

Verlag bijeenkomst lerend netwerk leefstijl en somatische gezondheid

26 juni 2023

Door: Lars de Winter, Kenniscentrum Phrenos

Op 26 juni 2023 vond weer een bijeenkomst plaats rondom het lerende netwerk leefstijl en somatische gezondheid. Dit lerende netwerk is een inspirerend netwerk rondom de thema's leefstijl en somatische gezondheid bij mensen met ernstige psychische problemen voor en door professionals, beleidsmakers en onderzoekers uit de gespecialiseerde ggz en instellingen voor beschermd en begeleid wonen. Meer informatie over het lerende netwerk kunt u [hier](#) vinden.

Iedere bijeenkomst van het lerende netwerk wordt een uitwisseling van een praktijk of een project rondom het thema leefstijl en somatische gezondheid georganiseerd door een van de betrokken instellingen. Daarnaast worden ontwikkelingen en resultaten van de gezamenlijke en overkoepelende activiteiten die vanuit het lerende netwerk worden georganiseerd besproken. Deze bijeenkomst stonden een presentatie over GILL, een online screeningstool voor somatische screening, leefstijlanamnese en een digitaal leefstijlplan, en de bevindingen van de veldraadpleging over beweeginterventies, die Phrenos met Kenniscentrum Sport en Bewegen heeft uitgevoerd, centraal. In totaal werd deze bijeenkomst door 20 deelnemers uit 12 organisaties bezocht.

Presentatie GILL

Er werd afgetrapt met een presentatie over GILL door Sonja van Hamersveld van Charly Green. Ze begon de presentatie met een aantal vragen. De eerste vraag was hoe deelnemers zichzelf beoordeelden op de inzet en uitvoering van somatische screening binnen hun organisatie. Veel gaven zichzelf een ruim voldoende. Toen werd gevraagd hoeveel er op leefstijl werd ingezet gaven deelnemers aan dat dit vaak wat minder op orde is binnen hun organisatie.

Dit is een herkenbaar beeld, en hier werd op voortgebouwd in de presentatie van GILL. GILL, dat staat voor Gezond in Lichaam en Leefstijl, is een digitale screeningstool en een hulpmiddel. Het bestaat uit twee componenten: Our GILL: dat een somatisch screeningsinstrument is dat hulpverleners met de cliënt kunnen afnemen, en My GILL: dat een leefstijlvragenlijst is waar cliënten in een online omgeving de stand van zaken rondom hun leefstijl kunnen onderzoeken en aan de slag kunnen met een leefstijlplan. Het is ontwikkeld op basis van onderzoek vanuit hogeschool Inholland en organisaties kunnen er gebruik van maken via een licentie van Mind District.

GILL is met zijn combinatie van somatische screening, leefstijlanamnese en het maken van een leefstijlplan, de aantrekkelijke en gebruiksvriendelijke vormgeving en de motiverende aanpak, een goede praktijk om leefstijl en somatische screening op een goede manier vorm te geven bij mensen met (ernstige) psychische problemen. De onderdelen kunnen ook los ingezet worden. Er is ook weer een nieuw onderzoek gestart naar de implementatie van GILL. Hier kunnen ggz-organisaties, en in het bijzonder FACT teams en instellingen voor beschermd wonen, aan deelnemen. Voor meer informatie hierover kan worden gemaïld naar gillstudie@amsterdamumc.nl.

Presentatie veldraadpleging beweginginterventies

Als tweede presentatie werden de bevindingen van een veldraadpleging rondom beweginginterventies gedeeld. Deze veldraadpleging werd uitgevoerd door Kenniscentrum Phrenos en Kenniscentrum Sport en Bewegen. Er werd in deze veldraadpleging gevraagd wat er werd aangeboden aan beweginginterventies in de ggz, voor wie het werd aangeboden, wat de ontwikkelingen zijn en welke wensen en behoeften in de ondersteuning er zijn.

De veldraadpleging is ingevuld door 12 professionals uit 10 verschillende ggz-organisaties. Deze organisaties boden een breed aanbod aan beweginginterventies aan. De meest genoemde opties waren PMT, runningtherapie en wandelgroepen. De meesten voerden beweginginterventies enkel voor de doelgroep ernstige psychische aandoeningen (EPA) uit. Bij ongeveer de helft werd er ook onderzoek naar beweginginterventies gedaan en zijn de beweginginterventies bewezen effectief. Qua ondersteuningsbehoefte werd vooral de wens uitgesproken voor inspiratie en goede voorbeelden, onderzoek, meer samenwerking en meer mogelijkheden om het juiste aanbod te vinden.

Als reactie op de presentatie van de veldraadpleging werd als aanvullende tip gegeven dat het belangrijk is om goed aan te sluiten bij de sportverenigingen en sportscholen. Op deze manier verklein je de kloof naar de maatschappij voor de doelgroep. Ook is het helpend om financieel goede afspraken te maken met verenigingen en sportscholen om de drempel om te bewegen te verlagen. Daarvoor is het wel goed om als ggz de cliënt ook het juiste zetje te geven om die stap te zetten. Ook werd geadviseerd om de bevindingen uit deze veldraadpleging verder te verrijken met andere platforms die dit soort initiatieven bij elkaar brengen. Het waardenetwerk verslaving en gezonde leefstijl van de Nederlandse ggz werd hier als voorbeeld genoemd. Ook werd benoemd aan te sluiten bij goede bestaande initiatieven, zoals House in Motion en werd benadrukt dat een belangrijke randvoorwaarde om beweeginterventies in te zetten een goede kartrekker is.

Vervolgstappen lerend netwerk

We gaan met het lerend netwerk verder met het organiseren van onze bijeenkomsten en het delen en bij elkaar brengen van kennis. Daarnaast zullen we actief aansluiten bij het LIFESTEP project, waarbij we een landelijk geïntegreerd aanbod aan leefstijlinterventies willen gaan ontwikkelen. Dit project is nu in aanvraag bij ZonMw. Ook gaan we samen met Kenniscentrum Sport en Bewegen het aanbod voor beweeginterventies verder verrijken.

Bent u zelf of uw organisatie geïnteresseerd om aan te sluiten bij het lerende netwerk? Geef u dan snel op via het aanmeldformulier via [deze](#) link. Of door een mail te sturen naar Lars de Winter via Lwinter@kcphrenos.nl.