

# VALPREVENTIEKETEN AMSTELLAND

Checklist en invuldocument

Angelien Borgdorff  
Regionale Projectleider valpreventie  
Juli 2024



# Inhoudsopgave

Inleiding.....	3
<b>1. Checklist valpreventieketen.....</b>	<b>4</b>
1.1 Lokale uitgangssituatie bepalen .....	4
1.2 Samenwerkingspartners.....	5
1.3 Beweegaanbod voor 65+’ers in de gemeente of wijk .....	6
1.4 Inwonerparticipatie .....	7
1.5 Randvoorwaarden .....	8
<b>2. Aandachtspunten per fase in de valpreventieketen .....</b>	<b>10</b>
2.1 Bewustmaking burgers.....	10
2.2 Signaleren en opsporen.....	10
2.3 Valrisicobeoordeling .....	11
2.4 Valpreventie beweeginterventies.....	11
<b>3. Stappenplan lokale inrichting ketenaanpak .....</b>	<b>12</b>
<b>4. Invulschema rollen en taken in de valpreventieketen .....</b>	<b>13</b>

# Inleiding

Met behulp van dit invuldocument kan iedere gemeente in de regio Amstelland haar lokale afspraken rondom valpreventie kwijt. De regionale afspraken zoals beschreven in het document 'Valpreventieketen Amstelland' vormen het kader van de lokale afspraken. De 'Valpreventieketen Amstelland' is onlosmakelijk verbonden met deze checklist. Je kunt deze er daarom het beste naast houden. Over veel dingen is nl. al nagedacht en voor verschillende knelpunten al oplossingen gevonden.

Het invuldocument wat nu voor je ligt dient als een checklist bij de inrichting van de lokale valpreventieketen.

- In hoofdstuk 1 vind je de algemene aandachtspunten rondom het inrichten van de valpreventieketen.
- In hoofdstuk 2 staan de aandachtspunten per fase in de valpreventieketen.
- In hoofdstuk 3 staat een stappenplan voor de implementatie van de valpreventieketen in jouw gemeente.
- In hoofdstuk 4 kun je per gemeente (en zelfs per WSV) en per fase in de keten de lokale samenwerkingsafspraken en activiteiten kwijt.

# 1. Checklist valpreventieketen

## 1.1 Lokale uitgangssituatie bepalen

Ouderenpopulatie, valrisico en GALA doelstellingen		
Zijn er specifieke groepen te onderscheiden in de gemeente? Denk bijvoorbeeld aan kwetsbare ouderen, <u>ouderen met dementie of cognitieve stoornissen</u> , en <u>ouderen met een lage sociaaleconomische status en/of migratieachtergrond</u> . Ontvang meer inzicht in de behoeften van deze groepen via de links.		
Wat is het leefstijl profiel en beweeggedrag van de 65+'ers? Bekijk <a href="#">hier</a> voor meer informatie.		
Wat is het aandeel 65+'ers ...	dat voldoet aan de beweegrichtlijn?	
	dat wekelijks sport?	
	dat balansoefeningen doet?	
	dat inactief is?	
	met overgewicht?	

## 1.2 Samenwerkingspartners

### Wie hebben we nodig voor de lokale invulling?

*Bekijk het overzicht van taken en functies in het document Valpreventieketen Amstelland.*

Wat is er al en wat is nog nodig?

Wie kunnen wij inzetten voor signalering, opsporing, valrisico en valrisicobeoordeling? Wie zijn onze belangrijkste samenwerkingspartners?

Welke samenwerkingspartners willen wij in de lokale werkgroep valpreventie?

### Coördinatie

Wie coördineert de keten in de gemeente? Bekijk het '[Profiel coördinator valpreventie per gemeente in de Amstelland regio](#)'.

Wie plant en coördineert het cursusaanbod?

### 1.3 Beweegaanbod voor 65+'ers in de gemeente of wijk

#### Welk(e) beweegaanbod en -interventies zijn al aanwezig in de gemeente of wijk?

Wat is waar, met welke frequentie aanwezig? Wie biedt dit aanbod aan?

Is er een overzicht van het beweegaanbod (regulier en beweegcursussen) voor 65+'ers in de gemeente of wijk? Zo ja, waar wordt het aanbod beheerd en door wie wordt dit gedaan?

#### Is er voldoende passend regulier beweegaanbod? En is dat aanbod goed verspreid?

*Definieer met elkaar wat je passend beweegaanbod vindt. Benut de expertise van de fysio-/oefentherapeut hiervoor naast de expertise van bijv. de buurtsportcoaches.*

Wat en hoe moet er worden aangevuld, bijvoorbeeld met oefeningen om vallen te voorkomen en balansoefeningen?

Is er nieuw aanbod nodig? Zo ja, van wie?

Wat zijn de kosten van dat aanbod?

Kan iedere inwoner dat betalen? Zo nee, welke mogelijkheden zijn er dan?

Hoe worden ouderen na een beweeginterventie geleid naar het regulier aanbod? Heeft de buurtsportcoach of Bewegen op Recept-coach hier een rol in?

## Hoe ziet het groeimodel van het beweegaanbod eruit? Hoeveel cursussen worden aankomend jaar aangeboden?

Hoeveel cursussen zijn er nodig voor de groep met matig en hoog risico?	
Hoeveel cursussen worden er nu geboden en kun je groeien?	
Is er voldoende financiële dekking voor deze cursussen?	
Zijn er voldoende docenten Otago en In Balans om te groeien? Moeten er nog docenten worden opgeleid? Kan dat incompany?	

### 1.4 Inwonerparticipatie

## Hoe organiseer je inwonerparticipatie?

Welke inwonerspartijen zijn er in jouw gemeente? Hoe worden deze partijen betrokken?	
Wat zijn hun wensen en hoe kun je deze in het ketenaanpak verwerken? Bekijk de volgende links: <ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="https://www.movisie.nl/artikel/checklist-hoe-bereik-je-ouderen">https://www.movisie.nl/artikel/checklist-hoe-bereik-je-ouderen</a></li><li>• <a href="https://www.movisie.nl/tool/tools-bereiken-betrekken-ouderen-overzicht">https://www.movisie.nl/tool/tools-bereiken-betrekken-ouderen-overzicht</a></li><li>• <a href="https://www.movisie.nl/publicatie/senioren-sterker-maken-hoe-stimuleer-je-beleidsparticipatie-ouderen">https://www.movisie.nl/publicatie/senioren-sterker-maken-hoe-stimuleer-je-beleidsparticipatie-ouderen</a></li></ul>	
Via welke plekken, kanalen, organisaties, disciplines, evenementen, griepcampagnes kun je welke doelgroep bereiken?	
Moet daarvoor een jaarplanning gemaakt worden? Zo ja, wie gaat dit doen?	

## 1.5 Randvoorwaarden

<b>Hoe communiceren we naar en met elkaar?</b>	
Welke ICT hebben wij (nodig) om naar elkaar te verwijzen en terug te koppelen?	
Welke regionale voorlichtingsmaterialen zijn al op maat gemaakt?	
Waar zijn nog aanpassingen nodig?	

<b>Monitoring en borging</b>	
<i>Zie document '<u>Verplichte uitvraag GALA doelen</u>'.</i>	
Welke gegevens moeten/kunnen wij registreren en aanleveren bij de gemeente?	
Hoe registreren we de personen die we hebben opgespoord, de deelnemers en de uitvallers?	
Gaan we opnieuw testen om behoud van resultaat te kunnen meten?	
Gaan we registreren naar welk vervolgaanbod men doorstroomt?	
Hoe borgen we dat inwoners jaarlijks een valrisico inschatting doen?	



## Begroting

Wanneer leveren wij de subsidieaanvraag en -begroting aan bij de gemeente voor het jaar daarop?

Is de begroting dekkend voor de lokale coördinator, opsporing, scholing en het cursusaanbod?

## Persoonsgegevens

Hoe gaan we om met de registratie van persoonsgegevens?

## Scholing van medewerkers en vrijwilligers

Voor professionals uit het zorg- en gemeentelijk domein die werken met thuiswonende ouderen heeft VeiligheidNL een scholing ontworpen rondom het opsporen van valrisico bij ouderen. Deze e-learning is gratis en duurt ongeveer 45 - 50 minuten. Aanmelden voor de e-learning 'Opsporen van valrisico bij ouderen' kan [hier](#).

Wie gaat deze scholing volgen?

## 2. Aandachtspunten per fase in de valpreventieketen

### 2.1 Bewustmaking burgers

Verspreiden van informatie	
Op welke momenten, plaatsen en bijeenkomsten zijn veel ouderen bij elkaar?	
Wanneer kunnen we zelf vitaliteitsbijeenkomsten organiseren?	
Welke vormen van informatievoorziening willen we inzetten? Enkele voorbeelden zijn de website IkstasterkinAmstelland.nl, flyers, lokale media en sociale mediakanalen.	
Hoe maken we inwoners attent op de valrisico-inschatting (3 vragen)?	
Wie beheert de informatievoorziening en past deze indien nodig aan?	
Wie draagt daarvoor de kosten?	

### 2.2 Signaleren en opsporing

Bepalen mate van valrisico	
Wie neemt de valrisicotest af (om de mate van valrisico vast te stellen) en op welk moment? Worden hiervoor vrijwilligers ingezet? Wie traint deze vrijwilligers?	
Is voor iedereen duidelijk hoe verder na het vaststellen van het valrisico?	

### 2.3 Valrisicobeoordeling

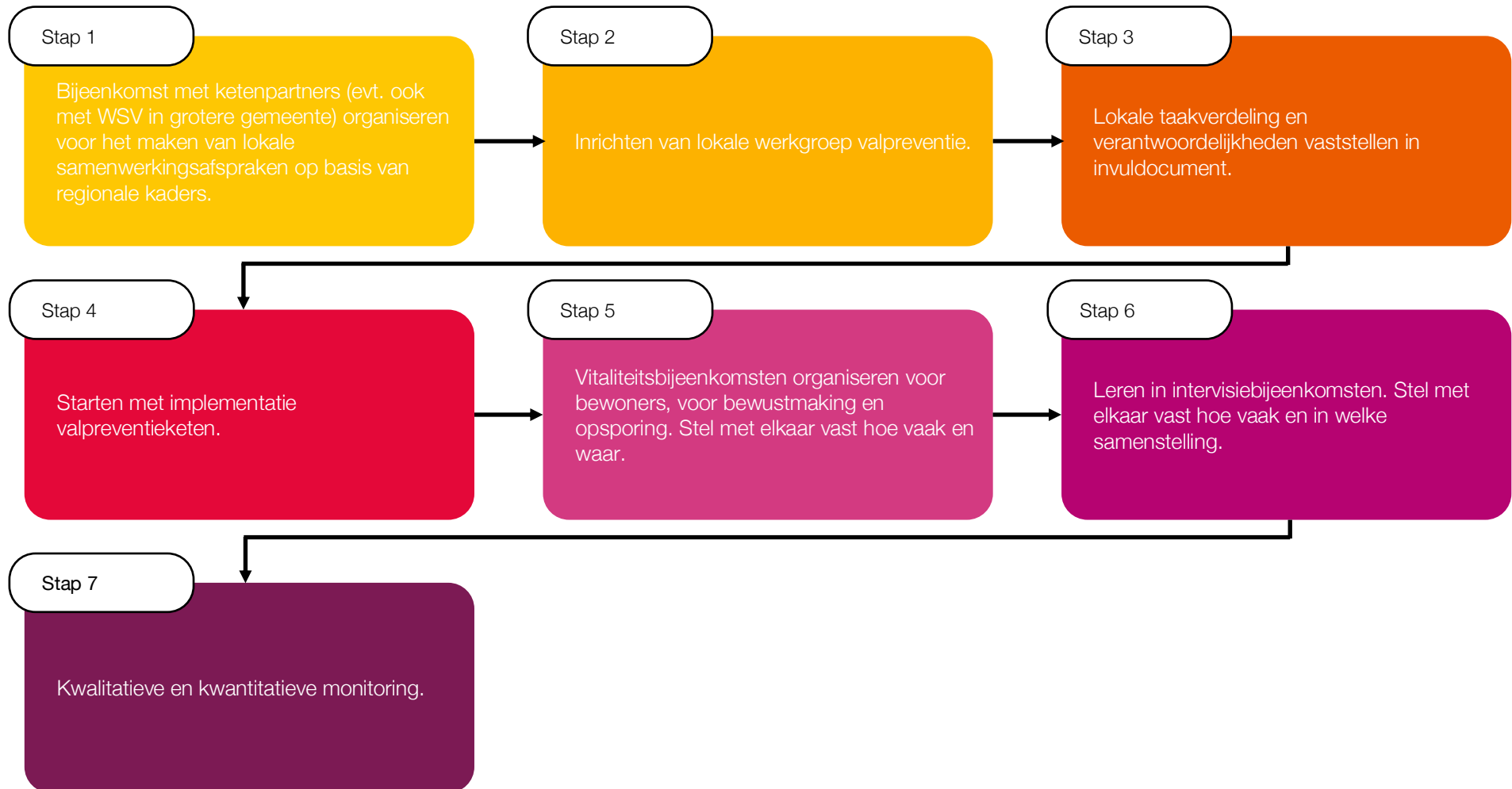
<b>Valanalyse</b>	
Wie voert de valanalyse bij hoog valrisico uit in de gemeente of wijk?	
Moeten er nog valanalisten opgeleid worden?	
Is er een goede spreiding over de wijken?	

### 2.4 Valpreventie beweginginterventies

<b>Beweginginterventie matig valrisico: In Balans</b>	
Hoe vindt de verwijzing naar In Balans plaats? Welk aanmeldingsformulier gebruiken we voor deelname aan cursussen? Waar wordt deze geplaatst?	
Wie doet de triage bij aspirant deelnemers, zodat mensen in de juiste groep belanden?	
Is de toeleiding naar regulier aanbod na afloop van de cursus geborgd?	

<b>Beweginginterventie hoog valrisico: Otago (individueel en groep)</b>	
Welke fysiotherapeuten bieden in onze gemeente of wijk het Otago-programma aan?	
Hoe vindt de verwijzing naar Otago plaats?	
Hoe borgen we dat mensen na afloop van het programma hun vaardigheden bijhouden?	

### 3. Stappenplan lokale inrichting ketenaanpak



## 4. Invulschema rollen en taken in de valpreventieketen

Gemeente	WSV	STAP 0 a Bewustmaking burgers	STAP 0 b Bewustmaking professionals	STAP 1 Signalering en opsporing	STAP 2 a Bepalen mate van valrisico	STAP 2 b Valrisico- beoordeling	STAP 3 Beweeg interventies en advies op maat	STAP 4 Structureel beweegaanbod	Communicatie beweegaanbod
Amstelveen		Dec 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participe</li> <li>• Amstelveen Sport</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participe</li> <li>• Amstelveen Sport</li> <li>• VVT Amstelring, Brentano en Zonnehuisgroep</li> <li>• WSV-partners</li> <li>• Vitaliteits-bijeenkomsten, griep- en coronacampagne</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participe</li> <li>• POH</li> <li>• VVT Amstelring, Brentano en Zonnehuisgroep</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fysiotherapeut</li> <li>• Oefentherapeut</li> <li>• Huisarts</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coördinatie, aanmelding ent triage 'In Balans' bij Participe</li> <li>• Coördinatie en aanmelding 'Otago' door fysiotherapeut</li> <li>• FTO Dekker ombouwen naar 'In Balans' in 2024</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participe</li> <li>• Amstelveen Sport</li> <li>• BoR-coach</li> <li>• GALM 55+</li> <li>• Informele en commerciële aanbieders</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Website 'ikstasterkinamsteland' leidt naar lokale aanbieders</li> <li>• Website Participe</li> <li>• Website Amstelveen Sport</li> </ul>
	De Marne	April 2024							
	Bankras	April 2024							
	Randwijk								
	Keizer Boven West	Maart 2024							
	Molenweg	Sept 2024							
	Zonnestein								

Gemeente	WSV	STAP 0 a Bewustmaking burgers	STAP 0 b Bewustmaking professionals	STAP 1 Signalering en opsporing	STAP 2 a Bepalen mate van valrisico	STAP 2 b Valrisico- beoordeling	STAP 3 Beweeg interventies en advies op maat	STAP 4 Structureel beweegaanbod	Communicatie beweegaanbod
Ouder-Amstel		Nov 2023 Maart 2024 Juni 2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coherente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coherente</li> <li>• VVT Amstelring, Brentano en Zonnehuisgroep</li> <li>• Vitaliteits-bijeenkomsten griepcampagne</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coherente</li> <li>• Fysiotherapeut</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fysiotherapeut</li> <li>• Oefentherapeut</li> <li>• Huisarts</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coördinatie, aanmelding en triage 'In Balans' door Coherente</li> <li>• Coördinatie en aanmelding 'Otago' door fysiotherapeut</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coherente</li> <li>• Informele en commerciële aanbieders</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Website 'ikstasterkinamsteland' leidt naar lokale aanbieders</li> <li>• Sportief Ouder-Amstel</li> <li>• Beweegwijzer</li> <li>• Coherente</li> </ul>
	Ouderkerk a/d Amstel								
	Duivendrecht								
Aalsmeer	Aalsmeer	Dec 2023 Mei 2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participe</li> <li>• Team Sportservice (TSS)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participe</li> <li>• Team Sportservice (TSS)</li> <li>• VVT Amstelring, Brentano en Zonnehuisgroep</li> <li>• Vitaliteits-bijeenkomsten griepcampagne</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participe</li> <li>• Team Sportservice (TSS)</li> <li>• WSV: huisarts of POH (bij bekende kwetsbaren), fysiotherapeut, apotheek (o.b.v. search)</li> <li>• VVT Amstelring, Brentano en Zonnehuisgroep</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fysiotherapeut</li> <li>• Oefentherapeut</li> <li>• Huisarts</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coördinatie, aanmelding en triage 'In Balans' bij Participe</li> <li>• Coördinatie en aanmelding 'Otago' door fysiotherapeut</li> <li>• FTO PACA ombouwen naar 'In Balans' in 2024</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participe</li> <li>• Team Sportservice (TSS)</li> <li>• BoR-coach</li> <li>• Informele en commerciële aanbieders</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Website 'ikstasterkinamsteland' leidt naar lokale aanbieders</li> <li>• Website Participe</li> <li>• Website Noord Holland Actief</li> </ul>
Uithoorn	Uithoorn	Feb 2024 Q3 2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participe</li> <li>• Team Sportservice (TSS)</li> <li>• Uithoorn voor Elkaar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participe</li> <li>• Team Sportservice (TSS)</li> <li>• Uithoorn voor Elkaar</li> <li>• VVT Amstelring, Brentano en Zonnehuisgroep</li> <li>• Vitaliteits-bijeenkomsten griepcampagne</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participe</li> <li>• Team Sportservice (TSS)</li> <li>• Uithoorn voor Elkaar</li> <li>• VVT Amstelring, Brentano en Zonnehuisgroep</li> <li>• Vitaliteits-bijeenkomsten griepcampagne</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fysiotherapeut</li> <li>• Oefentherapeut</li> <li>• Huisarts</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coördinatie, aanmelding en triage 'In Balans' door Uithoorn voor Elkaar</li> <li>• Coördinatie en aanmelding 'Otago' door fysiotherapeut</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Uithoorn voor Elkaar</li> <li>• Team Sportservice (TSS)</li> <li>• Informele en commerciële aanbieders</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Website 'ikstasterkinamsteland' leidt naar lokale aanbieders</li> <li>• Website Uithoorn voor Elkaar</li> </ul>