

Samen Beter

Rough Guide

Introductie

Traditioneel verlenen wij in Nederland zorg langs lijnen, vershot, geformaliseerd en onder professionele regie. Er zijn ook mensen die zoeken naar een praktijk waarbij gezondheid en vitaliteit van ons lichaam en geest in eigen hand genomen kan worden: Community Based Care.

Steeds vaker zien we experimenten van wijkgerichte initiatieven in combinatie met online communities.

In deze 'Proeftuinen' zijn de omstandigheden ingesteld op versnelde evolutie van ontwikkelingen op het gebied van vitaliteit en zorg. Net als in het echte leven komen de beste en meest levensvatbare ideeën bovendrijven en leren we van de mislukkingen.

We moeten dan wel heel veel Proeftuinen opzetten.

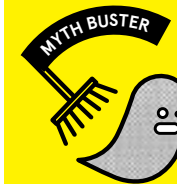
Aan de slag

Misschien denk je dat er nog heel veel moet gebeuren voordat je aan de slag kan gaan: Er moeten besturen overtuigd worden, misschien zelfs ministers en zorgverzekeraars. Er moet heel veel geld op tafel komen... Maar dan denk je verkeerd: Een open beweging start bij jou. We zoeken naar innovatieve praktijken en dit vereist daden boven woorden.

Misschien ben je al begonnen en heb je ervaringen te delen die anderen helpen te beginnen. En anders....dagen we je uit om vandaag te starten.

We moeten wel eerlijk zijn: Wij weten niet waar precies we aan beginnen. Er is geen Proeftuin blauwdruk die je alleen maar hoeft in te vullen. We hebben wel een gezamenlijk gedragen idee dat we de organisatie van zorg, vitaliteit en sociale omstandigheden van het gebied waar wij wonen willen verbeteren. 'Meer samen doen en meer regie bij onszelf' is wat ons allemaal bindt.

Hoe dat moet, weet nog niemand want niemand is ons voorgegaan.



Wij zijn pioniers!!

We zijn pioniers die 'uncharted territory' betreden...Onbezonnen? Misschien, maar ook opwindend want als het lukt brengen we iets tot stand dat de kwaliteit van ons leven in onze wijk een enorme boost geeft!



Dit Handboek gaat je helpen:

- Je genoeg zelfvertrouwen te krijgen om van start te gaan
- Contact te leggen met medestanders die andere proeftuinen organiseren
- Inzicht te krijgen in wat anderen reeds gedaan hebben
- Jouw buurt vitaler, gezonder en socialer te maken

Aan de pionier

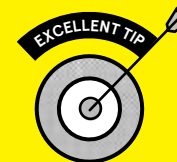
Jij wordt één van die mensen die gaat bijdragen aan wegen, wegwijzers en voorzieningen die ons allemaal gaan helpen verder te gaan: Het zal de praktijk van samenwerking zijn die beleidsmakers en ministers overtuigt!

Ben jij zo'n pionier? Dan ga je ervoor maar je bent niet alleen; Je bent onderdeel van een groeiende voorhoede.

Hoe?

Je bent niet voor niets een pionier dus je doet dat grotendeels zoals jij dat wilt en gebruikmakend van de tools die jij ervoor wilt gebruiken.

Dit Handboek is bedoeld om je op weg te helpen. Het is een levend document dat voortdurend aangepast wordt naarmate we meer praten, ontwikkelen en vooral in de praktijk brengen.



Een Open Beweging

Zoals gezegd: Een pionier staat niet alleen maar maakt deel uit van een groeiende beweging. Als je wilt, kun je gebruik maken van de ervaringen en gereedschappen die anderen ingezet hebben. Deze worden verzameld en aan eenieder aangeboden door samenbeter.org: Een dynamisch netwerk van mensen die zich gecommitteerd hebben aan de Proeftuinen.

Stappenplan

Een Proeftuin komt tot stand in drie fasen van elk 100 dagen.

Dit stappenplan is gebaseerd op de ervaringen van mede-proeftuin-mensen. Zie het als een handige tool, maar voel je ook vrij om er van af te wijken.



Heb jij stappen anders aangepakt?
Heb je zelf ideeën of tips?

laat het ons weten:
info@samenbeter.org



Fase 1
Vooronderzoek



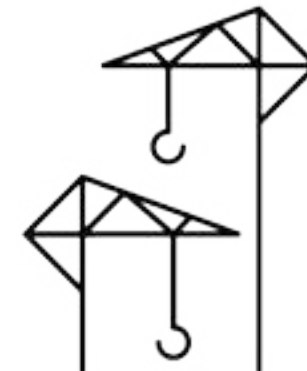
100 dagen



Fase 2
Ontwikkeling



100 dagen



Fase 3
Implementatie



100 dagen



Fase 1

Vooronderzoek

Doel

De grenzen aangeven van jouw proeftuin, onderzoeken welke voorzieningen al een plek hebben en hoe deze zich verhouden tot jouw proeftuin. Daarnaast doelen stellen voor de toekomst samen met jouw proeftuinteam.

Duur

100 dagen

Fase 1: Vooronderzoek



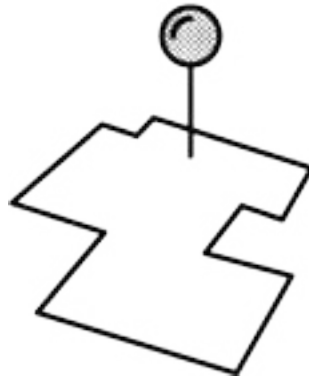
#1

Kijk of je proeftuin niet reeds bestaat in het Kadaster

In het Kadaster van de samenbeter.org vind je een actueel overzicht van alle 'Proeftuinen'. Aangezien we allemaal pioniers zijn is de kans dat je proeftuin nog niet bestaat groot. Is er voor jou geen relevante proeftuin, dan kun je zelf het initiatief nemen. In de geest van de pioniers gaat dat op basis van 'first come, first serve': prik je vlag in de wijk die jij voor ogen hebt en geef je proeftuin een naam. Bedenk dat je geen professional hoeft te zijn of een bepaald cv nodig hebt.

just do-it!

Jouw comments op deze stap:



#2

Claim een stuk van je stad of dorp

De grenzen van je proeftuin zijn niet onbelangrijk. Net als een rivier of bergkam natuurlijke grenzen van gebieden vormen, kunnen infrastructurele of bestuurstechnische grenzen belangrijk zijn bij het bepalen van de grenzen van je proeftuin. In de Toolkit vind je een 'Grens-tool' die de belangrijkste randvoorwaarden voor het bepalen van je grenzen beschrijft. Leg de grenzen vast in je Claim.

Jouw comments op deze stap:



#3

Registreer jezelf als beheerder van je Proeftuin

Jij gaat een belangrijke rol binnen de proeftuin verzorgen en daarom moeten de mensen in je proeftuin op je kunnen vertrouwen. Je krijgt daarmee bepaalde rechten en plichten.

Jouw comments op deze stap:

Fase 1: Vooronderzoek



#4

Wijs een (of meerdere) ontmoetingsplek aan

Uitgebreid, klein, een buurthuis, een koffietent, bij jou thuis ... kan allemaal. Maar er moet een WAL-ADRES zijn.

Jouw comments op deze stap



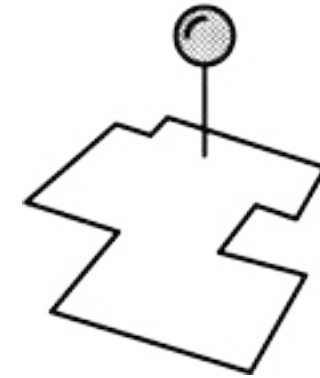
#5

Team up: Vorm een club trekkers om je heen

Er moet een aantal rollen en verantwoordelijkheden belegd worden. Minimaal heb je 5 mensen nodig: Samen vormen ze het 'Dispatch-team'. Beschrijf rollen, namen en rugnummers. Het is mooi als deze mensen enig charisma bezitten!

Het Dispatch-team werkt het vervolg van dit stappenplan samen af.

Jouw comments op deze stap:



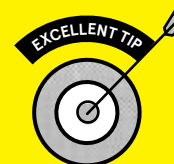
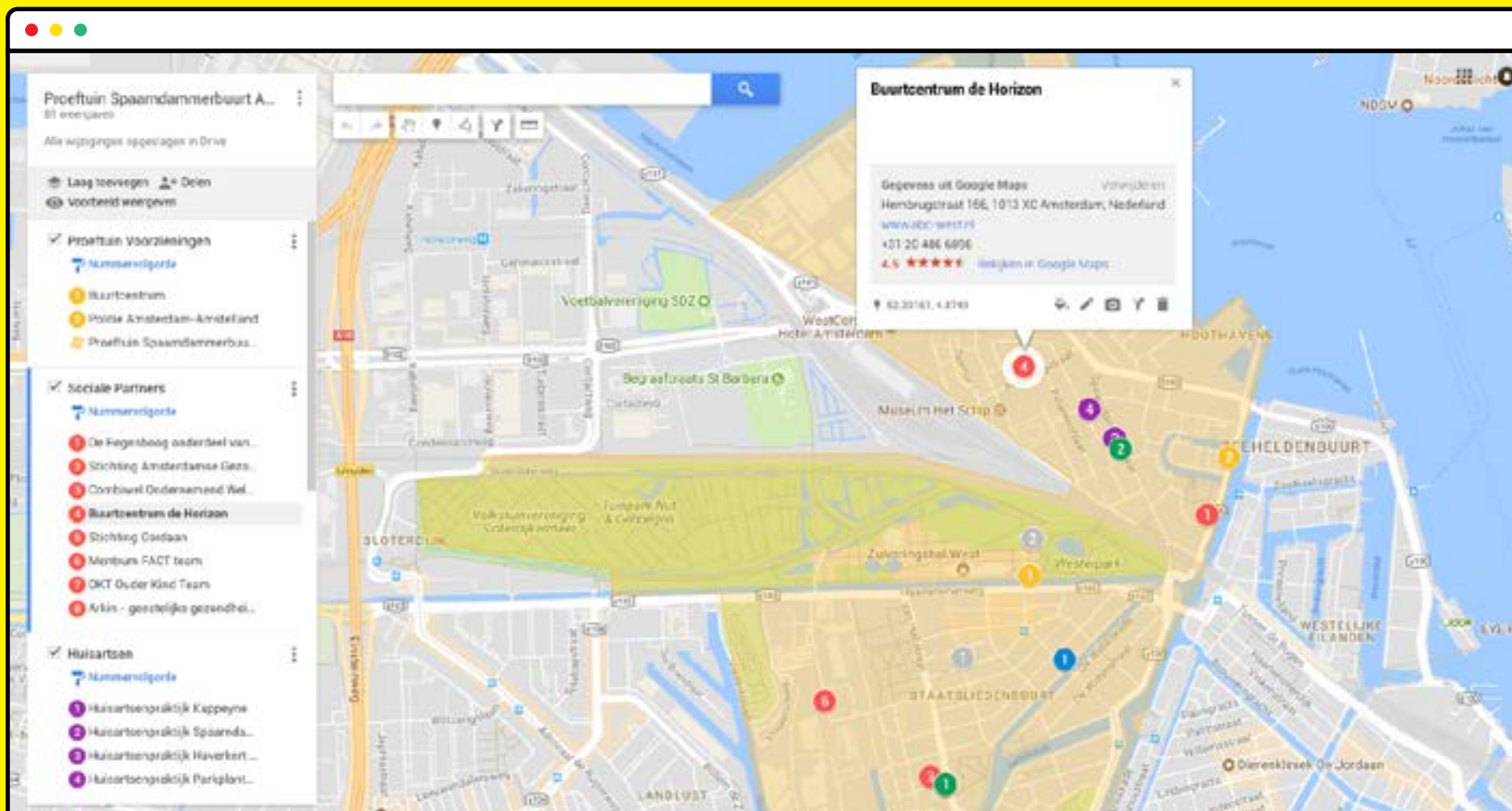
#6

Breng in kaart wat er al is

Het Dispatch-team produceert een analyserapport van je wijk:

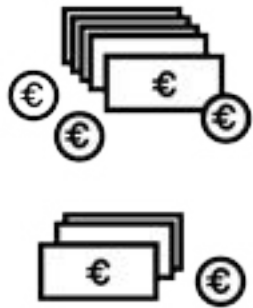
Lokaliseer relevante voorzieningen: De gemeente kan je op het spoor zetten van zinvolle dagbesteding, sociale steun, empowerment, professionele hulpverlening, vrijgevestigden, algemene voorzieningen Wmo, GGZ, Zvw, Wijkteams, jeugdzorg en welzijn, politie, huisartsen, sociale wijkteams, verslavingszorg, participatieveld, verstandelijk gehandicapten sector, sociale ondernemers, leger des heils, de 'klaar over' en 'natuurlijke' groepen.

Jouw comments op deze stap:



Een overzichtelijke en werkelijk actuele Sociale Kaart is waardevol hulpmiddel. Deze Interactieve kaart die je gewoon zelf kan maken in **Google Maps** en iedereen die je daar de rechten toe verschaft, kan je helpen. Activeer je community om relevante voorzieningen bekend te maken.

Fase 1: Vooronderzoek



#7

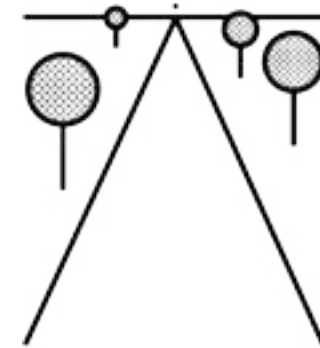
Show me the money: Het Dispatch-team stelt een begroting op

In de regio: hoeveel van het macrobudget zit bij de partners? In de regio; hoeveel van het macrobudget moet naar de wijk verschuiven?

[Jouw comments op deze stap](#)



Het macrobudget wordt bepaald door het aantal burgers in je wijk: € 450 per burger. Maar wat is realistisch om te verschuiven in deze eerste fase? Dit is ook afhankelijk van de verantwoordelijkheid die wordt opgenomen. Blijft er bijvoorbeeld nog een klinische faciliteit bestaan waar je gebruik van maakt voor je doelgroep. Wanneer je in een eerste fase 25% zou weten door te schuiven naar je wijk, is dat ongeveer € 1.750.000. Wij stellen ons voor om hiervan 70% in FTE in te zetten. Dat komt neer op ongeveer een FACT team van 20 FTE. De overblijvende 30% blijft zitten in 'geld'. Het team kan dan beslissingen nemen over in te huren expertise, investering in hard- en software, maar ook om middelen te gebruiken voor ondersteuning van netwerken, alternatieven voor opnamen. De menskracht en geld-resources (25% van het macrobudget) zijn ruim voldoende om in het eerste jaar echt nieuwe praktijken laten ontwikkelen en leren in de proeftuin.



#8

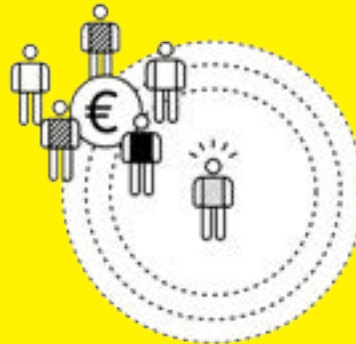
Doelen stellen

Het Dispatch-team stelt zichzelf een opdracht voor de volgende cyclus. Als je helderheid omtrent je doelen stelt, kun je met behulp van de informatie over transitie modellen op de volgende pagina bepalen welk model je hanteert. Vergelijk je proeftuin vooral met andere proeftuinen die hetzelfde model hanteren.

[Jouw comments op deze stap:](#)

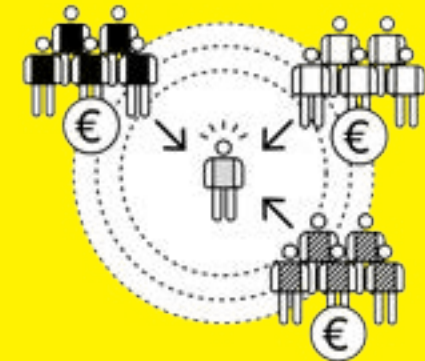
Over transitie modellen

Hoe start je met geïntegreerde zorg in de wijk? Elke gemotiveerde groep kan aan de slag. Maar er zijn tal van situaties waar je tegen een muur oploopt en denkt dat niets mogelijk is en dat je met je team je doel niet kunt bereiken. De transitie modellen bieden alternatieven voor je start-up in de wijk.



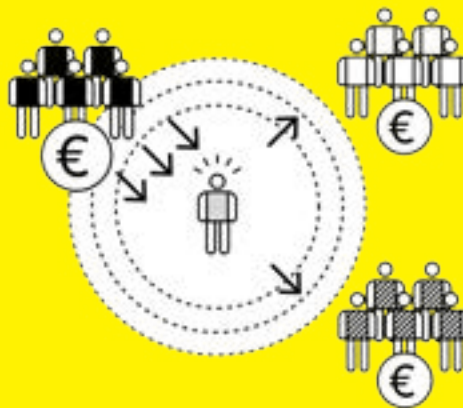
Model 1: Regiobudget

De verschillende aanbieders stellen een regiobudget samen (uit bestaande middelen) en financieren hiermee een team dat de integrale zorg voor de caseload biedt (zonder de administratieve verantwoording voor deze middelen).



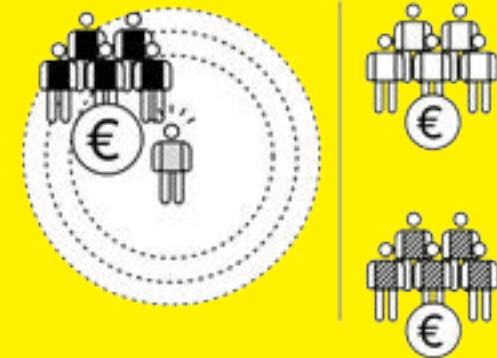
Model 2: Integratief

De verschillende aanbieders behouden hun eigen financiering (en de eigen administratieve verantwoording) maar detacheren resources voor de integrale wijkzorg.



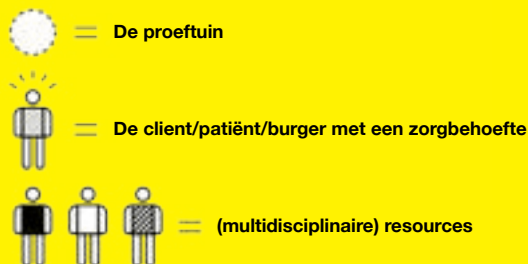
Model 3: Disruptief

Een nieuwe aanbieder start met een team en biedt vernieuwende zorg die dusdanig in de smaak valt dat de andere aanbieders uit de wijk verdreven worden.



Model 4: Experiment

Een derde partij financiert de innovatie voor een periode van 2 a 3 jaar met een experimentele subsidie die het wijkteam de middelen geeft om autonoom innovatieve zorg te ontwikkelen.





Fase 2

Ontwikkeling

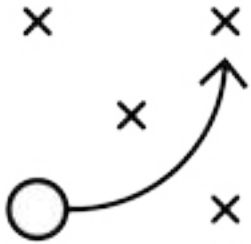
Doel

Het ontwikkelen van jullie proeftuin door functionaliteiten en programmering te bepalen (wat wil je aanbieden?). Daarnaast concrete afspraken maken om de programmering te realiseren (Wie ontwikkelt het?).

Duur

100 dagen

Fase 2: Ontwikkeling

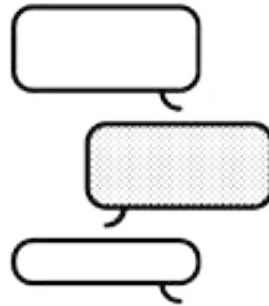


#1

Expectation Management

Creëer verwachtingenen laat je erop afrekenen!

[Jouw comments op deze stap](#)



#2

Communiceer!

Het Dispatch-team ontwikkelt kanalen voor communicatie zowel intern als extern. Draagvlak vanuit je proeftuin en interne coherentie, een Shared Vision zijn hierbij key!



Positieve Gezondheid vraagt om een hele nieuwe kijk op gezondheid. Organiseer een aantal debatten of educatieve avonden over deze onderwerpen om deze cultuurverandering te bewerkstelligen!

[Jouw comments op deze stap:](#)



#3

Inauguratie

Jij als voorzitter van het Dispatch-team tekent als eerste de constitutie, de grondwet van je nieuwe proeftuin.

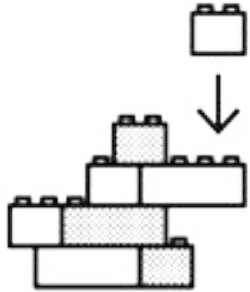
Tijdens een feestelijke sessie zet je je handtekening en zweer je de eeuwige trouw aan de Proeftuin Constitutie. Daarmee worden de voorwaarden geaccepteerd. Na jou zullen alle deelnemers akkoord gaan met de voorwaarden.

Dit event moet ook een Feestje zijn!

... Vier je succes!

[Jouw comments op deze stap:](#)

Fase 2: Ontwikkeling

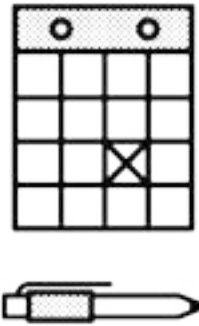


#4

Functionaliteit: ontwikkel je eigen functionaliteit

Creëer functies. Zoek in de module-library uit je toolkit of ontwikkel zelf.

[Jouw comments op deze stap](#)

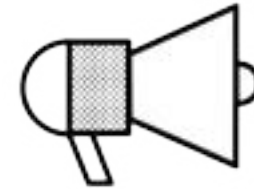


#5

Programmeer: ontwikkel je eigen agenda

Gebruik de programma-library uit je rugzak of ontwikkel zelf events.

[Jouw comments op deze stap](#)

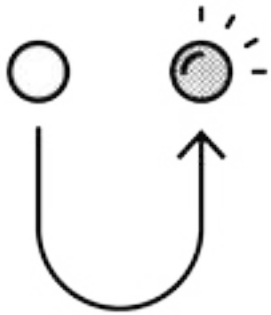


#6

Advertise: Vertel je mede-proeftuinbewoners dat men zich aan moet melden

Gebruik flyers en buurtapps om ruchtbaarheid te geven aan het bestaan en de mogelijkheden van de Proeftuin.

[Jouw comments op deze stap](#)

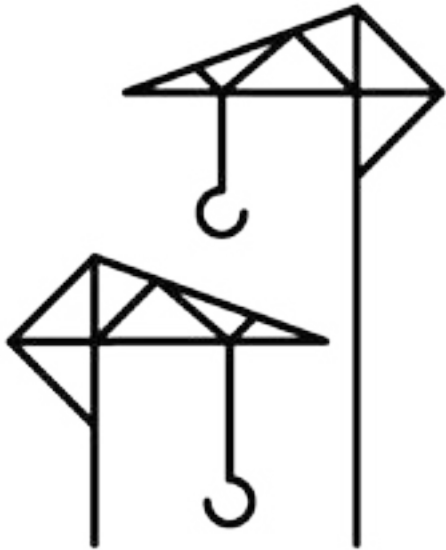


#7

Evolveer

Hou de ontwikkeling bij de medeproeftuinen in de gaten en neem successen over of modificeer die voor eigen gebruik.

[Jouw comments op deze stap](#)



Fase 3

Implementatie

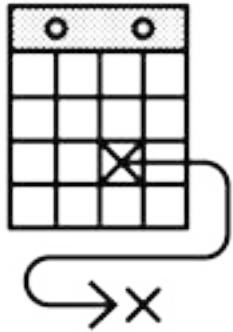
Doel

Functionaliteiten en programmering tot uitvoering brengen en blijven ontwikkelen als proeftuin door resultaten te monitoren/ beoordelen en te leren van andere proeftuinen.

Duur

100 dagen

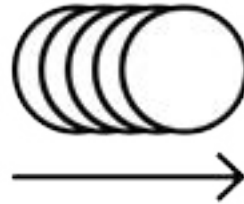
Fase 3: Implementatie



#1

Voer je eigen agenda uit

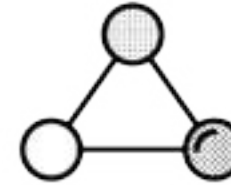
[Jouw comments op deze stap](#)



#2

Voorzie de continuïteit van de lopende organisatie (zorg)

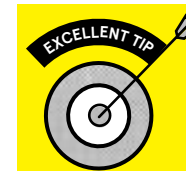
[Jouw comments op deze stap:](#)



#3

Trianguleer (als uitgangspunt) bij elke casus

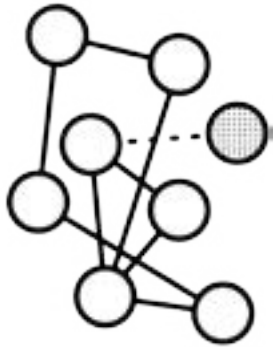
Betrek familie en betrokkenen waardoor een duale relatie (patient-hulpverlener) een driehoek wordt (patient-betrokkenen-hulpverleners).



Hulpverleners pathologiseren maar de omgeving kan normaliseren. Het initiatief kan van cliënten, peers, familie, een buurman of vriend en natuurlijk ook van een professional komen.

[Jouw comments op deze stap:](#)

Fase 3: Implementatie



#4

Creativiteit zoekt de Proeftuin in het netwerk van cliënten

... dus niet in de GGZ van de instellingen of bij de symptomen van mensen. Vooral ook bij betrokkenen die beter in staat zijn dan de hulpverleners om de aspecten waarom iemand gewaardeerd wordt in het gesprek in te brengen. Belangrijk is dat iedereen een deskundige bijdrage kan leveren en dat de cliënt in regie blijft. Lijden is niet gediend met beperkte oplossingen, maar vraagt om creativiteit en deze neemt toe wanneer het perspectief opengetrokken wordt. Dit vraagt om netwerken van multideskundigheid. Niet aan de overlegtafels tussen instellingen, maar in de verbinding tussen mensen.

Jouw comments op deze stap

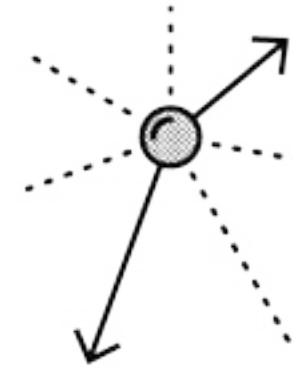


#5

'Vertrek vanuit je eigen' autonomie

Daarmee bedoelen we dat je bijvoorbeeld als SPV niet kunt bepalen dat een psychiater de medicatie van een cliënt afbouwt. Of dat een ervaringsdeskundige zo maar een cliënt uit zijn of haar caseload in huis haalt om een crisis te overbruggen. Het is best mogelijk en zelfs zeer waarschijnlijk dat je teruggefloten wordt door je FACT-team. Je hebt dan een 'windmolen' gevonden waar je beter niet als een Don Quichotte de strijd mee aan kunt gaan. Veranderingen op dat niveau komen wel, wanneer er vertrouwen ontstaat dat op verschillende plaatsen een innovatieve cultuur tot een werkbare praktijk evolueert.

Jouw comments op deze stap:



#6

Waar zitten je vrijheidsgraden?

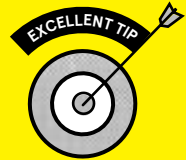
Exploreer wat mogelijk is. Neem een cliënt die eenzaam en angstig is. Denk je aan een opname maar er zijn geen bedden vrij (en eigenlijk is het geen goede oplossing). Of moet de angst gedempt worden met medicatie maar is Jan bang zich niet te kunnen concentreren terwijl hij net een nieuwe baan heeft. Je goede raad wordt afgedaan met 'je hebt gemakkelijk praten'. Het idee bekruipt je dat Jan misschien toch niet wil. Maar zijn ambitie is groot en zijn lijden zuigt alle energie op. De gesprekken weerspiegelen de onderlinge machteloosheid en we zitten vast.

Jouw comments op deze stap:

July 11, 2017 12:09 PM

Download de laatste versie op www.betersamen.org

Fase 3: Implementatie



Wat kun je doen? Je kunt Jan vragen wie uit zijn omgeving een bijdrage kan leveren of goede ideeën heeft. Hij noemt zijn zus en Peter, een biljartvriend van enkele jaren geleden. In een volgend gesprek worden oude herinneringen opgehaald. Peter vertelt hoe fijn het biljarten was, maar hoe het verwaterde toen de kinderen klein waren. Hij wil wel weer maar zoekt een biljartpartner. De zus zoekt een babysit zodat ze terug naar het zangkoor kan. Jan zou ideaal zijn want hij kan zo goed met zijn neefjes opschieten.



#7

VIER JE SUCCES!

Sta stil bij de successen die je behaald en vergeet ze vooral niet te vieren!

[Jouw comments op deze stap](#)