

De Gezonde Wachtkamer

Academische Huisartsenpraktijk Groningen, UMCG

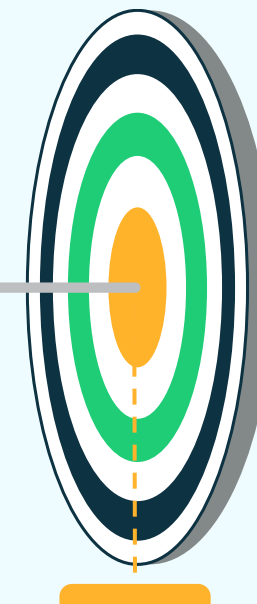
Beweeg, ontspan, ontdek



Onderdeel 1: Doel van het project

Het doel van het project is om patiënt en hulpverlener te laten ervaren hoe een gezonde wachtkameromgeving kan bijdragen aan een gezonde leefstijl.

UMCG:



Verzamelen informatie gezonde wachtkamer

- Literatuur
- Eerdere projecten
- Medewerkers
- Patiënten
- Beweegaanbod

Inrichting wachtkamer en spreekkamer

- Principes leefstijlroer
- Principes positieve gezondheid
- Beweeg, ontspan, ontdek

Herinrichting a.d.h.v. evaluaties

- Gebruik en verplaatsen van elementen
- Ervaringen medewerkers
- Ervaringen patiënten

Leefstijlgesprek in spreekkamer

- Gezonde wachtkamer als haakje om over leefstijl te praten

Impact

- Aandacht creëren gezonde leefstijl
- Breng patiënten in beweging
- Stimulering leefstijlgesprek in de spreekkamer
- Versterking samenwerking zorg & lokale beweegaanbod

Onderdeel 2: Wat is er veranderd in de zorg

UMCG:

Vóór het project



- Zittende elementen
- Leesmateriaal
- Geen aandacht gezonde leefstijl

Ná het project

- Patiënt heeft een keuze
- Actieve elementen
- Ontspannende elementen
- Inspirerende elementen
- Gezonde wachtkamer als haakje naar leefstijlgesprek in spreekkamer

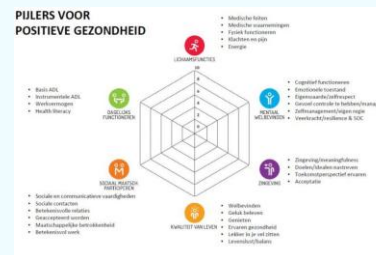


“

“Wat een mooie
actieve
wachtkamer en
wat een
inspirerende foto-
rapportage!”

”

umcg:



Onderdeel 2: Wat is er veranderd in de zorg?

UMCG:

Hoe ziet de samenwerking (keten) eruit?

- Huisarts, doktersassistent, verpleegkundige
- UMCG: Beweegziekenhuis, GLIM, afdeling Eerstelijns Zorg, communicatie
- Hanze hogeschool, studie sportkunde
- Sociaal Domein, Gemeente Groningen
- Fysiotherapie, Diëtist
- Kenniscentrum sport en bewegen: beweegstimulerende inrichting JGZ
- Interieur architect

Wat heeft de samenwerking opgeleverd

- Een gezonde wachtkamer waarin mensen een keuze hebben om een gezonde activiteit te kiezen, waarin aandacht is voor gezonde leefstijl
- Meer aandacht voor leefstijl en positieve gezondheid in spreekkamer
- Verstevinging samenwerkingsnetwerk
- Stageplek voor studie sportkunde en bewegingswetenschappen
- Meer werkplezier

“

“Je ziet gewoon dat er wat verandert in de wachtkamer. Mensen komen in beweging.”

”

Onderdeel 3: Wat merken patiënten ervan?

UMCG:

Evaluatie elementen

Geleidelijk in beweging
Van passief zitten, naar
actief zitten.

Positie en aantal
materialen bepaalt
gebruik

Materialen werden
meegenomen en
gedeeld

- Leefstijlroer
- Positieve gezondheid
- Oefening of sudoku

Puzzel bracht contact en
verbinding

Perspectief patiënten

"Ik hoef mij hier niet te
vervelen. Ook is er
mentale afleiding"

"De foto's inspireren
mij. Vrouw in het
water, zingende
mensen. Blij
gezichten. Hoe doen
zij dat?"

"Een wachtkamer
waar je mentaal en
fysiek uitgedaagd
kan worden voor
iedereen."

Perspectief medewerkers

"Je ziet iedere dag wel
iemand fietsen,
bewegen, puzzelen of
de expositie bekijken."

"Het maakt mijzelf ook
bewuster van de
impact van leefstijl op
gezondheid en het
belang van het
leefstijlgesprek."

"Ik gebruik de
gezonde
wachtkamer als
haakje naar het
leefstijlgesprek"

“

"Ik zat te aarzelen
of ik een stoelfiets
aan zou schaffen.
Nu ik hem in de
wachtkamer heb
geprobeerd, ga ik
hem kopen!"

”

Onderdeel 4: Welke stappen hebben jullie gezet?

Hoe hebben jullie het project aangepakt?

Een studente Sportkunde had als afstudeerchallenge om een gezonde wachtkamer vorm te geven en in te richten

Stappen

- Input voor inrichting verzamelen: literatuur, medewerkers, patiënten panel
- Observaties gedaan (gebruik van elementen geturfd in oude wachtkamer)
- Nieuwe elementen in de wachtkamer geplaatst
- Feedback ontvangen van collega's en patiënten
- Elementen verplaatst, verwijderd en toegevoegd
- Observaties gedaan (gebruik van elementen geturfd in nieuwe wachtkamer)
- Feedback ontvangen van collega's en patiënten

“

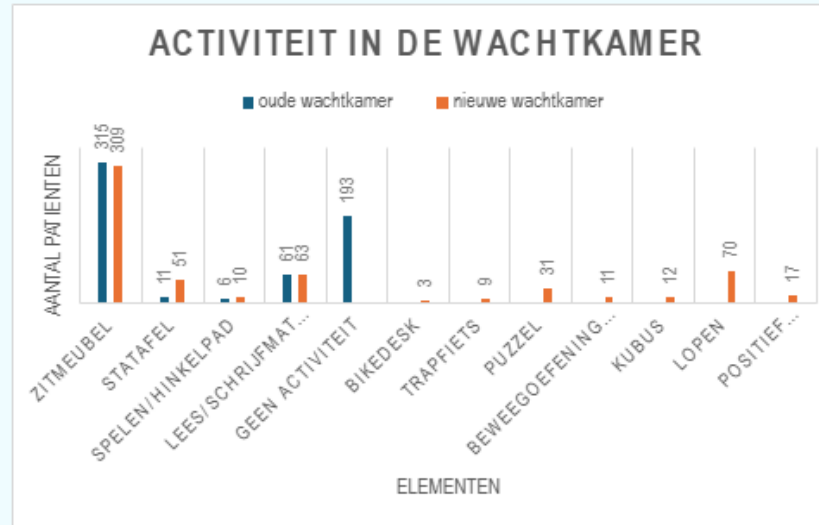
Ik gebruik de gezonde wachtkamer als haakje naar het leefstijlgesprek.

Van focus op ziekte naar focus op gezondheid

”

Onderdeel 5: De impact in cijfers

Het gebruik van elementen is geturfd in de oude wachtkamer en in de nieuwe wachtkamer.

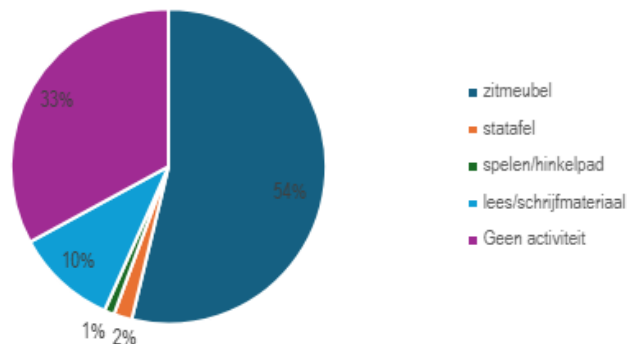


Opvallende resultaten

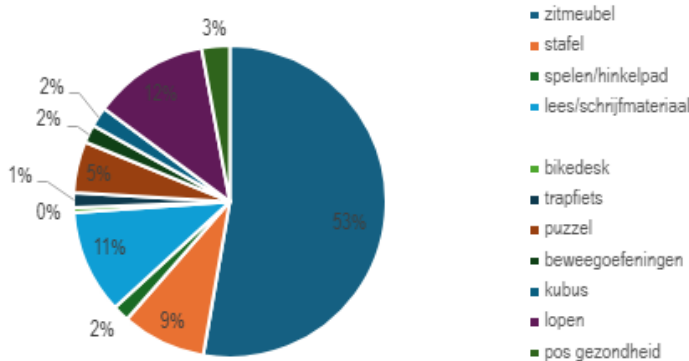
Het aantal activiteiten in de wachtkamer nam met 33% toe

37% van de patiënten koos voor een staand consult

oude wachtkamer



nieuwe wachtkamer



Onderdeel 6: Wat werkte goed – en wat minder?

UMCG:

Barrières

- Veranderweerstand medewerkers versus enthousiasme projectteam
 - Geef het tijd
 - Luister en pas aan
- Bottum-up ontwikkelingen versus top-down ontwikkelingen
 - Elkaar ontmoeten

Succesfactoren

- Eigenaarschap creëren
- Stem je materiaalkeuze af op je patiënten populatie. Diverse populatie = divers aanbod.
- Van klassiek naar actief zitmeubel
- Positie en aantal elementen bepaalt gebruik
- Impact balie assistente
 - “Gaaf u maar zitten”
 - “Kies een activiteit die u fijn vindt”
- Blijf verrassen en geleidelijk variëren.
- Inspireren en spiegelen i.p.v. adviseren en overtuigen

Neveneffecten

- Nieuwe samenwerkingen ontstaan, bijvoorbeeld
 - FC Groningen in maatschappij
 - I research, JGZ
 - Beweegziekenhuis
 - Beweegalliantie, etc.
- Door delen projectsubsidie meer zichtbaarheid binnen en buiten de organisatie
- [Handreiking Gezonde Wchtkamer](#) (i research)
- Opinief artikel Nederlands Tijdschrift Leefstijl geneeskunde (eind 2025)
- [Als het anders loopt – Het Houten Huis](#) Panel lid bij theatervoorstelling over een wchtkamer waar je niet wilt zijn

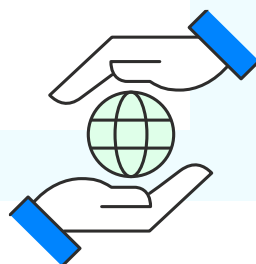


Onderdeel 7: Hoe gaat het nu verder?

UMCG:

Wat is geborgd?

- De inrichting van onze gezonde wchtkamer
- Project team Healthy Ageing AHG
- Stagepraktijk sportkunde bewegingswetenschappen
- Versterkte samenwerking zorg & lokale beweeg-aanbod



Wordt het uitgebreid?

Nieuwbouw

Implementatieplan

De Gezonde wchtkamer is een blauwdruk voor

- Taskforce Duurzaamheid UMCG gezonde inrichting
- Ontwikkeling healthy ageing campus umcg, beweegziekenhuis, poli

Leefstijl in de spreekkamer



Wie blijft verantwoordelijk?

- Tina van der Velde, huisarts & kaderhuisarts bewegingsapparaat
 - j.l.van.der.velde@umcg.nl
- Hwa Monen, praktijkverpleegkundige somatiek
 - H.j.f.monen@umcg.nl
- AHG healthy ageing project team
 - healthyageing@ahg.umcg.nl

