Welkom!

- Korte intervisiemomenten voor procesbegeleiders mondzorg (22/02/2024 en 29/02/2024 telkens van 12u15-13u15)

Kennismaking

- Vervanger: Valerie Wuestenbergs
- E-mail: Valerie.Wuestenbergs@gezondemond.be
- Periode: Maart-September’24
- Werkschema: alle voormiddagen tot 13u

Planning project

- Dag van de Mondgezondheid: 20/03/2024
- Deadline indienen kwartaalbetaling kwartaal 1 van 2024: 15/04/2024

  → Inbelmoment met Kathleen DC (Gezond Leven) mogelijk voor vragen rond facturatie (18/03-15/04)
- (Intervisie voor WZCs: 30/05/2024 - Brussel)
- Eerstvolgende opleidingsreeks procesbegeleiders mondzorg:
  - Generiek gedeelte: 16/09 (online); 19/09/2024 (Brussel)
  - Themaspecifiek gedeelte: 26/09 (Gent); 27/09/2024 (Leuven)
- Optimalisatie projectpagina www.demondzorglijn.be



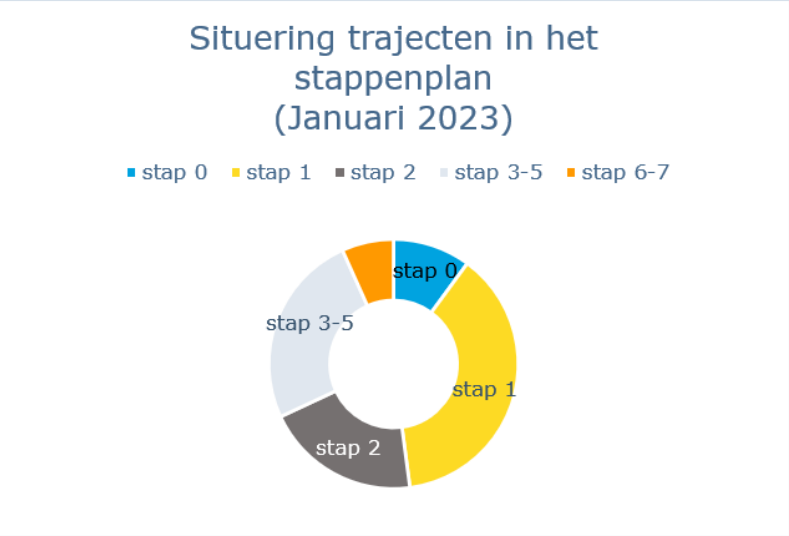
Planning project

- We zijn nog op zoek naar procesbegeleiders voor WZC in volgende regio’s:
    - Wachtebeke
    - Wijtschate (Heuvelland)
    - Avelgem
    - Tienen (3)
    - Tervuren
    - Begijnendijk (Aarschot)
    - Testelt (Scherpenheuvel-Zichem)
    - Herentals (3)
    - Balen
    - Mol



Update project

- Voortgang trajecten:





- Nieuwe materialen voor PB's op www.demondzorglijn.be:
  - Voorbeeld ingevuld evaluatierapport (stap 6)
  - Voorbeeldtekst (over terugbetaling van het tandartsbezoek) voor een bewonerskrantje

Thema’s (22/02/2024)

- Motivatie van het mondzorgteam en/of andere zorgverleners
- Opleidingen geven
- Vragen

Motivatie creëren



Gebaseerd op principes van de ‘Making Every Contact Count’ (MECC)- benadering en KRACHt richtlijn van Gezond Leven

MECC = benadering voor gedragsverandering



Behaviour change interventions mapped to NICE Behaviour Change: Individual Approaches
https://www.nice.org.uk/Guidance/PH49

“Mensen komen naar mij met een oplossing”

Eens

Oneens



“Het geven van informatie zorgt ervoor dat personen veranderen”

Eens

Oneens



Principes van ‘Gezonde gespreks-vaardigheden’

- Ik ben niet verantwoordelijk voor de keuzes die mensen maken
- Het geven van informatie alleen zal er niet voor zorgen dat personen veranderen
- Personen komen naar ons met oplossingen
- Je kan mensen niet overtuigen hun gewoontes te veranderen

Wat dan wel?

- Openen met een open ontdekkingsvraag
- Doel: begrijpen van de ondersteuning die men vraagt of nodig heeft
- WAT en HOE?

Healthy Conversation Skills:

response styles

What?

How?

Open Discovery Question

Open Question (other)

Closed Question

Empathy / Reflection

In my experience

Telling / Suggesting

GEZOND LEVEN

Wat zijn ‘open discovery’ vragen?

1. Wat als je op een andere dag probeert?
2. Wat als je deze dienst eens probeert te gebruiken?
3. Waarom heb je de tandarts nog niet gebeld?
4. Hoe zou je het graag doen?
5. Wat voor ondersteuning heb je nodig?
6. Heb je graag meer informatie?

Wat zijn ‘open discovery’ vragen?



Enkele casussen?

- Hebben jullie voorbeelden waar het goed ging of waar het minder goed ging?

Andere strategieën voor het creëren van motivatie:

- **Stellen van doelen:**
  - Niet sturen
  - Samen bespreken op maat van behoeften
- **Winst – verlies framen**

Voorbeelden:

- *Door tandartscontroles te verwaarlozen, kan je te laat zijn om je gebit te redden en moeten er tanden getrokken worden.* (verliesframe)
- *Door je tanden elke dag te flossen, worden etensrestjes uit je mond verwijderd. Daardoor krijgen bacteriën geen kans en blijft je adem fris.* (winstframe)

  →Wordt makkelijker geaccepteerd, het voorkomt een defensieve reactie

- **Persuasieve communicatie**

Nog meer weten?

- **18 april** = AhaHalfuurtje 23: ’t Is maar een woord’? Over het belang van framing in gezondheidscommunicatie
  In samenwerking met Leen Van Brussel van Vlaams Instituut Gezond Leven
  👉 Schrijf je in

Of https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScVbhzHlDe5dxIPFLxSOPoWpJmH-dVyXy35jwA0UcNIPV-uqQ/viewform

KRACH - T

heel weinig tijd (1 min.)

iets meer tijd (4min.)

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Vlaanderen is zorgzaam en gezond samenleven

K

kaart het aan
via een persoonlijke en positieve insteek

voorbeeld 1 "Deelgenomen aan de quiz van de oud-leiding van de scouts vorige week? Was het leuk? Zeg, trouwens, dat is een prima activiteit om je risico op dementie op latere leeftijd te verkleinen."

voorbeeld 2: "Ik heb net je wondje verzorgd, ik zou willen vermijden dat je het opnieuw krijgt. Kunnen we het even hebben over een aantal leefgewoonten om te vermijden dat het wondje terugkomt?"

R

relevante vraag stellen
die aanzet tot reflectie of actie

voorbeeld 1: "Ik las iets frappants vorige week, in het kader van de Werelddag Dementie. Weet jij hoeveel je je riscio op dementie kan verkleinen door bijvoorbeeld gezond te eten, te bewegen, goed te slapen, enzoverder?"

voorbeeld 2: "Heb je ooit al geprobeerd om te stoppen met roken? Wat heb je toen gedaan?"

A

advies op maat geven:
duidelijk en persoonlijk

voorbeeld 1: "Mag ik je nog wat meer vertellen over de invloed van een gezonde leefstijl op het risico op dementie? Onderzoek zegt dat ook voldoende slaap en ontspanning belangrijk zijn om dementie te vermijden, zeker voor jou met je veeleisende job en lange dagen, is dat extra belangrijk."

voorbeeld 2: "Voor jou met je verhoogde bloeddruk is het belangrijk om regelmatig te bewegen. Hiervoor kan je kijken naar de bewegingsdriehoek, die geeft duidelijk weer hoeveel je best zou bewegen. Hier heb je de brochure, pak maar mee."

C

creëer motivatie: plant een zaadje

voorbeeld 1: "Op een schaal van 1 tot 10: hoe belangrijk vind je het om nu op je 40ste al dingen te doen, zoals voldoende slapen en ontspannen, om je risico op dementie op latere leeftijd te verkleinen?"

voorbeeld 2: "Ik heb je net verteld over hoe stoppen met roken een invloed kan hebben op verschillende zaken. Welke daarvan zijn voor jou belangrijk?"

H

helpen bij de volgende stappen:
verwijs (warm) door

voorbeeld 1: "Ik verwijs je nog even naar de website "twee voor de prijs van één", daar vind je meer tips over wat je kan doen om je risico op dementie te verkleinen. Je zal zien: het meeste dat goed is voor je hart, is dat ook voor je hoofd."

voorbeeld 2: "Ik denk dat tabakoloog/diëtist/Bewegen Op Verwijzing-coach/... X echt een goeie match zou zijn met jou, ik geloof dat het zal klikken. Ze zit hier vlakbij, trouwens. Wat denk je, zal ik vragen of ze jou belt om een afspraak te maken?"

T

Tijd

Zichtbare gedragsverandering vraagt tijd, via KRACH-T werk je aan motivatie, en volgt de gedragsverandering op het ritme van de persoon

Opleiding geven

- Hebben jullie tips voor elkaar?
- LUDO tip van de week: “Wees een luie lesgever!”





Vragen vanuit PB’s

- Volgen jullie de tijdslijn? Een aanlooptijd van 8 à 9 maanden tussen het infomoment (stap 1) en het uitvoeren van acties (stap 5) lijkt mij zeer lang? Het draagvlak en motivatie die je creëert moet je lang aanhouden vooraleer je effectief begint op de werkvloer. Houden jullie hier zich aan?
- Wordt het mondzorgplan volledig ingevuld? Een deel hiervan is copy/paste van de gegevens van de BelRAI. Wat vinden de zorgverleners van dit mondzorgplan? Vinden zij het gemakkelijk om in te vullen; tijdrovend? Wordt dit na invullen geüpdatet, zoja hoe vaak?
- *Hoe verloopt het contact met tandartsen in de buurt voor samenwerking aan het project? Hebben zij hier tijd voor? (vraag te behandelen op 29/02/2024)*
- *0.2 VTE vrijstelling voor mondzorgcoördinator wordt vaak niet gerealiseerd. Hoe hiermee omgaan? (vraag te behandelen op 29/02/2024)*