

Bijlage 1: Aanpak Valpreventie 2025-2026 (onderdeel GALA)

VALPREVENTIE gemeente Weert

Aanleiding

Valpreventie als onderdeel van GALA

Opdracht: Het verminderen van valgevaar bij thuiswonende ouderen.

Vallen is een verborgen epidemie die naast hoge zorgkosten ook veel consequenties heeft voor de ouderen zelf zoals valangst, eenzaamheid en afnemende gezondheid.

Valpreventie dient door de gemeente te worden uitgevoerd in 2025 en 2026 als onderdeel van het GALA.

Er is in 2024 een pilot uitgevoerd in Boshoven en de evaluatie is meegenomen in dit vervolgtraject (bijlage 1)..

Doel

Het voorkómen van valincidenten bij thuiswonende ouderen door:

1. Thuiswonende ouderen op te sporen, voorlichting geven over en screenen op valgevaar (14%).
2. Thuiswonende ouderen met matig valgevaar doorgeleiden naar een beweeginterventie (3%).
3. Het zorgen dat ouderen structureel blijven bewegen om vallen te voorkomen.

Ad 1: Er zijn in 2023 12.222 ouderen boven de 65 jaar. Onduidelijk is hoeveel thuiswonende ouderen dit zijn. Gemiddeld is het 24% van de populatie, maar dit is meer in de wijken: Centrum, Maaspoort, Groenewoud, Fatima, Kazernelaan, Moesel, Altweeterheide en Stramproy.

Resultaat

1. In totaal zijn 1500 thuiswonende ouderen van 65 jaar en ouder opgespoord, waarbij het valrisico is bepaald en een passende interventie is geboden (voorlichting/beweeginterventie/specifieke interventie op basis van hoog valrisico) en is geborgd in een structureel laagdrempelig aanbod.
2. Aan 300 ouderen met een matig valgevaar is een passende interventie geboden. Daarbij is een lange termijn gedragsverandering bewerkstelligd, waardoor ouderen blijven bewegen op een bij hun passende manier.

Aanpak:

1. **Informereren betrokkenen met als doel thuiswonende ouderen en hun mantelzorgers op te sporen:** door Coördinator Valpreventie
 - a. Indeling maken van de wijken en dorpen en door samenwerking met buurtwerker van Punt Welzijn en aansluiten bij initiatieven die er zijn in de wijken. De activiteiten in 2025 richten op de gebieden (1.Stad, 2 Weert-Zuid, 3 Dorpen-Zuid). In 2026 nogmaals op deze gebieden en ook de overige gebieden.
 - b. Huisarts en POH informeren: Zij zijn betrokken bij het screenen van ouderen op valgevaar.
 - c. Zorgdomein en maatschappelijke partners: Zij komen 'achter de voordeur', zijn van belang om de doelgroep op te sporen, en daarnaast om de inschatting van het valrisico te doen. Samenwerking met Eerste Lijns Zorg Midden Limburg (EZML), fysiotherapie Land van Horne, valpoli SJG.
 - d. Wijkverpleging (met name Tzorg en Land van Horne): aparte bijeenkomsten in diverse team overleggen. Samenwerking met Land van Horne fysiotherapie.
 - e. Sociaal domein betrekken: informatie delen op mantelzorgbijeenkomsten en activiteiten in het kader van eenzaamheid en armoedebestrijding.
 - f. Folder met uitleg valpreventie opzet en valrisico vragen (gemeente).
 - g. Communicatie in media, huisartsen, poli's SJG (gemeente).
2. **Informatiemiddag Vitaal ouder worden voor thuiswonende ouderen organiseren:(10 x p.j.)**

Ouderen informeren over het voorkomen van vallen, de manieren van preventie en algemene gezondheidsadvies.

Aanvullend vitaliteitsdagen organiseren over de rol van voeding (door diëtist), medicijnen (door apotheker), schoeisel (door podotherapeut), hulpmiddelen (ergotherapeut). (3 x per jaar).

Organisatie door Coördinator, presentatie door één fysiotherapeut EZML/Land van Horne.

3. Screening op valgevaar organiseren:(10 x p.j.)

Screenen en aanmeldmogelijkheid voor beweeginterventie voor mensen met matig valgevaar. Bij voorkeur aansluitend aan de informatiemiddag/vitaliteitsdag. Ook in een woonzorgcomplex en bij de griep prik organiseren om de doelgroep met matig valgevaar te bereiken.

Organisatie door Coördinator/beweegmakelaar, twee fysiotherapeuten EZML/Land van Horne voor de beoordeling.

4. Beweeginterventies uitvoeren

a. Vallen verleden tijd (door een fysiotherapeut EZM) 5 weken 2 x per week (10 x p.j.)

b. In Balans (door een fysiotherapeut Land van Horne) 13 weken 2 x per week (3 x p.j.)

5. Leiden naar structureel aanbod beweeginterventie

Door gesprekken met beweegmakelaar van Punt Welzijn beweegmakelaar.

6. Uitbreiden van het structurele aanbod

Bewerkstelligen dat meer mensen aan structureel bewegen doen (balans en spierkracht) en zo nodig daarvoor samen met aanbieders extra beweegactiviteiten opzetten en/of deelname aan activiteiten voor 65-plussers die geen verhoogd valrisico (meer) hebben stimuleren.

7. Valanalyse van ouderen met hoog valrisico: geen taak gemeente

Door huisarts, vergoedt door de zorgverzekeraar.

Rol van Valpoli SJG bij complexe problematiek na verwijzing huisarts.

Aanbieden beweeginterventie Otago via financiering zorgverzekeraar.

8. Interventie op maat bij hoog valgevaar: geen taak gemeente

Specifieke individuele interventies: nieuwe bril, steunzolen door Zorgverzekering/inwoner etc.

Ook behandeling evenwichtsstoornis mogelijk na bepaalde indicatiestelling.

Aanbieden beweeginterventie Otago via financiering zorgverzekeraar.

Planning:

Per wijk 3 informatiebijeenkomsten en 1 vitaliteitsdag met aansluitend een screeningsmoment op valgevaar.

3 In Balans cursussen per jaar (voorjaar, zomer, najaar).

10 Vallen Verleden Tijd (met max. 2 parallelle groepen) per jaar

Indien akkoord worden nadere details uitgewerkt in lijn met het voorstel.

Organisatie:

Punt Welzijn: coördinator en beweegmakelaar

Fysiotherapeuten Weert (georganiseerd in EZML)

Fysiotherapie Land van Horne

Gemeente Weert: Dorien van Aggel (beleidsadviseur gezondheid), Patricia Vos (Financiën)

Valpoli SJG

Begroting:

Zie bijlage 2.

Randvoorwaarden

Zorgverzekeraar vergoedt Interventie op maat en screening hoog valrisico

In de bepaling van het resultaat is uitgegaan van de doelen die in het GALA zijn gesteld door VWS. De kanttekening is of dit reële doelen zijn, omdat het een uitdaging is om de mensen te bereiken en daarna te motiveren voor deelname.

Scope, afbakening en raakvlakken

Alleen erkende beweeginterventies aanbieden (in Balans en Vallen verleden tijd)

Raakvlakken: verplichte ketenaanpak GALA/IZA, en de vergoeding die door de zorgverzekeraar wordt geboden, welke nog in ontwikkeling is. Dit evalueren en het beleid daarop eventueel tussentijds aanpassen.

Bijlagen:

1: Evaluatie Pilot valpreventie Boshoven 2024

2: Begroting Valpreventie 2025