

Krachtige basiszorg werkt! Maar hoe dan?

Professionals en bewoners geven graag antwoord op deze vraag.

Krachtige basiszorg werkt! Maar hoe dan? Professionals en bewoners geven graag antwoord op deze vraag. Fotograaf Jacqueline Besemer, projectleider van de cursus In Beeld, vertelt hoe fotografie helpt om anders te kijken naar gezondheid.

Met de fotografiecursus In Beeld worden mensen die in een moeilijke situatie zitten gestimuleerd om weer oog te krijgen voor de lichtpuntjes in hun leven. Daarmee sluit de cursus mooi aan op Krachtige basiszorg, waarin we op een andere – vernieuwende - manier het welzijn van bewoners in Overvecht proberen te verbeteren. Het Buurteam en andere zorgverleners in de wijk hebben een belangrijke rol om de groepsprogramma's zoals In Beeld succesvol te laten zijn. 'Van de praktijkondersteuner GGZ kregen we bijvoorbeeld het advies om niet te veel de rol van therapeut aan te nemen', aldus Jacqueline. De focus ligt in de cursus niet op ziekte en zorg. Het gaat om: waar krijg je energie van, wat geeft je een goed gevoel?'

De eerste stap

Bij cursisten is vrijwel altijd sprake van een combinatie van psychische en lichamelijke problemen. Bijvoorbeeld een ex-kankerpatiënt die last heeft van depressiviteit. Of iemand met een burn-out die in de schuldsanering zit. Het lukt deze mensen niet om iets te veranderen aan hun situatie, terwijl ze dat eigenlijk best graag zouden willen. 'Wij helpen ze de eerste stap te zetten. Als mensen het spannend vinden om deel te nemen aan een groep, kan de buurtteammedewerker de eerste keer gewoon mee.'

Omslag

'Tijdens de cursus krijgen alle deelnemers een fototoestel in bruikleen. We vragen ze daarmee in te zoemen om kleine, mooie momenten in hun leven. In het begin kunnen ze vaak – letterlijk – niet meer door hun ellende heen kijken. Maar na een poosje komt bij de meeste cursisten de omslag. Door het oog van de camera worden ze zich bewust van de schoonheid om zich heen. En daar worden ze zó blij van.'

Anders kijken naar gezondheid

'Een van onze cursisten vertelde bij binnenkomst dat ze geen kleuren meer zag. Zo fotografeerde ze ook: alleen maar zwart-wit. Tijdens de cursus ging ze weer kleuren zien en maakte ze op een gegeven moment ook kleurenfoto's. Laatst kwam ik haar tegen. Ze zag er verzorgd uit, het ging goed met haar. Of dat te danken is aan onze cursus? Ik durf het niet te zeggen. Maar ik geloof wél dat kleine, fijne dingen in rottige tijden een lichtpuntje kunnen zijn. Vrijwel alle ex-cursisten zeggen: door te focussen op de positieve dingen in het leven, ben ik anders naar mijn gezondheid gaan kijken.'

Jacqueline Besemer

Projectleider van
In Beeld



Krachtige basiszorg is in Utrecht ontwikkeld om inwoners optimale zorg en ondersteuning aan te bieden. Met partners is een nieuwe en andere manier van kijken, leren, doen en organiseren ontwikkeld. Huisartsen, buurtteams en andere professionals werken integraal en proactief samen op basis van een gemeenschappelijke visie. De aanpak richt zich op kwetsbare bewoners met problemen in meerdere levensdomeinen.

Het resultaat?

- Cliënten ervaren een betere gezondheid
- Professionals kunnen beter hun werk doen
- Cliënten krijgen zorg- en dienstverlening op maat
- Onderzoek wijst uit dat de zorgkosten significant dalen