

Quickscan aanbod collectieve zorgverzekering via gemeente Amsterdam



Inhoud

| | |
|---------------------------------------|----|
| Inleiding | 4 |
| Doelgroepen bereiken | 4 |
| Gezondheidsvaardigheden | 4 |
| Laaggeletterdheid | 4 |
| Digitale vaardigheden | 4 |
| Aandachtspunten | 5 |
| Quickscan aanbod Gemeentepolis | 6 |
| Stoppen met roken | 6 |
| Voedingsvoorlichting | 8 |
| Fit worden of blijven | 11 |
| Conclusie | 14 |

Inleiding

Doelgroepen bereiken

Interventies gericht op mensen die gebruik maken van de minimapolis vragen extra aandacht. Hierbij is het van belang niet alleen de kijken naar de interventie zelf, maar ook op de manier hoe deze interventie wordt aangeboden. Denk hierbij aan de manier waarop mensen geïnformeerd worden over de interventie en wat ze moeten doen om gebruik te kunnen maken van de interventie (dit omvat bijvoorbeeld het aanmeldproces en de locatie waar de interventie wordt aangeboden). Voordat we verder gaan met de aandachtspunten die belangrijk zijn bij het aanbieden van interventies voor mensen met een minimapolis, is het goed om een aantal vaardigheden toe te lichten waarmee deze doelgroep vaak moeite heeft.

Gezondheidsvaardigheden

Gezondheidsvaardigheden zijn de vaardigheden van mensen om informatie over gezondheid te verkrijgen, te begrijpen, te beoordelen en te gebruiken bij het nemen van gezondheidsgerelateerde beslissingen. Ruim 36% van de Nederlandse bevolking heeft beperkte gezondheidsvaardigheden. Ouderen, laagopgeleiden en niet-westerse migranten zijn sterker vertegenwoordigd in de groep mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden. Een gebrek aan gezondheidsvaardigheden is een belangrijke verklaring voor gezondheidsachterstanden. Mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden hebben moeite met:

- de weg vinden in preventie en zorg
- zoeken op het internet (digitale vaardigheden)
- (uitnodigings)brieven begrijpen (ook via e-mail)
- folders, websites, formulieren, bijsluiters begrijpen
- gesprekken met zorgverleners voeren
- klachten adequaat benoemen
- uitleg en adviezen begrijpen en in praktijk brengen
- behandel- en/of revalidatieplan begrijpen
- medicijnen op de juiste manier innemen
- het begrijpen van de negatieve effecten van roken of overgewicht en daarmee de noodzaak om er iets aan te doen
- eigen doelen stellen, leven (re)organiseren, zelfmanagement
- met volhouden en inpassen in dagelijks leven van bijvoorbeeld een traject voor leefstijlbegeleiding (vaak twee stappen vooruit, een stap terug)
- zelfredzaamheid en geloof in eigen kunnen is minder daardoor meer moeite met gedragsverandering

Er is een duidelijke samenhang tussen laaggeletterdheid, lage gezondheidsvaardigheden en een slechtere gezondheid.

Laaggeletterdheid

Laaggeletterd zijn betekent moeite hebben met lezen en schrijven. Daarnaast is goed functioneren in de maatschappij en op de werkvloer vaak niet mogelijk. Iemand die taalvaardig is, is ook beter in staat om zelfredzaam te zijn en te participeren (in de maatschappij en op de arbeidsmarkt). Bovendien voelen taalvaardige mensen zich fysiek en psychisch vaak beter.

Digitale vaardigheden

Digitale vaardigheden zijn de vaardigheden die je nodig hebt om goed met digitale toepassingen om te kunnen gaan. Denk hierbij aan het omgaan met computers en smartphones. In Nederland heeft 18% van de bevolking geen of beperkte digitale vaardigheden. Ruim 5% van de bevolking heeft nog nooit internet gebruikt. Dit maakt dat het voor een deel van de bevolking lastig is om gebruik te maken van interventies die online of via een digitale toepassing worden aangeboden.

Aandachtspunten

Bij het uitvoeren van de quickscan voor de interventies die opgenomen zijn in de minimapolis van Zilveren Kruis in de regio Amsterdam hebben de we volgende punten meegenomen:

- Op welke manier wordt de interventie aangeboden (face-to-face, online, telefonisch etc.)
- Op welke locaties is de interventie beschikbaar
- Hoe toegankelijk en begrijpelijk is de beschikbare informatie van de interventie.

Met de quickscan hebben we niet kunnen achterhalen op welke manier mensen worden verwezen of op de hoogte worden gesteld van de interventies. De volgende aandachtspunten kunnen helpen om meer mensen te bereiken voor de interventies:

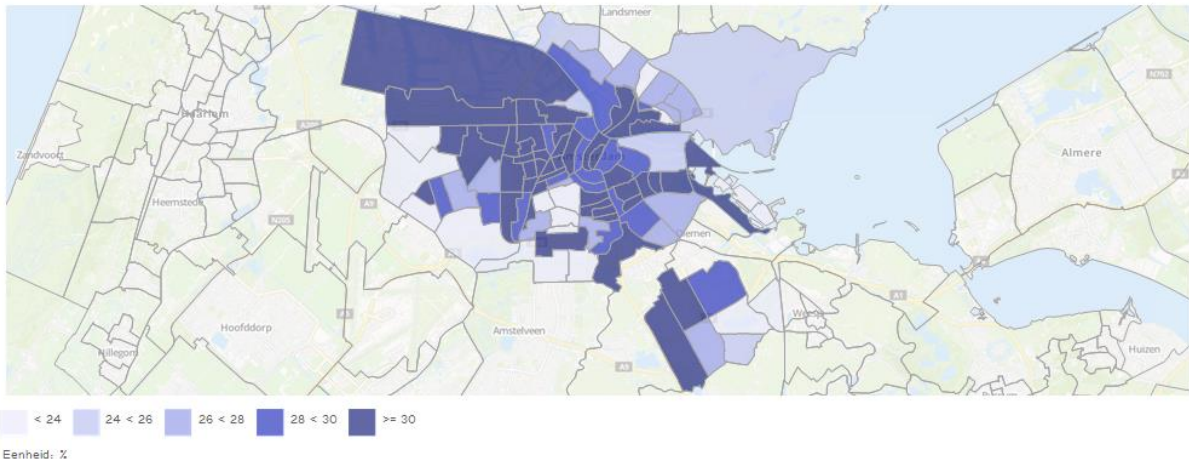
- Mondelinge communicatie en de dialoog aangaan werkt, zeker bij laaggeletterden, beter dan schriftelijke communicatie (zoals een folder);
- Verwijzing vanuit de huisarts, wijkteams of andere partijen die zich bezig houden met zorg en welzijn helpt om mensen op de hoogte te stellen van het aanbod en ze warm over te dragen;
- Interventies die in de buurt en via bestaande kanalen worden aangeboden, zijn veel bereikbaarder voor minima. Denk hierbij aan interventies die bijvoorbeeld via buurthuizen, wijkteams of sociale werkplaatsen worden aangeboden.
- Het aanbod zoveel mogelijk integreren in de hulpverlening of ondersteuning die mensen al ontvangen. Bijvoorbeeld aandacht voor stoppen met roken ter sprake brengen in een traject voor schuldhulpverlening of in het sociaal wijkteam en vanuit daar koppelen aan bestaande interventies in de wijk.

Daarnaast is er in augustus 2019 door Pharos een adviesrapport opgesteld over de folder en vergoedingenwijzer van de Gemeentepolis Amsterdam. In dit rapport staan adviezen opgenomen over hoe de informatie ten aanzien van de Gemeentepolis begrijpelijker en eenvoudiger gemaakt kan worden. Dit helpt om mensen duidelijk te informeren over het opgenomen aanbod in de gemeentepolis.

Quickscan aanbod Gemeentepolis

Stoppen met roken

Via waarstaatjegemeente.nl hebben we overzicht gekregen van de wijken waar de meeste rokers zijn in regio Amsterdam. We zien dat met name in het noordwesten en in een deel van het zuidoost de meeste rokers wonen.



Figuur 1: percentage rokers in Amsterdam

Vindbaarheid en verwijzing naar aanbod

In de minimapolis is een aantal stoppen met roken aanbieders opgenomen (zie tabel). Het is niet duidelijk hoe mensen die willen stoppen met roken bij dit aanbod terecht komen en op basis waarvan ze een keuze kunnen maken. De keuze zou idealiter in samenspraak met een huisarts of andere zorgverlener gemaakt moeten vinden. Op basis van de behoefte van degene die wil stoppen met roken kan bekeken worden welke interventie het beste past (denk aan face-to-face, locatie, digitaal enz.). Een zorgverlener kan dan gericht een stoppen met roken aanbieder voorstellen en koppelen aan degene die wil stoppen.

Wijze van begeleiding

Niet alle aanbieders bieden face-to-face stoppen met roken begeleiding in Amsterdam. Vaak zijn er dan alternatieve begeleidingsmogelijkheden via de telefoon of online. Het nadeel van online begeleiding is dat hiervoor een computer, smartphone en stabiel internet nodig is. Daarnaast moet de deelnemers over voldoende digitale vaardigheden beschikken om het programma te kunnen installeren en gebruiken. In deze quickscan hebben we niet kunnen zien hoe de online programma's eruit zien en hoe gebruiksvriendelijk ze zijn.

Locatie van het aanbod Sommige interventies worden niet in Amsterdam aangeboden of alleen in een bepaald stadsdeel en soms is het onduidelijk waar en door wie het wordt aangeboden. Net als bij andere interventies, is het prettig als mensen kunnen terugvallen op toegankelijke begeleiding in de buurt. Daarnaast, alle begeleiding die op afstand gegeven wordt maakt dat het lastiger wordt om een goede vertrouwensband op te bouwen. Dit maakt dat het voor sommige mensen minder aantrekkelijk wordt om gebruik te maken van het aanbod als dit niet in de buurt is.

Wijze van aanmelding / intake

Sommige interventies maken gebruik van een intake aan de hand van vragenlijsten. We hebben tijdens de quickscan deze vragenlijsten niet in kunnen zien. Voor mensen die meer moeite hebben met lezen en schrijven zijn vragenlijsten vaak ingewikkeld. Dit kan een reden zijn om van de begeleiding af te stappen. Een mondelinge intake is laagdrempeliger en maakt dat degene die de intake afneemt kan checken of de vragen goed worden begrepen.

| Aanbieder | Hoe vaak mag hier gebruik van gemaakt worden? | Link naar website | Bevindingen |
|--------------|---|---|--|
| Via huisarts | 1x per jaar | | Dit zal per praktijk anders worden ingevuld en aangeboden. |
| Sinefuma | 1x per jaar | https://www.rookvrijookjij.nl/toppen-met-roken/stoppen-met-roken-cursus | <ul style="list-style-type: none"> • Geen groepstraining beschikbaar in Amsterdam • Geen persoonlijke begeleiding beschikbaar in Amsterdam • Telefonische begeleiding • Nice Day app digitale begeleiding |
| Medipro | 1x per jaar | https://www.medipro.nl/hulp-bij-stoppen-met-roken/ | <p>Locaties:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kingsfordweg 151 1043GR Amsterdam (Sloterdijk) • Brouwersgracht 266 1013 HG Amsterdam • Contactpersoon beide locaties: Caroline Vos <p>Het start altijd met een intake: er moeten vragenformulieren ingevuld worden, één over rookgedrag (rookprofiel) en één over algehele gezondheid, medicatiegebruik en medische voorgeschiedenis (anamnese). Deze vragenlijsten worden deze verzonden naar de Medipro coach.</p> <p>In 4 gesprekken, verdeeld over 3 maanden, wordt er begeleiding gegeven bij het stoppen met roken. Dit kan zowel telefonisch of face-to-face.</p> |
| Smokefree | 1x per jaar | https://smokefree.nl/ | <p>Niet duidelijk waar ze in Amsterdam gevestigd zijn.</p> <p>Aanbod:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Telefonische coaching • Face to face coaching • Individuele telefonische coaching • Personal coach – tot 18 jaar • Telefonische coaching ouders • Telefonische coaching zwangeren |
| Psymind | 1x per jaar | https://www.psymind.nl/themas/stoppen-met-roken-amsterdam/ | Beschikbaarheid Amsterdam (Groot): Oost/IJburg, Noord, Zuid, West. Diverse huisartsenpraktijken en coachruimtes doen mee, niet duidelijk welke precies. |
| Wequit | 1x per jaar | https://www.wequit.nl/ | Deelnemers krijgen vooraf een individuele telefonische intake waarbij rookgeschiedenis en het verdere verloop van het programma wordt besproken. Ook worden de mogelijkheden nicotinevervangende middelen (bijvoorbeeld pleisters en zuigtabletten) besproken. |

| | | | |
|-----------|-------------|---|---|
| | | | <p>Na de intake krijgt de deelnemer 6 keer op vaste tijden een videogesprek (individueel of in kleine groepjes) onder begeleiding van een psycholoog. Voor de videogesprekken heb je een smartphone en stabiel internet nodig. Indien dit niet mogelijk is krijgt de deelnemer individuele telefonische coaching.</p> <p>Na de zes online bijeenkomsten is het traject afgerond. Zes en twaalf maanden na de stopdatum is er nog een individueel contactmoment om te kijken hoe het gaat.</p> |
| Zohealthy | 1x per jaar | https://www.zohealthylife.nl/toppen-met-roken/u-wilt-stoppen-met-roken/ | <p>Geen persoonlijke begeleiding en geen groepsbegeleiding mogelijk in Amsterdam.</p> <p>Er is telefonische begeleiding mogelijk. Deze begeleiding duurt in totaal drie maanden en bestaat uit vijf gesprekken. Tussen de gesprekken door zijn er ook korte contactmomenten. Er volgen na een half jaar én na een jaar nagesprekken.</p> <p>Er is ook online begeleiding mogelijk. Er zijn 9 sessies die ongeveer 3 maanden in beslag nemen. Deze zijn in te delen zoals de deelnemer zelf wenst. Een stopcoach geeft gedurende de sessies persoonlijke feedback.</p> |

Voedingsvoorlichting

Bij het aanbod over voedingsvoorlichting worden twee interventies via thuiszorgorganisaties uitgevoerd. Door onvoldoende beschikbare informatie zijn deze interventies niet meegenomen in de quickscan.

Informatie over vergoeding onduidelijk

In de tabel staan de vier aanbieders gericht op afvallen en gezonde voeding. Bij drie van de vier websites staat niet duidelijk aangegeven welke pakketten of consulten er vergoed worden door de verzekering. Alleen Happy weight heeft hier specifieke informatie over beschikbaar. Daar staat echter wel bij dat het bedrag van 115 euro voorgeschoten moeten worden door de verzekerde. Dit is voor mensen met een kleine beurs hoogstwaarschijnlijk niet haalbaar.

Deel aanbod niet in Amsterdam

Net als bij het stoppen met roken aanbod zijn er ook in deze categorie aanbieders die geen vestigingen beschikbaar hebben in Amsterdam. Hierdoor zouden verzekerden in Amsterdam moeten uitwijken naar andere steden en dorpen. Dit werpt een grote drempel op wat betreft de toegankelijkheid van het aanbod.

Schriftelijke aanbod niet geschikt

Schriftelijke cursussen zijn voor mensen die meer moeite hebben met lezen en schrijven vaak een reden om van de cursus af te zien. Tijdens de quickscan hebben we de inhoud van de cursus niet kunnen zien. Het is belangrijk om te kijken op welk taalniveau de cursus wordt aangeboden (hierbij is het streven taalniveau B1) en welke ondersteuningsvormen hierbij beschikbaar zijn (denk hierbij aan ondersteunend en begrijpelijk beeldmateriaal of persoonlijke begeleiding).

| Aanbieder | Hoe vaak/hoeveel mag hier gebruik van gemaakt worden? | Link naar website | Bevindingen |
|------------------|---|---|---|
| Happy weight | Pakketten tot een maximum van € 115,- (=1 pakket) per jaar. | https://happyweight.nl/ | <ul style="list-style-type: none"> • Het bedrag voor deelname dient eerst door de deelnemer voorgesloten te worden. De factuur kan daarna worden ingediend bij de verzekeraar. • Het is een schriftelijke cursus met online begeleiding. Hoe deze online begeleiding eruit ziet is niet duidelijk. Op de website lijkt alleen schriftelijk lesmateriaal beschikbaar te zijn, zonder persoonlijke of online begeleiding van een professional. • Pakket bestaat uit: <ul style="list-style-type: none"> • 15 les-/weekdelen • voedingskeuzelijst • beweegplannen naar keuze • bewaarband • huiswerktoetsen • Dopper-drinkfles • Omron/Yamax-stappenteller • Happy Weight inspiratiereceptenboek • taillemeter |
| Biamed Nederland | Pakketten tot een maximum van € 115,- per jaar? | www.biamed.org | <ul style="list-style-type: none"> • Biamed bestaat uit de volgende onderdelen: <ul style="list-style-type: none"> • Meting van de lichaamssamenstelling met behulp van de BIAMeting. Deze meting laat zien hoeveel energie het lichaam nodig heeft en wat het effect is van het dieet. De meting wordt eenmaal per twee weken uitgevoerd. • Begeleiding door een diëtist of arts in één van de 200 centra in Nederland of België. • Bij de start moeten deelnemers tijdelijk één of twee maaltijden per dag vervangen door BIAMED-maaltijdvervangers. • Daarna wordt er een voedingspatroon (met de Richtlijnen goede voeding van de Gezondheidsraad als leidraad) aangehouden. • Aan de hand van de informatie beschikbaar op de website lijkt het alsof Biamed valt onder de vergoeding voor diëtetiek. Hiervoor wordt drie uur per kalenderjaar vergoed. In de vergoedingenwijzer staat dat er voor cursussen afvallen een maximum van 115 euro wordt vergoed. |
| Lekker Puh | Pakketten tot een maximum | www.lekkerpuh.net | <ul style="list-style-type: none"> • Dit is begeleiding bij gezonde voeding voor kinderen. |

| | | | |
|-----------------|---|--|---|
| | van € 115,- per jaar? | | <ul style="list-style-type: none"> • Heeft geen eetcoaches beschikbaar in Amsterdam. De coaches die het dichtste bij Amsterdam gevestigd zijn zitten in Nieuw-Vennep en Naarden. • Dit lijkt alleen face-to-face coaching te zijn. • Er is op de website geen informatie terug te vinden over wat er precies wordt vergoed. In de vergoedingenwijzer dat er voor dit soort cursussen een maximum van 115 euro wordt vergoed. |
| Weight Watchers | Pakketten tot een maximum van € 115,- per jaar? | www.weightwatchers.com | <ul style="list-style-type: none"> • Heeft diverse locaties in Amsterdam, waaronder in Noord, Centrum, Nieuw-West, Zuid, Diemen en Oost • Het is niet duidelijk wat er precies wordt vergoed door Zilveren Kruis. Dit is nergens op de website terug te vinden. In de vergoedingenwijzer dat er voor dit soort cursussen een maximum van 115 euro wordt vergoed. |

Fit worden of blijven

Health Check

De Health Check is een preventieve gezondheidstest. Zilveren Kruis vergoedt Health Checks van Care for Human. Deze organisatie maakt gebruik van health consultants die door heel Nederland verspreid zijn. In de omgeving van Amsterdam zijn er drie consultants aangesloten:

- Margriet van der Goot, De Weer 11, Zaandam, Nederland
- Ilya van Leeuwen, Meerpad 6-b, 1025 LB Amsterdam, Nederland
- Kitty Saal, Sem Presserhof 113, Amsterdam, Nederland

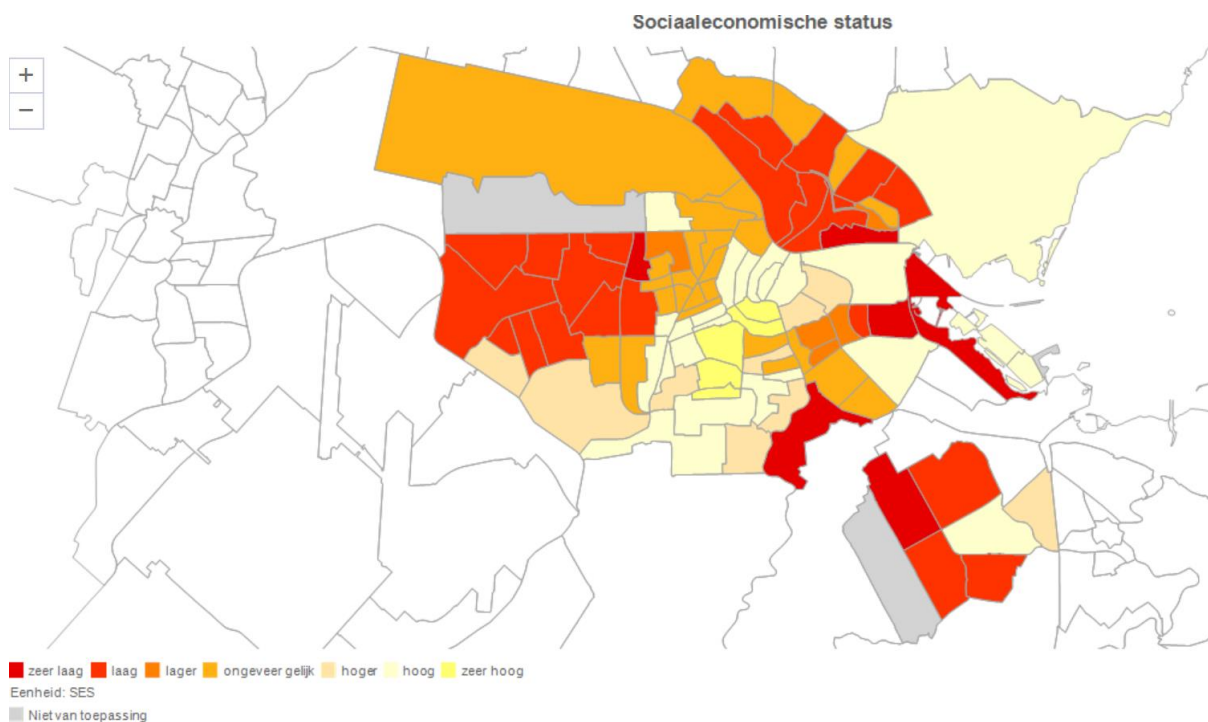
De onderstaande kaart laat zien waar deze consultants zich in regio Amsterdam bevinden.



Figuur 2: kaart met locaties van health consultants

Locatie van het aanbod

De consultants hebben een praktijk in het noorden en noordoosten van Amsterdam. Via Waarstaatjegemeente.nl kunnen we per wijk zien wat de gemiddelde sociaal economische status van inwoners is. Aan de hand van deze kaart zien we dat de mensen met een lage SES met name in het noorden, zuidoosten en het zuidwesten van Amsterdam wonen. Voor de mensen die in het zuidoosten en zuidwesten van Amsterdam wonen betekent dat dat ze geen consultant in de buurt hebben en hiervoor een stuk moeten reizen. Dit kan een reden zijn voor mensen om daardoor geen gebruik te maken van deze interventie.



Figuur 3: kaart met overzicht van de SES per wijk via waarstaatjegemeente.nl

Tijdens de health check van 30 minuten worden o.a. door middel van een vingerprik de volgende metingen verricht:

- Glucose
- Cholesterol
- Totaal cholesterol
- LDL
- HDL
- Ratio
- Triglyceriden
- Bloeddruk
- BMI
- Lichaamsvetpercentage
- Visceraal vet
- Spierskeletmassa

Begrijpelijkheid van adviezen en follow up

Op de website van Care for Human staat dat deelnemers van de check direct een persoonlijk advies meekrijgen. Het is niet duidelijk of dit advies mondeling wordt meegegeven, op papier of beide. De metingen die worden verricht tijdens de check zijn, zeker voor mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden, lastig te begrijpen. Het is belangrijk om de uitleg over de metingen en de adviezen die worden meegegeven eenvoudig en begrijpelijk te houden. Bij mondelinge adviezen helpt het om hiervoor de terugvraagmethode te gebruiken en bij schriftelijke adviezen help het om teksten aan te passen naar taalniveau B1 en gebruik te maken van afbeeldingen. Het is niet duidelijk of er naar aanleiding van de health check wordt doorverwezen naar lokaal follow up aanbod (zoals een leefstijlcoach). Deze doorverwijzing is erg belangrijk om mensen te stimuleren aan de slag te gaan met hun gezondheid. Als de doorverwijzing aan de hand van een warme overdracht gebeurt (bijvoorbeeld dat een leefstijlcoach zelf contact opneemt met de persoon die de health check heeft laten doen), dan is de kans nog groter dat iemand zijn of haar leefstijl gaat veranderen.

Meer Bewegen voor Ouderen

Via de polis is er ook een vergoeding mogelijk voor activiteiten via Meer Bewegen Voor Ouderen (MBVO). Het is niet duidelijk wat er precies wordt vergoed en of de kosten voorgeschoten moet worden door de verzekerde. Via de vergoedingwijzer lijkt er een maximale vergoeding beschikbaar te zijn van 115 euro voor verzekerden die gebruik

maken van het AV2 en AV3 pakket. Via de website van MBvO zijn de activiteiten ingedeeld op stadsdeel. Via een plattegrond kan er een stadsdeel gekozen worden, waarna er een overzicht verschijnt van de actuele activiteiten met bijbehorende tijdstippen en locaties. Dit laat zien dat er voor alle mensen die hier gebruik van willen maken er altijd wel een activiteit in de buurt is. Net als bij het andere aanbod, is het belangrijk dat mensen op de hoogte worden gesteld van dat dit aanbod in de buurt aanwezig is. Alleen een vermelding in de vergoedingwijzer en een website zijn onvoldoende om ook mensen aan te spreken die meer moeite hebben met lezen en schrijven of mensen met beperkte digitale vaardigheden. Denk hierbij ook aan actieve verwijzingen vanuit bijvoorbeeld buurthuizen, de huisarts/praktijkondersteuner, de fysiotherapeut of het wijkteam.

| Aanbieder | Hoe vaak/hoeveel mag hier gebruik van gemaakt worden? | Link naar website | Bevindingen |
|---------------------------|---|---|---|
| Care for Human | 1x | www.careforhuman.nl | <ul style="list-style-type: none"> • Heeft twee locaties in Amsterdam (Noord en Noord-Oost). Dit is lastiger te bereiken voor inwoners in Zuidoost of West, waar veel inwoners met een lage SES wonen. • Het is onduidelijk op welke manier er een advies wordt meegegeven aan deelnemers (bijvoorbeeld mondeling, op schrift, digitaal of een combinatie van de drie) • Onduidelijk of er na de health check ook een verwijzing is naar vervolg aanbod om verder aan de gezondheid te werken. |
| Meer Bewegen voor Ouderen | Tot 115 euro voor AV2 en AV3 | https://www.mbvo-amsterdam.nl/ | <ul style="list-style-type: none"> • Activiteiten worden door heel Amsterdam aangeboden en zijn ingedeeld per stadsdeel. • Het is onduidelijk hoe verzekerden lessen vergoed krijgen. Dit staat nergens op de website aangegeven • Er staat op de website dat er bij verschillende activiteiten het gehele jaar kan worden ingestroomd, maar het is onduidelijk of deelnemers zich nog ergens moeten aanmelden voordat ze mee kunnen doen aan de activiteit. |

Conclusie

In de vergoedingenwijzer van de gemeentepolis van Zilveren Kruis is een divers aanbod op het gebied van preventie opgenomen. Hieronder staan de meest belangrijke bevindingen uit de quickscan die Pharos heeft uitgevoerd, waarbij we hebben gekeken naar of het aanbod toegankelijk is voor de verzekerden.

- Niet al het aanbod is beschikbaar in Amsterdam, waardoor verzekerden moeten uitwijken naar andere steden. Lokaal aanbod in de buurt is aantrekkelijker om gebruik van te maken. Het is daarom aan te raden om te kijken welke aanbieders lokale activiteiten en interventies aanbieden, zodat verzekerden uit verschillende stadsdelen gemakkelijk gebruik ervan kunnen maken.
- Mensen die gebruik maken van de gemeentepolis hebben het financieel niet breed. Aanbod wat voorgeschoten moet worden uit eigen zak is daarom voor veel verzekerden geen optie. Daarnaast helpt het als verzekerden eenvoudig kunnen aangeven dat ze gebruik maken van de polis bij het aanbod, zodat er geen ingewikkelde administratieve procedures doorlopen hoeven worden. Bij dit soort procedures haken veel mensen af.
- Sommige aanbieders maken gebruik van vragenlijsten. Dit is voor mensen die meer moeite hebben met lezen en schrijven vaak ingewikkeld en een bottleneck. Het helpt om een optie aan te bieden om vragenlijsten mondeling af te nemen.
- Lesmateriaal met veel tekst en ingewikkeld taalgebruik is ongeschikt voor mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden en laaggeletterden. Het helpt om lesmateriaal aan te bieden op taalniveau B1, waarbij er voldoende gebruik is gemaakt van begrijpelijk ondersteunend beeldmateriaal of video's. Daarnaast helpt persoonlijke begeleiding om lastige onderwerpen goed uit te kunnen leggen.
- Het is belangrijk om na te denken over hoe verzekerden verwezen kunnen worden naar het aanbod. Enkel een vergoedingenwijzer is onvoldoende om verzekerden goed te kunnen informeren over het aanbod. Actieve mondelinge verwijzing vanuit zorgverleners of partijen die lokaal actief zijn (zoals buurthuizen of wijkteams) is erg belangrijk. Daarnaast kan het ook helpen om eenvoudige introductievideo's te maken waarin mensen kunnen zien welk aanbod er is en waar ze dit kunnen vinden.

Overige adviezen op basis van praktijkervaring en onderzoek onder deze doelgroep

- Het bereik wordt groter naarmate mensen vaker per jaar en meerdere keren gebruik mogen maken van het aanbod (en dus aanspraak kunnen maken op vergoeding). Soms zijn mensen bij een eerste poging door omstandigheden afgehaakt, maar willen zij het een aantal maanden later opnieuw proberen.
- Groepsaanbod stimuleert onderlinge uitwisseling en leren van lotgenoten. Dit werkt bij lage SES inwoners vaak goed, vooral in combinatie met individuele aandacht/begeleiding.
- Leefstijl interventies zijn alleen effectief als er aandacht is voor ondersteuning bij de onderliggende problematiek zoals financiële problemen, werkloosheid of slechte huisvesting. Deze problemen staan gedragsverandering in de weg. Dit kan bereikt worden door:
- Bestaande interventies meer integreren in de hulpverlening die mensen al ontvangen. Het aanbod dus integreren in het dagelijks leven van mensen, dichtbij huis en gekoppeld aan de hulp- en ondersteuning die mensen al ontvangen van o.a. wijkteams, schuldhulpverlening of WMO. Denk ook aan inzet van combinatiefunctionarissen. Vanuit deze hulpverleners kunnen mensen gekoppeld worden aan laagdrempelig preventie aanbod in de wijk.

Relevante informatie voor het stoppen met roken aanbod waar Pharos momenteel bij betrokken is:

- *Praatplaat roken.* Op dit moment werkt Pharos ook mee aan de ontwikkeling van een *Praatplaat roken*. Op deze 'praatplaat' wordt in beeld gebracht waarom begeleiding van stoppen met roken bij mensen met een lage SES van belang is en wat de handelingsperspectieven zijn om de begeleiding te effectiever te maken. De informatie kan de inkopers van stoppen met roken programma's (bij de verzekeraar en bij de gemeente) en de uitvoerders ondersteunen in hun gesprekken wie welke actie moet oppakken. Aan deze praatplaat wordt een stappenplan gekoppeld.
- *Rookvrije omgeving.* Pharos heeft een tevens factsheet opgesteld voor de landelijke GGD ter ondersteuning van de aanpak 'rookvrije omgeving' in de verschillende GGD regio's. Link naar PDF: <https://www.pharos.nl/wp-content/uploads/2020/04/Handvaten-voor-het-bieden-van-goede-stoppen-met-rokenzorg-aan-alle-inwoners-in-de-wijk-Pharos.pdf>



Arthur van Schendelstraat 600
2^e etage Utrecht
030 234 98 00
www.pharos.nl

Gezondheid en kwaliteit van zorg voor iedereen