

Groepsconsult Vijlen Blue zone Vijlen

Resultaten implementatievouchers

Onderdeel 1: Doel van het project

Via het Groepsconsult Vijlen een integraal, multidisciplinair en domeinoverstijgend leefstijlaanbod implementeren voor inwoners met metabool syndroom, prediabetes en diabetes type 2 in Vaals en Gulpen-Wittem, zodat hun gezondheid verbetert en de opmars van leefstijlgerelateerde aandoeningen duurzaam wordt gestopt.



November 2025

Opzetten projectstructuur, afspraken met partners maken, doelgroep definiëren en planning concretiseren.

December 2025 – januari 2026

Ontwerp & co-creatie: Samen met inwoners en professionals het groepsconsult inhoudelijk uitwerken en logistiek organiseren.

Februari – maart 2026

Implementatie & uitvoering Groepsconsulten, doorverwijzingen laten lopen via de keten en bijsturen op basis van eerste ervaringen.

April – mei 2026

Evaluatie & borging Resultaten & lessen vastleggen, structurele inbedding in Blue zone Vijlen en de keten formaliseren.

Onderdeel 2: Wat is er veranderd in de zorg?

Vóór het project

Pathogenese: voornamelijk medische en individueel gerichte behandeling in zorg voor ziekte.

Hoe zag de samenwerking (keten) eruit?

Zorg 2e of 3e lijn

Specialistische zorg verloopt via individuele verwijzingen van de huisarts naar het ziekenhuis of specialist, met beperkte terugkoppeling naar het dorp en weinig aandacht voor leefstijl als vast onderdeel van de behandeling.

Zorg 1e lijn

Huisartsen, POH's, fysiotherapeuten, apotheek en andere eerstelijnsprofessionals werken vooral monodisciplinair of bilateraal samen rond de individuele patiënt, zonder structureel groepsconsult of gedeeld leefstijlzorgpad.

Sociaal domein / thuis

Gemeente, beweegmakelaars, welzijnswerk en inwonersinitiatieven zoals Blue zone Vijlen lopen grotendeels naast de zorg, met incidenteel contact met de huisartsenpraktijk en weinig structurele, wederkerige afstemming rondom leefstijl en samenredzaamheid.

Ná het project

Salutogenese: integraal, multidisciplinair en groepsgericht leefstijlzorgmodel waarin medische en sociale domein samen met inwoners structureel samenwerken in

Wat heeft de samenwerking opgeleverd

Er is in Vijlen een structureel groepsconsult waarin huisartsen, paramedici, apotheker, leefstijlcoach, psycholoog, beweegmakelaar, gemeente en inwoners kunnen samenwerken met betere onderlinge afstemming, snellere doorverwijzing naar passend (dorps)aanbod en meer eigen regie en samenredzaamheid bij inwoners.

“In de groep was ruimte voor zingeving. Dat gaf diepgang en hielp me om mijn herstel en rookstop te verbinden aan mijn levenspad.”

Onderdeel 3: Wat merken cliënten ervan?

Steunend netwerk

“De groep gaf mij nét dat extra zetje en een stok achter de deur om nu echt te stoppen met roken. Door het samen te doen voelde ik me gesteund en minder alleen in het proces.”

Ervaringen delen

“Ik vond het heel fijn dat de coach ook ervaringsdeskundige is. Dat maakte het contact gelijkwaardig en veilig; ik voelde me echt begrepen in mijn verslavingsgevoeligheid.”

Vrij-Gelijk-Samen

“Het Groepsconsult hielp me om anders te kijken naar ‘voor altijd gestopt zijn’. Minder als druk, meer als een keuze om vrij te zijn. Dat haalde veel spanning weg.”

“

“De praktische uitleg over voeding en intermitterend fasting gaf me concrete handvatten. Ik merk dat ik nu niet alleen rookvrij ben, maar ook bewuster met eten en energie omga.”

”

Onderdeel 4: De impact in cijfers



Aantal
patiënten
bereikt:

70



Aantal
zorgverleners
getraind

8



Aantal consulten
waarvan leefstijl
'vast' onderdeel is

30



Aantal
verwijzingen

30

Opvallend

“Terugval werd niet veroordeeld, maar genormaliseerd als onderdeel van leren. Daardoor durfde ik eerlijk te zijn over mijn patronen, ook rond eten en andere gewoontes.”

Onderdeel 5: Wat werkte goed – en wat minder?

Succesfactoren

- Inbedding in bestaand initiatief Blue zone Vijlen (vertrouwen, netwerk, continuïteit).
- Actieve en gelijkwaardige inwonersparticipatie
- Focus op zorg voor gezondheid in plaats van alleen medische zorg



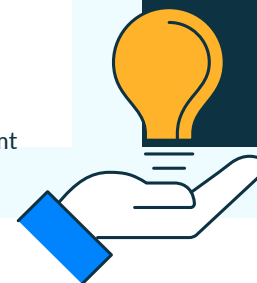
Leerpunten

- Het kost tijd om domeinoverstijgende samenwerking (zorg-sociaal domein-inwoners) te organiseren en ieders rol en verantwoordelijkheid scherp te krijgen.
- Vroege en structurele betrokkenheid van inwoners is cruciaal, maar vraagt om een actieve, goed gefaciliteerde aanpak.
- Het borgen van financiering (zoals S3) na de projectperiode moet vanaf de start worden meegenomen, niet pas aan het eind.
- Niet alle professionals zijn direct vertrouwd met groepsconsulten en leefstijl als hoofdthema; scholing en gezamenlijke reflectie blijken nodig.
- Aansluiting op bestaande initiatieven in het dorp voorkomt versnippering, maar vraagt voortdurende afstemming en flexibiliteit.

“

“Door het groepsconsult durf ik nu breder naar mijn toekomst te kijken, niet alleen rookvrij. Ik denk zelfs na over hoe ik mijn eigen herstelervaring kan inzetten om anderen te helpen.”

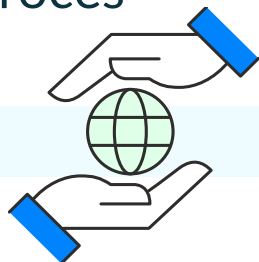
”



Onderdeel 6: Hoe gaat het nu verder?

Wat is geborgd?

- GC-Vijlen is structureel ingebed in Blue zone Vijlen
- Doorverwijzing naar het groepsconsult en dorpsaanbod wordt steeds meer onderdeel van het reguliere werkproces



Wordt het uitgebreid?

- Mogelijk vervolg via **Check+** (samenwerking Diabetesfonds & Hartstichting)



Wie blijft verantwoordelijk?

- Blue zone Vijlen blijft dragende partner voor de inbedding in het dorp en de verbinding met het sociale domein.

