

## **Inleiding**

Het jaarplan 2023 is gebaseerd op de drie kerntaken van een patiëntenorganisatie: Voorlichting, lotgenotencontact en belangenbehartiging. Bij het jaarplan 2023 zijn we uitgegaan van de analyse die het bestuur op de heidag in augustus 2022 heeft gemaakt. Hierbij werd voortgeborduurd op de analyse die ten grondslag lag aan het jaarplan 2022. Het jaarplan 2023 is een voortzetting van de ingeslagen koers van 2022.

## **Ondersteunen = voorlichting en lotgenotencontact**

### Prioriteiten:

- Verbeteren kennis bij mensen met osteoporose t.b.v. kunnen voeren van regie.
- Inspireren en motiveren (beïnvloeden) van therapietrouw medicamenteus EN niet medicamenteus.

### Door:

- Verspreiden goede en toegankelijke (aantrekkelijke) informatie fysiek en online (is tevens bron voor nieuwe vrijwilligers, leden en donateurs).
- Beïnvloeden zorgverleners 1<sup>e</sup> en 2<sup>e</sup> lijn voor gebruiken van onze content en voorlichtingsmaterialen en arbo-artsen en bedrijfsartsen.
- Idem welzijn ten aanzien van partijen op gebied van bewegen.
- Laten doorverwijzen naar onze vereniging (zie ook Zinnige Zorg traject).
- Onderlinge support/ondersteuning; delen van ervaringskennis.
- Urgentie belang gezonde botten en ernst osteoporose verhogen.

## **Activiteiten Voorlichting:**

Focus op laaggelettertheid vasthouden.

- Voorlichting
  - 4 x blad en 8-10 x nieuwsbrief; bij voorkeur meer gebruik foto's echte mensen (in huur fotograaf) plus betere stock foto's diverser beeld creëren.
  - Vragenteam (mail en telefoon- lotgenotencontact)
    - Trainen (inhoud -> meerdere keren per jaar en gespreksttraining-> 1 x per jaar)) en ervaringen uitwisselen binnen het team.
  - Optimaliseren van en nieuwe materialen
    - 1 themanummer uitbrengen.
    - Verspreiding en gebruik Startersset vergroten.
    - Vergroten verspreiding overig foldermateriaal als 50 plus en fractuur (opnieuw lanceren/promoten- werken met pilots en evt. inzet alliantie op termijn).
  - Website optimalisatie continue proces
    - Helder onderscheid info voor patiënten en professionals.
    - Duidelijkere rubricering.
    - Update en redactionele slag, foto's echte mensen.
    - Toegankelijkheid vergroten voor laaggeletterden.
- Awareness/urgentie verhogen WereldOsteoporoseDag (WOD)
  - Ontwikkelen materiaal voor urgentiecampagne osteoporose in de vorm van bijvoorbeeld portretten filmen i.s.m. zorgprofessional/patiënten (denk

bijvoorbeeld aan filmserie in gesprek met een patiënt en verspreiden daarvan. En vinden van Bn'er die onze boodschap ondersteunt).

- Facebook (informatie, ervaringsverhalen/video en bereik).
- LinkedIn zorgprofessionals (informatie, ervaringsverhalen en bereik).
- Verkenning opzetten webshop vitamine D/combi middelen i.s.m. andere PO's: daarna besluitvorming en kijken of we financiële middelen hebben.

#### **Ontmoeten= lotgenotencontact:**

- Delen kennis en ervaring plus voorlichting
  - 4 webinars 3 algemeen (diagnose en medicijnen, diagnose en bewegen, diagnose en voeding) en 1 specifiek bijvoorbeeld werk.
  - ALV gecombineerd met voorlichtingsbijeenkomst of weer meedenken.
  - Bijeenkomsten zijn belangrijk voor inspireren en motiveren van mensen door zowel "lotgenoten" als medisch deskundigen:
    - Een of twee bijeenkomsten (fysiek en online) voor jonge mensen 21 - 45 met osteoporose en/of erfelijke osteoporose en erfelijk
    - 2 of 3 regionale bijeenkomsten i.s.m. poli.
- Regionale zorg (is deels ook belangenbehartiging)
  - Lokale systemen ondersteunen met onze voorlichtingsmaterialen en door presentaties/webinars/bijscholingen.
    - Verkennen en pilot draaien bijeenkomst gekoppeld aan poli in regio (in alliantie + samenwerking ZI).
  - Ontsluiten informatie over regiozorg door ontwikkelen.

Impact (effecten van onze activiteiten/resultaten):

- Beter (regionaal) geïnformeerde mensen met osteoporose en professionals waardoor meer regie bij patiënt komt te liggen.
- Mensen voelen zich gesteund waardoor beter in staat leefstijl aanpassingen (bewegen en voeding) door te voeren en verbeteren medicatietrouw.
- Eerdere en meer diagnoses.
- Door bovenste drie punten: bevordering kwaliteit van leven (hogere effect).

#### **Belangenbehartiging Zorg**

##### Prioriteiten:

- Gecoördineerde (=combi 1<sup>e</sup> en 2<sup>e</sup> lijn per regio) en betere zorg d.w.z. behandeling medicamenteus EN bewegen/leefstijl/voedingsadvies en follow up.
- Verbeteren kennis & bewustwording bij zorgverleners door info materiaal, bijscholing maar ook door inbreng in richtlijnen etc. t.b.v. samen beslissen en betere zorg.

En als mogelijke bijvangst:

- Eerdere en goede diagnose (screening en betere doorverwijzing bij bv breuk).

##### Door:

- Belangenbehartiging vanuit patiëntperspectief bij overheidsinstanties, politiek en zorgveld en welzijn.

- Samenwerking met zorgpartijen in zorgverbeteringsprojecten (transmuraal, poli's ziekenhuizen, huisartsen/1elijn multidisciplinair wellicht in alliantie?).
- In kaart brengen van goede regionale zorg en ontsluiten voor patiënten. Aansluiten/samenwerken met Zorginstituut.
- Voorlichting en informatie voor zorgprofessionals via bijscholing, website.
  - Uitwerken pool vrijwilligers die dit kunnen doen.
- Initiëren verkennen betere vergoedings-/betaaltitels.

### Activiteiten zorg

- Bijdragen aan implementatie Zinnige Zorgtraject (is KIDZ-project geworden)
  - Gebruik en verspreiding startersset en andere materialen stimuleren.
  - Nascholing bevorderen met onze inbreng in de vorm bv filmpjes van patiënten.
  - Ondersteunend materiaal professionals: Leaflet met beweeg oefeningen en icoontjes voor fysio's, oefentherapeuten, poh via bijscholingen.
  - Chronisch Zorgnet
    - Urgentie en kwaliteit van beweegzorg bevorderen (ook onderdeel laten zijn van Zinnige Zorg implementatie).
  - Uitwerken Osteoporose alliantie IO.
    - Lid van bestuur
    - Bijdrage aan doelen/doelstellingen
- Positie en samenwerking in de zorg
  - Initiatiefnemer en deelnemer osteoporose alliantie i.o.
  - Verbeteren zorg lokaal en samenwerking lokale initiatieven (bewustwording o.b.v. nieuwe richtlijn gebruik, voorlichtingsmateriaal, bijdragen aan bijscholing, bijdragen aan ontwikkelen van ehealth project in 1 of 2 ziekenhuizen t.b.v. follow up patiënten).
  - Bijdrage Implementatie nieuwe richtlijn: zorgpaden ziekenhuizen in kaart brengen (goed/slecht) plus zorginkoop en terugkoppeling.
  - Benoemen en in zonlicht zetten van best practices in ziekenhuis en 1<sup>e</sup> lijns zorg. Ontwikkelen van een plan.
  - Verkenning bekostigingsstructuur osteoporose zorg.
  - Beïnvloeding politiek.
  - Bevorderen kennis sociaal domein door samenwerking met Kenniscentrum Sport en bewegen en buurtcoaches.
  - Bijdragen aan trainingen en bijscholingen.
    - Opzetten pool van vrijwilligers

- KIDZ trajecten  
Lopend in 2022, inventarisatie 2023 volgt.
  - Bijdragen aan ontwikkeling keuzehulp NVE mits project door FMS wordt goed gekeurd.
  - Bijdragen uitkomstgerichte Zorg heupfracturen.
- Bijdragen aan richtlijn ontwikkeling
  - Osteoporotische wervelfracturen
  - Kennishiaten heeldkunde
  - Modulaire herzieningen op gebied van botten
  - NHG standaard (of al afgerond)
- Bijdragen aan implementatie MDR en NHG standaard.
- Initiëren verkennen betere vergoedings-/betaaltitels.
- Lobby en beïnvloeding politiek/beleidsmakers op gebied van vergoede en verzekerde zorg.
- Contacten met Patiëntenfederatie, beroepsverenigingen.

Impact (effecten van onze activiteiten/resultaten):

- Screening d.m.v. dexta's en daarmee aantal diagnoses omhoog
- Patiënt en zorgverlener beslissen vaker samen over passende persoonsgerichte behandeling.
- Er wordt in het zorgtraject gebruik gemaakt van goede en toegankelijke informatie.
- Bovenstaande punten dragen bij aan:
  - Voorkomen dat de osteoporose erger wordt
  - En dat mensen beter om kunnen gaan met de gevolgen van de ziekte
  - Deze twee resultaten hebben als hoger effect dat mensen verbetering ervaren in kwaliteit van leven.

### **Belangenbehartiging preventie**

Prioriteiten:

- Uitwerken "zorggerelateerde en geïndiceerde preventie".
  - Programma PF
  - Welzijn/ buurtcoaches
  - Samenwerking met andere PO's (patiëntenorganisaties) chronische ziekten
  - Vergoeding-verkenning
  - Inbrengen van belang gezonde botten/botpiekmasse bij gezonde generatie en lifestyle4health

Door:

- Aansluiten bij programma PF en positioneren van onze zorgactiviteiten voeding en bewegen binnen dit plan.
- Opbouwen netwerk buurtsportcoaches.
- Relatie netwerk lifestyle4health en gezonde generatie beïnvloeden met:
  - Algemene kennis over botgezondheid verspreiden

- Kinderen en jongeren -> leefstijl bewegen
- Leefstijl voeding

### **Activiteiten belangenbehartiging preventie**

- Plan maken voor activiteiten en uitvoeren bevorderen zorggerelateerde en geïndiceerde preventie. Denk aan:
  - Samenwerking en beïnvloeding buurtcoaches
  - Samenwerking met vrijwilligers en andere PO's voor lokale beweegactiviteiten
  - Verkenning bekostiging
  - Voorlichting osteoporose en leefstijl.
- Universele preventie
  - Onze boodschap over "belang voeding en bewegen voor gezonde botten een leven lang" uitdragen via landelijke Preventie-spelers als Gezonde Generatie en lifestyle4health. M.a.w. zij moeten botten noemen naast de andere organen.
  - Aandacht voor maximale piekbotmassa.
  - Nieuwe relatie bouwen met Friesland Campina, Nutricia.

### **Impact (effecten van onze activiteiten/resultaten):**

- Er ligt een plan waarmee we maatschappelijke bewustwording rondom gezonde botten een leven lang/ zonder gezonde botten geen ruimte voor je organen kunnen vergroten. De Botte Waarheid!
- Met als hoger effect dat op de langere termijn er minder mensen met primaire Osteoporose zijn
- Mensen met osteoporose/osteopenie zijn zich bewust van het belang van leefstijl (bewegen, voeding, stoppen met roken) om verergering te voorkomen en hebben grotere bereidheid zelf actief aan de slag te gaan.

### **Bedrijfsvoering**

#### **Prioriteiten:**

- Focus = Plannen/activiteitenplan die passen bij menskracht en beschikbare euro's.
- Uitbreiding aantal vrijwilligers en vergroten bestuurlijke kracht.
- Hogere inkomsten.
- Resultaten vertalen naar impact (verandering/effect van wat je doet/bereikt).

#### **Door:**

- Doorlopend overdragen van kennis.
- Goede vindbaarheid.
- Verbeteren en herinrichten van processen en middelen.
- Geolied netwerk van ondersteuning van bestuur; investeren in binding
  - Uitvoering geven aan de gekozen inrichting organisatie op heidag.

### Activiteiten Bedrijfsvoering

- Uitvoeren vrijwilligersbeleid (vinden, binden en boeien)
  - Smoelenboek via nieuwsbrief
  - 3 tot 4 x per jaar nieuwsbrief
  - Twee tot drie bijeenkomsten naar behoefte
  - Opleiding/training waar nodig/mogelijk/Doorlopend inwerktraject
  - Invloed geven op beleid
  - Coaching en evaluatie contact
  
- Bestuursvergaderingen plus heidag
- Patiëntparticipatie
  - Uitvoeren van 2 enquêtes (deels tevredenheidsmeting) via de enquêtetool en minimaal een kwalitatieve meting (focusgroep)
  - Evalueren enquêtetool en besluitvorming rond opzetten panel
- Optimaliseren website (zie ook ondersteuning)
- Financial control door
  - 4x kwartaaloverzicht
  - Targets inkomsten
- Acquisitie sponsors
  - Fondswervend inhoudelijk plan
  - Vinden van nieuwe zakelijke sponsors
- Subsidies/inzet vergoeding
  - VWS (basis en voor backoffice samen 55K)
  - ZonMW programma's (JZOJP, samen sterk,..)
  - PF programma's als KIDZ
  - Kleinere Nederlandse fondsen
  
- Werving leden/donateurs via blad en conversie verbeteren in alle bestaande producten (online marketing vanuit nieuwsbrief, etc)
- Sharepoint doorontwikkelen