



## ALS HET OM UW GEZONDHEID GAAT

Zorgtips & Weetjes is een publicatie van Gezondheidscentrum Heerde die eenmaal per maand in de Schaapskooi verschijnt. Voor de inwoners van Heerde, Hoorn, Veessen en Vorchten zijn de zorgprofessionals die in het centrum werken het eerste aanspreekpunt als het gaat om gezondheidsvragen en gezondheidsproblemen. U kunt rekenen op laagdrempelige en passende eerstelijnszorg van hoog niveau, volgens de meest recente inzichten en richtlijnen.

## MIST U INFORMATIE IN ONZE KENNISBANK?

De kennisbank blijft in ontwikkeling. De eerste twintig flyers staan online, maar er komen in de komende tijd meer onderwerpen bij. Heeft u een vraag waarover u geen flyer kunt vinden? Of mist u informatie die voor meer cliënten handig kan zijn? Mail uw suggestie naar Elien Eltingh van Fysiotherapeutisch Centrum Heerde via [elien@fysioheerde.nl](mailto:elien@fysioheerde.nl). Zo kan de kennisbank stap voor stap worden aangevuld met duidelijke, praktische en betrouwbare informatie.



(0578) 69 81 80  
[info@huisartsenheerde.nl](mailto:info@huisartsenheerde.nl)  
[www.huisartsenheerde.nl](http://www.huisartsenheerde.nl)



(0578) 69 27 90  
[info@apotheekheerde.nl](mailto:info@apotheekheerde.nl)  
[www.apotheekheerde.nl](http://www.apotheekheerde.nl)



(0578) 69 63 63  
[info@fysioheerde.nl](mailto:info@fysioheerde.nl)  
[www.fysioheerde.nl](http://www.fysioheerde.nl)

## KENNISBANK MAAKT BETROUWBARE ZORGINFORMATIE MAKKELIJK VINDBAAR

**Wie een vraag heeft over gezondheid, zorg of ondersteuning in het dagelijks leven, zoekt vaak eerst online. Maar welke informatie is betrouwbaar? En waar begint u met zoeken? Om cliënten daarbij te helpen, heeft Gezondheidscentrum Heerde een kennisbank ontwikkeld, met informatie die is uitgewerkt in duidelijke informatiebladen. De informatiebladen zijn te lezen op de website, kunnen worden gedownload en zijn op papier beschikbaar bij de betreffende zorgaanbieder.**

In de kennisbank staat informatie over onderwerpen waar mensen in het dagelijks leven mee te maken kunnen krijgen. Denk aan bewegen en valpreventie, medicijnen en apotheekzaken, zorgtechnologie, hulpmiddelen, wonen en veiligheid thuis. De inhoud komt van de zorgaanbieders in het gezondheidscentrum. Daardoor krijgen mensen betrouwbare uitleg van zorgverleners die zij kennen, met informatie die aansluit bij de dienstverlening vanuit het centrum. De kennisbank is zo ingericht dat informatie makkelijk te vinden is. Er kan worden gezocht op trefwoord, onderwerp of zorgaanbieder. Zo zien mensen snel of er informatie beschikbaar is die aansluit bij hun vraag.

### **Begonnen met oefeningen voor thuis**

De basis voor de kennisbank ontstond in de coronatijd. Elien Eltingh, backoffice- en PR-manager bij Fysiotherapeutisch Centrum Heerde, merkte dat vooral oudere cliënten hun beweeggroepen en activiteiten misten. Ze zocht daarom naar een manier om hen thuis in beweging te houden. "Daar is het eigenlijk mee begonnen", vertelt ze. "We wilden iets doen voor mensen die niet naar ons toe konden komen. Duidelijke oefeningen en praktische tips hielpen hen om thuis te blijven oefenen."

Wat begon met eenvoudige oefeningen op een A4'tje, groeide uit tot mooi vormgegeven flyers met beweegoefeningen. Elien verspreide die ook zelf. Van daaruit kreeg ze vorig jaar het idee voor de kennisbank: één plek op de website waar mensen betrouwbare informatie kunnen vinden van de zorgaanbieders in het centrum.

"Er is online zoveel informatie te vinden", zegt Elien. "Juist daarom is het belangrijk dat cliënten weten: dit komt van het gezondheidscentrum, dit is betrouwbaar."

### **Duidelijk, overzichtelijk en prettig leesbaar**

Koninklijke Van der Most, grafisch producent en dienstverlener voor communicatie, was in de coronatijd betrokken bij het eerste materiaal met beweegoefeningen. Die samenwerking krijgt nu een vervolg met de flyers voor de kennisbank. Vanuit maatschappelijke betrokkenheid sponsort Van der Most opnieuw de vormgeving. Jan Willem Bosman, grafisch vormgever bij Van der Most, zorgt voor een heldere en toegankelijke vorm. Zo draagt hij met zijn grafische vakkennis bij aan informatie die mensen echt kan helpen.

"De informatiebladen moeten duidelijk en laagdrempelig zijn", zegt Jan Willem. "De vormgeving moet de informatie ondersteunen, zodat mensen snel zien waar het over gaat." Daarbij kijkt hij naar beeld, indeling en herkenbaarheid. Een rustige vormgeving helpt om informatie sneller te begrijpen. Ook beelden spelen daarin een rol.

### **Voor cliënten, naasten en zorgverleners**

De kennisbank is in eerste instantie bedoeld voor cliënten van Gezondheidscentrum Heerde. Ook voor naasten en zorgverleners is de kennisbank waardevol.



Elien Eltingh en Jan Willem Bosman

Naast kunnen de informatie rustig nalezen en daardoor beter meedenken. Zorgverleners kunnen de flyers meegeven en ook verwijzen naar informatie van andere zorgaanbieders in het centrum. Zo ontstaat duidelijke en eenduidige uitleg vanuit Gezondheidscentrum Heerde.

### **De kennisbank groeit verder**

De kennisbank is gestart met twintig informatiebladen en groeit de komende tijd verder. Er worden nieuwe onderwerpen toegevoegd, zodat de informatie steeds beter aansluit bij vragen uit de dagelijkse zorg. "Als we met de kennisbank ook maar één cliënt verder helpen, is dat al waardevol", zegt Elien. "Het gaat erom dat mensen duidelijke informatie kunnen vinden op het moment dat zij die nodig hebben."

### **HOE WERKT DE KENNISBANK?**

De kennisbank is te vinden via [gezondheidscentrumheerde.nl/kennisbank](http://gezondheidscentrumheerde.nl/kennisbank). Op de kennisbankpagina kan eenvoudig worden gezocht op trefwoord, onderwerp of zorgaanbieder. Zo is snel te zien welke informatiebladen beschikbaar zijn. De informatie is ingedeeld in verschillende hoofdcategorieën. Op dit moment zijn dat Bewegen en valpreventie, Medicijnen en apotheek, Ouder worden en vooruitdenken, Wonen en veiligheid thuis en Zorgtechnologie en hulpmiddelen.

Bij elke flyer staat een korte omschrijving. De informatie is digitaal te lezen en kan als pdf worden gedownload. Wie liever een papieren versie heeft, kan een exemplaar krijgen bij de betreffende zorgaanbieder.