



Energiek Blijven

Natasja van den Ende

Marije van Duijn

Waarom Energiek Blijven?

- Onderbezetting (hogere uitstroom, kleinere instroom)
- Hoge werkdruk
- Bewustzijn zorgverleners over zelfzorg



Pilot bij 10 praktijken

- Werkwijze
Webkey
QR code
Analyse
Eindgesprek
- Toolbox



Pilot: vragen webkey

- Ik krijg van de situatie energie / ik verlies energie
- Ik kreeg of verloor energie door:
 - Contact met collega
 - Contact met patiënt
 - Contact met leidinggevende
 - Overige taken
- Wat was er prettig of vervelend?



Uitkomsten pilot bij 10 praktijken

Waar krijgen jullie energie van?



- Contact met pat. (49.22%)
- Contact met collega's (35.16%)
- Contact met leidinggevende (13.67%)
- Overige (13.67%)

Waar verliezen jullie energie door?



- Contact met pat. (48.48%)
- Contact met collega's (13.13%)
- Contact met leidinggevende (4.05%)
- Overige (34.34%)

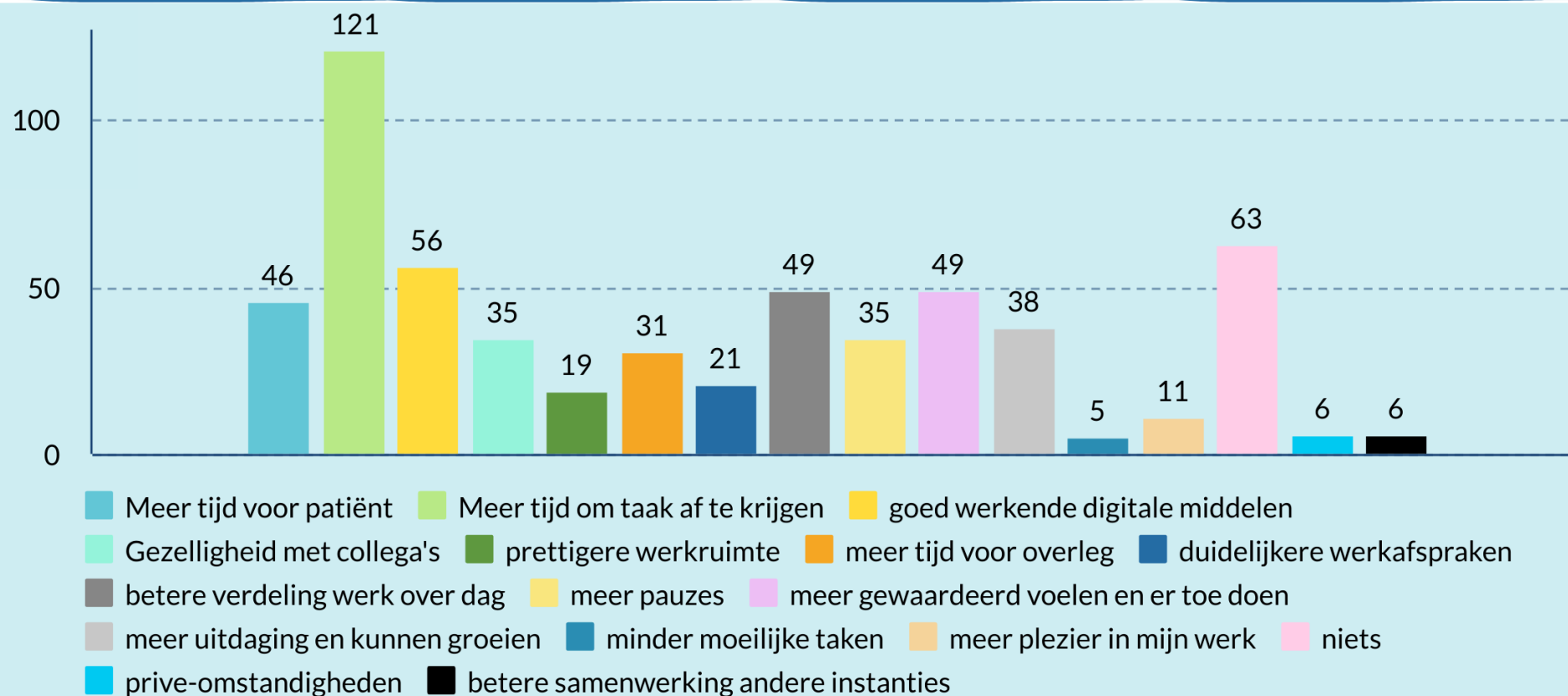
Pilot: vragen QR code eind van de dag

- Geef met een 1 – 10 (1 is laag, 10 is hoog) aan wat je energieniveau is
aan het begin van de dag
aan het eind van de dag
- Wat is voor jou de reden van het verschil?
- Wat heb je nodig om aan het eind van de dag meer energie over te houden?
- Welke taak of situatie heeft vandaag de meeste energie gegeven?



Uitkomsten pilot bij 10 praktijken

Wat hebben jullie nodig om einde dag energie over te houden?



Vervolg = een toolbox: interventies in 3 categorieën:

- Anders en slimmer werken
 - Tips
 - Workshops
 - Aan de slag
- Teamontwikkeling
 - Tips
 - Workshops
 - Aan de slag
- Regie over je energie
 - Tips
 - Workshops
 - Aan de slag

Toolbox op de ZEL-site



Zorgorganisatie Eerste Lijn

Toolbox 'Energiek blijven'

Toolbox 'Energiek blijven'

Het is voor jou als zorgverlener van groot belang om zelf energiek te blijven. Maar hoe doe je dat? In deze toolbox vind je tips, workshops en andere handvatten om met energie te blijven werken.

Wil je een adviesgesprek over dit onderwerp? Neem dan contact op met [Marije van Duijn](#) of [Natasja van den Ende](#).

 www.zel.nl

Anders en slimmer werken - Tips

Hoe anders werken ruimte kan geven

Lees verder »

Anders en slimmer werken - Workshops/cursussen

Leer hoe anders werken kan helpen

Lees verder »

Anders en slimmer werken - Zelf aan de slag

Zelf aan de slag met anders werken

Lees verder »

Teamontwikkeling - Tips

Hoe bewaken we de energie in ons team

Lees verder »

Teamontwikkeling - Workshops/cursussen

Leer hoe je de energie in je team bewaakt

Lees verder »

Teamontwikkeling - Zelf aan de slag

Zelf aan de slag met de energie in je team

Lees verder »

Regie over je energie - Tips

Hoe bewaak je je eigen energie

Lees verder »

Regie over je energie - Workshops/cursussen

Leer je energie bewaken

Lees verder »

Regie over je energie - Zelf aan de slag

Zelf aan de slag met je energie

Lees verder »

Vervolg

- Pilotpraktijken hebben input geleverd op de toolbox
- Aangeboden FAW praktijken vanuit FAW budget
- Toekomst: uitzetten onder andere HA praktijken en mogelijk zelfs onder andere eerstelijns beroepsgroepen.



