

Klaar voor de Start!

Doe jij mee als POH-GGZ?

De wachtlijsten zijn een steeds groter probleem. Arkin wil graag zo snel mogelijk haar cliënten helpen en daarom de wachttijd goed benutten. We hebben daarom de pilot Klaar voor de Start ontwikkeld vanuit de Voordeur van Arkin. Centrale Aanmelding Arkin, Roads en Preventie werken hierin nauw samen.

Tijdens dit programma krijgen patiënten een persoonlijke coach en groepssessies over leefstijl. Zo kunnen zij starten met een gezond herstel als voorbereiding op hun behandeling. Door de wachttijd zo goed mogelijk te benutten, hopen we dat patiënten niet achteruit gaan. Maar vooral vooruit. En daar willen wij een belangrijke rol spelen.

Doelgroep

- Patiënten zonder verwijzing, met klachten zoals depressie, angst, persoonlijkheidsproblematiek en PTSS. die binnenkomen via de POH-GGZ met bovenstaande klachten. Doel: voorkomen dat patient doorstroomt naar de sGGZ.
- Patiënten met bovenstaande klachten, waarbij de huisarts een verwijzing naar de sGGZ overweegt.
- Patiënten met verwijzing met bovengenoemde klachten. Voor hen geldt vaak een wachttijd van minimaal 6 maanden. Zij worden benaderd door de Centrale Aanmelding van Arkin.

Uit de evaluatie van de eerste pilot is gekomen dat de POH-GGZ een belangrijke rol kan vervullen in dit project. Juist omdat de POH-GGZ de patiënt al in een vroeg stadium ziet. Daarnaast kent de POH-GGZ de sociale kaart goed en kan daarom de juiste interventies aanbieden vanuit dit programma,

We hebben een subsidie ontvangen om de POH-GGZ te trainen in de leefstijlmethodiek van Klaar voor de Start. We hopen dat we na de pilot dit kunnen gaan standaardiseren binnen Arkin.

Zo kunnen we ons samen inzetten voor een gezond herstel van de patiënt.

Wat ga je doen als POH-GGZ bij Klaar voor de Start?

- Aanmelden van jouw patiënten bij Klaar voor de Start. Patient past in de omschreven doelgroep, waarbij huisarts een eventuele verwijzing naar Arkin overweegt.
- Aanleveren van een korte omschrijving van de klachten van de patient. (Reden aanmelding).
- Het voeren van voortgangsgesprekken gedurende de wachttijd tot aan de eventuele behandeling bij Arkin.

Wat bieden wij?

- Training
- Begeleiding vanuit Klaar voor de Start

Interesse om mee te doen? Of wil je meer weten?

mail naar Klaarvoordestart@arkin.nl



Hoe ziet het traject eruit voor de deelnemers?

Start

Welkomsgesprek van 1,5 uur met de persoonlijke coach. Hierin worden de onderdelen van leefstijl besproken zoals: slapen, bewegen, voeding en dagbesteding. Ook komen stress, financiën en werk aan bod.

Uit het gesprek komt een aanbod tot stand voor een programma of training vanuit Arkin en over het aanbod in de stad. Ze ontvangen een werkboek voor het gehele traject met tips en adviezen.

Vier keer een groepsbijeenkomst over leefstijl

Tijdens deze bijeenkomsten leert de cliënt andere mensen kennen die in een soortgelijke situatie zitten. Dit kan een steunend effect hebben. Het doel is dat de deelnemers van en met elkaar leren om het mentale en lichamelijke welzijn te verbeteren.

Volgen activiteiten in het sociale domein en regelmatig contact coach gedurende het traject

Maandelijks is er contact met de coach. De coach adviseert en enthousiasmeert en is de gesprekspartner tot aan de start van de eventuele behandeling.

En dan... Klaar voor de Start!

Onderwerpen van de groepsbijeenkomsten

De groepsbijeenkomsten worden gegeven door preventie medewerkers met leefstijl expertise van Arkin. Per keer wordt er een thema besproken en wordt er een activiteit ondernomen zoals mediteren, ademhalingsoefening, buiten wandelen. Om naast theorie ook ervaringen op te doen die positief bijdragen aan een gezondere leefstijl.

