

Aan tafel over zorg en gezondheid

Op maandag 10 juni vond de allereerste talkshow 'Aan tafel over zorg en gezondheid' plaats. In Podium Mozaïek in Amsterdam-West werd gesproken over ontwikkelingen in de zorg. Hoe gaat het nu in de zorg? Wat kunnen we zelf doen voor goede zorg en gezondheid? En hoe kunnen digitale hulpmiddelen ons daarbij helpen?

Het hele gesprek is terug te kijken op SALTO Amsterdam op dinsdag 2 juli om 10.00 uur.

Volg @zorgengezondheid op Instagram voor meer verhalen en om te zien wanneer we bij u in de buurt zijn.



Beeld: Saskia van den Boom



Yvonne - Daniëlle

Yvonne en Daniëlle

Gebruikers van zorg op afstand

Yvonne maakt sinds een tijd gebruik van Compaan. Een digitaal hulpmiddel waarmee ze via een scherm praat met haar zorgverlener. Yvonne: "Ik heb diabetes, dus het is fijn dat er steeds iemand meekijkt. Drie keer per dag videobel ik met zorgverleners om mijn medicatie te bepalen. In het begin vond ik dat wel spannend: kan ik het wel? Maar er kan eigenlijk niets fout gaan. Ik ben er nu blij mee, het scheelt me een hoop ziekenhuisbezoeken."

"In het begin vond ik het wel spannend: kan ik het wel? Maar er kan eigenlijk niets fout gaan."

Daniëlle werkt bij zorgorganisatie Amstelring en werkt veel met Compaan. Zij heeft een tip voor iedereen die gebruik gaat maken van nieuwe hulpmiddelen: "Vind je een nieuw hulpmiddel lastig om te gebruiken? Vraag dan aan de zorgverlener of je samen kunt oefenen. Door het samen uit te proberen, is het makkelijker om te leren."

Bouchra en Annemieke

Aandacht voor mij

Annemieke is projectleider en trainer van 'Aandacht voor mij'. Zij brengen vrouwen in de wijk samen om met elkaar te leren hoe ze zelf hun gezondheid en welzijn kunnen verbeteren. Annemieke: "Aandacht voor mij is ontstaan omdat huisartsen in Amsterdam vrouwen op hun spreekuur kregen met langdurige klachten die niet genoeg geholpen konden worden met alleen medische zorg."



Bouchra - Annemieke

"Ik leer vrouwen dat ze bij stress een stukje wandelen en niet een pil nodig hebben."

Bouchra is trainer en tolk voor 'Aandacht voor mij'. Bouchra: "Vrouwen ontdekken wat ze zelf kunnen doen om zich beter te voelen. Bijvoorbeeld bij stress een stukje wandelen in plaats van een pil nemen. Ik hoor vaak van deelnemers dat ze dachten dat ze de enige waren met dit probleem. In de groep horen ze verhalen van anderen en voelen ze zich gehoord."

Er kan steeds meer in de zorg. We kunnen meer ziektes behandelen en worden een stuk ouder. Maar daardoor hebben we ook langer zorg nodig. We willen dat iedereen die dat nodig heeft, goede zorg kan blijven krijgen. Dat is nu al niet zo makkelijk. Het lukt beter als we nieuwe manieren gebruiken om zorg aan te bieden en te gebruiken. Daar kunnen we elkaar bij helpen. De komende tijd reist het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport door Nederland. Aan de gesprekstafel praten we met elkaar over zorg en gezondheid.