FletioGezond
Multidisciplinair samenwerkingsverband
Vleuten, De Meern, Harmelen en Leidsche Rijn

Met veel enthousiasme presenteren wij derde editie van de NieuwsFlits van FletioGezond in 2026! Samen bouwen we aan gezonde buurten. In deze NieuwsFlits lees je weer over nieuwe initiatieven, inspirerende activiteiten en het laatste nieuws vanuit het samenwerkingsverband.

Ontspannen de zomer in!

We kijken terug op een bewogen eerste halfjaar in de negen buurten, waarin veel werk is verzet en mooie successen zijn behaald.

De maandelijkse buurtlunches worden goed bezocht door zorg- en welzijnsprofessionals en regelmatig ook door actieve bewoners. Daarnaast zijn begin dit jaar Parkwijk en Leidsche Rijn Centrum van start gegaan, waardoor nog meer professionals elkaar weten te vinden. Ook op andere vlakken is veel in beweging. Zo is het Verkennend Gesprek gestart in Leidsche Rijn. In het najaar volgen ook Vleuten-De Meern en worden deze gesprekken daar verder uitgerold.

De buurtzorgcirkels blijven groeien en steeds vaker weten buren elkaar te vinden voor hulpvragen en verbinding in de straat. Hoewel er al mooie stappen zijn gezet, blijven nieuwe buurtzorgcirkels van harte welkom.

Binnen de samenwerking met het sociaal domein zijn ook belangrijke ontwikkelingen zichtbaar. Samen met het regieteam Leidsche Rijn Netwerk X werken we aan gezondheidsvraagstukken. Daarnaast is dit jaar het regieteam Vleuten-De Meern vanuit de Wijkalliantie+ van start gegaan. Hier voeren we op tactisch niveau regie op gezondheidsvraagstukken en werken we samen aan domeinoverstijgende oplossingen.

Binnen Kansrijke Start, het geboortenetwerk, weten zorg- en welzijnsprofessionals elkaar steeds beter te vinden bij de ondersteuning van moeders en jonge kinderen in een kwetsbare positie. Rondom ouderen wordt eveneens intensief samengewerkt. In MDO's en palliatieve zorgoverleggen vinden professionals elkaar steeds beter, en de samenwerking tussen de VVT-organisaties en het sociaal domein rondom valpreventie wordt verder versterkt. We verwijzen ook steeds vaker door naar Welzijn op Recept. Zo worden bewoners toegeleid naar laagdrempelig aanbod, lotgenotengroepen of vrijwilligerswerk, waarmee we indirect de druk op de zorg verlichten. Blijf vooral doorverwijzen!

Tot slot zien we dat VIPLive steeds beter zijn weg vindt binnen onze samenwerking. Inmiddels verwijst maar liefst 92% via VIPLive door naar Welzijn op Recept.

Dit is slechts een greep uit alles waar we ons dagelijks voor inzetten. We zijn trots op wat we samen hebben bereikt en bouwen na de zomer graag verder aan een sterk netwerk in de wijk.

Wij wensen jullie een hele mooie en ontspannen zomer toe!

Hartelijke groeten,

Aafke en Julia
Wijkmanagers

Samen maken we de zorg in de wijk sterker!

Als zorgverlener weet je dat een hulpvraag lang niet altijd ophoudt bij je eigen vakgebied. Achter een klacht schuilt vaak meer: eenzaamheid, beperkte mobiliteit, leefstijl, mantelzorg of de behoefte aan meer sociale contacten. Juist dan maakt samenwerken het verschil.

Daar staat FletioGezond voor. FletioGezond brengt zorgprofessionals, welzijnsorganisaties en het sociaal domein in Leidsche Rijn, Vleuten, De Meern en Harmelen met elkaar in verbinding. Ons doel is helder: ervoor zorgen dat inwoners sneller de juiste ondersteuning krijgen én dat professionals elkaar gemakkelijk weten te vinden.

Door elkaar te ontmoeten tijdens buurtlunches, samen te werken binnen wijkgerichte projecten en gebruik te maken van netwerken zoals VIPLive worden de lijnen korter. Hierdoor wordt het eenvoudiger om een patiënt of cliënt door te verwijzen naar een passende collega of een initiatief in de wijk. Dat bespaart tijd, voorkomt dat mensen tussen wal en schip vallen en draagt bij aan passende zorg.

Als eerstelijnszorgverlener sta je er niet alleen voor. Binnen FletioGezond beschikken we samen over een breed netwerk van huisartsen, fysiotherapeuten, apothekers,

wijkverpleegkundigen, ergotherapeuten, diëtisten, welzijnsorganisaties, buurtteams en vele andere professionals. Door gebruik te maken van elkaars kennis en expertise kunnen we inwoners beter ondersteunen dan ieder afzonderlijk.

De komende tijd blijven we in deze NieuwsFlits voorbeelden delen van succesvolle samenwerkingen, nieuwe initiatieven en praktische mogelijkheden om elkaar nog beter te vinden. Zo bouwen we stap voor stap verder aan een sterk netwerk waarin samenwerken vanzelfsprekend is en inwoners op het juiste moment de juiste zorg en ondersteuning ontvangen.

Samen maken we de eerstelijn sterker. Samen maken we gezondheid dichtbij.

Even voorstellen...



Jordie en Alex van SportUtrecht

Hallo! Wij zijn Jordie Scholten, buurtsportcoach ouderen in Vleuten-De Meern, en Alex Sousa, buurtsportcoach ouderen voor Leidsche Rijn.

Met veel enthousiasme zetten wij ons in om ouderen vitaal, sterk en zelfstandig te houden door middel van bewegen.
Een belangrijk onderdeel van ons werk is het stimuleren van valpreventie en het onder de aandacht brengen van de cursus In Balans. Deze cursus helpt ouderen hun spierkracht, balans en zelfvertrouwen te verbeteren, waardoor de kans op vallen kleiner wordt en zij langer zelfstandig kunnen blijven functioneren.

Om zoveel mogelijk ouderen te bereiken zoeken wij de samenwerking met huisartsen, praktijkondersteuners, fysiotherapeuten, wijkverpleegkundigen en andere zorg- en welzijnsprofessionals. Samen kunnen we ouderen met een matig valrisico tijdig signaleren en begeleiden naar de cursus In Balans of passend beweegaanbod. De infographic met stappenplan hieronder helpt je daarbij.

Heb je vragen? Neem via VIPLive contact met ons op.

Met sportieve groet,
Jordie en Alex
SportUtrecht



Beweegcampagne voor ouderen



Veel Utrechters van 55 jaar en ouder weten dat bewegen belangrijk is. Toch is beginnen of volhouden niet altijd vanzelfsprekend. Daarom is SportUtrecht de campagne Utrecht Beweegt 55+ gestart.

Met deze campagne laat SportUtrecht zien dat in beweging blijven niet alleen draait om gezondheid, maar ook om ontmoeting, plezier en samen actief zijn. De boodschap is eenvoudig: in beweging blijven doe je samen.

De campagne richt zich op Utrechters van 55 jaar en ouder die al bewegen én op inwoners die de stap naar bewegen graag (weer) willen zetten. In de video's worden laagdrempelige beweegactiviteiten in verschillende Utrechtse wijken uitgelicht. Activiteiten waar verbinding, plezier en bewegen samenkomen en waar iedereen op zijn of haar eigen niveau kan meedoen.

Speciaal voor deze campagne zijn posters ontwikkeld. Wil je een poster voor in jouw praktijk? Vraag deze aan bij de wijkmanagers.

Werkafspraken JGZ en de huisartsen: zoek elkaar op in de wijk

Het op een goede manier inzetten van digitale informatie-uitwisseling draagt bij aan een compleet patiëntendossier, de juiste zorg voor de patiënt en een betere samenwerking tussen de jeugdgezondheidszorg en de huisarts.



Palliatief nieuws uit de wijk

Binnen het transformatieproject Palliatieve Zorg Midden-Nederland verbeteren huisartsenorganisaties, verpleging en verzorging, ziekenhuizen, hospices en spoedzorg samen de palliatieve zorg.

In de wijken zijn daarnaast nog meer hulpverleners betrokken, zoals apothekers, fysiotherapeuten, ergotherapeuten, diëtisten en partners in het sociaal domein. We werken onder andere aan bewustwording bij inwoners (bijvoorbeeld via de bijeenkomsten *Weet u wat u wilt?*), signalering en markering, proactieve zorgplanning en continuïteit van zorg. Ook binnen FletioGezond is dat zichtbaar. Hieronder enkele highlights.

Casemanagers palliatieve zorg Leidsche Rijn

Op 6 juli zijn de eerste casemanagers palliatieve zorg, Laura Eikenaar en Erica Nijenhuis, gestart in Leidsche Rijn.

De casemanager is er voor alle patiënten in de palliatieve fase (dus niet alleen voor patiënten met kanker) waarbij geen casemanager dementie betrokken is.
Huisartsen die werkzaam zijn bij de Julius Gezondheidscentra kunnen via ZorgDomein verwijzen naar een casemanager palliatieve zorg. Vergeet daarbij niet de palliatieve fase ook te markeren in het huisartsinformatiesysteem met ICPC-code A69-01. Zo is ook voor collega's duidelijk dat een patiënt zich in de palliatieve fase bevindt.

Tijdige inzet van de casemanager versterkt de kwaliteit van palliatieve zorg voor zowel patiënten als hun naasten. Door begeleiding en laagdrempelige ondersteuning bij keuzes rondom behandeling en beslissingen in de laatste levensfase worden zij optimaal ondersteund.
Op termijn is het de bedoeling dat alle patiënten in onze regio die palliatieve zorg nodig hebben, gebruik kunnen maken van een casemanager palliatieve zorg.

Passend medicatie voorschrijven in de palliatieve fase (scholing)

Kaderhuisarts palliatieve zorg Hanneke Smits-Pelser heeft samen met apotheker Chaandeni Ramesar een pilotonderzoek uitgevoerd: PASVORM (PASsend VOoRschrijven voor Mensen in de palliatieve fase thuis). Dit najaar organiseert RegiozorgNU hierover een scholing voor huisartsen, apothekers en praktijkondersteuners.

Zet het alvast in je agenda: scholing 'Praten over gewicht'

Ouders en verzorgers kunnen terughoudend zijn in het bespreken van gewicht en leefstijl. Ook professionals ervaren soms uitdagingen bij het voeren van deze gevoelige gesprekken. Met de juiste aanpak kan zo'n gesprek soepeler verlopen.

Tijdens deze scholing gaan we aan de slag met gespreksvaardigheden. We oefenen hoe je kunt omgaan met weerstand, leert kijken voorbij het gedrag en ontdekt waar de ouder of verzorger werkelijk behoefte aan heeft.

Datum: 7 oktober
Tijd: 13.00 uur
Locatie: Buurtcentrum Hoge Weide, Leidsche Rijn
Aanmelden: Inschrijfformulier scholing *Praten over gewicht.*

Een hele mooie zomer namens ons allemaal!



Volg FletioGezond op sociale media!

FletioGezond is actief op LinkedIn, Facebook en Instagram. Via onze social media blijf je

eenvoudig op de hoogte van alles wat er speelt binnen FletioGezond en in de wijken Leidsche Rijn, Vleuten, De Meern en Harmelen.

We delen regelmatig updates over buurtlunches, netwerkbijeenkomsten, inspirerende projecten en activiteiten in de wijk en mooie samenwerkingen tussen zorg, welzijn en inwoners. Daarnaast publiceren we podcasts, interviews en verhalen uit de praktijk waarin professionals en betrokken organisaties hun ervaringen delen. Ook vind je praktische informatie, tips en ontwikkelingen die interessant zijn voor zowel inwoners als professionals binnen zorg en welzijn.

Volg ons en help mee om de mooie initiatieven uit onze wijken zichtbaar te maken. Samen zorgen we voor meer verbinding, samenwerking en gezondheid in de wijk.
LinkedIn: klik hier
Facebook: @fletiogezond
Instagram: @fletiogezond

FletioGezond

Heb jij een nieuwtje voor de volgende NieuwsFlits? Deel het met Julia of Aafke.

NieuwsFlits ook ontvangen?

Meld je aan via deze link. Stuur de NieuwsFlits vooral door naar collega's in de regio.

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}. • Als je geen e-mails meer wilt ontvangen dan kun je je hier afmelden. • Voeg written-by-liam@send.laposta.email toe aan je adresboek voor een betere ontvangst.

Laposta