnscoach met de nieuwe aanmelding. De welzijnscoach neemt binnen twee weken contact op met de patiënt om een intakegesprek te plannen.

4. Tijdens het intakegesprek kan het spinnenweb van Positieve Gezondheid (hulpmiddel) samen met de patiënt worden ingevuld. De welzijnscoach verricht kortdurende hulpverlening en verwijst vervolgens door naar passende activiteiten; stimuleert het gebruik van eigen netwerk; zorgt waar nodig voor een warme overdracht naar aanvullende ondersteuning.

5. Aan de hand van het intakegesprek worden vervolggesprekken ingepland. Gemiddeld zijn er 5-7 vervolggesprekken nodig.

   - Indien de inwoner binnen 5-7 gesprekken aangeeft tevreden te zijn met het aanbod en verder geen hulpvraag meer heeft, stopt begeleiding en volgt terugkoppeling naar de verwijzer.
   - Indien het niet lukt de inwoner na 5-7 gesprekken te activeren en ook niet verwacht dit te vinden in nabije toekomst/uitstroom, volgt hierover ook terugkoppeling naar de verwijzer.

## Terugkoppeling

De volgende informatie wordt geregistreerd en teruggekoppeld aan de verwijzer via het digitale verwijssyteem:

- Datum terugkoppeling
- Aantal gesprekken gevoerd met betreffende patiënt
- Welke hulpvraag/ doel is geformuleerd tijdens de intake?
- Doorverwezen naar interventie (ja/nee)
  - Indien ja: korte beschrijving welke
  - Indien nee: korte beschrijving van reden
- Doel behaald (ja/nee) + korte toelichting

**Tip:**
Gebruik VIP Samenwerken voor tussentijds contact met de welzijnscoach of tussentijdse terugkoppeling.

# Over de welzijnscoach

De welzijnscoach biedt kortdurende hulp en ondersteuning op verwijzing van de huisarts aan volwassenen (18 jaar en ouder) met een -al dan niet tijdelijke- kwetsbaarheid op één of meerdere leefdomeinen. Deze hulp bestaat onder andere uit gesprekken, begeleiding, voorlichting geven en verwijzing naar passende activiteiten/interventies (makelaarsfunctie). Met waar nodig een warme overdracht en stimulering van gebruik van het eigen netwerk. Hiermee wordt participatie in de samenleving en de wijk bevorderd. Dit versterkt het persoonlijk en maatschappelijk herstel.



## De welzijnscoach:

- Functioneert op HBO werk-, denk- en ervaringsniveau.
- Heeft kennis van de regionale en/of lokale sociale kaart en zorgnetwerk.
- Draagt bij aan het versterken van de samenwerking tussen de huisartsenpraktijk (huisarts en POH), thuiszorg en het sociale domein.
- Zoekt afstemming en legt contacten met relevante ondersteuningsactiviteiten en aanbieders.
- Neemt deel aan het MDO van het kernteam (met de huisarts/POH en thuiszorg) voor onder andere het bespreken van verwijzingen en/of vastlopende casuïstiek.
- Rapporteert de werkzaamheden in het eigen informatiesysteem en geeft een terugkoppeling via ZorgDomein aan de verwijzer.
- Heeft indien nodig tussentijds contact met de zorgverleners via VIP Samenwerken, voor overleg of tussentijdse terugkoppeling.

## Quote welzijnscoach:

*“Het is inspirerend om te zien hoe mensen weer positief naar het leven kijken. Ze durven weer op pad te gaan, leggen meer sociale contacten en nemen weer de regie over hun eigen leven.”*

# Aan de slag

Bespreek de toolbox in de huisartsenpraktijk. Op deze manier weet iedereen wat Welzijn op Recept inhoudt, wanneer patiënten in aanmerking komen voor Welzijn op Recept en hoe te verwijzen.

Plaats een pagina op je website met informatie over Welzijn op Recept. Stel de welzijnscoach voor, zodat patiënten op de hoogte zijn van Welzijn op Recept en weten bij wie ze terecht kunnen.

Speel een video over Welzijn op Recept af op het wachtkamerscherm in de wachtkamer. Op deze manier zijn patiënten ook op de hoogte van deze mogelijkheid.

Door deelname aan het MDO krijgen de verschillende disciplines meer inzicht in elkaars expertise en netwerk. Zorg voor goede samenwerkingsafspraken en geef elkaar feedback om de samenwerking te bevorderen.

Blijf in contact met de welzijnscoach en gebruik voor onderlinge communicatie VIP Samenwerken.

Maak gebruik van de samenvattingskaart. Je kunt deze in de spreekkamer, backoffice of wachtkamer ophangen als herinnering aan Welzijn op Recept.

# Welzijn op Recept

## Samenvattingskaart

Bij Welzijn op Recept verwijst de huisarts de patiënt door naar een welzijnscoach vanuit het sociaal domein. Welzijn op Recept is voor mensen met lichte psychosociale klachten, waar geen medische oorzaak aan ten grondslag ligt, maar vaak een onderliggend sociaal maatschappelijk probleem.






Lichte psychische klachten: somber voelen, angstig gevoel/ veel piekeren, stress/ overspannen, overige lichte psychische klachten



Vastlopen in het leven, problemen op het werk, relatieproblemen, meemaken van een ingrijpende gebeurtenis



Klachten bij chronische lichamelijke ziekte



Chronische psychische klachten (al behandeld en nu stabiel)



Probleem met ziekte van ouders/familie, partner, kind (bij mantelzorgen)



Eenzaamheid, dreiging sociaal isolement, beperkt netwerk



Somatisch Onvoldoende verklaarde Lichamelijke Klachten (SOLK), veel wisselende lichamelijke klachten



Slaapproblemen



Gebrek aan zingeving



Huisvestingsproblemen, niet naar de zin in de wijk, onveilig voelen



Financiële problemen



Niet meekomen in de maatschappij door beperkte digitale vaardigheden, laaggeletterdheid of beperkte gezondheids-vaardigheden

Begeleiding in overleg met huisarts of POH-GGZ.

Heeft je patiënt één of meerdere van deze klachten? Verwijs de patiënt via een digitaal **verwijssysteem** door naar Welzijn op Recept.

# Colofon

De Toolbox Welzijn op Recept voor de huisartsenpraktijk is ontwikkeld door DokNoord. De toolbox is door Dokter Drenthe aangepast voor Drenthe en onderdeel van de Werkafspraken Welzijn op Recept Drenthe, die binnen Gezonde Marke zijn opgesteld door de regionale werkgroep Welzijn op Recept Drenthe.

## Vragen

Heb je een vraag? Voor Dokter Drenthe kun je contact opnemen met je Praktijkadviseur via praktijkconsulenten@dokterdrenthe.nl

Gezonde marke
Samenwerken aan een vitaal Drenthe

Dokter Drenthe
WiN Voor elkaar
DOK NOORD Samen staan voor huisartsenzorg
impuls
proscoop
neie naober