

AGENDA:

1. Opening en voorstelrondje/welkom Kitty Bouwmeester
2. Mededelingen/aanvullingen op de agenda
3. Doelen
4. Gespreksthema's:
 - a. Belangrijke aspecten bij het terugdringen van benzo's
 - b. Tools positieve gezondheid
 - c. Behoeftte aan scholing/ suggestie gebruik Spinnenweb
 - d. Jaarplan doelen
 - e. Verwijscriteria
 - f. Belang van bewegen en monitoren hiervan.
5. Nieuwe vergaderdata

NOTULEN VERGADERING **JUDITH KRANENDONK**

Aanwezig: Carlo van Tol, Roos Woudsma, Etiënne Maassen, Darrel Badal, Leonie Porton, Kitty Bouwmeester (gast), Ingrid Spruit, Nadyne van Nieuwkoop en Judith Kranendonk

| | Notulen/verslag | Actie door | Datum af |
|---|--|--|----------|
| 1 | <p>Roos Woudsma opent de vergadering. Kitty Bouwmeester is POH-GGZ bij huisarts van Wiechen en komt bekijken of ze eventueel mee wil doen aan de werkgroep.</p> <p><i>Korte introductie van de leden en hun discipline/expertise:</i> Ingrid Spruit: TOM in de buurt Leonie Porton: oefentherapeut Ceasar Mensendieck/ slaaptherapeut Nadyne van Nieuwkoop: wijkverpleegkundige Etiënne Maassen: Apotheker Medisch Centrum de Boomgaard. Kan lijsten met medicatie gebruik verschaffen (Stichting Farmaceutische kerngetallen). Begeleidt daarnaast het FtO gericht op terugdringen benzo's Darrel Badal: psychosomatisch therapeut in opleiding, algemeen fysiotherapeut Kitty Bouwmeester: POH_ggz bij van Wiechen, werkt veel mbv het KOPP model. Judith Kranendonk: GZ-psycholoog, EFT en EMDR therapeut.</p> | | |
| 2 | <p>Belangrijk doel: terugdringen van benzo's om bijwerkingen en voorkomen afhankelijkheid. Daarnaast gaat het ook om voorkomen dat mensen ermee gaan beginnen (preventie)</p> <p>Op 9 juni worden de cijfers van het benzo en antidepressiva gebruik van 2018 via een FtO in beeld gebracht, hier kunnen waardevolle gegevens uit worden gehaald en aan de hand hiervan benchmarking worden toegepast. Leoni, Carlo, Etienne zullen hieraan deelnemen namens de werkgroep depressie.</p> | FTO/DPO Leonie, Carlo, Etienne | 9 juni |
| 3 | <p>Belangrijk bij het terugdringen van benzo's is:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vroege signalering. Hierbij kunnen TOM en wijkverpleegkundige grote rol spelen. • Een lijstje met 4 signaleringsvragen gebruiken. • Aandacht voor gezonde leefstijl • Verdere implementatie van de GLI • Duidelijke afspraken maken bij start gebruik benzo's over monitoring en einde gebruik. | Allen. Wijkverpleegkundige en TOM Roos Woudsma stuurt lijstje met 4 vragen door. | |
| 4 | <p>Interessante methodes/ apps om op positieve manier met gezondheid bezig te zijn:</p> <ul style="list-style-type: none"> • positieve gezondheid een optie om volgens deze methode te werken en eventueel de app te downloaden https://mijnpositievegezondheid.nl | Allen | |

| | | | |
|----|---|-------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • ACT (acceptance commitment therapy) is ook een belangrijk onderdeel van deze benadering. • Hier hoort ook het invullen van het spinnenweb bij (zie ook volgende punt) https://www.iph.nl/kennisbank/zelf-het-spinnenweb-invullen/ | | |
| 5 | <p>Vraag is of er behoefte is aan scholing voor de mensen van de werkgroep zodat er met een zelfde taal en instrumenten met cliënten wordt gesproken en zo unanimiteit ontstaat.</p> <p>Het Spinnenweb wordt genoemd als manier om unanimiteit te bevorderen en kan als meet en praatinstrument fungeren alsook als 'verbindingsstreepje tussen behandelaar naar cliënt en tussen behandelaren onderling. TOM zet Spinnenweb in al structureel in, gericht op: vergroten zelfredzaamheid adv de matrix met overlevingsgebieden uit het spinnenweb. Mensen kunnen binnen een kwartier veel domeinen herkennen en zelf aan de slag gaan. Je stimuleert cliënten om de gedachten over de verschillende domeinen te laten gaan (dagelijks functioneren, mentaal welbevinden, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen) en mensen zich bewust te maken van deze domeinen.</p> | Allen | |
| 6 | <p>Jaarplan 2021</p> <p>Doel 1: POH GGZ Boskoop met elkaar in contact brengen</p> <p>Doel 2: inzicht in hoe wordt verwezen naar de ketenpartners</p> <p>Doel 3: Benchmarks maken. Hiervoor is nodig dat doelen worden gemaakt (zoals afbouw medicatie)</p> | ? | |
| 7 | <p>Wat zijn goede verwijscriteria? Deze kunnen helderder:</p> <p>Voorbeelden verwijscriteria psychosomatisch fysiotherapeut:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Agressie regulatie • Meer bewegen • Ontspannen • Running therapy • Mindfulness • ACT • <p>Voorbeelden verwijscriteria slaaptherapeut:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mensen in contact met lijf brengen • Beter slapen • Mindfulness • ACT • ... <p>Het lijkt iedereen een goed idee als per discipline een presentatie wordt gegeven over specialisaties en waarvoor mensen bij hen terecht kunnen. Hier moet nog vervolg aan worden gegeven/ concrete actie aan worden gekoppeld.</p> | Allen | |
| 8. | <p>Belang van bewegen wordt benadrukt. Hoe monitoren we of mensen in beweging komen en blijven?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Graduated activity plan • Stappenteller • Clienten zelf meetbaar laten maken, laten bijhouden | | |
| 8. | <p>Nieuwe vergaderdata: 22 juni 2021.</p> <p>Hier wordt samenvatting gegeven van het FtO waarin cijfers van benzo's en antidepressiva zijn gepresenteerd.</p> | Allen | |