

PROGRAMMAPLAN ACTIVITEIT A: VITAAL LEVEN

DOELSTELLING

Met het programma Vitaal Leven wil VitaValley duurzame vitaliteit van alle burgers in Nederland stimuleren.

Om dit te bereiken bewandelt Vitaal Leven 2 routes:

- Regionale implementatie en landelijke opschaling
Het programma voorziet in kennisdeling over ervaringen opgedaan in afzonderlijke, vaak regionale projecten door het uitwisselen van expertise in een landelijke learning community.
- Een nieuw sociaal arrangement
Het programma levert een belangrijke bijdrage aan het tot stand komen van een sociaal arrangement dat uiteindelijk duurzame stimulering van vitaliteit mogelijk maakt.

HUIDIGE SITUATIE

Het Nederlandse zorgstelsel is een complex systeem waarin onderscheid wordt gemaakt in drie compartimenten met bijbehorende sociale arrangementen:

1. medische zorg, gericht op behandeling en genezing van gezondheidsschade (Zorgverzekeringswet)
2. langdurende zorg, gericht op verpleging en verzorging (Wet Langdurige Zorg)
3. ondersteuning gericht op maatschappelijk functioneren en welzijn (Wet Maatschappelijke Ondersteuning).

Belangrijk kenmerk van deze arrangementen is dat zij zijn ontworpen om te voorzien in ondersteuning en compensatie van manifeste gezondheidsschade. Het opsporen en mitigeren van gezondheidsrisico's, zonder dat daar evidente aanleiding voor bestaat, behoort niet tot de verzekerde zorg. Dat geldt ook voor het actief stimuleren en trainen van gezondheid bevorderend gedrag.

Daarnaast kennen we op het terrein van 'vitaliteit':

4. de Jeugdwet, gericht op jongeren met een verhoogd risico op gezondheid en welzijn
5. en de Wet Publieke Gezondheidszorg die ziet op een gezonde bevolking (universele preventie).

Het RIVM noemt de volgende knelpunten in het Nederlandse zorgstelsel die samenhangen met preventie van gezondheidsschade:

1. Verschillende definities van preventie in wetten leiden tot onduidelijkheid over verantwoordelijkheden
2. Lokale beleidsvrijheid creëert mogelijk ongewenste verschillen in preventie-aanbod tussen gemeenten
3. Baten van investeren in preventie slaan niet altijd of niet in zijn geheel neer bij de 'investeerder'
4. Wettelijk vastgelegde 'bevorderen van afstemming' levert niet automatisch de gewenste samenwerking op

5. Zorgverzekeraar/zorgkantoor wordt beperkt door wettelijke kaders
6. (Kosten)effectiviteit van preventieve maatregelen is onbekend
7. Er is gebrek aan structurele financiering en bekostiging
8. Er bestaan cultuurverschillen tussen groepen professionals
9. Er is gebrek aan burgerparticipatie
10. Urgentie/verantwoordelijkheid wordt niet overal gevoeld

Tegelijkertijd neemt het aantal (multi-morbide) chronisch zieken in de Nederlandse samenleving toe en hoewel mensen steeds ouder worden, manifesteert chroniciteit zich op steeds jongere leeftijd: mensen leven langer met aandoeningen die met een gezonde leefstijl kunnen worden voorkomen of uitgesteld. Er bestaat een sterke (en schrijnende) samenhang tussen de sociaal economische status (SES) van mensen en chroniciteit; mensen met een lage SES hebben gemiddeld een ruim 6 jaar kortere levensverwachting dan mensen in de hoogste SES.

Hoewel recentelijk steeds meer het besef doorbreekt dat leefstijl een belangrijke determinant is voor het optreden van chronische aandoeningen en een vitaal leven dergelijke aandoeningen uitsluit of zelfs voorkomt, ontbreekt het aan duurzame, collectieve financiering van vitaliteit bevorderende dienstverlening.

In het verlengde hiervan is er ook nog relatief weinig kennis en expertise voorhanden over de effectiviteit van op vitaliteit gerichte gedragsbeïnvloeding: wat helpt mensen om duurzaam hun gedragspatroon aan te passen om zo vitaal mogelijk door het leven te gaan? Zo die expertise er al is, is zij vaak beperkt tot de traditionele zorgsector en zelden sector-overstijgend inzichtelijk en beschikbaar. Desondanks zijn gezondheid en vitaliteit geen fenomenen die zich beperken tot de zorgsector. Evenzeer zijn zaken als woon- en leefomgeving, voeding, de mate van fysiek bewegen, zingeving en inkomen van belang. We sluiten daarmee aan bij de definitie van gezondheid zoals die door Machteld Huber is geformuleerd: 'Gezondheid als het vermogen om je aan te passen en je eigen regie te voeren, in het licht van de sociale, fysieke en emotionele uitdagingen van het leven.' Huber onderscheidt daarbij 6 dimensies: 1) lichaamsfuncties, 2) dagelijks functioneren, 3) mentale functies en mentale beleving, 4) kwaliteit van leven, 5) sociaal-maatschappelijke participatie en 6) spirituele dimensie.

De basisprincipes van het zorgstelsel zijn in dit perspectief aan het verschuiven. Er wordt toegevoerd van een reparerend en compenserend naar een activerend stelsel dat maatschappelijke participatie en zinvol leven stimuleert. Er is meer aandacht voor de vraag op welke manier prikkels zo in het stelsel van zorg en welzijn kunnen worden ingebouwd, dat alle betrokkenen gestimuleerd en beloond worden om kwaliteit van leven en gezond ouder worden te bevorderen. Ongeacht wie de zorg of andere ondersteuning en dienstverlening levert, waar en op welke manier (integrated care). Financiering zou niet langer gericht moeten zijn op (medische) interventies, maar op het realiseren van gezondheidswinst, of beter: vitaliteit.

Er is meer aandacht voor preventie en vroegdiagnostiek. Er wordt beleidsmatig in toenemende mate een beroep gedaan op zelfmanagement en informele ondersteuning in de vorm van lotgenotencontact, mantelzorg en vrijwilligershulp. Gezondheid 'organiseer' je op de plekken waar je grotendeels verblijft: in je woning, wijk, bedrijf, club, stad, regio. Professionele dienstverlening moet daarop proportioneel aansluiten: niet meer maar ook niet minder dan nodig.

AANPAK

In haar visie op Vitaal Leven veronderstelt VitaValley dat de mens op verschillende manieren aan persoonlijke vitaliteit aandacht kan geven. Hij/zij kan dit bijvoorbeeld doen als patiënt, werknemer, vrijwilliger, oudere of burger. Omdat we de vitaliteit van alle Nederlanders op het oog hebben, biedt het dus kansen om specifieke routes te ontwerpen en te benutten. In haar netwerk is VitaValley bij voortduur op zoek naar dergelijke routes die kansrijk zijn voor impact op de persoon (vitaler leven) en landelijke opschaling.

Om de gewenste doelstelling te realiseren, heeft VitaValley 4 routes/speerpunten gedefinieerd en hieromheen de deelprojecten georganiseerd: arbeidsparticipatie, regionale samenwerking, inzicht in eigen vitaliteit & actiemogelijkheden en tenslotte financiering & contractering.

Deelproject 1: Werken aan zelfregie in relatie tot arbeid

VitaValley organiseert en begeleidt regionale initiatieven waarin partijen komen tot één of meer (regionale) projecten gericht op de werknemer teneinde de vitaliteit van werkende burgers (domein welzijn en werk) te verbeteren en/of arbeidsparticipatie mogelijk te maken.

Deelproject 2: Opschaling van Vitaal Twente naar een andere regio

VitaValley faciliteert de ontwikkeling van een regionale samenwerking zoals dit in Vitaal Twente (als eerste in Nederland) is vorm gegeven. De eerste stap is in een andere regio een regionale leider of een regionaal leidersteam te vinden en met diegene(n) een ontwikkelplan voor de regio op te stellen.

Deelproject 3: Health Deal Stimulering gezondheid door persoonlijke preventie via e-health

VitaValley is de onafhankelijke facilitator van de Health Deal Stimulering gezondheid door persoonlijke preventie via e-health. In deze rol voert VitaValley achtereenvolgens de volgende activiteiten uit:

- a) Begeleiding totstandkoming van deze Health Deal
- b) Programmamanagement

Deelproject 4: Vitaliteitscontract

VitaValley wil een experiment met het vitaliteitscontract van de NPHF mogelijk maken door partijen binnen een regio daarvoor te interesseren. Dit het liefst in het verlengde van deelproject 2 en/of 3.

DEELPROJECT 1 - VITAAL LEVEN: WERKEN AAN ZELFREGIE IN RELATIE TOT ARBEID

Met dit project geven we invulling aan een belangrijk element van vitaliteitsbevordering, te weten de relatie tussen het vermogen tot zelfregie en werk. Wezenlijk daarin is dat de professionele dienstverlening gericht is op empowerment ter bevordering van participatie. Het project kan daarmee inspiratie bieden aan maatschappelijke organisaties in de zorg- en welzijnssector, maar ook in de sociale zekerheid. Voor dit project is een plan van aanpak beschikbaar. Er zijn verschillende regio's waar we kunnen starten en verschillende risicogroepen te identificeren. De vitaliteit van de inwoners van Twente blijft achter bij het gemiddelde van Nederland. Daarom is daar onder begeleiding van VitaValley een regionaal initiatief ontstaan: Vitaal Twente. Dit geeft een goed uitgangspunt en een goede reden om daar te beginnen met het eerste project.

Eén van de risicogroepen is de mantelzorgers. Het is bekend dat mantelzorgers vaker dan gemiddeld te kampen hebben met stress en dat dit tot een verhoogd ziekteverzuim leidt. Ook is bekend dat medewerkers die al in de zorg werken hier nog vaker mee te maken krijgen. Het zit bij hen in de aard om sneller bij te springen wanneer er een mantelzorgvraag ontstaat. Ook worden zij door de andere betrokkenen uit de informele cirkel als eerste aangekeken. Zorgmedewerkers die tevens mantelzorg verlenen, vormen een hoog risico groep voor uitval door stress rondom mantelzorg. Mantelzorgers ervaren voorts een sterk verminderde kwaliteit van leven ten opzichte van niet mantelzorgers.

Er wordt een regionaal project gestart om antwoord te geven op de drie vragen:

- Kunnen we aan de hand van bestaande *quantified self*¹ technologie identificeren welke (zorg)medewerkers een hogere kans lopen op een verminderde kwaliteit van leven door stress?
- Kunnen we aan de hand van bestaande *quantified self* technologie voorspellen welke (zorg)medewerkers uit zullen vallen door stress?
- Kunnen we met behulp van bestaande interventies voorkomen of reduceren dat (zorg)medewerkers leiden onder een verminderde kwaliteit van leven of ziekteverzuim als gevolg van stress door mantelzorg?

Deze antwoorden kunnen benut worden door andere regio's in hun activiteiten. VitaValley zorgt voor verspreiding en activatie.

¹ <https://www.quantifiedself.nl/>. De term is in 2007 bedacht in de VS, door Gary Wolf en Kevin Kelly, destijds beide betrokken bij het tijdschrift Wired. Ze merkten dat steeds meer mensen om hen heen allerlei persoonlijke dingen aan het kwantificeren waren en dit deelden via de sociale media. Ze besloten bijeenkomsten te organiseren rondom dit onderwerp en werden bevestigd in het beeld dat ze hadden; er is een trend aan de gang.

Steeds meer mensen doen aan 'selftracking'; ze houden dagelijks bij hoeveel ze bewegen, wat ze eten, wat hun hartslag en bloeddruk is, hoe laat ze naar bed gaan, hoe vaak ze de hond uitlaten of hoeveel luiers ze verwisselen. Omdat het kan, omdat het leuk is en omdat het inzicht oplevert om op basis hiervan betere beslissingen te kunnen nemen.

Een matchmakingssessie in het kader van Vitaal Twente heeft inmiddels geleid tot een samenwerking met een initiatief van de Saxion Hogeschool, Universiteit Twente, Carintreggeland, Livio, Ziekenhuisgroep Twente en Menzis.

Tijd

1 juni 2017 -1 juni 2018

Activiteiten

De eerste activiteiten zullen plaatsvinden in de regio Twente, zijn gericht op het beantwoorden van de drie bovenstaande vragen en bestaan uit:

- Deel I: Vormgeving interne project, selectie wearables & techniek, onderzoeksopzet
 - Selectie *Quantified Self* technologie
 - Cohort selectie, inclusie medewerkers
 - Implementatie *Quantified Self* technologie
 - Monitoring gebruik en ervaringen
 - Onderzoek naar gemeten variabelen, gerapporteerde stress & uitval
- Deel II: Twee maandelijks bijeenkomst met delen, evaluatie en plannen (5x)
 - Selectie interventie palet
 - Toepassing interventies (indien mogelijk bij de automatisch geïdentificeerde medewerkers, anders op basis van zelfrapportage)
 - Onderzoek naar effectiviteit en ervaringen met de interventies
- Deel III: Afsluitende bijeenkomst met terugkoppeling onderzoeksresultaten en plan voor vervolg.
 - Borging van gevonden 'best practices' in de financieringsstromen
 - Opstellen globaal plan van aanpak voor verdere opschaling
- Continu: om de maand individuele belafsprak

Resultaten

1. Stressreductie en daarmee verbeterde kwaliteit van leven voor (zorg)medewerkers die ook mantelzorger zijn.
2. Daling in de kosten van verzuim voor de deelnemende organisaties.

Deelnemers

De deelnemers dragen zowel in cash als in kind bij. Vanuit de zorginstellingen wordt ook geanonimiseerde organisatiedata ter beschikking gesteld. Vanuit de zorgverzekeraar wordt een interventieplatform ter beschikking gesteld en beschikbare geanonimiseerde data over collectieven. Vanuit Kerst Zwart wordt advies ingebracht tijdens bijeenkomsten en gedurende het project.

- Livio
- CarintReggeland
- Ziekenhuisgroep Twente
- Menzis
- Universiteit Twente
- Saxion

- Kerst Zwart

Samenwerking met andere initiatieven

Als er gedurende de loop van het programma initiatieven zijn waarvan het waardevol is dat wij samenwerken, wordt dit gedaan.

DEELPROJECT 2 - VITAAL LEVEN: OPSCHALING VAN VITAAL TWENTE NAAR EEN ANDERE REGIO

De inzet van VitaValley is via de relevante VitaValley-partners in de langdurige zorg in een tweede regio in Nederland een soortgelijke aanpak als gebezigd door Vitaal Twente te implementeren, om zo een landelijk netwerk te starten dat als learning community functioneert. De leiding van Vitaal Twente, de voorzitter prof.dr. Miriam Vollenbroek in het bijzonder, is bereid om haar ervaringen met andere regio's te delen.

Alhoewel er veel initiatieven voor regionale samenwerking zijn, lukt het maar mondjesmaat om tot implementatie van projecten met impact te komen. In de regio Twente is men er in geslaagd om op korte termijn een samenwerking te realiseren waarin onderscheiden partners een breed portfolio van projecten ontwikkelen. Deze projecten worden juist ook begeleid in de aspecten die vaak verontachtzaamd worden, te weten businessontwikkeling en monitoring. Ook is hier de nodige aandacht gegeven aan een passende governance.

Inmiddels zijn voor het vinden van een tweede netwerk enkele verkenningen op gang gekomen: VitaValley heeft een eigen partnerbijeenkomst georganiseerd en partnerorganisatie Zuidzorg heeft daarop het initiatief genomen voor een verkenning onder leiding van VitaValley in de regio Eindhoven.

Er zijn/worden daarnaast gesprekken gepland met beginnende lokale netwerken waaronder die in zogenaamde achterstandsgebieden. Met het Instituut voor Positieve Gezondheid is vastgesteld dat een samenwerking in de provincie Limburg het verkennen waard is.

Tijd

1 juni 2017 - 1 juni 2018

Activiteiten

- Het vanuit een onafhankelijke positie organiseren van enkele inhoudelijk inspirerende bijeenkomsten met potentiële samenwerkingspartners binnen de geselecteerde regio. Daarbij waar mogelijk gebruik makend van VitaValley-partners of landelijke partijen als IPH.
- Het opstellen van een plan van aanpak voor de ontwikkeling van het regionale netwerk, gebruikmakend van de leerervaringen in Vitaal Twente.
- Het ondersteunen bij het vormgeven van de governance voor de regionale samenwerking, bijvoorbeeld door het oprichten van een stichting en/of het aansluiten bij een bestaand regionaal (innovatie)netwerk.

Resultaten

- Nieuw of verbeterd regionaal samenwerkingsverband.
- Plan van aanpak met implementatieplan voor de regio.

Deelnemers

- Regionale zorg- en welzijn organisaties
- Universiteiten, hogescholen en andere kennisinstituten
- Regionale innovatienetwerken
- Zorgverzekeraar(s)
- Gemeenten
- Bedrijven

Samenwerking met andere initiatieven

- Samenwerking met andere regionale initiatieven, in ieder geval met Vitaal Twente
- Kennisdeling gedurende de loop van het programma
- Landelijk Netwerk Zorginnovatie
- Institute for Positive Health

DEELPROJECT 3 - VITAAAL LEVEN: HEALTH DEAL STIMULERING GEZONDHEID DOOR PERSOONLIJKE PREVENTIE VIA E-HEALTH

Het instellen van een regiegroep en daaronder werkgroepen om tot duurzame inzet van een laagdrempelige diagnostische toepassing en de follow up daarvan te komen.

Tijd

1 juni 2017 - 1 juni 2018

Doelstelling

Hiervoor verwijst ik naar het document 20170505_Tekst Health Deal versie 0.8 waarin de doelstelling met achterliggende motivatie uitgebreid staan beschreven. De doelstelling van de Health Deal is als volgt:

- Het grootschalig en duurzaam bevorderen van vitaliteit bij Nederlanders door toepassing van laagdrempelige e-health toepassingen voor het verkrijgen van inzicht in de eigen gezondheid en het nemen van acties om de eigen gezondheid te verbeteren of achteruitgang van de eigen gezondheid te verminderen, respectievelijk te vertragen.

Resultaten

Hiervoor verwijst ik naar het document 20170505_Tekst Health Deal versie 0.8 waarin resultaten van de Health Deal uitgebreid staan beschreven. De hoofdlijnen van de resultaten zijn als volgt:

- 10% van de Nederlanders heeft in de periode 2017-2020 ervaring opgedaan met een laagdrempelig e-health product, waarmee zij inzicht in de eigen gezondheid krijgt.
- In pilots, te organiseren op verschillende plaatsen in Nederland en zoveel mogelijk aansluitend bij regionale samenwerkingsverbanden, willen Partijen in totaal tenminste 5.000 mensen met een gezondheidsachterstand bereiken.
- Inzicht in en kennis over hoe er op een duurzame manier aan onderscheiden groepen Nederlanders via e-health inzicht in de eigen gezondheid kan worden gegeven. Om dit te bereiken worden de volgende deelresultaten opgeleverd:
 - een inventarisatie van de mogelijkheden voor implementatie en oplossingsvoorstellen voor mogelijke knelpunten binnen deze Health Deal
 - toekomstige duurzame financieringsvormen betreffende de bekostiging van dergelijke producten
 - richtlijnen voor het wettig ordentelijke gebruik van data gegenereerd door het gebruik van e-health-producten.
- Een omschrijving van de inhoudelijke, technische en juridische randvoorwaarden en specificaties waaraan laagdrempelige e-health toepassingen voor persoonlijke preventiedoeleinden moeten voldoen.
- Het monitoren, evalueren en communiceren van de resultaten onder 1 tot en met 5 ten behoeven van de ontwikkeling van preventiebeleid door de landelijke en gemeentelijke overheid.

Deelnemers

Hiervoor verwijs ik naar het document 20170505_Tekst Health Deal versie 0.8 waarin deelnemers van de Health Deal uitgebreid staan beschreven. De stakeholders zijn als volgt:

- Landelijke en regionale overheid
- Zorginstellingen
- Welzijnsorganisaties
- Patiënten- en cliëntenvertegenwoordigers
- Koepelorganisaties
- Zorgverzekeraars
- Bedrijfsleven
- Gezondheidsfondsen
- Kennisinstituten

Samenwerking met andere initiatieven

Informatieberaad: MedMij.

Kennisdeling met Pharos op het terrein van laaggeletterden en NPHF vanwege vitaliteitscontract.

Als er gedurende de loop van het programma initiatieven zijn waarvan het waardevol is dat wij samenwerken, wordt dit gedaan.

DEELPROJECT 4: VITALITEITSCONTRACT

VitaValley ontwikkelt in samenwerking met de NPHF in minimaal één regio een experimenteel project met het concept van het Vitaliteitscontract. We denken aan de regionale samenwerkingsverbanden Vitaal Vechtdal, Vitaal Twente of Vitaal Eindhoven (voorlopige naam).

De VWS-proeftuin Vitaal Vechtdal is een regionaal initiatief waarin vanuit een burgercoöperatie met een gemeenschappelijke verzekeringspolis wordt gezocht naar leefstijl bevorderende activiteiten. Daarbij streeft men naar een integrale benadering door de verbinding te maken tussen zorg, onderwijs, leefomgeving en werk. De polis bevat arrangementen voor dienstverlening die voor het regionale MKB interessant zijn en tot maatwerk dienstverlening leiden. VitaValley is betrokken bij het ontwerpen en implementeren van de governance-structuur die benodigd is om het datamodel van de proeftuin Gezonde Zorg, Gezonde Regio ook binnen deze omgeving te gaan inzetten. De proeftuin Vitaal Vechtdal bevat daarmee significante ingrediënten voor een experiment met het Vitaliteitscontract.

Tijd

1 juni 2017 – 1 juni 2018

Activiteiten

- Het met de NPHF vanuit een onafhankelijke positie en met regionale stakeholders ontwikkelen van een 'best practice' beschrijving voor een regionaal experiment met het vitaliteitscontract.
- Het bieden van ondersteuning bij het uitvoeren van het experiment

Resultaten

- Experimentele omgeving voor de implementatie van het Vitaliteitscontract.

Deelnemers

- Zorg- en welzijnsorganisaties
- Zorgverzekeraar(s)
- Gemeenten
- Bedrijven
- NPHF

Samenwerking met andere initiatieven

- Vitaal Twente, Vitaal Vechtdal of Vitaal Eindhoven (werktitel)
- Landelijk Netwerk Zorginnovatie